

PDR



AİLE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIĞI DERGİSİ

THE JOURNAL OF FAMILY PSYCHOLOGICAL COUNSELING



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

ISSN: 2651-5490

AİLE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIĞI DERGİSİ
JOURNAL OF FAMILY COUNSELING

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınıdır
Publication of Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Adına Sahibi/Owner
Psikolojik Danışman Mesut YILDIRIM

Baş Editör/Editor-in-chief
Prof. Dr. Serap NAZLI

Editörler/Editors

Prof. Dr. İlhan
YALÇIN
Dr. Öğretim Üyesi
Semra KIYE
Dr. Öğretim Üyesi
Oğuzhan ÇELİK
Dr. Öğretim Üyesi
Betül Gökçen
DOĞAN LAÇIN

Ulusal ve Uluslararası Akademik Danışmanlar Kurulu
National and International Advisory Board

Dr. Samuel T. Gladding
Dr. Collie Wyatt Conoley
Dr. Turan Akbaş
Dr. Melek Kalkan
Dr. Asuman Bolkan
Dr. Tuğba Sarı
Dr. Zeynep Kızıl
Dr. Deniz Gülleroğlu

Teknik Düzenleme

Arş. Gör. Ecem ÇİÇEK

**Yayın İdare Merkezi Adres-Tel./Publication Management Center Address-
Phone**

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Sağlık Mah. Süleyman Sırrı Cad. Sağlık İş Hanı No:21/18
Çankaya/ANKARA Tel: 0312 430 3674
Dergi web sayfası
<http://dergipark.gov.tr/kpdd>



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

EDİTÖRLERDEN

Açık Erişim

FROM EDITORS

Open Access

Değerli okurlarımız,

Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergimizin 10. sayısını yayınlamanın mutluluğunu yaşıyoruz. Özellikle doi numarası almamızla, dergimize gönderilen çalışmaların kaliteli olması bizi çok sevindirdi ve TR dizin heyecanımızı artırdı.

Bu sayımızda üç çalışmaya yer verilmiştir. İlk çalışma doktora tezinin özeti olup, boşanma süreci danışmanlığı alanında yapılan iki eş zamanlı uyum programı okuyucu ile paylaşılmıştır. Okul psikolojik danışmanlarımızın tek ebeveynli aileler ile çalışırken yararlanabileceği iki uyum programı, eş zamanlı olarak çocuklara ve annelerine uygulanmıştır. İkinci çalışma, yakın ilişkiler alanında yapılmış bir derleme ve meta analiz çalışmasıdır. Bu çalışmada “ghosting” yani herhangi bir açıklama yapmadan romantik ilişkiyi bitirme eylemi üzerinde durulmaktadır. Üçüncü çalışmada, yakın ilişkiler alanında olup; ülkemizde son yıllarda ön plana çıkan ‘evlilik öncesi’ destek programlarını incelemektedir.

Öncelikle çalışmalarını dergimize gönderen ‘yazarlarımıza’ teşekkür ediyorum. Dergimizin 10. Sayısını yayına hazırlayan editör ekibime, vakit ayırarak çalışmalarını titizlikle inceleyen hakemlerimize çok çok teşekkür ediyorum. Tamamen gönüllülük esasıyla yürütülen dergi basım süreci, yazar-hakem-dergi ekibinin oldukça vaktini almaktadır. Yoğun iş yükü olan bu değerli insanların çabası ile aile psikolojik danışmanlığı alanımızın zenginleşmesi bizlere motive ediyor. Bu çalışmaların hem akademik hem de saha çalışanlarımıza katkı sağlamasını umuyoruz.

Saygılarımızla...

Baş Editör

Dr. Serap NAZLI

Editörler

Dr. İlhan YALÇIN, Dr. Semra KİYE, Dr. Oğuzhan ÇELİK, Dr. Betül Gökçen DOĞAN LAÇIN

Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi – 2023, 6(1)



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

İÇİNDEKİLER	Açık Erişim
TABLE of CONTENT	Open Access
Makaleler	Sayfa
Editörlerden	ii
Boşanmaya Uyum Programının Velayeti Üstlenmiş Anne ve Çocuklarının Boşanmaya Uyum, Psikolojik Sağlık ve Aile Yaşam Doyumlarına Etkisi The Effect of Divorce Adaptation Program on the Children's and Their Custodian Mothers' Divorce Adaptation, Psychological Resilience and Family Life Satisfaction Derya HALİSDEMİR, Serap NAZLI	1-36
Ghosting: "Bir Ayrılık Stratejisi Olarak Ortadan Kaybolma" Ghosting: "Disappearance as a Relationship Dissolution Strategy" Zülal ERKAN, Ali ŞIK, Ali KARATAŞ	37-56
Türkiye'de Evlilik Öncesi İlişki Geliştirme Programları ile İlgili Tezlerin Doküman Analizi Yöntemi ile İncelenmesi The Investigation of the Theses on Premarital Relationship Enhancement Programs in Turkey with Document Analysis Zeynep KIZIL ASLAN	57-74

Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi – 2023, 6(1)

Boşanmaya Uyum Programının Velayeti Üstlenmiş Anne ve Çocuklarının Boşanmaya Uyum, Psikolojik Sağlamlık ve Aile Yaşam Doyumlarına Etkisi*

The Effect of Divorce Adaptation Program on the Children's and Their Custodian Mothers' Divorce Adaptation, Psychological Resilience and Family Life Satisfaction

Derya Halisdemir  Prof. Dr. Serap NAZLI 

Öz. Araştırmanın amacı, anne babası boşanmış 12-14 yaş aralığında ortaokul öğrencileri ve onların velayeti üstlenmiş anneleri için geliştirilen boşanmaya uyum programlarının etkililiğini incelemektir. Araştırmada ön-test, son-test, izleme kontrol gruplu yarı deneysel desen kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu 16 çocuk ve 16 anne toplam 32 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada velayeti üstlenmiş anneler ile çocuklarına, çocuklar için ve yetişkinler için boşanmaya uyum programları eş zamanlı olarak uygulanmıştır. Araştırmada, Çocuk Boşanmaya Uyum Ölçeği-Okul Formu, Yetişkin Boşanmaya Uyum Ölçeği, Çocuklar İçin Boşanmaya Uyum Ölçeği (ÇBUÖ), Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12), Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) kullanılmıştır. Çocuk Programı Değerlendirme Formu ve Yetişkin Programı Değerlendirme Formu ile programa ilişkin görüşler toplanmıştır. Uyum programlarının etkisini belirlemek amacıyla Mann Whitney U Testi ve Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi kullanılmıştır. Program değerlendirme formlarından elde edilen verilerin özetlenmesi ve yorumlanmasında betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda çocuk ve yetişkin boşanma uyum programlarının çocukların ve annelerinin boşanmaya uyum, psikolojik sağlamlık ve aile yaşam doyumlarının artırılmasında etkili olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler. Boşanmaya uyum, psikolojik sağlamlık, aile yaşam doyumu, tek ebeveynli aile, önleyici rehberlik.

Abstract.

The aim of the study is to examine the effectiveness of divorce adjustment programs developed for mid-school students aged 12-14 whose parents are divorced and whose mothers has custody. In the research, a quasi-experimental design with pre-test, post-test, follow-up control group was used. The study group of the research consists of 32 participants, 16 of whom are children and 16 of whom are mothers. In addition, two simultaneous divorce adjustment programs were applied to the mothers who undertook custody and their children. In the study, Child Divorce Adjustment Scale-School Form (CDAS-SF), Adult Divorce Adjustment Scale (ADAS), The Children's Divorce Adjustment Inventory (CDAI), Adult Psychological Resilience Scale (APRS), Child and Youth Psychological Resilience Scale (CYPRS), Life Family Satisfaction Scale (LFSS) were used. The Children's Program Evaluation Form and the Adult Program Evaluation Form were collected in the program categories. Mann Whitney U Test and Wilcoxon Signed Ranks Test were used to determine the effect of adaptation programs. Descriptive analysis technique was used to summarize and interpret the data obtained from the program evaluation forms. As a result of the research, it has been determined that child divorce adjustment and adult divorce adjustment programs are effective in increasing the adaptation to divorce, psychological resilience, and family life satisfaction of children and their mothers.

Keywords. Divorce adaptation, psychological resilience, family life satisfaction, single parent family, preventive counseling.

Keywords. Divorce adaptation, psychological resilience, family life satisfaction, single parent family, preventive counseling.

Derya HALİSDEMİR

Milli Eğitim Bakanlığı, Türkiye
e-mail: deryapdr@hotmail.com

Geliş/Received: 29.03.2023

Düzeltilme/Revision: 03. 05.2023

Kabul/Accepted: 09.05.2023

<https://doi.org/10.58434/apdad.1273362a>

Serap NAZLI

Prof. Dr., Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi,
PDR Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye
e-mail: serapnazli68@gmail.com



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

*Bu çalışma, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü RPD doktora programında birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında yürüttüğü doktora tezinin özetidir.

GİRİŞ

Boşanma tüm aile üyelerini etkileyen ve önemli rol değişiklikleri gerektiren kriz niteliğinde bir yaşantı olarak tanımlanmaktadır (Yörükoğlu, 2000). Boşanma bir süreç olarak çoğu zaman aile içi çatışmalarla başlamakta, boşanma süreci ile devam etmekte ve boşanma ile son bulmaktadır. Kişisel bir deneyim olan boşanmanın aile üyelerini nasıl etkileyeceğini net olarak belirlemek güçtür. Araştırmalarda boşanmanın aile üyelerini farklı derecelerde olumsuz etkilediği saptanmıştır (Büyüksahin, 2009; Kelly, 2000; Nock, 2000; Öngider, 2011; Server, 2008; Türkarlan, 2007; Walczak ve Burns, 2004). Özellikle çocuklar boşanma sonrası süreçten olumsuz etkilenmektedir. Boşanmış aile çocuklarının sosyal becerilerinin zayıf, akademik başarı, psikolojik uyum ve benlik saygısı düzeylerinin düşük, davranış bozukluğu gösterme olasılıklarının yüksek olduğu belirlenmiştir (Amato, 2000; Wolf, 2004).

Çocuklarda boşanma sonrası görülen öfke, saldırganlık, kurallara uymama, karşı gelme davranışları boşanma sonrası görülen dışsallaştırma sorunları olarak tanımlanmıştır (Kelly ve Emery, 2003). Bu davranış problemlerinin boşanmış çocuklarda iki kat artış gösterdiği belirtilmektedir (Kelly, 2007). Tanrıverdi ve Özgüç (2019) boşanmış aileden gelen çocukların saldırgan davranış gösterme ve şiddet eğiliminin tam aileden gelen çocuklara göre yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Boşanma sonrası çocuklarda görülen içselleştirme sorunları ise depresyon, kaygı ve düşük özsaygıdır. Çocuklar boşanma sonrasında yaşadıkları duyguları üzüntü, korku, endişe olarak ifade etmişler, boşanmanın ardından yalnızlık hissettiklerini, şaşkınlığın yanı sıra boşluk hissi ve eksiklik duygusu yaşadıklarını belirtmiş, kendilerini kırgın ve hırçın olarak tanımlamışlardır (Kelly ve Emery, 2003).

Boşanmanın etkileri kişinin yetişkin yaşamını, evliliğini ve çocuğu ile ilişkisini etkileyecek düzeyde uzun vadeli olabilmektedir. Wallerstein ve Lewis (2004) 25 yıllık boylamsal bir araştırma sonucunda boşanmış aileden gelen bireylerin benzer özelliklere sahip tam aileden gelenlere göre daha fazla duygusal ve davranışsal sorunlar yaşadığını, aşk, cinsellik ve evliliğe bağlılıkta zorluklar yaşadığını göstermiştir. Çocukluk çağında boşanma deneyimi yaşamış yetişkinlerin, çocuklarla ilişkisinde olumlu duygular yaşamakta zorlandıkları belirlenmiştir (Riggio, 2001). Sonuç olarak yapılan araştırmalar çocukların boşanmadan olumsuz etkilenme olasılığının yüksek olduğunu ortaya koymaktadır; ancak boşanma sonrası yaşanan sorunlar kural niteliğinde değildir.

Boşanma ile birlikte değişen aile yapısı içerisinde yeni rollerin, ilişkilerin ve sınırların yeniden tanımlanarak çocuğun boşanmaya uyum göstermesi olası problemlerin önlenmesini sağlayacaktır. Boşanma sürecinde yaşanan değişimlerin çocuklar için baş etmesi güç yaşantılar olduğu düşüncesinden yola çıkarak bu aşamada uyumu değiştirmeye yönelik müdahalelerin psikolojik, duygusal, sosyal sorunları önlemeye yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Çocukların boşanmaya uyumu boşanma sürecinin nasıl gerçekleştiğine, anne babanın boşanma öncesi ve sonrası çatışma derecesine, çocuğun ayrılık öncesi uyumuna göre değişmektedir (Amato ve Booth, 2001; Amato ve Cheadle, 2005; Öz, 2005). Çocuğun kişisel özellikleri, benlik saygısı düzeyi, sosyal beceri düzeyi ve boşanmaya ilişkin algısı da uyumu etkileyen diğer değişkenlerdendir (Eroğlu ve Topkaya, 2019; Hetherington ve Hagan, 1999; Stewart, Vandell, McCartney ve Booth, 2000). Çocuğun boşanmaya uyumu konusunda en önemli faktörün ise çocuğun ebeveynleri ile kurduğu ilişkinin niteliği olduğu belirtilmektedir (Amato, 2000; Fladmo ve Hertlein, 2017; Hetherington ve Hagan, 1999; Stewart ve diğerleri, 2000). Yetişkinin boşanmaya uyumu çocuğun boşanmaya uyumunu kolaylaştıran bir etmen olarak değerlendirilmektedir (Wolf, 2004). Bu durumda boşanma sonrası müdahalelerin velayeti alan ebeveyn için önemli olduğunu söylemek mümkündür. Boşanma sonrası çocukların velayetini daha çok annelerin üstlendiği görülmektedir (Benedek ve Brown, 2012; Öngider, 2006). Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verileri 2019 yılında gerçekleşen 155 bin 47 boşanma sonucunda 139 bin 660 çocuğun velayetinin verildiğini göstermektedir. 2019 yılında çocukların %76'sının velayeti anneye verilirken, çocukların %24'ünün velayeti babaya verilmiştir. Sayısal veriler tek ebeveynli aile formuna geçiş yapan bireylere uyum sağlayıcı çalışmalar yapılması gerektiğini göstermektedir. Bu nedenle kadınların boşanmaya uyumunu sağlamaya yönelik müdahalelerin önemli olduğu düşünülmektedir. Araştırmalarda kadınların boşanmaya uyum konusunda erkeklere göre daha fazla zorluk yaşadığı belirlenmiştir (Bayraktar, 2010; Can ve Aksu, 2016; Kalmijn ve Monden, 2006; Kaya, 2009; Soylu, 2018). Boşanmış kadınlara yönelik çalışmalar kadınların duygusal, sosyal ve ekonomik alanda daha güç yaşantılara maruz kaldığını göstermektedir (Akgül Sarpkaya, 2013; Couto, Koller ve Novo, 2011; Demircioğlu, 2000; Oğurtan, 2011; Özar ve Yakut Çakar, 2012; Sancaklı, 2014). Boşanma sonrası kadınlar kendilerini yalnız, çaresiz, boşlukta ve güvensiz hissettiklerini, ağır sorumlulukların altında ezildiklerini belirtmişlerdir. Boşanma sonrası karşı cinse karşı olumsuz duygular geliştirdiklerini, çocuklarına karşı ise

suçluluk duygusu hissettiklerini belirtmişlerdir (Uyar, 1999). Diğer yandan boşanmış kadınlar evli kadınlara oranla daha fazla psikolojik sorun ve depresif belirti yaşamaktadır (Uğur, 2014). Benzer şekilde evli kadınlara göre daha fazla anksiyete belirtisi gösterdikleri, kendilerini erkeklere göre daha fazla yalnız hissettikleri belirtilmiştir. Tüm bu psikolojik zorluklarla birlikte annenin boşanmaya uyumunun gecikmesi anne çocuk ilişkisinin niteliğinde değişmelere neden olmaktadır. Bazı durumlarda annenin yaşadığı güçlükler çocukların ebeveynleşmesine neden olabilmektedir. Rollerin değiştiği bu durumda çocuğun ebeveyn rolü üstlenerek anneye ilgi ve bakım vermek durumunda kaldığı belirtilmektedir. Çocuğun gerekenden fazla sorumluluk alması kadar çocuğu tüm sorumluluklardan uzak tutmak, aşırı ilgi göstermek de yaygın bir davranış biçimi olarak belirtilmiştir (Benedek ve Brown, 2012). Her iki durumda da çocuk, gelişimini sekteye uğratan bir tutuma maruz kalmaktadır. Annenin psikolojik uyumunun çocuğun psikolojik uyumu üzerinde büyük ölçüde etkisi olduğu düşünülürse, annelere yönelik boşanmaya uyum programlarının, annenin boşanmaya uyumunu artırmanın yanı sıra çocukla ilişkisini, ebeveyn rollerini, çocuğun boşanmaya uyumunu olumlu etkileyeceği düşünülmektedir.

Boşanma sonrası aileyi kapsayan müdahalelerin hem çocuklar hem de anneleri için uyum sağlamayı kolaylaştıran bir değişken olacağı düşünülmektedir. Boşanma sonrası ilk yılların uyum açısından kritik zamanlar olduğu düşünülmektedir (Amato, 2000; Emery, 2013). Bu nedenle bu araştırma boşanmanın üzerinden 1-4 yıl geçmiş aile üyeleriyle yapılmıştır.

Boşanma sonrası uyumu artırabilecek faktörlerden birisi psikolojik sağlamlık olabilir. Psikolojik sağlamlık açısından boşanma bir risk faktörü olarak ele alınmaktadır (Greeff ve Merwe, 2004; O'Connor, 2003). Risk faktörleri kişinin yaşamında karşılaştığı stres yaratan durumları ifade eder. Boşanmış aile çocuklarının sağlamlık düzeyinin tam aileden gelen akranlarına göre daha düşük düzeyde olduğu, boşanmanın sağlamlık açısından bir risk faktörü olduğu belirtilmektedir (Emery, 2013; Özcan 2005; Sipahioğlu, 2008). Psikolojik sağlamlık yaşam zorlukları ile etkin baş edebilme ve uyum sağlama yeteneği olarak ifade edilen geliştirilebilen önemli bir koruyucu özellik tir (Cicchetti, 2010). Boşanma bir risk faktörüdür ve sonrasında koruyucu faktörlerin devreye girmesi, boşanmanın olumsuz etkilerini kontrol altına alarak boşanmaya uyumu kolaylaştırmakla birlikte, bireylerin ruh sağlığının korunmasına yardımcı olacaktır. Bu çalışmada psikolojik sağlamlık, boşanma gibi kriz içiren riskli yaşam şartlarına rağmen; gelişim görevlerini yerine getirme, iyilik hali, yaşam doyumu gibi olumlu

sonuçlar yaratabilme potansiyeline sahip olduğu için tek ebeveynli aile üyelerinde boşanmaya uyumu artıracakı düşünölen önemli bir özellik olarak ele alınmıştır.

Tek ebeveynli ailelerde boşanmaya uyum için önemli olabilecek değişkenlerden biri de aile yaşam doyumdur. Aile yaşam doyumu aile üyelerin birlikteliklerinden duydukları memnuniyeti, var olan ilişkilerin niteliğini ve kurulan duygusal bağı ifade etmektedir (Carver ve Jones, 1992). Ailenin boşanmayla birlikte değişen yapısı ailenin işlevinde ve ilişkilerin niteliğinde kayıplara neden olabilir. Anne babası boşanmış çocuklar tam aileden gelen çocuklarla kıyaslandığında, daha az baba desteği ve daha az aile bütünlüğü algıladıklarını belirtmişlerdir (Guttman ve Rosenberg, 2003). Yapılan çalışmalar aileden algılanan düşük yaşam doyumunun olumsuz davranışlarla ilişkili olduğunu göstermektedir (Bulut, 2010; Hiloğlu ve Cenkseven-Önder, 2010). Bu araştırmada ailenin işlevini boşanma sonrasında da devam ettirebilmesini sağlamak amacıyla aile yaşam doyumu tek ebeveynli ailelerde geliştirilmesi gereken bir değişken olarak ele alınmıştır.

Boşanmanın travma potansiyeli taşıyan bir yaşantı olduğu görölmektedir. Ancak evliliğin çatışmalı devam etmesinin aile üyeleri açısından benzer olumsuz sonuçlar doğurduğu bilinmektedir. Steinberg'e (2007) göre sevgi ve güvene dayalı ilişkilerin olduğu tek ebeveynli bir aile, çatışmalı devam eden bir evliliğin olduğu aile ortamından daha sağlıklı ve işlevseldir. Mutsuz bir evliliğin yıkıcı etkileri düşünöldüğünde, boşanma aile üyeleri için duygusal rahatlık sağlayabilir ve ailenin işlevselliğini artırabilir (Kalmijn ve Monden, 2006). Burada önemli olanın aile üyelerine geçiş sürecinde ihtiyaç duyabilecekleri yardımı sunmak olduğu açıktır.

Literatürde boşanma sonrası uyumu sağlamak üzere uygulanmış çok sayıda program (Alpert-Gillis ve Pedro-Carroll, 1989; Blaisüre ve Geasler, 1996; Buchler ve Trotter, 1990; Geasler ve Blaisüre, 1999; Geelhoed, Blaisüre ve Geasler, 2001; Pedro Carrol ve Cowen, 1985; Stolberg ve Garrison, 1985; Omizo ve Omizo 1987; Velderman, Pannebakker Van Vliet ve Reijneveld, 2016) bulunmaktadır. Bu çalışmalar uyum programına katılan çocuk ve yetişkinlerin katılmayanlara göre daha yüksek düzeyde boşanmaya uyum sağladıklarını göstermektedir. Türkiye'de çocukların boşanma sonrası uyumunu güçlendirmek amacıyla yürütölen deneysel araştırmalar sınırlıdır (Arifoğlu Çamkuşu, 2006; Dursun, 2015; Erol, 2005; Meriç, 2007; Şimşek, 2006). Aile üyelerini bir arada ele alan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırma, boşanmanın olası olumsuz etkilerini hem velayeti alan anne hem çocuk açısından azaltmayı

hedefleyen eş zamanlı uygulanan iki programı sınaması açısından önemlidir. Bu araştırmanın önleyici rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerine veri sağlayacağı ve yön vereceği, okul tabanlı müdahale programları için etkili bir kaynak olacağı ve boşanma literatürüne önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu araştırmanın genel amacı, velayeti üstlenmiş anne ve çocukları için hazırlanan boşanmaya uyum programlarının; çocukların ve annelerinin boşanmaya uyum, psikolojik sağlamlık ve aile yaşam doyumu üzerinde etkililiğini sınamaktır. Araştırmanın amaçları kapsamında test edilen denence ve alt denenceler şunlardır:

1. Çocuklar İçin Boşanmaya Uyum Programı'na katılan deney grubu katılımcılarının kontrol grubu ile karşılaştırıldığında;

- a. Çocuk Boşanmaya Uyum Ölçeği- Okul Formu ön test puan ortalamaları ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı bir fark vardır; son test puan ortalamaları ile izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.
- b. Çocuklar İçin Boşanmaya Uyum Ölçeği ön test puan ortalamaları ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı bir fark vardır; son test puan ortalamaları ile izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.
- c. Çocuk Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ön test puan ortalamaları ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı bir fark vardır; son test puan ortalamaları ile izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.
- d. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği ön test puan ortalamaları ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı bir fark vardır; son test puan ortalamaları ile izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.

