

BOŞANMIŞ BİREYLERİN BAŞ ETME STRATEJİLERİNİN VE YAŞAM KALİTELERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ¹

Investigation of Divorced Individuals' Coping
Strategies and Quality of Life in Terms of Some
Variables

Gönderim Tarihi: 19.06.2018

Kabul Tarihi: 21.11.2018

Doi: 10.31795/baunsobed.492450

Fahri SEZER*
Uğur GÜRGAN**

ÖZ: Bu çalışmada, boşanmanın ayrılan çiftler üzerindeki çok boyutlu etkisinin ortaya çıkarılması amaçlanmıştır. Bu amaçla, bireylerin boşanma süreci ile baş etmede kullandıkları stratejilerin ve boşanma sonrasında yaşadıkları psikolojik sorunların neler olduğu incelenmiştir. Çalışmaya 149 ayrılmış (boşanmış) birey katılmıştır. Bunların 132'si (% 88.6) kadın, 17'si (% 11.4) erkektir. Çalışmada veri toplama aracı olarak insanların strese karşı gösterdikleri farklı davranışları ölçen Başa Çıkma Stratejileri (COPE) ölçeği ile bireylerin yaşam kalitesini ölçmeye yarayan Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu (WHOQOL-BREF-TR) kullanılmıştır. Verilerin analizi sonucunda boşanmanın bireylerin yaşam kalitesini etkilediği, cinsiyete göre yaşam kalitesi düzeylerinin farklılaştığı ve eğitim seviyesinin boşanma ile baş etmede belirleyici bir değişken olduğu saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: Boşanma, Yaşam Kalitesi, Başa Çıkma Stratejisi.

ABSTRACT: In this study, it is aimed to reveal the multidimensional effect of divorce on separated couples. In this respect, it is examined what strategies individuals use to cope with the divorce process and what psychological problems they have experienced after divorce. 149 separated (divorced) individuals participated in the study. Of these, 132 (88.6%) were female and 17 (11.4%) were male. As data collection tool in this study, Coping Strategies Scale (COPE) and the World Health Organization Quality of Life Questionnaire-Short Form (WHOQOL-BREF-TR) were used. Coping Strategies (COPE) scale, which measures the

¹ Bu çalışma, Balıkesir Üniversitesi tarafından desteklenmiştir, BAP Proje No: 2015/09.

* Doç. Dr., Balıkesir Üniversitesi/Necatibey Eğitim Fakültesi/Eğitim Bilimleri Bölümü/Rehberlik ve Danışmanlık Anabilim Dalı, fahrisezer23@hotmail.com, ORCID ID: orcid.org/0000-0002-3092-7275.

** Doç. Dr., Balıkesir Üniversitesi/Necatibey Eğitim Fakültesi/Eğitim Bilimleri Bölümü/Rehberlik ve Danışmanlık Anabilim Dalı, ugurgan@hotmail.com, ORCID ID: orcid.org/0000-0002-0421-8168.

different behaviors they show people against stress. The World Health Organization Short-Form of Quality of Life Scale (WHOQOL-BREF-TR) is used to measure the quality of life of individuals. As a result of the analysis of the data, it was determined that the divorce affected the quality of life of the individuals, the level of quality of life according to the sex differentiated and the educational level was a decisive variable in coping with the divorce.

Keywords: Divorce, Quality of Life, Coping Strategy.

GİRİŞ

Boşanma olgusunun son yıllarda Türkiye’de dikkate değer bir şekilde arttığı yapılan atıştırmalarda oraya çıkmaktadır. Özellikle TÜİK (2014) bu konu ile ilgili yapmış olduğu araştırma sonuçları incelendiğinde boşanma oranındaki artışlar net bir şekilde görülmektedir. Boşanma oranlarında meydana gelen artış birçok sorunu beraberinde getirmektedir. Kadın cinayetleri, aile içi şiddet, toplu cinayet, ana, baba ve çocuk arasında yaşanan sorunlar akla gelen en önemli problemlerdir.

Özellikle ahlak gelişimi üzerinde ailenin önemli bir rolü olduğu göz önüne alındığında, boşanmanın çocuklar üzerindeki etkileri ayrı bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Parçalanmış ailede çocuğun yaşayacağı psikolojik sorunlar beraberinde, akademik alanda sıkıntılar yaşamalarına da neden olacak ve buda anne-babaları için ayrı bir sorun olarak görülecektir. Yapılmış birçok araştırmada boşanmanın özellikle çocukların okul performansı (Babalıs, Tsoli, Nikolopoulos ve Maniatis, 2014), yalnızlık ve yaşam doyumları (Çivitci, Çivitci, ve Fiyakalı, 2009), benlik saygısı ve kaygı düzeyleri (Serin ve Öztürk, 2007) üzerinde etkisi olduğu, düşük akademik başarıya yol açtığı, çocuklarda kaygıyı tetiklediği, babası olmayan çocukların benlik saygıları oldukça düşük olduğu, annesi ya da babasından ayrı yaşayan çocuklarda davranış problemleri, anksiyete, üzüntü, fobi, depresyon, saldırganlık, çekingenlik, alkol tüketimi, depresyon, aile ile çatışma gibi bilişsel, duygusal ve davranışsal birçok sorunlara yol açtığı görülmüştür (Uşaklı, 2013).

