

Üniversite Öğrencilerinde Evliliğe Yönelik İnançlar: Bir Müdahale Programının Etkililiği¹

The Beliefs of University Students With Respect to the Marriage: The Impact of An Intervention Program

Zeynep KIZIL ASLAN², Serap NAZLI³

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi:17.09.2020

Kabul Tarihi:17.08.2021

Yayın Tarihi:01.11.2021

Anahtar Kelimeler

Romantik ilişkiler,
ilişki eğitimi,
beliren yetişkinlik,
işlevsel olmayan
inançlar.

Key Word

Romantic relationships,
relationship education,
emerging adulthood,
dysfunctional beliefs.

Özet

Bu çalışmanın amacı, Türk kültürüne özgü geliştirilen Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı'nın beliren yetişkinlerin evliliğe yönelik işlevsel olmayan inanç düzeyleri üzerindeki etkisini incelemektir. Ön-test son-test izleme testi kontrol grubu yarı deneysel desen kullanılan araştırmanın çalışma grubunu bir vakıf üniversitesinde öğrenim gören 24 öğrenci oluşturmuştur. Çalışmada araştırmacı tarafından geliştirilen Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği (EİİÖ), Oturum Değerlendirme Formu ve Psiko-eğitim Değerlendirme Formu ile veri toplanmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir müdahale uygulanmazken, izleme testi son-test uygulamasından iki ay sonra yapılmıştır. Araştırma sonucunda, deney grubundaki bireylerin EİİÖ'den aldıkları ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı bir fark olduğu, deney ve kontrol gruplarının son test puanları arasında deney grubu lehine anlamlı bir fark olduğu ve deney grubundaki bireylerin son-test ve izleme testi ölçümleri arasında anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Araştırmada elde edilen nitel bulgular, deney grubundaki katılımcıların evliliğe yönelik duygu, düşünce ve davranışlarında olumlu yönde değişimler olduğunu göstermektedir. Bulgular ilgili alanyazın ışığında tartışılmış ve bazı önerilerde bulunulmuştur.

Abstract

The purpose of this study is to investigate the effect of the pre-marriage psycho-education program developed specifically for Turkish culture on the dysfunctional belief levels of emerging adults. Within the two-group quasi-experimental design, including pre, post and follow-up tests, the study group consists of 24 university students studying at a foundation university. In this study, data were collected with the Marital Relationship Beliefs Scale, Session Evaluation Form and Psycho-education Evaluation Form. There was no intervention for the control group. Follow-up was applied two months after the post-test. The findings indicated a significant difference between the pre- and post-test scores of the participants in the treatment group in the Marital Relationship Belief Scale. A significant difference, for the advantage of the treatment group, was identified between the post-test scores of the treatment and control groups. Moreover, post-test and follow-up test measures of the treatment group did not indicate a significant difference.

Atf için:

For Citation

Kızıl Aslan, Z. & Nazlı, S. (2021). Üniversite öğrencilerinde evliliğe yönelik inançlar: Bir müdahale programının etkililiği. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [MSKU Journal of Education]*, 8(2), 452-470. DOI: 10.21666/muefd.796344

¹Bu çalışma, birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında yürüttüğü doktora tez çalışmasından üretilmiştir. Çalışmanın bir kısmı 25/10/2018-27/10/2018 tarihleri arasında Samsun'da düzenlenen 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur. Zeynep Kızıl Aslan, doktora süreci boyunca TÜBİTAK tarafından 2211-E Doğrudan Yurt İçi Doktora Burs Programına dâhil edilmiştir.

² Başkent Üniversitesi, Eğitim Bilimleri, RPD, zeynepkz187@gmail.com, ORCID No: 0000-0003-2213-1178

³ Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri, RPD, serapnazli68@gmail.com, ORCID No: 0000-0002-8875-7926

Birey dünyaya geldiği andan itibaren çevresindeki kişilerle, özellikle yakın çevresindekilerle kurduğu ilişkiler yoluyla hayatta kalmaktan, kendini gerçekleştirilmeye kadar uzanan birçok ihtiyacını karşılamaktadır. Gelişimsel görevlerin başarıyla yerine getirilmesinde de aile, arkadaşlık ve romantik ilişkilerin payı büyüktür. Bağlılık, samimiyet ve tutkuyu (Sternberg, 1986) içeren romantik ilişkilerin diğer yakın ilişkilerle karşılaştırıldığında insan yaşamında farklı bir yeri vardır. Gelişim psikologları insan yaşamının çeşitli dönemlerinden bahsederken ergenlik ve sonrasında yaşanan romantik ilişkilerin bireyin gelişimi üzerinde olumlu ve olumsuz etkileri olduğunu vurgulamaktadırlar (Büyüksahin Çevik, 2007).

Erikson insan yaşamını sekiz döneme ayırdığı psikososyal gelişim kuramının altıncı basamağında yakın ilişkilerin öneminden ve sağlıklı yakın ilişkilerin yokluğu durumunda bireyin yalnızlık duygusu yaşayacağından bahsetmektedir (Senemoğlu, 2018). Erikson'un (1968) psikososyal gelişim kuramını ortaya koymasından yaklaşık 30 yıl sonra Arnett (2000) insan yaşamında beliren yetişkinlik (emerging adulthood) olarak adlandırdığı yeni bir gelişim dönemi önermiştir. Arnett'e (2000) göre bireyler ergenlikten sonra yetişkinliğe geçmeyip, ekonomik açıdan bağımsız olma, kendi sorumluluğunu kabul etme ve bağımsız kararlar verebilme olan yetişkinlik ölçütlerine (Nelson, 2003; Shanahan vd., 2002) hazırlandıkları bir dönemden geçmektedirler. Sanayileşmiş toplumlarda yaklaşık 18-29 yaş aralığında bireyler için beliren yetişkinlik ayrı bir gelişim dönemi olarak tanımlanmaktadır (Arnett, 2000; 2001). Türkiye'de beliren yetişkinlikle ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde ise, bu dönemin 19-26 yaşları arasında yaşandığı, bu yaş aralığının en azından eğitilmiş, kentli ve yeni yaşantılara açık gruplar için geçerli olduğu görülmektedir (Atak, 2005; 2007; 2011; Atak ve Çok, 2007; Doğan Ateş, Cebioğlu ve Erdoğan, 2007; Doğan ve Cebioğlu, 2011; Eryılmaz ve Atak, 2007; Eryılmaz ve Ercan, 2010a; 2010b; 2011a; 2011b; İlhan ve Özdemir, 2012; Morsünbül 2013). Eğitim düzeyi arttıkça evlenme ve çocuk sahibi olma yaşı da hızla artmakta ve 15-24 yaş aralığındaki kadınların önemli bir kısmının hiç evlenmediği görülmektedir (TNSA, 2013). Nitekim 20 yıllık bir süre içinde Türkiye'de ortalama evlenme yaşı dört yıl yükselmiştir (TNSA, 1993; 2013).

Beliren yetişkinliğin yaş aralığı (19-26 yaş) düşünüldüğünde, üniversite yılları bu dönemin önemli bir kısmını kapsamaktadır ve bu yaşlar romantik ilişkilerin sıkça denendiği yaşlardır. Romantik ilişkileri sağlıklı bir şekilde başlatmak ve sürdürmek beliren yetişkinlerden beklenen önemli bir gelişimsel görevdir. Nitekim bu dönemde aşk yaşamın merkezine yerleşmekte, bireyin kendini keşfetmesinde ve yetişkinlikte kuracağı romantik ilişkilerin niteliğinde önemli bir etken haline gelmektedir (Furman, 2002). Çünkü birey evleneceği ve çocuk sahibi olacağı eşini seçmeye çalışmakta (Arnett, 2007) ve bu yıllarda kazandığı bilgi ve becerileri yetişkinliğe taşıyıp uygulamaya koymaktadır (Arnett, 2007; Furman 2002). Bireyler, ileride karşılaşılabilecekleri olası sorunların bir kısmını bu dönemde yaşamakta ve birbirlerini tanıma yönünde olumlu ve olumsuz deneyimler kazanmaktadır. Evlilik sorunları ve boşanma için bazı risk faktörleri evlilik öncesi ilişkilerde tanımlanabilmelidir (Karney ve Bradbury, 1995). Bu nedenle, evliliğe yönelik eğitim faaliyetlerinin genç ve bekar bireylere doğru yöneldiği görülmektedir (Guarnieri, Smorti ve Tani, 2015).

Yurt dışı kaynaklarına göre, insanların yaklaşık % 90'ı evlenmekte ve bu evliliklerin % 50'ye yakını veya daha fazlasında ilişki kalitesi zamanla düşmekte, hayal kırıklığı, mutsuzluk ve çatışmalar artmaktadır (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000; Raley ve Bumpass, 2003; van Acker, 2003). Mutsuz evliliklerin nedenlerini araştıran çok sayıda araştırmacı, işlevsel olmayan inançların evlilik uyumu ile negatif yönde anlamlı bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymuşlardır (Flett vd., 2001; Moller, Rabe ve Nortje, 2001; Moller ve van der Merwe, 1997; Sharp ve Ganong, 2000; Woodward, Carless ve Findlay, 2001). Bireylerin romantik ilişkilerle ilgili inançlarının büyük bir kısmının kök ailedeki yaşantı ve deneyimlerle şekillendiği düşünülmektedir. Bu sebeple birey, ebeveynlerinin ya da onlara bakım veren kişilerin evliliklerini ya da romantik ilişkilerini gözlemleyerek ileride kuracağı ilişkiler için düşünce ve davranışlarını şekillendirmektedir. Şekillenen düşünce ve davranışlar ya başarılı ya da başarısız ilişkilere kaynaklık etmektedir (Amato ve Booth, 2001; Conger vd., 2001; Willoughby, 2010).

Boşanma oranlarının endişe verici düzeyde artması, araştırmacıların ve uzmanların evlilik öncesi ilişki geliştirme eğitim programlarına olan ilgilerinin artmasına sebep olmuştur. Nitekim evlilik öncesi eğitim evliliklerden alınan doyumla pozitif, boşanma oranlarıyla negatif yönde ilişkilidir (Stanley, Rhoades ve Markman, 2006; Sullivan ve Bradbury, 1997). Önleyici çalışmalar ile çiftlerin iletişim ve problem çözme becerileri gelişmekte, istikrarlı ve güçlü ilişkiler kurmaları için zemin hazırlanmaktadır (Casquarelli ve Fallón, 2011). Evlilik öncesi eğitim programları aracılığıyla çiftler ya

da bireyler, evliliklerine güzel bir başlangıç yapma fırsatı yakalarken, diğer taraftan da evliliklerinde sıkıntı yaşadıklarında yardım isteyebilecekleri profesyonellerin olduğunu fark edebilmektedirler (Bruhn ve Hill, 2004).

