




## Evlilik Uyumunun Yordayıcıları Olarak İletişim Becerileri ve Koşulsuz Kendini Kabul<sup>1</sup>

### Predicting Marital Adjustment According to Communication Skills and Unconditional Self-acceptance

Sayfa | 3387

Beyza BOLAT DEMİRCİOĞLU , Uzman Psikolojik Danışman, beyzabolat7@gmail.com

Ahu ARICIOĞLU , Prof. Dr., Pamukkale Üniversitesi, aaricioglu@pau.edu.tr

**Geliş tarihi - Received:** 3 Eylül 2024  
**Kabul tarihi - Accepted:** 26 Aralık 2024  
**Yayın tarihi - Published:** 28 Aralık 2024

<sup>1</sup> Prof. Dr. Ahu Arıcıoğlu danışmanlığında Beyza Bolat Demircioğlu tarafından Pamukkale Üniversitesi Aile Danışmanlığı Yüksek Lisans Programında tamamlanan yüksek lisans tezinden üretilmiştir.  
Bolat Demircioğlu, B. ve Arıcıoğlu, A. (2024). Evlilik uyumunun yordayıcıları olarak iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(3), 3387-3410.  
DOI. 10.51460/baebd.1543036



**Öz.** Bu çalışma, evli bireylerin evlilik uyumlarını etkileyen iki önemli psikolojik değişkeni, iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul düzeylerini incelemektedir. Araştırma, ilişkiel tarama modeli kullanılarak yürütülmüş ve toplamda 448 evli bireyden elde edilen veriler analiz edilmiştir. Katılımcılardan toplanan veriler, Kişisel Bilgi Formu, Etkili İletişim Becerileri Ölçeği ve Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Araştırma sonuçları, evlilik uyumunun cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar gösterdiğini, ancak yaş, evlilik süresi, gelir düzeyi, eğitim seviyesi ve çocuk sayısı gibi diğer demografik değişkenler açısından belirgin bir farklılık olmadığını ortaya koymaktadır. Kadınların evlilik uyum seviyelerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Elde edilen bulgular, etkili iletişim becerilerinin evlilik uyumunu pozitif yönde etkilediğini göstermektedir. Etkili iletişim kurabilen çiftlerin, ilişkilerinde daha sağlıklı bir uyum yakaladıkları ve çatışmaları daha kolay çözebildikleri tespit edilmiştir. İletişim becerileri, çiftler arasında açık ve net bir bilgi akışı sağlayarak, karşılıklı anlayış ve empatiyi artırmaktadır. Bu da evlilik ilişkilerinde daha güçlü bağların oluşmasına katkı sağlamaktadır. Bunun yanı sıra, koşulsuz kendini kabul düzeyinin de evlilik uyumu üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Kendini koşulsuz kabul eden bireylerin, ilişkilerinde daha hoşgörülü, anlayışlı ve sabırlı oldukları görülmüştür. Bu bireyler, eşlerinin hatalarını daha kolay tolere edebilmekte ve ilişkilerdeki olumsuzlukları daha sağlıklı bir şekilde yönetebilmektedirler. Kendini kabul düzeyi yüksek olan bireyler, ilişkilerde daha az çatışma yaşamakta ve evlilik uyumları daha yüksek olmaktadır. Sonuç olarak hem iletişim becerilerinin geliştirilmesinin hem de bireylerin kendilerini koşulsuz kabul etmelerinin, evlilik uyumunu artıran önemli faktörler olduğu vurgulanmaktadır. Gelecekteki çalışmalarda, bu değişkenlerin farklı kültürel ve sosyo-ekonomik gruplar üzerindeki etkilerinin araştırılması önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** “Evlilik uyumu”, “iletişim becerileri”, “koşulsuz kendini kabul.”

**Abstract.** This study explores two pivotal psychological factors—communication skills and levels of unconditional self-acceptance—that influence the marital adjustment of individuals. Adopting a relational survey model, data were collected from 448 married participants. The information was gathered using a Personal Information Form, the Effective Communication Skills Scale, and the Unconditional Self-Acceptance Scale. The findings revealed that marital adjustment differed significantly in relation to gender, with women demonstrating higher levels of marital adjustment than men. No significant differences emerged for demographic variables such as age, length of marriage, income level, education level, or number of children. The results also showed that effective communication skills positively influence marital adjustment. Couples who communicate successfully are more likely to maintain healthier harmony in their relationships and resolve conflicts more readily. By ensuring a clear and open exchange of information, communication skills foster increased mutual understanding and empathy, which, in turn, strengthen marital bonds. Additionally, the level of unconditional self-acceptance was found to exert a positive impact on marital adjustment. Individuals who embrace themselves unconditionally tend to be more tolerant, understanding, and patient in their relationships. Such individuals can more easily overlook their spouses' mistakes and handle negative situations in a healthier manner. Consequently, those with higher self-acceptance report fewer conflicts and higher marital adjustment overall. In conclusion, it is emphasized that improving both communication skills and unconditional self-acceptance serves as a crucial factor in bolstering marital adjustment. Future research is encouraged to examine how these variables operate in different cultural and socio-economic settings.

**Keywords:** “marital adjustment”, “communication skills”, “unconditional self-acceptance.”



## Extended Abstract

**Introduction.** Marriage is a legal and socially recognized form of union that meets the social, emotional and psychological needs of individuals. Marriage, one of the most fundamental building blocks of society, provides trust, love, social support and satisfaction for individuals, and is also a special relationship in which two people unite their lives by living a common life. Marital harmony is a factor that directly affects individuals' overall life satisfaction and happiness. Marital adjustment includes harmonious communication between spouses, emotional support, joint decision-making processes and problem-solving skills. High marital adjustment is strengthened by couples being understanding, respectful and empathetic towards each other, while low marital adjustment can lead to conflict, emotional distancing and even divorce. There are many factors that determine marital adjustment. Especially effective communication skills and self-acceptance levels of individuals greatly affect the quality of marital relationships. Communication skills include processes such as the ability of couples to express their feelings clearly, to listen to each other and to develop empathy. Couples who are unable to communicate experience more conflict and dissatisfaction, while couples who can communicate well experience greater marital harmony. Furthermore, unconditional self-acceptance refers to the ability to accept both oneself and one's partner in all their positive and negative aspects. Individuals who unconditionally accept themselves and their partners experience less conflict in relationships and have higher marital satisfaction. The aim of this study is to examine the levels of communication skills and unconditional self-acceptance that affect marital adjustment of married individuals and to reveal the effects of these two important psychosocial factors on marital relationships.

**Method.** In this study, the relational survey model was used to determine the factors affecting marital adjustment of married individuals. The relational survey model is a method for examining the relationships between variables and analyzing how strong these relationships are. This model is an appropriate model to try to understand the relationship between communication skills and unconditional self-acceptance levels of married individuals and their marital adjustment. The sample of the study consists of 448 married individuals living in Turkey. The participants were selected using snowball sampling method. The snowball method is a sampling technique used especially when investigating groups of participants with a particular characteristic. In this method, the first participants were asked to suggest other individuals they knew and who were suitable for the study. In this way, a large group of married individuals was reached. Demographic variables such as age, education level, duration of marriage and income level of the participants in the sample vary, which increases the generalizability of the findings of the study to the general population. Most of the individuals in the sample group are in the middle age group and have different levels of education and socio-economic status.

The data collection tools used in the study aimed to measure both the demographic information of the participants and the levels of marital adjustment, communication skills and unconditional self-acceptance. Personal Information Form, Effective Communication Skills Scale (EIBS), Unconditional Self-Acceptance Scale (IASAS) and Perceived Adjustment in Intimate Relationships Scale (PRAS) were used in the data collection process. The data collection process was carried out through online questionnaires over the internet. Participants participated voluntarily in accordance with the ethical principles of the research. Individuals who wanted to participate in the study accessed the data



collection tools through their internet connections. All participants were informed about the purpose of the study, the conditions of voluntary participation and confidentiality principles. Participants' identity information was kept confidential, and the collected data were analyzed anonymously. In the analysis of the data, t-test, ANOVA and regression analyses were used. First, the effects of demographic variables on marital adjustment were analyzed, and then the effects of communication skills and unconditional self-acceptance on marital adjustment were examined.

**Results.** The findings of the study revealed that marital adjustment differed according to the gender variable and that women had higher levels of marital adjustment compared to men. However, no significant difference was found in terms of demographic variables such as duration of marriage, age, income level, number of children and education level. In the relationship between communication skills and demographic variables, a significant difference was observed only according to the number of children, while no significant difference was found according to gender, marriage duration, age, income level and education level. In addition, a positive relationship was found between communication skills and marital adjustment, and it was observed that an increase in communication skills increased marital adjustment. When the effect of unconditional self-acceptance levels on marital adjustment was analyzed, significant differences were observed according to marital duration and age, while no significant differences were found in terms of gender, income level, number of children and educational level. A positive relationship was found between unconditional self-acceptance and marital adjustment, and it was determined that marital adjustment increased as this level increased. While a moderate positive relationship was found between communication skills and marital adjustment, a low positive relationship was found between unconditional self-acceptance and marital adjustment. Regression analyses revealed that communication skills were a stronger predictor of marital adjustment than unconditional self-acceptance.

**Discussion and Conclusion.** Research findings reveal that communication skills and unconditional self-acceptance play an important role in increasing marital adjustment. It is of great importance for couples to improve their communication skills to achieve satisfaction and harmony in marital relationships. Effective communication not only solves problems but also helps couples to provide emotional support to each other and to be understanding and tolerant. In addition, individuals' unconditional acceptance of themselves enables them to be at peace with themselves and their spouses. This is an important factor that increases marital harmony. The findings of this study are largely consistent with previous studies in the literature. Effective communication skills and unconditional self-acceptance are emphasized as key psychological variables that increase marital adjustment. In previous studies, effective communication skills have been shown to increase marital satisfaction and reduce conflicts. Similarly, unconditional self-acceptance also supports individuals' psychological well-being and increases marital adjustment. In conclusion, it is important for couples to both improve their communication skills and unconditionally accept themselves to increase marital adjustment. In this direction, psychoeducation programs for couples can contribute to greater marital adjustment, especially during premarital or marital therapy processes. Future research should examine the effects of these variables on different cultural and socio-economic groups and investigate how interventions to increase marital adjustment can be effective in different social groups.