2. Yetişkinler İçin Boşanmaya Uyum Programı'na katılan anne deney grubu katılımcılarının kontrol grubu ile kıyaslandığında;

- a. Yetişkin Boşanmaya Uyum Ölçeği ön test puan ortalamaları ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı bir fark vardır; son test puan ortalamaları ve izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.

- b. Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği ön test puan ortalamaları ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı bir fark vardır; son test puan ortalamaları ve izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.
- c. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği ön test puan ortalamaları ve son test puan ortalamaları arasında son test lehine anlamlı bir fark vardır; son test puan ortalamaları ve izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.

Programa katılan çocuk ve annelere program sonunda uygulanan program değerlendirme formları aracılığı ile aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1. Program sonunda boşanmış aile çocuklarının, kendilerinin ve annelerinin elde ettikleri kazanımlara ilişkin kişisel değerlendirmeleri nelerdir?
2. Program sonunda boşanmış annelerin, kendilerinin ve çocuklarının elde ettikleri kazanımlara ilişkin kişisel değerlendirmeleri nelerdir?

YÖNTEM

Araştırmanın Deseni

Bu araştırmada öntest, sontest ve izleme testinden oluşan, deney-kontrol gruplu 2x3'lük karışık (split plot) yarı deneysel desen kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2001). Araştırmanın bağımlı değişkenleri, katılımcıların Çocuk Boşanmaya Uyum Ölçeği-Okul Formu, Çocuk Boşanmaya Uyum Ölçeği, Yetişkin Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Aile Yaşam Doyumu Ölçeği'nden elde ettikleri puanlar; bağımsız değişkenleri ise boşanmış ailelerden gelen ortaokul öğrencileri ve velayeti üstlenmiş anneleri için hazırlanmış psiko eğitim programlarıdır. Ölçme araçları deneysel işlemin başladığı hafta deney ve kontrol gruplarına öntest olarak uygulanmıştır. Deney gruplarına boşanmaya uyum programları uygulanırken kontrol gruplarına herhangi bir işlem yapılmamıştır. Ölçme araçları deneysel işlemin bittiği hafta deney ve kontrol grubu katılımcılarına sontest olarak uygulanmıştır. İzleme testi deney grubuna

deneysel işlemden altı hafta sonra uygulanmıştır. Araştırmada çocuk ve yetişkin program değerlendirme formları aracılığıyla uygulanan programa ilişkin görüşler toplanmıştır. Toplanan nitel veriler nicel bulguları doğrulamak, yorumlamak amacıyla kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu Ankara ili Etimesgut ilçesinde bir ortaokulda 2018-2019 eğitim öğretim yılında öğrenim gören 12-14 yaş aralığında boşanmış aile çocukları ve bu çocukların annelerinden oluşmaktadır. Deneysel sürecin etkin yürütülmesinde kolaylık sağlayacağı düşünülerek okul araştırmacının görev yaptığı ilçeden seçilmiştir. Okul ilçenin en çok öğrenci mevcuduna sahip okulu olmakla birlikte boşanmış aileden gelen öğrencilerin sayıca fazlalığı okulun belirlenmesinde etkili olmuştur. Çalışma grubu oluşturulurken anne grubu için araştırmaya dahil edilme ölçütleri aşağıdaki gibidir.

- Yasal olarak boşanmış olmak,
- Boşanmanın üzerinden bir yıldan az ve dört yıldan fazla zaman geçmemiş olması,
- Tekrar evlenmemiş olmak,
- Çocuğunun yasal olarak velayetini üstlenmiş olmak,
- Psikiyatrik tanı almamış olmak,
- Daha önce herhangi bir psikolojik yardım hizmetinden yararlanmamış olmak

Program hakkında verilen bilgilerden sonra araştırmaya katılmaya gönüllü olan ve kabul edilme kriterlerini karşılayan kadınlardan 8'i deney 8'i kontrol grubuna seçkisiz olarak atanmıştır. Anne grubu 35- 49 yaş aralığındadır. Katılımcıların yaş ortalaması 39.37'dir. Katılımcıların evlilik süresi 8-17 yıl aralığındadır. Boşanmanın üzerinden geçen süre; iki kişi için dört yıl, iki kişi için üç yıl, üç kişi için iki yıl, bir kişi için bir yıl şeklindedir. Deneklerden ikisi herhangi bir okul kademesinden mezun olmamış ancak okuma yazma bilmekte, üçü ilkökul mezunu, ikisi lise mezunu, biri dışarıdan liseye devam etmektedir. Deneklerin herhangi bir mesleği olmamakla birlikte, dördü asgari ücretle çalışmaktadır. Kontrol grubu 38-42 yaş aralığında ev hanımı 8 boşanmış kadından oluşmaktadır. Evlilik süreleri 6-12 yıl aralığında olmakla boşanmanın üzerinden geçen zaman bir ile dört yıl arasında değişmektedir.

Çocuk grubu araştırmaya katılan annelerin çocukları ile oluşturulmuştur. Çalışma grubunu oluşturan öğrenciler 7. sınıfta öğrenim görmekte olup deney grubu beş

kız, üç erkekten; kontrol grubu ise altısı kız, ikisi erkekten oluşmaktadır. Çocuk grubu 12-14 yaş aralığında olup katılımcıların yaş ortalaması 13.75'dir. Araştırmanın çocuk grubu boşanmış aileden gelen ve anneleriyle yaşayan, maddi ve sosyal açıdan kısıtlı olanaklara sahip, ortaokulda öğrenim gören, akademik olarak düşük ve orta düzeyde olan çocuklardır.

Boşanmaya Uyum Programları'nın Tasarlanması

Araştırmada çocuklar ve anneleri için iki uyum programı tasarlanmıştır. Her iki uyum programı, psikoeğitim formatında ve 10 oturum olarak yapılmıştır. Programlar Nazlı (2016)'nın önerdiği doğrultuda iki adımda hazırlanmıştır.

Programın alt yapısının hazırlanması. Bu adımda yapılan çalışmalar aşağıda özetlenmiştir.

- Program alanyazındaki boşanmaya uyum ile ilgili var olan programlar gözden geçirilerek yapılandırılmıştır. Var olan programların 10-12 oturum aralığında olduğu, boşanmaya ilişkin duygu ve durumların yanı sıra sosyal gelişimi, duyguları uygun yollarla ifade etmeyi ve problem çözme ve iletişim becerilerini geliştirmeyi hedeflediği belirlenmiştir.
- Programın alt yapısı hazırlanırken katılımcıların yaşı, gelişim düzeyi, bilişsel seviyeleri, ihtiyaç ve beklentileri dikkate alınmıştır. Yaş, bilişsel gelişimi belirleyen bir etmen olmakla birlikte boşanmaya verilen tepki açısından da değerlendirilmiştir. Bu kapsamda boşanmaya ilişkin duygular ve akademik başarı ergenlik döneminde ele alınması gereken önemli konular olarak belirlenmiştir. Hedef gruplarının ihtiyaçlarını belirlemek üzere boşanmış aileden gelen çocuklar (10 çocuk) ve boşanmış kadınlarla (20 kadın) görüşmeler yapılmış, bu süreçte yaşanan zorluklar ve desteğe ihtiyaç duydukları alanlar belirlenmiştir. Boşanmış öğrencilere ilişkin gözlem ve deneyimlerini almak üzere öğretmenlerle (15 branş öğretmeni) görüşmeler yapılmıştır. Çocuklar için problem çözme ve sosyal beceriler, benlik algısı ve ders başarısı ele alınması gereken önemli konular olarak belirlenmiştir. Anne grubunda boşanmayı kabul, anne çocuk ilişkisi, kariyerle ve iş bulma ile ilgili konuların ihtiyaç duyulan alanlar olduğu belirlenmiştir.
- Programın tasarım aşamasında uygulama yapılacak grubun içinde yaşadığı bölgenin sosyokültürel özellikleri ve ihtiyaçları da dikkate alınmıştır. Düşük eğitim seviyesi ve düşük gelir, işsizlik, sosyal imkanların

yetersizliği risk faktörü olarak değerlendirilmiş ve iletişim becerisi, sosyal beceri, geleceği planlama gibi koruyucu işlev görebilecek bilgi ve beceri alanları programa dahil edilmiştir.

- Programın altyapısı hazırlanırken uygulamanın yapılacağı okulun fiziki imkanları ve programın uygulanacağı mekân dikkate alınmıştır. Okul kütüphanesi psikoeğitim oturumları ve atölye çalışmaları için uygun hale getirilmiştir.

Program tasarım süreci. Program kazanım, içerik, süreç ve değerlendirmeden oluşan dört ana ögeye göre tasarlanmıştır. Aşağıda bu dört öge hakkında özet bilgi sunulmuştur.

Kazanımlar. Kazanımlar hedef grubun özellikleri ve ihtiyaçları doğrultusunda “algılama” ve “kavrama” düzeyinde yazılmıştır.

İçerik. Çocuklar İçin Boşanmaya Uyum Programı'nın içeriğinde; boşanma kavramı, ailem ve ben, duyguları tanıma, olumsuz duygularla baş etme, problem çözme becerileri, iletişim becerileri, kendini tanıma, akademik başarı ve geleceği planlama yer almaktadır. Yetişkinler için Boşanmaya Uyum Programı'nın içeriğinde ise boşanma kavramı, duyguları fark etme, ebeveynlik-eski eşle ilişkiler, ergeni tanımak, anne çocuk ilişkisinde pozitif disiplin, güçlü aile, stres kaynakları, kariyer planlama, geleceği planlama yer almaktadır.

Süreç. Danışma sürecinde çocuk grubuna ortalama 80 (40 + 40) dakika süren 10 oturumluk program, 10 hafta içerisinde uygulanmıştır. Süreç iki ders saati sürecinde yürütülmüş; ilk 40 dakikada liderin aktif olduğu, ikinci 40 dakika atölye çalışması şeklinde yürütülmüştür. Atölye çalışmasına geçmeden önce 10 dakika ara verilmiştir. Atölye çalışmalarında öğrenilen becerileri uygulamaya dönük yaşantısal aktivitelere yer verilmiştir. Hikaye yazma, resim çizme, kolaj yapma, rol oynama kullanılan tekniklerdendir.

Anne grubu ile yürütülen süreçte ise haftada bir gün ortalama 90 dakika süren 10 oturumluk program uygulanmıştır. Oturumlar karşılıklı destek ve etkileşime dayalı, kişisel deneyimlerin paylaşılmasını ve derinlemesine ele alınmasını sağlayacak şekilde etkileşim odaklı yürütülmüştür.

Değerlendirme. Programın etkililiğini değerlendirmek amacıyla elde edilen veriler altı ölçek ve dört form aracılığı ile toplanılmıştır.

Anne ve çocuk programları ayrı iki programdır. Ancak eş zamanlı olarak uygulandığı için birbirini destekler nitelikte tasarlanmıştır. Oturum sonlarında verilen ev ödevleri ve alıştırmalar aile atmosferine katkı sağlayacak

ve çocuk ebeveyn etkileşimini güçlendirecek nitelikte olmasına özen gösterilmiştir. Her iki programı hazırlandıktan sonra Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) alan uzmanlarının ve uygulama yapılacak okulun rehberlik hizmetleri yürütme kurulunun görüşlerine sunulmuş; program pilot uygulama ile test edilmiştir. Pilot program 7.sınıfta öğrenim gören sekiz çocuk ile 4 oturum olarak gerçekleştirilmiştir. Pilot uygulama sonrası program süre, gruba uygunluk ve içerik açısından değerlendirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Çocukların Boşanmaya Uyum Ölçeği-Okul Formu. Çocukların Boşanmaya Uyum Ölçeği (Çocuk BUÖ), 7-15 yaş arası öğrencilerin boşanmaya uyum düzeyini belirlemek amacıyla Nazlı, Halisdemir, Gülleroğlu ve Kiye (2021a) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek çocukların okuldaki davranışlarını gözlemleyen öğretmenlerinden ve psikolojik danışmanlarından veri alınacak şekilde tasarlanmıştır. Okul disiplin sorunları ve psiko-sosyal sorunlar olmak üzere iki boyuttan ve 21 maddeden oluşmaktadır. Ölçek beşli likert tipi derecelendirmeye sahiptir. Çocuk BUÖ'ne ilişkin DFA sonuçları ($X^2 /sd=3.13$). Uyum indeksi değerleri RMSEA=.081, NFI=.92, CFI=.94, CFI=.94, NNFI=.94 tür. Çocuk BUÖ'nin ölçüt geçerliği için Okul Sosyal Davranış Ölçeği (Okul SDÖ) uygulanmıştır. Çocuk BUÖ'nin Okul SDÖ A formu ile arasındaki ilişki 0.79, B formu ile arasındaki ilişki 0.90 bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirliği okul disiplin sorunları boyutu için 0.96; psiko-sosyal sorunlar boyutu için 0.85 ve tüm ölçek maddeleri için 0.95 olarak hesaplanmıştır.

Çocuklar İçin Boşanmaya Uyum Ölçeği (ÇBUÖ). ÇBUÖ Portes, Lehman ve Brown (1977) tarafından "The Children's Divorce Adjustment Inventory" (CDAI) adıyla geliştirilmiştir. Ölçek çocuğun boşanmaya ilişkin duygu ve düşüncelerini belirleyerek çocukların boşanmaya uyum düzeylerini tespit etme amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin uyarlama çalışması Arifoğlu Çamkuşu (2006) tarafından yapılmıştır. ÇBUÖ'nün test-tekrar-test güvenilirliği 0.66 bulunmuştur. Yapılan güvenirlik analizleri kapsamında ölçeğin tamamı için Cronbach Alfa katsayısı 0.70'dir.

Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12). Ölçeğin orijinal formu Liebenberg, Ungar ve Van de Vijver (2012) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin uyarlama çalışması Arslan (2015a) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin madde faktör yüklerinin 0.54 ile 0.81 arasında değişmekte olduğu ve tek faktörlü bir

yapıya sahip olduğu bulgulanmıştır. Tek faktör toplam varyansın %51.28'ini açıklamaktadır. ÇGPSÖ'ne ilişkin DFA sonuçlarına göre ($X^2 /sd=2.03$) uyum indeksi değerleri RMSEA=.060, RMR=.039, NFI=.90, CFI=.97, GFI=.94, AGFI=.90, GFI=.94 olarak bulunmuştur. Geçerlik çalışmaları kapsamında ölçüt geçerliliğine ilişkin verilerde ÇGPSÖ ile öz yeterlik arasında 0.45, olumlu duygular arasında 0.57, olumsuz duygular ile -0.39 düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.91 olarak bulunmuştur.

Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ). Aile Yaşam Doyumu Ölçeği bireylerin aileleri ile birlikte olduklarında yaşadıkları doyumunu belirlemek amacıyla Çalışkan, Toker, Özbay (2017) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 23 maddeden oluşmakta ve 7'li likert tipindedir. Açıklayıcı faktör analizi sonucu madde faktör yükleri 0.53 ile 0.79 arasında değişen 23 maddelik bir yapı ortaya çıkmıştır. Ölçüt geçerliliği çalışmasında ölçeğinin alt boyut güvenilirlik katsayıları anksiyete boyutu için 0.84, depresyon için 0.88, olumsuz benlik için 0.74, hostilite boyutu için 0.73 ve somatizasyon boyutu için 0.70 bulunmuştur. Ölçeğin maddelerinin ayırt ediciliğine ilişkin madde toplam korelasyonları 0.47 ile 0.73 arasında değişmektedir. Ölçeğin tümüne ait Cronbach Alfa güvenilirliği ise 0.95'tir.

Yetişkin Boşanmaya Uyum Ölçeği (YBUÖ). YBUÖ, yasal boşanma sürecini başlatan (boşanma davası açmış) ve yasal olarak boşanmış yetişkin bireylerin (18 yaş üstü) boşanmaya uyum düzeylerini belirlemek amacıyla Nazlı, Halisdemir, Gülleroğlu ve Kiye (2021b) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 17 maddeden oluşan 5 likert derecelendirmeye sahiptir. Ölçüt geçerliliği için YBUÖ'den alınan puanlar ile YPSÖ ve Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)'den alınan toplam puanlar arasındaki ilişkiler hesaplanmıştır. YBUÖ toplam puanı ile YPSÖ arasındaki ilişki 0.73; YBUÖ toplam puanı ile YDÖ arasındaki ilişki ise 0.73 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin tümü için Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.90, alt boyutlar için 0.84 ile 0.87 arasında değiştiği sonucuna ulaşılmıştır.

Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (YPSÖ). Ölçeğin uyarlama çalışması Arslan (2015b) tarafından yapılmıştır. Ungar ve Liebenberg (2011) tarafından geliştirilen orijinal form ile Türkçe form arasında hesaplanan korelasyon değeri 0.82'dir. Doğrulamalı faktör analizi sonucunda elde edilen sonuçlara GFI= .90, NFI= .96, CFI= .98, IFI= .98, RFI= .96 göre model iyi uyum göstermektedir. Ölçeğin ölçüt geçerliliği çalışmasında psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumunu 0.50, olumlu duygular ile 0.40, olumsuz duygular ile -0.33 ve benlik saygısı ile 0.42 düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach Alfa değerleri

toplam ölçek için 0.94 iken alt ölçekler için iç tutarlık katsayısı 0.82 ile 0.86 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri 0.94 olarak belirlenmiştir. Tekrar test çalışmasında ölçüm sonuçları arasındaki ilişki 0.85 olarak bulunmuştur.

Çocuk Kişisel Bilgi Formu. Çocuklara ilişkin kişisel verileri elde etmek amacıyla kullanılmış olup cinsiyet, sınıf, sosyoekonomik düzey, ebeveyn eğitim durumu ve mesleği demografik değişkenlerine ilişkin sorular yer almaktadır.

Ebeveyn Kişisel Bilgi Formu. Anne grubunda yer alan deneklere ilişkin bilgi edinmek amacıyla kullanılmıştır. Formda eğitim durumu, meslek, gelir düzeyi, evlilik süresi, boşanmanın üzerinden geçen yıl, çocuğun eski eşle görüşme sıklığı gibi ebeveynin kişisel bilgilerine yönelik sorular yer almaktadır.

Çocuk Program Değerlendirme Formu. Katılımcıların programın içeriğine, kazanımlarına, sürece ve lidere ilişkin görüşlerini almak amacıyla kullanılmıştır. Form 5'li likert tipli 25 soru ve 5 açık uçlu sorudan oluşmaktadır. Açık uçlu ifadeler programın içeriğine, kazanımlara, mekan materyal ve lidere ilişkindir.

Yetişkin Program Değerlendirme Formu. Katılımcıların programa, sürece, içeriğe, elde ettikleri kazanımlara ve lidere yönelik değerlendirmelerini belirlemek amacıyla kullanılmıştır. Form 5'li likert tipli 25 soru ve 5 açık uçlu sorudan oluşmaktadır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi aşamasında ilk olarak uygulanan ölçeklerin öntest sonuçlarının deney ve kontrol gruplarında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Analiz sürecinde parametrik testlerin varsayımları sağlanmadığı için, nonparametrik testlerden Mann Whitney U testi ve Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. Boşanmaya uyum programlarının etkisini belirlemek amacıyla gruplar ve ölçümler arası karşılaştırmaları yapmak ve gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Deney ve kontrol gruplarının kendi içindeki öntest ve sontest ortalamalarını karşılaştırmak için tekrarlı ölçümlerde kullanılan Wilcoxon İşaretli Sıralar testi kullanılmıştır. Gruplar arasındaki farklılıkların ne kadar anlamlı olduğunu belirlemek için etki büyüklüğü değeri hesaplanmıştır. Etki büyüklüğünün (r değerinin) 0.10-0.29 hesaplanması durumunda etkinin küçük, 0.30-0.49 arasında

hesaplanması durumunda orta, 0.50 ve üzerinde hesaplanması durumunda ise büyük etki büyüklüğü olduğu ifade edilmiştir (Pallant, 2016). Program değerlendirme formları aracılığı ile her iki gruptan elde edilen görüşler betimsel analiz tekniği ile değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Araştırmadan elde edilen bulgular denence sırasına uygun olarak sunulmuş; denencelerin fazla olması nedeniyle bulgulara ait tablolar sınırlandırılarak ve birleştirilerek özetlenmiştir.

Uygulanan tüm ölçeklerin ön test sonuçlarının deney ve kontrol gruplarında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Mann Withney U testi kullanılmıştır. Analiz sonucunda deney ve kontrol grubunda yer alan çocuk ve annelerin sırasıyla boşanmaya uyum, psikolojik sağlamlık ve aile yaşam doyumu ön test puanlarının tüm ölçümler için anlamlı bir farklılık göstermediği ($\alpha=0.73$; $p>0.05$, $\alpha=0.00$; $p>0.05$; $\alpha=0.26$; $p>0.05$; $\alpha=0.21$; $p>0.05$; $\alpha=0.63$; $p>0.05$; $\alpha=0.15$; $p>0.05$; $\alpha=0.36$; $p>0.05$) görülmüştür. Bu durum deney ve kontrol gruplarının deneysel işlem öncesinde boşanmaya uyum, sağlamlık ve aile yaşam doyumu açısından benzerlik gösterdiğini göstermektedir.

Çocukların Boşanmaya Uyum, Psikolojik Sağlamlık ve Aile Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulgular

Denence 1.a.'yı test etmek amacıyla deney ve kontrol grubundaki çocukların öğretmen gözlemlerine dayanan Çocuk ÇBUÖ öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 1' de sunulmuştur.

