

## Evli Bireylerin Evlilik Uyumu, İletişim Becerileri ve Sosyal Medya Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Araştırma Makalesi)

<sup>1</sup>Yağmur IŞIK,

<sup>1</sup>0000-0001-5440-2839, İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Yüksek Lisans Programı, [yağmur.07.04@gmail.com](mailto:yağmur.07.04@gmail.com)

Geliş Tarihi : 03.01.2022

Kabul Tarihi : 16.09.2022

<https://doi.org/10.55150/apjec.1052828>

### Öz

*Araştırmanın temel amacı evli bireylerin evlilik uyumları, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Katılımcı sayısı 534'tür (443 kadın, 91 erkek). Araştırma verileri Covid-19 pandemisi nedeniyle çevrim içi ortamda toplanmıştır. Veriler toplanırken "Kişisel Bilgi Formu", "Evlilikte Uyum Ölçeği", "İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu" ve "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans analizi, betimleyici istatistik yöntemleri ve "Pearson Korelasyon Analizi" kullanılmıştır. Bütün istatistiksel analizler SPSS (25.00) programında gerçekleştirilmiş, sonuçların yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi temel alınmıştır. Yapılan analizler sonucunda evli bireylerin; evlilik uyumu ve kişilerarası iletişim becerileri arasında pozitif düşük düzeyde, evlilik uyumu ve sosyal medya kullanım düzeyi arasında negatif düşük düzeyde, sosyal medya kullanım düzeyi ve kişilerarası iletişim becerileri arasında ise negatif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuçlar ilgili literatür doğrultusunda tartışılmıştır. Elde edilen sonuçlardan yararlanılarak evli bireylere yönelik evlilik uyumunu ve iletişim becerilerini destekleyen, evli bireyleri sosyal medya kullanımı konusunda bilinçlendiren psikoeğitim programları düzenlenebilir.*

**Anahtar Kelimeler:** Evlilik, Evlilik uyumu, Kişilerarası iletişim becerileri, Sosyal medya kullanım düzeyi.

## Investigation of The Relationship Between Marriage Adjustment, Communication Skills and Social Media Usage Levels of Married Individuals

### Abstract

*The main purpose of the study is to reveal the relationship between marital adjustment, communication skills and social media usage levels of married individuals. The number of participants are 534 people (443 women, 91 men). Research data were collected online due to the Covid-19 pandemic. While collecting the data, "Personal Information Form", "Marriage Adjustment Scale", "Communication Skills Scale Adult Form" and "Social Media Addiction Scale Adult Form" were used. In the analysis of the data; frequency analysis, descriptive statistics methods and "Pearson Correlation Analysis" were used. All statistical analyzes were performed in the SPSS (25.00) program, and the interpretation of the results was based on the 0.05 significance level. As a result of the analysis, married individuals; A statistically significant correlation was found between marital adjustment and interpersonal communication skills at a positive low level, between marital adjustment and social media use at a negative low level, and between social media use level and interpersonal communication skills at a negative low level. By making use of the results obtained, psychoeducational programs that support marital adjustment and communication skills for married individuals and raise awareness of married individuals about the use of social media can be organized.*

**Keywords:** *Marriage, Marital adjustment, Interpersonal communication skills, Social media usage level.*

### 1. GİRİŞ

Evlilik, insanlığın kurmuş olduğu en eski kültürel kurumlardandır. İki insanın yasalarla birlikteliğini içeren evlilik, farklı ilgi istek ve ihtiyaçlara sahip bireylerin kendilerini geliştirmeleri açısından büyük önem taşımaktadır. Çünkü bu birlikteliğin sağlamış olduğu cinsellik, yakınlık, anlayış, toplum onayı vb. birçok durumla; bireylerin psikolojik, biyolojik ve sosyal açıdan birçok gereksinimi de karşılanmaktadır (Ersanlı ve Kalkan, 2008). Dünya Değerler Araştırması (2020) sonuçlarına bakıldığında da Türkiye için ailenin %91,8 ile en önemli değer olduğu görülmektedir. Bireysel ve toplumsal anlamda büyük önem verilen bir kurum olsa da ömür boyu beraberlik ve mutluluk amacıyla kurulan bu birliktelikte bir süre sonra sorunlar ortaya çıkmakta ve boşanmalar gözlenebilmektedir. Boşanmalarda gözlenen artışla birlikte de ilişkinin devamında katkı sağlayan “evlilik uyumu”, ahenkli ve etkili bir evlilik için gerekli kabul edilip konu hakkında çalışılması giderek önem kazanmıştır (Aycanoğlu ve Ünsal, 2017; Ersanlı ve Kalkan, 2008). Evliliği ve aileyi ilgilendiren konularda ortak kararlar alabilen, birbirleriyle etkili biçimde iletişim kurup sorunlarını olumlu şekilde

çözebilen çiftlerin evliliklerinin uyumlu olduğu söylenebilir. Evliliği ve aileyi ilgilendiren konularda ortak kararlar alabilen, birbirleriyle etkili biçimde iletişim kurup sorunlarını olumlu şekilde çözebilen çiftlerin evliliklerinin uyumlu olduğu söylenebilir (Akar, 2005; Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpkan; 2005).

