

## İLİŞKİLERLE İLGİLİ BİLİŞSEL ÇARPITMALAR VE ALGILANAN PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN EVLİLİK DOYUMUNU YORDAMA GÜCÜ<sup>1</sup>

Nurdan Güven\*

Seher A. Sevim\*\*

### ÖZET

Bu araştırma, cinsiyet, yaş gibi kişisel değişkenler, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar (yakınlıktan kaçınma, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve zihin okuma) ve evlilikte algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya Ankara'da çeşitli kamu kurum ve kuruluşlarında çalışan kişiler ve ev hanımları katılmıştır. Bireylerin araştırmaya katılabilmesi için evli olma ve eşiyile birlikte yaşama şartları aranmıştır. Araştırma grubu 151'i kadın,154'ü erkek olmak üzere 305 kişiden meydana gelmektedir. Araştırmada, Evlilik Yaşam Ölçeği (Tezer, 1986) ile İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003) katılımcıların evlilik doyumlarını ve bilişsel çarpıtmalarını belirlemek için kullanılmıştır. Evlilikte Problem Çözme Ölçeği (Hünler, 2002) ise bireylerin problem çözme becerilerine ilişkin algılarını ölçmekte kullanılmıştır. Hiyerarşik regresyon analizi kullanılarak yapılan analizler sonucunda, evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu birinci sırada, gerçekçi olmayan ilişki beklentilerine ilişkin bilişsel çarpıtmaların ise ikinci sırada yordadığı, incelenen diğer değişkenlerden kişisel değişkenler (yaş ve cinsiyet), yakınlıktan kaçınma ve zihin okumanın ise evlilik doyumunu yordamada bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Bu değişkenlerin evlilik doyumunu açıklama oranının %32 olduğu belirlenmiştir.

**ANAHTAR SÖZCÜKLER:** Evlilik doyumu, problem çözme, bilişsel çarpıtma

### ABSTRACT

The research was conducted to determine the predictors of marital satisfaction. The predicted variable is marital satisfaction and the predicting variables are demographic variables (sex and age), and cognitive distortions (interpersonal rejection, unrealistic relationship expectations and mind reading) with marital problem solving skills. Volunteers from different government institutions and housewives participated in the research. Being married and living with their spouses were the primary criterion for the volunteers to be eligible. A total of 305 participants attended. 151 of them are females and the rest, 154, are males. The mean age of the group is 34,7, and the mean marriage duration is 10,6 years. Marriage Life Scale (Tezer, 1986) and Interpersonal Cognitive Distortions Scale (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003) have been used to determine marital satisfaction and cognitive distortions of individuals. Individuals' perceptions of problem-solving skills have been measured by Marital Problem Solving Scale (Hünler, 2002). The results of hierarchical regression analyses revealed that the marital satisfaction is affected by problem-solving skills in the first place, and by unrealistic relationship expectation in the second place. Demographic variables

<sup>1</sup> Bu çalışma Nurdan Güven'in Yrd. Doç. Dr. Seher A. Sevim danışmanlığında hazırladığı yüksek lisans tezinin özetidir.  
\* Nurdan Güven, Halim Şaşmaz İlköğretim Okulu  
\*\* Yrd. Doç. Dr. Seher A. Sevim, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi

(age and sex), interpersonal rejection and mind reading have no significant effect on marital satisfaction.

**KEY WORDS:** Marital satisfaction, problem solving, cognitive distortions

Evlilik genellikle, cinsel ve ekonomik açıdan karşılıklı bağımlılığa dayanan, kadın ve erkek arasındaki birlik olarak tanımlanmaktadır (Levinger ve Huston, 1990). Kelley ve arkadaşları (1983), evlilik ilişkisini ciddi aşk ilişkisi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi ile birlikte yakın ilişkiye örnek olarak vermektedirler. Yakın ilişkiyi ise uzun bir zaman dilimine yayılan, güçlü, sık ve çok yönlü bağımlılık olarak tanımlamaktadırlar. Evlilikle birlikte bireyler eş rolünü üstlenmekte ve bu rolle birlikte yeni sorumluluklarla karşı karşıya kalmaktadırlar. Bireyler evlilik yaşamına ve eşlerine ilişkin çeşitli beklentilere sahiptirler ve bu beklentilerin karşılanamaması da çatışmalara neden olmakta, hayal kırıklıklarını beraberinde getirmektedir (Onur, 1986). Evlilik denilince, hemen akla gelen kavram evlilik doyumudur. Evlilik doyumunu kavramı, bireyin evliliğine ilişkin genel değerlendirilmesi olarak tanımlanmıştır. Evlilik doyumunu evliliğe ve eşine ilişkin olumlu özelliklerin öne çıktığı, olumsuz özelliklerin nispeten az olduğu bir değerlendirmedir (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000). Sosyal-bilişsel bir bakış açısıyla ise, evlilik doyumunu eşe ve ilişkiye karşı bir tutum olarak tanımlanmıştır. Tezer (1986) ise, evlilik doyumunu bireyin evlilik ilişkisindeki gereksinimlerini karşılama derecesine ilişkin algısı olarak tanımlanmıştır. Evlilik doyumunu tanımlama ve ölçme çalışmaları günümüzde de sürmektedir.