## Giriş

Evlilik iki kişinin birlikte yaşamak, yaşantılarını paylaşmak, dışarıdan gelecek tehlikelere karşı güvende olmak, büyümek, kendini geliştirmek, çocuk sahibi olmak ve yetiştirmek gibi ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla yasal boyutta devlet tarafından da tanınan şekilde ilişki kurarak aile birimini oluşturmasıdır. Bu ilişki, çiftlerin fiziksel, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarını ve güdülerini karşılamayı amaçlamaktadır. Evlilik birleşmesi toplumsal yaşama ve bireylere biçim veren, dinamizm kazandıran, hareketlendirici ve yönlendirici bir özelliğe sahiptir. Bu birleşme insanın ele alındığı her konuda, çalışmada ve araştırmada elde edilen bulguyu etkileyen bir oluşumdur. En genel insan kavramı incelendiğinde karşımıza toplum kavramı çıkar. Toplumu ele alındığında onu oluşturan insan, evlilik bileşimi ile oluşan ailenin nihai bir ürünüdür. Evlilik kurumu birçok insan için, tüm yakın ilişkilerin en kalıcı ve samimi bağıdır. Bu kurumun üyesi olan bireyler sevgi, aşk, aidiyet, bağlanma, eğlenme ve mutluluk gibi duyguların karşılanmasına yönelik eylemler ortaya koymaktadır. Evliliğin kişinin duygusal ve fiziksel refahı üzerinde oldukça geniş kapsamlı olumlu etkileri olduğu geniş çapta belirlenmiştir (Shaud ve Asad, 2018). Bu birliktelik çifte daha önce hayatlarında olmayan bazı sorumluluklar getirir. Daha fazla fiziksel birlikte olmaya ek olarak; yaşam alanları paylaşacakları, paralarını yönetecekleri, iş bölümleri oluşturacakları ve evlerini yönetecekleri bir sürecin içine gireceklerdir (Navran, 1967).

Bir birlikteliğin sonucu olarak evlilik, her kültürün sosyal dokusunda önemli bir bileşendir (Kalsoom ve Kamal, 2018). Birlikteliğin en önemli özelliği bu dokunun korunabilmesi için sağlam, dengeli ve uyumlu şekilde devamlılığı olmalıdır. Eğer çiftler arasında sahip olunan denge ve uyum sağlanamaz ise evliliğin bitmesi kaçınılmazdır. Zira, eşler arasındaki uyumsuzluklar sadece o evliliğin sona ermesine yol açmakla kalmayıp, aynı zamanda toplum genelinde bir sosyal sorunu da beraberinde getirmektedir (Burgess ve Cottrell, 1988). Öneminden bahsedilen evlilik uyumu kavramına sahip çiftleri betimlemek isteyen Navran'a (1967) göre, açık iletişim kurma, dinleme, birbirini anlama ve kendilerini açık ve doğru bir şekilde ifade etme gibi duygu temelli becerilere sahip olan çiftler, bir sorun ile karşı karşıya kaldıklarında çözüme bu becerileri kullanarak ulaşabilirler ve yüksek evlilik uyumuna sahiptirler (Navran, 1967). Evlilik ilişkilerinin akışının, kaliteli ve sağlıklı bir şekilde sürmesini sağlayan temel unsur, uyumdur ve evlilikte çift uyumunun bozulması, bireylerin psikolojik olarak zorlanmalarına ve çeşitli psikolojik belirtiler sergilemelerine yol açabilir. Evlilik uyumu kavramının tam bir tanımı konusunda genel bir uzlaşma sağlanmamıştır, çünkü birçok demografik özellik, psikolojik, sosyo-kültürel ve kişisel faktör uyum üzerinde etkili olabilir (Robinson ve Blanton, 1993; Körük, 2020).

Evlilik uyumu kavramının açıklanmak istendiği çoğu çalışma ve yazında evlilik doyumu, kalitesi ve evlilik mutluluğu gibi kavramlar da karşımıza çıkmaktadır. Özellikle bazı araştırmalarda evlilik uyumu ve doyumu kavramları arasındaki korelasyonun çok yüksek olmasından dolayı birbirlerinin yerine kullanıldığını görebiliriz. Evlilik doyumu, evli çiftlerin evlilikleri hakkındaki duygusal deneyimlerini, özellikle hissettikleri tatmini ve algıladıkları mutluluk seviyelerini ifade eden öznel yorumların toplamıdır. Evlilik uyumu bağlamında, bu kavram daha çok aile sistemi içinde benzer düşünce yapılarına sahip olmayı, ortak bir perspektif geliştirmeyi ve sorunları iş birliğiyle çözmeyi içerir. Bu nedenle evlilik uyumu, evlilik doyumunu içeren daha genel bir kavramdır ve bazen bu iki terimin karıştırılmasına yol açabilir. Özetle, evlilik uyumu, evliliğin devamı ve işlevini destekleyen daha kapsayıcı bir kavramdır ve evlilik doyumunu içermektedir (Erbek, Beştepe, Akar, Eradaamlar ve Alpkın, 2005).



Evlilik uyumunu inceleyen çalışmalarda, çiftlerin iletişim tarzlarının en sık karşılaşılan ortak unsurlardan biri olduğu söylenebilir. İletişim kavramı pek çok açıdan ele alınabilmekte ve geniş bir kapsama sahiptir. Bu nedenle, çeşitli tanımlar sunulmuştur. Örneğin, Türk Dil Kurumu'na göre iletişim, duygu ve düşüncelerin mantıklı bir şekilde karşı tarafa aktarılması, bilgi paylaşımı ve haberleşme anlamına gelmektedir. İletişim, genel anlamda “bilgi üretme, iletme ve yorumlama süreci” olarak da ifade edilebilir (Dökmen, 2008).

İletişim insan hayatının temel bir bileşenidir. İnsanlar duygularını, düşüncelerini ve bilgilerini iletişim araçlarıyla birbirleriyle paylaşarak toplumlar oluşturur, ilişkiler kurar, bilgi aktarır ve iş birliği yapar. İletişim, insanların birbirlerini anlamalarını ve dünya etrafındaki olayları kavramalarını sağlar. Ayrıca kültürlerin, değerlerin ve fikirlerin paylaşılmasına olanak tanır, böylece insanlar arasında birlik ve anlayış geliştirilir. Kısacası, iletişim insanların hayatını zenginleştirir, bilgiyi aktarır ve insanlar arasında bağ kurulmasına olanak sağlar. İletişim tüm canlıların varlıklarını sürdürebilmeleri için vazgeçilmez bir davranış biçimidir. Bu canlılar içerisinde insanlar için de yeri oldukça önemli bir noktadır. Çünkü insan sahip olduğu iletişim kanallarını ve mesajları inceleyebilir ve bu mesajları gelişimleri üzerinde değerlendirebilir (Kıran, 2008). Evli çiftler arasındaki etkili iletişim kişilerinin kendilerini daha iyi tanımaları ve farkındalıklarının yüksek olmasını, sahip oldukları aile kaynaklarını daha verimli şekilde kullanmalarını, aile içerisinde alınacak kararları ve tutumları hem kendi sınırları hem de partnerinin sınırlarını gözeterek değerlendirebilmesini sağlamaktadır. Evli bireylerin sahip oldukları iletişim biçimlerinin kapalı mesajlardan oluşmak gibi sağlıklı bir örüntü içerisinde olması aralarındaki iletişim bozukluğundan ve problemlerini algılayıp kavrayamamalarından kaynaklanabilmektedir (Özgül, 2000). Bu durum kümülatif bir şekilde birbirini takip ederek anlaşmazlıkların zeminini oluşturabilmektedir.

Çiftlerin sahip oldukları iletişim açık, net ve olumlu bir perspektiften oluşan biçimde olduğunda aralarında gözlemlenen uyumun yüksek olduğu ortaya çıkmaktadır. Etkili iletişim çiftler arasında sağlandığında, aile üyeleri duygusal paylaşımlarda bulunur, birbirlerine zaman ayırır, saygı gösterir, birbirlerini olduğu gibi kabul eder ve sevgi dolu destek sunarlar. Bu tür bir atmosferde kurulan iletişim etkili hale gelir ve birlikte geçirilen zaman eğlenceli ve mutluluk kaynağı olur. Sonuç olarak, yüksek bir evlilik uyumu gözlenir (Buluş ve Bağcı, 2016). Çiftlerin evliliklerini kurma aşamasında başlayan ve devam eden sürdürme döneminde sahip oldukları iletişimin etkililiğinin evlilik uyumuna etkisi kaçınılmazdır. Bu durumun araştırılması aşamasında ortaya çıkan çiftlerin birbirini olduğu gibi kabul etmesi kavramı evlilik uyumunun ve iletişimin incelenmesinin yanında kişinin kendini olduğu gibi kabul etmesi kavramını da ortaya çıkarmaktadır. Kişinin kendi ile ilgili sahip olduğu görüşlerin biçimi mutlaktır ki çevresindeki kişilere yaklaşımında da belirleyici bir rol oynar. Koşulsuz kendini kabul etmek davranışı, kişinin kendinde değer ya da değersizlik algısını aramadan var olduğunu algılaması, genelleme yapmadan durumlara ve davranışlara özgü değerlendirme yapması, çevresinde gerçekleşen durumları pozitif bir filtre ile yorumlaması gibi bakış açısı ve yaklaşımlardan oluşmaktadır (Bernand, 2013).

Ellis'in akılcı duygusal davranışçı bakış açısı ile ortaya koyduğu koşulsuz kendini kabul kavramı kişinin öz değerlendirme ve öz saygı geliştirme sürecinde karşılaştığı sorunların çözümü niteliğinde ortaya çıkmıştır (Ellis, 1977). Kişinin kendini koşulsuz kabul etmesi, başkaları tarafından onaylanma ihtiyacı duymadan, davranışlarının zekice, başarılı ya da doğru olarak nitelendirilmeden koşulsuzca ve tam olarak kabul etmesidir. Bu kabul bireyin hem kendisinin hem başkasının hata yapılabilirliğine karşı



hoşgörü geliştirmesini sağlar (Dryden, David ve Ellis, 2010). Kişilerin kendilerini koşulsuz kabul etmeleri, iyi oluşlarını ve mutluluk seviyelerini koruyup, yüksek öz güvene sahip olmalarını, iyimser olup kendilerini depresyon ve kaygıdan korumalarını sağlamaktadır. Araştırmanın amacı evli çiftlerin evlilik uyumlarının açıklanması ve bu uyumun oluşmasında, iletişim becerileri ve kendilerini koşulsuz kabul etme seviyelerinin evlilik uyumunu yordama düzeyini incelemektir.