Tablo 1. Deney ve Kontrol Grubundaki Çocukların Çocuk BOÖ Ön Test ve Son Test Sonuçlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Boyutlar	Testler	Sıra	<i>n</i>	Sıra Ort	Sıra Toplamı	<i>Z</i>	<i>p</i>	Etki büyüklüğü (<i>r</i>)
Okul disiplin sorunları Deney grubu	Son test–	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.53	0.01*	0.32
		Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
	Ön test	Eşit	0					
Okul disiplin sorunları Kontrol grubu	Son test–	Negatif sıra	2	4.00	8.00	0.53	0.59	
		Pozitif sıra	4	3.25	13.00			
	Ön test	Eşit	2					
Psiko-sosyal sorunlar Deney grubu	Son test–	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.52	0.01*	0.32
		Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
	Ön test	Eşit	0					
Psiko-sosyal sorunlar Kontrol grubu	Son test–	Negatif sıra	2	3.00	6.00	0.95	0.34	
		Pozitif sıra	4	3.75	15.00			
	Ön test	Eşit	2					
Boşanma uyum (toplam) Deney grubu	Son test–	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.52	0.01*	0.32
		Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
	Ön test	Eşit	0					
Boşanma uyum (toplam) Kontrol grubu	Son test–	Negatif sıra	2	1.75	3.50	1.78	0.07	
		Pozitif sıra	5	4.90	24.50			
	Ön test	Eşit	1					

**p*<0.05

Tablo 1 incelendiğinde deney grubundaki çocukların uyum programı sonrasında okul disiplin sorunları ($\chi^2=2.53$; $p<0.05$), psiko-sosyal sorunları ($\chi^2=2.52$; $p<0.05$) ve boşanma uyumlarının ($\chi^2=2.52$; $p<0.05$) anlamlı bir değişim gösterdiği belirlenmiştir. Farklılıklara ilişkin etki büyüklükleri $r=0.32$ ile orta düzeydedir. Kontrol grubundaki çocukların puanları incelendiğinde ise ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Deney grubundaki değişimin kalıcılığını belirlemek amacıyla son test ve izleme testi puanları arasındaki farklılık Wilcoxon işaretler testi ile hesaplanmıştır. Deney grubundaki çocukların okul disiplin sorunları ($\chi^2=0.31$; $p>0.05$), psiko-sosyal sorunlar ($\chi^2=1.46$; $p>0.05$) ve boşanma uyumlarının ($\chi^2=1.19$; $p>0.05$) son test ve İzleme testinde anlamlı bir değişiklik göstermediği belirlenmiştir. Program uygulaması sonrasında artan uyumun kalıcılık gösterdiği tespit edilmiştir. Araştırmada çocukların boşanmaya uyum düzeyini belirlemeye yönelik veriler öğretmen gözlemlerine dayanan Çocuk BUÖ'nin yanı sıra çocukların kendilerine ilişkin gözlemlerine dayanan Çocuklar İçin Boşanmaya Uyum Ölçeği ile de elde edilmiştir (Denençe 1.b.). Öntest ve sontest ölçümleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına ilişkin bulgular Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Deney ve Kontrol Grubundaki Çocukların Çocuklar İçin Boşanmaya Uyum Ölçeği Ön Test ve Son Test Sonuçlarına İlişkin Wilcoxon Testi

Boyutlar	Testler	Sıra	<i>n</i>	Sıra Ort	Sıra Toplamı	Z	<i>p</i>	Etki büyüklüğü (<i>r</i>)
Çocuk boşanmaya uyum ölçeği Deney grubu	Son test–	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.52	0.01*	0.32
	Ön test	Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
		Eşit	0					
Çocuk boşanmaya uyum ölçeği Kontrol grubu	Son test–	Negatif sıra	0	0.00	0.00	1.63	0.10	
	Ön test	Pozitif sıra	3	2.00	6.00			
		Eşit	5					

* $p<0.05$

Tablo 2’te yer alan bilgiler deney grubundaki çocukların programı sonrası boşanma uyum düzeylerinin anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir ($\chi=2.52$; $p<0.05$). Farklılığa ilişkin hesaplanan etki büyüklüğü değeri $r=0.32$ olarak farklılığın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Kontrol grubunda ise program sonrası anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($\chi=1.63$; $p>0.05$). Bu durum, uygulanan programın etkili olduğunu göstermektedir. Deney grubunda gözlenen değişimin kalıcılığını belirlemek amacıyla son test ve izleme testi puanları arasındaki farklılık Wilcoxon işaretler testi ile hesaplanmıştır; deney grubundaki çocukların uyum programı sonrasında boşanmaya uyum düzeyleri ile altı hafta sonraki uyum düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($\chi=1.207$; $p>0.05$). Program sonrası artan uyum düzeyinin altı hafta sonra değişmediği görülmüştür. *Denence 1.c.’yi* test etmek amacıyla deney ve kontrol grubundaki çocukların Çocuk Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 3’ de sunulmuştur.

Tablo 3. Deney ve Kontrol Grubundaki Çocukların Çocuk Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği Ön Test ve Son Test Sonuçlarına İlişkin Wilcoxon Testi

Ölçek	Testler	Sıra	<i>n</i>	Sıra Ort	Sıra toplamı	Z	<i>p</i>	Etki büyüklüğü (<i>r</i>)
Psikolojik sağlık ölçeği Deney grubu	Son test– Ön test	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.52	0.01*	0.32
		Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
	Eşit	0						
Psikolojik sağlık ölçeği Kontrol grubu	Son test– Ön test	Negatif sıra	1	6.00	6.00	1.71	0.08	
		Pozitif sıra	7	4.29	30.00			
	Eşit	0						

* $p<0.05$

Tablo 3'te deney grubundaki Çocukların Çocuklar İçin Boşanmaya Uyum Programı uygulandıktan sonraki psikolojik sağlıklarının anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($\chi^2=2.52$; $p<0.05$). Farklılığa yönelik etki büyüklüğünün orta düzeyde olduğu saptanmıştır ($r=0.32$). Kontrol grubundaki çocukların ise psikolojik sağlıklarının anlamlı bir değişim göstermediği görülmektedir ($\chi^2=1.71$; $p>0.05$).

Deney grubundaki çocukların Psikolojik Sağlık Ölçeği Ölçeği son test ve izleme testi puanları arasındaki farklılığı sınamak amacıyla yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi analizinden elde edilen sonuçlar, deney grubundaki çocukların son test ve izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir ($\chi^2=1.62$; $p>0.05$).

Denence 1.d.'yi test etmek için deney ve kontrol grubundaki çocukların Aile Yaşam Doyumu Ölçeği ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi ile incelenmiş, elde edilen bulgular Tablo 4'de sunulmuştur.

Tablo 4. Deney ve Kontrol Grubundaki Çocukların Aile Yaşam Doyumu Ölçeği Ön Test ve Son Test Sonuçlarına İlişkin Wilcoxon Testi

Boyutlar	Testler	Sıra	<i>n</i>	Sıra Ort	Sıra Toplamı	Z	P	Etki büyüklüğü (<i>r</i>)
Aile-yaşam doyum ölçeği Deney grubu	Son test- Ön test	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.37	0.01*	0.30
		Pozitif sıra	7	4.00	28.00			
		Eşit	1					
Aile-yaşam doyum ölçeği Kontrol grubu	Son test- Ön test	Negatif sıra	4	3.75	15.00	0.16	0.86	
		Pozitif sıra	3	4.33	13.00			
		Eşit	1					

* $p<0,05$

Tablo 4'deki bilgiler incelendiğinde deney grubundaki çocukların uygulama sonrasında aile yaşam doyumlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($\bar{x}=2.37$; $p<0.05$). Hesaplanan farklılığa ilişkin etki büyüklüğü değeri ($r=0.30$) farklılığın orta düzeyde olduğunu göstermiştir. Kontrol grubundaki annelerin ise öntest ve sontest puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($\bar{x}=0.16$; $p>0.05$).

Deney grubundaki çocukların Aile Yaşam Doyumu Ölçeği sontest ve izleme testi puanlarının arasındaki farklılık Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi ile belirlenmiş elde edilen sonuçlar, deney grubuna katılan çocukların sontest ve izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir ($\bar{x}=0.74$; $p>0.05$). Diğer bir ifadeyle program sonrasında artış gösteren aile yaşam doyumunun altı hafta kalıcı olduğu saptanmıştır.

Annelerin Boşanmaya Uyum, Psikolojik Sağlamlık ve Aile Yaşam Doyumlarına İlişkin Bulgular

Denence 2.a.yı test etmek amacıyla deney ve kontrol grubundaki annelerin Boşanmaya Uyum Ölçeği öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bulgular 'Tablo 5' da sunulmuştur.

Tablo 5. Deney ve Kontrol Grubundaki Annelerin Ön Test ve Son Test Sonuçlarına İlişkin Wilcoxon Testi

Boyutlar	Testler	Sıra	<i>n</i>	Sıra Ort	Sıra Toplamı	Z	<i>p</i>	Etki büyüklüğü (<i>r</i>)
Psikolojik uyum Deney grubu	Son test	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.53	0.01*	0.32
	–	Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
	Ön test	Eşit	0					
Psikolojik uyum Kontrol Grubu	Son test	Negatif sıra	4	3.50	14.00	0.75	0.45	
	–	Pozitif sıra	2	3.50	7.00			
	Ön test	Eşit	2					
Sosyal uyum Deney grubu	Son test	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.53	0.01*	0.32
	–	Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
	Ön test	Eşit	0					
Sosyal uyum Kontrol grubu	Son test	Negatif sıra	1	2.00	2.00	1.13	0.25	
	–	Pozitif sıra	3	2.67	8.00			
	Ön test	Eşit	4					
Kök aile ilişkileri Deney grubu	Son test	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.37	0.01*	0.30
	–	Pozitif sıra	7	4.00	28.00			
	Ön test	Eşit	1					
Kök aile ilişkileri Kontrol grubu	Son test	Negatif sıra	5	3.80	19.00	1.80	0.07	
	–	Pozitif sıra	1	2.00	2.00			
	Ön test	Eşit	2					
Boşanmaya (toplam) Deney grubu	uyum Son test	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.52	0.01*	0.32
	–	Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
	Ön test	Eşit	0					
Boşanmaya (toplam) Kontrol grubu	uyum Son test	Negatif sıra	5	3.90	19.50	1.89	0.05	
	–	Pozitif sıra	1	1.50	1.50			
	Ön test	Eşit	2					

Tablo 5’da deney grubundaki annelerinin psikolojik uyum ($\bar{x}=2.53$; $p<0.05$), sosyal uyum ($\bar{x}=2.53$; $p<0.05$), kök-aile ilişkileri ($\bar{x}=2.37$; $p<0.05$) ön ve son test puanları arasında anlamlı bir değişim olduğu görülmektedir. Farklılığa ilişkin etki büyüklüğü değerinin kök aile ilişkileri için ($r=0.30$), psikolojik uyum, sosyal uyum ve boşanmaya uyum için ($r=0.32$) orta düzeyde olduğu görülmüştür. Kontrol grubunda bulunan annelerin ise psikolojik uyum ($\bar{x}=0.75$; $p>0.05$), sosyal uyum ($\bar{x}=1.13$; $p>0.05$), kök-aile ilişkileri ($\bar{x}=1.80$; $p>0.05$) ve boşanmaya uyumlarının ($\bar{x}=1.89$; $p>0.05$) ön ve son test uygulamasında anlamlı bir değişiklik göstermediği tespit edilmiştir.

Deney grubundaki annelerin Yetişkin Boşanmaya Uyum Ölçeği toplam puanı ve alt ölçeklerinin sönstest ve izleme testi ölçümlerinden aldıkları puanlar arasındaki farklılığı sınamak amacıyla yapılan Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi analizinden elde edilen sonuçlar; deney grubunda bulunan annelerin psikolojik uyum ($\bar{x}=0.10$; $p>0.05$), sosyal uyum ($\bar{x}=0.57$; $p>0.05$), kök-aile ilişkileri ($\bar{x}=1.73$; $p>0.05$) ve boşanmaya uyumlarının ($\bar{x}=0.42$; $p>0.05$) sönstest ve izleme testi uygulamasında anlamlı bir değişiklik olmadığını göstermektedir. *Denence 2.b.*’yi test etmek amacıyla deney ve kontrol grubundaki annelerin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği önstest ve sönstest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 6’ da sunulmuştur.

Tablo 6. Deney ve Kontrol Grubundaki Annelerin Ön Test ve Son Test Sonuçlarına İlişkin Wilcoxon Testi

Boyutlar	Testler	Sıra	<i>n</i>	Sıra Ort	Sıra Toplamı	Z	<i>p</i>	Etki büyüklüğü (<i>r</i>)
İlişkisel kaynaklar Deney grubu	Son test –	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.53	0.01*	0.32
	Ön test	Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
	Eşit	0						
İlişkisel kaynaklar Kontrol grubu	Son test –	Negatif sıra	1	1.50	1.50	0.00	1.00	
	Ön test	Pozitif sıra	1	1.50	1.50			
	Eşit	6						
Bireysel kaynaklar Deney grubu	Son test –	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.38	0.01*	0.30
	Ön test	Pozitif sıra	7	4.00	28.00			
	Eşit	1						
Bireysel kaynaklar Kontrol grubu	Son test –	Negatif sıra	5	3.00	15.00	1.92	0.05	
	Ön test	Pozitif sıra	0	0.00	0.00			
	Eşit	3						
Kültürel ve bağlamsal kaynaklar Deney grubu	Son test –	Negatif sıra	0	0.00	0.00	1.90	0.04*	0.24
	Ön test	Pozitif sıra	3	2.00	6.00			
	Eşit	5						
Kültürel ve bağlamsal kaynaklar Kontrol grubu	Son test –	Negatif sıra	3	2.50	7.50	0.00	1.00	
	Ön test	Pozitif sıra	2	3.75	7.50			
	Eşit	3						
Ailesel kaynaklar Deney grubu	Son test –	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.37	0.01*	0.30
	Ön test	Pozitif sıra	7	4.00	28.00			
	Eşit	1						
Ailesel kaynaklar Kontrol grubu	Son test –	Negatif sıra	2	2.00	4.00	0.37	0.70	
	Ön test	Pozitif sıra	2	3.00	6.00			
	Eşit	4						
Psikolojik sağlamlık (toplam) Deney grubu	Son test –	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.52	0.01*	0.32
	Ön test	Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
	Eşit	0						
Psikolojik sağlamlık (toplam) Kontrol grubu	Son test –	Negatif sıra	5	4.10	20.50	1.12	0.26	
	Ön test	Pozitif sıra	2	3.75	7.50			
	Eşit	1						

**p*<0.05

Tablo 6 incelendiğinde deney grubundaki annelerin ilişkisel kaynaklar ($\chi^2=2.53$; $p<0.05$; $r=0,30$), bireysel kaynaklar ($\chi^2=2.38$; $p<0.05$; $r=0,30$), kültürel ve bağlamsal kaynaklar ($\chi^2=1.90$; $p<0.05$; $r=0.24$), ailesel kaynaklar ($\chi^2=2.37$; $p<0.05$; $r=0.30$) ve psikolojik sağlamlıklarına ($\chi^2=2.52$; $p<0.05$; $r=0.32$) yönelik ön test ve son test puanlarının anlamlı bir değişiklik gösterdiği belirlenmiştir. Kontrol grubundaki annelerin ise ilişkisel kaynaklar ($\chi^2=0.00$; $p>0.05$), bireysel kaynaklar ($\chi^2=1.92$; $p>0.05$), kültürel ve bağlamsal kaynaklar ($\chi^2=0.00$; $p>0.05$), ailesel kaynaklar ($\chi^2=0.37$; $p>0.05$) ve psikolojik sağlamlık ($\chi^2=1.12$; $p>0.05$) ön test ve son test sonuçlarının anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Deney grubunda görülen değişimin kalıcılığını belirlemek amacıyla son test ve izleme testi puanları arasındaki farklılığa ilişkin yapılan Wilcoxon işaretler testi sonuçlarında; deney grubundaki annelerin ilişkisel kaynaklar ($\chi^2=1.13$; $p>0,05$), bireysel kaynaklar ($\chi^2=1.41$; $p>0.05$), kültürel ve bağlamsal kaynaklar ($\chi^2=1.00$; $p>0.05$), ailesel kaynaklar ($\chi^2=1.00$; $p>0.05$) ve psikolojik sağlamlık ($\chi^2=1.62$; $p>0.05$) son test ve izleme testi sonuçlarının anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Denence 2.c.'nin test edilmesi amacıyla deney ve kontrol grubundaki annelerin Aile Yaşam Doyumu öntest ve sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon Testi ile incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 7'te sunulmuştur.

Tablo 7. Deney ve Kontrol Grubundaki Annelerin Aile Yaşam Doyumu Ölçeği Ön Test ve Son Test Sonuçlarına İlişkin Wilcoxon Testi

Boyutlar	Testler	Sıra	n	Sıra Ort	Sıra Toplamı	Z	p	Etki büyüklüğü(r)
Aile-yaşam doyum ölçeği	Son test – Ön test	Negatif sıra	0	0.00	0.00	2.52	0.01*	0.32
		Pozitif sıra	8	4.50	36.00			
		Eşit	0					
Aile-yaşam doyum ölçeği	Son test– Ön test	Negatif sıra	1	1.50	1.50	1.56	0.08	
		Pozitif sıra	5	3.90	19.50			
		Eşit	2					

* $p<0,05$

Tablo 7 incelendiğinde deney grubundaki annelerin uygulama sonrası aile yaşam doyumlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($\chi=2.52$; $p<0.05$). Etki büyüklüğü ($r=0.32$) farklılığın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Kontrol grubundaki annelerin aile-yaşam doyumlarının anlamlı bir değişim göstermediği tespit belirlenmiştir ($\chi=1.56$; $p>0.05$).

Deney grubundaki annelerin aile yaşam doyumlarındaki değişimin kalıcılığını belirlemeye yönelik son test ve izleme testi puanları arasındaki farklılık Wilcoxon işaretler testi ile hesaplanmıştır. Deney grubundaki annelerinin son test ve izleme testi arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($\chi=1.89$; $p>0.05$). Uygulama sonrasında annelerin artış gösteren aile yaşam doyumlarının altı hafta süreyle kalıcı olduğu tespit edilmiştir.

Programın son haftasında deney grubundaki çocuklara uygulanan Program Değerlendirme Formu'nda çocuklar programın planlama ve organizasyonunu beğendiklerini, eğitim sürecinde kullanılan materyalleri dikkat çekici bulduklarını ifade etmişlerdir. Program sonunda boşanmaya bakış açılarının değiştiğini, hedef belirlemeyi, güçlü yanlarını ve nasıl ders çalışmaları gerektiğini öğrendiklerini, anneleriyle daha iyi iletişim kurabildiklerini belirtmişlerdir. Programın son haftasında annelerin programa ilişkin kişisel değerlendirmeleri; yalnızlık duygularının azaldığı ve boşanmaya ilişkin olumsuz algılarının değiştiği yönünde olmuştur. Anneler kendilerini daha yeterli ve güçlü hissettiklerini ifade etmişlerdir.

Annelerin programa ilişkin görüşlerinde elde edilen kazanımlara ilişkin ifadelerde en göze çarpan gelişme anne çocuk ilişkisinde görülmüştür. Anneler çocuklara ilişkin gözlemlerini derslere ilginin artması, ev içi iletişim ve çatışma çözme becerilerinde gelişme, dışadönüklük ve kendine güven şeklinde ifade etmişlerdir. Çocukların annelerin gelişimine dair gözlemleri de benzer şekilde programın etkililiğini kanıtlar niteliktedir. Çocuklar annelerinin iletişime daha açık olduklarını, daha fazla olumlu duygulanım yaşadıklarını ifade etmişlerdir.

TARTIŞMA

Araştırma sonucunda, Çocuk Boşanmaya Uyum Programı'nın çocukların boşanmaya uyum, psikolojik sağlamlık ve aile yaşam düzeylerini artırmada etkili olduğu ve bu etkinin altı hafta sonra da devam ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma bulguları literatürde boşanmaya uyumu artırmaya yönelik geliştirilen programların etkisini inceleyen araştırmalarla (Burke ve Streek, 1989; Erol, 2005; Meriç 2007; Pedro-Carroll ve Cowen 1985; Şentürk Aydın, 2013) benzerlik göstermektedir. Buna göre uygulanan boşanmaya uyum programı çocukların boşanmaya uyum düzeylerinin artmasını sağlamıştır.

Araştırma kapsamında yetişkinlere uygulanan boşanmaya uyum programının velayeti üstlenmiş annelerin boşanmaya uyum, psikolojik sağlamlık ve aile yaşam doyumlarını artırdığı belirlenmiştir. Araştırma bulguları literatürde yetişkinlerde boşanmaya uyumu artırmaya yönelik geliştirilen programların etkisini inceleyen çalışmalarla (Pustchian, Kazem ve Rezaee, 2018; Stolberg ve Garrison , 1985; Wolchik ve diğerleri, 2000) benzerlik göstermektedir. Buna göre annelerin boşanmaya uyum düzeyleri uygulanan program sonrasında yükselmiştir.

Araştırmada çocuk ve annenin bir arada ele alınmasının, tek ebeveynli aile ortamını düzenlemede önemli bir avantaj sağladığı düşünülmektedir. Programlarda her iki grubun farklı süreçte ilerleyen uyum sürecine katkı sağlamayı amaçlamakla birlikte anne çocuk ilişkisinin niteliğine de odaklanılmıştır. Annenin değişen ebeveyn rollerine uyum sağlamasının kendisi ve çocuk açısından gelişmeyi beraberinde getirdiği düşünülmektedir (Stolberg ve Garrison, 1985; Wolchik ve diğerleri, 2000). Sadece çocuğa odaklanan programların aile dinamiklerine etki etme konusunda yetersiz kalacağı düşünülmektedir. Pedro-Carroll (2005) boşanma sonrası ailede esnekliği artırmanın en etkili yolunun çocuk ve velayeti alan ebeveyn ile çalışmak olduğunu belirtmektedir. Bu doğrultuda programa çocuklarla birlikte annelerinin katılmış olmasının programın etkililiğini artırdığı düşünülmektedir.

Boşanma çok boyutlu bir değişim gerektirir ve boşanma sonrası müdahale programlarında boşanmayı tüm boyutları ile ele almak önemlidir. Programda boşanma her iki grupta da neden olduğu tüm duygular, sonuçlar, avantaj ve dezavantajları ile ele alınmıştır. Turner (2000) boşanmayı algılama biçiminin boşanma sonrası yaşanan travmanın düzeyini belirlediğini ifade etmektedir. Buradan hareketle uygulanan programlarda boşanmaya ilişkin duyguların ele alındığı, boşanmaya ilişkin yanlış inanç ve algıları değiştirmeye yönelik müdahalelere yer verilmiştir. Tüm bunlar boşanmanın normal bir yaşam olayı olarak algılanmasına katkı sağlamış olabilir. Benzer şekilde Mazur ve Wolchik (1983) boşanmaya ilişkin bilişsel çarpıtmaların azalmasının uyumu artırdığını

belirtmektedir. Boşanmayı eksiklik ya da kusurlu bir yaşantı olarak tarif etmek boşanma ile ilişkili birçok sorunun kaynağı olabilmektedir. Program kapsamında normalleşmenin açığa çıkması uyum sürecine katkı sağlayan bir argüman olarak değerlendirilebilir.

Program boşanmaya ilişkin konuların yanı sıra bilgi ve beceri öğretimine dayalıdır. Sadece olumsuz duygu ve durumlara odaklanmak yerine uyum, sağlık ve aile yaşam doyumu için önemli görülen bilgi ve becerilerin öğretilmesinin programın etkisini artırdığı düşünülmektedir. Çocuklarda akademik başarı ve hedef belirlemeye dönük müdahalelerin, anne grubunda ise kariyer seçenekleri ve iş bulmaya dönük bilgilerin yer alması geleceğe yönelik bir motivasyon yaratarak sürece katkı sağlamış olabilir. Aynı zamanda sosyal ilişkiler, benlik kavramı, akademik başarı, ebeveyn ve akran iletişimi boşanma sonrası bozulması muhtemel alanlardır (Amato ve Booth, 2001; Amato ve Cheadle, 2005; Hetherington ve Hagan, 1999; Kelly, 2000; Nock, 2000; Öngider, 2011). Bu alanları güçlendirmeye yönelik müdahaleler önemli görülmüştür. Etkili problem çözebilen, iletişim becerileri kuvvetli, güçlü yönlerini fark etmiş, hedef belirlemiş bireylerin sorunlar karşısında daha mücadeleci olacağı ve var olan potansiyelini kullanmaya dönük daha etkin çaba göstereceği düşünülmektedir. Bu açıdan değerlendirildiğinde elde edilen kazanımların risk faktörleri karşısında koruyucu bir faktör olarak işlev göreceği düşünülebilir.

Çocuk programında psiko eğitim oturumlarının atölye oturumlarıyla desteklenmesi ve atölyelerin öğrenilen becerileri kullanmaya dönük olarak tasarlanmasının kazanımların elde edilmesini ve sürdürülmesini olumlu etkilediği düşünülmektedir. Literatürde atölye destekli programların (Ayköse, 2019; Dönmezogulları, 2002; Kutsal, 2018; Özbay, 2017) kalıcılık düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Bu çalışmada da öğrencilerin aktif katılım sağlaması beceri öğrenimini ve elde edilen becerilerin günlük yaşama aktarımını kolaylaştırmış olabilir. Program kapsamında annelere ve çocuklara verilen ev ödevleri anne çocuk arasında etkileşim fırsatı yaratmış olup ilişki kalitesini arttırmış olabilir. Aile içinde tatmin edici ilişkilerin birçok olumlu duygu ve durumun temeli olduğu düşüncesinden hareketle anne çocuk etkileşiminin artmasının uyuma, sağlığa ve aile yaşam doyumuna katkı sağladığı düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında program değerlendirme formlarından elde edilen görüşler araştırma bulgularını destekler nitelikte, programın yarattığı değişimle ilgilidir.