Günümüzün değişen ve zorlaşan toplumsal koşullarında, gençler evliliğe olumlu anlamlar yüklemektedirler (Ceylan, 1994; Bacanlı, 2001; Durak, 2004). Ancak, bu olumlu beklentilerle başlayan evlilikler ne yazık ki her zaman beklentilere uygun sürmemektedir. Evlilik eşler için mutluluk kaynağı olduğu gibi sorun kaynağı da olabilmektedir. Türkiye’de son yıllarda boşanma oranlarında artış görülmektedir. Boşanma oranlarının son on yıllık durumu

incelendiğinde, 1996 yılına kadar değişmeyen bir yapı, 1997 yılından 2000 yılına kadar bir azalma, 2000 yılında ise bir artış olduğu görülmektedir. 2000 yılı verilerine göre yaklaşık oranı binde 0.53’dir. 2002 yılında ise bu oran 0.73 olmuştur (T.C İçişleri Bakanlığı Nüfus ve Vatandaşlık İşleri Genel Müdürlüğü, 2004). Bu verilere göre, ülkemizde boşanma oranları her yıl düzenli olarak artmaktadır. Boşanma oranlarının artmasıyla birlikte psikolojik danışma, psikoloji, sosyoloji, sosyal çalışma gibi bilim dallarında çalışanların evlilik konusu ile daha fazla ilgilendikleri söylenebilir.

19. yüzyılın başından beri yurt dışında evlilik konusunda araştırmalar yapılmaktadır. İlk çalışmalarda, daha çok evliliğin niteliği ele alınarak kişisel değişkenler, bireysel özellikler ve aile değişkenleri ile ilişkisi incelenmiştir. Daha sonraki yıllarda ise, evlilik doyumunu ile eşlerin davranışları arasındaki ilişkiler araştırılmış ve sorunlu eşlerle sorunsuz eşler problem çözme davranışları bakımından karşılaştırılmıştır. 1980’li yılların sonuna doğru araştırmaların odağı evliliğe ilişkin işlevsel olmayan inançlar, gerçek dışı beklentiler, eşler arasındaki etkileşim gibi evlilik doyumunu etkileyen konulara yönelmiştir (Fincham ve Bradbury, 1990). Evlilik doyumunu etkileyen faktörleri inceleyen birçok çalışma bulunmaktadır. Evlilik doyumunu ile yakınlık arasında anlamlı ve olumlu yönde bir ilişki olduğu (Goodman, 1999), ev işi paylaşımı konusunda hakkaniyet algılayan kadınların evlilik doyumunun daha yüksek olduğu (Hasta, 1996), çocuk sahibi olanların evlilik doyumunun azaldığı (Twenge, Campel ve Foster, 2003), çalışan kadının sorumluluklarının artması nedeniyle, çalışmanın evlilik doyumunda düşmeye neden olabildiği (Maasen van den Brink ve Groot, 1994; Khan, 2003) ve bazı çalışmalarda ise kadının çalışmasının, onun ev işleri ve sorumluluklarından kurtulmasına yardımcı olması nedeniyle evlilik doyumunu arttırdığı belirlenmiştir (Tezer, 1994; Kielcolt, 2003). Türkiye’de evlilikle ilgili çalışmalar incelendiğinde, daha çok evlilik doyumunu açıklamaya ve özellikle yüklemelere yönelik

olduğu, ancak evliliğe ilişkin gerçekdışı beklentiler veya işlevsel olmayan bilişlerin ele alınmadığı görülmektedir ( Tezer, 1986; Hatipoğlu, 1993; Hasta, 1996).

Evlilikte biliş, eşlerin doyumuyla ilişkisinin incelendiği önemli konulardan birisidir. Evlilikte biliş, evliliğe ve diğer eşe yönelik olarak yapılan yüklemeler, işlevsel olmayan düşünceler, evlilikte problem çözme süreçleri gibi farklı bilişsel bileşenleri içeren bir yapıdır. Bradbury ve Fincham (1990), eş davranışlarına yönelik olumsuz yüklemelerle evlilik doyumunu arasında bir ilişki olduğunu belirlemiştir. Türkiye’de yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiştir ve daha çok eşlerin yaptığı yüklemeler konusuna odaklanılmıştır. Yapılan bir çalışmanın sonuçları, eşleri ile uyumsuzluk yaşayanların, eşlerinin olumsuz davranışları karşısında olumsuz yüklemeler yaptıklarını ve bu yüklemeler ardından ortaya çıkan olumsuz davranışların evlilik doyumunun daha da azalmasına neden olduğunu göstermektedir (Tutarel-Kışlak, 1997). Başka bir çalışmada da kadının evlilik doyumunun düşük olduğu çiftlerde olumsuz eş davranışının nedenini eşe yükleme eğiliminin ağır bastığı belirlenmiştir (Akfırat, 1995). Yüklemeler dışında, eşlerin evlilik ilişkileri ile ilgili bilişleri ve buna bağlı davranış farklılıkları evlilikte çatışmaların ve sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Jones ve Stanton, 1988; Emmelkamp, Krol, Sanderman ve Rüphan, 1987; Metts ve Cupach, 1990; Epstein, Baucom ve Rankin, 1993; Sullivan ve Schwebel, 1995). Türkiye’de yapılan bir çalışmada da yakınlıktan kaçınma ile ilgili olan işlevsel olmayan inançların, evli erkeklerin evlilik uyumu ile orta düzeyde negatif yönde, evlilik doyumunu ile ise düşük seviyede ve negatif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Kadınlarda ise, zihin okuma inançlarının evlilik doyumunu ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Hamamcı, 2005). Görüldüğü gibi ilişkiye yönelik bilişsel çarpıtmalar eşlerin evlilik doyumunu etkileyen önemli faktörlerden birisidir ve evlilikteki çatışmalarla dolayısıyla evlilik doyumuyla ilişkilidir.

