

Geliş Tarihi:
11.07.2020
Kabul Tarihi:
01.04.2021
Yayımlanma Tarihi:
25.06.2021

Kaynakça Gösterimi: Yılmaz, N. E., & Parlar, H. (2021). Evli bireylerin evlilik doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(40), 220-237. doi: 10.46928/iticusbe.767597

EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK DOYUMUNUN YORDAYICISI OLARAK PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ VE İLETİŞİM BECERİLERİNİN İNCELENMESİ*

Araştırma

Nigar Elif Yılmaz  

Sorumlu Yazar (Correspondence)

İstanbul Ticaret Üniversitesi

nelif.yilmaz@istanbulticaret.edu.tr

Hanifi Parlar  

İstanbul Ticaret Üniversitesi

hparlar@ticaret.edu.tr

Nigar Elif Yılmaz, İstanbul Ticaret Üniversitesi Psikoloji bölümü mezunu olup yüksek lisansını İstanbul Ticaret Üniversitesi Aile Danışmanlığı ve Eğitimi alanında tamamlamıştır.

Hanifi Parlar, İstanbul Ticaret Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi öğretim üyesidir. Uzmanlık alanları; Eğitim Yönetimi ve Denetimi, Okul Geliştirme, Eğitim Örgütleri Geliştirme, Yükseköğretim Yönetimi, Okullarda Stratejik Planlama, Eğitimde Kritik ve Analitik Düşünme, Öğretmen Yetiştirme, Sınıf Yönetimi ve Uygulamaları, Eğitimde Yenilik ve Değişim, Özel Okul İşletmeciliği, Eğitimde Kalite, Öğretimsel Liderlik gibi konulardır.

* Bu makale Nigar Elif Yılmaz'ın Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.

EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK DOYUMUNUN YORDAYICISI OLARAK PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ VE İLETİŞİM BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

Nigar Elif Yılmaz
nelif.yilmaz@istanbulticaret.edu.tr
Hanifi Parlar
hparlar@ticaret.edu.tr

ÖZET

Amaç: Bu araştırma, evli bireylerin problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin evlilikten aldıkları doyumunu yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma ilişkisel tarama modelinde nicel bir çalışma olarak tasarlanmıştır. Veriler, SPSS 24.0 ile çözümlenmiştir.

Bulgular: Basit doğrusal korelasyon testi değerleri incelendiğinde, evlilik doyumunu ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna varılmıştır. Evlilik doyumunu ile iletişim becerileri alt boyutlarından egoyu geliştirici dil, kendini tanıma-kendini açma, empati, ben dilini kullanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu ancak etkin dinleme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Çoklu regresyon analizi sonucunda, evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Aynı zamanda iletişim becerileri toplam puanlarının da evlilik doyumunu anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır. Öte yandan iletişim becerisi alt boyutlarının modele ayrı ayrı anlamlı katkısının olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Özgünlük: Literatür incelendiğinde evlilik doyumunuyla ilgili farklı çalışmaların yapıldığı ancak evlilik doyumunu, problem çözme becerisi ve iletişim becerisinin birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle, araştırma bulgularının evlilik literatürüne anlamlı bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Evlilik, Evlilik Doyumu, Problem Çözme Becerisi, İletişim Becerileri

JEL Sınıflandırması: J1, J12

RESEARCH THE MARRIED INDIVIDUALS PROBLEM SOLVING AND COMMUNICATION SKILLS AS THE PREDICTION OF MARRIAGE SATURATION

ABSTRACT

Purpose: This research's aim is to analyze the married individual's problem solving and communication skills can predict the saturation of marriage or not.

Method: This research design is a quantitative study in the correlational survey model. Data are analyzed with SPSS 24.0.

Findings: When the simple linear correlation test was analyzed, it was seen that there was a positive and significant relationship between the saturation of the marriage and problem-solving skills. Between the marriage saturation and the sub-dimensions of the communication skills' of the language that improve the ego, sub-dimensions of the self-knowledge- self-revelation, empathy and using the body language level were found a positive significant relationship. On the other hand, there was no significant relationship between marriage saturation and the sub-dimension of effective listening. When analyzed the multiple regression analysis, it was seen that problem-solving skills in marriage predict the saturation of the marriage significantly. At the same time, it was found that total scores of communication skills predict the saturation of the marriage significantly. On the other hand, it was seen that there were no separately significant effect sub-dimension of communication skills on the model.

Originality: When the literature analyzed it can be found that there was research about marriage saturation but there was not any study that discusses both problems solving and communication skills. Because of that, it is thought that this research's findings make a big contribution to marriage literature.

Keywords: Marriage, Marriage Saturation, Problem Solving Skills, Communication Skills

JEL Classification: J1, J12

GİRİŞ

Evlilik, kişilerin yaşamını pek çok yönden etkileyen önemli bir yaşantıdır. Bu yaşantıda her iki bireyin de birbirleriyle uyum içinde olmaları ve evlilik yaşantısından doyum sağlamaları beklenmektedir. Evliliklerinden doyum sağlayamayan ve evliliklerinde çeşitli sıkıntılar yaşayan kişilerin ruh sağlığı da bu durumdan etkilenmektedir (Bal, 2007).

Aile, toplumun temelini oluşturmaktadır. Evlilik ilişkisi ile kurulan ailede ortaya çıkan olumlu ve olumsuz tüm durumlar toplumu da etkileyeceğinden dolayı evlilik ilişkisinin sağlıklı olması, çiftlerin evliliklerinde mutlu olmaları ve evliliklerinden doyum almaları önemli görülmektedir (Yalçın, 2014). Bu bağlamda bireylerin hem kendi mutluluğu hem de toplumun mutluluğu için doyumlu bir evlilik ilişkisi olmazsa olmazdır (Bildirici, 2016).