Canlı bir sistem olarak ele alınabilecek evliliğin canlılığını koruyabilmesi, mutlu ve uyumlu bir biçimde sürdürülebilmesi ise sağlıklı bir iletişim ile sayesinde mümkün olmaktadır. Çünkü eşlerin birbirlerinden sosyal, cinsel ve duygusal anlamdaki beklentilerini dile getirebilmeleri ancak sözlü ve sözsüz uygun mesajların alınıp verildiği karşılıklı iletişimle gerçekleşir (Özgüven, 2020).

İnsan, aile ve toplum hayatı için son derece önemli olup insanoğlunun var olduğu tarihten itibaren var olagelen iletişim; önceleri yüz yüze gerçekleşip sonrasında resim, ateş, yazı ve kitle iletişim araçları şeklinde evrilirken içinde bulunduğumuz teknoloji çağından da nasibini almış internet teknolojisiyle birlikte sanal iletişim ortaya çıkıp yaygınlaşmıştır. Bu yeni iletişim biçimi bir yandan kolay bir biçimde sosyalleşmeyi sağlarken diğer yandan toplumun tüm alanlarındaki aşırı kullanımıyla birlikte birçok riski de beraberinde getirmekte, fizyolojik ve psikolojik sorunlar için de zemin oluşturabilmektedir (Güleç, 2018; Kalaman ve Çelik, 2019; Gürçan, 2010). Ayrıca sanal iletişim, genel olarak kişilerarası iletişim için bir arada olmak şartını kaldırmış olsa da ailede sağlıklı iletişimin gerçekleşebilmesinde bu şart etkililiğini sürdürmektedir (Güleç, 2018). Evli bireylerin sosyal medyada geçirdikleri zamandaki artış nedeniyle birbirlerine ayırdıkları zamanda azalma olmasının; eşlerin birbirlerini dinleyip anlamamalarına, duygu ve düşünce paylaşımında bulunmamalarına ve de sorunlarının çözümlenmeden ertelenmesine zemin hazırladığı düşünülmektedir (Çelik, 2006). Bu ertelemelerin de sorunların çözümünü iyice zor bir hale getirdiği söylenebilir. Ayrıca çiftlerin birbirlerine ait sosyal medya hesaplarının şifrelerini öğrenme isteği, arkadaş listesini kontrol etme, diğer kişinin paylaşımlarını görmesini engelleme vb. durumlar da çiftler arasındaki güven ilişkisini zedeleyip kıskançlığı tetiklemekte; bu da evlilik ilişkisindeki etkileşimi ve uyumu etkilemektedir (Alikılıç, Ö., Alikılıç, İ. ve Özer, 2019; Demirtaş ve Madran, 2016). Tüm bunlarla birlikte eşyle sağlıklı paylaşımda bulunulmayan, evlilik birliğiyle giderilmesi beklenen psikolojik fizyolojik ve toplumsal ihtiyaçlarını bulunduğu evlilik ilişkisinde gideremeyen bireylerin sosyal medyada daha çok vakit geçirdiği de düşünülmektedir (Dossey, 2014).

Sonuç olarak evlilik birliğini etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler içinde öne çıkanlardan bazıları evlilikteki uyum düzeyi, iletişim becerilerine ne düzeyde sahip olduğu

ve sosyal medya kullanım düzeyidir ki bu faktörlerin de kendi aralarında ilişkili olduğu düşünülmektedir.

### **1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Araştırmanın temel amacı evli bireylerin evlilik uyumları, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Türkiye’de ilgili literatüre bakıldığında evli bireylere yönelik; evlilik uyumu-iletişim becerileri (Karadağ, 2015; Bakırcıoğlu, 2018), evlilik uyumu-sosyal medya bağımlılığı (Dalan, 2020; Çelik, 2018), sosyal medya bağımlılığı-iletişim becerileri (Onarman 2020; Stenly, 2019) biçiminde ikili değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar olduğu görülse de evlilik uyumu- iletişim becerileri- sosyal medya kullanım düzeyi arasındaki ilişkiyi birlikte inceleyen çalışmaya rastlanılmamıştır. Oysaki evlilik ilişkisinin doğası ve bu değişkenlerin yapısı ele alındığında her birinin bir diğerini etkileme olasılığı bulunduğu düşünülmektedir. Bu nedenle ilgili değişkenlerin tamamının bir arada ele alan bu çalışmanın Türkiye literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca evli bireylerle çalışan alan uzmanları ve akademisyenler için faydalı olacağı; evli bireylerin evliliklerini etkileyen faktörlere ilişkin farkındalıklarını arttıracığı öngörülmektedir.

