



Haziran 2021

Yıl: 5 Sayı: 1 ss. 11-24

Makale Türü: Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi: 10.02.2021

Kabul Tarihi: 03.03.2021

June 2021

Volume: 5 Issue: 1 pp. 11-24

Article Type: Research Article

Submitted: 10.02.2021

Accepted: 03.03.2021

ISSN: 2619-9408

TRANSAKSİYONEL ANALİZ EGO DURUMLARI AÇISINDAN EVLİLİK UYUMU/DOYUMUNUN İNCELENMESİ*

Ezgi ÖMÜR, Ali ESGİN*****

Özet

Bu çalışmada Transaksiyonel Analiz ego durumları açısından evlilik uyumu/doyumunun incelenmesi amaçlanmıştır. Transaksiyonel analiz; çocuk, yetişkin ve ebeveyn ego durumları olarak adlandırılan üç ego durumu üzerine kurulmuş ve kişilerarası iletişimle birlikte insan davranışının incelendiği bir yaklaşımdır. Bu sebeple evliliklerde partnerlerin birbirleri ile kurduğu iletişim ve davranış kalıpları incelenerek evlilikten alınan doyumun Transaksiyonel Analiz açısından araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmada karma yöntem kullanılmış ve ilişkisel tarama modeli ile çalışılmıştır. Nitel araştırmada 5 çiftle yüz yüze 5 çiftle online görüşme olmak üzere toplam 10 çiftle yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Nicel araştırma kapsamında 101 çift, internet üzerinden ulaştırılan ego durumları ölçeği, evlilik doyumunu ölçeği ve kişisel bilgi form ölçeklerini yanıtlamışlardır. Sonuçlara göre bireylerin evliliklerinde; koruyucu ebeveyn ego durumları, yetişkin ego durumları ve uygulayıcı çocuk ego durumlarının baskın olarak kullanmalarının evlilik doyumunu arttırdığı sonucuna varılmıştır. Bireylerin doğal çocuk ego durumları ve eleştirel ebeveyn ego durumlarının baskın olması halinde ise evlilik doyumlarının azaldığı sonucuna varılmıştır. Kendini uygulayıcı çocuk ego durumunda algılayan bireylerin ise evlilik uyumlarının yüksek fakat evlilikten aldıkları doyumun düşük olduğunu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ego durumları, transaksiyonel analiz, evlilikte doyum.

Analyze Marital Compatibility / Contentment in Terms of Transactional Analysis Ego States

Abstract

This study aims to analyze marital compatibility/contentment in terms of Transactional Analytic ego states. Transactional analysis is an approach which is built on three ego states that are called child, adult, and parent ego states and it examines interpersonal communications along with human behaviours. Correspondingly, marital contentment in terms of Transactional analysis is aimed to be researched through studying the communication between partners in marriages and behavioural patterns with each other. In this work; both quantitative and qualitative mixed methods are used and it is conducted with correlational survey model. During qualitative research; 5 couples were interviewed in person, 5 couples were interviewed online, resulting in total of 10 semi-structured interviews. Within the quantitative research, 101 couples have filled in the forms according to ego states, marital contentment and personal information. According to the results; the dominant usage of protective parent, adult, and corresponding child ego states have proved to enhance the contentment in people's marriages. It is concluded that when individuals' natural child ego states and critical parent ego states are dominant, contentment in marriage is reduced. For individuals who see themselves in corresponding child ego states, it is determined that such individuals' compatibilities for marriages are high yet their contentment in marriages are low.

Keywords: Ego states, transactional analysis, marital contentment.

* Bu çalışma, ikinci yazarın danışmanlığında birinci yazar tarafından İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsünde hazırlanan yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

** İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı. ezgiomur@stu.aydin.edu.tr ORCID: 0000-0002-3740-3941

*** Prof. Dr., İnönü Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü. aliesgin@hotmail.com ORCID: 0000-0002-0046-1638