Evlilik doyumunu sadece eşlerin düşünme biçimlerinden veya bilişlerinden etkilenmemektedir. Aynı zaman-

da problem çözme becerilerine sahip olup, sorunlarına çözümler getirebilmeleri de onların ilişkiden aldıkları doyumda önemli bir rol oynamaktadır. Bu nedenle evlilikte bilişin evlilik doyumunu ile olan ilişkileri araştırılırken, ele alınan diğer bir konu da problem çözme becerileri olmuştur. Evlilik yaşantısında sorunların yoğun bir biçimde ortaya çıkması ve etkin bir şekilde çözümlenememesi, zaman içinde evliliklerin yıpranmasına, ilişkilerin bozulmasına ve boşanmalara neden olmaktadır. Araştırmalar bir sorunu çözmek için gerekli davranışı gösteremeyeceğini düşünen eşlerin, buhran anlarında daha umutsuz davrandıklarını, daha olumlu beklentileri olan eşlerin ise problem çözmeye daha yatkın olduklarını göstermektedir (Bradbury ve Fincham, 1990). Örnek evlilik problemleri verilerek, bireylerin çözüm yollarının incelendiği bir çalışmada, evlilik doyumunu fazla olanların evlilik doyumunu az olanlara göre, daha etkin çözüm yolları geliştirdikleri belirlenmiştir (Winemiller ve Mitchel, 1994). Yapılan bir başka çalışmada da sorunlu ve mutlu çiftlerin problem çözme davranışı açısından birbirlerinden farklılık gösterdikleri ve kadın eşlerin erkek eşlere göre olumsuz davranışlarla daha fazla ilgilendikleri anlaşılmıştır (Fichten ve Wright, 1983). Metts ve Cupach (1990) ise, işlevsel olmayan ilişki inançları ve problem çözme tepkileri ile yakın ilişkiden alınan doyum arasında manidar bir ilişki olduğunu; ayrıca işlevsel olmayan inançların diğer iki değişken arasında arabulucu rol oynadığını göstermiştir. Benzer sonuçlara farklı araştırmalarda da ulaşılmıştır (Epstein, Baucom ve Rankin, 1993; Sayers ve ark., 2001). Türkiye’de yapılan bir çalışmada da dindarlığın ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu ile ilişkisinin manidar olduğu ve evlilikte problem çözme becerilerinin iki değişken arasında arabulucu rol oynadığı görülmüştür (Hünler ve Gençöz, 2003).

Türkiye’de evlilik doyumunu ile ilgili olarak yapılan araştırmalar incelendiğinde, ilişkilere ait bilişsel çarpıtmalar ve problem çözme becerilerine yeteri kadar yer verilmediği görülmektedir. Bilişsel çarpıtmaların ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu ile ilişkisinin

belirlenmesinin, eşlere yapılacak müdahalelerin ve önleyici çalışmaların planlanmasında önemli olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmada, eşlerin evlilikte problem çözme becerileri ve kişiler arası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Bu araştırmanın temel amacı, cinsiyet, yaş gibi kişisel değişkenler, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar (yakınlıktan kaçınma, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve zihin okuma) ve evlilikte algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordayıp yordamadığını belirlemektir.

## YÖNTEM

### Araştırma Grubu

Bu araştırma, Ankara'da çeşitli devlet dairelerinde ( Milli Eğitim Bakanlığı, Silahlı Kuvvetler, Emniyet Genel Müdürlüğü vb.) çalışan ve gönüllü olan 305 kişi ile yapılmıştır. Bireylerin evli olmaları ve eşleriyle beraber yaşıyor olmaları ölçüt olarak alınmıştır. Araştırma grubunun %49.5'i kadın ve %50.5'i erkektir. Grubun yaş ortalaması 34,7, evlilik süresi ortalaması ise 10,6'dır. Kadınların yaş ortalaması 34,16, erkeklerin ise 35,4'dir. Kadınlarda evlilik süresi ortalaması 10.13, erkeklerde ise 11,13'tür. Grubun %54.9'u üniversite, %24,2'ü yüksek okul, %15.7'si lise, %5.2'i ise lisans üstü eğitim mezunudur. Katılımcıların %32'si öğretmen; %19,6'sı polis; 18,6'si memur, %11,7'i ordu mensubu, %8,8'si hemşire, 9,2'si ev hanımıdır.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmada verilerin toplanmasında Evlilik Yaşam Ölçeği, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Problem Çözme Ölçeği kullanılmıştır.

*Evlilik Yaşam Ölçeği:* Evlilik Yaşam Ölçeği, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyum düzeylerini ölçmek amacıyla Tezer (1986) tarafından geliştirilmiştir. On sorudan oluşan beşli dereceleme

türünde olan, bu ölçekten alınabilecek en yüksek puan 50, en düşük puan ise 10'dur.

Evlilik Yaşam Ölçeğinin test-tekrar test yöntemiyle kararlılık katsayısı  $r = 0.85$  bulunmuş ve bu bulgu ile ölçeğin test-tekrar test güvenilirliğinin yeterli düzeyde olduğu kabul edilmiştir. Evlilik Yaşam Ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı erkek grubunda 0.88, kadın grubunda 0.91'dir. Evli ve boşanmış bireylerin Evlilik Yaşam Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ( $t=6.23, p<0.01$ ) ve bu bulgu ölçeğin dış ölçüte göre geçerliğinin kanıtı olarak gösterilmiştir (Tezer, 1986).

*İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği:* Ölçek, bireylerin kişilerarası ilişkilerde sergiledikleri bilişsel çarpıtmaları değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003). Ölçekte, ilişkilerle ilgili bilisel çarpıtmaları içeren 19 madde bulunmaktadır ve ölçekten alınan en yüksek puan 95, en düşük puan 19'dur. Yüksek puan bireylerin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalara sahip olduklarını göstermektedir. Ölçek, 'Yakınlıktan Kaçınma', 'Gerçekçi' ve 'Zihin Okuma' olmak üzere birbirinden bağımsız üç faktör içermektedir. "Yakınlıktan Kaçınma" olarak adlandırılan birinci faktör sekiz maddeden oluşmaktadır. Bu boyut insanların başkalarına karşı olumsuz bakış açısını, eğer ilişkilerde yakın olunursa bunun doğuracağı olumsuz sonuçları göstermekte ve bu nedenle ilişkilerde yakınlık kurulmaması gerektiğini vurgulamaktadır. "Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi" boyutu ise sekiz maddeden oluşmakta ve kişilerin ilişkilerinde hem kendi davranışlarına hem de başkalarının davranışlarına ilişkin yüksek beklenti ve standartlarını göstermektedir. Üç maddeden oluşan "Zihin Okuma" boyutu ise başkalarının ne düşündüğünü ve hissettiğini bildiğini varsayan, zihin okuma hatası içeren ifadelerden oluşmaktadır.

Ölçek maddeleri üzerinde yapılan madde analizi sonucu her bir maddenin kendi alt boyutu ile olan düzeltilmiş madde toplam korelasyonu .49 ile .20 arasında; diğer boyutlarla olan ikili korelasyonu ise -.05 ile

.20 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin alt boyutları arasındaki ikili korelasyonlar .07 ile .15 arasında bulunmuştur. Bu bulgu ölçeğin alt boyutları arasındaki ilişkinin çok düşük olduğunu göstermektedir (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003) .

Ölçeğin güvenilirliğini saptamak amacıyla iç tutarlılık ve test-tekrar test yöntemleri kullanılmıştır. Ölçeğin tümü için iç tutarlılık katsayısı .67 olarak bulunmuştur. Her bir alt boyut için ayrı ayrı incelendiğinde ise iç tutarlılık katsayısı, birinci alt boyut için .73; ikinci alt boyut için .66 ; üçüncü alt boyut için .49 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin kararlılığını saptamak amacıyla, ölçek 92 öğrenciye on beş gün ara ile uygulanarak test tekrar test korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeğin tümü için hesaplanan test tekrar test korelasyon katsayısı .74; birinci alt boyut için .70 ;ikinci alt boyut için .76 ve üçüncü alt boyut için .74 olarak bulunmuştur.

*Evlilikte Problem Çözme Ölçeği:* Baugh, Avery ve Sheets-Hawoth tarafından 1982 yılında geliştirilmiş olan ölçek, 9 maddelik likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışmaları Hünler (2002) tarafından yapılmıştır. Orijinal formunda yedi dereceli olarak değerlendirilen ölçek, cevaplanmasının kolay olması için beş basamaklı değerlendirme ölçeğine dönüştürülmüştür. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 45, en düşük puan ise dokuzdur. Ölçekten alınan yüksek puan, bireyin kendini evlilikte problem çözme becerileri açısından başarılı algıladığını göstermektedir.

EPÇÖ' nün faktör yapısını incelemek amacıyla yapılan faktör analizinde tüm maddelerin tek bir faktörde toplandığı görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılığı  $r=.91$ 'dir ve madde-toplam korelasyonu ise .63 ve .73 arasında değişmektedir (Hünler, 2002).

### Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri Aralık 2004 - Nisan 2005 tarihleri arasında birinci araştırmacı tarafından toplanmıştır. Veriler, Mili Eğitim Bakanlığı, Silahlı Kuvvetler

ve Emniyet Genel Müdürlüğünde çalışan kişilerden toplanmıştır. Ölçekler, birinci araştırmacı uygulamaya katılmaya istekli bireylere kapalı zarflar içerisinde verilerek, yine kapalı zarflar içinde toplanmıştır. Ölçeklerin cevaplanması 15-20 dakika kadar sürmektedir.

### Verilerin Analizi

Araştırmaya katılan bireylerin, kişisel özelliklerinin saptanması için yüzdeler ve frekanslar kullanılmıştır. İkinci aşamada ise evlilik doyumunun ne derece yordayıp yordamadıklarını belirlemek için hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Hiyerarşik regresyon analizi kullanılmadan önce, yordayıcı değişkenler ile bağımlı değişken arasındaki ilişkinin doğrusal olduğu ve tüm ölçeklerde puanların normal dağıldığı saptanmıştır. Hiyerarşik regresyon analizinde değişkenler araştırmacı tarafından belirlenen bir sırada eşitliğe girilmektedir. Araştırmacı mantıksal ya da kuramsal görüşlere dayanarak değişkenlerin giriş sırasını ve blokları düzenlemektedir. Analiz sırasında oluşturulan bloklar, tek bir değişkeni içerebileceği gibi ortak özellikleri olan değişkenler de bir blokta yer alabilir. Her bir blokta eşitliğe girilen bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni yordamaya katkısı değerlendirilmektedir. Bu analiz yönteminde 1. blok kontrol edildikten sonra, yani o bloktaki değişkenler açısından bireyler eşitlendikten sonra 2. bloğun bağımlı değişkende açıkladığı varyans miktarı incelenmektedir (Tabachnick ve Fidel, 1996). Bu çalışmada da yaş ve cinsiyet kişisel değişkenlerinin diğer değişkenlere olan etkisini kontrol etmek amacıyla bu değişkenler eşitliğe birinci sırada girilmiştir. Cinsiyet değişkeni "dummy" değişken olarak tanımlandıktan sonra eşitliğe dahil edilmiştir. Bilişsel çarpıtmaların, problem çözme becerilerini etkilediği bilindiğinden (Beck, 2001; Hepner ve ark., 2004), bu etkiyi kontrol etmek amacıyla, ikinci sırada ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ölçeğinin Yakınlıktan Kaçınma, Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi ve Zihin Okuma alt boyutlarından alınan puanlar eşitliğe alınmıştır. Üçüncü ve son olarak Evlilikte Problem Çözme Becerileri (algılanan) puanları eşitliğe girilmiştir.