Doyum alınan evlilik ilişkisi bireyleri olumlu etkilerken doyum alınamayan evlilik ilişkisi bireylerde istenmeyen duyguların ortaya çıkmasına ve kurulan evliliğin sonlanmasına neden olabilmektedir (Akdağ ve Çankaya, 2015). Evlilik doyumuyla ilişkili olan birçok faktör bulunmaktadır (Erbek, Beştepe, Akar ve Eradamlar, 2005). Bireylerin problem çözme becerisi ve iletişim becerileri bu faktörler arasında yer almaktadır (Vural ve Kalkan, 2017; Atan ve Buluş, 2019).

Evli bireylerin problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin, evlilikten aldıkları doyumunu yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla yapılan bu çalışma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeliyle yürütülmüştür. Çalışmada öncelikle evlilik doyumunu, problem çözme becerisi ve iletişim becerisi değişkenleri ile ilgili bilgi verilecek ve bu değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkisine değinilecektir. Literatür incelendiğinde evlilik doyumuyla ilgili farklı çalışmaların yapıldığı ancak evlilik doyumunu, problem çözme becerisi ve iletişim becerisinin birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle, araştırma bulgularının evlilik literatürüne anlamlı bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE/LİTERATÜR

İnsan yaşamı boyunca diğer insanlara ihtiyaç duyar. Bu ihtiyaç, evlilik ve aile kurumunun önemli görülmesini sağlamaktadır (Çelenoğlu, 2011). Evlilik farklı özellikleriyle psikoloji, hukuk ve sosyoloji gibi farklı bilim dalları tarafından üzerinde çalışılan bir konu olmuştur. Evlilik, her dönemde ve her toplumda varlığını devam ettiren önemli bir süreçtir (Tabakcı, 2019). Evlilik, insanlar arasında kurulan en önemli ilişki türüdür. Evlilik ilişkisinin uzun ömürlü olmasını sağlayan faktörlerin başında evlilik doyumu gelmektedir. Kurulan bazı evlilikler bireylere doyum sağlarken bazı evlilikler ise bireylerin yaşamını olumsuz etkilemektedir. Bireylerin doyum sağlayamadıkları evlilik ilişkisi içerisinde olmaları yaşamlarını birçok yönden olumsuz olarak etkilemektedir (Taşköprü, 2013; Öztahtacı, 2017). Evlilik doyumu, bireylerin evlilikteki ihtiyaçlarının ne derece karşılandığıyla ilgili kişisel algılarını ifade etmektedir (Tezer, 1996). Bu nedenle evlilik doyumu bireylerin öznel yargılarını yansıtmaktadır (Tutarel ve Göztepe, 2012). Alan yazında evlilik doyumuyla ilgili farklı tanımlamalar bulunmaktadır (Merdoğlu, 2019).

Vural ve Kalkan (2017)'a göre evlilik doyumu; evli bireylerin evlilikleri hakkında ki algılarını ifade etmektedir. Hasdemir (2014) evlilik doyumunu 'evlilik içinde yaşanan çatışmaların ve sorunların fark edilmesi ve anlaşılabilmesi için gerekli olan tatmin edici ilişkiler' olarak tanımlamaktadır. Sokolski ve Hendrick (1999)'e göre evlilik doyumu '*evlilik kurumunun içinde varlığını sürdüren çevresel (eşlerin kararlarda eşitliği, baskınlığı, kazanç, çalışma, problemleri paylaşma vs.) ve kişisel (eşlerin birbirine karşı gösterdiği sevgi tarzı, tutumu, cinsel doyum, iletişim biçimi, eşlerin birbirlerine kendilerini ifade etmesi) boyutlardan eşlerin elde ettiği psikolojik tatmin*'dir (Akt. Şen, 2015).

Evlilik doyumunu etkileyen birçok faktör bulunmaktadır (Atan ve Buluş, 2019). Eşlerin kendileri ve birbirleri hakkındaki düşünceleri, birbirlerinden ne beklediklerinin açık bir şekilde ifade edilmesi bireylerin evliliklerinden aldıkları doyum etkilemektedir (Şen, 2015). Bireylerin evlilik doyumunun artmasında, yaşadıkları problemlerin sağlıklı bir şekilde ele alınarak üstesinden gelebilmeleri için gerekli olan problem çözme becerilerinin kullanılması ve aralarında ki iletişimin daha iyi duruma getirilmesi önemlidir (Canel, 2007). Aksi takdirde evliliklerinden doyum alamayan bireyler zaman içerisinde boşanma yolunu seçmekte ve bu durum sadece boşanan bireyleri değil aile üyelerini, kendi ailelerini ve içinde buldukları toplumu olumsuz olarak etkilemektedir (Taşköprü, 2013).

Diğerleriyle bir arada yaşayan insanların hiçbir problemin yaşanmadığı bir ilişki kurabilmeleri pek mümkün değildir. Evlilik ilişkisi içerisinde farklı sebeplerden dolayı problemler yaşanabilmektedir. Önemli olan yaşanan bu problemlerin üstesinden gelebilecek sağlıklı çözüm yolları bulabilmektir (Çelenoğlu, 2011; Güven ve Sevim, 2016). Bir başka ifadeyle, bireylerin yaşadıkları problemlere yönelik problem çözme becerisine sahip olmaları gerekmektedir. Problem çözme becerisine sahip olan çiftler için yaşadıkları problem durumu ilişkilerinin gelişimine katkı sağlayabilmektedir (Şen, 2015). Deci ve Ryan (2008), '*evlilikte sorun çözme becerisini, eşlerin sorunların üstesinden gelebilme gücü ve bununla ilgili sergiledikleri davranışlar*' şeklinde tanımlarken; Dwyer (2005),