Çocukların yaşadıkları sorunlara ek olarak yapılan araştırmalar, ailenin parçalanması neticesinde çiftlerin ciddi zorluklarla ve psikolojik sorunlarla baş başa kaldıklarını göstermiştir (Brown, 2014; Cohen, Leichtentritt ve Volpin, 2014; Molgora, Ranieri ve Tamanza, 2014). Çiftlerin yaşadığı bu zorluklar arasında ekonomik sıkıntılar yaşama, çocukta ortaya çıkan psikolojik sorunlarla baş etme, toplumsal algının onlar üzerinde etkisi ile baş etme gibi durumlar en sık karşılaşılan sorunlardır. Özellikle boşanma sonrasında çocukların bakımını üstlenen ebeveynin, diğer ebeveyn ile iletişimde de önemli problemlerin olduğu karşılaşılan bir diğer sorundur (Cohen, Leichtentritt ve Volpin, 2014).

Durum böyle olunca boşanmanın sadece çocuklar üzerinde değil, aynı zamanda ebeveynler üzerinde de önemli sorunlar oluşturduğu gözlenmektedir.

Bahsi geçen sorunlara ek olarak, boşanmanın hem çocukta hem de ebeveynlerde bazı kronik sorunlara da yol açtığı, sosyal statü üzerinde olumsuz etkisi olduğu ve çocuğun cinsel kimliğini etkilediği tespit edilmiştir (Jurcut, 2014). Yapılan diğer bir çalışmada ise boşanmış annelerin en büyük kaygılarının çocuklarının refahı sağlamak için boşanma ile ilgili bilgileri nasıl açıklayıp, nasıl ve gizlemeleri konusunda yaşadıkları kaygılar olduğu belirtilmiştir (Cohen, Leichtentritt ve Volpin, 2014; Rahbari, Najmabadi ve Sharia, 2015).

Her ne kadar boşanma neticesinde ortaya çıkan bu sorunların çözümlenmesi için boşanmanın temel ve altta yatan gerekçelerine dikkat edilmesinin önemi olduğu bilinmelidir. Özellikle boşanmış annelerin en büyük kaygılarının çocuklarının refahı için boşanma ile ilgili bilgileri açıklama ve gizleme konusunda ciddi sorunlar yaşadıkları (Cohen, Leichtentritt, ve Volpin, 2014). Rahbari, Najmabadi, ve Sharia (2015) gerçeği, çok daha önemli sorunlar olan madde bağımlılığı, evlilikte temel kriterlerin ihmali ve sadakatsizlik gibi problemlerin üstüne gidilmesini zaruri hale getirmektedir. Özellikle pozitif baş etme yöntemleri kullanan ve sosyal destek unsuru yüksek olan bireylerin boşanma sonrası süreci daha iyi geçirdikleri (Brown, 2014) gerçeği göz önüne alındığında, bunu önleyici olması adına yaygın hale getirmek faydalı olacaktır. Tüm bu bulgular ışığında, her ne kadar eşler ve çocukları açısından hayatın hoş olmayan bir tecrübesi olsa da, gerçek yaşamın bir parçası olması boşanma ile baş etme ve bu sorunları önleme, bireylerin kaliteli bir yaşam sürdürmeleri için gereklidir.

Bahsi geçen konularda bilinç oluşturmak adına bu çalışmada, boşanmış çiftlerin yaşadıkları sorunların neler olduğunu tespit etmek amaçlanmıştır. Böylece hem ana-babaların hem de çocuklarının bu durumun yaşattığı sorunlarla baş etmede daha işe yarar yöntemler bulmaları sağlanmış olacaktır. Bu çalışma sonucunda elde edilmiş bulgular toplumsal bir yara haline gelmiş boşanma olayının çocuklar ve aileler üzerinde yaşattığı bu travmanın gerilimini azaltılmada hangi yöntemlerin işe yarar olduğu hakkında önemli bir farkındalık oluşturulacaktır. Bu doğrultuda aşağıdaki sorulara cevaplar aranacaktır;

1. Boşanmış bireylerin yaşam kalitesi ve boşanma ile başa çıkma stillerini arasında bir ilişki var mıdır?
2. Boşanmış bireylerin cinsiyetleri yaşam kalitesi ve boşanma ile başa çıkma stillerini farklılaştırmakta mıdır?
3. Boşanmış bireylerin eğitim seviyeleri ile yaşam kalitesi ve başa çıkma stilleri arasında fark var mıdır?