**BULGULAR**

Araştırmada bulunan değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla korelasyon katsayıları

hesaplanmıştır. Korelasyon değerleri Tablo1’de verilmektedir.

**Tablo 1.** Değişkenler Arası İlişkileri Gösteren Pearson Korelasyon Matrisi

|                                       | 01     | 02      | 03    | 04     | 05     | 06   | 07 |
|---------------------------------------|--------|---------|-------|--------|--------|------|----|
| 01.Evlilik Doyumu                     | -      |         |       |        |        |      |    |
| 02.Yaş                                | -.021  | -       |       |        |        |      |    |
| 03.Cinsiyet                           | .039   | .107*** | -     |        |        |      |    |
| 04.Yakınlıktan Kaçınma                | -.063  | .035    | .064  | -      |        |      |    |
| 05.Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi | .146*  | -.031   | .029  | .242** | -      |      |    |
| 06.Zihin Okuma                        | .039   | -.017   | -.007 | .340** | .309** | -    |    |
| 07.Evlilikte Sorun Çözme Becerisi     | .535** | -.075   | .072  | -.016  | -.040  | .087 | -  |

\*p< ,01 \*\* p< ,001 \*\*\* p< ,05

Tablo 1’de de görüldüğü gibi, sadece gerçekçi olmayan ilişki beklentileri ile evlilik doyumu arasında düşük düzeyde olumlu ve anlamlı (r=.146, p<.01), Evlilikte problem çözme becerileri ve evlilik doyumu arasında da orta düzeyde olumlu ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=.535, p<.001). İncelenen diğer değiş-

kenlerin evlilik doyumu ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı görülmüştür.

Araştırmanın amacı doğrultusunda, evlilik doyumunu adı geçen değişkenlerin ne derece yordayıp yordamadığını saptamak amacıyla hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 2’de görülmektedir.

**Tablo 2.** Evlilik Doyumunu Yordayan Değişkenler

|          | R    | R <sup>2</sup> | ΔR <sup>2</sup> | ΔF      | β     | t      | p     |
|----------|------|----------------|-----------------|---------|-------|--------|-------|
| 1. Blok  | .046 | .002           | .002            | .321    |       |        | .726  |
| Cinsiyet |      |                |                 |         | .041  | .716   | .475  |
| Yaş      |      |                |                 |         | -.025 | -.434  | .665  |
| 2. Blok  | .185 | .034           | .032            | 3.325   |       |        | .020  |
| Cinsiyet |      |                |                 |         | .043  | .754   | .452  |
| Yaş      |      |                |                 |         | -.016 | -.274  | .784  |
| YAKKA    |      |                |                 |         | -.115 | -1.869 | .063  |
| GEOİL    |      |                |                 |         | .164  | 2.711  | .007  |
| ZİHOK    |      |                |                 |         | .027  | .434   | .665  |
| 3. Blok  | .571 | .326           | .292            | 129.188 |       |        | .000  |
| Cinsiyet |      |                |                 |         | -.004 | -.085  | .993  |
| Yaş      |      |                |                 |         | .029  | .614   | .540  |
| YAKKA    |      |                |                 |         | -.091 | -1.777 | .077  |
| GEOİL    |      |                |                 |         | .204  | 4.021  | .000* |
| ZİHOK    |      |                |                 |         | -.040 | -.767  | .444  |
| EPÇÖ     |      |                |                 |         | .548  | 11.366 | .000* |

\*p< ,01

YAKKA: Yakınlıktan kaçınma

GEOİL: Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi

ZİHOK: Zihin okuma

EPÇÖ: Evlilikte problem çözme

Tablo 2 incelendiğinde, ilk olarak eşitliğe alınan kişisel değişkenlerden yaş ve cinsiyetin evliliği yordamadığı görülmüştür. Birinci blokta girilen değişkenlerin toplam varyansa katkısı %0,2'dir. İkinci blokta bu değişkenlere ek olarak Yakınlıktan Kaçınma, Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi ve Zihin Okuma alt boyutlarından alınan puanlar eşitliğe alınmış ve, Yakınlıktan Kaçınma ve Zihin Okuma bilişsel çarpıtmalarının evlilik doyumunu yordamadığı görülmüştür. Bu blokta sadece Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi bilişsel çarpıtmalarının evlilik doyumunun yordayıcı değişkeni olduğu bulunmuştur ( $t= 2.711$ ,  $p<.01$ ). İkinci blokta girilen bilişsel çarpıtmaların ise açıklanan varyansa katkısı %3.4'tür.

Eşitliğe son olarak Evlilikte Problem Çözme Ölçeği puanları girildiğinde, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi bilişsel çarpıtmalarının evlilik doyumunu yordayıcı etkisinin devam ettiği ( $t=4.021$ ,  $p<.001$ ) ve Evlilikte Problem Çözme puanlarının da evlilik doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu görülmüştür ( $t=11.366$ ,  $p<.001$ ). Problem çözme değişkeninin varyansa katkısı %29'dur ve katkısı en fazla olan değişkendir.

## TARTIŞMA

Araştırma kapsamında alınan değişkenlerden, evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu birinci sırada, gerçekçi olmayan ilişki beklentilerine ilişkin bilişsel çarpıtmaların ise ikinci sırada yordadığı, incelenen diğer değişkenlerin ise evlilik doyumunu yordayıcı olmadıkları anlaşılmıştır.