‘‘problemin ne olduğunun net bir şekilde tanımlanması, problem üzerinde tartışma, alternatif çözümler üretme ve bu konular üzerinden aile üyelerinin problemlerle başa çıkabilmelerine yardım etme süreci’’ olarak ifade etmektedir (Akt. Şen, 2015). Evlilik ilişkisi içerisinde eşlerin yaşadığı problemlerin ortaya çıkartılarak doğru bir şekilde çözümlenmesinin evlilik doyumu üzerinde olumlu bir etkisi bulunmaktadır (Çelik ve İnanç, 2009). Evlilik içerisinde çok fazla problem yaşanması ve bu problemlerin sağlıklı bir şekilde çözülememesi bireylerin evlilik doyumunun azalmasına ve ilişkinin zaman içerisinde sonlanmasına neden olabilmektedir (Taşköprü, 2013). Sonuç olarak bireylerin evliliklerinde yaşadıkları problemler ve bunlara karşı gösterdikleri problem çözme becerileri evlilik doyumunda önemli rol oynayarak ilişkinin geleceğini belirlediği görülmektedir (Erdem, 2019).

Evlilik doyumuyla ilişkili olan önemli değişkenlerden biri de çiftler arasındaki iletişimidir (Gürer, 2019). Duygu ve düşüncelerin diğer kişilere iletilmesinin en temel yolu iletişimidir. İletişim, kurulan ilişkilerin vazgeçilmez bir unsuru olarak karşımıza çıkmaktadır (Orta, 2009). İletişim becerilerine sahip olma, sosyal yaşamda kurulan tüm ilişki biçimleri için önemli görülmektedir (Korkut, 2005). Özellikle bireylerin evliliklerinden aldıkları doyum ve mutluluğu etkileyen önemli faktörlerden biri de kullandıkları iletişim becerileridir (Yalçın, 2014). Evlilik ilişkisi üzerinde iletişimin önemli bir etkisinin olduğu ve bireylerin kullandıkları iletişim becerilerinin evlilikten aldıkları doyum büyük ölçüde etkilediği ifade edilmektedir (Derebaşı, 2004). Bireylerin kullandıkları iletişim becerileri kendilerini doğru ifade edebilmeleri ve birbirlerini doğru anlamaları açısından evlilik yaşamını önemli ölçüde etkilemektedir. Doğru bir iletişim, yeri geldiğinde konuşmayı yeri geldiğinde ise karşıdakini anlamaya yönelik etkin bir şekilde dinlemeyi içermektedir. Böyle bir dinleme, bireyler arasında olumlu etkileşim oluşturarak var olan problemlerinde doğru bir şekilde çözülebilmelerine katkıda bulunmaktadır (Ersanlı, 1990). İletişim becerilerine sahip olan bireyler evliliklerinde mutlu olurken evlilik doyumları da yüksek olmaktadır. Ancak bireylerin iletişim becerilerindeki eksiklik, evlilik doyumunun azalmasına ve evliliğin boşanmayla sonuçlanmasına neden olmaktadır (Eskin, 2012). Benzer şekilde çiftlerin evliliklerinden doyum alabilmeleri için sağlıklı bir iletişim kurmaları önemli bir özellik olarak karşımıza çıkmaktadır (Gürer, 2019).

Evlilik doyumunun oluşabilmesi için evlilikte yaşanan problemlerin belirlenerek çözülmesi, aynı zamanda eşlerin birbirlerini doğru bir şekilde anlayarak isteklerini suçlayıcı olmayan bir dille, açık ve net bir şekilde ifade edebilmeleri önemlidir.

Evlilik doyumuyla ilgili çalışmalar yapılırsa da artan boşanma olayları evlilik ilişkisinden doyum sağlanabilmesi için gerekli olan faktörlerin bütünüyle bilinmediğini göstermektedir (Güngör, 2007). Bu bilgiler ışığında problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin evlilik doyumunu üzerinde önemli bir etkiye sahip olacağı, araştırma bulgularının ruh sağlığı alanında çalışan uzmanlara fayda sağlayacağı ve evlilik ile ilgili yapılacak başka çalışmalara da yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Araştırmanın Deseni/Modeli/Türü

Betimsel bir araştırma olan bu çalışma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeliyle yürütülmüştür. İlişkisel tarama modelinde amaç iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte bir değişimin olup olmadığını veya bu değişimin derecesini belirlemektir (Karasar, 2003). Araştırmada, evli bireylerin evlilik doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri ve iletişim becerileri incelenmiştir.

Evren-Örneklem/Araştırma Gurubu

Araştırmanın çalışma evreni 18 yaş ve üzerinde evli olan tüm bireylerden oluşmaktadır. Bu evrenden seçkisiz örnekleme yolu ile seçilen, araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden ve anket sorularına eksiksiz yanıt veren 375'i kadın, 76'sı erkek olmak üzere toplamda 451 evli birey araştırmanın örneklem grubunu oluşturmaktadır.