YÖNTEM

Örneklem

Çalışmaya 149 ayrılmış (boşanmış) birey katılmıştır. Örneklem grubundaki boşanmış bireylere ilişkin demografik bilgiler ise Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Boşanmış Çiftlere İlişkin Demografik Bilgileri

		f	%	sd
Cinsiyet	Kadın	132	88.6	.32
	Erkek	17	11.4	
Meslek	Ev Hanımı	45	30.2	2.29
	İşsiz	6	4.0	
	Asgari Ücretli	7	4.7	
	Memur	29	19.5	
	İşçi	15	10.1	
	Özel Sektör	22	14.8	
	Serbest Meslek	23	15.4	
	Emekli	2	1.3	
	Yaş	20-29	3	
30-39		85	57.0	
40-49		55	36.9	
50-59		6	4.0	
Eğitim Seviyesi	İlkokul	42	28.2	1.18
	Ortaokul	12	8.1	
	Lise	55	36.9	
	Yüksekokul/Üniversite	38	25.5	
	Yüksek Lisans/Doktora	2	1.3	

Çalışmada boşanmış çiftler ölçüt olarak alındığı için amaçlı örnekleme yöntemlerinden olan ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ölçüt örnekleme yöntemindeki temel amaç araştırmacının önceden belirlenmiş olduğu bir dizi ölçütü karşılayan durumların çalışılmasına fırsat vermesidir (Yıldırım ve Şimşek, 2005).

Veri Toplama Araçları

Başa Çıkma Stilleri Kısa Formu (BÇS- Brief COPE): insanların strese karşı gösterdikleri farklı davranışları ölçen Başa Çıkma Stratejileri (COPE) ölçeği Carver (1997) tarafından geliştirilmiştir. Bacanlı, Sürücü ve İlhan (2013) tarafından Türkçe’ye uyarlanmış ölçek 14 alt ölçekten oluşmaktadır. Her maddeye verilecek yanıtlar ölçek üzerinde yapmama/yapma yönünde 1 ile 4 arasında puanlanmaktadır. Puanların düşüklüğü o boyutun az kullanıldığını, puanların yüksekliği ise o boyutun daha fazla kullanıldığını işaret etmektedir. Bu çalışma için alt ölçeklerin hesaplanan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayıları ise;

Diğer Etkinlikleri Bırakma .38, Planlama .62, Olumlu Yönde Yeniden Yorumlama .64, Kabullenme .56, Mizahi Yaklaşım .81, Dine Yönelme .78, Duygusal Sosyal Destek Arama .42, Araçsal Sosyal Destek Kullanma .62, Zihinsel Olarak İlgiyi Kesme .30, Yadsıma .62, Duyguları Ortaya Koyma .80, Madde Kullanımı .84, Davranışsal Olarak İlgiyi Kesme .55 ve Kendini Sınırlandırma .51 olarak tespit edilmiştir.

Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu (WHOQOL-BREF-TR): Dünya Sağlık Örgütü tarafından geliştirilen bu ölçek, WHOQOL- 100 içinden seçilen 27 soru ve fiziksel sağlık, psikolojik sağlık, sosyal ilişkiler ve çevre alanı olmak üzere dört alanı içermektedir. Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışması Fidaner, Elbi, Fidaner, Eser, Eser ve Göker, (1999) tarafından yapılmıştır. Bu çalışma için alt ölçeklerin hesaplanan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayıları ise; bedensel alanda .84, ruhsal alanda .77, sosyal ilişkiler alanında .76 ve çevre alanında 0.84 olarak tespit edilmiştir.

İşlem

Çalışmanın yapılacağı hedef kitleyi belirlemek için ilk ilgili resmi kurumlardan gerekli izinler alınmış ve tüm eğitim kademelerindeki okul rehber öğretmenleri ile iletişime geçilerek boşanmış çiftlere yönelik veri toplama araçları uygulanmıştır. Boşanmış çiftlere Boşanma sonrası yaşanan psikolojik durumu belirlemek için Baş Etme Stratejileri Ölçeği ve yaşam kalitesi ölçeği veri toplama araçları kullanılarak veriler toplanmıştır.