Giriş

Günümüzde evlilik kurumunda artan sorunlar çiftler arasında git gide uyumsuzluğa sebep olmakta ve geleneksel kültürümüze göre ayrılmalar daha sık görülmektedir. Türkiye İstatistik Kurumunun yapmış olduğu araştırma verileri incelendiğinde, 2001 ve 2010 yılları arasında, evlenme oranında ortalama artış %1 iken, aynı araştırma da boşanma oranının %3 olduğu ifade edilmiştir. 2019 yılında yapılan araştırma verilerinde ise, 2018 yılında evlenen çiftlerin sayısının %2,3 azalarak 541 bin 424'e gerilediği ve aynı araştırmada evlenme hızının binde 6,56 olarak gerçekleştiği, boşanmaların %8 artarak 155 bin 47'ye yükseldiği sonucuna varılmıştır (TUIK, 2019). İstatistikler, boşanma oranlarının her geçen gün evlenme oranlarından yüksek olduğunu ve ilişkilerin devamını sağlayan evlilik uyumunun daha fazla araştırılmasının ve tanımlanmasının önemini arttığını göstermektedir. Evlilik doyumu; evlilik kurumu içinde çiftlerin birbirlerine karşı gösterdikleri sevgi şekli, cinsel doyum, iletişim şekli gibi bireysel boyutlardan ve verilen kararlarda eşitlik, kazanç, çalışma ve sorunları paylaşma gibi çevresel boyutlardan elde edilen psikolojik tatmindir (Sokolski ve Hendrick, 1999). Yaşam aracı olarak görülen evlilik birçok toplumda oluşturulması beklenen bir kurumdur. Bazı araştırmacılar yetişkinlerin %85'inin evleneceğini ve %94'ünün gerçek aşklarıyla evlenmeyi beklediğini ileri sürmektedirler (Popenoe ve Whitehead, 2002; Wright, Simmons ve Campbell, 2007). Kişilerin çoğunluğunun evlendikleri ya da evlenecekleri varsayımından yola çıkıldığında, bu ilişkiden nasıl doyum alabilecekleri üzerinde çalışmak önemli hale gelmektedir. Evlilik kişilerarası iletişimin temel alındığı bir kavram olduğundan, bu çalışma kapsamındaki evlilikler aynı zamanda bir iletişim kuramı olarak tanımlanan Transaksiyonel Analiz bağlamında incelenmiştir.

Temel çerçevesi Eric Berne tarafından çizilen Transaksiyonel Analiz (TA), bir benlik kuramı olarak ele alınmakta, bireysel değişim ve gelişim için sistematik bir psikoterapi yaklaşımı olduğu ifade edilmektedir (Akkoyun, 1996). Transaksiyonel Analiz, 1949 yılından itibaren Eric Berne'nün sezgi ile ilgili çalışmalarını "grup terapisine yeni bir yaklaşım" olarak sunması ile ortaya çıkmış bir kuramdır. Berne'in 1970 yılındaki ölümünden sonra kuramın izleyicileri pek çok yeni kavram ve tekniği yaklaşıma katmıştır. İnsanlar sahip oldukları iletişim becerileri ile evliliklerini uyumlu ya da uyumsuz boyuta taşıyabilirler. Bu da evlilikten elde edecekleri doyumun ve mutluluğun düzeyini etkilemektedir. Bu araştırmanın hedefi; evli çiftlerde kişilerin evlilik doyumları ve iletişim biçimleri arasındaki bağı Transaksiyonel Analiz ego durumları açısından değerlendirmektir. Yerli ve yabancı alan yazın taramasında, Transaksiyonel Analiz bağlamında yapılan araştırmalara bakıldığında, tüm araştırmaların kişisel olarak kişilere ölçek uygulanarak ilerlenmiş olduğunu ve evli çiftlerle yapılan araştırmaların ise sadece grup çalışmalarında Transaksiyonel Analiz uygulama programları dahilinde yapıldığı görülmektedir. Farzad, Nooranipoor, Shafiabadi, ve Yahyae (2015), yürüttükleri araştırmada Transaksiyonel Analiz grup danışmanlığının çiftlerin aile işlevlerinin iyileştirilmesi üzerindeki etkinliğini incelemişlerdir. Kontrol grubundaki çiftlerle yarı deneysel araştırma kapsamında 12 seanslık grup danışmanlığı görüşmesi yapılmıştır. Görüşmeden önce ve sonra uygulanan testlerde yapılan grup danışmanlığının etkisi incelenmiştir. Sonuçlar, deney grubunun ön test ve son test puanları arasında önemli farklılıklar olduğunu göstermektedir. Bu fark 0.05 düzeyinde anlamlıdır. Bu nedenle, transaksiyonel Analiz grup terapisinin çiftlerde aile işlevlerinin boyutlarını geliştirdiği görülmektedir. Türkiye'de buna benzer bir araştırmayı Aydemir (1996) yürütmüştür. Transaksiyonel Analize dayalı bir eğitim programının, evli çiftlerin ego durumları ve evlilik yaşamlarına ilişkin değişkenlere etkisinin incelendiği araştırmada, evlilik ilişkisini geliştirmek isteyen gönüllü çiftlerden oluşan kontrol grubu ile çalışılmıştır. Eğitim programı uygulanmadan önce çiftlere test yapılmış, sonrasında 7 hafta süren bir eğitim programı gerçekleştirilmiştir. Analizler sonucunda eğitim programı bitiminin ardından yapılan testlerle, eğitim programından önce yapılan testler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu programlarda evli çiftlere ego durumlarının nasıl ve ne şekilde kullanılabileceği ifade edilip bu konuda eğitim verilmektedir. Transaksiyonel Analiz kapsamında evli çiftlerle ölçek ve