Araştırmaya katılan evli bireylerin kişisel özellikleri hakkında bilgi edinmek amacıyla hazırlanan kişisel bilgi formunda yer alan sorulara verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Bireylerin kişisel özelliklerine ait bulgular Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından Dağılımı

Değişken	Küme	Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	375	83,1
	Erkek	76	16,9
Yaş	18-21	2	0,4
	22-24	20	4,4
	25-29	114	25,3
	30-34	88	19,5
	35-39	84	18,6
	40-44	56	12,4
	45-49	41	9,1
	50-54	31	6,9
	55 ve üzeri	15	3,3
Eğitim Düzeyi	Okur-Yazar	3	0,7
	İlkokul Mezun	36	8,0
	Ortaokul Mezun	33	7,3
	Lise Mezun	105	23,3
	Üniversite Mezun	233	51,7
	Yüksek L. Mezun	39	8,6
Çalışma Durumu	Doktora Mezun	2	0,4
	Çalışıyorum	220	48,8
	Çalışmıyorum	213	47,2
Gelir Düzeyi	Emekliyim	18	4,0
	1000tl-1999tl	62	13,7
	2000tl-2999tl	79	17,5
	3000tl-3599tl	80	17,7
	3600tl-3999tl	51	11,3
4000tl ve üzeri	179	39,7	
Evlilik Süresi			
	1 yıldan az	44	9,8
	1-3 yıl	69	15,3
	4-8 yıl	81	18,0
9-12 yıl	69	15,3	

	13-20 yıl	99	22,0
	21-25 yıl	31	6,9
	26-29 yıl	30	6,7
	30 yıl ve üzeri	28	6,2
Evllenme Şekli	Severek-Flört Ederek	250	55,4
	Görücü Usulü-İsteyerek	187	41,5
	Görücü Usulü-İstemeyerek	10	2,2
	Kaçarak	4	0,9
Çocuk Sahibi Olup-Olmama	Evet	351	77,8
	Hayır	100	22,2

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılanların yaklaşık dörtte üçü (%83.1) kadınlardan, dörtte biri ise (%16.9) erkeklerden oluşmaktadır. Araştırmaya en fazla katılımı %25,3 ile yaşları 25-29 arasında olan katılımcılar oluştururken, katılımcılar arasında eğitim düzeyi bağlamında en kalabalık grubu %51,7 ile üniversite mezunu olan katılımcılar oluşturmaktadır. Katılımcıların %39,7'si 4000tl ve üzeri gelir düzeyine sahipken %48,8'inin çalıştığı, %47,2'sinin çalışmadığı ve %4'ünün ise emekli olduğu görülmektedir. Katılımcılar arasında evlilik süresi bağlamında en kalabalık grubu %22,0 ile 13-20 yıl arasında evli olan katılımcılar oluşturmaktadır. Araştırmaya katılanların nasıl evlendiklerine bakıldığında en kalabalık grubu %55,4 ile severek-flört ederek evlenen bireylerin oluşturduğu görülmektedir. Son olarak katılımcıların çocuk sahibi olup-olmama durumlarına bakıldığında %77,8'inin çocuk sahibi olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, araştırmaya katılan bireylerin bazı demografik bilgilerini edinmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu", evli bireylerin evlilik ilişkisinden aldıkları doyumu belirlemek amacıyla Tezer (1996) tarafından geliştirilen "Evlilik Yaşamı Ölçeği", evli kişilerin evlilik yaşantısında karşılaştıkları problemleri çözme becerilerine dair algılarını belirlemek amacıyla Baugh, Avery ve Sheets-Hawoth (1982) tarafından geliştirilen Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışması Hünler (2002) tarafından yapılan "Evlilikte Problem Çözme Ölçeği", yetişkinlerde kişiler arası iletişim becerilerini ölçmeye yönelik olarak Buluş, Atan ve Sarıkaya (2017) tarafından geliştirilen "İletişim Becerileri Ölçeği" olmak üzere toplam 4 adet veri toplama aracı kullanılmıştır.

Evlilik yaşamı ölçeğinin cronbach alfa güvenilirlik katsayısı erkek grubunda 0.88, kadın grubunda 0.91; evlilikte problem çözme ölçeğinin cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0,95; iletişim becerileri ölçeğinin cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.91'dir.

Verilerin Toplanması/İşlem

Çalışmaya başlamadan önce katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu verilmiş ve çalışma gönüllü kişilerin katılımıyla gerçekleşmiştir. Evli bireylerden ilk önce Kişisel Bilgi Formunu doldurmaları istenmiştir. Katılımcılara devamında Evlilik Yaşamı Ölçeği (Tezer, 1996), Evlilikte Problem Çözme Ölçeği (Hünler, 2002) ve İletişim Becerileri Ölçeği (Buluş, Atan ve Sarıkaya, 2017) uygulanmıştır. Araştırmacı tarafından veri toplama araçları seçkisiz örnekleme yoluyla seçilen 18 yaş ve üzeri olan

evli bireylere dağıtılmış ve toplanmıştır. Ayrıca internet ortamında “surveymonkey” anket sitesi üzerinden hesap açılmış ve katılımcılara bu şekilde ulaşım sağlanmıştır. Toplamda 451 evli bireye ulaşılmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi işleminde öncelikle evli bireylere uygulanan veri toplama araçlarından elde edilen veriler, SPSS 24.0 istatistik paket programında kodlanarak kayıt altına alınmıştır. İkinci olarak veri toplama araçlarının bu çalışma için güvenilir araçlar olup olmadıklarını test etmek amacıyla iç tutarlılık sınamaları gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla yapılan testlerde hesaplanan Cronbach’s Alfa iç tutarlılık katsayıları şu şekilde bulunmuştur: Evlilik Yaşamı Ölçeği: .900, Evlilikte Problem Çözme Ölçeği: .911, İletişim Becerileri Ölçeği: .900.