### **1.2. Araştırmanın Problemi**

Evli bireylerin evlilik uyumları, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

#### Alt Problemler:

- Evli bireylerin evlilik uyumları ile kişilerarası iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Evli bireylerin evlilik uyumları ile sosyal medya kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Evli bireylerin kişilerarası iletişim becerileri ile sosyal medya kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

## **2. YÖNTEM**

Bu araştırma nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama şeklinde tasarlanmıştır. İlişkisel tarama modelleri iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve değişimin derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2013). Yapılan

çalışmada da evli bireylerin; evlilik uyumları, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

## **2.1. Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evreni Türkiye’de ikamet eden evli bireylerdir. Örneklem grubu ise “uygun örnekleme” yöntemiyle çevrim içi ortamda ulaşılan gönüllü evli bireylerden oluşmaktadır. Bu yöntemde araştırmacı erişilmesi daha kolay olan katılımcıları seçmiş olur. Böylece zaman ve maliyet açısından tasarruf edilerek araştırma hız kazanır (Kılıç, 2013). Çalışmaya 534 kişi katılmış olup katılımcıların %83’ü (443) kadın , %17’si (91) erkektir. Katılımcıların araştırmaya hangi illerden katıldığına bakıldığında ise çoğunluğu İstanbul (192), Bursa (109), Ankara (32) ve İzmir (18) olmak üzere araştırmaya toplam 63 ilden katılım sağlandığı görülmüştür.

## **2.2. Veri Toplama Araçları**

### **2.2.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından geliştirilen bu formda katılımcıların; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, eşiyle tanışıp evlenme biçimi, evlilik yaşı, evlilik süresi, çocuk sayısı, ekonomik düzey algısı ve eşler arası yaş farkı bilgilerini elde etmeye yönelik 10 adet soru bulunmaktadır.

Araştırmada bir değişken olarak ele alınmayacak olmakla birlikte araştırmanın belli illerle sınırlı olup olmadığının anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünüldüğünden katılımcıların araştırmaya hangi illerden katıldıklarını belirleyebilmek için açık uçlu olarak “ikamet ettikleri il” sorulmuştur. Bu soru kişisel bilgi formunun bulunduğu sayfada formun son sorusunun ardından formdan bağımsız olarak sorulmuştur.

### **2.2.2. Evlilikte Uyum Ölçeği**

Evli bireylerin evlilik uyumlarını ölçmek üzere Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilip Tutarel- Kışlak (1999) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapıp ülkemize uyarlan bu ölçek 15 maddeden oluşmaktadır (Tutarel-Kışlak, 1999). Ölçek hem genel evlilik doyum ve niteliğini ölçmekte hem de aile bütçesi, duyguların ifadesi, arkadaşlar, cinsellik, toplumsal

kurallar, yaşam felsefesi konularında anlaşma düzeyi ile boş zaman, ev dışı etkinlikler, çatışma çözme, güven konularına yönelik ilişki tarzını ölçmektedir (Tutarel-Kışlak, 1999). Ölçeğin iç tutarlılık (Cronbach Alpha) katsayısı .84, iki yarım test güvenilirliği.84, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Katsayısı .57'dir. Ölçekte alınabilecek en düşük puan 0 iken en yüksek puan 58'dir. Uyumlu ve uyumsuz evliliği olan bireyleri ayırt etmeyi sağlayan kesme noktası ise 43,5'tir. Yani kişiler 43'ün üzerinde puan almışlarsa evlilikleri uyumlu, 43 ve altında puan almışlarsa evlilikleri uyumsuz olarak değerlendirilebilmektedir (Tutarel-Kışlak, 1999).

### **2.2.3. İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu (İBÖ-YF)**

Ölçek, iletişim becerilerinin ölçmek için Korkut-Owen ve Bugay (2014) tarafından üniversite öğrencileriyle geliştirilen İletişim Becerileri Ölçeği'nin, Korkut Owen ve Demirbaş-Çelik (2017) tarafından yetişkinler için yeniden geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış halidir. 5'li likert tipinde olan ölçek temel beceriler ve kendini ifade etme (9 madde), iletişime özen gösterme (5 madde), ilişki kurmaya isteklilik (3 madde), etkin dinleme ve sözel olmayan iletişim (5 madde), iletişim ilkelerine uyma (3 madde) olmak üzere 5 alt boyuttan ve toplam 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .94'tür (Korkut-Owen ve Çelik, 2018). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 25, en yüksek puan 125'tir. Ölçekten alınan puan ne kadar yüksekse bireyin iletişim becerileri düzeyinin de o kadar yüksek olduğu kabul edilmektedir.

### **2.2.4. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)**

Ölçek, Şahin ve Yağcı (2017) tarafından 18-60 yaş arası bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Beşli likert tipi bir ölçektir. 20 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. 1-11 maddeler arası sanal tolerans, 12-20 arası sanal iletişim alt boyutlarını oluşturmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık (Cronbach Alpha) katsayısı .94, test tekrar güvenilirlik katsayısı .93'tür. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan 100'dür. Ölçekten alınan puan ne kadar yüksekse bireyin sosyal medya bağımlılık düzeyi de o kadar yüksektir (Şahin ve Yağcı, 2017).