Araştırmanın, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalardan gerçekçi olmayan ilişki beklentilerinin evlilik doyumunu yordadığı şeklindeki bulgusunun literatürle tutarlı olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalarda, evlilik doyumunu etkileyen en önemli değişkenlerden birinin ilişkinin doğası ile ilgili gerçekçi olmayan ya da çarpıtılmış inançlar olduğu belirlenmiştir

(Emmelkamp, Krol, Sanderman ve Rüphan, 1987; Epstein, Baucom ve Rankin, 1993; Sullivan ve Schwebel,1995; Beach, Fincham ve Katz, 1998). Dryden, eşlerden birinin veya her ikisinin birden, ilişkinin kendisi ile ya da diğer eşle ilgili bir takım gerçekçi olmayan beklentilerinin olması ve bu beklentilerin de ilişki süresince yeterince karşılanamamasının, ilişkilerde sorunlara neden olduğunu belirtmektedir. İlişki mitleri olarak tanımlanan bu beklentiler, ilişkide doyum azaltan önemli faktörlerden birisidir (Akt. Andre T. Möller ve Johannes D. van der Merwe, 1997). Bu çalışmada da gerçekçi olmayan ilişki beklentisi evlilik doyumunun yordayıcılarından birisidir ve evlilikle ilgili yapılacak müdahalelerde dikkate alınması gereken önemli bir konudur. Evliliğe ve eşine yönelik gerçekçi olmayan beklentiler beraberinde hayal kırıklıkları ve mutsuzluğu getirebilir.

Bu çalışmada zihin okuma ve yakınlıktan kaçınma bilişsel çarpıtmalarının evlilik doyumunu yordamadığı görülmektedir. Cinsiyetlere göre karşılaştırma yapılan bir çalışmada, kadınların evlilik doyumlarının zihin okuma bilişsel çarpıtmasından etkilendiği, erkeklerin evlilik doyumlarının ise yakınlıktan kaçınma bilişsel çarpıtmasından etkilendiği belirlenmiştir (Hamamcı, 2005). Hamamcı'nın çalışmasıyla bu çalışmadaki sonuçlar farklılık göstermektedir. Buna karşın, bu bulgu zihin okuma ve yakınlıktan kaçınma bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumunu ile bir ilgisi olmadığı anlamına gelmemektedir. Bu durumun nedenlerinden birisinin grubun evlilik doyumunu düzeyinin genel olarak yüksek olması olabilir ( $X = 38.91$ ;  $S= 7,71$ ). Doyum düzeyi yüksek olan bireylerin yakınlıktan kaçınmadıkları, ya da ilişkilerinde zihin okuma beklentisi ile hareket etmedikleri düşünülebilir.

Literatüre bakıldığında, evliliğe ilişkin işlevsel olmayan inançların, genel işlevsel olmayan inançlara göre, evlilikte mutsuzlukla daha çok ilişkili olduğu, evlilik uyumu ve doyumunu, genel ilişki inançlarından daha fazla yordadığı görülmüştür (Jones ve

Stanton,1988; Möller,,van der Merwe,1997). Dolayısıyla, araştırmada kullanılan ölçeğin, genel ilişki inançlarını ölçüyor olmasının, araştırma sonuçlarını etkilemiş olduğu da söylenebilir.

Bu araştırmada, evlilikte problem çözme becerilerinin, evlilik doyumunun güçlü bir yordayıcısı olduğu görölmüştür. Literatür'e bakıldığında, araştırma bulgularının desteklendiği görölmektedir. (Hünler ve Gençöz, 2003; Metts ve Cupach, 1990; Christian, OLeary ve Vivian, 1994). Buna göre, evlilikle ilgili yetersiz problem çözme algısı, evlilikte sorunların muhtemel bir kaynağı olarak görölmektedir. Yakın bir ilişki biçimi olan evlilikte, birlikte yaşamaya bağlı olarak birçok sorun ortaya çıkması kaçınılmazdır. Sorunların nedenleri ya da şekli ne olursa olsun, eşler sorunları çözebileceğini düşünüyorsa ve etkin problem çözme becerilerine sahipse evlilik ilişkisinin bu sorunlardan olumsuz etkilenmeyeceği söylenebilir. Bu çalışmada evlilik doyumunu birinci sırada yordayan değişken problem çözmeye ilişkin algılardır. Elde edilen bulgulardan yola çıkarak, eşlerin problem çözme becerilerinin geliştirilmesi evlilik doyumunu artırabileceği söylenebilir.

Bu çalış



Ceylan, F. (1994). Üniversite öğrencilerinin eş seçimindeki tercih ve beklentileri. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Cumhuriyet Üniversitesi. Sivas.

Christian, J. L., O'Leary K. L. ve Vivian, D. (1994). Depressive symptomology in marital discordant women and men: The role of individual and relationship variables. *Journal Of Family Psychology*. 8, 32-42.

Durak, N. (2004). 15-25 yaş arasındaki gençlerin evlilik kavramlarına yükledikleri anlamların incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Niğde.

Emmelkamp, P. M. G., Krol, B., Sanderman, R. ve Rüphan, M. (1987). The assessment of relationship beliefs in a marital context. *Personal Individual Differences*. 8(6),775-780.

Epstein, N., Baucom, D.H. ve Rankin, L.A. (1993). Treatment of marital conflict: a cognitive-behavioral approach. *Clinical Psychology Rewiev*. 13, 45-57.

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

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

Goodman, C. (1999). İntimacy and autonomy in long term marriage. *Journal of Gerontological Social Work*. 32, 83-97.

Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship belief in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality-International Journal*. 33, 313-328.

Hamamcı, Z. ve Büyüköztürk, Ş. (2003) İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ölçeği, ölçeğin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2, (25), 107-111.

Hasta, D. (1996). Ev işi paylaşımı ve ev işi paylaşımında hakkaniyet algısı ile evlilik doyumu ilişkisi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara

Hatipoğlu, Z. (1993). The role of certain demographic variables and marital conflict in marital satisfaction of husbands and wives. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Ankara.

Hepner , P., Withy, T. E., Dixson, W. E., Suzuki, L. A., Ahluvalia, M. K., O'Neil, J. M., Lucas, M. S., Lopez, S. J., Janowsky, K.M., ve Helms, J. E. (2004). Problem solving and human adjustment. *The Counseling Psychologist*. 32, 341-484.

Hünler, O. S. (2002). The effects religiousness on marital satisfaction and mediator role of perceived marital problem solving abilities between religiousness and marital satisfaction relationship. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Ankara.

Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi : Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*. 18.(51).99-108.

Jones, M. E. ve Stanton, A. L. (1988). Dysfunctional beliefs, belief similarity, and marital distress a comparison of models. *Journal Of Social and Clinical Psychology*. 7,1-14.

Levinger, G. ve Huston, T.L. (1990). The social psychology of marriage. F. D. Fincham, T. N. Bradbury, (Edt.), *The Psychology of Marriage: Basic Issues and Applications* içinde, (19-25), New York: The Guilford Press.

Kelley, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, H. J., Huston, T. L., Levinger, G., Meclingtck, E., Peplau, L. A. ve Peterson, D. R. (1983). Defining "close" relationships, *Analyzing Close Relationships* cinder, (38-40), New York, San Francisco: W. H. Freeman and Company.

Khan, L. T. (2003). Marital instability in Dhaka, Bangladesh with special reference to dual-earner couples. Ulaşılma Tarihi: 12 Nisan 2004, Web:<http://www.lib.uchicago.edu>.

Kielcolt, K. J. (2003). Satisfaction with work and family life: No evidence of a cultural reversion. *Journal of Marriage and Family*. 65, 23-35.

Maasen van den Brink, H., ve Groot, W. (1994). Labor supply and the welfare costs of marital conflict. *Journal of Economic Psychology*. 15, 467-486

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

Möller, T. A. ve Van der Merwe. (1997). Irrational beliefs, interpersonal perception and marital adjustment. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive Behavior Therapy*. 15, 269-279.

Onur, B. (1986). *Gelişim Psikolojisi-Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm*, Ankara: V yayınları, 1.Baskı.

Özgüven, E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: PDRem Yayınları.

Sayers, S. L., Kohn, S. C., Fiesco, D. M., Bellack, A. S., ve Sarver, D. B. (2001). Marital cognition and depression in the context of marital discord. *Cognitive Therapy and Research*. 25,713-732.

Sullivan, B. F., ve Schwebel, A. I. (1995). Relationship belief and expectations of satisfaction in marital relationships: Implications for family practitioners [Abstract]. *Family Journal*. 3, 298-305. Retrieved September 30, Web: <http://search.epnet.com>.

Tabachnick, B. G. VE Fidel, L. S. (1996). *Using multivariate statistics*. 3. baskı, USA: Harper Collins College Publishers.

T.C İçişleri Bakanlığı Nüfus Ve Vatandaşlık İşleri Genel Müdürlüğü. (2004).Nüfus istatistikleri. Retrieved August, 2005, Web: <http://www.nvi.gov.tr>.

Tezer, E. (1994). Evli eşler arasındaki çatışmalar ile çeşitli demografik değişkenlerin evlilik doyumu-na etkisi: kadın eşin bir işte çalıştığı ve çalışmadığı eşler üzerinde bir araştırma. *Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi* ,2 (3). 209-217.

Tezer, E. (1986). Evli eşler arasındaki çatışma davranışları: Algılama ve doyum. Yayımlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal bilimler enstitüsü. Ankara.

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

Twenge, J. M., Campel, W. K., ve Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65, 574-583.

Winemiller ,D. R., ve Mitchel, E. M. (1994). Development of a coding sistem for marital problem solving. *Behavioral Research Theory*. 32, 159-164.

## SUMMARY

**THE PREDICTION POWER OF INTERPERSONAL COGNITIVE DISTORTIONS AND THE PERCEIVED MARITAL PROBLEM SOLVING SKILLS FOR MARITAL SATISFACTION<sup>1</sup>**

Nurdan Güven\*

Seher A. Sevim\*\*

Divorce rate goes higher regularly every year in Türkiye, like in many parts of the world. This trend made marriage one of the most popular research subjects among social scientists in the world. There are a lot of studies investigating the factors affecting marital satisfaction. For example a significant relationship exists between marital satisfaction and intimacy (Goodman, 1999). In addition, women who feel fairness about sharing domestic labour have higher marital satisfaction (Hasta, 1996). Likewise, working women have higher satisfaction from marriage since job environment helps them relieve domestic routines (Kielcolt, 2003; Tezer, 1994). On the other hand, people with children have less marital satisfaction (Twenge, Campel and Foster, 2003), as well as working women because of shouldering more responsibilities (Khan, 2003; Maasen van den Brink ve Groot, 1994),

Marriage satisfaction doesn't get affected not only by spouses' way of thinking but also by their problem-solving skills. Therefore, one of the research subjects has been problem-solving skills in the studies on the relationship between cognition and marriage satisfaction. The emerging problems in the marriages may cause to undermine the marital relationship in time and lead to divorces eventually unless they are dealt with in an effective way. Spouses who believe that they

are not able to behave effectively in order to solve problems demonstrate more hopeless behaviors. On the contrary, spouses who have more helpful expectations are more inclined to solve the problems (Bradbury ve Fincham, 1990). A study in which problem-solving ways of individuals were investigated through sample marriage problems indicated that spouses with higher marriage satisfaction as opposed to the ones with lower marriage satisfaction acquire more efficient problem-solving methods (Winemiller and Mitchel, 1994). Another study showed that happy and unhappy couples differ in terms of problem-solving behaviors and female spouses are more engaged in negative behaviors than male ones (Ficthen and Wright, 1983).