BULGULAR

Evli Bireylerin Evlilik Doyum Düzeyleri, Problem Çözme Becerileri ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine İlişkin Bulgular

Evli bireylerin; evlilik doyumları ile problem çözme becerileri ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon testi sonucu Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Evli Bireylerin Evlilik Doyumları İle Problem Çözme Becerileri ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Tablosu

Değişken	1	2	3	4	5	6	7
1.Evlilik Doyumu	1	0,795**	0,212**	0,071	0,233**	0,098*	0,182**
2.Problem Çözme Becerisi	0,795**	1	0,320**	0,160**	0,347**	0,190**	0,234**
İletişim Becerileri							
3.Egoyu Geliştirici Dil	0,212**	0,320**					
4.Etkin Dinleme	0,071	0,160**					
5.Kendini Tanıma-Açma	0,233**	0,347**					
6.Empati	0,098**	0,190**					
7.Ben Dilini Kullanma	0,182**	0,234**					
Ortalama	39,03	34,05	24,16	35,31	18,65	32,42	26,14
Standart Sapma	8,62	7,78	4,16	4,46	4,10	5,27	3,57

* P< .05

** p< .01

Tablo 2’de görüldüğü gibi evli bireylerin Evlilik Yaşamı Ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 39.03 (Ss=8.62), Evlilikte Problem Çözme Ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 34,05 (Ss=7,78) ve İletişim Becerileri Ölçeğinin egoyu geliştirici dil alt ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 24.16 (Ss=4.16), etkin dinleme alt ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 35,31 (Ss=4,46), kendini tanıma-kendini açma alt ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 18,65 (Ss=4,10), empati alt ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 32,42 (Ss=5,27), ben dilini kullanma alt ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 26,14 (Ss=3,57)’dir. Buna göre araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik doyumu, problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin yüksek düzeyde olduğu söylenebilir. Ayrıca yine Tablo 2’ye göre evli bireylerin evlilikten aldıkları doyum ile problem çözme becerileri ve iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Tablo 2 incelendiğinde evlilik doyumu ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($r=0,79$; $p<0.01$). Yine Tablo 2’ye göre evlilik doyumu ile iletişim becerileri alt boyutu egoyu geliştirici dil arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ($r=0,21$; $p<0.01$), kendini tanıma-kendini açma alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ($r=0,23$; $p<0.01$), empati alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ($r=0,09$; $p<0.05$), ben dilini kullanma alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ($r=0,18$; $p<0.01$) olduğu ancak etkin dinleme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir ($r=0,07$; $p>0.05$). Evli bireylerin problem çözme becerileri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki incelendiğinde problem çözme becerileri ile egoyu geliştirici dil alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ($r=0,320$; $p<0.01$), etkin dinleme alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ($r=0,160$; $p<0.01$), kendini tanıma-kendini açma alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ($r=0,347$; $p<0.01$), empati alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ($r=0,190$; $p<0.01$), ben dilini kullanma alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ($r=0,234$; $p<0.01$) olduğu saptanmıştır.

Problem Çözme Becerisi ve İletişim Becerilerinin Evlilik Doyumunu Yordamasına Yönelik Bulgular

Evli bireylerin problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin evlilikten aldıkları doyumu yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan Çoklu Regresyon analizi sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3. Evlilik Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Tablosu

Yordanan Değişken	Yordayan Değişken	B	SH	β	t	p	R	R2	F
Evlilik Doyumu	Problem Çözme Becerisi	,905	,035	,817	25,876	,000	,798	,633	130,154
	İletişim Becerisi	,115	,035	,210	45,560	,000			
	Egoyu Geliştirici Dil	-,060	,073	-,029	-,823	,411			
	Etkin Dinleme	-,073	,070	-,038	-1,048	,295			
	Kendini Tanıma-Açma	-,073	,071	-,035	-1,025	,306			
	Empati	-,039	,063	-,024	-,617	,538			
	Ben Dilini Kullanma	,097	,081	,040	1,198	,232			

Evli bireylerin problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin evlilikten aldıkları doyumu yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan Çoklu regresyon analizi sonucunda, evlilikte problem çözme becerilerinin ($t=25,876$, $p<0.05$) evlilik doyumunu anlamlı olarak yordadığı görülmektedir. Aynı zamanda iletişim becerileri toplam puanlarının da evlilik doyumunu ($t=45,560$, $p<0.05$) evlilik doyumunu anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır. Modele en yüksek katkısı olan değişken problem çözme becerisidir. Öte yandan iletişim becerisi alt boyut puanlarının modele ayrı ayrı anlamlı katkısı olmadığı görülmüştür. Son olarak ilgili değerler incelendiğinde evli bireylerin problem çözme becerileri ile iletişim becerilerinin evlilik doyumları puan varyansının yaklaşık %63'ünü açıkladığı görülmüş ve bu orandaki en büyük payın problem çözme becerisine ait olduğu belirlenmiştir.

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, araştırmanın temel amacı olan evlilik doyumu ile evlilikte problem çözme becerisi ve iletişim becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Evli bireylerin evlilikten aldıkları doyum ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan analizler sonucunda, evli bireylerin evlilikten aldıkları doyum ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Literatüre bakıldığında benzer bulgulara ulaşan çalışmalar mevcuttur. Güven ve Sevim (2016) evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı bulgusuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde Akgün (2018) çalışmasında evli bireylerin evlilik doyumları ile evlilikte problem çözme becerileri