Sayfa | 3393

Literatür incelendiğinde evlilik uyumuyla ilgili birçok dinamik olduğu bulunmuş ve bunlar üzerinde farklı değişkenlerle incelemeler yapılmıştır. Özellikle evlilik uyumunun iletişim ile ilişkisi kanıksanmış olsa da evlilik uyumu, kişinin koşulsuz kendini kabul etmesi ve iletişim becerisinin birlikte ele alındığı bir çalışma olmadığı tespit edilmiştir. Kişinin koşulsuz olarak kendini kabul etmesi davranışı evlilik, çift ilişkisinde ülkemiz içerisinde oldukça az çalışılmıştır (Turgut & Yücel, 2020). Evlilik uyumu, iletişim becerileri ve kendini koşulsuz kabul konusu ise ele alınmamıştır. Bu sebeple bu çalışma için belirlenen aşağıdaki soruya cevap aranmıştır:

1. Evli bireylerin sahip olduğu iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etme seviyelerinin oluşturduğu model, evli bireylerin evlilik uyumlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

Ayrıca çalışmanın aşağıdaki alt problemleri belirlenerek bu sorulara cevap aranmıştır:

1. Evli bireylerin cinsiyetlerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
2. Evli bireylerin evlilik sürelerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Evli bireylerin yaşlarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Evli bireylerin gelir düzeylerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
5. Evli bireylerin çocuk sayılarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
6. Evli bireylerin eğitim durumlarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
7. Evli bireylerin sahip olduğu iletişim becerileri seviyeleri, evlilik uyumlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
8. Evli bireylerin sahip olduğu kendilerini koşulsuz kabul etme seviyeleri, evlilik uyumlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

## Yöntem

Bu bölümde araştırmanın yönteminin aktarılması amaçlanmıştır. Araştırmanın modeli, ele alınan evren ve örneklem, kullanılan verilerin toplama araçları, verilerin toplama süreci ve verilerin analizi bu bölümde yer almaktadır.



## Araştırmanın modeli

Bu çalışmada, nicel araştırma yaklaşımlarından biri olan genel tarama yöntemlerinden ilişkisel tarama yöntemi tercih edilmiştir. Tarama yöntemi, geçmişteki ya da mevcut bir durumu olduğu gibi tanımlayarak bilgi edinme ve bireyde hedeflenen davranışların oluşması için uygulanan tüm süreçleri kapsar. Genel tarama yönteminde, büyük bir popülasyonu temsil eden bir grup örneklem üzerinden tarama yapılarak popülasyon hakkında genel bir değerlendirme yapılır. İlişkisel tarama yöntemi ise, iki veya daha fazla değişken arasındaki birlikte değişim ilişkisinin belirlenmesini hedefler. Bu yöntemde, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği ve varsa bu değişimin nasıl gerçekleştiği araştırılır. (Karasar, 2011).

## Evren ve örneklem

Araştırmada, kartopu örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Bu metodolojik yaklaşımda, araştırmanın ilgilendiği evren içerisindeki örneklem birimlerine, bir referans kişi aracılığıyla ulaşılır. Bu referans kişi, daha sonra başka kaynaklara ve kişilere ulaşmak için kullanılır (Yağar ve Dökme, 2018). Kartopu etkisiyle örneklem, bu şekilde zincirleme bir şekilde genişletilir (Gürbüz, 2018). Zincirleme genişledikçe, aynı kişilerin adları tekrar eder ve örneklem tamamlanır (Kothari, 2004). Bu örnekleme yönteminin seçilme nedeni ise, ulaşımın ve erişimin kolay sağlanabilir olmasıdır.

Tablo 1.

Katılımcıların demografik özellikleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	332	74,1
	Erkek	116	25,9
	<b>Toplam</b>	<b>448</b>	<b>100</b>
Eğitim Durumu	İlköğretim	31	6,9
	Lise	70	15,6
	Ön Lisans	47	10,5
	Lisans	149	33,3
	Yüksek Lisans	79	17,6
	Doktora	72	16,1
	<b>Toplam</b>	<b>448</b>	<b>100</b>
Gelir Durumu	Düşük	30	6,7
	Orta altı	38	8,5
	Orta	203	45,3
	Orta üstü	142	31,7
	Yüksek	35	7,8
	<b>Toplam</b>	<b>448</b>	<b>100</b>
Evlilik Süresi	1-5 yıl	183	40,8
	6-10 yıl	60	13,4
	11-15 yıl	52	11,6
	16-20 yıl	33	7,4
	21-25 yıl	43	9,6
	25 + yıl	77	17,2
	<b>Toplam</b>	<b>448</b>	<b>100</b>





Çocuk Sayısı	0	163	36,4
	1	113	25,2
	2	141	31,5
	3+	31	6,9
	<b>Toplam</b>	<b>448</b>	<b>100</b>
Yaş	22-30 yaş	133	29,1
	31-39 yaş	138	30,2
	40-48 yaş	94	20,6
	49+ yaş	92	20,1
	<b>Toplam</b>	<b>448</b>	<b>100</b>

Tablo 1. 'e göre katılımcılar cinsiyete göre %74,1'ini kadınların %25,9'unu erkeklerin oluşturduğu bir dağılıma sahiptir. Bu araştırmanın katılımcıları cinsiyete göre incelendiğinde kadın katılımcının erkek katılımcılardan daha yoğun olduğu ortaya koyulmuştur. Araştırmaya katılımcıların eğitim durumları, ilköğretim, lise, ön lisans, lisans, yüksek lisans ve doktora olmak üzere altı gruba ayrılmaktadır (TUIK, 2023). Lisans mezunu katılımcıların (%33,3) daha fazla olduğu görülmektedir. Katılımcıların gelir durumları beş düzeyde ele alınmaktadır. Bunlar; düşük, orta altı, orta, orta üstü ve yüksek şeklindedir ve orta gelir düzeyine sahip katılımcıların (%45,3) daha fazla olduğu görülmektedir. Katılımcıların evlilik süreleri aralıkları, 1-5 yıl, 6-10 yıl, 11-15 yıl, 16-20 yıl, 21-25 yıl ve 25+ yıl olmak üzere altı düzeyde ele alınmakta olup (TUIK, 2023), 1-5 yıl aralığındaki katılımcıların (%40,8) daha fazla katıldığı görülmektedir. Araştırmaya katılan katılımcıların çocuk sayıları dört grupta incelenmiştir ve bu gruplar sırasıyla; 0, 1, 2 ve 3+ şeklindedir (TUIK, 2023). Hiç çocuğu olmayan katılımcıların (%36,4) daha fazla olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaş aralıkları yedi farklı seviyede değerlendirmeye alınmıştır. Bu düzeyler; 22-30 yaş, 31-39 yaş, 40-48 yaş, 49+ yaş şeklindedir. Araştırmaya, 31-39 yaş aralığındaki katılımcıların (%30,20) daha fazla katıldığı görülmüştür.

### Veri toplama araçları

Araştırma sürecinde katılımcıların demografik bilgilerini elde edebilmek amacıyla kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Evli çiftlerin sahip olduğu iletişim becerilerini tespit edebilmek için Etkili İletişim Becerileri Ölçeği, evlilik uyumunun seviyesini tespit edebilmek amacıyla Yakın İlişkilerde Algılanan Uyum Ölçeği, kendini koşulsuz kabul seviyesini tespit edebilmek için Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği kullanılmıştır.

### Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu, cinsiyet, yaş, evlilik süresi, eğitim düzeyi, gelir düzeyi gibi katılımcıların demografik bilgilerini elde etmek amacıyla araştırmanın konusu çerçevesinde, uygulayıcının oluşturduğu bir sorular bütünüdür.

### Etkili İletişim Becerileri Ölçeği (EİBÖ)

Buluş, Atan ve Erten Sarıkaya tarafından 2017 yılında geliştirilen ölçek, kişilerin iletişim becerilerinin farklı boyutlarda kavramsallaştırmıştır ve Egoyu geliştirici dil, Kendini tanıma/açma, Bolat Demircioğlu, B. ve Arıcıoğlu, A. (2024). Evlilik uyumunun yordayıcıları olarak iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(3), 3387-3410. DOI. 10.51460/baebd.1543036



Etkin/katılımlı dinleme, Empati ve ben dili olarak belirlenen beş etkili iletişim becerisini incelemektedir. “Hiç Uygun Değil”, “Çok Az Uygun”, “Kısmen Uygun”, “Çoğunlukla Uygun”, “Tamamen Uygun” aralığında kullanılmıştır. Bu dereceleme 5’li Likert tipi olarak derecelendirilmiştir. Oluşturulan ölçeğin madde korelasyon çalışmasında tüm maddeler için .31 ile .59 arasında bulunmuştur. Güvenilirliği ile ilgili çalışmada Cronbach alfa puanı .87 olarak bulunmuştur. Ölçek toplam 34 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeleri referans olarak her alt boyutun farklı ölçüm sağladığı göz önünde bulundurulur ve ayrı ayrı puanlama yapılmaktadır. Ölçekte bulunan 15, 16, 28, 32 ve 33 numaralı maddeler tersten puanlanmaktadır. Her bir alt boyutta puan yükseldikçe iletişim becerisi puanı da yükselmektedir (Buluş, Atan, ve Sarıkaya, 2017).