### 2.3. Verilerin Toplanması

Araştırma COVID-19 pandemisi sürecinde yürütülmüş olduğu için araştırma verileri katılımcılardan çevrim içi ortama taşınan form ve ölçeklerler çevrim içi ortamda toplanmıştır. Ardından araştırma formlarına ulaşılacak link çeşitli sanal ortamlarda (Facebook, Instagram, Whatsapp, E-mail vb.) araştırmanın amacı ve “Araştırma evli bireylere yöneliktir. Sonuçların geçerli ve güvenilir olabilmesi için sadece evli bireylerin çalışmaya katılımı önemlidir.” notuyla birlikte paylaşılmıştır. Katılımcılar linke tıkladıklarında karşlarına ilk olarak “Bilgilendirilmiş Onam Formu” çıkmaktadır. Katılımcılar, Bilgilendirilmiş Onam Formu’nun en altında bulunan “Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.” ifadesine tıkladıktan sonra sırasıyla Kişisel Bilgi Formu (10 madde), “Evlilikte Uyum Ölçeği (15 madde)”, “İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu (25)” ve “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu (20 madde)” sorularıyla karşılaşmaktadırlar. Araştırma sorularının tamamı cevaplandırılması zorunlu soru biçiminde hazırlanmıştır. Böylelikle katılımcıların bazı araştırma sorularını atlayarak boş bırakma ihtimali ortadan kaldırılmaya çalışılmıştır. Katılımcıların vermiş olduğu cevaplar herhangi bir geri gönderime gerek olmaksızın çevrim içi sistem üzerinden direkt araştırmacıya ulaşmıştır.

### 2.4. Verilerin Analizi

Araştırma sorularının analizleri yapılmadan önce, ölçeklerden elde edilen verilerin normalliği basıklık-çarpıklık katsayılarına bakılarak sınıanmıştır. Araştırma değişkenlerinin bu değerleri -0,87 ile 0,84 arasında değiştiği bulunmuştur. Büyüköztürk (2015)’e göre basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında olması, verilerin normal dağılım gösterdiğine işaret etmektedir.

Evlilik uyumu, kişilerarası iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyi değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla Pearson Korelasyon Analizi’nden faydalanılmıştır. Tanımlayıcı istatistiklerin çözümlenmesinde de yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma, maksimum ve minimum değerlerden faydalanılmıştır.

Bütün istatistiksel analizler SPSS (25.00) programında gerçekleştirilmiş, sonuçların yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi temel alınmıştır.

### 3. BULGULAR

#### 3.1. Sosyo-demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin veriler Tablo 1.'de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özellikleri Açısından Sayı ve Yüzde Dağılımları

Cinsiyet	Kişi sayısı (n)	%
Kadın	443	83,0
Erkek	91	17,0
Toplam	534	100,0
<b>Yaş</b>		
18-35 yaş arası	337	63,1
36-45 yaş arası	131	24,5
46 yaş ve üzeri	66	12,4
Toplam	534	100,0
<b>Evlilik Süresi</b>		
1yıldan az	43	8,1
1-5 yıl arası	203	38,0
6-10 yıl arası	111	20,8
11 yıldan fazla	177	33,1
Toplam	534	100,0
<b>Evlenme Yaşı</b>		
22 yaştan küçük	84	15,7
23-27 yaş arası	321	60,1
28 yaştan büyük	129	24,2
Toplam	534	100,0
<b>Evlenme Biçimi</b>		
Okul iş arkadaş ortamında	365	68,4
Görücü usulü	129	24,2
İnternet ortamında	40	7,5
Toplam	534	100,0
<b>Eşler Arası Yaş Farkı</b>		
1 yıldan az	131	24,5
1-5 yıl arası	302	56,6
6 yıldan fazla	101	18,9
Toplam	534	100,0
<b>Çocuk Sayısı</b>		
Yok	168	31,5



1 çocuk	150	28,1
2 çocuk	143	26,8
3 çocuk ve üzeri	73	13,7
Toplam	534	100,0
<b>Eğitim Düzeyi</b>		
Lise ve altı	100	18,7
Meslek yüksek okul	36	6,7
Üniversite	277	51,9
Yüksek öğretim	121	22,7
Toplam	534	100,0
<b>Çalışma Durumu</b>		
Çalışıyor	370	69,3
Çalışmıyor	164	30,7
Toplam	534	100,0
<b>Ekonomik Düzey</b>		
Alt	20	3,7
Orta	479	89,7
Üst	35	6,6
Toplam	534	100,0