Türkiye’de romantik ilişkilere yönelik uygulanan eğitimler incelendiğinde (Canel, 2007; Duran, 2010; Ersanlı, 2007; Ersanlı ve Kalkan, 2003, Haskan Avcı, 2013; Kalkan ve Ersanlı, 2008; Kalkan ve Ersanlı, 2009; Karahan, 2009; Sevim-Aydemir, 1996; Yalçın, 2010; Yılmaz 2009) kullanılan eğitim programlarının çoğunun yurtdışında geliştirilen programlar olduğu görülmektedir. Oysa evlilik sosyo-kültürel bir olaydır ve kültüre uygun olarak geliştirilen eğitim programlarına da ihtiyaç duyulmaktadır. Türkiye’nin kültürel dokusu incelendiğinde, toplulukçu (ilişkililik kültürü) bir kültüre sahip olduğu görülmektedir. Toplulukçu kültürün, bireyci (ayrışmışlık kültürü) kültürlerden ayrılan en önemli özelliği, bireyin içinde bulunduğu topluluğun çıkarlarını kendi çıkarlarından daha ön planda tutmasıdır. Bu tür kültürlerde, bağlılık ve bağlılılık iç içe geçmiş durumdadır (Kağıtçıbaşı, 1991; 2010).

Üniversite öğrencilerinin içinde buldukları beliren yetişkinlik dönemi romantik ilişkilerin önceki dönemlerden farklı yaşandığı bir geçiş dönemidir. Bu dönemde romantik ilişkiler daha ciddiye alınmakta ve evlilik ihtimali de artmaktadır. Yapılan çalışmalar (Creasey ve Ladd, 2004; Creasey, Kershaw ve Boston, 1999; Doğan, 2012; Küçükarslan, 2011; Nazlı, 2014; Ondaş, 2007; Türküm, Kızıldaş ve Sarıyer, 2004) göstermektedir ki üniversite öğrencileri romantik ilişkiler açısından kendilerine rehberlik edecek bilgi ve becerilere ihtiyaç duymaktadırlar. Ancak ilgili alanyazın incelendiğinde yapılan çalışmaların çoğunun evli bireylere yönelik olduğu ve beliren yetişkinlik dönemindeki gençlere odaklanan çalışmaların sayıca çok az olduğu gözlenmektedir (Küçükarslan, 2011). Diğer taraftan, birey içinde bulunduğu kültüre göre şekillendiği için geliştirilen programların kültürel değerlerle uyumlu olması daha sağlıklı sonuçlar alınması sağlayacaktır. Ancak hızlı bir şekilde artan boşanma oranlarına rağmen Türkiye’deki çiftler arasındaki ilişki çatışmalarının doğasına ilişkin raporlar ve uygun müdahale teknikleri oldukça sınırlı sayıdadır (Karahan, 2009). Bu kapsamda, gelişimsel ve önleyici psikolojik danışma ve rehberlik çalışmaları çerçevesinde, beliren yetişkinlik döneminde olan üniversite öğrencilerinin evlilik ilişkisine yönelik bilgi ve beceri kazanmalarının evliliğe hazırlık açısından yararlı olacağı beklenmektedir. Bu araştırmanın problemini Türkiye’deki kültürel değerler ve evliliğe ilişkin görüş ve beklentiler dikkate alınarak bir müdahale programının geliştirilmesi ve bu programın katılımcıların evlilik ilişkisine yönelik işlevsel olmayan inançları açısından bir farklılık oluşturup oluşturmayacağını incelenmesi oluşturmaktadır. Sonuç olarak, Türkiye’deki beliren yetişkinlerin daha sağlıklı evlilikler gerçekleştirebilmeleri, evlilik sorumluluğunu alabilmeleri ve daha gerçekçi beklentilere sahip olabilmeleri için evlenmeden önce bir eğitimden geçmeleri oldukça önemli görülmektedir.

Romantik İlişkilerde İşlevsel Olmayan İnançlar

Bilişsel-davranışçı kuramların en önemli temsilcilerinden olan Albert Ellis, Akılcı-Duygusal Davranışçı Terapi adını verdiği yaklaşımıyla psikolojik sorunların temelini akılcı olmayan düşünceler olduğunu ileri süren ilk kuramcı olmuştur. Bu yaklaşıma göre, kişi yaşadığı olaylara bir anlam atfetmekte ve bu anlamı yorumlaması sonucunda duygusal tepkiler meydana gelmektedir (Ellis, 2005). Bilişsel-davranışçı kuramların bir diğer önemli temsilcisi Beck de benzer şekilde, otomatik düşüncelerin kendiliğinden, olumlu ve olumsuz bir biçimde ortaya çıktığını ve bu düşüncelerin genelde bilişsel çarpıtmaları içerdiğini belirtmiştir. Bütün bu bilişsel çarpıtmalar da genellikle akılcı olmayan inançlar şeklinde ortaya çıkmaktadır (Cook, 2000; Franklin, 2000; Akt. Bilge ve Arslan, 2001).

Romantik ilişkilerde ve evliliklerde yaşanan sorunların nedenlerini araştıran bilim insanları, bilişsel yapıların oynadığı rolün önemini uzun zamandır tartışmaya başlamışlardır. Birçok araştırmanın sonucu evlilik sorunlarının, eşlerin birbirleri hakkındaki düşüncelerinden etkilendiği fikrini desteklemektedir. İşlevsel olmayan düşünceler ile evlilik uyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konmuştur (Baucom ve Epstein, 1990; Bradbury ve Fincham, 1990; 1992; 1993; Bradbury, Fincham ve Beach, 2000; Flett, Hewitt, Shapiro ve Rayman, 2001; Möller, Rabe ve Nortje, 2001; Möller ve van der Merwe, 1997; Sharp ve Ganong, 2000; Woodward, Carless ve Findlay, 2001).

Eşlerin birbirleri hakkında yaptıkları çıkarımlar bazen doğru olsa da, özellikle ilişkinin stres yüklü olduğu dönemlerde işlevsiz ve hatalı düşünceler sebebiyle çarpıtılabilmektedir. Bir eşin bir

davranışının, diğer eşin işlevsel olmayan bir düşüncesini tetiklemesi ve rahatsız edici davranışlara ve duygulara neden olması, eşler arasında sağlıklı ve yıkıcı iletişim döngüsünün oluşmasına yol açmaktadır. Bu döngü süresiz tekrarladığında evlilik ilişkisi bozulmaktadır (Ellis ve Dryden, 1997). Bununla birlikte, bireyler işlevsel olmayan inançlarını fark etme ve giderme becerisine de sahiptir. Bu noktadan hareketle, bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı eğitimler ve önleme programları, eşlerin etkileşimlerinde uyumsuzluğuna sebep olan işlevsel olmayan düşüncelerini ve gerçekçi olmayan beklentilerini fark ettirmeye ve yeniden yapılandırmaya odaklanmaktadır (Baucom, Sayers ve Sher, 1990; Bradbury ve Fincham, 1993). Eşlerin işlevsel olmayan düşünce ve duygularıyla nasıl başa çıkabileceklerinin öğretildiği bu eğitimlerde, ilişkilerin olumlu yönlerini korumaya yönelik bilgi ve beceriler de öğretilmektedir (Markman vd., 2006). Ayrıca, bilişsel yapıların kültürel öğelerden etkilenebileceği de bilindiği için eşlerin romantik ilişkilerin doğası hakkındaki hipotezlerini ve standartlarını biçimlendiren geçmiş yaşantıların da özenle değerlendirilmesi önemsenmektedir (Baucom ve Epstein, 1990).

Kültür ve Evlilik

Toplumsal, kültürel ve evrensel değerler değiştiğinde evliliğe atfedilen özellikler ve beklentiler de değişmektedir. Evlilik artık neslin devamını sağlamak, maddi varlığı paylaşmak veya toplumsal konumu yükseltmekten çıkıp, istedik eş beklentilerinden, medya ve güncel kültürel akımlardan etkilenir hale gelmiştir (van Acker, 2003). Evlilikte evrensel ve yerel düzeyde yaşanan değişimlerle birlikte aileler de bazı dönüşümlerden geçmektedir. Türk aile yapısındaki dönüşümlerin başlıca sebeplerinin, teknoloji, göç, yoksulluk, kadınların iş yaşamına girmesi ve toplumsal değerlerdeki değişimler olduğu ifade edilmektedir (Yaşar Ekici, 2014).

Kağıtçıbaşı (1996) Türk toplumu için tanımladığı aile değişim modelinde ebeveynlerin inançları, değerleri ve hedeflerinin, kültürel değerlere göre çocuğun gelişiminde daha etkin rol oynadığını vurgulamakta ve ebeveynlerin değer ve inançlarının kültürel oluşumlar olduğunu belirtmektedir. Bu oluşumlar, toplulukçu kültür ve bireyci kültür olarak ikiye ayrılmaktadır. Toplulukçu kültürlerde aile üyeleri her alanda birbirlerine bağımlıdır, dolayısıyla çocuğun bir birey olarak bağımsız davranması istedik bir durum değildir. Bireyci kültürlerde ise, ebeveynler çocuklarının özerk bir birey olabilmeleri için benlik gelişimlerini desteklemekte ve uygun şartları oluşturmaya çaba göstermektedirler. Benlik gelişimi içinde yaşanan kültüre göre şekillendiği için, bireylerin davranışları ve düşünceleri buldukları bağlamdan ayrı düşünülmemelidir. Toplulukçu kültürlerde ilişkisel benliğin, bireyci kültürlerde ise özerk benliğin daha sık görüldüğü varsayılmaktadır. Tüm bireylerde hem ilişkisel, hem özerk benliğin izleri görülmekle birlikte, hangisinin daha sık ortaya çıkarıldığına bağlı olarak benlik yapıları farklılaşmaktadır (Markus ve Kitayama, 1991; Triandis, 1995; Akt. Wasti ve Erdil, 2007).

Kağıtçıbaşı (1996, 2000, 2005, 2010), Türk toplumunun aile yapısını duygusal bağlılık modeli ile açıklamaktadır. Bu modele göre, benlik yapısı bağımlılıktan özerk ilişkiselliğe doğru değişmekte, aile üyelerinin duygusal bağlılığı devam ettiği sürece çocuğun belli kurallar çerçevesinde bağımsız davranmasına izin verilmektedir. Bu dönüşüme karşın, Türkiye’de eğitilmiş aileler de bile ebeveyn denetimi bireyci toplumlardan daha fazladır (Kağıtçıbaşı, 1996). Gençler, romantik ilişkiler de dahil olmak üzere birçok deneyimi aile değerlerine uygun şekilde yaşamaktadırlar (Doğan ve Cebioğlu, 2011). Dolayısıyla, evlilik iki kişi arasında gerçekleşen bir olaydan daha çok, eşlerin tüm ailesini içeren sosyal bir olay haline gelmektedir (Arnett, 2013).