Boşanmış bireylere yönelik 500 adet ölçme formunun okullarda çalışan rehber öğretmenler vasıtası ile uygulanması hedeflenmiştir. Ancak uygulama sonrası boşanmış çiftlerden 149'u uygulamaya katılmayı kabul etmiş ve formlara cevap vermiştir. Verilerin toplanması sonrasında SPSS 22 programlarında verilerin analizi yapılmıştır. Verilerin analizde betimsel istatistikler, korelasyon analizi, t Testi, Anova, Post Hoc test analizleri ve nitel analiz yöntemleri kullanılmıştır.

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde verilerin analizi sonucunda elde edilmiş bulgulara yer verilmiştir. Örneklemeye alınan boşanmış bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri ve boşanma sonrası başa çıkma düzeyleri likert ölçeklerle belirlenmiştir. Ölçeklerden elde edilen verilerin korelasyon analizi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 2 ve 3'te verilmiştir.

Tablo 2: Verilerin Dağılımını Tanımlayıcı İstatistikler

	N	M	SS	Kurtosis	Skewness
YK_Bedensel	149	26.65	5.274	-.570	-.235
YK_Ruhsal	149	22.33	4.287	-.683	.208
YK_Sosyal	149	10.87	2.785	-.735	.391
YK_Çevresel	149	31.63	6.239	-.173	-.196
BÇÖ	149	74.10	9.029	-.466	.730

YK: Yaşam kalitesi; BÇÖ: Başa çıkma ölçeği

Tablo 2’de görüldüğü gibi boşanmış bireylerin yaşam kalitesi boyutlarından en çok çevresel (M=31.63), ikinci sırada bedensel (M=26.65), üçüncü sırada ruhsal (M=22.33) ve son olarak sosyal (M=10.87) alan düzeyinde sonuçlar ortaya çıkmıştır. Boşanmış bireylerin başa çıkma stilleri puanlarının (M=74.10) ise ortalamasının üstünde olduğu görülmüştür.

Boşanmış bireylerin yaşam kalitesi boyutları ile başa çıkma stilleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3: Yaşam Kalitesi İle Başa Çıkma Stilleri Korelasyon Analizi Sonucu

	BÇÖ	YK_Bedensel	YK_Ruhsal	YK_Sosyal
YK_Bedensel	-.136	1		
YK_Ruhsal	-.056	.716**	1	
YK_Sosyal	.045	.576**	.684**	1
YK_Çevresel	-.066	.705**	.735**	.746**

Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)..

Analiz sonuçları, başa çıkma stilleri ile yaşam kalitesi bedensel alan ($r=-.136$), ruhsal alan ($r=-.056$), sosyal alan ($r=.045$), ve çevresel alan ($r=-.066$) arasında korelasyonel bir ilişkinin olmadığı belirlenmiştir. Başka bir ifade bireylerin başa çıkma stilleri ile yaşam kaliteleri arasında herhangi bir ilişki bulunmadığı görülmüştür.

Boşanmış bireylerin başa çıkma stilleri ile yaşam kalitesi düzeylerinin cinsiyete göre nasıl farklılaştığını belirlemek amacı ile t testi analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4: Cinsiyete Göre Başa Çıkma Stilleri Ve Yaşam Kalitesi Düzeyi

	Cinsiyet	N	M	SS	t	p
YK_Bedensel	Kadın	132	26.416	5.146	-1.518	.131*
	Erkek	17	28.47	6.042		
YK_Ruhsal	Kadın	132	22.075	4.149	-2.084	.039**
	Erkek	17	24.352	4.923		
YK_Sosyal	Kadın	132	10.818	2.773	-.662	.509*
	Erkek	17	11.294	2.931		
YK_Çevresel	Kadın	132	31.151	6.036	-2.666	.009**
	Erkek	17	35.352	6.726		
YK_Toplam	Kadın	132	96.924	17.154	-2.102	.037**
	Erkek	17	106.47	21.113		
BÇÖ	Kadın	132	74.04	8.633	-.207	.836*
	Erkek	17	74.52	11.99		

*p>0.05; **p<0.05

Tablo 4'te görüldüğü gibi, kadın ve erkek boşanmış bireylerin yaşam kalitesi bedensel boyut ($t = -1.518$; $p > 0.05$) ve sosyal boyut düzeyleri ($t = -.662$; $p > 0.05$) arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Buna karşın yaşam kalitesi ruhsal boyut ($t = -2.084$; $p < 0.05$), çevresel boyut ($t = -2.666$; $p < 0.05$) ve toplam yaşam kalitesi düzeyleri ($t = -2.102$; $p < 0.05$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Başka bir ifade ile erkeklerin beden imgesi ve dış görünüş, benlik saygısı, olumlu duygular, maneviyat, din ve dikkatini toplama gibi alanları ölçmeye yarayan ruhsal boyut puanı ile maddi kaynaklar, fiziksel güvenlik ve emniyet, sağlık hizmetleri ve sosyal yardım, ev ortamı, yeni bilgi ve beceri edinme fırsatı, dinlenme ve boş zaman değerlendirme gibi çevresel boyutu belirleyen puanının kadınlarınkinden yüksek olduğu görülmüştür. Aynı zamanda erkeklerin yaşam kalitesi toplam puanının kadınlarınkinden yüksek olduğu saptanmıştır. Buna ek olarak boşanma sonrası yaşanan stresle başa çıkma düzeyleri karşılaştırıldığında erkek ve kadınların puanları arasında bir fark olmadığı görülmüştür ($t = -.207$; $p > 0.05$).