yüz yüze görüşme yöntemleri kullanılarak yapılan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu sebeple bu araştırmanın ilk kez evli çiftlerle yürütülmesi sebebi ile özgünlüğü kapsamında alana katkı sağlaması beklenmektedir.

Eric Berne tarafından geliştirilen ve bireyler arası ilişkilerin analizinde kullanılan Transaksiyonel Analiz, “İşlemsel Çözümleme Yaklaşımı” olarak Türkçeleştirilmiştir. Transaksiyonel Analiz, davranışları anlamak için temel olarak iletişim kuran bireyin ego durumunu belirlemek amacıyla sosyal transaksiyonların analiz edildiği bir psikanalitik teori ve terapi yöntemidir. Transaksiyonel Analiz, bireysel olarak gelişimi ve değişimi sağlamak üzere kullanılan sistematik bir psikoterapi ve birey kuramıdır. Uluslararası Transaksiyonel Analiz Kuruluşunun önerdiği Transaksiyonel Analiz tanımı budur. Ancak günümüzdeki Transaksiyonel Analiz bu tanımdan daha da fazlasını içermektedir. Transaksiyonel analiz, diğer psikolojik yaklaşımlar arasında derinliği ve uygulamalarının çeşitliliğiyle dikkati çekmektedir (Stewart, 2017: 31).

Transaksiyonel Analizin temelini ego durumları oluşturmaktadır. Transaksiyonel Analize göre bir bireyin kişiliği üç kısımdan oluşur. Bu üç bölüm ego durumları olarak adlandırılır. Berne, ego durumlarını “aynı anda oluşan tutarlı düşünme, hissetme ve davranma biçimleri” şeklinde tanımlamıştır. Bir insanın hayatının ilk döneminde gelişen ağırlara “çocuk ego durumu” adını vermiştir. Bu ego durumundayken tıpkı çocukken davrandığımız gibi davranmaya başlarız. Çocukluğumuzda gösterdiğimiz tepkileri gösterir; kızar, küser, ağlar ya da büyük sevinç gösterilerinde bulunuruz. Bizi büyüten kişilerin içselleştirilmesini temsil eden ağırlara ise “ebeveyn ego durumu” adını vermiştir. Bu ego durumunda iken ebeveynlerimizden gördüğümüz gibi davranmaya, düşünmeye ve hissetmeye başlarız. Üçüncü ego durumu ise “yetişkin ego durumu”dur. Bu ego durumunda iken gerçek ne ise objektif olarak yaklaşır, gerçeğe dayalı kararlar alırken çocuk veya ebeveyn ego durumlarımızı bu sürece dahil etmeyiz. Yetişkin ego durumunda olmak çocuk ve ebeveyn egolarından bağımsız davranmak anlamına gelmektedir (Berne, 1996: 13-14).