Araştırmaya 443 (%83) kadın ve 91 (%17) erkek olmak üzere toplam 534 kişi katılmıştır. Katılımcılar arasında 18-35 yaş aralığındakilerin oranı diğer gruplardan yüksektir (N:43, %53). Evlilik süresi 1-5 yıl arası olanlar (N:203, %38); evlenme yaşı olarak 23-27 yaş arasında evlenmiş olanlar (N:321, %60,1); evlenme biçimi olarak okul, iş, arkadaş ortamında tanışıp evlenenler (N:365, %68,4) ve eşler arası yaş farkı 1-5 yaş arası olanlar (N:302, %56,6) kendi grupları içerisinde en yüksek orana sahiplerdir. Katılımcıların çoğunluğunun ise çocuk sahibi olmadığı görülmektedir (N:168, %31,5). Büyük bir çoğunluk üniversite ve üstü eğitim düzeyine sahiplerdir (N: 277, %51,9). Katılımcılar arasında çalışan gruptaki kişi sayısı daha fazladır (N: 370, %69,3). Katılımcıların büyük çoğunluğu ekonomik durumlarını orta düzey olarak algılamaktadır (N: 479, %89,7).

### 3.2. Ölçeklerin Toplam Puanlarına Dair Betimleyici İstatistik Bulguları

Katılımcıların ölçeklerden aldıkları toplam puanlara ilişkin betimleyici istatistik değerleri Tablo 2.'de sunulmuştur.

**Tablo 2.** Ölçeklerin Toplam Puanlarına Dair Betimleyici İstatistik Değerleri

Ölçekler (n=534)	En Küçük Değer	En Büyük Değer	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma
Evlilikte Uyum Ölçeği	7	56	43,46	5,56
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu (İBÖ-YF)	42	116	99,87	8,75
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)	27	88	42,25	9,48

Tablo 2’de yer alan analiz sonuçlarına göre “Evlilikte Uyum Ölçeği” nden alınan toplam puanlar en düşük 7, en yüksek 56 olup standart sapma 5,56’dır. Ölçekten alınan toplam puanların aritmetik ortalaması ise 43,46 olup bu puan ölçekte uyumlu bir evliliğe işaret eden 43+ bir değere sahiptir. “İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu” ndan alınan toplam puanlara ait en küçük değer 42, en yüksek değer 116, ortalama 99,87 iken standart sapma değeri 8,75 olup ölçekten alınan puanın yüksekliği iletişim becerisindeki yüksekliğine işaret etmektedir. “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu” içinse toplam puanlar en küçük 27, en büyük 88, ortalama 42,25 ve standart sapma 9,48 şeklindedir.

### 3.3. Araştırma Değişkenlerinin Birbirleriyle İlişisine Dair Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılık düzeyi puanları arasındaki ilişkilerin belirlenebilmesi için Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

**Tablo 3.** Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	Evlilik Uyumu	İletişim Becerileri	Sosyal Medya Bağımlılığı
Evlilik Uyumu	1		
İletişim Becerileri	0,20**	1	
Sosyal Medya Bağımlılığı	-0,11*	-0,21**	1

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$

Tablo 3’te yer alan analiz sonuçlarına göre, evlilik uyumu ile iletişim becerileri değişkenleri arasında pozitif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $r=0,20$ ;  $p < 0,01$ ).

Benzer şekilde, evlilik uyumu ile sosyal medya bağımlılığı değişkenleri arasında negatif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=-0,11$ ;  $p<0,05$ ). Buna göre, bireylerin evlilik uyumu puanları arttıkça; iletişim becerileri puanları artarken, sosyal medya bağımlılığı puanları düşmektedir. Ayrıca, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı değişkenleri arasında da negatif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ( $r=-0,21$ ;  $p<0,01$ ). Bir başka deyişle, bireylerin iletişim becerileri puanları artarken sosyal medya bağımlılığı puanları azalmaktadır.

#### 4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

##### 4.1. Tartışma ve Sonuç

Çalışma evli bireylerin evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır.

Alan yazın incelemesi yapıldığında evli bireylerin evlilik uyumu, sosyal medya kullanım düzeyleri, kişilerarası iletişim becerileri değişkenlerini birlikte ele alıp inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu bölümde karşılaştırmalar yapılırken çalışmada yer alan değişkenlerin tek tek incelendiği ya da iki kavramın birlikte incelendiği çalışmalara ait bulgulardan faydalanılmıştır.

Bu çalışmada elde edilen bulgular sonucunda evlilik uyumu ile iletişim becerileri arasında pozitif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Yani çalışma birlikte hareket etme düzeyi çok yüksek olmasa da evlilik uyumu ve kişilerarası iletişim becerilerinin aynı yönlü hareket ettiğini göstermektedir. Bu durum evlilik uyumundaki artışın kişilerarası iletişim becerilerindeki artışı, evlilik uyum düzeyindeki azalmanın kişilerarası iletişim becerilerindeki azalmayı ya da kişilerarası iletişim becerilerindeki yüksekliğin evlilik uyumundaki artışı, kişilerarası iletişim becerilerindeki düşüklüğün evlilik uyumundaki azalmayı düşük düzeyde sağladığı karşılıklı bir ilişki şeklinde yorumlanabilir.