### ***Yakın İlişkilerde Algılanan Uyum Ölçeği (YİAUÖ)***

Serdar Körük tarafından 2020 yılında tamamlanan doktora çalışmasında kullanılan bu ölçek, evli, nişanlı ve romantik ilişki içindeki bireyler üzerinde sosyal uyum, bilişsel uyum, köken aile ilişkileri, çatışma-uzlaşma uyumu, cinsel uyum, ve ilişki doyumu gibi alt boyutları incelemeyi amaçlamaktadır. Ölçek, beşli Likert ölçeği ( 5.Kesinlikle katılıyorum, 4. Katılıyorum, 3.Biraz katılıyorum, 2. Katılmıyorum ve 1.Kesinlikle katılmıyorum) üzerinden cevaplandırılmak üzere düzenlenmiştir. Geçerlilik ve güvenilirlik analizlerinde toplam 308 katılımcı yer almış, bunların 108’i erkek ve 200’ü kadın olarak sınıflandırılmıştır. Katılımcıların %71’inin evli olduğu bildirilmiştir. Cronbach alfa testinde alt faktörler .63 ile .95 arasında değerler elde ettiğini, ölçeğin tamamı için ise .95 olarak bulunduğu ortaya koymuştur. Ölçekten elde edilebilecek puanlar üç farklı türde olup, birinci tür, ölçeği yanıtlayan kişinin uyum puanını; ikinci tür, yanıtlayanın eşinin/sevgilisinin/nişanlısının değerlendirmesine dayanan uyum puanını; üçüncü tür ise çift olarak iki bireyin uyum puanını ifade etmektedir. Envanterin uyum indeksleri üzerinden yapılan Ki-kare ( $\chi^2$ ) testi sonuçlarında serbestlik derecesine oranı 2.23 olarak bulunmuştur. Ölçek toplamda 33 madde içermekte olup, en düşük puanı 33, en yüksek puanı ise 165 olarak elde edilebilmektedir. Literatürdeki en yaygın uyum ölçüm envanteri olan Çift Uyum Ölçeği (ÇUÖ) ile yapılan benzerlik analizinde, toplam puanlar üzerinden .86 ( $p<0.5$ ) korelasyon bulunmuştur. Alt puan korelasyonları ise .54 ile .79 ( $p<0.5$ ) arasında değişmektedir. (Körük, 2020).

### ***Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği***

2001 yılında Chamberlain ve Haaga tarafından geliştirilen Koşulsuz Kendini Kabul ölçeği 2010 yılında Kapıkıran ve Acun Kapıkıran tarafından Türkçe ’ye çevrilerek alana kazandırılmıştır. Bu ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Kendini koşulsuz kabul etme kavramını kuramda geniş bir şekilde ele alan Akılcı Duygusal Davranış kuramı temellerinde sorular ve değerlendirmeler oluşturulmuştur. Ölçekte “kendime verdiğim değer, diğer insanlarla kıyaslanmama bağlıdır” ve “bazı insanların diğerlerinden daha değerli olduğunu düşünürüm” gibi sorular ile kişinin kabul düzeyini ölçmektedir. Bu sorulara verilen hemen her zaman geçersiz ile hemen her zaman geçerli cevaplarını içeren 7’li likert yöntemi kullanılmıştır (Kapıkıran ve Kapıkıran, 2010).

### ***Veri toplama süreci***

Araştırma kapsamında veri toplama süreci Google Forms uygulaması aracılığıyla sürdürülmüştür. 2023 ekim ayı ile 2024 nisan ayı aralığında veri toplama süreci tamamlanmıştır.



Ölçeklerin bulunduğu form linki içerisinde katılımcıların gönüllülük esasıyla soruları yanıtlayabileceği, kimlik bilgisi istenmeyerek gizlilik konusunda güvenebilecekleri ve verilen cevapların samimi ve gerçek yanıtlar olması gerekliliği başlıkları aktarılmıştır. Çalışmanın yaklaşık 15 dakika sürdüğü bilgisi verilmiştir.

## Sayfa | 3397 Verilerin analizi

Araştırma sorularına cevap bulabilmek ve hangi istatistiksel tekniğin kullanılacağına karar vermek amacı ile etkili iletişim becerileri, koşulsuz kendini kabul ve yakın ilişkilerde algılanan uyum ölçeklerinin normal dağılım gösterme durumları incelenmiştir. Verilerin analizinde "SPSS 26.0" (Statistical Packet for The Social Science) programı kullanılmıştır.

Verilerin normallik boyutunu değerlendirebilmek için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları oluşturulmuştur. Bayram, (2016) verilerin normal dağılım gösterdiğini anlayabilmek için çarpıklık ve basıklık katsayılarının +1,5 ve -1,5 arasında olmasının uygun olacağını ifade etmiştir. Karagöz, (2016) ve Darren ve Malley, (2016) ise +2 ve -2 arasındaki çarpıklık ve basıklık katsayılarının verilerin çok değişkenli normal dağılımın görülmesi için yeterli olduğunu belirtmiştir. Araştırmada, 471 katılımcının verdikleri cevaplar ile normal dağılım gösterme durumları incelenmiştir. Buna göre, analizlerin sonucunda bulunan uç değerler veri setinden atılarak betimleyici istatistik analizi yapılmış ve değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakılarak, verilerin normal dağılıma uygun olduğu saptanmıştır. Uç değerler atıldıktan sonra, 448 veri ile uygun analizler yapılmıştır.

Araştırmada yer alan değişkenlerin; cinsiyet ve çocuk sayısına göre anlamlı düzeyde farklı olup olmadığını tespit etmek üzere bağımsız örneklem T-testi (Independent T test) ; eğitim durumu, gelir durumu, evlilik süresi ve yaşa göre farklı olup olmadığını tespit etmek üzere öncelikle verilerin homojen dağılımını test etmek için Levene's test uygulanmış olup, homojen dağılım gösteren verilere parametrik testlerden tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) uygulanmış ve aralarında anlamlı farklılık çıkan grupları test etmek amacıyla Post-Hoc Testleri uygulanmıştır. Homojen dağılım göstermeyen veriler için parametrik olmayan testlerden Kruskal-Wallis testi uygulanmıştır (Seçer, 2017).

Bu çalışmada, evli bireylerin iletişim becerileri ve kendilerini koşulsuz kabul etme seviyelerinin evlilik uyumunu yormayıp yormadığını açıklamak için basit ve çoklu regresyon (Lineer Regression) analizleri kullanılmıştır (Seçer, 2017).

Tablo 2.  
Değişkenlere ilişkin normal dağılım testi sonuçları

Değişkenler	Çarpıklık	Basıklık	Dağılım
İletişim Becerileri	-0,472	0,148	Normal
Evlilik Uyumu	-0,993	0,484	Normal
Koşulsuz Kendini Kabul	0,022	-0,165	Normal

Tablo 2. incelendiğinde iletişim becerileri, koşulsuz kendini kabul ve evlilik uyumu değişkenleri normal dağılım göstermektedir. Çalışmada ele alınan tüm değişkenlerin katılımcıların sonuçlarıyla birlikte normal dağılım gösterdiği ortaya çıkmıştır.



## Bulgular

Bu bölüm araştırmadan elde edilen verilerin bahsedilen uygulamalar ile analiz edilmesi, bulguları ve bu bulguların sonuçlarının yorumlanmasından oluşmaktadır. Bulguların değerlendirme sürecinde problemler ve alt problemler ışığında betimsel istatistik analizlerine, demografik değişkenlerle ilgili gözlenen değişkenler arasındaki ilişkilere, değişkenler arası korelasyonlara, basit ve 11111111çoklu regresyon analizlerine yer verilmiştir.

### Demografik değişkenler ile gözlenen değişkenler arasındaki ilişkiler

#### ***Evlü bireylerin cinsiyetlerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerinin ele alınmasıyla elde edilen bulgular***

Yapılan çalışmanın ilk alt problemi “Evlü bireylerin cinsiyetlerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde belirlenmiştir. Bu alt probleme yönelik incelemeler sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.

Tablo 3.

Evlü bireylerin cinsiyetlerine göre evlilik uyumuna, iletişim becerilerine ve koşulsuz kendini kabulüne yönelik algıları

Değişken	Boyut	Kategori	N	$\bar{x}$	Ss	U	p	Fark
Cinsiyet	Evlilik Uyumuna	Kadın	332	4.29	0.592	16621	0,02	Var
		Erkek	116	4.13	0.474			
İletişim Becerileri	İletişim Becerileri	Kadın	332	4.07	0.417	18820	0,717	Yok
		Erkek	116	4.06	0.342			
Kendini Kabul	Kendini Kabul	Kadın	332	3.91	0.776	17052	0,06	Yok
		Erkek	116	3.75	0.647			

Evlilik uyumuna yönelik inceleme yapıldığında, evlü bireylerin cinsiyetlerine göre evlilik uyumlarına yönelik algılarına ilişkin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ortaya çıkarılmıştır ( $p>,05$ ). Bu bağlamda, kadın ve erkek bireylerin evlilik uyumlarına yönelik algıları cinsiyet değişkenine göre farklılaşmaktadır.

İletişim becerisine yönelik incelendiğinde, evlü bireylerin cinsiyetlerine göre iletişim becerilerine yönelik algılarına ilişkin anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $p>,05$ ). Buna göre kadın ve erkek bireylerin iletişim becerilerine yönelik algılarının benzer olduğu kaydedilmiştir. Bu bağlamda, kadın ve erkek bireylerin iletişim becerilerine yönelik algıları cinsiyet değişkenine göre farklılaşmamaktadır.

Kendini koşulsuz kabul kavramına yönelik inceleme yapıldığında, evlü bireylerin cinsiyetlerine göre kendini koşulsuz kabule yönelik algılarına ilişkin anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>,05$ ). Buna Bolat Demircioğlu, B. ve Arıcıoğlu, A. (2024). Evlilik uyumunun yordayıcıları olarak iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(3), 3387-3410.



göre kadın ve erkek bireylerin koşulsuz kendini kabule yönelik algılarının benzer olduğu bilgisi elde edilmiştir. Bu bağlamda, kadın ve erkek bireylerin koşulsuz kendini kabule yönelik algıları cinsiyet değişkenine göre farklılaşmamaktadır.

### **Evli bireylerin evlilik sürelerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerinin ele alınmasıyla elde edilen bulgular**

Araştırmanın alt problemlerinden bir diğeri “Evli bireylerin evlilik sürelerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde belirlenmiştir. Bu alt probleme yönelik incelemeler sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.