Transaksiyonel Analiz Kuramına göre, ruhsal anlamda sağlıklı olan kişiler, her üç benliği duruma göre kullanırlar. Birey; kimi yerde çocuk benlik durumunu kullanırken, kimi durumda ise yetişkin benlik durumunu kullanabilir. Özellikle yetişkin benlik durumu, çocuk ve ana-baba benlik durumları arasında arabulucu niteliğindedir. Berne, bu üç ego durumunun herkesin içinde olması gerektiğini ve bu üç ego durumunun kullanımının benzersiz birey kişiliklerini oluşturduğunu savunmaktadır. Transaksiyonel Analizde benlik durumları modeli; yapısal analiz ve işlevsel analiz olmak üzere iki modelde ifade edilmektedir. *Yapısal analiz* kişilik psikolojisi için kullanılırken, *fonksiyonel analiz* iletişim psikolojisinde kullanılmaktadır. Yapısal analiz bir ego durumunun içeriğini nelerin oluşturduğunu açıklarken, fonksiyonel analiz bu ego durumunun nasıl kullanıldığı ve ifade edildiği sürecine odaklanmaktadır. Kişilerle olan iletişimimizin ve davranışlarımızın incelendiği model fonksiyonel analiz, kendimizle olan iletişimimizin incelendiği model ise yapısal analizdir. (Akkoyun 2001: 18) Yapısal analizde; ebeveyn, yetişkin ve çocuk ego durumları olarak adlandırılan üç ego durumu sistemi incelenmektedir (Stewart, 2017: 4).

Ebeveyn ego durumu; başta ebeveynler olmak üzere bireye bakım veren, büyüten, dış kaynaklardan aldığı tüm algılama, tutum ya da öğreti şeklindeki davranışları içermektedir (Akkoyun, 2001: 19). Her bireyin ebeveyni ya da ebeveyn rolünü üstlenen bakım vereni vardır. Birey, kabaca ilk beş yıl olarak kabul edilen erken yaşlarda, ebeveyn figürlerinden öğrendiği her davranışı ya da algıyı ebeveyn ego durumunda saklar. Bu bilgiler ve kalıplar herhangi bir düzenleme veya sorgulama yapılmaksızın doğrudan ebeveyn ego durumunda depolanmış olur. Bu şekilde ebeveynin davranışları, kararları, algıları, önyargıları, seçimleri, çocuğun inanç sisteminde yer alır ve ebeveyn ego durumunda kullanılmak üzere kaydedilir. Ebeveyn ego durumundaki bu kayıtlar yalnızca ebeveynlerden değil, ebeveyn rolünü üstlenen ya da bu ihtiyacı karşılayan büyük kardeşlerden, öğretmenlerden ve yine

ebeveyn olarak algılanan otorite figürlerinden öğrenilen bilgilere de sahiptir. Burada biyolojik bir gereksinim yoktur, bilgiler davranışsal ve gözlem yolu ile öğrenilmektedir (Harris, 2012: 47). Birey belli koşullarda ebeveyn ego durumunda davranır ve buradaki bilgilerle davranışlar sergiler. Örneğin; arkadaşına hava soğuk olduğu için kalın giyinmesini tembihlemek, projede birlikte çalıştığı bir arkadaşına proje bitiş tarihini hatırlatıp kontrol ve baskı yaratmak ebeveyn ego durumlarının baskın olduğu hallerdir.

Çocuk ego durumu, çocukken deneyimlenen duygu, düşünce ve davranışlardan oluşmaktadır. Çocukken hissedilen duygular, ebeveynlerle olan etkileşim, kurduğumuz temas önemlidir ve bunların her biri çocuk egomuzda bilgi ve deneyim olarak kaydedilir. Bu durum da tamamen doğal dürtülerden oluşur. Görülen, duyulan, hissedilen ve anlaşılabilir her veri çocuk olarak adlandırılır. Dışarıda yaşanan tüm olaylar ebeveyn ego durumunda kayıt edilirken, içeride yaşanan, hissedilen olaylar yani çocuğun gördüğü ve duyduğu olaylara verdiği tepkiler çocuk egosunda toplanır (Harris, 2012: 55). Örneğin; bireyin arkadaşları ile yaptığı bir plan bozulduğunda büyük tepkiler vererek ağlaması, küsmesi onun çocuk egosundan gelen tepkilerdir.