Katılımcıların ifadeleri program sonucunda bireysel ilerlemenin yanı sıra anne çocuk ilişki kalitesinin arttığını göstermektedir. Program sonucu ailenin iletişim ve sorun çözme kabiliyetinin geliştiği görülmektedir. Katılımcıların programa ve sürece ilişkin olumlu görüşleri programın boşanmaya uyum, sağlamlık ve aile yaşam doyumuna önemli katkılar sağladığının kanıtı sayılabilir. Aynı zamanda grup yaşantısının her iki grup içinde önemli bir sosyalleşme aracı olarak işlev gördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcılar programa ilişkin ifadelerinde grubun kendileri için sosyal destek sağladığını sıklıkla vurgulamışlardır. Boşanmış aileden gelen çocukların yalnızlık düzeylerinin yüksek oluşuna ilişkin araştırma bulguları (Altundağ, 2013) ve boşanmış kadınların sosyal olarak geri çekildiklerine ilişkin araştırma bulguları (Oğurtan, 2011; Öngider, 2013; Tatlıoğlu ve Demirel, 2016) boşanmayı grup sürecinde ele almanın işlevsel olduğunun göstergesi sayılabilir.

Sonuç olarak bu araştırmada okul temelli, gelişimsel ve önleyici bir müdahale programı olan boşanmaya uyum programlarının çocuklar ve anneleri üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir. Okul psikolojik danışmanları uyum programlarını boşanma sonrası tek ebeveynli aile yapısına geçiş yapan çocuk ve anneler için kullanılabilirler. Uygulanan program eğitim seviyesi ve sosyoekonomik düzeyi düşük, annenin tek ebeveyn olduğu aileler için tasarlanmıştır. Farklı yaş gruplarında yer alan çocuklara ve ailelerine uygun programlar tasarlanabilir, programa ailelerin ihtiyaçları doğrultusunda farklı beceri alanlarına ilişkin oturumlar eklenebilir. Program velayeti almamış olan ebeveynin dahil edildiği uygulamalar ile desteklenebilir.

KAYNAKÇA

- Akgül Sarpkaya, O. (2013). Boşanmış kadınlarda toplumsal baskıya direnme stratejileri: Van örneği. *The Journal of International Social Research*, 6(26), 29-50.
- Alpert-Gillis, L. J., Pedro-Carroll, J. L., ve Cowen, E. L. (1989). Children of divorce intervention program: Development, implementation and evaluation of a program for young urban children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 27, 583-587.
- Altundağ, Y. (2013). Anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumunu ve yalnızlık [Yayınlanmış yüksek lisans tezi]. Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*, 62(4), 1269-1288.
- Amato P.R. ve Booth A, (2001). Parental predivorce relations and offspring postdivorce wellbeing. *Journal of Marriage and the Family*, 63, 197-212.

- Amato, P. R. ve Cheadle, J. (2005). The long reach of divorce: divorce and child well-being across three generations. *Journal of Marriage and Family*, 67(1), 191-206.
- Arifoğlu Çamkuşu, B. (2006). *Çocuklar İçin Boşanmaya Uyum Programı'nın çocukların boşanmaya uyum, kaygı ve depresyon düzeylerine etkisi* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Arslan, G. (2015a). Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ-12) psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12.
- Arslan, G. (2015b). Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (YPSÖ) psikometrik özellikleri: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2), 344-357.
- Ayköse, N. (2019). *Eğitsel rehberlik programının 7. sınıf öğrencilerinin akademik öz düzenleme ve akademik başarılarına etkisi* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Bayraktar, N. (2010). *Boşanmış kadınların çevrelerinin kendilerine bakış açısını algılama şekilleri* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Benedek, P. E., ve Brown, F. C. (2012). *Boşanma ve çocuğunuz: çocuğunuzun boşanmanızla başetmesine nasıl yardımcı olursunuz?*. (S.Katlan, Çev.). Ankara: HYB Yayıncılık.
- Blaisure, K. R., ve Geasler, M. J. (1996). Results of a survey of court-connected parent education programs in u.s. counties. *Family and Conciliation Courts Review*, 34, 23-40.
- Buchler, C., ve Trotter, B.B. (1990). Nonresidential and residential parents perception of the former spouse relationship and childrens social competence following marital seperation: theory and programmed intervention. *Family Relations*, 39, 395-404.
- Bulut, F. (2010). Ergenlerde görülen kuraldışı davranışların aile işlevselliği, aile risk faktörü ve yaşam kalitesi açısından incelenmesi [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Burke, D. M. ve Van De Streek, L. (1989). Children of divorce; an application of hammond's group counselling for children. *Elementary School Guidance and Counseling*, 24(2), 112-118.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *DeneySEL desenler: ön test, sön test kontrol grubu desen ve veri analizi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyükşahin, G. (2009). *Boşanmış ve boşanmamış (Tam) ailelerden gelen 11 – 13 yaş arası çocukların anne baba tutumlarını algılama biçimlerinin sosyal uyum düzeyleri ile ilişkisi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Can, Y.ve Aksu B.N. (2016). Boşanma sürecinde ve sonrasında kadın. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(58), 888-902.
- Carver, M. D. ve Jones, W. H. (1992). The Family Satisfaction Scale. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 20(2), 71-83.
- Couto, M.C.P., Koller, S.H. ve Novo, R. (2011). Stressful life events and psychological wellbeing in a brazilian sample of older persons: The role of resilience. *Ageing International*, 36(4), 492-505.
- Çalışkan, M.,Toker, M.ve Özbay, Y.(2017). Aile Yaşam Doyumu Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2, 1-9.
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: a multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9(3),145-154.
- Demircioğlu, N. (2000). *Boşanmanın, çalışan kadının statüsü ve cinsiyet rolü üzerine etkisi*. [Yayınlanmamış doktora tezi]. Ege Üniversitesi.

- Dönmezoğulları, C. (2020). *Kariyer yapılandırma kuramına dayalı psikoeğitim programının üniversite öğrencilerinin kariyer kararı ve güçlü yönler öz yeterlilik düzeylerine etkisi* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Dursun, A. (2015). *Anne babası boşanmış ergenlerin öznel iyi oluşunu artırma programının etkililiğinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Osmangazi Üniversitesi.
- Emery, R.E. (2013). *Evlilik, boşanma ve çocukların uyumu* (E. Okan, Çev.). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Eroğlu, Y. ve Topkaya, N. (2019). Boşanma ile ilgili uyum güçlüğü çeken çocuklarda kişilik özellikleri ve benlik kavramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(52), 181-208.
- Erol, B. (2005). *Grup rehberliği programının ilköğretim ikinci kademedeki okuyan parçalanmış aile çocuklarının uyum düzeylerine etkisi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Fladmo, B. ve Hertlein K. M. (2017). The effect of negative and positive childhood divorce experiences on professional performers. *Journal of Divorce and Remarriage*, 58, 584-598.
- Geasler, M.J. ve Blaisüre, K.R. (1999). 1998 nationwide survey of court-connected divorce education programs. *Family and Conciliation Courts Review*, 37(1), 36-63.
- Geelhoed, R.J., Blaisüre, K.R. ve Geasler, M.J. (2001). Status of court-connected programs for children whose parents are separating or divorcing. *Family Court Review*, 39(4), 393-404.
- Greeff, A. P. ve Vander Merwe, S. (2004). Variables associated with resilience in divorced families. *Social Indicators Research*, 68(1), 59-75.
- Guttmann, J., & Rosenberg, M. (2003). Emotional intimacy and children's adjustment: A comparison between single-parent divorced and intact families. *Educational Psychology*, 23(4), 457-472.
- Hetherington, E.M. ve Stanley-Hagan, M. (1999). The adjustment of children with divorced parents: a risk and resiliency perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40, 129-140.
- Hiloğlu, S. ve Cenkseven Önder, F. (2010). İlköğretim İkinci kademe öğrencilerinde zorbalığı yordamada sosyal beceri ve yaşam doyumunun rolü. *İlköğretim Online*, 9(3), 1159-1173.
- Huurre T, Junkkari H. ve Aro, H. (2006). Long-Term psychosocial effects of parental divorce: a follow-up study from adolescence to adulthood. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 256(4), 256-263
- Kalmijn, M. ve Monden, C. (2006). Are the negative effects of divorce on well being dependent on marital quality. *Journal Of Marriage and Family*, 68(1), 1197-1213.
- Kaya T. (2009). *İstanbul'da yaşayan boşanmış kadın ve erkeklerin boşanma deneyimleri* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- Kelly, J. B. (2000). Children's adjustment in conflicted marriage and divorce: a decade review of research. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 39(8), 963- 973.
- Kelly J. B. (2007). Children's living arrangements following separation and divorce. *Family Process*, 46, 35-52.
- Kelly, J. B., & Emery, R. E. (2003). Children's Adjustment Following Divorce: Risk and Resilience Perspectives. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 52(4), 352-362. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00352.x>

- Kutsal, D. (2018). *Yaşam becerileri psikoeğitim programının kız meslek lisesi öğrencilerin yaşam becerilerine ve problem davranışlarına etkisi* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Liebenberg, L., Ungar, M. ve Van De Vijver, F. (2012). Validation of the child and youth resilience measure-28 (CYRM-28) Among Canadian Youth. *Research on Social Work Practice*, 22(2), 219-226.
- Meriç, B. (2007). *Boşanmış ailelerdeki ergenlerin uyum düzeylerini ve sosyal becerilerini geliştirmeye yönelik bir grup rehberliği çalışmasının sınanması* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Nazlı, S. (2016). *Kapsamlı gelişimsel rehberlik programları* (6. bs). Ankara: Anı Yayınları.
- Nazlı, S., Halisdemir, D., Gülleroğlu, D. ve Kiye, S. (2021a). Yetişkin Boşanmaya Uyum Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 57, 336-361.
- Nazlı, S., Halisdemir, D., Gülleroğlu, D. ve Kiye, S. (2021b). Çocukların Boşanmaya Uyumu Ölçeği-Okul Formu'nun Geliştirilmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(232), 247-265.
- Nock S. L. (2000). The divorce, marriage and parenthood. *Journal of Family Therapy*, 22, 245-263.
- O'connor, T. G. (2003). Vulnerability and Resilience in Children in Divorced and Remarried Families. In r. M. Gupta & d. S. Parry-gupta (Ed.), *Children and Parents: Clinical Issues for Psychologists and Psychiatrists* (ss. 180-206). London: Whurr Publishers,
- Oğurtan S. G. (2011). *Boşandım diyemedim: boşanmanın aile ve toplum üzerine etkileri*. Konya: Çizgi Kitabevi.
- Omizo, M.ve Omizo, S. (1987). Group counseling with children of divorce: New findings. *Elementary School Guidance and Counseling*, 22(1), 46-52.
- Öngider, N. (2006). *Evlü ve boşanmış ailelerde algılanan ebeveyn kabul veya reddinin çocuğun psikolojik uyumu üzerindeki etkileri* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Ege Üniversitesi, İzmir.
- Öngider N. (2011). Anksiyete düzeyleri açısından boşanmış ve evli anneler ile çocuklarının incelenmesi. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 48, 66-70.
- Öngider, N. (2013). Bilişsel davranışçı terapinin boşanma sonrasında kadınların depresyon, anksiyete ve yalnızlık semptomlarında etkinliği: bir pilot çalışma. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2, 147-155.
- Öz, İ. (2005). *Anne- baba olma sanatı* (6. bs). İstanbul: Alfa Yayınları,
- Özar, Ş., ve Yakut-Çakar, B., (2012). Aile, devlet ve piyasa kaskacında boşanmış kadınlar. *Kültür ve Siyasette Feminist Yaklaşımlar Dergisi*, 16, 1-12.
- Özbay, G. (2017). *Pozitif genç gelişimi temelli sınıf rehberliği programının ilkökul öğrencilerinin yaşam becerilerine etkisi* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özcan, B. (2005). *Anne babaları boşanmış ve anne babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yalnızlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması* [Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Pallant, J. (2016). *SPSS Survival manual: A step by step guide to data analysis using spss program* (6th ed.). London: McGraw-Hill Education.
- Pedro-Carroll, J. L. (2005). Fostering resilience in the aftermath of divorce: The role of evidence-based programs for children. *Family Court Review*, 43(1), 52-64.
- Pedro-Carroll, J. L., ve Cowen, E. L. (1985). The children of divorce intervention program: An investigation of the efficacy of a school-based prevention program. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53(5), 603-611.

- Pustchian, T., Kazemi, A., Rezaee, O. (2018). The effectiveness of group logotherapy on life expectancy and resilience among divorced women. *Iranian Journal Of Psychiatric Nursing*, 5(6), 45-52.
- Sancaklı, D. (2014). *Boşanmış annelerin ve çocuklarının boşanma sürecine ilişkin yaşantıları*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Server, D. (2008). *Anne babası boşanmış ve boşanmamış olan ergenlerin depresyon düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa.
- Sipahioğlu, Ö. (2008). *Farklı risk gruplarıdaki ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Soylu, Y. (2018). Boşanmış kadınlarda psikolojik sağlamlığı açıklamaya yönelik bir model geliştirme. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği*, 8(49), 81-100.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. (Ed. Figen Çok, Çev.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Stewart, K. A., Vandell, D. L., McCartney, K., Owen, M. T., ve Booth, C. (2000). Effects of parental separation and divorce on very young children. *Journal Family Psychology*, 14(2), 304-26.
- Stolberg, A. L. ve Garrison, K. M. (1985). Evaluating a primary prevention program for children of divorce. *American Journal Of Community Psychology*, 13(2), 111-124.
- Şentürk Aydın, R. (2013). *Yaşam becerileri psiko eğitim programının boşanmış aile çocuklarının uyum düzeylerine etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Şimşek Yüksel, D. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın ana babası boşanmış ergenlerde boşanmanın olumsuz etkileri ile başa çıkma stratejileri ve benlik saygıları üzerindeki etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Tatlıoğlu, K. ve Demirel, N. (2016). Sosyal bir gerçeklik olarak boşanma olgusu: sosyal psikolojik bir değerlendirme. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(22), 59-73.
- Tanrıverdi, D., Özgüç, S. (2019). Parçalanmış ve tam aileye sahip çocukların ergenlerin şiddete yönelik tutumları ve saldırganlık davranışlarının karşılaştırılması. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 10(3), 165 – 172.
- Turner Heather A. (2006). Stress, social resources, and depression among nevermarried and divorced rural mothers. *Rural Sociology*, 71, 479–504.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2019). Evlenme Boşanma İstatistikleri. Erişim adresi: <http://www.tuik.gov.tr/>
- Türkarıslan, N. (2007). Boşanmanın çocuklar üzerine olumsuz etkileri ve bunlarla başetme yolları. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(11), 99-107.
- Ungar, M., ve Liebenberg, L. (2011). Assessing resilience across cultures using mixed methods: construction of the Child and Youth Resilience Measure. *Journal of Multiple Methods in Research*, 5, 126-149.
- Uğur, B.S. (2014). Günümüzde kadının boşanma deneyimleri: Akademisyen kadınlar üzerine bir araştırma. *Mediterranean Journal of Humanities*. 4(2), 293-326.
- Uyar, S. (1999). *Boşanmış bireylerin evlilik süreci ve bugüne ilişkin psikolojik sorunları üzerine bir araştırma*. Yayımlanmamış uzmanlık tezi. GATA, Ankara, Türkiye.
- Velderman, M. K., Pannebakker, F. D., Van Vliet, W., ve Reijneveld S.A. (2016). Prevention of divorce-related problems in dutch 4-to 8-year-olds: cultural adaptation and pilot study of the children of divorce intervention program. *Research on Social Work and Practice*, 28(4), 415-427.

- Walczak, Y. ve Burns, S. (2004). *Boşanma ve çocuk üzerine etkileri*. (İ. Ersevrim, Çev). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Wallerstein, J. S., & Lewis, J. M. (2004). The unexpected legacy of divorce. Report of a 25-year study. *Psychoanalytic Psychology*, 21, 353-370.
- Wolchik, S. A., Wilcox, K., Tein, J., ve Sandler, I. (2000). Maternal acceptance and consistency of discipline as buffers of divorce stressors on children's psychological adjustment problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28(1), 87-102.
- Wolf, S. (2004). *Problem çocuklar*. (6. bs). (A. Oral ve S. Kara, Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Yörüköđlü, A. (2000). *Değişen toplumda aile ve çocuk*. İstanbul: Özgür Yayınları.

Extended Abstract

Divorce is a situation that often starts with intense family conflicts, progresses with the divorce process and ends in divorce, causing complex feelings, especially in children. While the impact of divorce, which is a personal experience, varies for each child, it has been generally determined that children are negatively affected by divorce (Aral and Sağlam, 2012; Büyükşahin, 2009; Kelly, 2000; Nock, 2000; Öngider, 2013; Server, 2008; Türkarslan, 2007; Walczak and Burns, 2004). Divorced children have been found to have low levels of academic achievement, social skills, psychological adjustment, and self-esteem, and they exhibit a high frequency of behavioral problems (Gindes, 1998; Stacey and McCabe, 2001). The child's adjustment to divorce largely depends on the adult's adjustment to divorce. The adult with whom the child resides showing adaptation to divorce will facilitate the child's acceptance of divorce and their adjustment to a new order (Hetherington and Hagan, 1999). Divorce is a process that affects both sides, but it appears that women are more prone to exhibiting depressive symptoms (Kalmijn and Monden, 2006; Soylu, 2018). Studies (Akgül Sarpkaya, 2013; Couto, Koller, and Novo, 2011; Demircioğlu, 2000; Özar and Yakut Çakar, 2012; Sancaklı, 2014) indicate that women are more emotionally, socially, and economically affected by this process. Especially in the first two years after divorce, women experience intense anger and anxiety, express feelings of helplessness and worthlessness, and are found to experience a decline in their social and sexual lives (Arıkan, 1992). The experience of divorce can be a source of numerous negative emotions for women, such as feelings of worthlessness, loneliness, hopelessness, and helplessness (Oğurtan, 2011). Interventions involving the post-divorce family are believed to be a variable that facilitates adjustment for both children and mothers. One of the factors that may enhance post-divorce adjustment is psychological resilience. Psychological resilience is defined as the ability to cope with and adapt to life difficulties effectively, and it is an important protective characteristic that can be developed (Cicchetti, 2010). In single-parent families, another variable that could be significant for post-divorce adjustment is family life satisfaction. Family life satisfaction represents the satisfaction arising from the togetherness of family members, the quality of existing relationships, and the emotional bond established (Carver & Jones, 1992). In this study, family life satisfaction is considered as a variable that needs to be developed in single-parent families in order to maintain the functioning of the family after divorce. The general aim of this research is to examine the effects of divorce adjustment programs

designed for custodial children and their mothers on their adjustment to divorce, psychological resilience, and family life satisfaction.

Method: This research utilized a mixed (split plot) 2x3 quasi-experimental design with pre-test, post-test, and follow-up tests (Büyüköztürk, 2001). The dependent variables of the study are the scores obtained from the Child Divorce Adjustment Scale-School Form, Child Divorce Adjustment Scale, Adult Psychological Resilience Scale, Child and Adolescent Psychological Resilience Scale, and Family Life Satisfaction Scale. The independent variables are psychoeducational programs for the children of divorced families and their mothers. The research was carried out with the children and mothers of divorced families between the ages of 12-14 who were studying in a secondary school in the Etimesgut district of Ankara in the 2018-2019 academic year. Criterion sampling, one of the purposeful sampling methods, was used in the study. The study group consisted of a total of 32 participants, including 16 mothers and 16 children. The study group comprised seventh-grade students, with the experimental group consisting of five girls and three boys, and the control group consisting of six girls and two boys. The average age of the students was 13.75. The data of the study were collected from children using the Child Divorce Adjustment Scale-School Form, Children's Divorce Adjustment Scale, Child and Adolescent Psychological Resilience Scale, and Family Life Satisfaction Scale. The data of the participating mothers, another part of the study group, were collected using the Adult Divorce Adjustment Scale, Adult Psychological Resilience Scale, and Family Life Satisfaction Scale.

Results: The results show that there is a significant difference in the divorce adjustment levels of the children in the experimental group after the program ($z=2.52$; $p<0.05$). The effect size calculated for this difference is $r=0.32$, indicating a moderate level of difference. In the control group, no significant difference was observed after the program ($z=1.63$; $p>0.05$). This shows that the implemented program is effective. Furthermore, the psychological resilience of children in the experimental group showed a significant difference after the implementation of the Children's Divorce Adjustment Program ($z=2.52$; $p<0.05$). According to the Wilcoxon test results for the Family Life Satisfaction Scale pre-test and post-test scores of the children in the experimental and control groups, a significant difference in family life satisfaction was found in the experimental group after the program ($z=2.37$; $p<0.05$). Similarly, according to the Wilcoxon test results regarding the pre-test and post-test scores of mothers in the experimental and control groups, it was determined that the levels of divorce adjustment

among mothers increased after the implementation of the program ($z=2.52$; $p<0.05$). Similarly, a significant difference was observed between the pre-test and post-test scores in the psychological resilience of the mothers ($z=2.52$; $p<0.05$; $r=0.32$). In addition, the family life satisfaction of mothers in the experimental group showed a significant difference after the program ($z=2.52$; $p<0.05$).

Discussion & Conclusion: When the results of the research are evaluated, it can be concluded that the children in the experimental group who participated in the study showed a significant improvement in divorce adjustment, psychological resilience, and family life satisfaction compared to the control group after the program. Similarly, the participating mothers in the experimental group showed a significant improvement in divorce adjustment, psychological resilience, and family life satisfaction compared to the control group.

In conclusion, this research demonstrates the effectiveness of school-based, developmental, and preventive intervention programs such as divorce adjustment programs on children and mothers. School psychologists can utilize these adjustment programs for children and mothers transitioning to single-parent family structures after divorce. The implemented program is designed for families where the mother is a single parent, with low educational and socioeconomic status. Tailored programs can be designed for children and families in different age groups, with additional sessions addressing specific skill areas based on the needs of the families.

Yazarlar Hakkında / About Authors

Dr. Derya HALİSDEMİR, Milli Eğitim Bakanlığı. E-posta: deryapdr@hotmail.com

Derya HALİSDEMİR, Ministry of National Education. E-mail: deryapdr@hotmail.com

Prof. Dr. Serap NAZLI, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi. E-posta: serapnazli68@gmail.com

Prof. Dr. Serap NAZLI, Ankara University Faculty of Educational Sciences. E-mail: serapnazli68@gmail.com

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest


Çıkar çatışması yoktur.

There is no conflict of interest.

Fonlama / Funding

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.
No funding has been received.