Tablo 4.

Evli Bireylerin Evlilik Sürelerine Göre Evlilik Uyumuna, İletişim Becerilerine Ve Kendilerine Koşulsuz Kabulüne Yönelik Algıları

Değişken	Kategori	n	$\bar{x}$	Ss	X	p	Fark
Evlilik Süresi	1-5 yıl	183	4.24	0.515	6.70	0.244	Yok
	6-10 yıl	60	4.10	0.653			
	11-15 yıl	52	4.04	0.658			
	16-20 yıl	33	4.26	0.575			
	21-25 yıl	43	4.19	0.484			
	25+ yıl	77	4.10	0.574			
İletişim Becerileri	1-5 yıl	183	4.01	0.390	1.97	0.087	Yok
	6-10 yıl	60	4.07	0.430			
	11-15 yıl	52	4.13	0.371			
	16-20 yıl	33	4.21	0.397			
	21-25 yıl	43	4.07	0.404			
	25+ yıl	77	4.11	0.396			
Koşulsuz Kendini Kabul	1-5 yıl	183	4.24	0.714	3,91	0,002	Var (1-3; 2-3)
	6-10 yıl	60	4.10	0.851			
	11-15 yıl	52	4.04	0.849			
	16-20 yıl	33	4.26	0.730			
	21-25 yıl	43	4.19	0.576			
	25+ yıl	77	4.10	0.678			

Tablonun analizi sonucunda, farklı evlilik sürelerine sahip bireylerin evlilik uyumuna yönelik algılarında dikkate değer bir farklılık gözlemlenmemiştir ( $X=6,70$ ;  $p=0,244$ ). Ayrıca, farklı evlilik sürelerine sahip bireylerin iletişim becerileriyle ilgili algılarında belirgin bir ayırım bulunmamıştır ( $F=1,97$ ;  $p=0,087$ ).

Ancak, farklı evlilik sürelerine sahip bireylerin koşulsuz kendini kabul algıları arasında kayda değer bir farklılık saptanmıştır ( $F=3,91$ ;  $p=0,002$ ). Bu farklılıkları daha ayrıntılı incelemek amacıyla LSD çoklu karşılaştırma testini uygulamaya karar verilmiştir. Test sonuçlarına göre, 1-5 yıl evli bireylerin, 11-15 yıl evli bireylerden daha yüksek koşulsuz kendini kabul algısına sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca, 6-10 yıl evli bireylerin de 11-15 yıl evli bireylerden daha yüksek koşulsuz kendini kabul algısına sahip oldukları bulunmuştur.

***Evli bireylerin yaşlarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerinin ele alınmasıyla elde edilen bulgular***

Çalışmanın üçüncü alt problemi “Evli bireylerin yaşlarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde belirlenmiştir. Bu alt probleme yönelik incelemeler sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.

Tablo 5.

Evli bireylerin yaşlarına göre evlilik uyumuna, iletişim becerilerine ve kendilerine koşulsuz kabulüne yönelik algıları

Değişken	Kategori	n	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
Evlilik Uyumu	22-30 yaş	133	4.25	0.523	1,81	0,146	Yok
	31-39 yaş	138	4.10	0.614			
	40-48 yaş	94	4.12	0.617			
	49+ yaş	92	4.16	0.563			
İletişim Becerileri	22-30 yaş	133	4.01	0.406	2,55	0,056	Yok
	31-39 yaş	138	4.03	0.444			
	40-48 yaş	94	4.12	0.363			
	49+ yaş	92	4.13	0.384			
Koşulsuz Kendini Kabul	22-30 yaş	133	4.05	0.777	6.57	<,001	Var (1-4; 2-4)
	31-39 yaş	138	3.89	0.800			
	40-48 yaş	94	3.85	0.806			
	49+ yaş	92	3.62	0.669			

Tablonun incelenmesi sonucunda, farklı yaş gruplarındaki bireylerin evlilik uyumu konusundaki algılarında belirgin bir farklılık gözlemlenmemiştir ( $F=1,81$ ;  $p=0,146$ ). Ayrıca, farklı yaş gruplarındaki bireylerin iletişim becerileri üzerine algılarında önemli bir farklılık bulunmamıştır ( $F=2,55$ ;  $p=0,056$ ).

Bununla birlikte, farklı yaş gruplarındaki evli bireylerin koşulsuz kendini kabul algıları arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür ( $F=6,57$ ;  $p<0,001$ ). Bu farklılıkları detaylı olarak incelemek için LSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Test sonuçlarına göre, 22-30 yaş grubundaki bireylerin, 49+ yaş grubundaki bireylere kıyasla daha yüksek koşulsuz kendini kabul algısına sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca, 22-30 yaş grubundaki bireylerin, 49+ yaş grubundakilerden daha yüksek koşulsuz kendini kabul algısına sahip olduğu ortaya konmuştur.

***Evli bireylerin gelir düzeyine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerinin ele alınmasıyla elde edilen bulgular***

Çalışmada ele alınan bir diğer alt problem “Evli bireylerin gelir düzeylerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde belirlenmiştir. Bu alt probleme yönelik incelemeler sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.



Tablo 6.

Evli bireylerin gelir düzeyine göre evlilik uyumuna, iletişim becerilerine ve kendilerine koşulsuz kabulüne yönelik algıları

Değişken	Kategori	n	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
Evlilik Uyumu	Düşük	30	4,22	0,499	0,860	0,491	Yok
	Orta Altı	38	4,02	0,697			
	Orta	203	4,15	0,528			
	Orta Üstü	142	4,23	0,581			
	Yüksek	35	4,18	0,625			
İletişim Becerileri	Düşük	30	4.07	0.385	0,151	0,962	Yok
	Orta Altı	38	4.02	0.415			
	Orta	203	4.07	0.395			
	Orta Üstü	142	4.07	0.402			
	Yüksek	35	4.09	0.418			
Koşulsuz Kendini Kabul	Düşük	30	3.95	0.633	1.52	0.202	Yok
	Orta Altı	38	4.06	0.955			
	Orta	203	3.92	0.695			
	Orta Üstü	142	3.78	0.746			
	Yüksek	35	3.70	0.842			

Tablonun incelenmesi sonucunda, farklı gelir gruplarındaki bireylerin evlilik uyumu konusundaki algılarında dikkate değer bir farklılık bulunmamıştır ( $F=0,860$ ;  $p=0,491$ ). Ayrıca, farklı gelir gruplarındaki bireylerin iletişim becerileri üzerindeki algılarında da belirgin bir ayırım tespit edilmemiştir ( $F=0,151$ ;  $p=0,962$ ). Diğer bir deyişle, gelir grupları arasında koşulsuz kendini kabul algılarında da anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir ( $F=1,52$ ;  $p=0,202$ ).

### **Evli bireylerin çocuk sayısına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerinin ele alınmasıyla elde edilen bulgular**

Araştırmada bir başka alt problem “Evli bireylerin çocuk sayılarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde belirlenmiştir. Bu alt probleme yönelik incelemeler sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.

Tablo 7.

Evli bireylerin çocuk sayısına göre evlilik uyumuna, iletişim becerilerine ve kendilerine koşulsuz kabulüne yönelik algıları

Değişken	Kategori	n	$\bar{x}$	Ss	F	p	Fark
Evlilik Uyumu	0	163	4.25	0.522	2.25	0.086	Yok
	1	113	4.07	0.593			
	2	141	4.17	0.567			
	3	31	4.13	0.662			
İletişim Becerileri	0	163	4,00	0.389	3,63	0,015	Var (0-2)
	1	113	4,09	0.408			
	2	141	4,14	0.382			



	3	31	4,00	0.433			
Koşulsuz	0	163	4.25	0.522	2.58	0.462	Yok
Kendini	1	113	4.07	0.593			
Kabul	2	141	4.17	0.567			
	3	31	4.13	0.662			

Tablonun analizi sonucunda, sahip olunan çocuk sayısı farklı olan bireylerin evlilik uyumuna yönelik algılarında belirgin bir farklılık saptanmamıştır ( $F=2,25$ ;  $p=0,086$ ). Ancak, çocuk sayısına göre incelendiğinde, farklı sayıda çocuğa sahip bireylerin iletişim becerileri algılarında anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır ( $F=3,63$ ;  $p=0,015$ ). Bu farklılıkları daha detaylı incelemek için LSD çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre, iki çocuğa sahip katılımcıların, hiç çocuğu olmayan katılımcılara kıyasla iletişim becerileri düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, sahip oldukları çocuk sayıları farklı olan bireylerin koşulsuz kendini kabul algılarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $X=2,58$ ;  $p=0,462$ ).

### ***Evli bireylerin eğitim durumlarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerinin ele alınmasıyla elde edilen bulgular***

Araştırmanın altıncı alt probleminde “Evli bireylerin eğitim durumlarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmeleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” sorusu ele alınmıştır. Bu alt probleme yönelik incelemeler sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.

Tablo 8.

Evli bireylerin eğitim durumlarına göre evlilik uyumuna, iletişim becerilerine ve kendilerine koşulsuz kabulüne yönelik algıları

Değişken	Kategori	n	$\bar{x}$	Ss	X	p	Fark
Evlilik Uyumu	İlköğretim	31	4.32	0.356	2,490	0,778	Yok
	Lise	70	4.15	0.541			
	Ön Lisans	88	4.14	0.604			
	Lisans	46	4.19	0.582			
	Yüksek Lisans	36	4.20	0.492			
	Doktora	52	4.07	0.675			
İletişim Becerileri	İlköğretim	31	4.14	0.236	9,840	0,080	Yok
	Lise	70	4.14	0.424			
	Ön Lisans	47	4.06	0.368			
	Lisans	149	4.01	0.424			
	Yüksek Lisans	79	4.13	0.378			
	Doktora	72	4.03	0.404			
Koşulsuz Kendini Kabul	İlköğretim	31	3.77	0.572	1,16	0,332	Yok
	Lise	70	3.70	0.798			
	Ön Lisans	88	3.94	0.738			
	Lisans	46	3.89	0.720			





Yüksek Lisans	36	3.91	0.762
Doktora	52	3.96	0.800

Tablo incelendiğinde farklı eğitim durumlarına sahip olan bireylerin evlilik uyumuna yönelik algıları arasında anlamlı bir değişiklik olmadığı kaydedilmiştir ( $X=2,490$ ;  $p=0,778$ ).