Yetişkin ego durumu; bireyin, “şimdi ve burada” tepkilerini verirken meydana gelen düşünce, duygu ve davranış örüntülerini içerir. Yetişkin ego durumunun kişinin yaşıyla ilgisi yoktur. Gerçeği; olasılıkları değerlendirerek ve gerçeği sorgulayarak değerlendirir, bunun sonucunda davranış sergiler. (Jongeward ve James, 1971: 41). Söz gelimi, Thomas Harris çocuklarda on ay civarından sonra dikkat çekici şeyler olmaya başladığını belirtmektedir. O güne kadarki yaşamı; çevresindeki olaylara, talep ve uyaranlara karşılık, düşünmeden ve çaresiz bir şekilde verdiği tepkilerden oluşmaktadır. Bireyde bir ebeveyn ve bir çocuk vardır. Onuncu aydan itibaren ise çocuk eyleme geçme gücünü deneyimlemeye başlar. Belli adımlar, eylemler gerçekleştirir. Çocuk bilinci ve kendine ait düşünceleri ile neler yapabileceğini keşfeder. Bu kendini gerçekleştirme adımları yetişkin ego durumunun başlangıcıdır. Her insanın çocuk ve ebeveyn ego kayıtları farklıdır. Yetişkin ego durumunun kayıtları; çocuğun ebeveyninden “öğrenilen” yaşam kavramı ve çocukta “hissedilen” yaşam kavramının dışında kendi yetenekleri ve gayreti ile öğrenebileceği hayata dair kendi bulacaklarıdır (Harris, 2012: 59).

Yapısal analiz bu üç ego durumunu incelerken; Fonksiyonel analiz ise bireylerin ego durumlarını nasıl kullandıklarını ve nasıl ifade ettiklerini incelemektedir. Fonksiyonel analize göre ego durumları 5 şekilde gözlemlenmektedir (Stewart, 2017: 55). Bunlardan; çocuk ego durumu, doğal ve uygulu çocuk olmak üzere, ebeveyn ego durumu; koruyan ve eleştirel ebeveyn olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Yetişkin ego durumu ise yapısal analizdeki gibidir ve sınıflandırılmamaktadır (Akkoyun, 2001: 21).

Doğal Çocuk Ego Durumunda doğal çocuk kendini olduğu gibi ifade eder ve doğal tepkiler verir. Özgür bir çocuktur. Kendini, ebeveyn figürlerine tepkide bulunmaktan uzakta durarak ifade eder (Akkoyun, 2001: 23). Yaratıcıdır, neşe ve hareketlilik gibi özelliklerle öne çıkar (Akbağ, 2000). Uygulu Çocuk Ego Durumunda çocuk doğal çocuktan ayrı şekilde ebeveynleri tarafından gözleniyormuş ya da dinleniyormuş gibi tepkide bulunur (Akkoyun, 2001: 23). Daha çok isyan etme ya da boyun eğme gibi davranışlarla kendini ifade eder. Boyun eğen çocuk çalışkan ve uyumludur. Kurallara uyar. Kendisinden beklenen davranışları göstermeye gayret eder. Asi çocuk ise kendisinden istenen ve beklenen davranışın tam tersini yapar. Bu sebeple bu davranış hali uygulu çocuk tepkisi olarak değerlendirilir (Akbağ, 2000). Koruyan Ebeveyn Ego Durumunda koruyucu ebeveyn, ilgili, bağışlayıcı, izin verici, destekleyici, şefkatli, özen gösteren, koruyucu ve endişelidir. Eleştirel Ebeveyn Ego Durumunda ise ebeveyn, inatçı, güçlü, ilkeli, cezalandırıcı, görev yükleyici ve aşırı koruyucudur (Akkoyun, 2001: 22).

Transaksiyonel Analize göre, bireydeki üç ego durumu da istesek de istemesek de ortaya çıkmaktadır, bu nedenle önemli olan “neye benzediklerinin” farkında olmaktır. Kişiliğin bu üç özelliği

de varlığı sürdürebilme ve yaşam açısından büyük değer taşımaktadır. Analiz etme ve yeniden düzenleme ihtiyacı, ancak bunlardan birinin sağlıklı dengeyi bozması halinde baş gösterir. Aksi takdirde ebeveyn, yetişkin ve çocuk ego durumlarının her biri eşit ölçüde yaygındır. Her birinin dolu ve üretken bir hayattaki yerleri meşrudur. (Berne, 2015: 48-49).

İnsan doğası gereği ve içinde yaşadığı etkileşim alanı bağlamında sosyal bir varlıktır. İçinde bulunduğumuz sosyal yapıda, becerilerimizin biri de uyum sağlama yetimidir. Evlilik de sosyal hayatın bir parçasıdır. Kişilerin uyum sağladığı partnerlerle evlenmeleri, başarılı bir aile yaşantısının meydana gelmesini sağlar. Sağlıklı bir toplum yaratmak için sağlıklı bireyler yetiştirilmeli ve bunun içinde sağlıklı ve mutlu evlilikler kurulmalıdır. Evlilik, toplumumuzun ana yapı taşı olarak fikir birliğine varılmış olan aile kavramının meydana gelmesini sağlayan resmi bir yoldur. Bir başka ifade ile evlilik, aile geçmişleri ve benimsedikleri değer yargıları yönünden farklılıklar taşıyan iki yabancı kişinin, yeni değerler ve birliktelik adına oluşturdukları davranış örüntüleriyle yapılandırdıkları bir resmi kurumdur (Ateş, 2014).