ORCID

Derya HALİSDEMİR  <https://orcid.org/0000-0002-3082-0208>

Serap NAZLI  <http://orcid.org/0000-0002-8875-7926>

Ghosting: “Bir Ayrılık Stratejisi Olarak Ortadan Kaybolma”

Ghosting: “Disappearance as a Relationship Dissolution Strategy”

Zülal ERKAN^{ID}, Ali ŞIK^{ID}, Ali KARATAŞ^{ID}

Öz. Ghosting, herhangi bir açıklama yapılmadan bir ilişkiyi bitirmeyi ve partnerin tüm ulaşım kanallarını kapatarak bir “yok olma” eylemini ifade etmektedir. Ghostingde partnerle sosyal medya üzerinden iletişim kesilerek bireyin kendini geri çekilmesi yoluyla ilişki sonlandırılmaktadır. Bunun sonucunda ghostingi uygulayan kişinin hiçbir açıklama yapmadan ortadan kaybolması, maruz kalana belirsizlikten kaynaklanan stres yaşatacak, endişe ve kafa karışıklığına neden olabilmektedir. Ghostinge maruz kalan bireyler ghosterlardan belki bir cevap alabilecekleri düşüncesiyle iletişime geçebilmektedirler. Romantik ilişkinin herhangi bir evresinde ortaya çıkabilen bu durumun, ruh sağlığı üzerinde ciddi etkilerinin olduğu görülmektedir. Ghoosteelerin; yaşamları üzerinde kontrollerine olan inançları, özsaygıları, aidiyet ihtiyaçları ve anlamlı varoluşa sahip olduklarına yönelik inançları sarsılmaktadır. Bu çalışmada ghosting’i tanımlamak; ortaya çıkış nedenlerini, sonuçlarını ve psikolojik etkilerini açıklayarak alandaki Ghosting kavramına yönelik bir eksikliği doldurmak ve ruh sağlığı çalışanlarına bir farkındalık çerçevesi sağlamak amaçlanmaktadır.

Anahtar Kelimeler. Ghosting, romantik ilişkiler, ayrılık stratejileri

Abstract. Ghosting refers to the act of ending a relationship without any explanation and closing all the partner's transportation channels, almost an act of "extinction". In ghosting, communication with the partner is cut off via social media and the relationship is terminated by withdrawal of the individual. As a result, ghoster will cause stress, anxiety and confusion to the ghostee due to uncertainty. Afterwards, ghostee can try to contact them with the thought that they can get an answer from the ghosters who suddenly cut off communication with them. This situation, seems to have serious effects on mental health. Individuals exposed to ghosting; their belief in control over their lives, their self-esteem, their need for belonging, and their belief that they have a meaningful existence are shaken. In this study, to define ghosting, It is aimed to fill a gap in the concept of ghosting in the field by explaining the reasons for its emergence, the results and psychological effects of this situation, and to provide an awareness framework for mental health professionals on this issue.

Keywords. Ghosting, romantic relationships, romantic dissolution strategies

Zülal Erkan

Doç. Dr., Mersin Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Mersin, Türkiye
e-mail: zerkan@mersin.edu.tr

Ali Şık

Uzman Psikolojik Danışman., Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı,
Ankara, Türkiye
e-mail: als7@yahoo.com

Ali Karataş

Uzman Psikolojik Danışman., Bedii Sabuncu Anadolu Lisesi,
Hatay, Türkiye
e-mail: alikaratas396@gmail.com

Geliş/Received: 18.04.2023
Düzeltilme/Revision: 15.05.2023
Kabul/Accepted: 18.05.2023
<https://doi.org/10.58434/apdad.1284984b>



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

Aileden başlamak üzere birçok farklı alanda başkalarıyla ilişki içerisinde olan insan, teknolojinin sunduğu imkânlar sayesinde bu ilişkileri çok daha kolay kurabilmektedir. Teknolojik gelişmelerin insan ilişkilerini yoğun şekilde etkileyen kısmını oluşturan sosyal ağlar ise romantik ilişkilerin deneyimlenme şeklini derinden değiştirmiştir (Van Ouytsel, Van Gool, Walrave, Ponnet ve Peeters, 2016). Aşk veya yakın ilişkilerin oluşumu açısından çeşitli fırsatları keşfetme zamanı olan beliren yetişkinlikte (Azura ve Ardi, 2022) bu fırsatları elde etmek özellikle sosyal ağlar sayesinde hiç olmadığı kadar kolay ve zahmetsiz bir hal almıştır. Çevrim içi ilişkilerin, ilişki süreçlerini büyük ölçüde değiştirmesiyle bireyler; romantik ve cinsel ilişkiler aramak için hayatlarına çevrim içi tanışma platformlarını dâhil etmişlerdir (Navarro, Larrañaga, Yubero, ve VÍllora, 2020). Söz konusu değişimler ilişkinin başlatılması ve sürdürülmesini etkilediği gibi ayrılık süreçlerinde de birtakım farklılıkların oluşmasında rol oynamıştır.

Yakın bir ilişkinin sona ermesi, hayatın en üzücü olaylarından biri olabilir (Sprecher, 1994; Tashiro ve Frazier, 2003). Travmatik olaylarla ilgili yapılan bir anket çalışmasında katılımcıların büyük çoğunluğu yakın bir ilişkinin sona ermesini, yaşanabilecek en üzücü olaylardan biri olarak göstermektedirler (Frazier ve Hurliman, 2001). Bu durum, ayrılık süreçlerinin bireylerin duygu durumları üzerinde etkili olan önemli bir yapı olarak ele alınmasını gerektirmektedir. Özellikle sosyal ağlar aracılığıyla kurulan ilişkiler sonlandığında, bireyler eski partnerlerine dair bilgi almaya ve yaşamlarında olup bitenleri görebilmeye yine sosyal ağlar sayesinde devam edebilmektedir. Bireylerin eski partnerlerini sosyal ağlar aracılığıyla izlemeye karar verip vermemeleri ise, ayrılığın bağlamıyla ilişkilidir. İlişkiyi kendileri sonlandırmayan bireylerin, ilişkiyi sonlandıranlara göre eski partnerleri hakkında bilgi arama olasılığı daha yüksektir (Van Ouytsel, Van Gool, Walrave, Ponnet ve Peeters, 2016). Bazı ayrılık yöntemlerinde ise ilişkiyi bitiren birey, eski partnerinin yaşamını takip etmesi bir yana ilişkinin bitişine dair herhangi bir bilgi edinmesine bile olanak tanımamaktadır.

Ayrılık sürecinde ilişkiyi sonlandıran bireyler, doğrudan veya dolaylı stratejiler kullanabilmektedirler. Doğrudanlık, ilişkiyi bitiren bireyin bu isteğini partnerine iletmesi ve böylece ilişkiyi sonlandırması anlamına gelmektedir. Doğrudan stratejiler; açık, direkt ve samimi iletişimi içerir. Ayrılık sürecinde doğrudan stratejiler kullanmak, partnerlerin durumu daha kolay kabul etmelerini sağlamaktadır (Baxter 1984). Dolaylı stratejiler ise, ayrılık kararı alan bireyin

partnerine kararıyla ilgili tutarlı veya şeffaf bir yaklaşım sergilemeden belirsiz, üstü kapalı, muğlak iletişim veya davranışlar sergilemesini ifade etmektedir. Ayrılık sürecinde dolaylı stratejiler kullanmak, doğrudan stratejilerin tersine partnerlerin ayrılığı kabul etmeleri önünde zorluk yaratır (LeFebvre, 2017).

Yüz yüze bir ortamda birini görmezden gelmek gibi kaba olarak kabul edilebilecek davranışlar, internetin aracılık ettiği iletişim biçimlerinin sağladığı görece anonimlik ve kolaylık nedeniyle çevrim içi flört ortamında yaygın bir yöntem haline gelebilir (Tong ve Walther, 2011). Çevrim içi ortamın sağladığı bu kolaylık nedeniyle bu durum, ilişki sonlandırma sürecinde de sık kullanılmaya başlanmıştır. Bir ilişkiyi bitirmek yeni bir durum olmasa da ilişkiyi bitirmek adına aralarından seçim yapılabilecek çeşitli stratejiler vardır. "Ghosting", son zamanlarda araştırmacıların dikkatini çekmeye başlayan dolaylı bir ilişki bitirme stratejisi olarak karşımıza çıkmaktadır (Azura ve Ardi, 2022; LeFebvre, 2017).

Bu çalışmanın konusu, son zamanlarda yeni bir ilişki bitirme stratejisi olarak ortaya çıkan ghostingdir. Ghosting, herhangi bir açıklama yapılmadan bir ilişkiyi bitirmeyi ve partnerin tüm ulaşım kanallarını kapatarak adeta bir "yok olma" eylemini ifade etmektedir. Türkçe literatürde bir çalışmaya rastlanan kavramla ilgili yurt dışı literatürde de çok az çalışma bulunmaktadır. Bu nedenle çalışmanın amacı; ghosting'in mevcut literatür doğrultusunda tanımlanmasının yapılması, nedenlerinin incelenmesi, bireyler üzerindeki etkilerinin ortaya konmasıdır. Bu çalışmanın; ilişkiyi habersiz sonlandıran bireylerin ve maruz kalan partnerlerinin içinde buldukları durumu ve durum karşısındaki reaksiyonlarını anlamlandırmalarına; böylece bu bireylerde farkındalık oluşturmaya yardımcı olacağı düşünülmektedir. İlişkide aniden ortadan kaybolan bireylerin davranışlarının altında yatan motivasyonlarının ve bu davranışların, maruz kalan bireyler üzerindeki muhtemel etkilerinin anlaşılmasının aile danışmanlığı alanında ve yakın ilişkilere yönelik sürdürülen psikolojik danışma hizmetlerine ve ilgili alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Ghosting

Ghosting terimi, ilk olarak 2006 yılında Urban Dictionary'de yayınlanmış ve "arkadaşlara haber vermeden ortadan kaybolma, planlarını iptal etme eylemi" olarak tanımlanmıştır (Sulymka, 2022). Ayrıca Dwyer (2007) da insanların kendilerini bilgisayar sistemlerindeki diğer kullanıcılara görünmez hale getirdikleri durumu ifade etmek için ghosting terimini kullanmıştır. Terimin

Türkçe karşılığına yönelik Kıvanç (2022) "hayaletleme" terimini kullanmıştır. Fakat hayaletleme teriminin ghostingi tam anlamıyla karşılamadığı düşünüldüğünden bu çalışma kapsamında orijinal ifade kullanılmıştır. Bunun yanında ghosting eylemini uygulayan birey ghoster, eyleme maruz kalan birey ise ghostee olarak anılmaktadır. Ghosting terimi, daha sonraları modern ilişki biçimlerinin sonlanmasında ortaya çıkan yeni bir durumu anlatmakta kullanılmış ve Cambridge sözlüğünde biriyle olan tüm iletişimi keserek bir ilişkiyi aniden bitirmenin yolu olarak tanımlanmıştır (Cambridge İngilizce Sözlük). Ghosting olarak adlandırılan bu ayrılık stratejisi, son zamanlarda popüler kültürde sıkça karşılaşılan bir durum haline gelmeye başlamıştır. Ghosting, sosyal ağların aracılık ettiği tanışmalarla başlayan, daha sonra kişisel iletişime geçen ve aniden biten romantik ilişkilerle ilgilidir (Marini ve Sembiring, 2021) ve ayrılan bireyin, ayrıldığı partnerle çevrim içi ve çevrimdışı temastan kaçınarak romantik bir ilişkiyi tek taraflı olarak sonlandırdığı durumları ifade etmektedir (Koessler, Kohut ve Campbell, 2019). İletişimi keserek bir ilişkiyi sona erdirmeye fikri muhtemelen çok uzun bir süredir var olmasına rağmen, mevcut teknoloji biçimleri Ghostingi daha belirgin bir ilişki bitirme stratejisi haline getirmektedir (LeFebvre, 2017). Çevrim içi ilişkilerde kullanılan en dikkate değer terimlerden olan ghostingde (Yap, Francisco ve Gopez, 2021) ilişkinin bitişi ani olduğundan partnerler arasında süreç hakkında bir iletişim imkanı da kalmamaktadır.

Birçok kişi; çevrim içi ve gerçek hayatta tanıştığı partneri tarafından ghostinge maruz kalmaktadır (Marini ve Sembiring, 2021) ve ghosting, belirli bir bireyle iletişim yöntemlerinden kaçınma eylemi haline gelmektedir (LeFebvre, 2017). Kaçınma yoluyla bir ilişkiyi sona erdirmek yeni bir durum olmasa da partnerler arasında teknolojik bağlantılar kurmak ve bu ağları keserek ilişkileri sonlandırmak, modern ilişki sonlandırma stratejilerinin giderek daha tipik bir yönü olabileceği anlamına gelmektedir. Bazı bireyler ayrılık süreçlerini zorlayıcı bulabildiklerinden, bu süreçleri deneyimlemekten kaçınabilmektedirler. Hayal kırıklığına uğramak veya ayrılığa dair bir açıklama yapmak yerine partnerle temastan kaçınmak, modern romantik ilişkilerde nispeten yeni bir durum olarak görülebilmektedir (Koessler, Kohut ve Campbell, 2019). Tek taraflı ilişki sonlandırmaya yönelik bu kaçınma davranışları, aramalara veya mesajlara cevap vermemeyi ve partneri sosyal medya platformlarında (Tinder, Facebook, Instagram, Snapchat vb.) takibi bırakmayı, arkadaşlıktan çıkarmayı veya engellemeyi içerir (LeFebvre, 2017; Yap, Francisco ve Gopez, 2021). Navarro, Larrañaga, Yubero ve Vllora (2020) da aramalara veya mesajlara yanıt vermemeyi, ortak tanıdıkları takibi bırakmayı veya

engellemeyi tipik ghosting davranışları arasında görmektedir. Sosyal medya aracılığıyla kurulan ilişkilerde insanlar, diğer kişiyi silerek veya engelleyerek ya da yanıt vermeyerek istenmeyen kişileri kolayca reddedebilirler (Tong ve Walther, 2011). Bu davranışlarla beraber birey, partneriyle tüm iletişim kanallarını keserek daha önce hayatında hiç var olmamış gibi ortadan kaybolmaktadır. Böylece birey, istenmeyen ayrılık sürecini deneyimlemekten kurtulmuş olmaktadır.

Ghosting; ilişkiyi kaçınma yoluyla sonlandırmayı ve teknolojik olarak aracılık edilen yerleşik iletişim yollarını kesmeyi içerdiğinden, düşüncesiz bir ayrılma stratejisi olarak algılanabilir (Koessler, Kohut ve Campbell, 2019) ve maruz kalanlar için en istenmeyen ilişki sonlandırma biçimidir (Azura ve Ardi, 2022). Bir iletişim eksikliği olan ghostingın, doğrudan etkisi belirsizdir (LeFebvre, 2017) ve hem romantik hem de romantik olmayan ilişkilerde muhtemelen henüz keşfedilmemiş başka bağlamlarda ortaya çıkabilecek özelliğindedir (Yap, Francisco ve Gopez, 2021). Marini ve Sembiring'e (2021) göre de ghosting bireylerde psikolojik sıkıntıya neden olmakta ve bireylerin yaşam doyumlarına olumsuz etki etmektedir.

Ghosting; çevrim içi arkadaşlık siteleri, flört uygulamaları ve daha kısa süreli ilişkiler ile bağlantılıdır (Navarro, Larrañaga, Yubero, ve VÍllora, 2020). İlişkilerin başlatılması ve sürdürülmesinin teknolojiden nasıl etkilendiğine odaklanılan birçok çalışma olsa da çok az araştırma, ilişkilere aracılık eden teknolojik araçların aniden ortadan kaldırılarak veya erişimin engellenerek ilişkilerin tek tarafı olarak nasıl sonlandırılacağına odaklanmıştır (Koessler, Kohut ve Campbell, 2019; Navarro, Larrañaga, Yubero, ve VÍllora, 2020). Bu anlamda ghosting, son zamanlarda bilimsel dünyada gittikçe artan bir şekilde ilgi görmeye başlamıştır (Powell, Freedman, Le ve Williams, 2022). Ghostingın diğer ayrılma stratejilerine benzer yönleri olmakla birlikte yeni ve farklı bir konsept olduğu söylenebilir (Timmermans, Hermans ve Oprea, 2021). Mevcut durumda ayrılık sürecindeki her iki taraf için de ghosting deneyimlerinin, açık bir veda ifadesi içeren daha geleneksel ayrılıklardan farklılığı hakkında çok az şey bilinmektedir (Koessler, Kohut ve Campbell, 2019). Bununla birlikte ghostingı diğer ayrılık stratejilerinden ayıran şey, net bir açıklamanın veya partnere ayrılığa dair bir bildirim olmamasıdır. Birey, mevcut ilişkisinin sonlandığını partneri ortadan kaybaldığında anlar. Sonuç olarak neler olduğunun farkına varamaz ve bir anda yok olmanın ne anlama gelebileceğini kendi başına yorumlamaya bırakılır (Freedman, Powell, Le ve Williams, 2019). Ghosting fenomeninin en belirgin

unsurlarından biri belirsizliktir. Bu da belirsizliği konseptinde barındıran Ghosting'in olumsuz taraflarından birini ifade etmektedir.

Ghosting'in ortaya çıkardığı etkilerden biri de dışlanmadır ve dışlanma, bir dizi olumsuz sonuçla ilişkilendirilmiştir. Ghosting ve dışlanma birçok noktada örtüşür ancak bunlar farklı süreçler olarak kabul edilebilir. Ghosting, bir ilişki bitirme yoludur. Dışlanma ise bir ilişki içinde ortaya çıkmasına rağmen ilişkinin sonlanmasına neden olmayabilir. Yani iki süreç de partnerin reddedilmesini içermesine rağmen dışlanmada ghosting'in aksine bir ilişki sonlandırma süreci söz konusu değildir. Bunun yanında ghosting ve dışlanma iletişimi reddetmeyi içerdiğinden, ghosting'in dışlanmanın neden olduğu sonuçlara benzer olumsuz sonuçlara yol açması mümkündür. Ghosting'in meydana gelmesinin bir tık kadar kolay olması da oldukça yıkıcı olabileceğinden kavram üzerine daha derin bir anlayış ve inceleme yapılmalıdır (Freedman, Powell, Le ve Williams, 2019).

İlişkiyi Habersiz Sonlandıran (Ghoster) ve Maruz Kalan (Ghostee)

Bir ilişkinin sonlanması, her iki tarafın da eşit olarak istediği durumlarda nispeten daha az üzüntü yaratır (Sprecher, 1994). Bir tarafın ilişkiyi bitirme isteğini taşıdığı durumlarda ise ilişkiyi bitiren tarafın partnerinden sosyal ve kişisel değer bağlamında üstün bir konuma yerleştiği varsayılabilir. Bununla birlikte ilişkiyi bitiren taraflar da ayrılıktaki rollerine bağlı olarak ayrılık kararlarının belirli sonuçlarıyla karşı karşıya kalmaktadırlar. İlişkiyi bitiren bireyler ilişkinin sonlanmasından sorumlu tutulurlar ve "zalim" olarak algılanarak olumsuz tepkilere maruz kalabilmektedirler. İlişkiyi bitirenler kalpsiz veya anlayışsız; maruz kalanlar ise kurbanlar olarak nitelendirilebilmektedirler. İlişkiyi bitirmenin getirdiği bu türden bir itibar zedelenmesi ve olumsuz sonuçlar, bireyleri bu durumlara maruz kalmaktan kaçınmaya itebilmektedir (Perilloux ve Buss, 2008).

İlişkiyi bir tür kaçınma yoluyla sonlandırma biçimi olan ghosting, iki taraf barındırır. İlişkiyi aniden ve habersiz bitiren taraf olan ghoster ve bu davranışa maruz kalan ghostee. Ghosterlar, ghosting'i başlatan taraftır ve sürecin tümünde olmasa da çoğunda kontrole sahiplerdir. Nasıl bir anda ortadan kaybolacaklarını, süreci ve şeklini belirlerler ve partnerlerini neden ghostinge maruz kaldıkları konusunda "karanlıkta" bırakırlar. Ghosterlar bunu genellikle iletişim kurdukları platformda partnerlerine az ve geç yanıtlar vererek, onları aniden engelleyerek ya da tamamen görmezden gelerek yapmaktadırlar (Yap, Francisco ve Gopez, 2021).

Yap, Francisco ve Gopez'in (2021) yaptıkları çalışmaya göre ghosterların en yaygın motivasyonları şunlardır: Toksik ilişki, ilişkiyi sürdürmeye yönelik ilgi kaybı, can sıkıcı partner, kendini koruma ve sınırları aşmak. LeFebvre (2017) de ghosterların ilişkiyi çevrim içi ortamda başlattıkları gibi yine çevrim içi ortamda sonlandırmayı en kolay yol olarak gördüklerini; can sıkıntısı, ilişkiye yönelik olumsuzluk algısı, güvenlik ve en yaygın neden olarak da daha iyi alternatifler olması gerekçeleriyle partnerlerini ghostinge maruz bıraktıklarını belirtmiştir. Uzun süreli ilişkisini bitiren ghosterlar daha çok yavaş yavaş ve kademeli olarak partnerlerinden uzaklaşırken daha kısa süreli ilişkileri ise daha ani ve birdenbire sonlandırma eğiliminde oldukları belirlenmiştir. İlişkinin uzun sürmesi ghosterların daha fazla tereddüt, pişmanlık ve suçluluk hissetmesine neden olmaktadır. İlişkiyi kademeli sonlandırmak ani sonlandırmaya göre daha sık kullanılan bir yöntemdir ve ghosterlar ilişkide varlığını çok fazla hissettirmeme ve partnerin iletişim çabalarına yeterli karşılığı vermeme yoluyla ghosting sürecini yavaş yavaş uygulamaya koyarlar ve böylece ilişkinin tamamen bitmesini sağlarlar. Bu yöntemlere örnek olarak geç ve soğuk yanıtlar verilebilir (Yap, Francisco ve Gopez, 2021).

Ghosterın ilişki bitirme kararı; Ghosteeyi ve benliğini doğrudan etkiler. İlişkiyi sonlandırmaya yönelik gerekçelerin açıklanması yine ilişkinin sorumluluklarındandır ve doğrudan bir açıklama olmaksızın ilişkiden bir anda yok olmak, partneri belirsiz bir suçluluk duygusuyla baş başa bırakabilmektedir. Ghosting, partnere ayrılığa dair açıklama içermediğinden belirsizlik halinin sürmesine, belirsizlik ise yas sürecinin devam etmesine neden olur (Boss, 2007). Ghostee bu belirsizlik halini azaltmaya çalıştıkça ilişkinin sonlanmasını içselleştirebilir ve elinde olan tek bilgi kendisinden "kaçan" bir birey olduğundan kendini suçlama eğiliminde olabilmektedir (LeFebvre, 2017). Ghostingin yarattığı belirsizlik ayrıca kafa karışıklığı ve kaygı da yaratabilmektedir.

Birey, ayrılmadan önce aldatma gibi ayrılığı tetikleyecek yöntemler uygulamaya başlayabilir (Perilloux ve Buss, 2008). Ghostinge maruz kalanlar ise yaşadıkları durumu partnerlerinin kendilerine yanıt vermeyi bıraktıklarında veya onlara hiç ulaşamadıklarında anladıklarını belirtmişlerdir. Ghosteeler, genellikle ilişkilerinin neden sona erdiğine dair hiçbir bilgi veya ipucuna sahip değildirler. Bununla birlikte, bazıları buna maruz kalmadan önceki olaylara bağlı olarak ipuçlarını yorumlayabilmekte ve varsayımlar ortaya atabilmektedirler (Yap, Francisco ve Gopez, 2021).