Boşanmış bireylerin eğitim seviyeleri ile yaşam kalitesi alt boyutları ve başa çıkma stilleri puanları arasında fark olup olmadığını test etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (OneWay ANOVA) uygulanmış ve bulgular Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5: Boşanmış Bireylerin Eğitim Seviyesine Göre Anova Sonuçları

		Kareler Toplamı	df	Kareler ortalaması	F	p
YK_Bedensel	Gruplar Arası	186.357	4	46.589	1.706	.152**
	Gruplar İçi	3931.495	144	27.302		
	Toplam	4117.852	148			
YK_Ruhsal	Gruplar Arası	175.531	4	43.883	2.482	.046*
	Gruplar İçi	2545.691	144	17.678		
	Toplam	2721.221	148			
YK_Sosyal	Gruplar Arası	31.050	4	7.762	1.000	.410**
	Gruplar İçi	1117.527	144	7.761		
	Toplam	1148.577	148			
YK_Çevresel	Gruplar Arası	272.030	4	68.007	1.784	.135**
	Gruplar İçi	5490.668	144	38.130		
	Toplam	5762.698	148			
BÇÖ	Gruplar Arası	109.387	4	27.347	.329	.858**
	Gruplar İçi	11958.103	144	83.042		
	Toplam	12067.490	148			

*p<0.05; **p>0.05

Tablo 5'te görüldüğü gibi, eğitim seviyesi ile yaşam kalitesi bedensel boyut ($F_{(4-144)}=1.706$, $p>.05$), sosyal boyut ($F_{(4-144)}=.410$, $p>.05$), çevresel boyut ($F_{(4-144)}=1.784$, $p>.05$) ve başa çıkma stilleri ($F_{(4-144)}=.329$, $p>.05$) durumlarına ilişkin farkla ilgili uygulanan varyans analizi sonuçları anlamsız bulunmuştur. Buna karşın yaşam kalitesi ruhsal boyut ($F_{(4-144)}=2.482$, $p<.05$) durumlarına ilişkin farkla ilgili uygulanan varyans analizi sonucu ise anlamlı bulunmuştur. Bu bulgu boşanmış bireylerin eğitim seviyesi ile beden imgesi ve dış görünüş, benlik saygısı, olumlu duygular, maneviyat, din ve dikkatini toplama gibi alanları ölçmeye yarayan ruhsal boyut puanı arasında farkın olduğunu göstermektedir.

Elde edilen bu farkın kaynağını saptamak amacıyla yapılan Post Hoc Testi (LSD) sonucunda ilkökul mezunu bireylerin yaşam kalitesi ruhsal boyut puanı ($\bar{X}=20.88$), yüksekokul/üniversite mezunu ($\bar{X}=22.63$) olanlardan ve yüksek lisans/doktora mezunu ($\bar{X}=27$) olanlardan düşük bulunmuştur.

TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmanın amacı, boşanmanın hem kadın hem de erkek üzerindeki psikolojik etkisinin neler olduğu belirlenmeye çalışmaktır. Bu doğrultuda, boşanmış çiftlerin boşanma süreci ile baş etme stratejileri ve boşanma sonrasında çiftlerin yaşadığı psikolojik sorunların ve güçlüklerin neler olduğu belirlenmeye çalışılmıştır.

Yapılan analiz sonucunda boşanmış bireylerin yaşam kalitesi alt boyutlarında en yüksek puanların ilk olarak çevresel boyutta, ikinci sırada bedensel, üçüncü