Sosyal bir varlık olarak insan, yaşantısını devam ettirebilmek için başkalarıyla ilişkiler kurmak durumundadır. Bu kapsamda hayat tatmininin bir parçası olan evlilikte yaşanan ilişki de insan hayatının önemli doyum kaynaklarından biridir. 19. yüzyılın başından bu yana özellikle yabancı literatürde evlilik ve evlilik uyumu ile ilgili çeşitli araştırmalar yapılmaktadır. Yapılan ilk çalışmalar genellikle, evliliğin nasıl şekillendiği, bireysel değişkenler, kişisel özellikler ve aile değişkenleri ile olan ilişkisinin incelenmesi üzerine olmuştur. Geçmişten günümüze kadar devam eden süreçte ise, evlilik doyumunu ile çiftlerin birbiri ile olan davranışları ve davranışları arasındaki ilişkiler, araştırılmaya başlanmış ve giderek bireyler arası davranış kalıpları hakkında bilgi sahibi olunmaya başlanmıştır. Ayrıca evlilik doyumunu yordayan değişkenlere dair de pek çok çalışma yer almaktadır. Bunlar arasında; evlilik istikrarı, eşe bağlılık, güçlü manevi değerler, eşe saygı duymak, cinsel yaşamda sadakat, iyi bir eş olmaya istekli olmak, tanrıya inanma ve dine bağlılık, eşi desteklemeye ve memnun etmeye istekli olmak, eş için iyi bir arkadaş olmak ve affetme ve affedilmeye gönüllü olmak yer almaktadır (RosenGrandon, Myers ve Hattie, 2004).

Evlilik doyumunu; evlilikten alınan ödüller ve evliliğin getirdiği bedellere dair kişilerin algısını gösteren bilişsel bir durumdur (Baumeister ve Vohs, 2007). Evlilikten alınan ödüller ne kadar çok, evliliğin getirdiği bedeller ne kadar az ise, evlilikten alınan doyum da o kadar fazla olmaktadır (Thibaut ve Kelley, 1959). Evlilik doyumunun, evlilik kurumunun devam ettirilmesine olanak veren en önemli etkenlerden biri olduğu düşünülmektedir. Hawkins (1968) doyum alınan bir evliliği, çiftlerin evlilik yaşantısında kendilerini mutlu hissetmeleri olarak ifade ederken, Tezer (1986) ise evlilik doyumunu kavramını, bireyin evlilik ilişkisindeki gereksinimlerinin karşılanmasına dair algısı olarak ifade etmektedir (Güngör, 2007). 1980'li yılların sonuna doğru yapılan araştırmalarda öncelikle, evlilik kurumuna ve tanımına dair işlevselliği olmayan inançlar, gerçek dışı beklentiler, eşler arasındaki etkileşim gibi evlilik doyumunu etkileyen konular üzerine daha çok araştırma yapılmıştır (Fincham ve Bradbury, 1990). Evlilik kurumu ile ilgili Türkiye'de yapılan çalışmalarda ise eşlerin birbirlerine yaptığı anlam yüklemeleri konusuna odaklanılmıştır. İncelemiş olduğumuz bir çalışmanın neticesinde, evliliklerinde eşleri ile uyumsuzluk yaşayanların, eşlerinin olumsuz davranış sergilediğinde eşine karşı olumsuz yüklemeler yaptığı ve bu yüklemelerin neticesinde meydana gelen olumsuz davranışların evlilik doyumuna olumsuz etkisini göstermiştir (Tutarel-Kıslak, 1997). Evlilik doyumunu ile aynı kapsamda düşünülen değişkenlerden biri de eş desteğidir. Ailenin kişiler açısından sağlıklı fonksiyonlara sahip olmasının önemli göstergelerinden biri de eşin desteğidir. Böylece aile içerisindeki sosyal destek ihtiyacı karşılanmış olmaktadır. Eş desteği, eşe dair pek çok özellikten etkilenmektedir. Literatüre bakıldığında eş desteğinin, takdir etme, duygusal-maddi destek, sosyal destek ve bilgi desteği boyutlarını içerdiği ifade edilmektedir (Yıldırım, 2004). Evlilikte eşlerin kişisel

olarak karşılanmasını beklediği üç tip doyumdan söz edilmektedir. Bunlar; cinsel doyum, kişilerin yaşam ihtiyaçlarının karşılanması ve korunma ihtiyaçlarının doyumunu şeklidir (Özgüven, 2009).