Tablo incelendiğinde farklı eğitim durumlarına sahip olan bireylerin iletişim becerilerine yönelik algıları arasında anlamlı bir değişim olmadığı ortaya koyulmuştur ( $X=9,840$ ;  $p=0,080$ ).

Tablo incelendiğinde farklı eğitim durumlarına sahip olan bireylerin kendini koşulsuz kabullerine yönelik algıları arasında farklılık anlamlı bir şekilde ortaya çıkmamıştır ( $F=1,16$ ;  $p=0,332$ ).

### **Evli bireylerin evlilik uyumunu yordamada iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerine ilişkin bulgular**

Çalışmanın ana hedefinde belirlenen 3 farklı problem bulunmaktadır. Bu problemlerden ana problem olarak iki bağımsız değişken olarak belirlenen evli çiftlerin iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerinin bağımlı değişken olan evlilik uyumunu yordayıp yordamadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Alt problemler olarak incelemesi amaçlanan durumlar ise ilk olarak evli bireylerin sahip oldukları iletişim becerileri seviyelerinin hangi düzeyde bağımlı değişken olan evli bireylerin evlilik uyumunu yordadığını açıklamaktır. İkinci olarak evli çiftlerin kendilerini koşulsuz kabul etme seviyelerinin bağımlı değişken olan evli çiftlerin evlilik uyumunu hangi düzeyde yordadığını ortaya koymak olarak belirlenmiştir. Son olarak bu problemlere yanıt bulabilmek için basit ve çoklu regresyon analizlerinden yararlanılmıştır.

Basit regresyon analizi, bağımlı değişken ile yalnızca bir bağımsız değişken arasındaki doğrusal ilişkiyi açıklamaya yönelik bir yöntemdir. Ancak, bir bağımlı değişken ile birden fazla bağımsız değişken arasındaki doğrusal veya eğrisel ilişkiler incelenmek istendiğinde, bu ilişkiler çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılarak değerlendirilir (Okur, 2009).

### ***İletişim becerilerinin evlilik uyumunu yordamasına ilişkin basit regresyon analizi***

Tablo 9.

**İletişim Becerilerinin Evlilik Uyumunu Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi**

Değişkenler	B	Std. Hata	$\beta$	t	p	VIF
Evlilik Uyumunu	2,737	0,125	0.329	21,9	<,001	1,00
İletişim Becerileri						
$R=.455$	$R^2=.207$	$F=116$	$p<.01$			

Tabloya göre,  $p<.01$  anlamlılık düzeyine ulaşıldığı için kurulan regresyon modeli anlamlı bulunmuştur. Regresyon analizi sonuçlarına göre, örneklem grubunun iletişim becerileri algılarının

Bolat Demircioğlu, B. ve Arıcıoğlu, A. (2024). Evlilik uyumunun yordayıcıları olarak iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 15(3), 3387-3410.*

DOI. 10.51460/baebd.1543036



evlilik uyumları üzerinde pozitif yönlü ve orta düzeyde anlamlı etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Modelin açıklanma anlamlılığı olarak gösterilen R2 değeri .207 olarak bulunmuştur (R=.455; R2=.207; p<.01). Bu, evlilik uyumu değişkeninin %20'sinin modelin bağımsız değişkeni, yani iletişim becerileri tarafından açıklanabildiğini belirtmektedir. Regresyon modelindeki bağımsız değişkende izlenen Beta katsayısı .329'dur (p<.01). Bu sonuç, iletişim becerilerinin evlilik uyumları üzerinde anlamlı bir etkisinin var olduğunu göstermektedir.

### **Koşulsuz kendini kabulün evlilik uyumunu yordamasına ilişkin basit regresyon analizi**

Tablo 10.

Koşulsuz Kendini Kabulün Evlilik Uyumunu Yordamasına İlişkin Basit Regresyon Analizi

Değişkenler	B	Std. Hata	$\beta$	t	P	VIF
Evlilik Uyumu	4,913	0,257	0,007	46,25	<,001	1,00
Koşulsuz Kendini Kabul						
	R=.189	R <sup>2</sup> =.044	F=20,6	p<.01		

Tabloya göre, p<.01 anlamlılık düzeyine ulaşıldığı için kurulan regresyon modeli anlamlı bulunmuştur. Regresyon analizi sonuçlarına göre, örneklem grubunun koşulsuz kendini kabul algılarının, evlilik uyumu üzerinde zayıf düzeyde bulunan pozitif yönlü ve anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. Modelin açıklanma değeri olarak ifade edilen R2 değeri .044 olarak hesaplanmıştır (R=.189; R2=.044; p<.01). Bu, evlilik uyumu değişkeninin %4'ünün modeldeki bağımsız değişkeni, yani koşulsuz kendini kabul tarafından açıklandığını göstermektedir. Regresyon modelindeki bağımsız değişkenin Beta katsayısı .007'dir (p<.01). Bu sonuç, koşulsuz kendini kabulün evlilik uyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu göstermektedir.

### **Evlilik uyumu, iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul değişkenleri arasındaki ilişkileri gösteren korelasyon değerleri**

Tablo 11.

Evlilik Uyumu, İletişim Becerileri ve Koşulsuz Kendini Kabul Değişkenleri Arasındaki İlişkileri Gösteren Korelasyon Değerleri

	Evlilik Uyumu	İletişim Becerileri	Koşulsuz Kendini Kabul
Evlilik Uyumu	1	,455***	,189***
İletişim Becerileri		1	,210***
Koşulsuz Kendini Kabul			1

\*\*\* p &lt; .001

Tablo incelendiğinde, yapılan Pearson Korelasyon testi sonucunda evlilik uyumu ile iletişim becerileri (r=0,455;p<,001) arasında pozitif yönde orta düzeyde; evlilik uyumu ile koşulsuz kendini kabul (r=,189;p<,001) arasında pozitif yönde düşük düzeyde; iletişim becerileri ve koşulsuz kendini



kabul ( $r=,210$ ;  $p<,001$ ) düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki ortaya çıkarılmıştır. Ayrıca iletişim becerileri yüksek kişilerin kendilerini koşulsuz kabul ettikleri de tespit edilmiştir.

### **İletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabulün evlilik uyumunu yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi**

Sayfa | 3405

Analize başlamadan önce çoklu regresyon analizinin ön koşullarından biri olan değişkenler arasındaki ilişkileri anlamak için bağımlı (evlilik uyumu) ve bağımsız değişkenler (iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul) arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Daha sonrasında çoklu bağlantılık sorunu olup olmadığına bakılmış ve VIF değerlerinin analize uygun olduğu saptanmıştır (VIF=1,05).

Tablo 12.

İletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabulün evlilik uyumunu yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi

Değişken	B	Std. Hata	$\beta$	t	p	VIF
Evlilik Uyumu	1,945	9,98		6,43	<.001	
Koşulsuz Kendini Kabul		0,061	0,617	2.29	<.001	1,05
İletişim Becerileri		0,0326	-0,074	10.11	<.001	1,05
$R=0,465$	$R^2=0,216$	$Adj.R^2=0,212$	$F=61,3$	$p<.01$		

Tabloda yer alan çoklu regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında; örneklem grubunun iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul düzeyleri, evlilik uyumunu orta düzeyde pozitif yönlü bir anlamlı etkisi olduğu bulunmuştur. Modelin açıklama gücü olarak ifade edilen adjusted  $R^2$  değeri .212 olarak hesaplanmıştır ( $R=0,465$ ;  $R^2=0,216$ ;  $Adj.R^2=0,212$ ;  $p<,01$ ). Buna göre bağımsız değişkenler (iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul) bağımlı değişkendeki (evlilik uyumu) değişimin %21,2'sini açıklamayabilmektedir. Standardize edilmiş ( $\beta$ ) katsayısını ve t değerleri incelendiğimizde koşulsuz kendini kabul ve iletişim becerileri olumlu yönde evlilik uyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu görülmektedir.

## **Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Yapılan çalışma çerçevesinde evli bireylerin evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etme seviyelerinin cinsiyetlerine göre değişkenlik gösterip göstermediği ele alınmıştır. Evlilik uyumu değişkeni ile cinsiyet arasındaki farklılık incelenmiş ve anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Çalışmanın bulgularında kadın katılımcıların evlilik uyumuna yönelik algıları ve düzeyi erkek katılımcılara göre daha yüksek olarak ortaya çıkmıştır. Benzer şekilde Yuyucu, (2022) yaptığı araştırmanın sonucunda evlilik uyumu değişkeninin cinsiyete bağlı olarak farklılaştığını tespit etmiştir. Cinsiyet demografik değişkeni ele alındığında iletişim becerisi değişkeni ile arasında anlamlı bir şekilde