Literatür incelemesi yapıldığında çalışmanın bu bulgusunda olduğu gibi evlilik uyumu ve kişilerarası iletişim becerileri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğunu gösteren birçok çalışmanın olduğu görülmektedir. Dilmaç ve Bakırcıoğlu (2019), tarafından yapıp evli bireylerin sahip oldukları değerler, iletişim becerileri ve evlilik uyumu arasındaki yordayıcı ilişkinin incelendiği çalışmada evlilik uyumunu etkileyen en önemli değişkenin iletişim

becerileri olduğu bulunmuştur. Hacı (2011) tarafından yapılan çalışmada da evli bireylerin çatışma çözüm stilleriyle evlilik uyumları arasında pozitif yönlü ilişki saptanmıştır. Aile içi iletişim becerileri programının eşlerin iletişim becerilerine ve evlilik uyumlarına etkisinin incelendiği Atan ve Buluş (2020) tarafından yürütülen çalışmada uygulana psikoeğitim programına katılan eşlerin çift uyum düzeyleri toplam puan ortalamalarının programa katılmayan gruptan anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Ancak literatürde evlilik uyumu ve iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki olmadığını gösteren çalışmalar da mevcuttur (Addis ve Bernard, 2002). Bununla birlikte araştırmada elde edilen pozitif yönlü ilişkinin literatürün büyük kısmıyla da uyumlu olduğu görülmektedir (Erbek ve ark., 2005; Şener ve Terzioğlu, 2008; Karadağ, 2015; Sardoğan ve Karahan, 2005).

Araştırma sonucunda evlilik uyumu ve sosyal medya kullanım düzeyi arasında negatif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu, bir değişkende gözlenen artışın diğerindeki azalmayla ilişkili olduğu anlamına gelmektedir. Yani evli bireylerin sosyal medya kullanım düzeyindeki artış evlilik uyumunda azalmayla ya da sosyal medya kullanım düzeyindeki azalma evlilik uyumundaki artışla düşük düzeyli bir ilişki içindedir. Literatür incelendiğinde evlilik uyumu ve sosyal medya kullanım düzeyi arasında yapılan çalışmaların oldukça kısıtlı sayıda olduğu görülmüştür. Bu nedenle araştırma sonuçları sadece evlilik uyumu üzerinden değil genel olarak evlilik ile ilişkili biçimde alan yazın ile karşılaştırılmıştır. Dalan (2020) tarafından yapılan araştırmada evli bireylerde evlilik uyumu arttığında sosyal medya bağımlılık düzeyinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca evli bireylerin sanal tolerans (kişinin sanal ortamda geçirdiği zamana ilişkin bağımlılık toleransı) düzeyleri azaldıkça evlilik uyumlarının arttığı görülmüştür. Kunt (2019) tarafından yapılan çalışmada da sosyal medya kullananların boşanma eğiliminin daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal medya kullanım düzeyi arttıkça eşlerin bir arada geçireceği sürenin azaldığı bu durumun da eşlerin birbirine yeterli zaman ayıramamasına sebep olup evlilik içerisindeki paylaşımı azaltacağı; uyum için gerekli olduğu düşünülen birlikte vakit geçirme, sorumluluk paylaşımı, birbirinin istek ve ihtiyaçlarını anlama ve karşılama vb. faktörlerin de gerçekleşmesinin zorlaşmış olacağı düşünüldüğünde araştırma sonuçlarının ve alan yazının tutarlı oluşu anlamlı olmaktadır.

Araştırma değişkenlerinden iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde aralarında negatif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bir başka deyişle bireylerin iletişim becerileri puanları artarken sosyal medya bağımlılığı puanları azalmakta; iletişim becerileri puanları azalırken sosyal medya bağımlılığı puanları artmaktadır. Literatür incelendiğinde de çalışma sonuçlarını destekleyen birçok

araştırma bulunduğu görülmüştür. Demir (2016) tarafından yapılan araştırmada sosyal medyanın aşırı kullanımının aile iletişimi olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Ekşi ve Ümmet' e (2013) göre de iletişim problemleri yaşayan bireyler içe kapanıp sanal dünyaya yönelme eğilimindedirler. Ayrıca İliş ve Gülbahçe (2019) ve Dilmaç ve Bakırcılioğlu' nun (2019) da araştırmalarında çalışma bulgularıyla tutarlı bir biçimde sosyal medya kullanım düzeyi ve iletişim becerileri arasında negatif yönelik anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bununla birlikte az sayıda da olsa literatürde bu iki değişken arasında anlamlı ilişki bulunmadığını ya da pozitif yönlü bir ilişki olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Abbasigil (2019) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerdeki sosyal medya kullanım süresi ile kişilerarası iletişim becerilerinde rol oynayan etkin dinleme, kendini tanıma ve açma alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı bulunmuştur. Ayrıca yapılan bir çalışmada da sosyal medya kullanımının iletişim becerilerini arttırdığı görülmüştür (Turgut, Kutlu ve Mut, 2018). Yine de sosyal medya kullanımının daha çok yazılı iletişimle gerçekleşip ses tonu ve vücut dili gelişimini desteklememesi düşünüldüğünde sosyal medyanın iletişim becerilerini geliştirmedeki etkisinin zayıf olacağı düşünülmektedir (Uçar, Tümer, Taner ve Akdolun-Balkaya, 2018).