Ghosting Nedenleri

İnsanlar pek çok sebeple romantik ilişkilerini sonlandırabilmektedirler. Romantik ilişkiyi sonlandıran taraf ise, bunu yaparken doğrudan gerçekleştirebileceği gibi dolaylı stratejiler de kullanabilmektedir. Freedman, Powell, Le ve Williams, (2019) romantik ilişkiyi sonlandırmada dolaylı bir strateji olan ghosting tercih edilmesinin, bireylerin romantik ilişki inançları ile yakından ilişkili olduğunu ileri sürmüşlerdir. Yaptıkları çalışmada kader inançlarına sahip (ruh eşlerine sahip oldukları ve ilişkinin yürüyüp yürümeyeceğine ilk anda karar veren) kişilerin, büyüme inançlarına sahip (işkilere şekillendirilebilir olduğunu ve iletişim yoluyla ilişkideki engellerin aşılabileceğine inanan) kişilere nazaran daha fazla ghosting uygulama eğiliminde olduklarını belirlemişlerdir. Bir başka çalışmada ise ghosting stratejisini kullanan bireylerin kader inançlarına ve kaçınmalı bağlanma stiline sahip oldukları bulunmuştur. Diğer taraftan bu duruma maruz kalan bireylerin ise kaygılı bağlanma stiline sahip oldukları görülmüştür (Powell, Freedman, Williams, Le ve Green, 2021).

Ghosterlar açısından değerlendirildiğinde bu durumun en önemli nedeni bu strateji aracılığıyla ilişkilerini sonlandırmanın onlara kolaylık sağlaması olarak görülmektedir. Bu strateji aracılığıyla partnerlerinin yoğun duygulanımlarıyla yüzleşmekten kaçındıklarını ve ilişkiyi bitirmeye yönelik daha az kaygı ve stres duyduklarını belirtmişlerdir (Koessler, Kohut ve Campbel 2019). LeFebvre, Allen, Rasner, Garstad, Wilms ve Parrish (2019), ilişkiyi sonlandırmada sağladığı kolaylığın yanı sıra çekiciliğin kaybolması, olumsuz etkileşim, romantik ilişkinin durumu ve güvenlik olmak üzere ghosting tercih edilmesinin beş nedeni olduğunu ortaya koymuştur. Aşağıda bunlar kısaca açıklanmaktadır:

1. Çevrim içi ortamlarda gerçekleşen flörtleşme ve flörtlere olan erişim kolaylaşmaktadır. Bunun yanı sıra potansiyel partnerlerle kurulan ilişkilerde çekimi artıran daha fazla bilgiye (dış görünüş, meslek, ilgi alanları vb.) yer verilebilmekte (Bredow, Cate ve Huston, 2008) ve bunlar ilişkinin sürdürülüp sürdürülmemesinde önemli bir ölçüt olmaktadır (Regan, 2017). Birey, potansiyel partnerlerden birinin kendine daha uygun olduğuna karar verdiğinde yani diğer seçeneklerin çekiciliği azaldığında ghosting aracılığı ile ilişkilerini sonlandırabilmektedir.

2. Olumsuz etkileşim ise, genellikle ilişkiyi başlatan kişinin partneriyle yaşantıları sonucu yaşadığı olumsuz duygulanımlara işaret etmektedir. Partner karşı duyguların değişmesi, öfke, hayal kırıklığı ve ani bir tiksinti gibi duygulanımlar,

partnerle tartışmak istenilmemesi veya toksik etkileşimlerden kaçınmak amacıyla birey bu stratejiye başvurabilmektedir.

3. Bir diğer neden olan ilişki durumu bireylerin potansiyel partnerleri ile ilişkilerini nasıl gördükleri ve ilişkinin süresiyle ilişkilidir. Romantik ilişki flörtten öteye gitmemiş ve kısa süreli olduğunda veya romantik ilişki olarak başlayan ancak daha sonra bireylerin kendi içlerinde duygu değişimleri yaşadıklarında (partneri arkadaş olarak görmeleri) bireyler ayrılık için bir açıklama yapma ihtiyacı duymayabilmektedirler.

4. Son olarak ghosting, bireylere güvenliği sağlamak için pratik ve kolay bir yol sağlar. Bireylere partnerleri ürkütücü, tuhaf veya agresif tavırlar sergileyebilmekte ve kişisel güvenliklerini tehdit edebilmektedir. Çevrim içi ortamlar aracılığıyla ortadan kaybolmak, bireylere yüz yüze iletişimin sağlayamadığı bir güven duygusu vermektedir.

Ghosting ve Kaçınmacı Davranış

İnsan hayatının merkezi bir bileşeni olan yakın ilişkiler, psikolojik sağlığa önemli ölçüde katkıda buldukları gibi ıstırap ve duygusal acı kaynağı da olabilirler (Gable ve Impett, 2012). Tatmin edici bir romantik ilişki kurmak riskli bir çaba olabileceği için (Cavallo, Fitzsimons ve Holmes, 2010) bireyler, yalnızca tehlike veya diğer hoş olmayan sonuçlarla ilişkili olaylardan değil, aynı zamanda bu tür olayların sembolik temsillerinden (örneğin; düşünceler ve anılar) kaçınmak için de motive olurlar (Wolgast, Lundh ve Viborg, 2013). Kaçınmacı davranış; yapısal olarak bir eylemden, kişiden, durumdan kaçınmayı veya kaçmayı ifade etmektedir. Kaçınmanın davranışsal boyutu; alternatif ödülleri aramayı, kaçmayı veya bir stres kaynağına doğrudan temastan sakınmayı amaçlayan tepkileri içerir (Ottenbreit ve Dobson, 2004).

Cloninger'in (1987) kişiliği yenilik arayışı, zarardan kaçınma ve ödül bağımlılığı gibi temel uyarıcı-tepki özellikleri kapsamında açıkladığı biyososyal kişilik teorisi, kaçınmacı davranışın nedenlerini anlamlandırabilme açısından önemli bir yapı olarak ortaya çıkmaktadır. Buna göre yenilik arayışının, potansiyel ödülleri veya ceza hafifletme için yeni uyaranlara veya ipuçlarına yanıt olarak yoğun coşku veya heyecana yönelik kalıtsal bir eğilim olduğu varsayılır. Bu eğilim ise potansiyel ödüllerin peşinde koşmanın yanı sıra monotonluktan aktif olarak kaçınmaya yol açar. Zarardan kaçınma, caydırıcı uyarıcı sinyallerine yoğun bir şekilde tepki vermeye yönelik kalıtsal bir eğilimdir. Böylece cezadan, yeni uyaranlardan ve

engelleyici ödüksüz ortam, ilişki ve yapıdan kaçınmak amaçlanır. Ödül bağımlılığı ise; ödül sinyallerine (özellikle sözel sosyal onay, duygu ve yardıma yönelik) yoğun bir şekilde yanıt verme ve daha önce ödüllere veya başkalarından kurtulma ile ilişkilendirilen davranışın yok olmasına direnme veya bu davranışları sürdürme konusundaki eğilimi ifade etmektedir (Cloninger, 1987). Buna göre ghosterların ilişkiyi habersiz ve ani sonlandırma davranışlarının altında biyolojik temelli yenilik arayışı ve zarardan kaçınma gibi kişilik yapılarının olabileceği düşünülmektedir.

Romantik ilişkinin önemli bir parçası olan yakınlık hem aranan hem de korkulan bir olgudur (Coner-Edwards, 1988). Yakınlıktan kaçınma ise, bireylerin yakın ilişkiler geliştirme ve sürdürme kapasiteleriyle ilgili bireysel farklılıklardan kaynaklanmaktadır (Descutner ve Thelen, 1991). Partnerleriyle normalden daha az zaman geçirmek, partnerlerinin ihtiyaçlarını karşılamamak ve samimiyetten yoksun olmak gibi davranışlar, partnerlerinin kendilerine çok yaklaşacağı korkusuyla ilişkilendirilebilir. Aynı zamanda ilişkinin yakınlık düzeyinin artma ihtimali de yakınlıktan kaçınan bireyin ilişkiyi bir anda bitirmesinin altında yatan motivasyonu olabilir. Bowlby (1973) ise, kaçınmacı davranışa bağlanma stilleri çerçevesinde yaklaşmıştır. Buna göre, kendilik ile ilgili olarak başkalarının yanıt verebilirliği hakkındaki inançlar ve beklentiler bebekler ve bakım verenleri arasındaki erken dönemdeki etkileşim yoluyla geliştirilir. Hazan ve Shaver (1987), güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin hem yakınlaşmaya muhtaç hem de korkak olduklarını bildirmişlerdir. Bu durum; güvenli bağlanma yönelimlerine sahip kişilerin, kaçınan bağlanma stillerine sahip kişilere kıyasla yakınlıkla ilişkili davranışlarda bulunma eğiliminde olduğu anlamına gelir (Khattar, Upadhyay ve Navarro, 2023). Ayrıca bireyler için zorlu çocukluk dönemi yaşantıları ve başarısız yetişkin ilişkileri, yakınlığın yanıtıcı olduğu veya kaçınılmaz olarak acı ve hayal kırıklığıyla dolu olduğu korkusunu pekiştirmektedir (Vangelisti ve Beck, 2007). Yoğun kaygı besleyen birey, söz konusu durumla karşılaşmamak adına partnerini ghostinge maruz bırakabilir.

Bu anlamda Ghosting'in dışı vurulan en belirgin özelliklerinden olan kaçınmacı davranış, genel anlamda kişisel refahı koruma ve sürdürmeye hizmet etmektedir. Kaçınmacı davranışa sahip birey için ilişki sonlandırma sürecinde yaşanması muhtemel can sıkıcı ve bireyin benlik saygısını tehdit edici olaylar, partnerlerin bir anda ghoster ve ghosteeeye dönüşmesinin tetikleyicisi olabilmektedir.

Ghostingın Psikolojik Etkileri ve Sonuçları

Yapılan çalışmalar, henüz ghostingın bu duruma maruz kalan bireyler üzerindeki etkisini açıklamaktan uzak görünmektedir. İlişkileri sürdürmek ve sona erdirmek için kullanılan bu tür çevrim içi stratejilerin olumsuz sonuçları ile ilgili farklı görüşler yer almaktadır. Ancak ghostingın ruh sağlığı üzerinde ciddi sonuçları olduğu ifade edilmektedir. Romantik ilişki kayıplarından sonra yaşanan ruhsal durum bireylerin bu süreci nasıl deneyimledikleri ile yakından ilişkilidir (Navarro, Larrañaga, Yubero ve Villora, 2020)

İlişkinin sona ermesi, partnerlerin karşılıklı alabileceği bir kararla veya partnerlerden birinin tek başına karar almasıyla gerçekleşir. Karşılıklı karar alınarak gerçekleştirilen ayrılıklar, her iki partnerin de ilişkinin sona ermesinde sorumluluk üstlendiğini göstermektedir. Bu durumda ilişkileri karşılıklı olarak sona eren bireyler daha az olumsuz duygu yaşamaktadırlar (Sprecher, 1994). Halbuki tek taraflı ayrılıklarda partnerlerden biri ayrılığı başlatma sorumluluğunu bir başına üstlenmektedir. Çoğu zaman ayrılık kararı karşılıklı olarak alınamamakta, bu nedenle tek taraflı ilişkilerin sona erdirilmesine daha sık rastlanmaktadır (Doering, 2010).

Tek taraflı ve dolaylı ayrılık stratejilerinden biri olan Ghosting'de, partnerle sosyal medya üzerinden iletişimin kesilerek bireyin kendini geri çekmesi yoluyla ilişki sonlandırılmaktadır. Ghoster tarafından iletişimin bir anda kesilmesi, partnerinin ayrılığı anlamlandırması açısından sorun teşkil etmektedir. Ghosting stratejisini kullanan kişinin hiçbir açıklama yapmadan ortadan kaybolması, maruz kalana belirsizlikten kaynaklanan stres yaşatacak, endişe ve kafa karışıklığına neden olacaktır (Manning, Buchanan ve Denker, 2019). Yaşadıkları ilişki kaybını anlamlandırmak amacıyla ve partnerle iletişimleri olmaması nedeniyle "Ne oldu?", "Bu duruma ne sebep oldu?", "Bu durumu neden fark etmedim?" diye kendilerini sorgulayabilirler. Daha sonra ise ghostinge maruz kaldığını düşünen kişiler, kendileriyle bir anda iletişimi kesen ghosterlardan belki bir cevap alabilecekleri düşüncesiyle iletişime geçmeye çalışabilmektedirler. Potansiyel iletişim girişimleri, partnerleri ile daha önce iletişim kurdukları sosyal medya (tinder, facebook, instagram, snapchat vb.) uygulamaları üzerinden olabileceği gibi ghosterların evi veya iş yerini ziyaret etme gibi fiziksel olarak da gerçekleşebilmektedir. Ghostinge maruz kalan bazı bireyler ise ghostingi modern ilişkilerin getirdiği bir risk ve alınan bu risk sonucunda ortaya çıkan bir sonuç

olarak görebilir. Bu sebeple ghosting yaşadığını fark ettiklerinde herhangi bir eylemde bulunmayabilirler (Koessler, Kohut ve Campbel 2019).

Ghostingın çevrim içi bir bağlamda gerçekleşmesi, bu ortamlarda gerçekleşen ilişkilere partnerler tarafından çok fazla yatırım gerektirmemesi, fiziksel temasın olmaması, kolay bir şekilde partner bulma fırsatlarının olması nedenleriyle daha az acı verici olabileceği savunulmaktadır (Freedman, Powell, Le ve Williams, 2019). Bununla birlikte bu duruma maruz kalan bireylerde kendilerinde bir eksiklik olduğuna dair şüpheler doğurabileceği, geride cevapsız sorular ve olumsuz duygular (örneğin, incinme, ıstırap veya acı) bırakabileceği (LeFebvre, 2017; LeFebvre ve diğ., (2019); LeFebvre, Ramirez, Hayes ve Gabrielson, (2019), yeni flört ilişkilerine karşı daha güvensiz hale gelebilecekleri ifade edilmektedir (Zytco, Grandhi ve Jones, 2014). Ghosting gerçekleştikten sonra verilen tepkiler farklı olsa da romantik ilişki içerisinde bulunan bireyler için partnerin kaybı, üzücü ve travmatik bir deneyim olabilir (Barbee, Cunningham Druen ve Yankeelov, 1996). Kırıl (2019) tarafından yürütülen bir çalışmada romantik ilişki kaybı sonrası verilen tepkilerin genel yas tepkileriyle benzerlik gösterdiği ifade edilmiştir.

Ghosting mağdurlarının üzüntü ve incinme duygularını ifade etme olasılıkları daha yüksektir. Ancak bu durumda ghostingı gerçekleştiren kişilerde ilişkilerini bu şekilde bitirmiş olmalarından dolayı suçluluk veya kurtulmak istedikleri ilişkilerini sonlandırmalarının verdiği rahatlama tepkilerini gözlemek daha olasıdır. Diğer taraftan bu durum mağdurların yaşamları üzerinde kontrolleri olduğu; özsaygı, aidiyet ve anlamlı bir biçimde var olma inançlarını sarsabilmektedir (Freedman, Powell, Le ve Williams, 2022).

SONUÇ

Ghosting; romantik ilişkiler, arkadaşlık ilişkileri veya profesyonel ilişkiler gibi pek çok insan ilişkisinde gözlenebilen dolaylı bir ilişki bitirme stratejisidir. Sonu Ghosting ile biten ilişkilerin başlangıcına genellikle teknolojik araçlar aracılık etmektedir. Teknolojinin ilişkilerin başlangıç evresinde sağladığı imkanlar, ilişkinin sonlandırılmasında da "kolaylık" yaratmaktadır. Ghosting tek taraflı bir eylemi ifade etmektedir. İlişkiyi sonlandıran birey bunu herhangi bir açıklama olmaksızın aniden yaparak ortadan kaybolur ve maruz kalan partnerini bilinmezliğin gölgesinde bırakır. Ghosteeler, ayrılığın asıl nedenini

bilemediğinden olanları kendi başına değerlendirmeye terk edilir. Böylece bireyin kendisine yönelik hatalı varsayımlar ve çıkarımların önünü açarak psikolojik problemlere neden olabilir.

Ghosteelerin ilerleyen süreçlerde ghoster olmaya meyilli oldukları görülmüştür (Freedman, Powell, Le ve Williams, 2019). Hem ghosterlar hem de ghosteeler; çevrim içi ortamda tanışılması, ilişkinin ciddiyetten uzak olması, ghosterin eski partnerine veya potansiyel diğer partnerlere yönelmek istemesi, partnerde hoş gitmeyen özellikler olması, ilişkiyi bitirmenin kolay olması ve ilişkiyi bitiren tarafın bu kararın getirdiği potansiyel maliyetlerden kaçınmak istemesi gibi noktaları ghostingın sebepleri olarak göstermişlerdir. Bunun yanında yine çevrim içi ağların sağladığı imkanlar sayesinde aynı anda birden çok kişiyle iletişim kurulabilmesi ve bunun sonucunda sona erdirilen her ilişkiye yönelik sorumlulukların yerine getirilmesinin yaratacağı zorlukların ghostingın nedenlerinden olabileceği düşünülmektedir (Perilloux ve Buss, 2008; LeFebvre, 2017; Koessler, Kohut ve Campbell, 2019; LeFebvre, Allen, Rasner, Garstad, Wilms ve Parrish, 2019; Yap, Francisco ve Gopez, 2021).

Ghostingın neden olduğu olumsuzluklar incelendiğinde en çok ortaya çıkan yapının belirsizlik olduğu görülmektedir. Ghosteeler belirsizlikle baş başa kalmakta, böylece olumsuz duygulanımlara ve bunların beraberinde getirdiği psikolojik problemlere açık hale gelmektedir (Boss, 2007; LeFebvre, 2017; Manning, Buchanan ve Denker, 2019). Ghostingın getirdiği problemlerin sadece ghosteeyi değil aynı zamanda ghosteri ve yaşamının sonraki evrelerinde yaşayacağı ilişki süreçlerini de olumsuz etkileyebileceği düşünülmektedir.

Ghosting, son zamanlarda yoğun olarak ortaya çıkan bir yapıdır ve daha da yaygınlaşması muhtemel görünmektedir. Ghostingın daha da yaygınlaşmasıyla birlikte yakın ilişki ve evlilik kaygısı yaşayan bireylerin de artmasına neden olabilir. İlişkiyi aniden ve habersiz bitiren bireyler açısından sağlıklı romantik ve aile ilişkilerini sürdürmek daha da problemleri bir durum haline gelebilir. Hem uygulayanlar hem de maruz kalanlar bu terime ve etkilerine dair çok fazla fikir sahibi olmadıklarından konu hakkında bilgilendirilmeleri yaygınlığının ve etkilerinin azaltılması açısından önem arz etmektedir. Özellikle ghosteelerin belirsizlikle başa çıkabilmeleri açısından ghosting kavramını nedenleriyle birlikte öğrenmelerinin önemli olduğu düşünülmektedir. Ghosting üzerine yapılan çalışmaların son derece kısıtlı olduğu görülmektedir. Ghostingın farklı yaş grubu ve özellikteki bireyler üzerinde ne tür etkileri olduğuna dair yapılacak

çalışmaların; alanyazındaki eksikliği gidereceği, ghosteelerin maruz kaldıkları davranışa yönelik önlem alabilmelerine yardımcı olacağı ve olumsuz etkilerinin azaltılmasına yönelik diğer çalışmaların önünü açacağı düşünülmektedir. Yakın ilişkilere yönelik yürütülen psikolojik danışma hizmetlerinde ghoosterların kaçınmacı davranışları ve ghoosteelerin belirsizlik ve öz değer inançları incelenebilir; ghoosteelerin psikolojik sağlamlıkları ve belirsizlikle başa çıkma becerileri desteklenebilir. Aile psikolojik danışmanlığı açısından ghostinge maruz kalmanın evlilik kaygısı, romantik ilişkiye yönelik güven inançları ve ilişki doyumu gibi etmenler ile ilişkileri incelenebilir.

KAYNAKÇA

- Azura, R. T. ve Ardi, R. (2022). Hubungan Moral Disengagement dan Kecenderungan Perilaku Ghosting dalam Kencan Online Tinder. *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 337-347.
- Barbee, A. P., Cunningham, M. R., Druen, P. B. ve Yankeelov, P. A. (1996). Loss of passion, intimacy, and commitment: A conceptual framework for relationship researchers. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 1, 93–108.
- Baxter, L. A. (1984). Trajectories of relationship disengagement. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1, 24–48.
- Boss P. (2007). Ambiguous loss theory: Challenges for scholars and practitioners. *Family Relations*, 56, 105–111.
- Bowlby, J. Ttachment and Loss, Vol. 2: Separation Anxiety and Anger; Basic Books: New York, NY, USA, 1973.
- Bredow, C. A., Cate, R. M. ve Huston, T. L. (2008). Have we met before? A conceptual model of first romantic encounters. Sprecher, S., Wenzel, A. ve Harvey, J. (Ed.), *Handbook of relationship initiation* (s. 2–28) içinde. New York, NY: Psychology Press.
- Cambridge İngilizce Sözlük 04.01.2023 tarihinde <https://dictionary.cambridge.org/tr/s%C3%B6zl%C3%BCk/ingilizce/ghosting> adresinden erişildi.
- Cavallo, J. V., Fitzsimons, G. M. ve Holmes, J. G. (2010). When self-protection overreaches: Relationship-specific threat activates domain-general avoidance motivation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46(1), 1-8.
- Cloninger, C. R. (1987). A systematic method for clinical description and classification of personality variants: a proposal. *Archives of General Psychiatry*, 44, 573–588.
- Coner-Edwards, A.F. (1988). Mate Selection and Psychological Need. *In Black Families in Crisis; Routledge: Oxfordshire, UK.*

- Descutner, C.J.; Thelen, M.H. (1991). Development and Validation of a Fear-of-Intimacy Scale. *Psychol. Assess. J. Consult. Clin. Psychol.* 3, 218–225.
- Doering J. (2010). Face, accounts, and schemes in the context of relationship breakups. *Symbolic Interaction*, 33, 71–95.
- Dwyer, C. (2007). Digital relationships in the “My Space” generation: Result from qualitative study. *40th Annual Hawaii International Conference on System Sciences*, Waikoloa, Big Island.
- Frazier P. A. ve Hurliman L. (2001). Post-traumatic stress disorder following low and high magnitude events, Unpublished manuscript, University of Minnesota, Minneapolis, USA.
- Freedman, G., Powell, D. N., Le, B. ve Williams, D. K. (2022). Emotional experiences of ghosting. *The Journal of Social Psychology*, 1-20.
- Freedman, G., Powell, D. N., Le, B. ve Williams, K. D. (2019). Ghosting and destiny: Implicit theories of relationships predict beliefs about ghosting. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(3), 905-924.
- Gable, S. L. ve Impett, E. A. (2012). Approach and avoidance motives and close relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, 6(1), 95-108.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualised as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Justifications for “ghosting out” of developing or ongoing romantic relationships: Anxieties regarding digitally-mediated romantic interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(3), 905-924.
- Kıral, Ö. (2019). *Erken dönem uyumsuz şemalar ve gençlerin deneyimlediği romantik ayrılık sonrası yas arasındaki ilişkinin incelenmesi: bir karma yöntem araştırması*, Yüksek Lisans Tezi, Ted Üniversitesi, Lisansüstü Programlar Enstitüsü, Ankara.
- Kıvanç, S. (2022). *Yakın ilişkilere güncel bir bakış: Çevrimiçi buluşma uygulamaları kullanım motivasyonlarının ilişki sonlandırma stilleri üzerindeki etkisi ve karanlık üçlü kişilik özelliklerinin rolü*, Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Koessler, R. B., Kohut, T. ve Campbell, L. (2019). When your boo becomes a ghost: The association between breakup strategy and breakup role in experiences of relationship dissolution. *Collabra Psychology*, 5(1).
- LeFebvre, L. (2017). Swipe right for love: The impact of social media in modern romantic relationships. N. Punyanunt-Carter ve J. Wrench (Ed.), *Phantom Lovers: Ghosting as a Relationship Dissolution Strategy in the Technological Age* içinde (s. 219-236). Lanham, MD: Rowman ve Littlefield.
- LeFebvre, L. E., Allen, M., Rasner, R. D., Garstad, S., Wilms, A. ve Parrish, C. (2019). Ghosting in emerging adults’ romantic relationships: The digital dissolution disappearance strategy. *Imagination, Cognition and Personality*, 39(2), 125–150
- LeFebvre, L. E., Ramirez, A., Hayes, J. ve Gabrielson, G. (2019). Finding, seeking, and communicating in relationship initiation: Exploring the pathway of modality switching and information-seeking. Paper presented to the Human Communication and