farklılık tespit edilmemiştir. Başka bir yorum ile kadın sahip olduğu iletişim becerileri ile erkeklerin sahip olduğu iletişim becerileri arasında anlamlı düzeyde bir farklılığa rastlanmamıştır. Işık (2022), yaptığı araştırmada iletişim becerileri bulgularının cinsiyete göre değişkenlik göstermediğini ortaya koymuştur. Son olarak koşulsuz kabul değişkeni cinsiyet değişkeni ile ele alındığında incelenen bulgularda bir farklılık tespit edilememiştir. Kişilerin koşulsuz kendilerini kabul etme düzeyleri kadın ya da erkek katılımcılara göre bir farklılık ortaya koymamaktadır. Alan yazında evli veya romantik ilişkiler ile koşulsuz kendini kabul kavramının ele alındığı çalışmalar oldukça azdır. Cinsiyet değişkeninin kendini koşulsuz kabul etme düzeyi ile ilgili farklılıklarını inceleyebilmek için yetişkinler, öğrenciler ve psikolojik danışmanlar örnekleme ile çalışılan araştırmalarda ele alınmıştır. Alan yazını bu şekilde değerlendirildiğinde elde edilen sonuçlar bu araştırmanın bulguları ile tutarlılık göstermiştir. İlişki bağımlılığı, olumsuz değerlendirme ve koşulsuz kendini kabul arasındaki ilişkiyi izleyen Turgut ve Yücel (2020), kadın ve erkekler arasında bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Araştırmanın ikinci alt probleminde evli bireylerin evlilik sürelerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerine ilişkin bulguların tartışılması için elde edilen bulgular sırasıyla incelenmiştir. Evlilik uyumu ve evlilik süresi arasında anlamlı bir düzeyde farklılık bulunmamıştır. Çalışmanın bulgularında cevaplar eşit yoğunlukta dağılım göstermemiştir. Cevaplar ağırlıklı olarak ele alınan örnekleme göre yeni evli çiftler olarak sınıflandırılabilir kesitte toplanmıştır. Bunun yanında alan yazında bulunan aksi yönlü bulgular da bulunmaktadır. Araştırmacılar Akpınar ve Kırloğlu (2020), 26-35 yıllık evlilik ilişkilerinin 1-5 yıllık evlilik ilişkilerine göre evlilik uyumu düzeyinin daha düşük olduğunu tespit etmiştir. Çalışmanın dikkat çeken noktası, bu düşüş ivmesinin 26-35 yıllık evlilik süresinden itibaren tersine dönerek çıkışa geçen bir ivmeye dönüşmesidir. Evlilik uyumunu etkileyen dinamiklerin farklılaşması bu durumun açıklanmasına destek olmaktadır. Özellikle evliliğin ilk yıllarında görülen evlilik düzeninin oluşması, ekonomik beklentiler, kariyer hedefleri ve çocuk sahibi olmak ile gelen ebeveyn rollerinin sorumlulukları evlilik uyumunu negatif düzeyde etkileyerek düşüşe sebep olabilmektedir. Ancak evlilik süresi ortalama 30 yılı geçkin çiftlerde bu kaygıların etkisinin düşmesi, ebeveyn rollerindeki sorumlulukların çocukların büyümesi ve evden ayrılması ile azalması evlilik uyumunun artmasına neden olabilmektedir. Evli bireylerin iletişim becerileri evlilik süresine göre incelendiğinde bulgular arasında bir farklılık görülemediği görülmüştür. Kara (2021), evli kadınlar ile yaptığı çalışmada homojen dağılımla evlilik süreleri ile iletişim becerileri arasındaki farkları incelemiştir. Çalışmanın bulgularında evlilik süresi ve iletişim becerileri bulguları arasında bir farklılık tespit edilememiştir. Koşulsuz kendini kabul düzeyi ile evlilik süresi arasındaki ilişki yapılan araştırmada incelenmiştir. Kişilerin evliliklerinin süresi ile kendilerini koşulsuz kabul düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Literatür incelendiğinde evli bireyleri ile yapılan çalışmalarda evlilik süresi değişkeninin incelenmediği görülmüştür.

Araştırmanın bir diğer alt probleminde evli bireylerin yaşlarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerine ilişkin bulguların tartışılması için incelenen bulgular yorumlanmıştır. Evlilik uyumu yaşlarına göre incelendiğinde katılımcıların cevaplarının analizine göre anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya koyulmuştur. Hamamcı (2005), elde edilen bulgulara göre yaş ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. İletişim becerileri düzeyi yaşa göre incelendiğinde elde edilen bulgular arasında bir farklılık tespit edilememiştir. Kişilerin yaşlarında değişim oldukça iletişim becerilerinde bir değişiklik gözlemlenmemiştir. Bu durum alan yazındaki çalışmalar ile tutarlılık göstermektedir. Koşulsuz kendini



kabul düzeyi ile yaş arasındaki farklılık incelendiğinde çalışma bulgularında farklılıklar ortaya çıkmıştır. 22-30 yaş gruplarında olan bireylerin, 49+ yaş grubunda olan bireylere göre koşulsuz kendini kabul algılarının daha yüksek olduğu kaydedilmiştir. 22-30 yaş grubunda olan bireylerin, 49+ yaş grubunda olan bireylere göre koşulsuz kendini kabul algılarının daha yüksek olduğu söylenebilmektedir. Bu durum 22-30 yaş aralığındaki evli bireylerin yetişkinlik dönemlerinin başında kendilerini koşulsuz kabul etme davranışlarının yaşları ilerledikçe düşüşe uğraması şeklinde yorumlanabilmektedir. Yetişkinlik döneminin başında daha yüksek olarak ortaya çıkan koşulsuz kabul düzeyi yetişkinlik döneminin sonu ve orta yaş döneminin başında daha düşük düzeyde bulunmuştur. Bunun yanında yine 22-30 ve 31-39 yaş aralığındaki evli çiftlerin koşulsuz kendini kabul düzeyleri 49 yaş ve üstü katılımcıların koşulsuz kabul düzeylerinden daha yüksek şekilde bulunmuştur. Bu durum orta yaş döneminden yaşlılık dönemine doğru döneminde olan kişilerin koşulsuz kabul seviyelerinin diğer dönemlere göre daha düşük olduğu şeklinde yorumlanabilmektedir. Çalışmada elde edilen bu durum literatür ile tutarlılık göstermemektedir. İncelenen çalışmaların birçoğunda yaş ve koşulsuz kendini kabul arasında farklılık gözlemlenmemektedir (Slattery, 2020; Turgut ve Yücel, 2020; Karataş ve Öksüz, 2020; Jilbeen, 2017; Scott J. , 2007).

Araştırmanın dördüncü olarak ele alınan alt probleminde evli bireylerin gelir durumlarına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerine ilişkin bulguların tartışılması amacıyla sonuçlar incelenmiştir. Katılımcıların verdikleri cevaplara göre evlilik uyumu gelir düzeyine göre farklılaşmamaktadır. Gelir düzeyinin düşük-orta veya yüksek şekilde cevaplanması evlilik uyumu cevaplarında bir farklılaşmaya neden olmamaktadır. Daha önce evlilik uyumu ile yapılan çalışmalarda elde edilen sonuçlar ile bulunan bu sonuç benzerlik göstermektedir. Tutarel-Kışlak ve Göztepe-Gümüş (2012), evlilik uyumunu incelediği çalışmasında gelir düzeyine göre sonuçların farklılaşmadığını ortaya koymuştur. İletişim becerisinin gelir durumuna göre farklılaşma farklılaşmadığı da katılımcıların verdiği cevaplara göre incelenmiştir. Evli bireylerin sahip oldukları iletişim becerilerinin gelir düzeylerine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Gelir durumuna göre evli bireylerin koşulsuz kendini kabul düzeyleri çalışmanın bulgularına göre farklılık göstermemektedir. Koşulsuz kendini kabul kavramı üzerine ülkemizde ve yurt dışında yapılan bir çok araştırma bu çalışmada ortaya çıkan bulgunun tam tersi biçimde farklılık tespit etmiştir. Karahan (1996), lise öğrencilerinin koşulsuz kabul düzeylerini incelediği çalışmada ailenin gelir düzeyinin koşulsuz kendini kabul etme eğilimi üzerinde bir etkisinin olduğunu ve anlamlı bir farklılık ortaya çıkardığını belirtmiştir.

Araştırmanın bir diğer alt problemindeyse evli bireylerin çocuk sayısına göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerine ilişkin bulguların tartışılması için incelenen bulgular yorumlanmıştır. Evlilik uyumu çocuk sayısına göre incelendiğinde katılımcıların cevaplarının analizine göre anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Farhadi (2018), araştırmasında evli çiftlerin evlilik uyumunu sahip oldukları çocuk sayısının etkilemediğini belirtmiştir. Çocuk sayısına göre iletişim becerileri incelendiğinde yapılan çalışmada farklılık bulunmuştur. Evli çiftlerin çocuk sahibi olmaları ve sahip oldukları çocuk sayısına göre iletişim becerilerinin düzeyinde farklılıklar tespit edilmiştir. Çocuk sahibi olmayan çiftlerin iletişim becerilerinin çocuk sahibi olan çiftlere göre daha düşük düzeyde iletişim becerisine sahip olduğu tespit edilmiştir. Özellikle iki çocuk sahibi çiftlerin iletişim becerisi düzeyi hiç çocuğu olmayan çiftlerin iletişim becerileri düzeyinden yüksek olarak tespit edilmiştir. Bu durum iletişim becerilerine ebeveyn rollerinden gelen pozitif etkilerin sebep olduğu öne sürülebilmektedir. Koşulsuz kendini kabul düzeyi ile çocuk sayısı yapılan çalışmada incelenmiştir.



Kişilerin çocuk sahibi olması ve sahip oldukları çocuk sayısının kendilerini koşulsuz kabul etme düzeyleri ile anlamlı bir farklılığa neden olmamıştır.

Araştırmanın altıncı alt problemi evli bireylerin eğitim düzeylerine göre evlilik uyumları, iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etmelerine ilişkin bulguların tartışılması amacıyla sonuçlar incelenmiştir. Kişilerin eğitim düzeyinin sahip oldukları evlilik uyumu düzeylerine etkisi incelendiğinde, bulgulara göre bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Dursunoğlu (2021), empatik eğilim düzeyleri ve problem çözme becerileri ile evlilik uyumunu incelediği çalışmada kişilerin eğitim düzeylerinin evlilik uyumu ile ilişkisinde bir farklılık olmadığını bulmuştur. Güngör (2023), yine benzer bir şekilde evli bireylerin evlilik uyumu ile eğitim düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığını belirtmiştir. İletişim becerilerinin seviyeleri katılımcıların eğitim durumuna göre incelendiğinde araştırma bulgularına göre bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Yani araştırmanın katılımcılarının eğitim düzeyleri iletişim becerilerine yönelik bir farklılığa sebep olmamaktadır. Koşulsuz kendini kabul düzeyi ile eğitim düzeyi arasındaki farklılaşma yapılan çalışmada incelenmiştir. Kişilerin eğitim durumu kendilerini koşulsuz kabul etme düzeyleri ile anlamlı bir farklılığa neden olmadığı tespit edilmiştir.