Yöntem

Araştırmanın modeli

Bu çalışmada hem nicel hem de nitel araştırma yöntemlerinin bir arada kullanıldığı karma yöntem desenlerinden yakınsayan paralel desen kullanılmıştır. Yakınsayan paralel desen; nicel ve nitel aşamaların araştırma sürecinin aynı olan bir kademesinde eş zamanlı olarak uygulanmasıyla oluşur. Bu desen yöntemlere eşit öncelik verir, çözümlene sırasında bu aşamaları birbirinden ayrı tutar ve daha sonra genel yorumlama yaparken neticeleri birleştirir (Creswell ve Plano, 2014: 79). Araştırmada, hem nicel doneler (kapalı uçlu) hem de nitel doneler (açık uçlu) toplanarak, iki veri neticesi birleştirilmiş ve buna göre bir sonuç çıkarılmıştır. Araştırmanın nicel kısmında ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın nitel kısmında ise görüşme tekniklerinden yarı yapılandırılmış görüşmeden faydalanılmıştır.

Çalışma grubu

Araştırmanın nicel kısmında 129 erkek 168 kadın olmak üzere 297 kişiye ulaşılmış, geçersiz formların elenmesi sonucu geçerli olan 202 bireyden oluşan 101 çiftin sonuçları değerlendirmeye alınmıştır. Nicel kısımda ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubunu İstanbul'da ikamet eden, yaş aralığı 30-45 olan, lisans mezunu, en az 5 yıl evli olan evli çiftler oluşturmaktadır. Evlilikleri sosyal-ekonomik ve kültürel farkların etkilediği düşüncesi göz önünde bulundurularak; çalışmanın örneklemini İstanbul Avrupa Yakasında farklı ekonomik ve sosyal şartlarda ikamet eden çiftler karşılaştırılarak alınmıştır. Araştırmanın nitel kısmında ise 20 bireyden oluşan 10 çift ile yarı yapılandırılmış görüşme yapılmıştır.

Veri toplama araçları

Araştırmada nicel veri toplama aracı olarak, evli çiftlerin evlilikten aldıkları doyumunu ölçmek amacıyla Evlilik Doyum Ölçeği, kendilerine ve partnerlerine ilişkin algıladıkları ego durumlarını ölçmek amacıyla Ego (Ben) Durumları Ölçeği kullanılmıştır. Ayrıca, katılımcıların demografik bilgilerini almak için araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Araştırmanın nitel veri toplama kısmında ise; yüz yüze yapılan yarı yapılandırılmış görüşmeler için görüşme formu kullanılmış, çiftlerden izin alınarak görüşme sesli kayıt altına alınmış ve sonrasında deşifre edilmiştir. Araştırmanın örneklemini oluşturan katılımcıların demografik özelliklerini tespit etmek amacı ile araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, evlilik tarihi, ikamet ettiği semt, çalışma durumu, eğitim düzeyi, aylık geliri gibi bilgileri toplamaya yönelik sorulara yer verilmiştir.

Ego (Ben) Durumları Ölçeği, yapılan ön çalışmalar neticesinde yurt dışında uyarlanan ölçeklerin kullanışlı bulunmaması nedeniyle kendi kültürümüze özgü bir test oluşturmanın gerekliliğinden hareketle Arı (1989) tarafından ülkemizde yapılacak olan çalışmalarda kullanılması amacıyla geliştirilmiştir (Akbağ, 2000). "Ego Durumları Ölçeği" belli aşamalardan geçerek geliştirilmiştir. Türkçede insanı niteleyen sıfatları belirlemek amacıyla Türkçe sözlükler taranarak 228 sıfat belirlenmiştir. Daha sonra bu sıfatlar Türk Dili, Psikolojik Danışma, Sosyal Hizmetler ve Halkla İlişkiler konusunda uzman on hakeme verilerek günlük dilde kullanılan ve insanı niteleyen sıfatları işaretleyip, eklemeyi düşündükleri sıfatlar varsa eklemeleri istenmiştir. Sonuçta hakemlerden sekiz ve üstünde kredi alan 141 sıfattan yeni bir sıfat listesi oluşturulmuştur. İkinci aşamada elde edilen bu 141 sıfat Transaksiyonel Analiz kuramıyla ilgili doktora ders vermiş veya çalışma yapmış altı hakeme verilerek her sıfatı beş ego durumu için beşli likert tipi bir ölçek üzerinden değerlendirmeleri