Türk kültüründe kadınlar ve erkekler farklı biçimlerde yetiştirildiği için toplumsallaşma düzeyleri de birbirinden farklı olabilmektedir. Kız çocukları daha çok korunup kollanırken, erkek çocuklara daha bağımsız davranma hakkı tanınmaktadır. Bu durum evlilikte kadın ve erkek rollerinin belirlenmesinde bir etken olarak karşımıza çıkmakta, kadınlardan daha çok ev içi işlerle ilgilenmesi, erkeklerden de ev dışı işlerle uğraşması beklenmektedir (Güneri, Sümer ve Yıldırım, 1999). Diğer taraftan, erkek çocuklar ebeveynleri yaşlandığında onlara bakım ve destek sunacak evlat olarak görülmektedir. Birlikte yaşama ya da fazla iç içe geçmiş ilişkiler nedeniyle ebeveynler çocuklarının evliliklerine çok fazla karışabilmektedir. Bu da, eşler arasında ebeveynlik, özerklik ve yakınlık alanlarında ciddi çatışmaların yaşanmasına sebep olabilmektedir (Karahana, 2009).

Romantik ilişkilere yönelik eğitim programları tasarlanırken kültürel özelliklerin dikkate alınması gerekmektedir. Çünkü, bireyselliğin ön planda olduğu kültürlerde eşlerin yakınlığını ve bağlılığını arttırmaya yönelik müdahalelere gerek varken, topluluğun ön planda olduğu toplumlarda eşlerin

birbiriyle daha çok duygu ve düşünce paylaşmayı öğrenebilecekleri müdahalelere gerek vardır. (Chen ve Li, 2007).

Evlilik Öncesi İlişki Eğitimi

1932’de Merrill-Palmer Enstitüsü’nde geliştirilen ilk programla birlikte evlilik öncesi destekleyici programlar resmi olarak başlamıştır. 1941’de Philadelphia Evlilik Konseyi, evli genç çiftleri ve evlilik öncesinde bulunan çiftleri desteklemek için “evlilik ilişkisindeki birlikteliğin nasıl olması gerektiği ile ilgili daha iyi bir anlayış kazandırılmalı ve evlilikte zorluğa neden olacak bazı durumlardan kaçınmaları için yardım edilmeli” ilkesiyle standart bir program geliştirmiştir. Tarihsel olarak öncü adımların daha erken atılmasına rağmen, evlilik öncesi eğitimlerin artan boşanma oranlarıyla birlikte 1970’li yıllardan sonra daha çok ilgi çektiği görülmektedir (Carroll ve Doherty, 2003).

Eşlerin evlilik sıkıntılarının üstesinden gelebilmesi, ailenin tüm üyelerinin iyi oluşu ile yakından ilgilidir. Aile işlevselliğinin eşlerin ve çocukların refahı üzerindeki etkileri sebebiyle, evlilikleri iyileştirmek için çok sayıda müdahale ve önleme programları geliştirilmiştir (Blanchard vd., 2009; Guerney ve Maxson, 1990; Jakubowski, vd., 2004; Markman, Stanley ve Blumberg, 1994; Morgan, Nu’Man-Sheppard ve Allin, 1990). Bu programlarının ortak amacı, bireylerin sağlıklı ilişkiler kurmaları ve sürdürülebilmeleri için bilgi, beceri, beklenti ve tutumlarında birtakım değişiklikler yapmalarına yardımcı olmaktır.

İlişki eğitimleri, sıkıntı yaşayan çiftlerin sorunları büyümeden yardım sunduğu ya da evlilik hazırlığında olan çiftlerin evlilikle ilgili risk faktörlerini önlemeye çalıştığı için önemlidir. Evlilik sorunlarını azaltmanın yanı sıra, bu eğitimlere duyulan ihtiyacı da açığa çıkarmakta ve gerek kamu hizmetlerinin gerekse özel hizmetlerin artmasının önemini de gözler önüne sermektedir (Silliman ve Schumm, 2000). Çünkü boşanmanın bireysel olduğu kadar toplum için de büyük maddi ve manevi külfeti vardır (van Acker, 2003). Özellikle, evlenmeden önce alınan eğitim yüksek evlilik doyumu ve düşük boşanma oranı ile ilişkilidir (Stanley, Rhoades ve Markman, 2006; Sullivan ve Bradbury, 1997). Nitekim boşanmış çiftlerle yapılan bir çalışmada (Sürerbiçer, 2008), katılımcıların çoğunun evlilik öncesi eğitim alsalardı sorunlarını daha kolay çözebileceklerine ve evliliklerini daha iyi bir noktaya getirebileceklerine inandıkları saptanmıştır.

Türkiye’de ilişki geliştirme programları incelendiğinde, genel eğilimin evli ya da sevgilisi olan çiftlerle çalışmak olduğu görülmektedir (Canel, 2007; Duran, 2010; Ersanlı, 2007; Haskan Avcı, 2013; Kalkan, 2002; Kalkan ve Ersanlı, 2008; Karahan, 2009; Sevim Aydemir, 1996; Yalçın, 2010 ve Yılmaz, 2009). Bu çalışmalarda, evlilik doyumu, evlilik uyumu, çatışma çözme, iletişim, problem çözme, ilişki doyumu, ego durumları, romantizm, cinsellik, farklılıkları kabul, sosyal destek ve ilişki istikrarı değişkenlerinin ele alındığı belirlenmiştir. Ersanlı (2007) ve Kalkan ve Ersanlı (2008), tarafından yapılan çalışmalarda ise, bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisi geliştirme programları uygulanmıştır.

Bu araştırmanın genel amacı, evlilik öncesi psiko-eğitim programının üniversite öğrencilerinin evlilik ilişkisine yönelik işlevsel olmayan inançları üzerindeki etkisini incelemektir. Bu genel amaç doğrultusunda çalışmanın denenceleri şunlardır:

1. Evlilik öncesi psiko-eğitim programına katılan deney grubu katılımcılarının; kontrol grubu ile karşılaştırıldığında Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği ön test puan ortalamaları ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı bir fark vardır.
2. Evlilik öncesi psiko-eğitim programına katılan deney grubu katılımcılarının; kontrol grubu ile karşılaştırıldığında Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği son test puan ortalamaları ve izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.

Yöntem

Araştırma Modeli

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda çalışmada ön-test son-test izleme testi kontrol gruplu yarı deneysel desen kullanılmıştır (Şekil 1). İzleme testi son testin uygulanmasından iki ay sonra gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bağımsız değişkeni “Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı”, bağımlı değişkeni ise evliliğe yönelik işlevsel olmayan inanç düzeyidir. Araştırmanın nitel verileri, araştırmacı

tarafından hazırlanan Oturum Değerlendirme Formu (her oturum sonrası) ve Psiko-eğitim Programı Değerlendirme Formu (son oturum sonrası) aracılığıyla toplanmıştır.

Şekil 1.

Yarı deneysel desen

Gruplar	Atama	Ön-test	İşlem	Son test	İzleme
Deney	Yansız	EİİÖ uygulama	Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı	EİİÖ uygulama	EİİÖ uygulama
Kontrol	Yansız	EİİÖ uygulama	----	EİİÖ uygulama	EİİÖ uygulama

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2016–2017 öğretim yılında, bir vakıf üniversitesi eğitim fakültesinin 3. ve 4. sınıflarında öğrenim görmekte olan 28 kadın öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilerde romantik ilişki içinde olma şartı aranmamıştır, başka bir deyişle eğitim evli bireyler dışında herkese yönelik gerçekleştirilmiştir. Eğitim programına katılmak isteyen 28 öğrenciye Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği (EİİÖ) uygulanmıştır. Ölçekten alınan puanlar doğrultusunda yansız atama yolu ile öğrencilerin 14'ü deney, 14'ü kontrol grubuna atanmıştır. Deneysel işlem öncesi EİİÖ puanları açısından deney ve kontrol grupları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1

Eğitim Öncesinde Grupların EİİÖ Puanlarının Mann Whitney U Testi Sonuçları

Grup	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Deney	14	12.79	153.50	68.50	0.839
Kontrol	14	12.21	146.50		

Tablo 1 incelendiğinde, deney grubundaki katılımcılar ile kontrol grubundaki katılımcılar arasında EİİÖ puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($U=68.50, p>.05$).

Deney grubundaki iki öğrenci otuurlara hiç katılmadıkları için çalışmaya dâhil edilmemişlerdir. Bu nedenle, kontrol grubundan da denk iki öğrenci çalışma dışında bırakılmıştır. Böylece çalışma 24 öğrenci ile tamamlanmıştır. Deney grubunda yer alan öğrencilerin yaş aralığı 21-24 arasında değişirken, yaş ortalaması 22,25'tir. Bu öğrencilerden altısı Türkçe Öğretmenliği, üçü İngilizce Öğretmenliği, üçü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümlerinde öğrencidir. Dört öğrencinin romantik bir eşi varken, sekiz öğrencinin romantik bir eşi bulunmamaktadır. Altı öğrenci sosyo-ekonomik düzeyini orta olarak tanımlarken, altı öğrenci ortanın üstü olarak tanımlamıştır.

Kontrol grubunda yer alan öğrencilerin yaş aralığı 21-25 arasında değişirken, yaş ortalaması 22,66'dır. Bu öğrencilerden yedisi Türkçe Öğretmenliği, beşi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümlerinde öğrencidir. Yedi öğrencinin romantik bir eşi varken, beş öğrencinin romantik bir eşi bulunmamaktadır. Beş öğrenci sosyo-ekonomik düzeyini orta olarak tanımlarken, yedi öğrenci ortanın üstü olarak tanımlamıştır.

Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programının Tasarımı

Psiko-eğitim grupları; bilgi verme ağırlıklıdır, beceri geliştirmeyi hedefler, başarılması gereken amaçlar ve hedef davranışlar vardır, önleyicidir ve gelişimseldir. Lider, eğitici rolündedir. Grup üyelerinin kendilerini açmalarına izin verilir, ancak odağın bir grup üyesine ya da başka bir konuya kaymasına izin verilmez. Grup oturumu sayısı 6 ila 20 arasında değişirken; oturumların süresi çocuklar için 30-45 dakika, ergenler için 45-60 dakika arasında değişmektedir (Güçray, Çekici ve Çolakkadıoğlu 2009).

Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı, aile danışmanlığı kuramları, gelişim kuramları, alanyazında mevcut bulunan programlar ve evlilik çatışmasına sebep olan etmenler incelendikten sonra araştırmacı

tarafından geliştirilmiştir. Programın tasarım süreci Nazlı'nın (2016) önerdiği gibi iki adımda gerçekleştirilmiştir.