Yapılan bu araştırmanın sorularından biri “Evli bireylerin sahip olduğu iletişim becerilerinin seviyeleri ve kendilerini koşulsuz kabul etme seviyelerinin oluşturduğu model, evli bireylerin evlilik uyumlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?” şeklinde belirlenmiştir. Bu soruya cevap aramak amacıyla bulgular bir araya getirilerek Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır. Bu analizin sonucunda evlilik uyumu ile iletişim becerileri arasında pozitif yönde orta düzeyde; evlilik uyumu ile koşulsuz kendini kabul arasında pozitif yönde düşük düzeyde; iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bağlamda, evlilik uyumu yüksek bireylerin iletişim becerilerinin de iyi olması beklenir. Evlilik uyumu yüksek bireylerin koşulsuz kendini kabul edebildiği de yorumlanabilir. İletişim becerileri yüksek olan bireylerinde koşulsuz olarak kendini kabul ettiği saptanmıştır. Evlilik uyumu ile iletişim becerisi incelendiğinde kişilerin iletişim becerileri geliştikçe evliliklerindeki uyum süreçleri de artmaktadır. Elde edilen bulgulara göre, evli bireylerin etkili, dikkatli ve açık bir iletişim tarzına sahip olmaları evlilik uyumlarını artırmaktadır. Araştırma sonuçları, kapalı iletişim tarzı ile evlilik uyumu arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yani, bireylerin kapalı ve dolaylı bir iletişim tarzını benimsemeleri evlilik uyumlarını azaltmaktadır. Evliliklerin uyum içinde devam edebilmesi için eşlerin sağlıklı ve işlevsel iletişim tarzlarını benimsemeleri, böylece yaşanan ya da yaşanabilecek sorunların çözümünde daha başarılı olmaları beklenmektedir. Evlilik ilişkisine empati ile yaklaşmak, karşılaşılan problemlere ve ortaya çıkan çatışmalara sakince tepkiler verebilmek, birey olarak sınırlara saygı duymak ve açık mesajlı iletişim kanalları oluşturmak evlilik uyumunu geliştiren özellikler olarak belirtilebilir. Alan yazında evlilik uyumunu iletişim becerileri ile inceleyen çalışmalar mevcuttur. Yapılan çalışmada ortaya çıkan sonuç ile tutarlılık göstermektedir. Soylu ve Kağnıcı (2015), yaptıkları çalışmada aile içi iletişim ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamışlardır. Sonuçlar incelendiğinde etkili olmayan aile içi iletişime sahip evli bireyleri evlilik uyumu düzeyleri düşük bulunmuştur. Bir başka şekilde yorumlandığında, aile için iletişim düştükçe evlilik uyumu da düşmektedir. Ebebuwa-Okoh (2008), Nijerya’da yaşayan evli bireylerin evlilik uyumu değişkenlerini incelediği çalışmada, iletişim becerisi yüksek bireylerin evlilik uyumunun da yüksek olduğunu ortaya çıkarmıştır.



Evlilik uyumu ile kendini koşulsuz kabul kavramı incelendiğinde bulgular arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Kişilerin kendini koşulsuz kabul etme davranışının evlilikte sahip olunan yakın ilişkileri yorumlamada, değerlendirmede etkisi olabildiği ve bu durumun uyumu olumlu anlamla etkilediği görülmüştür. Birey olarak kişi incelendiğinde kendini koşullar olmadan kabul ediyorsa bu durum kişinin kendine karşı hoşgörüsü olduğu şeklinde yorumlanabilmektedir. Hata yapmamaya çalışmaktan çok, hata yapabilir olduğuna karşı bir yaklaşım benimsemesine yardımcı olan bu koşulsuz kabul durumu kendine yönelik empatik yaklaşımını da geliştirmektedir. Literatür incelendiğinde, ülkemizde kendini koşulsuz kabul etme düzeyinin araştırıldığı çalışmaları çoğunda örneklem genellikle üniversite öğrencileri, birbirine yakın yaş grupları ya da benzer meslek gruplarında eğitim gören akran yaşlara sahip örneklemler arasındadır (Kuran, 2023; Almalı, 2023; Gökmen ve Çakır, 2019). Alan yazında yerli ve yabancı kaynaklarda evlilik ve romantik ilişki ile birlikte ele alınan çalışma bulunmamaktadır.

Sonuç olarak araştırmada evlilik uyumu kavramının iletişim becerileri ve koşulsuz kendini kabul etme davranışı ile ilişkisi incelenmek istemiştir. Bu kavramları toplum davranışları üzerinde ele almak istediğimizde demografik özelliklere göre değerlendirmek ve bu özelliklerinin durumlar üzerindeki etkisini incelemek kaçınılmaz olmuştur. Cinsiyet başta olmak üzere, evlilik süresi, yaş, gelir durumu, çocuk sayısı ve eğitim durumu değişkenleri araştırma bulguları içerisinde incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre evlilik uyumu yüksek bireylerin iletişim becerileri de yüksek olarak ortaya çıkmıştır. Ayrıca koşulsuz kabul düzeyleri de yüksek şekilde kaydedilmiştir. Birbirleri arasındaki ilişki yapılan analizde düşük düzeyde bulunmuştur. Kişilerin evlilik ilişkisinde kendileri doğru ifade edebildikleri, karşı tarafı etkili dinleyebildikleri, ihtiyaçlarını farklılık ederek partneri ile paylaşabildiği durumlarda evlilik uyumları yüksek olarak yorumlanabilir. Bu durum kendilerini koşulsuz kabul eden, kendini karşılaştırmadan ve öz değeri yüksek bireylerin evlilik uyumları için de aynı şekilde tespit edilmiştir.

Çalışmanın evli bireyler açısından doğurguları, evlilik uyumu, iletişim becerileri ve koşulsuz kabul etme davranışlarının birbirleriyle ilişkili olduğu ve bu faktörlerin bireylerin evliliklerdeki uyumlarını etkileyebileceğidir. Özellikle, yüksek evlilik uyumuna sahip bireylerin iletişim becerilerinin güçlü olması ve kendilerini koşulsuz kabul etme düzeylerinin de yüksek olması, sağlıklı bir evlilik ilişkisinin temel bileşenleridir. Bu bulgular, evli bireylerin evliliklerindeki uyumlarını geliştirmek için etkili iletişim becerileri kazanmaları ve kendilerini olduğu gibi kabul etmeleri gerektiğini vurgulamaktadır. Ayrıca, cinsiyet, evlilik süresi, yaş, eğitim durumu gibi demografik faktörlerin, bu ilişkileri etkileyen değişkenler olduğu ortaya çıkmıştır.



## Kaynakça

- Bernand, M. E. (2013). The Strength of Self-Acceptance: Theory, research and practice. *Springer*.
- Buluş ve Bağcı. (2016). Evlilik Doymumu: Aile Yılmazlığı ve Etkili İletişim Becerilerinin Rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 136-152.
- Dökmen, Ü. (2008). *İletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Daş, M. (2019). Evli bireylerin evlilikte uyum ve eş destek düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi. *İstanbul Üniversitesi. İstanbul*.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte Uyumun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi*. Diyarbakır: Dicle Üniversitesi.
- Ellis, A. (1977). *Psychotherapy and the value of a human being. Handbook of rational-emotive therapy*. . New York, USA: Springer.
- Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpan. (2005). Evlilik Uyumunu. *Düşünen Adam*, 39-47.
- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisans üstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji dergisi*, 16-23.
- Farhadi, F. (2018). Türkiyeli ve İranlı evli bireylerde evlilik uyumu, denetim odağı ve problem çözme becerisinin incelenmesi. Doktora Tezi. *Gazi Üniversitesi. Ankara*.
- Gürbüz, B. (2018). İstatistik, evren ve örneklem.: [https://acikders.ankara.edu.tr/pluginfile.php/105486/mod\\_resource/content/1/ders%208%20evren%20ve%20orneklem%201.pdf](https://acikders.ankara.edu.tr/pluginfile.php/105486/mod_resource/content/1/ders%208%20evren%20ve%20orneklem%201.pdf) adresinden alındı
- Işık, Y. (2022). Evli bireylerin evlilik uyumu iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi. İstanbul*.
- Körük, S. (2020). Evlilikte çift uyumunun erken dönem uyum bozucu şemalar ve aile işlevleri bağlamında incelenmesi: bir yapısal model çalışması. Doktora Tezi. *Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Eskişehir*.
- Kıran, S. (2008). Okulöncesi dönemi çocuklarına yönelik hazırlanan masal ve öykü kitaplarında geçen iletişim engelleri. *(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi.
- Kalsoon ve Kamal. (2018). Emotional Intelligence and Multitasking Ability Predictors of Marital Adjustment of Working Married Individuals. *FWU Journal of Social Science*, 60-73.
- Karaköse, S. (2018). Yeni evli çiftlerde evlilik uyumu ve somatizasyon arasındaki karşılıklı ilişkinin boylamsal açıdan incelenmesi. Doktora Tezi. *İstanbul Üniversitesi. İstanbul*.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kothari, C. R. (2004). *Research methodology; Methods and techniques*.
- Muhtar, G. (2022). Evlilik uyumunun ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar, aleksitimi ve algılanan eş desteği bağlamında yordanması. Yüksek Lisans Tezi. *Dicle Üniversitesi. Diyarbakır*.
- Navran, L. (1967). Communication and Adjustment in Marriage. 173-184.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Seçer, İ. (2017). *SPSS ve LISREL ile pratik veri analizi: Analiz ve raporlaştırma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Shaud ve Asad. (2018). Marital adjustment, convergent communication patterns, and psychological distress in women with early and late marriage. *Current Psychology*.
- Taban, M. (2022). Evli bireylerde çocukluk çağı ruhsal travmalarının evlilik uyumu üzerindeki etkisi: Duygusal şemaların aracı rolü. Yüksek Lisans Tezi. *İstanbul Arel Üniversitesi. İstanbul*.
- TUIK, T. (2023, 02 24). *Evlilik ve Boşanma İstatistikleri*. Türkiye İstatistik Kurumu: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlilik-ve-Boşanma-İstatistikleri-2023-53707#:~:text=Evlenen%20%C3%A7iftlerin%20say%C4%B1s%C4%B1%202023%20y%C4%B1%C4%B1nda%20565%20bin%20435%20oldu&text=Bin%20n%C3%BCfus%20ba%C5%9F%C4%B1na%20d%C3%BC%C5%9Fen%20evlen> adresinden alındı