Genel olarak araştırma bulgularına bakıldığında evlilik uyumu ve kişilerarası iletişim becerileri arasında pozitif düzeyde ilişkili hareket gözlenirken bu iki değişkenin de sosyal medya kullanım düzeyi ile negatif yönlü ilişkili olduğu, evlilik uyumu ya da kişilerarası iletişim becerilerinde puan artışının sosyal medya kullanım düzeyi puanlarında düşüş oluşturduğu görülmektedir. Yani evli bireylerin iletişim becerileri puanları arttıkça evlilik uyumu puanları artarken sosyal medya kullanım düzeyi puanlarının azaldığı ya da bireylerin sosyal medya kullanım düzeyleri yükseldikçe kişilerarası iletişim becerileri puanları ve evlilik uyumu puanlarının düştüğü söylenebilir. Çalışkan ve Aslander' e (2014) göre de eşler arasında yaşanan iletişim sorununun çözümü için çaba harcamak yerine sorunu unutmak ya da sorundan kaçınmak için sosyal medyada daha fazla vakit geçirildikçe sorun daha da büyüyerek eşlerin karşısına çıkmaktadır. Evlilik içerisinde çözülemeyen ve giderek büyüyen sorunların ise evlilik uyumunu zedelenmesi olasıdır.

#### **4.2. Öneriler**

Yapılan araştırma evlilik uyumu, kişilerarası iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyi arasında ilişki olduğunu göstermiştir. Ancak literatür taraması yapıldığında bu üç değişkeni birlikte ele alan başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bununla birlikte evlilik uyumu ile iletişim becerisi ya da sosyal medya kullanım ilişkisini ikili biçimde inceleyen çalışma sayısının da oldukça kısıtlı olduğu düşünülmektedir. Evlilik kurumunun toplumlar için önemi,

günümüz toplumundaki boşanma oranlarında görülen artış, değişen dünya ile birlikte değişen iletişim biçimleri ve sosyal medya kullanımının yaygınlığı dikkate alındığında evli bireylerin katılımıyla bu değişkenleri birlikte ele alan çalışmaların yapılması önemlidir.

Elde edilen sonuçlardan yola çıkılarak evli bireylere yönelik evlilik uyumunu ve iletişim becerilerini destekleyen, evli bireyleri sosyal medya kullanımı konusunda bilinçlendiren psikoeğitim programları düzenlenebilir. Yapılacak çalışmalarda bu araştırma bulgularından da yararlanılabilir.

Araştırma verilerinin pandemi sebebiyle çevrim içi ortamda toplanması sebebiyle kadın katılımcı sayısı ile erkek katılımcı sayısı arasındaki dengenin sağlanmasında zorluk yaşanmış olup kadın katılımcı sayısı ile erkek katılımcı sayısının birbirine yakın sayıda olması sağlanamamıştır. Araştırmaya katılan kadın katılımcı sayısı erkek katılımcı sayısından fazla olmuştur. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda kadın ve erkek katılımcı sayısının birbirine daha yakın tutulmasının çalışmaların genellenebilirliğini arttıracığı düşünülmektedir. Cinsiyetler arasında sayısal olarak dengeyi sağlamanın bir yolu olarak katılımcılar çalışmaya karı-koca olarak birlikte dahil edilebilir.

## 5. KAYNAKÇA

- [1]. Abbasigil, A. R. (2019). *Evli bireylerde sosyal medya kullanım süresi, kişilerarası iletişim becerileri ve evlilik doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- [2]. Addis, J., & Bernard, M. E. (2002). Marital adjustment and irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive- Behavior Therapy*, 20(1), 3-13.
- [3]. Akar, H. (2005). *Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde; çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması* (Yayınlanmamış uzmanlık tezi). Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi, İstanbul.
- [4]. Alikılıç, Ö., Alikılıç, İ. ve Özer, A. (2019). Dijital romantizm: Y kuşağının romantik ilişkilerinde sosyal medyanın rolü üzerine bir araştırma. *Erciyes İletişim Dergisi Uluslararası Dijital Çağda İletişim Sempozyumu Özel Sayısı*, 1, 57-80.
- [5]. Atan, A. ve Buluş, M. (2020). Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının eşlerin iletişim becerilerine ve çift uyumuna etkisi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40(1), 255-288.
- [6]. Aycanoğlu, C. ve Ünsal, G. (2017). Bağlanma tarzları ve internet bağımlılığının evlilik uyumuna etkisi. *Journal of Academic Research in Nursing*, 3(3), 163-168.