Birinci adım programın alt yapısının hazırlanmasıdır. Programın hedef grubu belirlendikten sonra, beliren yetişkinlik döneminin gelişimsel görev ve ihtiyaçları incelenmiş ve önemli bir gelişimsel ihtiyaç olan romantik ilişkiler ve evlilik teması seçilmiştir. Konu ile ilgili aile danışmanlığı kuramları, gelişimsel kuramlar, psikolojik danışma kuramları, eş seçimi kuramları ve Türkiye'de daha önce yapılan ilgili çalışmalar (Haskan Avcı, 2013; Canel, 2007; Duran, 2010; Ersanlı, 2007; Ersanlı ve Kalkan, 2003; Kalkan ve Ersanlı, 2008; Kalkan ve Ersanlı, 2009; Karahan, 2009; Sevim Aydemir, 1996; Yalçın, 2010; Yılmaz, 2010) gözden geçirilmiştir. Ek olarak, "Evllenme ve Boşanma İstatistikleri" (TÜİK, 2014) ve "Türkiye Boşanma Nedenleri Araştırması" (TBNA, 2014) rapor sonuçları incelenmiştir. Program bilişsel-davranışçı kuram temelinde hazırlanmıştır.

İkinci adım programın tasarım sürecidir. Program, "kazanım, içerik, süreç ve değerlendirme" olmak üzere dört öğeye göre tasarlanmıştır. Programın *kazanımları* gelişimsel rehberlik programlarında kullanılan Wellman ve Moore'un (1966-1968 yılları arasında geliştirilmiş) taksonomisi dikkate alınarak belirlenmiştir (Nazlı, 2016). Wellman ve Moore'un rehberliğin üç boyutunu (eğitsel, kişisel/sosyal ve kariyer gelişimi) dikkate alarak geliştirdikleri taksonomi algılama düzeyi (bilgi ve beceri kazanma), kavrama düzeyi (karar verme, plan yapma, uygun davranışlar edinme) ve genelleme düzeyi (çevre-birey dengesini kurma, öğrenilenleri yeni durumlara genelleme) olarak üç düzeyde sınıflandırılmıştır (Gysbers ve Henderson, 2006; Akt. Nazlı, 2016). Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı'nın kazanımları algılama ve kavrama düzeyinde yazılmıştır. Oturumların kazanımları şu şekildedir: "Romantik ilişkilerin önemini fark eder.", "Aşkın anlamı, bileşenleri ve biçimlerini fark eder." (1. Oturum), "Eş seçimini etkileyen etmenleri kavrar.", "Türk aile yapısının evliliklere yansımaları fark eder." (2. Oturum), "Ait olmak ve birey olmak arasındaki dengeyi fark eder.", "Toplulukçu kültürde kök ailelerin evliliklere yansımaları fark eder." (3. Oturum), "Romantik ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmaları fark eder.", "Bilişsel çarpıtmalara nasıl alternatif düşünceler geliştireceğini kavrar." (4. Oturum), "İlişkilerde duyguların önemini fark eder.", "Olumsuz duygularla uygun şekilde baş edebilmeyi kavrar." (5. Oturum), "İletişim problemlerini ve engellerini tanıır.", "Etkili iletişim kurabilmenin önemini fark eder." (6. Oturum), "Evlilikte cinsel hayatın önemini fark eder." (7. Oturum), "Etkili sorun çözme yöntemlerini kavrar.", "Psiko-eğitim programında edindiği bilgi ve becerileri şimdi ve gelecek yaşamında nasıl kullanacağını kavrar." (8. Oturum).

Psiko-eğitim programının *içeriği* hazırlanırken üyelerin sıkılmadan ve istekle gruba katılabilesini sağlayacak etkinliklere, görsellere, videolara, hikayelere, formlara ve ödevlere yer verilmiştir. Araştırmada üniversite öğrencilerinin evlilik öncesi birtakım bilgi ve beceriler kazanmaları amacıyla hazırlanan Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı'nda sırasıyla, "Romantik İlişkiler ve Aşk nedir?, Türk Aile Yapısı ve Eş Seçimi, Ben-Biz Dengesi ve Kök Aile, Bilişsel Çarpıtmalar ve Gerçekçi Düşünme, İlişkide Duyguların Önemi, Etkili İletişim Becerisi, Evlilikte Cinsellik, Etkili Sorun Çözme Becerisi" konularına yer verilmiştir.

Süreçte, deney grubu ile sekiz hafta boyunca, haftada bir kez ve her bir oturum ortalama 70 dakika olmak üzere bir araya gelinmiştir. Müdahale programı somut, yaşantı temelli ve öğrencilerin aktif katılımını sağlayacak şekilde gerçekleştirilmiştir. İkinci oturumdan itibaren, oturumun gündemine geçmeden önce bir önceki haftanın özeti yapılmış ve ödevlerle ilgili paylaşımlara yer verilmiştir. Her oturuma güdüleyici ve dikkat çekici kısa çalışmalar yapılarak başlanmıştır. Katılımcılar ısındıktan sonra oturumun içeriği etkileşim halinde sunulmuş öğrenilenlerin pekiştirilmesi için sunum, soru-cevap tekniği ve formlardan yararlanılmıştır. Grup içerisinde geribildirimlerin verilmesine özen gösterilmiş ve günün özeti yapıldıktan sonra ödev verilerek oturumlar sonlandırılmıştır.

Sekiz oturumluk Evlilik Öncesi Psiko-eğitim programının etkililiğini *değerlendirmek* için nicel ve nitel veriler toplanmıştır. Nicel veriler deney ve kontrol grubu katılımcılarından, nitel veriler ise sadece deney grubu katılımcılarından toplanmıştır. Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı 2012-2013 yılında beş oturum olarak tasarlanmış ve uzman görüşü alınmıştır. Gerekli düzeltmeler yapıldıktan sonra birinci pilot çalışması yapılmıştır. 2013-2014 yılında ise sekiz oturuma çıkartılarak ikinci pilot çalışması gerçekleştirilmiştir. Eksikler ve işlemeyen yönler dikkate alınarak program gözden geçirilmiş ve sekiz oturumluk son haline getirilmiştir.

Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programının Uygulanması ve Verilerin Toplanması

Araştırmacı uygulama yapmadan önce ilgili kurumdan gerekli izni almıştır. Deney-kontrol gruplarını oluşturmak için eğitim fakültesi bünyesinde 3. ve 4. sınıflara yazılı ve sözlü duyurular yapılarak, eğitim programının içeriği tanıtılmış ve katılmak isteyen bireylere çağrıda bulunulmuştur. Eğitime katılmak isteyen öğrencilerle ön görüşme yapılarak süreç ve içerik hakkında bilgiler verilmiş ve katılmak isteyen öğrencilere bilgilendirilmiş onay formu imzalatılmıştır. Yeterli katılımcı sayısına ulaşıldıktan sonra, katılımcılar deney ve kontrol gruplarına yansız bir şekilde atanmışlardır. Deney ve kontrol gruplarına Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği ön-test olarak uygulandıktan sonra deney grubu katılımcılarıyla Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı uygulamasına geçilmiştir. Deney grubu ile haftada bir gün, 70 dakikalık oturumlar şeklinde program yürütülmüş, kontrol grubuna ise herhangi bir işlem uygulanmamıştır. Deney grubu katılımcılarından her oturumun sonunda Oturum Değerlendirme Formu'nu doldurmaları istenmiştir. Program sonlandıktan sonra deney grubuna son-test ve Psiko-eğitim Değerlendirme Formu uygulanırken, kontrol grubuna son-test uygulanmıştır. Program sonlandıktan iki ay sonra ise her iki gruba da izleme testi uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, öğrencilerin evliliğe yönelik inançlarını belirlemek amacıyla Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği kullanılmıştır. Ayrıca veri çeşitliliğinin sağlanması için, deney grubuna katılan öğrencilerden, Oturum Değerlendirme Formu (her oturum sonrası) ve Psiko-eğitim Programı Değerlendirme Formu (son oturumda) ile nitel veriler elde edilmiştir.

Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği (EİİÖ), beliren yetişkinlerin evliliğe yönelik işlevsel olmayan inançlarını belirlemek amacıyla Kızıl ve Nazlı (2018) tarafından geliştirilmiştir. Beliren yetişkinlere yönelik olarak hazırlanan ölçek, 5'li Likert (1 Hiç Katılmıyorum- 5 Tamamen Katılıyorum) tipi derecelendirmeye sahiptir. Ölçek, Kök Aileye Bağlılık (8 madde), Ben-Biz Dengesi (5 madde), Duygu Yönetimi (4 madde) ve Cinsel Hayat (4 madde) olmak üzere 21 madde ve dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 21, en yüksek puan 105'tir. Ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği, bireyin evliliğe yönelik işlevsel olmayan inançlarının fazlalığını göstermektedir.

EİİÖ'nin geçerliğini test etmek amacıyla, yapı geçerliği ve ölçüt geçerliği kullanılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları, varyansın % 45.35'ini açıklayan dört alt boyut olduğunu ortaya koymuştur. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ise, modelin iyi uyum gösterdiğine işaret etmektedir (Ki-Kare/sd=1,92, RMSEA=0,058, SRMR=0,058, NNFI=0,93, CFI=0,94, GFI=0,89). Ölçüt geçerliği analizi sonucunda EİİÖ'den elde edilen puanlar ile İlişki İnançları Ölçeği'nden (Gizir, 2012) alınan puanlar arasında orta düzeyde, pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki ($r=.40$) bulunmuştur. Güvenirlilik çalışması sonuçlarına göre, EİİÖ'nün alt boyutlarının iç tutarlılık katsayılarının Kök Aileye Bağlılık için 0.76, Ben-Biz Dengesi için 0.62, Duygu Yönetimi için 0.48 ve Cinsel Hayat için 0.69, ölçeğin tümü için hesaplanan iç tutarlılık katsayısının ise 0.82 olduğu görülmektedir.

Oturum Değerlendirme Formu, oturumun sonunda oturumun etkililiğini ve katılımcıların bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak neler kazandıklarını değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır. Formda açık uçlu üç soru yer almaktadır: “Bugünkü oturuma yönelik düşüncelerin neler? Neden?”, “Bugünkü oturumda neler hissettin? Neden?”, “Bugünkü oturumda öğrendiklerinden neleri uygulamak istersin? Neden?”.

Psiko-eğitim Programı Değerlendirme Formu, katılımcıların elde ettikleri kazanımları ve gruba ilişkin görüşlerini değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır. Formda, yapıya (7 madde), program ve içeriğe (19 madde) ve lidere (3 madde) yönelik 29 madde bulunmaktadır. Maddeler 5'li Likert tipi derecelendirmeye (1-Kesinlikle Katılıyorum, 2-Katılıyorum, 3-Kısmen Katılıyorum, 4-Katılmıyorum, 5-Kesinlikle Katılmıyorum) değerlendirilmektedir.

Verilerin Analizi

Veriler, bilgisayar ortamında SPSS 20 (Statistical Package for Social Sciences) paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde karma yöntem kullanılmıştır. Deney grubuna uygulanan Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı'nın etkisini saptamak amacıyla, gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için Mann Whitney U testi, ölçümler arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için Wilcoxon İşaretli Sıralar testi kullanılmıştır. Deney grubundan elde edilen nitel verilerin özetlenmesi ve yorumlanmasında ise, betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Bu yaklaşımda, elde

edilen veriler, daha önceden belirlenen temalara göre özetlenmekte ve yorumlanmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2013:256).