sırada ruhsal ve son olarak sosyal boyutta olduğu tespit edilmiştir. Boşanmış bireylerin en yüksek puanı elde ettikleri çevresel boyut bireyin maddi kaynaklar temin etme, fiziksel güvenlik ve emniyet konusunu, sağlık hizmetleri ve sosyal yardım, dinlenme ve boş zaman değerlendirme fırsatları alanlarını temsil etmektedir. Bu da boşanmış bireylerin bu alandaki yaşam kalitelerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Cohen ve arkadaşları (2014) boşanmış bireylerin en fazla ekonomik sorunlarla, çocukta ortaya çıkan psikolojik sorunlarla ve toplumsal algının onlar üzerindeki etkisi ile baş etme gibi sorunları yaşadıklarını aktarmışlardır. Özellikle annelerin bu durumu gizlemeye yönelik tutum sergiledikleri göz önüne alındığında yaşanan sorunların sosyal yönden ciddiyeti ortaya çıkmaktadır. Yapılan çalışmaların aksine ülkemizde boşanmış çiftlerin en az sorunu “çevresel boyutta” yaşadıkları karşımıza çıkmaktadır. Bu sonucun ortaya çıkmasında etkili olan hususların başında ülkemizde boşanma sonrasında özellikle kadının korunmasına yönelik önemli yasal düzenlemelerin olması gösterilebilir. fiziksel şiddete maruz kalmasının önlenmesi için güvenlik güçlerinden destek alma, sosyal devlet anlayışı gereği ücretsiz sunulan sağlık hizmetleri ve sosyal yardım destekleri gibi kaydedilen ilerlemelerin bu duruma pozitif yönde etki ettiği söylenebilir.

Boşanmış bireylerin ikinci düzeyde en yüksek yaşam kalitesi puanını elde ettikleri alt boyut “bedensel boyut” olarak belirlenmiştir. Bu boyut ile kast edilen özellikler, gündelik işleri yürütebilme, ilaçlara ve tedaviye bağımlılık, canlılık ve bitkinlik, hareketlilik, ağrı ve rahatsızlık, uyku ve dinlenme ve çalışabilme gibi konularıdır. Boşanmanın hem çocukta hem de ebeveynlerde bazı kronik sorunlara yol açtığı, sosyal statü üzerinde olumsuz etkisi olduğu (Jurcut, 2014) bilinmektedir. Boşanma ile birlikte yaşanan bu psikolojik sorunları kendini psikosomatik belirtilerle ortaya çıkarabilir. Haliyle sorun sadece psikolojik boyutta olmayacak biyolojik ve fiziksel tedavi desteğine ihtiyaç artacaktır. Durum böyle olunca bireyin günlük işlerini yürütmeden tutunda çocukları ve çevresindekilerle iletişimine kadar bir çok alanda yaşam kalitesinde düşüş meydana gelecektir. Buda beraberinde yeni travmatik olaylar doğuracaktır.

Boşanmış bireylerin üçüncü sıradaki yaşam kalitesi puanını elde ettikleri alt boyut olan “ruhsal boyut” ile kast edilen özellikler, beden İmgesi ve dış görünüş, olumsuz duygular, benlik saygısı, olumlu duygular, maneviyat, din, kişisel inançlar, düşünme, öğrenme, bellek ve dikkatini toplama gibi alanları ifade etmektedir. Bu bulgu ülkemizde boşanma ile birlikte bireylerin kendilerini daha olumsuz algılamaya başladıklarını, yaşadıkları travmatik olaydan dolayı kendilerini manevi olarak daha fazla sorgulama eğilimi içine girdiklerini göstermektedir. Yapılan çalışmalar boşanmanın manevi bir kayıp olarak yorumlandığı ve depresyon riskini arttırdığı (Krumrei, Mahoney ve Pargament, 2009; Nathanson, 1995) görülmüştür.

Son olarak boşanmış bireylerin yaşam kalitesi alt boyutu olan “sosyal boyutta” ile kast edilen özellikleri ise diğer kişilerle ilişkiler, sosyal destek ve cinsel yaşam konularını kapsamaktadır. Özellikle boşanma sonrasında çocukların bakımını üstlenen ebeveynin, diğer ebeveyn ile iletişimde de önemli problemlerin olduğu (Cohen ve ark., 2014), Eşler arasındaki cinsel yaşam ve cinsel iletişimin kalitesi evlilik mutluluğunu fazlasıyla etkilediği (Pınar ve Yıldırım, 2013), evliliğini sürdüren çiftlerin, boşananlara göre empatik eğilim puanlarının yüksek olduğu (Yıldırım, 2005), tükenmişlik düzeylerini düşük olduğu (Sezer, 2012) saptanmıştır. Bu bulgular boşanmanın sosyal boyutta yaşam kalitesinin neden düşürdüğünü gösteren önemli verilerdir.