- Technology Division at the National Communication Association Conference in Baltimore, Maryland.
- Manning, J., Buchanan, C. ve Denker, K. J. (2019). Ghosting: Defining a relational communication phenomenon. *International Communication Association*, Washington, D.C.
- Marini, L. ve Sembiring, V. R. (2021). Psychological distress of ghosting victims in early adulthood. *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 16(2), 47-50.
- Navarro, R., Larrañaga, E., Yubero, S. ve Vllora, B. (2020). Psychological correlates of ghosting and breadcrumbing experiences: A preliminary study among adults. *International journal of environmental research and public health*, 17(3), 1116.
- Ottenbreit, N. D. ve Dobson, K. S. (2004). Avoidance and depression: the construction of the Cognitive–Behavioral Avoidance Scale. *Behaviour research and therapy*, 42(3), 293-313.
- Perilloux, C. ve Buss, D. M. (2008). Breaking up romantic relationships: Costs experienced and coping strategies deployed. *Evolutionary Psychology*, 6(1),
- Powell, D. N., Freedman, G., Le, B. ve Williams, K. D. (2022). Exploring individuals' descriptive and injunctive norms of ghosting. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(3).
- Powell, D. N., Freedman, G., Williams, K. D., Le, B. ve Green, H. (2021). A multi-study examination of attachment and implicit theories of relationships in ghosting experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(7), 2225-2248.
- Regan, P. C. (2017). *The mating game: A primer on love, sex, and marriage*. Los Angeles, CA: Sage.
- Sprecher, S. (1994). Two sides to the breakup of dating relationships. *Personal Relationships*, 1(3), 199–222.
- Sulymka, S. I. (2022). *What makes a ghoster?* (Doctoral dissertation, Faculty of Arts, University of Regina).
- Tashiro, T., ve Frazier, P. (2003). "I'll never be in a relationship like that again": Personal growth following romantic relationship breakups. *Personal Relationships*, 10(1), 113–128.
- Timmermans, E., Hermans, A. M., ve Oprea, S. J. (2021). Gone with the wind: Exploring mobile daters' ghosting experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(2), 783-801.
- Tong, S. T. ve Walther, J. B. (2011). Just say "no thanks": Romantic rejection in computer-mediated communication. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28, 488–506.
- Van Ouytsel J., Van Gool E., Walrave M., Ponnet K. ve Peeters E. (2016). Exploring the role of social networking sites within adolescent romantic relationships and dating experiences. *Computers in Human Behavior*, 55, 76–86.
- Vangelisti, A. L., & Beck, G. (2007). Intimacy and fear of intimacy. Low-cost approaches to promote physical and mental health: *Theory, research, and practice*, 395-414.
- Yap, M. A., Francisco, A. M. ve Gopez, C. (2021). From best friends to silent ends: Exploring the concepts of ghosting in non-romantic relationships. *International Journal of Multidisciplinary: Applied Business and Education Research*, 2(10), 943-950.

- Zytco, D., Grandhi, S. ve Jones, Q. G. (2014). Impression management through communication in online dating. *CSCW'14 Companion Proceedings of the companion publication of the 17th ACM conference on computer supported cooperative work & social computing*. New York, NY.
- Wolgast, M., Lundh, L. G., & Viborg, G. (2013). Experiential avoidance as an emotion regulatory function: An empirical analysis of experiential avoidance in relation to behavioral avoidance, cognitive reappraisal, and response suppression. *Cognitive Behaviour Therapy*, 42(3), 224-232.

Extended Abstract

Ghosting; It is an indirect relationship dissolution strategy that can be observed in many interpersonal relationships such as romantic relationships, friendship relationships or professional relationships. It comes to the fore especially with technology taking place in our lives. Ghosting refers to the situation where one of the partners suddenly disappears and ends the relationship unilaterally without informing in relationships initiated through online environments.

Ghosting, a form of dissolution the relationship through a form of avoidance, contains two sides. One is the ghoster, who ends the relationship suddenly and unannounced, and the other one is the ghostee, who is exposed to this behavior. Ghosters are the initiator of ghosting and have the control of most, if not all, of the process. They determine how they will end the relationship, the process and the way of it, leaving their partner "in the dark" as to why they are being ghosted. Ghosters often do this by giving little and late responses to their partners on the platform they are communicating with, blocking them suddenly or completely ignoring them.

There are different opinions regarding the negative consequences of such online strategies used to maintain and end relationships. Some researchers argue that relationships in online environments can be less painful due to the fact that partners do not put a lot of effort, there is no physical contact, and there are opportunities to find partners easily. On the other hand, the end of a romantic relationship is described as one of the saddest events in life. In the process after the end of romantic relationships, individuals may experience a grieving process. It is also stated that individuals exposed to ghosting may raise suspicions that there is a deficiency in themselves, that they may reveal anxiety and fear that they may leave behind unanswered questions and negative emotions (for example, hurt, suffering or pain), and that they may become more distrustful of new dating relationships.

Both ghosters and ghostees agree that there are several reasons for choosing the ghosting strategy. When the reasons for ghosting are examined, it comes to the fore that the individuals who will end the relationship first terminate the relationship easily without being exposed to intense emotions of the partner. The second reason is similarly seen as providing a trust that protects from being exposed to the aggressive attitudes of the partner in a face-to-face environment. The third reason is that it is seen as the most appropriate way to end the relationship with other people when one of the potential partners becomes more attractive. The fourth reason is that individuals experience emotional changes within themselves (seeing the partner as a friend) that started as a romantic relationship but later on, when the duration of the relationship is shorter, individuals prefer this strategy instead of making a statement. The final reason is the change of feelings towards the partner, feelings such as anger, disappointment

and sudden disgust, the individual may apply this strategy in order to avoid arguing with the partner or to avoid toxic interactions.

Although ghosting has been done intensively lately, it is important to be informed about the subject in terms of reducing its effects, since both those who apply it and those who are exposed do not have much idea about this term and its effects. It is thought that it is important for ghostees to learn the concept of ghosting with its reasons, especially in order to cope with uncertainty. It is thought that studies on what kind of effects ghosting has on individuals, will fill the gap in the literature, help ghostees take precautions against the behavior they are exposed to, and pave the way for other studies to reduce their negative effects.

Yazarlar Hakkında / About Authors

Zülal ERKAN. Doç. Dr., Eğitim Fakültesi, Mersin Üniversitesi,
zerkan@mersin.edu.tr

Associate Professor Zülal ERKAN, Mersin University Faculty of Educational Sciences,
zerkan@mersin.edu.tr

Ali ŞİK. Uzman Psikolojik Danışman, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı,
alsk7@yahoo.com

Specialist Psychological Counselor, Ministry of Family and Social Services, alsk7@yahoo.com

Ali Karataş. Uzman Psikolojik Danışman, Bedii Sabuncu Anadolu Lisesi,
alikaatas396@gmail.com

Specialist Psychological Counselor, Bedii Sabuncu Anatolian High School,
alikaatas396@gmail.com

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazarlar tarafından çıkar çatışması olmadığı rapor edilmiştir.

No conflict of interest was reported by authors.

Fonlama / Funding

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.

No funding has been received.

ORCID

Zülal ERKAN  <http://orcid.org/0000-0001-5134-9673>

Erkan, Şık ve Karataş

Ali ŞIK  <http://orcid.org/0000-0001-9010-1654>

Ali KARATAŞ  <http://orcid.org/0000-0002-8155-638X>

Türkiye’de Evlilik Öncesi İlişki Geliştirme Programları ile İlgili Tezlerin Doküman Analizi Yöntemi ile İncelenmesi

The Investigation of the Theses on Premarital Relationship Enhancement Programs in Turkey with Document Analysis

Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Kızıl Aslan 

Öz. Bu çalışmanın amacı Türkiye’de evlilik öncesi ilişki geliştirme programlarını konu alan tezleri inceleyerek mevcut durumu ortaya koymaktır. Evlilik öncesi eğitimler önleyici çalışmalar kapsamında değerlendirilmektedir ve sorunlar ortaya çıkmadan çiftlerin potansiyel sorun alanlarında bilgi ve beceri yönünden güçlendirilmesini hedefler. Evlilik öncesi eğitimler çeşitli bakanlıklar, belediyeler, sivil toplum kuruluşları, özel danışmanlık merkezleri ve üniversiteler tarafından yürütülebilmektedir. Üniversitelerde yürütülen çalışmalar kuramsal ve görgül açıdan daha güçlü olma özelliği taşıyabildiklerinden ileride yapılacak çalışmalar için temel oluşturabilir. Dolayısıyla bu çalışma kapsamında yedi tez doküman analizi yöntemi ile incelenmiş ve sonuçlar okuyucu ile paylaşılarak bazı öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler. Evlilik öncesi, ilişki geliştirme programı, doküman analizi.

Abstract. The aim of this study is to reveal the current situation by examining the theses on premarital relationship enhancement programs in Turkey. Premarital education is evaluated within the scope of preventive studies and aims to strengthen couples in terms of knowledge and skills in potential problem areas before problems arise. Premarital education can be carried out by various ministries, municipalities, non-governmental organizations, private counseling centers and universities. Since studies carried out in universities can be stronger in terms of theory and experience, they can form the basis for future studies. Therefore, within the scope of this study, seven theses were examined with the document analysis method and the results were shared with the reader and some suggestions were presented.

Keywords. Premarital, relationship enhancement program, document analysis.

Zeynep KIZIL ASLAN

Başkent Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı,
Ankara, Türkiye
e-mail: zeynepkz187@gmail.com

Geliş/Received: 30.04.2023
Düzeltilme/Revision: 07.06.2023
Kabul/Accepted: 08.06.2023
<https://doi.org/10.58434/apdad.1290332c>



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

GİRİŞ

İnsanlar biyolojik, psikolojik, sosyal ve kültürel varlıklardır. Varlıklarını sürdürmek için her zaman diğerlerine ihtiyaç duyarlar ve yakın ilişki içinde olmaya özen gösterirler. Yaşam dönemleri değiştikçe ihtiyaçlar ve gelişim görevleri farklılaşsa da yakın ilişki ihtiyacı kolay kolay değişmez. Başlangıçta bakım verene duyulan ihtiyaç yaş ilerledikçe arkadaşta, romantik eşe doğru yeniden merkezlenmeye başlar. Romantik ilişkiler ergenlik yılları ve beliren yetişkinlik yıllarında kimlik keşfi açısından önemli bir rol oynar. Özellikle beliren yetişkinlik döneminde kişi romantik ilişkiler hakkında daha ciddi düşünmeye başlar. Bu yıllar evlilikle ilgili düşüncelerin, davranışların ve duyguların arttığı yıllardır. Gençler tıpkı üniversiteyi bitirmek, işe girmeye hazırlanmak gibi evlilik ve aile hayatına hazırlanmaya başlarlar. Dolayısıyla evlilik öncesi eğitimlerin hedef kitlesi genellikle yirmili yaşlarda olan gençlerdir. Senediak (1990) evlilik öncesi eğitimi en yalın haliyle, “çiftlere, evlendiklerinde ilişkilerini sürdürme ve geliştirme yolları hakkında bilgi sağlayan bilgi ve beceriye dayalı eğitim” şeklinde açıklamaktadır.

Evlilik öncesi eğitimlerin tarihine bakıldığında özellikle artan evlilik sıkıntılarının ve boşanma oranlarının etkisi dikkat çekmektedir. Sıkıntılı evliliklerin fiziksel sağlık, zihinsel sağlık ve çocuğun işleyişi üzerindeki etkileri çarpıcıdır. Evlilik sıkıntısı ve çatışma, azalmış bağışıklık sistemi işleviyle, yetişkinlerin ve çocukların psikolojik ve sosyal güçlük yaşamalarıyla ilişkilidir (Davies ve Cummings, 1994; Kiecolt-Glaser ve diğerleri, 1993; Whisman, Uebelacker ve Bruce, 2006). Evliliklerin sona ermesinin bireysel etkilerinin yanı sıra toplum üzerinde de ekonomik ve sosyal etkileri vardır. Devletler boşanmanın yasal düzenlemesi ve nafaka yasaları gibi birçok şekilde boşanma sürecine müdahil olurlar. Bu nedenle, devletlerin önemli bir önceliği uzun süreli evlilikleri desteklemek, boşanma oranlarını düşürmek ve geleneksel muhafazakâr değerleri güçlendirmektir (van Acker, 2003). Bir toplum, boşanmayı ve evlilik sıkıntısını mutlak anlamda önleyemez, ancak bu tür olumsuz sonuçları kültürel ve çift düzeyinde azaltmaya ve önlemeye çalışmak, böylece hem yetişkinler hem de çocuklar için yaşam kalitesini iyileştirmeye odaklanmak gerçekçi bir hedeftir (Stanley, 2001).

Olson, DeFrain ve Skogrand (2006)'a göre boşanma, evli bir çiftin aile içinde ortaya çıkan zorluklarla yüzleşmeye hazır olmaması nedeniyle gerçekleşirken, çiftin evliliğinin kalitesi büyük ölçüde tutumlarına ve eylemlerine bağlıdır (Markman, Stanley ve Blumberg, 1994). Evli bir çiftin hazırlıksızlığı, aile hayatı

hakkında bilgi eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Güncel istatistiklere göre boşanma oranlarının en yüksek olduğu dönem evliliğin ilk beş yılıdır (TÜİK, 2023). Bu gerçek, çiftlerin ortak bir yaşam kurmaya istekli olmadıklarını veya sorun çözme konusunda yeterli beceriye sahip olmadıklarını göstermektedir. Evlilik öncesi eğitim programları aracılığıyla bilgi eksikliklerinin giderilmesi, bireylerin kendi kendine yardım etmeyi öğrenmesi ve kendi sorunlarını çözme becerisi kazanması teşvik edilir. Uygun bir şekilde yapıldığında evlilik öncesi eğitim, bir evliliğin nasıl sonuçlanacağına bir kader meselesi olmadığı, büyük ölçüde eşlerin aldığı kararların ve gelecek yıllar boyunca her gün yaptıkları eylemlerin sonucu olduğuna dair bir zihniyet üretir (Markman, Stanley ve Blumberg, 1994). Bu programlarda ele alınan en yaygın konular iletişim, çatışma çözme, bağlılık, eşe ve evliliğe ilişkin beklentilerdir. Bu becerileri etkili bir şekilde kullanmayı erken öğrenen ve ilişkileri boyunca kullanmaya devam eden çiftler, bunu yapmayan çiftlere göre daha fazla doyum sağladıklarını bildirmektedir (Carroll ve Doherty, 2003; Halford, Markman, Kline ve Stanley, 2003). Stanley ve arkadaşları (2006) tarafından yürütülen bir çalışmada, evlilik öncesi eğitimin evlilik doyumunu arttırırken çatışmayı azalttığı ve böylece boşanma ihtimalini %31 oranında düşürdüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmalar çiftlerin, sağlıklı evlilik ilişkilerini sürdürmelerine aracılık eden becerilerin öğretilmesinden yararlandığını göstermektedir ve evlilik öncesi eğitim programları çiftlerin ihtiyaç duyduğu eğitimi sağlayabilir. Evlilik öncesi eğitim, çiftlere beklentilerini yeniden düzenleme ve potansiyel sorunları evlilikleri için ciddi bir tehdit haline gelmeden önce ele alma fırsatı verir (Blair ve Cordova, 2009; Halford ve Behrens, 1996). Bununla birlikte, evlilik öncesi eğitimin önemli bir sınırlaması vardır; birçok çift bu eğitimi almaz. Ampirik olarak desteklenen çift terapileri, ilişkileri güvenilir bir şekilde iyileştirse de nispeten az sayıda çift ihtiyaç duyduklarında yardım aramaktadır (Baucom ve diğ., 2015; Halford, Kelly ve Markman, 1997). Çiftler arasında yardım arama oranlarını artırma çabaları, her iki eşin de katılımının gerekmesi, özellikle erkeklerin yardım aramaya daha az ilgi göstermesi ve karar verdikten sonra sürece daha yavaş devam etmesi nedeniyle karmaşıklaşmaktadır (Doss, Atkins ve Christensen, 2003; Addis ve Mahalik, 2003). Örneğin Amerika Birleşik Devletleri'nde ilişki eğitimi giderek daha yaygın hale gelse de yakın tarihli bir araştırma çiftlerin yalnızca %31'inin en son evliliklerinden önce evlilik öncesi eğitim aldığını göstermiştir (Stanley ve diğ. 2006).

Stanley (2001) evlilik öncesi eğitimin dört temel faydasını tartışmaktadır, müzakereyi teşvik etmek için çiftleri düşünmeye ve yavaşlamaya sevk edebilir; evliliğin önemli olduğu mesajını gönderebilir, çiftlerin daha sonra yardıma ihtiyaç duymaları halinde seçeneklerini öğrenmesine yardımcı olabilir ve bazı çiftlerde sonraki evlilik sıkıntıları veya evliliğin sona ermesi riskini azaltabilir. Evlilik öncesi eğitim alan çiftlerin, almayanlara kıyasla çift terapisi arama olasılığı daha yüksek görünmektedir (Halford, Markman, Kline ve Stanley, 2003; Stanley, 2001; Williamson, Trail, Bradbury ve Karney, 2014). Evlilik öncesi eğitimin uzun vadeli etkinliği bir tartışma konusu olmaya devam etse de bu programlar yaygın olarak mevcuttur ve çiftler tarafından çok iyi karşılanmaktadır (Bradbury ve Lavner, 2012; Cowan ve Cowan, 2014; Halford ve Bodenmann, 2013). Evlilik öncesi eğitimin meta-analizleri, bunun iletişim becerilerini ve ilişki kalitesini artırdığını göstermektedir (örn., Carroll ve Doherty, 2003). Tüm bu faydalar ışığında bu araştırmanın amacı Türkiye’de evlilik öncesi dönemde ilişki geliştirme programları uygulanarak yürütülmüş tezleri inceleyerek bu konuya dikkat çekmektir. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları uygulanan tezlerde kullanılan araştırma desenleri nelerdir?
2. Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları uygulanan tezlerde kullanılan değişkenler nelerdir?
3. Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları uygulanan tezlerde çalışma grubu kimlerden oluşmaktadır?
4. Tezlerde kullanılan evlilik öncesi ilişki geliştirme programlarının oturum sayıları nedir?
5. Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları uygulanan tezlerde kullanılan veri analiz yöntemleri nelerdir?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma, Türkiye’de evlilik öncesi ilişki geliştirme programları ile ilgili yürütülmüş tezlerin incelenmesi ve var olan durumun yorumlanması amacıyla gerçekleştirildiği için nitel araştırma türlerinden durum çalışması ile desenlenmiştir. Veri toplama yöntemi olarak ise doküman analizi kullanılmıştır. Doküman analizi belirlenen konuya ilişkin basılı ya da elektronik belgelerin

toplanması, gözden geçirilmesi, sorgulanması ve değerlendirilmesi amacıyla kullanılan sistemli bir yöntemdir (Bowen, 2009; Rapley, 2007, O’Leary 2017; Yıldırım ve Şimşek, 2018).

Verilerin Toplanması ve Analizi

Bu çalışmada doküman analizi için ortaya konulan dokümanlara ulaşma, orijinalliği kontrol etme, dokümanları anlama, veriyi analiz etme ve veriyi kullanma adımları takip edilmiştir (Forster, 1995 akt., Yıldırım ve Şimşek, 2018). Tezlere Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Ulusal Tez Merkezi’nden “romantik ilişki”, “evlilik öncesi”, “ilişki geliştirme”, “evlilik öncesi program”, “evlilik öncesi eğitim”, “evliliğe hazırlık programı” anahtar kelimeleri kullanılarak ulaşılmıştır. Dokümanlarının orijinalliği bağlamında ulaşılan tezlerin açık erişime sahip olup olmadığı ve dokümanların kapsadıkları verilerin araştırmayla ilgili olup olmadığı dikkate alınmıştır. Dokümanların anlaşılması aşamasında tezler araştırmacı tarafından hazırlanan tez inceleme formu aracılığıyla araştırma soruları dikkate alınarak karşılaştırılmalı olarak çözümlenmiştir. Bu aşamada ulaşılan tezlerin en az altı oturumdan oluşan ilişki geliştirme programına sahip olması dahil etme kriteri olarak kullanılmıştır. Verilerin analizi aşamasında ise kategoriler belirlenmiştir. Bu kategoriler, araştırma modeli, çalışma grubu, kullanılan değişkenler, kullanılan programların oturum sayısı ve kullanılan veri analiz yöntemleridir. Çalışma kapsamında ele alınan tezler içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. İçerik analizi araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiş ve güvenilirliği artırabilmek için verilerin analiz sürecine Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında nitel analiz deneyimi olan bir alan uzmanı da dahil edilmiştir. Böylece veriler ayrı ayrı iki kişi tarafından kodlanmış ve kodlayıcılar arasındaki farklılıkların olup olmadığını belirlemek için “Görüş birliği / (Görüş ayrılığı + Görüş birliği) X 100” formülü kullanılarak uzlaşma katsayısı hesaplanmıştır (Miles ve Huberman, 1994). Bu formüle göre kodlayıcılar arası görüş birliğinin en az %80 olması beklenmektedir (Baltacı, 2017). Bu çalışmada kodlayıcılar arası güvenilirlik %98 olarak bulunmuştur.

BULGULAR

Bu bölümde, çalışma kapsamında ele alınan tezlerle ilgili tanımlayıcı bilgilere yer verildikten sonra araştırma sürecinde toplanan verilerden elde edilen bulgular araştırma sorularının sırası dikkate alınarak beş başlık altında ele alınmıştır.

Tablo 1. İncelenen tezlere ilişkin tanımlayıcı bilgiler

Yazar	Tez Adı	Yayın Yılı	Tez Türü
1.* Tuğba Yılmaz	Evlilik Öncesi İlişkileri Geliştirme Programının Çiftlerin İlişki Doyum Düzeylerine Etkisi	2009	Yüksek Lisans
2.* Şenol Duran	Evlilik Öncesi İlişki Geliştirme Programının Romantik İlişkiler Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri, Çatışma İletişim Tarzları ve İlişki İstikrarları Üzerine Etkisinin İncelenmesi	2010	Yüksek Lisans
3.* İlhan Yalçın	İlişki Geliştirme Programının Üniversite Öğrencilerinin İlişki Doyum Düzeylerine Etkisi	2010	Doktora
4.* Özlem Haskan Avcı	Evliliğe Hazırlık Programının Çift İlişkileri ve İlişki İstikrarı Üzerindeki Etkisi	2013	Doktora
5.* Elif Yalçıntaş Sezgin	Ergen Romantik İlişkisinde Sağlıklı İlişkiler Geliştirme Programının Kız Ergen Bireylerin Romantik İlişki Sürecinde Yaşadıkları Çatışma Eğilimine Etkisi	2015	Doktora
6.* Zeynep Kızıl	Üniversite Öğrencilerinde Evliliğe Yönelik İnançlar: Bir Müdahale Programının Etkililiği	2017	Doktora
7.* Dilara Billur Çelik	Yatırım Modeline Dayalı Evlilik Öncesi İlişki Sürdürme Becerileri Psiko-Eğitim Grubunun İlişki İstikrarına Etkisinin İncelenmesi	2018	Doktora

*Diğer tablolarda tezlere bu tabloda verilen numaralar dikkate alınarak atıfta bulunulmuştur.