arasında yüksek düzeyde olumlu bir ilişkinin olduğu, Uçar (2018) ve Taşköprü (2013) yaptıkları çalışmada evli bireylerin evlilik doyumları ile evlilikte problem çözme becerileri arasında pozitif bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Canel (2007) yaptığı çalışmada ailede problem çözme becerisinin geliştirilmesinin evlilik doyumu üzerinde olumlu etki oluşturarak evlilik doyumunu arttırdığı bulgusuna ulaşmıştır. Vural ve Kalkan (2017) yaptıkları çalışmada evlilikte sorun çözmenin evlilik doyumunu etkilediği bulgusuna ulaşmışlardır. Bu bilgiler ışığında yapılan çalışmadan elde edilen sonuçların önceki çalışmalarla benzerlik gösterdiği görülmektedir. Problem çözme becerilerine sahip olan çiftler yaşadıkları problem karşısında problemin çözümü için uğraşarak sağlıklı bir evlilik ilişkisi ortaya çıkarmaktadırlar. Sağlıksız evlilik ilişkisinde ise çiftler yaşadıkları problem karşısında problemin çözümünü daha da zorlaştırıcı yollar tercih etmektedirler (Şen, 2015). Evlilik ilişkisinde yaşanan problemler karşısında kullanılan problem çözme becerileri, çiftlerin evlilik doyumlarının üzerinde önemli pozitif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir (Güven ve Sevim, 2016). Eşlerin yaşadıkları problem karşısında iletişim becerilerini kullanarak birbirlerine karşı duygularını, düşüncelerini ve görüşlerini açık bir şekilde ifade ettiklerinde ve problemi birlikte aşmaya çalıştıklarında daha rahat bir şekilde problem durumunun üstesinden gelebilmektedirler (Özbay ve Aydoğan, 2013). Evlilik ilişkisinde mutluluğun yakalanabilmesi ve evlilik doyumunun ortaya çıkmasında, eşlerin birbirleriyle iletişimlerinin iyi olması ve yaşadıkları problemleri doğru bir şekilde çözüme ulaştırmaları önemli özellikler olarak karşımıza çıkmaktadır (Akdağ, 2014).

Evli bireylerin evlilikten aldıkları doyum ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan analizler sonucunda, evli bireylerin evlilikten aldıkları doyum ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Evlilik doyumu ile iletişim becerilerinden egoyu geliştirici dil alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin, kendini tanıma-kendini açma alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin, empati alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin, ben dilini kullanma alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu ancak etkin dinleme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Literatüre bakıldığında benzer bulgulara ulaşan çalışmalar mevcuttur. Atan ve Buluş (2019) aile iletişim becerileri psikoeğitim programının evli çiftlerin evlilik doyumu üzerinde ki etkisini inceledikleri çalışma sonucunda iletişim becerileri eğitimi alan çiftlerin evlilik doyumunun arttığı bulgusuna ulaşmışlardır. Baran (2013) kadınlara verilen iletişim çatışmaları eğitiminin, kadınların iletişim becerilerini geliştirdiği ve buna bağlı olarak evlilik doyumlarını arttırdığı sonucuna ulaşmıştır. Buluş ve Bağcı (2016) tarafından yapılan çalışmada evlilik doyumu ile iletişim becerilerinin tüm alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Uçak (2018) tarafından yapılan çalışmada katılımcıların iletişim becerilerinin zihinsel alt boyut puanı azaldıkça evliliğin olumsuz etkilendiği bulgusuna ulaşılmıştır. Atan (2016) tarafından yapılan çalışmada iletişim becerileri psikoeğitim programı sonrasında deney ve kontrol grubunda yer alan bireylerin evlilik doyumlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve iletişim becerileri programının bireylerin evlilik doyumunu ve uyumunu pozitif yönde etkilediği bulgusuna ulaşmıştır. Bu bulgular çalışmanın

bulguları ile örtüşmektedir. Ancak bu çalışmada evlilik doyumu ile iletişim becerilerinin etkin dinleme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulgulanmamıştır.

Olumlu özellikler taşıyan evlilik ilişkisinde, evlilik doyumu ve iletişim becerileri önemli özellikler olarak karşımıza çıkmaktadır (Buluş ve Bağcı, 2016). Yapılan araştırmalarda evliliğin devam ettirilmesinde evlilik doyumu ve iletişim becerilerinin yordayıcı etkisinin olduğu görülmektedir (Soylu ve Kağmıcı, 2015; Buluş ve Bağcı, 2016). Diğerleriyle kurulan ilişkilerin niteliğini belirleyen ve yaşamı kolaylaştırıcı özelliğe sahip olan etkili iletişim becerilerinin hayatımızda ki etkisi oldukça büyüktür (Korkut, 2005). Diğerleriyle kurulan her ilişki biçimini büyük ölçüde etkileyen iletişim, kurulan evlilik ilişkisinin olumlu özellikler taşınmasında ve sağlıklı olmasında da önemli etkiye sahip olduğu görülmektedir (Karabela, 2020). Kullanılan etkili iletişim becerileri, bireylerin evlilikleri hakkındaki fikirlerini olumlu etkileyerek mutlu bir evlilik yaşantısını beraberinde getirmektedir. İletişimin olumlu olması; eşlerin birbirlerini anlamasını, birbirlerine daha çok vakit ayırmasını ve sevgi bağının daha güçlü olmasını sağlamaktadır. Alan yazındaki çalışmalar, evlilik doyumunun kullanılan iletişim becerilerinden etkilendiğini göstermektedir (Buluş ve Bağcı, 2016). Eşler arasında ki iletişimin olumlu özellikler içermesi evlilik doyumunun artmasına yardımcı olmaktadır (Abbasigil, 2019).