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde, deney ve kontrol gruplarına ait ölçek puanlarına ilişkin betimsel istatistikler verildikten sonra, verilerin analizi sonucu elde edilen nicel ve nitel bulgular açıklanmaktadır. Tablo 2’de deney ve kontrol grubunda yer alan bireylerin ön test, son test ve izleme testine ilişkin ortalama puan ve standart sapma değerleri verilmektedir.

Tablo 2
Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Gruplar	Ön test			Son test			İzleme testi		
	n	\bar{X}	S	n	\bar{X}	S	n	\bar{X}	S
Deney	12	46.08	9.79	12	37.75	8.01	12	38.83	8.20
Kontrol	12	46.21	9.54	12	44.57	11.37	12	44.14	10.81

Tablo 2 incelendiğinde, deney grubunun ön test puanlarının ortalaması 46.08, standart sapma değeri 9.79; son test puanlarının ortalaması 37.75, standart sapma değeri 8.01 ve izleme testi puanlarının ortalaması 38.83, standart sapma değeri 8.20 olduğu; kontrol grubunun ön test puanlarının ortalaması 46.21, standart sapma değeri 9.54; son test puanlarının ortalaması 44.57, standart sapma değeri 11.37 ve izleme testi puanlarının ortalaması 44.14, standart sapma değeri 10.81 olduğu görülmektedir.

Denence 1’in test edilmesi amacıyla, deney ve kontrol gruplarındaki bireylerin ölçekten aldıkları ön test ve son test puanları arasında fark olup olmadığını incelemek için yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçları Tablo 3 ve Tablo 4’te sunulmuştur. Ayrıca, deney ve kontrol grubundaki bireylerin ölçekten aldıkları son test puanları arasında fark olup olmadığını incelemek için yapılan Mann Whitney U Testi sonuçları Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 3
Deney Grubunun EİİÖ Ön Test ve Son Test Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Son test-Ön test	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	z	p
Negatif Sıra	9	6.83	61.50	2.53*	.011
Pozitif Sıra	2	2.25	4.50		
Eşit	1	-	-		

*Pozitif sıralar temeline dayalı

Tablo 3’te yer alan istatistiksel analiz sonuçları, deney grubundaki bireylerin ölçekten aldıkları ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir, $z=2.53$, $p<0.05$. Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamları dikkate alındığında, bu farkın negatif sıralar lehine olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre, uygulanan psiko-eğitim programının beliren yetişkinlerin işlevsel olmayan inançlarını azaltmada etkili olduğu söylenebilir.

Kontrol grubundaki bireylerin ölçekten aldıkları ön test ve son test puanları arasında fark olup olmadığını incelemek için yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçları Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4’te yer alan istatistiksel analiz sonuçları, kontrol grubundaki bireylerin ölçeklerden aldıkları ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir, $z=1.33$, $p>0.05$. Bu bulgu denence 1’i desteklemektedir.

Tablo 4

Kontrol Grubunun EİİÖ Ön Test ve Son Test Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Son test-Ön test	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	z	p
Negatif Sıra	7	6.86	48.00	1.33*	.181
Pozitif Sıra	4	4.50	18.00		
Eşit	1	-	-		

*Pozitif sıralar temeline dayalı

Tablo 5

Deney ve Kontrol Grubunun EİİÖ Son Test Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

Grup	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Deney	12	10.25	123.00	45.00	0.44
Kontrol	12	14.75	177.00		

Tablo 5 incelendiğinde, deney grubundaki katılımcılar ile kontrol grubundaki katılımcıların ölçekten aldıkları son test puanları arasında deney grubu lehine anlamlı bir fark olduğu görülmektedir, $U=45.00$, $p<.05$. Sıra ortalamaları dikkate alındığında, psiko-eğitim programına katılan bireylerin, programa katılmayan bireylere göre işlevsel olmayan inanç düzeylerinin daha düşük olduğu anlaşılmaktadır. Bu bulgu, psiko-eğitim programının işlevsel olmayan inançları azaltmada etkili olduğunu göstermektedir.

Denence 2'nin test edilmesi amacıyla, deney grubundaki bireylerin ölçekten aldıkları son test ve izleme testi puanları arasında fark olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonuçları Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6

Deney Grubunun EİİÖ Son Test ve İzleme Testi Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

İzleme testi-Son test	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	z	p
Negatif Sıra	6	5.42	32.50	0.51*	.609
Pozitif Sıra	6	7.58	45.50		
Eşit	0	-	-		

*Negatif sıralar temeline dayalı

Tablo 6'da yer alan istatistiksel analiz sonuçları, deney grubundaki bireylerin ölçeklerden aldıkları son test ve izleme testi puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir, $z=0.51$, $p>0.05$. Bu sonuçlara göre, uygulanan psiko-eğitim programının etkisinin kalıcı olduğu söylenebilir.

Nicel verilere ek olarak, deney grubundaki bireylerden oturum değerlendirme formları ve psiko-eğitim programı değerlendirme anketi aracılığıyla nitel veriler toplanmıştır. Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı'na katılan bireyler, oturum değerlendirme formundaki dört soru aracılığıyla oturumları; değerlendirme anketi aracılığıyla ise, programı yapı, içerik ve lider açısından değerlendirmişlerdir. Bu değerlendirmeler aşağıda beş başlık altında sunulmuştur.

a) Bireylerin oturumlara ilişkin duyguları: Deney grubundaki bireylerin çoğu, oturumlara katılmanın heyecan, merak, keyif ve mutluluk verdiğini belirtmişlerdir. Kendilerine vakit ayırarak böyle bir programa katılmanın iyi hissettirdiğini ifade etmişlerdir. Gruptaki diğer üyelerin de benzer duygu,

- düşünce ve yaşantılara sahip olduklarını gördükçe kendilerini rahatlamış hissettiklerini ve grup tarafından anlaşılmanın iyi hissettirdiğini belirtmişlerdir. Bazı üyeler, var olan ya da geçmişte yaşadıkları romantik ilişkilerde yaptıkları hatalardan dolayı üzüldüklerini ifade etmişlerdir. Son oturumda ise eğitimin bitmesinden dolayı hüzünlendiklerini belirtmişlerdir.
- b) Bireylerin oturumlara ilişkin düşünceleri: Deney grubundaki katılımcılar oturumları değerlendirirken çoğunlukla oturumlara ilişkin olumlu düşüncelere sahip olduklarını belirtmişlerdir. Çoğu üye, süreç içinde romantik ilişkilere yönelik hatalı düşüncelerinin ve davranışlarının farkına vardığını ifade etmiştir. Grup içinde verilen örnekler ve uygulamalar ile oturumların daha etkili hale geldiğini belirtmişlerdir. Üyelerin çoğu, grup içinde kendilerini açabilmenin ve yeni şeyler öğrenmenin kendilerine faydalı olduğundan söz etmişlerdir.
- c) Programın üyelerin davranışlarına yönelik etkileri: Üyelerin çoğu oturumlarda ele alınan bilgi ve becerileri değerlendirirken, öğrendiklerini kendi hayatlarında uygulayacaklarından söz etmişlerdir. Bazı üyeler edindikleri farkındalık sayesinde kendilerini ve yakın ilişkilerini gözden geçirdiklerini belirtmişlerdir. Öğrenilenlerin romantik ilişkilerde, evliliklerde, ailede ve toplumda uygulanabileceğini ifade etmişlerdir.
- d) Programın zayıf yönleri: Deney grubu üyelerinin bazıları, oturumlarda gördükleri zayıf yönleri de ifade etmişlerdir. Liderin kendi hayatından örnekler vermesinin grup içindeki atmosferi olumlu etkileyeceğinden söz etmişlerdir. Bazı oturumlarda sürenin kısa geldiği ve her katılımcının söz alamadığı da belirtilmiştir. Aşağıda grup üyelerinin ifadelerinden bazı örnekler yer verilmiştir.
- e) Programın genel değerlendirmesi: Deney grubu üyelerinin son oturumdan sonra programı genel olarak değerlendirdikleri formun maddelere göre frekans ve yüzde dağılımları incelendiğinde, üyelerin cevaplarının “Kesinlikle Katılıyorum (5)” ve “Katılıyorum (4)” derecelendirme seçeneklerinde yığıldığı görülmüştür. Farklı seçeneklerin işaretlendiği maddeler incelendiğinde ise; “Eğitim beklentilerimi karşıladı” maddesine bir üyenin “Kısmen Katılıyorum (3)”, “Eğitimin verildiği mekan ve donanım eğitim sürecini olumlu etkiledi” maddesine iki üyenin “Kısmen Katılıyorum (3)”, “Romantik ilişkilerin başlatılması ve sürdürülmesine yönelik yeni beceriler kazandım” maddesine bir üyenin “Katılmıyorum (2)”, “Program, ilişki sorunlarını daha yapıcı çözebilmeme katkı sağladı” maddesine bir üyenin “Kısmen Katılıyorum (3)”, “Program sayesinde bazı davranışlarımı değiştirdim” maddesine üç üyenin “Kısmen Katılıyorum (3)” seçeneklerini işaretlediği belirlenmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı'nın üniversite öğrencilerinin evliliğe yönelik işlevsel olmayan inançları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışma sonunda, Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programı'na katılan bireylerin, bu programa katılmayan bireylere göre evliliğe yönelik işlevsel olmayan inanç puanlarında anlamlı bir düşüş olduğu (denence 1'e ait bulgu), bu etkinin izleme testinde de devam ettiği (denence 2'ye ait bulgu) görülmüştür. Bu sonuç, yapılan çalışmanın amacını destekleyen ve denencelerin doğrulandığını gösteren bir sonuçtur. Araştırma bulguları, ilgili alanyazında incelenen araştırma sonuçları ile karşılaştırıldığında, ilişki geliştirme ve önleme programlarının bireylerin ilişki kalitesi ve doyumuna olumlu katkılar sunduğunu gösteren birçok araştırma sonucu ile paralellik göstermektedir (Angera ve Long; 2006; Carroll ve Doherty, 2003; Dunn ve Schwebel, 1995; Faircloth vd., 2011; McGeorge ve Carlson, 2006; Shapiro ve Gottman, 2005). Araştırma sonucu, Türkiye'de üniversite öğrencileri ile yürütülen ilişki geliştirme programlarının bulgularını da desteklemektedir (Duran, 2010; Haskan Avcı, 2013; Yalçın, 2010 ve Yılmaz, 2009).

Evliliklerin istikrarlı ve sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi hem ailelerin hem de toplumların refahı ile yakından ilgilidir. Bu nedenle ilişki ve evlilik süreçlerini iyileştirmek için çok sayıda önleme ve müdahale programı geliştirilmiştir. Özellikle, evlilik öncesi programlar evlilik sıkıntısı ve boşanma ile ilişkili risk faktörlerini öngörerek önleyici bir yaklaşım sağlamaya çalışmaktadır. Erken müdahale, gençlerin evlilik rolleri ve meseleleri hakkında daha doğru bilgi sahibi olmalarına, gerçekçi beklentileri kabul etmelerine ve arkadaşlığa dayalı evlilik ilişkisi kurmalarına yardım ederek ilişki sıkıntısı riskinin azalmasına katkı sağlamaktadır (Silliman ve Schumm, 2004).