Erkeklerin beden imgesi ve dış görünüş, benlik saygısı, olumlu duygular, maneviyat, din ve dikkatini toplama gibi alanlar ile maddi kaynaklar, fiziksel güvenlik ve emniyet, sağlık hizmetleri ve sosyal yardım, ev ortamı, yeni bilgi ve beceri edinme fırsatı, dinlenme ve boş zaman değerlendirme gibi alanlarda kadınlarınkinden yüksek yaşam kalitesine sahip oldukları görülmüştür. Aynı zamanda erkeklerin yaşam kalitesi toplam puanının kadınlarınkinden yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonucun ortaya çıkmasına etki eden temel faktörlerden biri erkeğin ekonomik olarak gücü elinde bulundurmasıdır. Alptekin (2011) yaptığı çalışmada kadınların boşanmaya neden olarak gösterdikleri faktörlerden önemli olanın ekonomik sorunlar olduğu belirtilmektedir. Boşanma ile birlikte kadının kendi ayakları üzerinde durma, sosyal baskıyı üzerinde atmaya çalışma gibi durumlarda erkeklere göre daha çok dezavantajlı bir durumda olduğu bilinmektedir.

Bununla birlikte cinsiyet açısından değerlendirildiğinde, kadınların erkeklere göre, evlilikteki sorunları daha erken fark ettikleri ve yaşanan sorunları eşleriyle tartışmaya daha çok istekli oldukları (Thompson ve Walker, 1989) görülmüştür. Kadınların bu girişimine karşın erkeklerin, ilişkilerindeki sorunları tartışmaktan kaçındıkları ifade edilmiştir (Gottman, 2014). Ayrıca boşanma nedenleri sıraladığında kadınlar, erkeklere göre fazla ve karmaşık nedenler gösterme eğiliminde oldukları belirtilmiştir (Cleek ve Pearson, 1985). Durum böyle olunca erkeğin bu davranış ve algı biçiminin onun yaşam kalitesinin kadınıninkine göre daha yüksek olması beklenen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır.

Boşanmış erkek ve kadınların yaşam kaliteleri arasında belirlenen bu farklara rağmen boşanma sonrası yaşanan stresle başa çıkma düzeyleri karşılaştırıldığında erkek ve kadınların puanları arasında bir fark olmadığı görülmüştür. Buda aslında her iki tarafında boşanma sürecinin sonunda aynı travmatik yaşantının etkisinde kaldıklarının göstergesidir.

Bir diğer bulguda ise boşanmış bireylerden ilkokul mezunu olanların yaşam kalitesi ruhsal boyut puanı yüksekokul/üniversite mezunu olanlardan ve yüksek lisans/doktora mezunu olanlardan düşük bulunmuştur. Bu durum eğitim seviyesi yükseldikçe bireylerin beden imgesi ve dış görünüş, olumsuz duygular, benlik saygısı, olumlu duygular, maneviyat, din, kişisel inançlar, düşünme, öğrenme, bellek ve dikkatini toplama gibi alanlarda daha az problemle karşılaştıklarını göstermektedir. Yapılan çalışmalar eğitim düzeyinin yüksek ya da düşük olmasının evlilik doyumunu etkilediğini göstermektedir (Teacher, Polonko ve Scanzoni, 1987). Bununla birlikte Üncü (2007) eğitim seviyesi ve evlilik doyumunun arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında en düşük evlilik doyumunun ilköğretim mezunlarında olduğunu saptamıştır. Bu bulgular eğitim seviyesinin evlilik sürecine etkisini göstermektedir. Ancak boşanma gerçekleşikten sonrada eğitim seviyesinin yüksek olmasının yaşam kalitesini pozitif yönde etkilemesi ise bireyin eğitim düzeylerinin artması sonucu kendilerini daha bağımsız hissetmeleri (Kurdek, 1987) ile ilişki olabilir. Çünkü boşanmanın gerçekleşmesi ile kendi ayakları üzerinde durabilme, ekonomik gücü elinde tutabilme imkanını bireyin eğitimle elde etmesi bu bulgunun ortaya çıkmasını desteklemektedir.

Sonuç olarak yaşanan bu travmatik olayın sonucunda yaşanabilecek olumsuzlukların azaltabilme adına bazı önerilerde bulunulması fayda sağlayacaktır. Yapılacak çalışmaların başında gizliliği korumak yer almaktadır. Cohen ve arkadaşları (2014) boşanmış annelerin en büyük kaygılarının boşanma ile ilgili bilgileri açıklama ve gizleme konusunda yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bu durum gizliliğin boşanmış birey için önemini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda okullarda ve resmi kurumlarda bilgilerin gizli kalması için personele önemli görevler düştüğü bilinmelidir.

Önleyici tedbirler anlamında yapılması gereken en önemli iş tabiki boşanmaya neden olan faktörler azaltmak ya da ortadan kaldırmaktır. Bu anlamda topyekûn boşanmanın temel ve altta yatan gerekçelerine dikkat edilmesinin ve bunun kamu spotu uygulamaları gibi çalışmalarla topluma yayılmasının önemli olduğu bilinmelidir. Buna ek olarak, madde bağımlılığı ve kumar gibi kötü alışkanlıkların, evlilikte temel kriterlerin ihmal edilmesinin, eşlerin sadakatsizliğinin üzerinde durulması gereken problemlerin başında geldiği unutulmamalıdır. Bu hususta, değer eğitimi konusunda tüm fertlere çeşitli eğitimlerin verilmesinin uzun vadede çocuk ve ebeveynler için yarar sağlayacağı söylenebilir.