Evli bireylerin problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin evlilik doyumunu yordamasının belirlenmesi amacıyla yapılan analizler sonucunda evlilikte problem çözme becerilerinin ve iletişim becerilerinin evlilik doyumunu anlamlı olarak yordadığı görülmektedir. Söz konusu değişkenler evlilik doyumundaki değişimin %63'ünü açıklamaktadır. Ancak iletişim becerilerinin alt boyutlarına bakıldığında; egoyu geliştirici dilin, etkin dinlemenin, kendini tanıma-kendini açmanın, empatinin ve ben dilini kullanmanın ayrı ayrı evlilik doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir. Literatüre bakıldığında araştırma sonuçlarıyla benzerlik ve farklılık gösteren çalışmaların var olduğu görülmektedir. Çalışkan (2017) tarafından yapılan çalışmada bu çalışmadaki bulguya paralel olarak problem çözme becerisinin evlilik doyumunu yordadığı sonucuna ulaşılrken, iletişim becerileri ile evlilik doyumu arasında pozitif yönde bir ilişki olmasına rağmen iletişim becerilerinin de evlilik doyumunun yordayıcısı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Akgün (2018) tarafından yapılan çalışmada evlilikte problem çözmenin bireylerin evlilikten aldıkları doyumu anlamlı olarak yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde Güven ve Sevim (2016) tarafından yapılan çalışmada da eşlerin problem çözme becerilerinin evlilik doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır. Ulaşılan bulgular bu çalışmanın bulgusu ile paralellik göstermektedir. Buluş ve Bağcı (2016) tarafından yapılan çalışmada ise kadınların evlilik doyumunun iletişim becerileri ben dili alt boyutu tarafından yordandığı, erkeklerin evlilik doyumunun iletişim becerileri ego geliştirici dil alt boyutu tarafından yordandığı bulgusuna ulaşılmıştır. Ulaşılan bulgu bu çalışmanın bulgusuyla farklılaşmaktadır. Evlilik doyumu tek bir faktör ile açıklanamayan, bireylerin sahip olduğu özelliklerden, içinde yaşadıkları toplumdan da etkilenen çok yönlü bir yaşantıdır (Atan, 2016). Her birey sahip olduğu özellikleriyle, yaşam biçimiyle, düşünceleriyle, hissettikleriyle ve değerleriyle diğerlerinden ayrılır. Her insanın onu

diğerlerinden ayıran bu özgün yapısı kurduğu ilişkilerde de kendini belli etmektedir. Evlilikler yapılışı yönüyle aynı gibi görünse de bireyler arasındaki bu farklılıklar nedeniyle her evlilik yaşantısının dinamiği, ilişkinin devamlılığını sağlayan faktörler birbirinden farklılaşmaktadır. Bu nedenlerden dolayı konuyla ilgili yapılan araştırmalarda farklı bulgular ortaya çıkabilmektedir.

Literatürde evlilik doyumu, problem çözme becerisi, iletişim becerileri değişkenlerinin ayrı ayrı veya iki değişkenin birlikte ele alındığı çalışmaların olmasına karşın üç değişkenin birlikte doğrudan incelendiği çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak konuyla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde problem çözme becerisi ve iletişim becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkili olduğu görülmektedir.

Evlilik doyumu, problem çözme becerisi ve iletişim becerileri birbirlerinden etkilenen ve birbirlerini etkileyen özellikler olarak karşımıza çıkmaktadır. Eşler arasında doğru bir iletişimin kurulamaması evlilikte problemleri de beraberinde getirmektedir (Kaya, 2003). Evlilikte yaşanan problem durumlarının temelinde eşlerin birbirleriyle iyi iletişim kuramaması, doğru olmayan iletişim özellikleri sergilemeleri yer almaktadır (Karabela, 2020). Benzer şekilde Akgün ve Uluocak (2010), iletişimde yaşanan sıkıntıların evlilikte ki problemleri de beraberinde getirdiğini belirtmişlerdir. Konuşurken karşı tarafı suçlayıcı bir dil kullanma, anlatmak isteneni kavga yoluyla ifade etme ve konuşmalarda açık olmama gibi iletişim becerilerine uygun olmayan davranışlar iletişim sıkıntılarının neden olurken birçok probleminde üstesinden gelmeyi engellemektedir. Etkili iletişim becerileri arasında yer alan ben dilini kullanma, empati kurma ve karşıda ki kişiyi aktif bir şekilde dinleme gibi özelliklerle var olan problemler daha kolay bir şekilde çözüme ulaşabilmektedir (Abbasigil, 2019). Bunlarla bağlantılı olarak çiftler arasındaki iletişimin özellikleri, kullandıkları iletişim becerileri aynı zamanda problem çözme becerisine bağlı olarak yaşanan problemlerin kolay bir şekilde çözülebilmesi veya çözülememesi, bireylerin evlilik doyumunun üzerinde etkili olan önemli özellikler olarak karşımıza çıkmaktadır.

Evlilik kurumu toplum için çok önemlidir. Toplumun sağlıklı olabilmesi kurulan evliliğin sağlıklı bir şekilde devam etmesiyle ilgilidir. Bireylerin evlilik ilişkilerinde kendilerini iyi ve mutlu hissetmeleri için öncelikle evliliklerinden doyum almaları gerekmektedir. Evlilik doyumu, birçok özellikten etkilenen ve bireylerin yaşamı ve evlilik ilişkisi üzerinde önemli etkileri olan bir kavramdır. Bu nedenle evlilik doyumunu etkileyebilecek tüm özellikler göz önünde bulundurulup bunlarla ilgili araştırmaların yapılmaya devam etmesinin literatüre önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda çiftlerle ve aile ile ilgilenen aile danışmanlarına da yol gösterici olacaktır.

Çalışmanın bulguları bireylerin problem çözme becerisi ve iletişim becerilerinin evlilik doyumuyla güçlü bir ilişkisinin olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda bireylerin kendilerini tanımalarının önemli olduğunun farkına varmaları öncelikli önem taşımaktadır. Çünkü karşı tarafa duygu, düşünce ve isteklerini ifade edebilmenin yolu öncelikle kendini doğru bir şekilde tanımaktan geçmektedir. Aynı zamanda bireylerin kendilerini ifade ederken açık, net, anlaşılır ifadeler kullanarak doğru iletişim becerilerini sergilemelerinin ilişkide ne kadar önemli bir rol oynadığı, problem durumuyla

karşılaştıklarında eşlerinin de ne hissettiğine önem vermenin ve onların probleme bakış açısını anlamaya çalışmanın önemi göz önünde bulundurularak bireylerin bu yönlerini geliştirmeleri önem taşımaktadır. Bu nedenle evli bireylerin problem çözme becerilerinin ve iletişimin becerilerinin geliştirilmesi, bu konularla ilgili eğitimlerin verilmesinin evlilik ilişkilerinin devamlılığı üzerinde önemli bir katkısı olacaktır.