- [7]. Bakırcıaloğlu, A. (2018). *Evli bireylerin sahip oldukları değerler, iletişim becerileri ve evlilik uyumu arasındaki yordayıcı ilişki* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- [8]. Büyüköztürk, Ş. (2015). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- [9]. Çalışkan, N. ve Aslander, M. (2014). Aile içi iletişim ve siber yaşam: Teorik bir çözümleme. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(2), 263-277.
- [10]. Çelik, E. (2018). *Öğretmenlerin internet, sosyal medya bağımlılıkları ile evlilikte uyum ve aile işlevleri arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- [11]. Çelik, M. (2006). *Evlilik doyumu ölçeği geliştirme çalışması* (Yayımlanmamış doktora tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- [12]. Dalan, U. (2020). *Evli bireylerde sosyal medya bağımlılığının evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerindeki etkisi* (Yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- [13]. Demir, Ü. (2016). Sosyal medya kullanımı ve aile içi iletişimi: Çanakkale'de lise öğrencileri üzerine bir araştırma. *Selçuk İletişim Dergisi*, 9(2), 27-50.
- [14]. Demirtaş, H. A. ve Madran, A. (2016). Facebook kıskançlığı ölçeğinin Türkçe formu: Üniversite öğrencileri üzerinde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17, 93-99.
- [15]. Dilmaç, B. ve Bakırcıaloğlu, A. (2019). Evli bireylerin sahip oldukları değerler, iletişim becerileri ve evlilik uyumu arasındaki yordayıcı ilişki. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), 110-122.
- [16]. Dossey, L. (2014). FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 10(2), 69-73.
- [17]. *Dünya değerler araştırması 7. dalga veri setindeki Türkiye bulguları*. (2 Ağustos 2021). 1 Ekim 2021, <http://politikaakademisi.org/2020/08/02/dunya-degerler-arastirmasi-7-veri-setindeki-turkiye-bulgulari/>
- [18]. Ekşi, F. ve Ümmet, D. (2013). Bir kişilerarası iletişim problemi olarak internet bağımlılığı ve siber zorbalık: Psikolojik danışma açısından değerlendirilmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11(25), 91-115.
- [19]. Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- [20]. Ersanlı, K. ve Kalkan, M. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme: Kuram ve uygulama*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- [21]. Güleç, V. (2018). Aile ilişkilerinin sosyal medyayla birlikte çöküşü. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 2(2), 105-120.
- [22]. Hacı, Y. (2011). *Evlilik uyumunun empatik eğilim, algılanan aile içi iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- [23]. İliş A. ve Gülbahçe A. (2019). Sosyal medya bağımlılığı ile iletişim becerileri arasındaki yordayıcı ilişkinin incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, 23(78), 45-59.

- [24]. Kalamam, S. ve Çelik, F. (2019). Türkiye'deki evli bireylerin sosyal medya kullanımlarının evlilikleri üzerine etkisi: Nitel bir araştırma. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 13(19), 424-453.
- [25]. Karadağ, Ş. (2015). *Evlilik uyumu ilişkisinde aile içi iletişimin rolü: Konya örneği* (Doktora tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- [26]. Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel
- [27]. Korkut-Owen, F. ve Bugay, A. (2014). İletişim becerileri ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 51- 64.
- [28]. Korkut-Owen, F. ve Çelik, N. D. (2018). Yetişkinlerin cinsiyetlerine, yaşlarına ve kişilik özelliklerine göre iletişim becerilerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2305-2321.
- [29]. Kunt, G. (2019). *Kadınlarda eğitim, çalışma durumu, sosyal medya kullanımı, evlilik eğilimi, boşanma eğilimi arasındaki karşılıklı ilişkiler* (Yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- [30]. Onarman, B. (2020). *Sosyal medya kullanım nedenlerinin iletişim becerilerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- [31]. Özgüven, İ. E. (2020). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel Yayın
- [32]. Sardoğan, M. E. ve Karahan, T.F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programının evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 89-102.
- [33]. Stenly, E. (2019). *Sosyal medya kullanımının bireyin öz saygısı üzerindeki rolü: kişilerarası iletişim açısından bir değerlendirme* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- [34]. Şahin, C. ve Yağcı, M. (2017). Sosyal medya bağımlılığı ölçeği-yetişkin formu: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 523-538.
- [35]. Şener, A. ve Terzioğlu, G. (2008). Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4(13), 7-20.
- [36]. Turgut, M., Kutlu, G. ve Mut, S. (2018). Sağlık yönetimi bölümü öğrencilerinin iletişim becerileri ile sosyal medya kullanımları arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *İşletme Bilimi Dergisi (JOBS)*, 6(1), 185–205.
- [37]. Tutarel-Kışlak, Ş. (1999). Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *3P Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(1), 50-57.
- [38]. Uçar, E., Tümer, A., Taner, A. ve Akdolun Balkaya, N. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımları ile iletişim becerileri arasındaki ilişki: Bir sağlık bilimleri fakültesi örneği. *Sağlık Akademisi Kastamonu*, 7(2), 5-6.