Researches investigating the linkage of satisfaction in intimate relationships with problem-solving reactions and dysfunctional relationship beliefs identified that there is a linkage. Moreover, they showed that dysfunctional beliefs played a mediator role between problem-solving reactions and marriage satisfaction (Metts and Cupach, 1990; Epstein, Baucom and Rankin, 1993; Sayers and et.al., 2001). A study done in Türkiye suggests that both religiosity and marital problem-solving skills are significantly related to marriage satisfaction and marital problem-solving skill is the mediator between the other two variables (Hünler and Gençöz, 2003).

<sup>1</sup> Bu çalışma Nurdan Güven'in Yrd. Doç. Dr. Seher A. Sevim danışmanlığında hazırladığı yüksek lisans tezinin özetidir.

\* Nurdan Güven, Halim Şaşmaz İlköğretim Okulu

\*\* Yrd. Doç. Dr. Seher A. Sevim, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi

Identifying the association of marriage satisfaction with cognitive distortions and problem-solving skills plays an important part in deciding on the spouse interventions and preventive activities. This paper examines the relationship of marriage satisfaction with spouses' problem-solving skills in marriage and cognitive distortions about inter-personal relationships.

The purpose of this study is to identify the predictors of marriage satisfaction. Marriage satisfaction is the dependent variable while the predicting variables are demographic variables (sex, age etc.), interpersonal rejection, unrealistic relationship expectation, mind reading and problem solving skills.

## **METHOD**

### **Research Group**

The study was conducted with a sample of 305 voluntary participants (151 women, 154 men). The sample consists of participants working for miscellaneous state institutions. The average age of the group is 34,7. The average marital duration is 10,13 for women and 11,13 for men. 47 of the participants (15,7%) have a high school diploma, 242 (77,1%) have a university or comparable degree and 16 hold a master degree. 32 percent are working as teacher, 9 percent as nurse. 20 percent are working for police forces and 11 percent for armed forces while 19 percent are engaged in various paper work and 9 percent are housewives.

### **Data Collection Tools**

The data of the research is collected in a 5-month period from December 2004 to April 2005. Replying the questions in the Data Collection Tools (Marriage Life Scale and Interpersonal Cognitive Distortions Scale) distributed to and collected from the participants in closed envelopes requires some 15 minutes.

Marriage Life Scale, Interpersonal Cognitive Distortions Scale and Marital Problem Solving Scale were used to gather data in the present study. Marriage Life Scale is designed to assess the general level of satisfaction that spouses get from marital relationship (Tezer, 1986). Interpersonal Cognitive Distortions Scale aims to evaluate the cognitive distortions that individuals have in their interpersonal relationships (Hamamcı, 2002). Marital Problem Solving Scale is a 9-item likert type scale (Baugh, Avery and Sheets-Hawth, 1982).

Percentages and frequencies were used to identify the personal features of the participants. Hierarchical Regression Analysis was utilized in the next phase to determine the predictors of marriage satisfaction.

### **Findings**

Results showed that age and sex, the variables entered in the first block, do not predict marital satisfaction. These variables account for the %0,2 percent of the total variance. Interpersonal rejection, unrealistic relationship expectation and mind reading were the variables entered in the second block. Only unrealistic relationship expectation was found to be predicting marriage satisfaction ( $t= 2,711$ ,  $p<,01$ ). Variables of the second block accounted for the %4 percent of the variance.

Finally, after entering the last block of variable, marital problem solving, into the equation, unrealistic relationship expectation continued to be a predictor ( $t=4,021$ ,  $p<,001$ ). In addition, marital problem solving scores were also found to be a significant predictor of marriage satisfaction ( $t=11.366$ ,  $p<.001$ ). Marital problem solving accounted for the %29 percent of total variance, which is the highest of all variables.

## **Discussion**

The result of the current study which suggests that unrealistic relationship expectation, one of the cognitive distortions, predicts marriage satisfaction is consistent with the related literature. Emmelkamp et al. (1987), indicated that one of the most important variables which have an effect on marriage satisfaction is unrealistic or distorted beliefs in relation to the nature of relationship. Similarly, Dryden, pointed out that spouses' having unrealistic expectations with respect to the relationship itself or the other spouse cause severe problems in the relationships.

Another finding of the study which suggests that marital problem solving skills is another predictor of marriage satisfaction is also in agreement with several other studies' findings. A study in Türkiye indicated that religiosity and marital problem solving skills have significant relationship with marriage satisfaction and the marital problem solving skills as a variable plays a mediator role between the other two variables (Hünler and Gençöz, 2003).

Furthermore, various studies showed that dysfunctional beliefs and problem solving reactions are both related with marriage satisfaction (Metts and Cupach, 1990), depression among the disconcerted spouses is correlated with the weaker problem solving ability in the spouses of both sexes and weaker marital problem solving ability is a potential source for marital distress (Christian, O'Leary and Vivian, 1994), and couples with higher marital satisfaction are more efficient in solving the problems in their marriages (Winemiller and Mitchell, 1994).