Müdahale ve önleme programlarının en temel hedefi, bireylerin istikrarlı ve doyumlu bir ilişki kurmalarına katkı sunmak için bilgi aktarmak, beceri öğretmek ve katılımcıların uygun beklenti ve tutum geliştirmelerine yardımcı olmaktır. Programlar genellikle, bilgi aktarıcı yöntemler, belirli becerileri öğretmek için deneysel alıştırmalar ve ev ödevlerini içermektedir. Açık iletişimi, aktif dinlemeyi, empatiyi ve çatışma çözme becerilerini geliştirerek, düşünce ve davranışlarda değişiklik yaratmaya yönelik olarak tasarlanmaktadır (Blanchard, Hawkins, Baldwin ve Fawcett, 2009; Hawkins, Blanchard, Baldwin ve Fawcett, 2008; Jakubowski, Milne, Brunner ve Miller, 2004; Markman, Stanley ve Blumberg, 1994; Miller, Miller, Nunally ve Wackman, 1991).

Eşler arasında ve evliliklerde yaşanan sıkıntının en önemli sebeplerinden birinin işlevsel olmayan inançlar olduğu araştırma sonuçları ile desteklenmektedir. İşlevsel olmayan olumsuz inançların evlilik doyumu, evlilik kalitesi ve boşanma ile yüksek düzeyde ilişki verdiği görülmektedir (Baucom ve Epstein, 1990; Bayrami, Heshmati ve Karami, 2011; Bradbury ve Fincham, 1990; Bradbury ve Fincham, 1992 ve Renshaw, Blais ve Smith, 2010). Romantik ilişkiler hakkındaki inançların, ciddi birliktelikler kurulmadan önce şekillendirilmiş olması olası görünmektedir (Willoughby, 2010). Dolayısıyla genç ve bekâr bireyleri hedef alan evliliğe yönelik eğitim faaliyetlerinin odak noktalarından biri de işlevsel olmayan inançlardır.

Yapılan bu araştırmanın bulguları, önleyici çalışmaların önemini destekler niteliktedir. Bradbury ve Fincham (1993) yaptıkları çalışmada çiftlerin ilişki inançlarının sorun çözme süreci üzerindeki etkisini incelemişlerdir. İşlevsel olmayan inançlar arttıkça eşlerin birbirlerine olumsuz davranış gösterme eğilimleri de artmıştır. Benzer bir çalışmada (Möller ve de Beer, 1998), işlevsel olmayan inançlar ile evlilik çatışması arasındaki ilişki incelenmiş ve araştırma sonucunda işlevsel olmayan inanç düzeyi arttıkça çatışma düzeyinin de arttığı belirlenmiştir. Dolayısıyla, evlilik öncesi eğitim programlarında işlevsel olmayan düşüncelerin ele alınıp, katılımcıların bu tür düşüncelerini yeniden yapılandırmaya yönelik bilgi ve beceri kazanması evlilik kalitesine katkı sunacaktır. Nitekim McGeorge ve Carlson'ın (2006) çiftlerle yürüttükleri evlilik öncesi eğitim programının sonunda, katılımcıların evliliğe yönelik değerleri, tutumları ve inançlarında olumlu değişiklikler görülmüştür.

Evlilik öncesi ilişki geliştirme ve önleme programlarına yönelik yapılan meta-analitik bir çalışmada (Carroll ve Doherty, 2003), ortalama etki büyüklüğünün .80 olduğunu belirlenmiş ve bu etkinin altı aydan üç yıla kadar sürdüğü saptanmıştır. Bu sonuç, evlilik öncesi önleme programına katılan bir bireyin, bu programlara katılmayan bireylerin %79'undan anlamlı düzeyde daha iyi olduğu anlamına gelmektedir. Dunn ve Schwebel'in (1995) meta-analiz çalışmasında ise, davranışçı evlilik terapisi, bilişsel davranışçı evlilik terapisi ve içgörü odaklı evlilik terapisinin çalışıldığı 15 çalışma incelenmiştir. Üç yaklaşımın da davranış değişiklikleri üretmekte ve ilişkinin genel kalitesinin yükselmesinde etkili olduğu görülmüştür. Ancak sadece bilişsel davranışçı evlilik terapisinin ilişki ile ilgili bilişleri değiştirmede en etkili yaklaşım olduğu saptanmıştır. Bu araştırmaların sonuçları, yapılan bu çalışmanın bulguları ile paralellik göstermektedir. Bu çalışmanın sonuçları da evlilik öncesi psiko-eğitim programının katılımcıların işlevsel olmayan inanç düzeylerini azalttığını ve bu etkinin program bittikten iki ay sonra da devam ettiğini göstermiştir.

Türkiye'de yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir (Duran, 2010; Haskan Avcı, 2013; Kalkan, 2002; Karahan, 2009; Yalçın, 2010 ve Yılmaz 2009). Ersanlı (2007) tarafından yapılan araştırmada, deney grubundaki çiftlere akılcı olmayan inançlarıyla baş etme becerileri kazandırmak amacıyla bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programı uygulanmıştır. Uygulama sonunda, deney grubundaki çiftlerin evlilik ilişkilerinde çaresizlik ve sevilmezlik inançlarıyla baş etme becerilerinin anlamlı düzeyde yükseldiği belirlenmiştir. Benzer bir diğer çalışmada, bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programının evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisini araştırmak amaçlanmıştır. Uygulanan programın deney grubundaki katılımcıların evlilik uyum düzeylerini artırdığı ve programa katılmayan kişilere göre evlilik uyumu son-test puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca kontrol grubundaki bireylerin ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı fark bulunmamıştır (Kalkan ve Ersanlı, 2008). Görüldüğü üzere, ilgili alanyazındaki çalışmaların bulguları, bu çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Araştırmada elde edilen nitel bulgular, psiko-eğitim programına katılan bireylerin işlevsel olmayan inançları ve inançların romantik ilişkiler üzerindeki olumsuz etkileri ile ilgili farkındalık kazandıklarını göstermektedir. Ayrıca deney grubundaki bireylerin süreçte edindikleri bilgi ve becerileri günlük hayatlarına aktardıklarını da göstermektedir. İlgili alanyazında nicel ve nitel verilerin

birlikte ele alındığı araştırmaların sonuçları, bu çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir. Yapılan araştırmalarda farklı yaklaşımlara dayalı olarak geliştirilen ilişki eğitimi programları kullanılsa da, deney grubu katılımcılarının programın içeriğine yönelik farkındalık düzeylerinin arttığı görülmektedir. Örneğin Haskan Avcı (2013), üniversite öğrencileri ile yürüttüğü evliliğe hazırlık programının etkililiğini nicel ve nitel veriler ile değerlendirmiştir. Araştırma bulguları, katılımcıların kendilerine ve romantik ilişkilere yönelik farkındalık düzeylerinin arttığını ve genel olarak programdan yararlandıklarını göstermiştir.

Çalışmada dikkat çeken noktalardan biri de, psiko-eğitim programına katılmak için başvuruda bulunan tüm bireylerin kadın olmasıdır. Çalışmanın planlama aşamasında böyle bir durum sınırlılık olarak ele alınmazken, gönüllü olarak başvuranların hepsinin kadın olması dikkat çekmiştir. Bu durum ilgili alanyazında yapılan çoğu araştırma ile paralellik göstermektedir (Duncan, Box ve Silliman, 1996; Larson ve Holman, 1994; Silliman ve Schumm, 1989; Silliman, Schumm ve Jurich, 1992). Araştırmacılara göre, kadınlar romantik ilişkilere yönelik eğitimlere erkeklerden daha meraklı ve isteklidirler. Kadınların erkeklere göre evlilik öncesi eğitimlere daha fazla ilgi ve ihtiyaç duyması, romantik ilişkilere yönelik becerileri öğrenmeye daha duyarlı ve yatkın olmalarıyla açıklanabilir (Collins, 2003). Bu yatkınlık ise toplumsal cinsiyet rolleri açısından ele alınabilir. Hemen hemen her toplumda kadın ve erkeğe biçilen sosyal roller farklıdır ve bu roller doğrultusunda sosyal becerilerin geliştirilmesi beklenmektedir. Çocuklar yetiştirilirken kız çocukların duygularını ifade etmeleri normal karşılır, erkek çocukların ise duygularını bastırmaları öğretilir. Kadınlardan beklenen roller genel olarak yuva kurma, annelik, ev işleri gibi ev içi işlere vurgu yaparken, erkeklerden beklenen roller ise ev dışında yürütülen işlere vurgu yapmaktadır. Türk kültüründe de toplumsal cinsiyet rollerini pekiştiren “Yuvayı yapan dişi kuştur”, “Erkekler ağlamaz” gibi çok sayıda deyim ve atasözü bulunmaktadır. Dolayısıyla, cinsiyete bağlı toplumsallaşmanın etkisi, romantik ilişkilerin başlatılması ve sürdürülmesi sürecinde de görülmektedir. Bu sebeplerden dolayı, evlilik öncesi eğitim programlarına kadınların daha ilgili ve duyarlı olduğu söylenebilir.

Araştırma bulguları incelendiğinde, katılımcıların Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programına ilgiyle katıldıkları ve programdan faydalandıkları görülmektedir. Bu sonucun ortaya çıkmasında, program içeriğinin kültürel öğeler göz önüne alınarak hazırlanmasının etkili olduğu düşünülebilir. Bireyler içinde buldukları toplumun amaçları, inançları ve değerlerinden etkilenirler. Türkiye’de çocuk yetiştirirken benimsenen duygusal bağlılık aile modelini (Kağıtçıbaşı, 1996) dikkate alan programda bireylerin benliklerinin hem özerk yönüne hem de ilişkisel yönüne vurgu yapılmıştır. Kullanılan videolar, haberler, görseller, hikayeler, sunular, bilgilendirici ve eğitici formlar kültürel değerler dikkate alınarak örneklenmeye çalışılmıştır.

Sonuç olarak, Evlilik Öncesi Psiko-eğitim Programına katılan bireylerin evliliğe yönelik işlevsel olmayan düşünce düzeylerinde düşüş olduğu görülmüştür. Eğitim sürecinin tamamlanmasından iki ay sonra bu etkinin devam ediyor olması, program sürecinde kazanılan bilgi ve becerilerin deney grubu katılımcıları tarafından işlevsel olarak kullanılmaya devam edildiğinin göstergesi olabilir. Üniversite döneminde en önemli gelişimsel ihtiyaçlardan biri olan romantik ilişkiler kurmak ve sürdürmek, bireylerin ileride kuracakları evlilikler için de bir keşif niteliğindedir. Dolayısıyla, yükseköğretimde sunulan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde gelişimsel rehberlik modeli benimsenerek, öğrencilerin gelişimsel görevlerini ve ihtiyaçlarını dikkate almak hizmetlerin kalitesini arttıracaktır. Çalışma, 2016–2017 öğretim yılında bir vakıf üniversitesin eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrenciler, uygulanan ölçeklerden toplanan veriler ve psiko-eğitim programının içeriği ile sınırlıdır. Bu araştırma deneysel nitelikte bir çalışma olduğu için, uygulanan müdahale programı sadece benzer nitelikteki üniversite öğrencilerine uygulanabilir.