KAYNAKLAR

- Alptekin, K. (2011). Düzce il merkezindeki boşanmalar üzerine bir çalışma. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 22(2), 37-62.
- Babalis, T., Tsoi, K., Nikolopoulos, V., & Maniatis, P. (2014). The Effect of Divorce on School Performance and Behavior in Preschool Children in Greece: An Empirical Study of Teachers' Views. *Psychology*, 5(1), 20-26.
- Bacanlı, H., Sürücü, M., & İlhan, T. (2013). An investigation of psychometric properties of coping styles scale brief form: a study of validity and reliability. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 13(1), 90-96.
- Brown, T.L. (2014). *Bruised but not broken: how copingstyles, spirituality and social support are contributing factors to how well people do after divorce*. In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master of Social Work. A Project Presented to the Faculty of California State University, San Bernardino.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4 (1), 92-100.
- Cleek, M. G., & Pearson, T. A. (1985). Perceived causes of divorce: An analysis of interrelationships. *Journal of Marriage and the Family*, 179-183.
- Cohen, O., Leichtentritt, R. D., & Volpin, N. (2014). Divorced mothers' self-perception of their divorce-related communication with their children. *Child & Family Social Work*, 19(1), 34-43.
- Çivitci, N., Çivitci, A., & Fiyakalı, N. C. (2009). Anne-babası boşanmış ve boşanmamış olan ergenlerde yalnızlık ve yaşam doyumu. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9 (2), 493-525.
- Fidaner, H., Elbi, H., Fidaner, C., Eser, S.Y., Eser, E., & Göker, E (1999). Yaşam kalitesinin ölçülmesi. WHOQOL-100 ve WHOQOL-BREF. 3P. *Psikiyatri Psikoloji Psikiyatri Dergisi*, 7, 23-40.
- Gottman, J. M. (2014). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Psychology Press. University of Washington. New York and London.
- Jurcuț, C. A. (2014). Child counseling in problems associated with parents' divorce. *Agora Psycho-Pragmatica*, 8(1), 202-219.
- Krumrei, E. J., Mahoney, A., & Pargament, K. I. (2009). Divorce and the divine: The role of spirituality in adjustment to divorce. *Journal of Marriage and Family*, 71(2), 373-383.

- Kurdek, L. A. (1987). Sex role self-schema and psychological adjustment in coupled homosexual and heterosexual men and women. *Sex Roles, 17*, 549 – 562
- Molgora, S., Ranieri, S., & Tamanza, G. (2014). Divorce and co-parenting: a qualitative study on family mediation in Italy. *Journal of Divorce & Remarriage, 55*(4), 300-314.
- Nathanson, I. G. (1995). Divorce and women's spirituality. *Journal of divorce & remarriage, 22*(3-4), 179-188.
- Pınar, Ç.A.Ğ., & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(39), 13-23.
- Rahbari, M. M., Najmabadi, K. M., & Shariati, M. (2015). Challenges of divorced women: A qualitative study. *Nursing Practice Today, 1*(1), 31-39.
- Serin, N.B. & Öztürk, S. (2007). Anne-babası boşanmış 9–13 yaşlarındaki çocuklar ile aynı yaş grubundaki anne-babası boşanmamış çocukların benlik saygısı ve kaygı düzeyleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (Kefad), 8*(2), 117-128.
- Sezer, F. (2012). Examining of teacher burnout level in terms of some variables. *International Online Journal of Educational Sciences, 4*(3), 617-631.
- Teachman, J. D., Polonko, K. A., & Scanzoni, J. (1987). Demography of the family. In *Handbook of marriage and the family* (pp. 3-36). Springer US.
- Thompson, L., & Walker, A. J. (1989). Gender in families: Women and men in marriage, work, and parenthood. *Journal of Marriage and the Family, 845-871*.
- TÜİK (2014). Boşanma Oranları İstatistiki Raporları. 15 Mayıs 2015 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/UstMenu.do?metod=temelist> adresinden erişildi.
- Uşaklı, H. (2013). Eşinden ayrılmış annelerin görüşü açısından çocuklarının sorunları. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 1* (1), 195-208.
- Üncü, S. (2007). *Duyusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yıldırım, A. (2005). Kişilerin empatik eğilimleri ile boşanma arasındaki ilişkinin incelenmesi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 22*, 233-242.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2005). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