KAYNAKÇA

- Abbasgil, A.R. (2019). *Evli bireylerde sosyal medya kullanım süresi, kişilerarası iletişim becerileri ve evlilik doyum ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Akdağ, F. (2014). *Evli bireylerde psikolojik iyi oluşun kök aile ile ilişkiler, benlik saygısı ve evlilik doyumunu açısından yordanması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Akdağ, F. ve Çankaya, Z. (2015). Evli bireylerde psikolojik iyi oluşun yordanması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11 (3), 646-662.
- Akgün Boylu, Ş. (2018). *Evli bireylerin bilinçli farkındalık düzeyleri ile evlilik doyumunu ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akgün, R. ve Polat Uluocak, G. (2010). Evlilikte etkili iletişim ve problem çözme: Bir toplum merkezindeki kadınlarla gerçekleştirilen grup çalışması. *Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 6(23), 9-22.
- Atan, A. (2016). *Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının ebeveynlerin iletişim becerilerine, çift uyumuna, evlilik doyumuna ve 5-6 yaş çocuklarının sosyal duygusal uyumuna etkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Atan, A. ve Buluş, M. (2019). Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının eşlerin evlilik doyumuna etkisi. *Elementary Education Online*, 18(1), 226-240.
- Bal, H. (2007). *Bağlanma Stilleri, Cinsiyet Roller ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Baran, M. (2013). *Kadınlara verilen iletişim çatışmaları eğitiminin evlilik doyumuna üzerine etkisi*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Bildirici, A. (2016). *Evlilik Süresinin, Cinsel Yaşama ve Evlilik Uyumu Etkisi ve Sonuçlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Buluş, M., Atan, A. ve Sarıkaya H.E. (2017). Etkili iletişim becerileri: Bir kavramsal çerçeve önerisi. *International Online Journal of Educational Sciences*, 9 (2), 575-590.
- Buluş, M. ve Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumunu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (40), 136-152.
- Canel, A. N. (2007). *Ailede problem çözme, evlilik doyumunu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Çalışkan, M. (2017). Aile işlevselliğinin evlilik doyumuyla incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, (39), 59-74.
- Çelenoğlu, A. (2011). *Evli bireylerin, bağlanma stillerine ve kendilik algısına göre evlilikte yaşanan sorunlarla başa çıkma yollarının incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.

- Çelik, D. ve İnanç, P. (2009). Evlilik doyum ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18 (2), 247-269.
- Derebaşı, I. (2004). *Evlilik doyumunu ölçeğinin (MSI-R) madde-cevap kuramına dayalı olarak psikometrik özelliklerinin incelenmesi ve adaptasyon çalışması*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H. ve Eradamlar, N. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adamlar Dergisi*, 18(1), 39-47.
- Erdem Özkan, G. (2019). *Evli bireylerin çatışma çözüm stillerine göre evlilik doyumunun incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Ersanlı, K. (1990). Aile içi ilişkilerin dayandığı psikolojik temeller. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 47-50.
- Eskin, M. (2012). Evlilik terapisi için başvuran çiftlerin evlilik doyumunu ve evlilik terapisiyle hakkındaki görüşleriyle ilişkili etmenler. *Klinik Psikiyatri*, 15, 226-237.
- Güngör, C. H. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gürer, T. (2019). *Evli bireylerde eşe kendini açma ve evlilik doyumunu*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güven, N. ve Sevim, S.A. (2016). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28).
- Hasdemir, K. (2014). *Evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hünler, O. S. (2002). *The effects religiousness on marital satisfaction and mediator role of perceived marital problem solving abilities between religiousness and marital satisfaction relationship*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Karabela, A. (2020). *Kadına yönelik şiddet ve iletişim becerileri*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.
- Karasar, N. (2003). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kaya, C. (2003). *Evlilikte Mutluluğun Sırları* (1.Baskı). Manisa: Renk Yayınları.
- Korkut, F. (2005). Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (28), 143-149.
- Merdoğlu, E. (2019). *Evli kadınlarda evlilik doyumunu ve somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Orta, A. Z. (2009). *Etkili iletişim sürecinde kişilerarası iletişim becerileri ve yaratıcı drama uygulama örneği*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Kültür Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Özbay, Y. ve Aydoğan, D. (2013). Aile yılmazlığı: Bir engele rağmen birlikte güçlenen aile. *Sosyal Politika Çalışmaları*, 13, 129-146.
- Öztahtacı, D. (2017). *Evli kadınlarda evlilik doyumu, yetişkin bağlanma stilleri ve depresyon düzeyinin ilişkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Soylu, Y. ve Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 44-54.
- Şen, B. (2015). *Evlilik öncesi çift eğitimi* (1). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Tabakcı, Z. (2019). *Farklı etnik kökenden gelen bireylerin evlilik uyumlarının çeşitli demografik özelliklere göre incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, streste başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşamı ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7).
- Tutarel Kışlak, Ş. ve Göztepe, I. (2012). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 27-46.
- Uçak, J. (2018). *Çalışan ve çalışmayan kadınlarda iletişim becerilerinin evlilik doyumuna etkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uçar, E. (2018). *Psikolojik iyi oluş yordayıcısı olarak dindarlık, evlilik doyumu ve problem çözme*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vural Batık, M. ve Kalkan, M. (2017). Evlilikte algılanan sorun çözme becerileri ve evlilik doyumu. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(5), 2630-2646.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 250-261.