Kaynakça

- Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı (2014). *Türkiye Boşanma Nedenleri Araştırması*. Ankara.
- Amato, P. R. and Booth, A. (2001). The Legacy of Parents’ Marital Discord: Consequences for Children’s Marital Quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 627–638.
- Angera, J. J. and Long, E. C. J. (2006). Qualitative and Quantitative Evaluations of an Empathy Training Program for Couples in Marriage and Romantic Relationship. *Journal of Couple and Relationship Therapy: Innovations in Clinical and Educational Interventions*, 5(1), 1-26.

- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist*, 55(5),469–480.
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the Transition to Adulthood: Perspectives from Adolescence Through Midlife. *Journal of Adult Development*, 8(2), 133–143.
- Arnett, J. J. (2007). Afterword: Aging Out of Care: Toward Realizing the Possibilities of Emerging Adulthood. *New Directions for Youth Development*, 113, 151-161.
- Arnett, J. J. (2013). *Adolescence and emerging adulthood: a cultural approach* (5th Ed.). New Jersey: Pearson Education Inc.
- Atak, H. (2005). Beliren yetişkinlik: Yeni bir yaşam döneminin Türkiye’de incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Atak, H. (2007). *Beliren yetişkinlik: Tek bir evre mi?*. 1. Psikoloji Lisansüstü Öğrencileri Kongresi 21-24 Haziran, İzmir.
- Atak, H. (2011). Yetişkinliğe Aşamalı Geçiş: Beliren Yetişkinlik Tek Bir Ana Yol mu?. *İlköğretim Online*, 10(1), 51-67.
- Atak, H. ve Çok, F. (2007). *Emerging adulthood and perceived adulthood in Turkey*. 3rd Conference on Emerging Adulthood 15-16 February, Tucson, AZ, USA.
- Baucom, D. H. and Epstein, N. (1990). *Cognitive-behavioral marital therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Baucom, D. H., Sayers, S. L. and Sher, T. G. (1990). Supplementing Behavioral Marital Therapy with Cognitive Restructuring and Emotional Expressiveness Training: An Outcome Investigation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58(5), 636-645.
- Bayrami, M., Heshmati, R. and Karamic, R. (2011). Anxiety: Trait/State, Sensation Seeking and Marital Satisfaction in Married Women. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 765-770.
- Bilge, F. ve Arslan, A. (2001). Yetişkinlerin Akılcı Olmayan Düşüncelerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(16), 23-31.
- Blanchard, V. L. et al. (2009). Investigating the Effects of Marriage and Relationship Education on Couples’ Communication Skills: A Meta Analytic Study. *Journal of Family Psychology*, 23, 203–214.
- Bradbury, T. N. and Fincham, F. D. (1990). Attributions in Marriage: Review and Critique. *Psychological Bulletin*, 107, 3-33.
- Bradbury, T. N. and Fincham, F. D. (1992). Attributions and Behavior in Marital Interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 613-628.
- Bradbury, T. N. and Fincham, F. D. (1993). Assessing Dysfunctional Cognition in Marriage: A Reconsideration of the Relationship Belief Inventory. *Psychological Assessment*, 5, 92–101.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. and Beach, S. R. H. (2000). Research on the Nature and Determinants of Marital Satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964–980.
- Bruhn, D.M. and Hill, R. (2004). Designing a premarital counseling program. *The Family Journal: Counseling and Therapy For Couples and Families*, 12(4), 389- 391.
- Büyükaşahin Çevik, G. (2007). Lise 3. Sınıf öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri ve benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Canel, A. N. (2007). Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Carroll, J. and Doherty, W. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations*, 52, 105-118.
- Casquarelli, E. J. and Fallón, K. M. (2011). Nurturing the relationships of all couples: Integrating lesbian, gay, and bisexual concerns into premarital education and counseling programs. *Journal of Humanistic Counseling*, 50, 149-160.
- Chen, F. and Li, T. (2007). Marital Enqing: An Examination Of Its Relationship To Spousal Contributions, Sacrifices, And Family Stress İn Chinese Marriages. *The Journal of Social Psychology*, 147(4), 393-412.
- Collins, W. A. (2003). More Than Myth: The Developmental Significance Of Romantic Relationships During Adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13, 1–24.

- Conger, R. D., Cui, M., Bryant, C. M. and Elder, G. H. (2001). Competence In Early Adult Romantic Relationships: A Developmental Perspective On Family Influences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 224–237.
- Creasey, G., Kershaw, K. and Boston, A., (1999). Conflict Management With Friends And Romantic Partners: Therole Of Attachment And Negative Mood Regulation Expectancies. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 523–543.
- Creasey, G. and Ladd, A. (2004). Negative Mood Regulation Expectancies And Conflict Behaviors In Late Adolescent College Student Romantic Relationships: The Moderating Role Of Generalized Attachment Representations. *Journal of Research on Adolescence*, 14(2), 235–255.
- Doğan, A. (2011). *Turkish Emerging Adults' Perceptions Of Adulthood*. Paper presented at the European Congress of Psychology, İstanbul.
- Doğan, A. ve Cebioğlu, S. (2011). Beliren Yetişkinlik: Ergenlikten Yetişkinliğe Uzanan Bir Dönem. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14 (28), 11-21.
- Doğan, T. (2012). A Long-Term Study Of The Counseling Needs Of Turkish University Students. *Journal of Counseling and Development*, 90, 91-96.
- Doğan Ateş, A., Cebioğlu, S. and Erdoğan, E. (2007). *Conceptions of the transition to adulthood among Turkish emerging adults*. Poster presented at the 3rd Conference on Emerging Adulthood, Tucson, Arizona.
- Duncan, S.F., Box, G. and Silliman, B. (1996). Racial And Gender Effects On Perceptions Of Marriage Preparation Programs Among College-Educated Young Adults. *Family Relations*, 45(1), 80-90.
- Duran, Ş. (2010). Evlilik öncesi ilişki geliştirme programının romantik ilişkiler yaşayan üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri, çatışma iletişim tarzları ve ilişki istikrarları üzerine etkisinin incelenmesi (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Ellis, A. (2005). Rational emotive behavior therapy. R. J. Corsini and D. Wedding (Eds.), *Current psychotherapies* (pp. 166-201). Canada: Thomson Brooks/Cole.
- Ellis, A. and Dryden, W. (1997). *The practice of rational emotive behavior therapy (2nd ed.)*. New York: Springer.
- Ersanlı, E. (2007). Evlilik ilişkilerinde eşlerin akılcı olmayan inançlarıyla baş etmelerine bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programının etkisi (Yayınlanmamış doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Ersanlı, K. ve Kalkan, M. (2003). Evlilik İlişkisini Geliştirme Programının Evli Çiftlerin Evlilik İlişkilerini Değerlendirmelerine Etkisi. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, 11(3), 219-226.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2007). *Hazır ya da değilim? Beliren yetişkinlik döneminde romantik yakınlığı başlatmanın belirleyicileri*. 1. Psikoloji Lisansüstü Öğrencileri Kongresi'nde sunulan bildiri, İzmir Ekonomi Üniversitesi, İzmir.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010a). Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma: Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık Mı?. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (34), 119-127.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010b). Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma Ve Başa Çıkma. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(2), 381-397.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011a). Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma İle İhtiyaç Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 6(1), 526-535.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011b). Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma Ve Algılanan Kontrol. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(2), 359-380.
- Facio, A. and Micocci, F. (2003). Emerging Adulthood In Argentina. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 100, 21–32.
- Faircloth, W. B., Schermerhorn, A. C., Mitchell, P. M., Cummings, J. S. and Cummings, E. M. (2011). Testing The Long-Term Efficacy of A Prevention Program For Improving Marital Conflict In Community Families. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 32, 189–197.
- Flett, G.L., Hewitt, P.L., Shapiro, B. and Rayman, J. (2001). Perfectionism, Beliefs and Adjustment in Dating Relationships. *Current Psychology*, 20(4), 289-311.

- Furman, W. (2002). The Emerging Field Of Adolescent Romantic Relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 11(5), 177-180.
- Gizir, C. A. (2012). İlişki İnançları Ölçeği'nin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 37-45.
- Guarnieri, S., Smorti, M. and Tani, F. (2015). Attachment Relationships And Life Satisfaction During Emerging Adulthood. *Soc Indic Res*, 121, 833-847.
- Guerney, B. G. and Maxson, P. (1990). Marital and Family Enrichment Research: A Decade Review and Look Ahead. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 1127- 1137.
- Güçray, S. S., Çekici, F. ve Çolakkadıoğlu, O. (2009). Psiko-Eğitim Gruplarının Yapılandırılması Ve Genel İlkeleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 134-153.
- Güneri, O., Sümer, Z. ve Yıldırım, A. (1999). Sources of Self-Identity Among Turkish Adolescents. *Adolescence*, 34(135), 535-546.
- Haskan Avcı, Ö. (2013). Evliliğe hazırlık programının çift ilişkileri ve ilişki istikrarı üzerindeki etkisi (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., Baldwin, S. A. and Fawcett, E. B. (2008). Does Marriage And Relationship Education Work? A Meta-Analytic Study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76, 723-734.
- İlhan, T. ve Özdemir, Y. (2012). Beliren Yetişkinlerde Yaş, Cinsiyet ve Bağlanma Stillerinin Kimlik Statüleri Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 227-241.
- Jakubowski, S. F., Milne, E. P., Brunner, H. and Miller, R. B. (2004). A review of empirically supported marital enrichment programs. *Family Relations*, 53, 528- 536.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1991). Çağdaş kültürümüz: Olgular, sorunlar. J. Baysal (Ed.). *Türkiye'de aile kültürü* (s. 161-175). İstanbul: Cem Yayınevi.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). The Autonomous-Relational Self: A New Synthesis. *Eur Psychol*, 1, 180-186.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). *Cultural psychology*. İstanbul: Evrim Publication.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Autonomy and Relatedness in Cultural Context: Implications for Self and Family. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, 403-422.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Autonomy and Relatedness in Cultural Context: Implications for Self and Family. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, 403-422.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi: kültürel psikoloji*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kalkan, M. (2002). Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi (Yayımlanmamış doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Kalkan, M. ve Ersanlı, E. (2008). Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımına Dayalı Evlilik İlişkisini Geliştirme Programının Evli Bireylerin Evlilik Uyumuna Etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8(3), 963-986.
- Kalkan, M. ve Ersanlı, E. (2009). The Effects of the Cognitive-Behavioral Marriage Enrichment Program on The Dysfunctional Attitudes of Couple. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 129-135.
- Karahan, T. F. (2009). The Effects of A Couple Communication Program on The Conflict Resolution Skills and Active Conflict Tendencies of Turkish Couples. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 35(3), 220-229.
- Karney, E. R. and Bradbury, T. N. (1995). Longitudinal Research On Marriage. *Psychological Bulletin*, 118, 3-34.
- Kızıllı, Z. ve Nazlı, S. (2018). Evlilik İlişkisi İnançları Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Baskent University Journal Of Education*, 5(2), 198-211.
- Küçükarslan, M. (2011). Mersin Üniversitesi öğrencilerinin romantik ilişkilere yönelik inançlarının cinsiyet, sınıf ve romantik ilişki yaşama durumu değişkenlerine göre incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Larson, J. H. and Holman, T. B. (1994). Premarital Predictors of Marital Quality And Stability. *Family Relations*, 43, 228-237.
- Markman, H. J., Stanley, S. M. and Blumberg, S. (1994). *Fighting for your marriage: Positive steps for preventing divorce and preserving lasting love*. San Francisco: Jossey-Bass.