Tablo 1 incelendiğinde tezlerin 2009-2018 yılları arasında yürütülmüş olup ikisinin yüksek lisans, beşinin ise doktora düzeyinde olduğu görülmektedir.

Birinci Araştırma Sorusuna Ait Bulgular

Araştırmanın birinci alt amacı olarak “Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları uygulanan tezlerde kullanılan araştırma desenleri nelerdir?” sorusuna yanıt aranmıştır. Tablo 2’de tezlerde kullanılan araştırma desenlerine göre frekans dağılımları yer almaktadır.

Tablo 2. Tezlerin araştırma desenlerine göre dağılımı

Kullanılan araştırma desenleri	f
Ön-test son-test izleme testi kontrol gruplu yarı deneysel desen (2, 3, 4, 5, 6, 7)	6
Ön-test ve son-test kontrol gruplu yarı deneysel desen (1)	1
Toplam	7

Tablo 2 incelendiğinde tezlerin altısının ön-test son-test izleme testi kontrol gruplu yarı deneysel desende, birinin ön-test ve son-test kontrol gruplu yarı deneysel desende yürütüldüğü görülmektedir.

İkinci Araştırma Sorusuna Ait Bulgular

Araştırmanın ikinci alt amacı olarak “Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları uygulanan tezlerde kullanılan değişkenler nelerdir?” sorusuna yanıt aranmıştır. Tablo 3’te tezlerde kullanılan değişkenlere göre frekans dağılımları yer almaktadır.

Tablo 3. Tezlerin değişkenlere göre dağılımı

Kullanılan değişkenler	f
İlişki doyumu (1, 3, 4)	3
Çatışma çözme (2, 4, 5)	3
İlişki istikrarı (2, 7)	2
İletişim (2, 4)	2
Farklılıkları Kabul (4)	1
Bağlılık (4)	1
Evliliğe yönelik işlevsel olmayan inançlar (6)	1
Toplam	13

Tablo 3 gözden geçirildiğinde ilişki doyumu ve çatışma çözme değişkenlerinin üç tezde, ilişki istikrarı ve iletişim değişkenlerinin iki tezde, farklılıkları kabul, bağlılık, güç paylaşımı, benlik yönelimleri, çift uyumu ve evliliğe yönelik işlevsel olmayan inançların ise bir tezde ele alındığı görülmektedir.

Üçüncü Araştırma Sorusuna Ait Bulgular

Araştırmanın üçüncü alt amacı olarak “Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları uygulanan tezlerde çalışma grubu kimlerden oluşmaktadır?” sorusuna yanıt aranmıştır. Tablo 4’te tezlerin çalışma grubu özelliklerine göre frekans dağılımları yer almaktadır.

Tablo 4. Tezlerin çalışma grubu özelliklerine göre dağılımı

Çalışma Grubu	f
Romantik ilişki yaşayan ve evlenmeyi düşünen üniversite öğrencisi çiftler (1, 2, 3)	3
Romantik ilişki yaşayan üniversite öğrencileri (4, 5, 7)	3
İlişki şartı aranmaksızın üniversite öğrencileri (6)	1
Toplam	7

Tablo 4 incelendiğinde üç tezin) romantik ilişki yaşayan ve evlenmeyi düşünen üniversite öğrencisi çiftlere, üç tezin romantik ilişki yaşayan üniversite öğrencilerine ve bir tezin de ilişki şartı aranmaksızın üniversite öğrencilerine yönelik hazırlandığı görülmektedir.

Dördüncü Araştırma Sorusuna Ait Bulgular

Araştırmanın dördüncü alt amacı olarak “Tezlerde kullanılan evlilik öncesi ilişki geliştirme programlarının oturum sayıları nedir?” sorusuna yanıt aranmıştır. Tablo 5’te ilişki geliştirme programlarının oturum sayılarına göre frekans dağılımları yer almaktadır.

Tablo 5. İlişki geliştirme programlarının oturum sayılarına göre dağılımı

Oturum Sayısı	f
7 (1, 3)	2
8 (6, 7)	2
9 (2)	1
10 (4)	1
16 (5)	1
Toplam	7

Tablo 5 incelendiğinde ilişki geliştirme programlarının oturum sayılarının 7 ile 16 arasında değiştiği görülmektedir. İlişki geliştirme programları iki tezde yedi oturumdan, iki tezde sekiz oturumdan, bir tezde dokuz oturumdan, bir tezde on oturumdan ve bir tezde de on altı oturumdan oluşmaktadır.

Beşinci Araştırma Sorusuna Ait Bulgular

Araştırmanın beşinci alt amacı olarak “Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları uygulanan tezlerde kullanılan veri analiz yöntemleri nelerdir?” sorusuna yanıt aranmıştır. Tablo 6’da tezlerde kullanılan veri analiz yöntemlerine göre frekans dağılımları yer almaktadır.

Tablo 6. Tezlerin veri analiz yöntemlerine göre dağılımı

Kullanılan veri analiz yöntemi	f
Parametrik testler (5, 7)	2
Parametrik olmayan testler (1, 2, 3, 4, 6)	5
Toplam	7

Tablo 6’de görüldüğü üzere iki tezde parametrik testler ile veri analizleri gerçekleştirilirken, beş tezde parametrik olmayan veri analiz yöntemleri kullanılmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları çiftlerin kuracakları evlilik ilişkilerini iyileştirici bilgi ve beceriler geliştirmelerine yardım etmektedir. Boşanma oranlarının yüksekliği ve boşanma ile sonuçlanmasa bile sıkıntılı evlilikleri oldukça yaygın olması evlilik öncesinde sunulacak önleyici hizmetlerin önemini ortaya koymaktadır. Evlilik öncesi eğitim, evlilikten daha fazla doyum ve daha düşük boşanma oranları ile ilişkilidir. Çiftlerin evliliğe iyi bir başlangıç yapmaları, daha sonra ortaya çıkabilecek başarısız ilişki parçalarını toplamaktan daha faydalı olabilir. Aynı zamanda çiftler ilişkilerinin sonraki dönemlerinde sıkıntı yaşadıkları zaman yardım alabilecekleri profesyonellerin olduğunu fark edebilirler (Bruhn ve Hill, 2004; Casquarelli ve Fallón, 2011; Stanley, Rhoades ve Markman 2006;

Sullivan ve Bradbury, 1997). Diğer taraftan boşanmanın hem aile üyelerine hem de topluma yüklediği büyük ekonomik, sosyal ve yasal güçlükler göz önüne alındığında, evlilik öncesinde çiftlerin hem kendilerini hem de eşlerini daha iyi tanımalarına, ilişkiye yönelik bilgi ve beceri kazanmalarına yardım edecek daha fazla kamu hizmetine ve özel hizmete gerek duyulduğu açıktır (Silliman ve Schumm, 2000; van Acker, 2003).

Evlilik öncesi ilişki geliştirme programları kurama dayalı (örn. Gottman'ın Güçlü İlişki Evi, İmago Çift Terapisi, Duygu Odaklı Terapi), envantere dayalı (örn. Evlilik Öncesi Birey ve İlişki Değerlendirme-PREPARE, Çift iletişimini Anlama ve Kolaylaştırma-FOCCUS, İlişki Değerlendirme-RELATE) ve beceri temelli (örn. İlişki Geliştirme Programı-RE, Evliliğinizi Başlamadan Koruyun Programı-SYMBIS, Önleme ve İlişki Geliştirme Programı-PREP) olmak üzere üç ana grupta toplanmaktadır (Ökten, 2022). Bu çalışma kapsamında incelenen tezlerde kullanılan programlar gözden geçirildiğinde Yılmaz (2009), Duran (2010), Yalçın (2010) ve Haskan Avcı (2013)'nin uyguladıkları programların Türk kültürüne uyarlanan programlar; Yalçıntaş Sezgin (2015), Kızıl (2017) ve Çelik (2018)'in uyguladıkları programların ise kültüre özgü geliştirilen programlar olduğu görülmektedir. Tüm bu programların ortak amaçlarının henüz evlenmemiş üniversite öğrencilerinin sağlıklı ilişkiye yönelik bilgi ve farkındalıklarını arttırarak beceri kazanmaları olduğu dikkat çekmektedir. TÜİK tarafından son yapılan Türkiye Aile Yapısı Araştırması (2022)'na göre evliliklerin %16,5'i 18-19 yaş aralığında, %23,5'i 25-29 yaş aralığında gerçekleşmektedir. Dolayısıyla bu yaş aralıklarının çalışma grubu olarak seçilmesinin hem bireysel hem toplumsal düzeyde önemli olduğu düşünülmektedir.

Türkiye'de evlilik öncesi ilişki geliştirme programlarına yönelik tezlerin incelendiği bu çalışmada toplam yedi tez analize dahil edilmiştir. Bu tezlerin 2009-2018 yılları arasında yapılmış olması bu konunun Türkiye açısından daha yeni yeni öneminin anlaşılmasına başladığı ve yolun çok başında olduğu şeklinde yorumlanabilir. İncelenen tezlerin araştırma desenleri yarı deneysel desende tasarlanmış olup, kullanılan değişkenler ilişki doyumu, çatışma çözme, ilişki istikrarı, iletişim, farklılıkları kabul, bağlılık ve evliliğe yönelik işlevsel olmayan inançlardır. Tezlerin oturum sayıları 9 ila 16 oturum arasında değişirken, çalışma grupları hepsinde üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Veri analiz yöntemleri olarak ise daha çok parametrik olmayan istatistikler kullanılmıştır. Bu sonuçlar dikkate alındığında alan uzmanları ve araştırmacılar için şu öneriler sunulabilir:

- Türkiye’de bu konuda yapılan tezlerin sayısının ve işlevinin artması için üniversiteler ile Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı, belediyeler, sivil toplum kuruluşları ve özel danışmanlık merkezleri ile işbirliğine yönelik çalışmalar arttırabilir.
- Araştırmalarda ele alınan değişkenler zenginleştirilebilir. Örneğin boşanma sebepleri arasında sıklıkla karşılaşılan kök aile ilişkileri, cinsellik, sadakat, yakın partner şiddeti, ebeveyn olma, finans yönetimi gibi konular programlara daha sık dahil edilebilir.
- Çalışma gruplarının zenginleşmesi için üniversite eğitiminin dışında kalmış ya da eğitimlerini tamamlamış sözlü ya da nişanlı çiftlere ulaşılabilir. Programlara her iki eşin de katılması teşvik edilebilir.
- Araştırmalar modellenirken sadece nicel araştırma yöntemleri değil nitel araştırma yöntemleri de eklenerek karma desenler kullanılabilir.
- Programların kültüre duyarlı hale getirilmesi elde edilecek etkiyi arttıracığı için kültürel özellikler göz önünde bulundurulabilir. Örneğin Türkiye bireycilikten daha çok toplulukçu bir kültüre sahiptir.

Bu çalışmanın sınırlığı sadece evlilik öncesi ilişki geliştirme programlarını konu alan tezlerin analize dahil edilmesidir. Başka çalışmalarda hem evlilik öncesi hem de evlilik sırasında uygulanan programları konu alan tezler ve makaleler birlikte inceleyebilir.

KAYNAKÇA

- Addis, M. E., and Mahalik J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*, 58, 5–14. doi: 10.1037/0003-066X.58.1.5
- Baltacı, S. (2017). Nitel veri analizinde Miles-Huberman modeli. *Abi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(1), 1-15.
- Baucom, B. R., Atkins, D. C., Rowe, L. S., Doss, B. D., and Christensen, A. (2015). Prediction of treatment response at 5-year follow-up in a randomized clinical trial of behaviorally based couple therapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 83, 103–114. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/a0038005>.
- Blair, J. M., and Cordova, J. V. (2009). Commitment as a predictor of participation in premarital education. *THE Family Journal: Counseling and Therapy For Couples and Families*, 17(2), 118-125. doi: 10.1177/1066480709332634
- Bowen, G. A. (2009), Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27-40. doi: 10.3316/QRJ0902027

- Bradbury T. N., and Lavner, J. A. (2012). How can we improve preventive and educational interventions for intimate relationships? *Behavior Therapy*, 43 (113–122). doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.02.008>.
- Bruhn, D.M., and Hill, R. (2004). Designing a premarital counseling program. *The Family Journal: Counseling and Therapy For Couples and Families*, 12(4), 389-391.
- Carroll, J., and Doherty, W. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations*, 52, 105-118.
- Casquarelli, E. J., and Fallón, K. M. (2011). Nurturing the relationships of all couples: Integrating lesbian, gay, and bisexual concerns into premarital education and counseling programs. *Journal of Humanistic Counseling*, 50, 149-160.
- Cowan, P. A., and Cowan, C. P. (2014). Controversies in couple relationship education (CRE): Overlooked evidence and implications for research and policy. *Psychology, Public Policy, and Law*, 20, 361–383. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/law0000025>.
- Çelik, D. B. (2018). *Yatırım modeline dayalı evlilik öncesi ilişki sürdürme becerileri psiko-eğitim grubunun ilişki istikrarına etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Davies, P. T., and Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116, 387–411.
- Doss, B. D., Atkins, D. C., and Christensen, A. (2003). Who's dragging their feet? Husbands and wives seeking marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29, 165–177. doi: [10.1111/j.1752-0606.2003.tb01198.x](http://dx.doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01198.x)
- Duran, Ş. (2010). *Evlilik öncesi ilişki geliştirme programının romantik ilişkiler yaşayan üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri, çatışma iletişim tarzları ve ilişki istikrarları üzerine etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Halford, W. K., and Behrens, B. C. (1996). Prevention of marital difficulties. In P. Cotton & H. Jackson (Eds.), *Early intervention and prevention in mental health* (p. 21-58). Carlton South, Australia: Australian Psychological Society.
- Halford, W. K., and Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 33, 512–525. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2013.02.001>.
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kline, G. H., and Stanley, S. M. (2003). Best practice in couple relationship education. *Journal of Marital & Family Therapy*, 29, 385-406.
- Halford, W. K., Kelly, A., and Markman, H. J. (1997). The concept of a healthy marriage. In: Halford, W. K., Markman, H. J. (Eds.), *Clinical handbook of couple relationships and couple interventions* (p. 3-12). Chichester: Wiley.
- Haskan Avcı, Ö. (2013). *Evliliğe hazırlık programının çift ilişkileri ve ilişki istikrarı üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kızıl, Z. (2017). *Üniversite öğrencilerinde evliliğe yönelik inançlar: bir müdahale programının etkililiği*. Yayınlanmış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Kiecolt-Glaser, J. K., Malarkey, W. B., Chee, M., Newton, T., Cacioppo, J. T., Mao, H., et al. (1993). Negative behavior during marital conflict is associated with immunological downregulation. *Psychosomatic Medicine*, 55, 395–409.
- Markman, H. J., Stanley, S. M., and Blumberg, S. L. (1994). *Fighting for your marriage: Positive steps for preventing divorce and preserving a lasting love*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Miles, M. B., and Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded Sourcebook* (2nd ed). California: Sage.
- O'Leary, Z. (2017). *The essential guide to doing your research project*. London: Sage.
- Olson, D. H., DeFrain, J., and Skogrand, L. (2006). *Marriages and Families: Intimacy, Diversity, and Strengths*. CA: Mountain View.
- Ökten, B. (2022). *Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın evlilik öncesi eğitim programlarının evlilik uyumu açısından değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Rapley, T. (2007). *Doing Conversation, Discourse and Document Analysis*. Great Britain: The Cromwell Press.
- Senediak, C. (1990). The value of premarital education. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 11, 26-31.
- Silliman, B., and Schumm, W. R. (2000). Marriage preparation programs: A literature review. *The Family Journal*, 8(2), 133-142.
- Stanley, S. M. (2001). Making a case for premarital education. *Family Relations*, 50, 272–280. doi: 10.1111/j.1741-3729.2001.00272.x
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A., and Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random, household survey. *Journal of Family Psychology*, 20, 117–126.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K. and Markman, H. J. (2006). Sliding vs. deciding: Inertia and the premarital cohabitation effect. *Family Relations*, 55, 499–509.
- Sullivan, K. T. and Bradbury, T. N. (1997). Are premarital prevention programs reaching couples at risk for marital dysfunction? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 24–30.
- TÜİK (2022). Türkiye aile yapısı araştırması, 2021. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Aile-Yapisi-Arastirmasi-2021-45813> adresinden erişildi.
- TÜİK (2023). Evlenme ve boşanma istatistikleri, 2022. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2022-49437> adresinden erişildi.
- van Acker, L. (2003). Administering romance: Government policies concerning premarriage education programs. *Australian Journal of Public Administration*, 62(1), 15–23.
- Whisman, M. A., Uebelacker, L. A., and Bruce, M. L. (2006). Longitudinal association between marital discord and alcohol use disorders. *Journal of Family Psychology*, 20, 164–167.
- Williamson, H. C., Trail T. E., Bradbury, T. N., and Karney. B. R. (2014). Does premarital education decrease or increase couples' later help seeking? *Journal of Family Psychology*, 28, 112–117. doi: 10.1037/a0034984

- Yalçın, İ. (2010). *İlişki geliştirme programının üniversite öğrencilerinin ilişki doyum düzeylerine etkisi*. Yayınlanmış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yalçıntaş-Sezgin, E. (2015). *Ergen romantik ilişkisinde sağlıklı ilişkiler geliştirme programının kız ergen bireylerin romantik ilişki sürecinde yaşadıkları çatışma eğilimine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz, T. (2009). *Evlilik öncesi ilişkileri geliştirme programının çiftlerin ilişki doyum düzeylerine etkisi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.

Extended Abstract

Introduction: Senediak (1990) defines premarital education in its simplest form as “knowledge and skill-based education that provides couples with information on ways to maintain and improve their relationships when they get married”. When we look at the history of premarital education, the effect of increasing marital problems and divorce rates is remarkable. Marital distress and conflict are associated with reduced immune system function and psychological and social difficulties in adults and children (Davies and Cummings, 1994; Kiecolt-Glaser et al., 1993; Whisman, Uebelacker, and Bruce, 2006). A society cannot prevent divorce and marital distress in absolute terms, but it is a realistic goal to try to reduce and prevent such negative consequences at the cultural and couple level, thus focusing on improving the quality of life for both adults and children (Stanley, 2001). Through pre-marital education programs, it is encouraged to fill the gaps in knowledge, to learn self-help and to gain the ability to solve their own problems. Research shows that couples benefit from being taught the skills that help them maintain healthy marital relationships, and premarital education programs can provide the education couples need. Although empirically supported couples therapies reliably improve relationships, relatively few couples seek help when they need it (Baucom, Atkins, Rowe, Doss, & Christensen, 2015; Halford, Kelly, & Markman, 1997). Efforts to increase help-seeking rates among couples are complicated by the need for the participation of both spouses, especially men showing less interest in seeking help, and the process getting slower once a decision has been made (Doss, Atkins, & Christensen, 2003; Addis & Mahalik, 2003). Stanley (2001) discusses four key benefits of premarital education; it can prompt couples to reflect and slow down to encourage negotiation, it can send the message that marriage is important, help couples learn about their options if they need help later, and in some couples, reduce the risk of subsequent marital distress or marriage dissolution. In the light of all these benefits, the aim of this research is to draw attention to this issue by examining the theses conducted by applying relationship development programs in the premarital period in Turkey. In line with this general purpose, answers to the following questions were sought:

1. What are the research methods used in theses where premarital relationship development programs are applied?
2. What are the variables used in theses where premarital relationship development programs are applied?
3. Whom are the working groups consist of in theses in which premarital relationship development programs are applied?
4. Number of sessions performed in the premarital relationship development programs used in theses?

5. What are the data analysis methods used in theses where premarital relationship development programs are applied?

Method: Since this research was carried out to examine the theses conducted on premarital relationship development programs in Turkey and to interpret the existing situation, it was patterned with a case study, which is one of the qualitative research types. Document analysis was used as the data collection method. In this study, the steps of reaching the documents for document analysis, checking the originality, understanding the documents, analyzing the data and using the data were followed (Forster, 1995 cited in Yıldırım & Şimşek, 2018). The theses covered in the study were analyzed with the content analysis method. Content analysis was carried out by the researcher and a field expert with qualitative analysis experience in the field of Psychological Counseling and Guidance was included in the data analysis process in order to increase reliability and the reliability between the coders was found to be 98%.

Results: The theses examined in the study were conducted between 2009 and 2018, and it was seen that two of them were at the master's level and five of them were at the doctoral level. It was determined that 85.71% (6 theses) of the theses were conducted in the pre-test post-test follow-up test quasi-experimental design with control group, and 14.29% (1 thesis) were conducted in the quasi-experimental design with pre-test and post-test control group. Relationship satisfaction and conflict resolution variables in three theses (18.75%), relationship stability and communication variables in two theses (12.5%), and acceptance of differences, commitment, power sharing, self-orientations, dyadic adjustment, and dysfunctional beliefs about marriage were seen in one thesis (6.25%). It was determined that three theses (42.86%) were prepared for university student couples who are in a romantic relationship and are considering marriage, three theses (42.86%) are for university students who are romantically involved, and one thesis (14.28%) is for university students without any relationship condition. It was observed that the number of sessions of relationship development programs varied between 7 and 16, and data analyzes were performed with parametric tests in two theses (28.57%), while non-parametric data analysis methods were used in five theses (71.43%).

Conclusion & Recommendations: In this study, in which the theses on premarital relationship development programs in Turkey were examined, a total of seven theses were included in the analysis. The fact that these theses were made between 2009 and 2018 can be interpreted as the fact that the importance of this subject for Turkey has just begun to be recognized and that it is at the very beginning of the road. Considering the results, the following suggestions can be made for field experts and researchers:

- Collaboration with universities, the Ministry of Family and Social Services, the Ministry of National Education, the Ministry of Health, municipalities, non-governmental

organizations and private consultancy centers can be increased in order to increase the number and function of theses on this subject in Turkey.

- Variables covered in studies can be enriched. For example, topics such as root family relationships, sexuality, loyalty, close partner violence, being a parent, and financial management, which are frequently encountered among the reasons for divorce, can be included in the programs more frequently.
- In order to enrich the working groups, engaged couples who have been out of university education or who have completed their education can be reached. Both spouses may be encouraged to participate in the programs.
- Mixed designs can be used by adding not only quantitative research methods but also qualitative research methods while modeling studies.
- Cultural characteristics can be taken into account, as making programs more culturally sensitive will increase the impact. For example, Turkey has a more collectivist culture than individualism.

The limitation of this study is that only the theses on premarital relationship development programs were included in the analysis. In other studies, theses and articles on programs applied both before and during marriage can be examined together.

Yazarlar Hakkında / About Authors

Dr. Öğr. Üyesi Zeynep KIZIL ASLAN, Başkent Üniversitesi Eğitim Fakültesi. E-posta: zeynepkzl87@gmail.com

Dr. Öğr. Üyesi Zeynep KIZIL ASLAN, Baskent University Faculty of Education. E-mail zeynepkzl87@gmail.com

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Çıkar çatışması yoktur.

There is no conflict of interest.

Fonlama / Funding

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.

No funding has been received.

ORCID

Zeynep KIZIL ASLAN  <http://orcid.org/0000-0003-2213-1178>.