- Markman, H. J.; Stanley, S. M.; Jenkins, N. H.; Petrella, J N. and Wadsworth, M. E. (2006). *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(4), 411-434.
- McGeorge, C. R. and Carlson, T. S. (2006). Premarital Education: An Assessment of Program Efficacy. *Contemporary Family Therapy* 28(1), 165-190.
- Miller, S., Miller, P., Nunnally, E. and Wackman, D. (1991). *Talking and listening together*. Littleton, CO: Interpersonal Communication Programs.
- Morgan, J. R., Nu'Man-Sheppard, J. and Allin, D. W. (1990). Prevention Through Parent Training: Three Preventive Parent Education Programs. *Journal of Primary Prevention*, 10(4), 321-332.
- Morsünbül, Ü. (2013). Beliren Yetişkinler Mi, Beliren Üniversiteli Yetişkinler Mi? Risk Alma ve Kimlik Biçimlenmesi Üzerinden Bir İnceleme. *İlköğretim Online*, 12(3), 873-885.
- Möller, A. T., Rabe, H. M. and Nortje, C. (2001). Dysfunctional Beliefs and Marital Conflict in Distressed and Nondistressed Married Individuals. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 19(4), 259-270.
- Möller, A.T., and de Beer, Z.C. (1998). Irrational Beliefs and Marital Conflict. *Psychological Reports*, 82, 155-160.
- Möller, A.T., and van der Merwe, J.D. (1997). Irrational Beliefs, İnterpersonal Perception and Marital Adjustment. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavioral Therapy*, 15, 260-279.
- Nazlı, S. (2014). *Akademide yaşam becerileri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Nazlı, S. (2016). *Kapsamlı gelişimsel rehberlik programı*. (Geliştirilmiş 5.baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Nelson, L. J. (2003). Rites of Passage in Emerging Adulthood: Perspectives of Young Mormons. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 100, 33-50.
- Ondaş, B. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Evlilik ve Eş Seçimi ile İlgili Görüşlerinin İncelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Raley, R. K. and Bumpass, L. (2003). The Topography of The Divorce Plateau: Levels and Trends in Union Stability in The United States After 1980. *Demographic Research*, 8, 245-260.
- Renshaw, K. D., Blais, R. K. and Smith, T. W. (2010). Components of Negative Affectivity and Marital Satisfaction: The İmportance of Actor and Partner Anger. *Journal of Research in Personality*, 44, 328-334.
- Senemoğlu, N. (2018). *Gelişim, öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Sevim Aydemir, S. (1996). Transaksiyonel analize dayalı bir eğitim programının evli çiftlerin ego durumları ve evlilik yaşamlarına ilişkin bazı değişkenlere etkisi (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Shanahan, M. J., Porfeli, E., Mortimer, J. T. ve Erickson, L. (2002). Subjective Age Identity and The Transition to Adulthood: Demographic Markers And Personal Attributes. *Youth Dev Stud*, 8, 76-81.
- Shapiro, A. F. and Gottman, J. M. (2005). Effects on Marriage of A Psychocommunicative-Educational Intervention With Couples Undergoing The Transition to Parenthood, Evaluation At 1-Year Post Intervention. *The Journal of Family Communication*, 5(1), 1-24.
- Sharp, E. A. and Ganong, L. H. (2000). Raising Awareness About Marital Expectations: Are Unrealistic Beliefs Changed by Integrative Teaching? *Family Relations*, 49, 71-76.
- Silliman, B. and Schumm, W. R. (1989). Topics of İnterest in Premarital Counseling: Clients' Views. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 15, 199-204.
- Silliman, B. and Schumm, W. R. (2000). Marriage Preparation Programs: A Literature Review. *The Family Journal*, 8(2), 133-142.
- Silliman, B. and Schumm, W. R. (2004). Adolescents' Perceptions of Marriage and Premarital Couples Education. *Family Relations*, 53, 513-520.
- Silliman, B., Schumm, W. R. and Jurich, A. P. (1992). Young Adults' Preferences for Premarital Preparation Program Designs. *Contemporary Family Therapy*, 14, 89-100.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K. and Markman, H. J. (2006). Sliding vs. Deciding: Inertia and the Premarital Cohabitation Effect. *Family Relations*, 55, 499-509.
- Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Sullivan, K. T. and Bradbury, T. N. (1997). Are Premarital Prevention Programs Reaching Couples at Risk for Marital Dysfunction? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 24-30.

- Sürerbiçer, F. S. (2008). Boşanmış Bireyleri Deneyimlerine Göre Evlilik Eğitimi Gereksinimi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- TNSA (1994). *1993 Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü.
- TNSA (2014). *2013 Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2014). *Evllenme ve Boşanma İstatistikleri*. Ankara: Türkiye İstatistik Kurumu.
- Türküm, S. A., Kızıldaş, A. ve Sarıyer, A. (2004). Anadolu Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi'nin Hedef Kitlelerinin Psikolojik İhtiyaçlarına İlişkin Ön Çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 15-29.
- Van Acker, L. (2003). Administering Romance: Government Policies Concerning Premarriage Education Programs. *Australian Journal of Public Administration*, 62(1), 15–23.
- Wasti, S. A. ve Erdil, S. E. (2007). Bireycilik Ve Toplulukçuluk Değerlerinin Ölçülmesi: Benlik Kurgusu ve INDCOL Ölçeklerinin Türkçe Geçerlemesi, *Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 7(1-2), 39-66.
- Willoughby, B. (2010). Marital Attitude Trajectories Across Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 1305–1317.
- Woodward, A. J., Carless, S. A. and Findlay, B. M. (2001). A Psychometric Evaluation of The Irrational Beliefs Inventory in A Marital Context. *Australian Psychologist*, 36, 255-261.
- Yalçın, İ. (2010). İlişki geliştirme programının üniversite öğrencilerinin ilişki doyum düzeylerine etkisi (Yayımlanmış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yaşar Ekici, F. (2014). Türk Aile Yapısının Değişim ve Dönüşümü ve Bu Değişim ve Dönüşüme Etki Eden Unsurların Değerlendirilmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 30, 209-224.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz, T. (2009). Evlilik öncesi ilişkileri geliştirme programının çiftlerin ilişki doyum düzeylerine etkisi (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

Extended Abstract

Introduction

Many researchers investigating the causes of unhappy marriages have shown that dysfunctional beliefs are negatively related to marital adjustment (Flett vd. 2001; Moller, Rabe ve Nortje, 2001; Moller ve van der Merwe, 1997; Sharp ve Ganong, 2000; Woodward, Carless ve Findlay, 2001). A worrying increase in divorce rates has increased the interest of researchers and experts in premarital relationship development training programs. Premarital education is positively correlated with satisfaction from marriages and negatively with divorce rates (Stanley, Rhoades ve Markman, 2006; Sullivan ve Bradbury, 1997). When the relevant literature is examined, it is observed that most of the studies are directed towards married individuals and there are very few studies focusing on youth in the emerging adulthood (Küçükarslan, 2011). On the other hand, as the individual is shaped according to the culture in which he/she is, the harmonization of the developed programs with cultural values will provide healthier results. Therefore, the purpose of this study is to investigate the effect of the pre-marriage psycho-education program on the university students' dysfunctional belief levels in marital relationships.

Methodology

Within the two-group quasi-experimental design, including pre, post and follow-up tests, the study group consists of 24 university students studying at the faculty of education of a foundation university. In order to determine the participants' dysfunctional belief levels in marriage, Marital Relationship

Beliefs Scale, prepared by the researcher, was applied as a pre-test measure for both treatment and control groups. The Pre-Marriage Psycho-education Program was delivered by the researcher for eight weeks in the treatment group. There was no intervention for the control group. When the program was over, Marital Relationship Beliefs Scale was applied to both groups as a post-test. Follow-up was applied two months after the post-test. In addition, The Evaluation Form after each session and a Psycho-education Evaluation Form at the end of the program was applied to the treatment group to collect qualitative data.

Findings and Discussion

The findings indicated a significant difference between the pre- and post-test scores of the participants in the treatment group in the Marital Relationship Belief Scale. A significant difference, for the advantage of the treatment group, was identified between the post-test scores of the treatment and control groups. The psycho-education program delivered for eight sessions reduced the dysfunctional belief levels in marital relationship in the treatment group. Moreover, post-test and follow-up test measures of the treatment group did not indicate a significant difference. The qualitative data demonstrated that The Pre-Marriage Psycho-education Program, delivered to the treatment group, had a positive impact on the participants' emotions, thoughts and behaviours towards marriage.

The results are in line with the results of many kind of research showing that relationship development and prevention programs contribute positively to individuals' relationship quality and satisfaction (Angera ve Long, 2006; Bradbury ve Fincham, 1993; Carroll ve Doherty, 2003; Dunn ve Schwebel, 1995; Duran, 2010; Faircloth vd. 2011; Haskan Avcı, 2013; McGeorge ve Carlson, 2006; Möller ve de Beer, 1998; Shapiro ve Gottman, 2005; Yalçın, 2010 ve Yılmaz, 2009). For example, in the research conducted by Ersanlı (2007), in the experimental group couples, a cognitive behavioral approach based marital development program was applied to cope with their irrational beliefs. At the end of the program, it was determined that the ability of the couples in the experimental group to cope with the beliefs of helplessness and unlovability in the marital relationship increased significantly. In another similar study, it was found that the program increased the marital adjustment level of the participants in the experimental group and the marital adjustment post-test scores were higher than those who did not participate in the program. In addition, no significant difference was found between the pre-test and post-test scores of the individuals in the control group (Kalkan ve Ersanlı, 2008).¹

¹ Bu araştırmaya yazarlar eşit oranda katkı sağlamışlardır.