istenmiştir. Hakemler bu değerlendirmeyi tamamen birbirinden bağımsız olarak yapmışlardır. Altı hakemin bir ego durumu için belirli bir sığfata verdiği puanlar toplanarak hakem sayısına bölünmüş, böylece o sığfatın ilgili ego durumunu temsil edebileceği ortalama puan elde edilmiştir. Söz konusu sığfatın diğer ego durumlarını temsil edebileceği ortalama puanlar da aynı yöntemle bulunmuştur. Böylece hakemlerin değerlendirmeleri sonucu herhangi bir ego durumundan 3,6 ve üstünde ortalama puan alan 95 sığfatlık “Ego Durumları Ölçeği (EDÖ)” elde edilmiştir (Arı ve Bacanlı,1996).

Canel (2007) tarafından geliştirilen Evlilik Doyumu Ölçeği, doğru-yanlış şıkları içererek 101 maddeden oluşmaktadır. Ölçeekte yer alan 9 soru sadece çocuklu çiftlere yönelik olduğu ve araştırmamızda ölçme alanlarından biri olmadığı için kullanılmayıp geriye kalan 92 adet soru yöneltilmiştir. Ölçeekteki maddeler, doğru-yanlış olmak üzere iki seçenekten oluşmaktadır. Ölçek puanlanırken çevrilmesi gereken ters maddeler bulunmaktadır. Ölçekten düşük puan almak yüksek evlilik doyumuna; yüksek puan almak ise düşük evlilik doyumuna sahip olunduğunu göstermektedir. Ölçek için yapılan faktör analizi sonucundan ilk alt-boyutun “ilişki mutluluğu”, “çatışma” ve “yakınlık” alt ölçeklerinden oluşan “evlilik uyumu”; diğer alt boyutlarının ise “öfke”, “eşin ailesi ile ilişkiler”, “ekonomik anlayış”, “ebeveynliği anlayışı” alt ölçekleri olmak üzere toplam 5 alt ölçek görülmüştür. Ölçeğin güvenilirlik katsayıları .93 ila .97 arasında bulunmuştur (Canel, 2007).

Araştırmanın nitel kısmında kullanılan yarı yapılandırılmış form, uygulanan Ego Durumları Ölçeğinin sonuçlarının derinlemesine incelenmesi amacıyla oluşturulmuştur. Formda açık uçlu 7 soruya yer verilmiştir. Form üzerine çiftlerle yapılan görüşme tarihi, yaşları ve evlilik tarihleri yazılmıştır. Erkekler; E-1, E-2, E-3, E-4, E-5, E-6, E-7, E-8, E-9, E-10 olarak, kadınlar; K-1, K-2, K-3, K-4, K-5, K-6, K-7, K-8, K-9, K-10 olarak kodlanmıştır.

Veri toplama araçları gönüllülük esasına göre araştırmaya katılmak isteyen evli çiftlere uygulanmıştır. Kişisel Form, Ego Durumları Ölçeği ve Evlilik Doyumu Ölçeği internet anketi şeklinde uygulanmıştır. Nicel yöntem kapsamında uygulanan ölçek soruları internet üzerinden hazırlanmış ve oluşturulan link deneklere online olarak gönderilmiştir. Linke tıklayarak sorulara ulaşan deneklerin formu doldurma sürelerinin ortalama 20 dakika olduğu gözlemlenmiştir.

Verilerin analizi

Araştırma verileri toplandıktan sonra; demografik değişkenler, “Ego Durumları Ölçeği” ve “Evlilik Doyumu Ölçeği” ile ilgili kodlamalar SPSS ve Microsoft Office Excel programları aracılığı ile yapılmıştır. İstatistik analizler IBM SPSS Statistics 25.0 (IBM SPSS Statistics for Windows, Version 25.0. Armonk, NY: IBM Corp.) paket programı kullanılarak sonuçlandırılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi 0,05 olarak belirlenmiş, nümerik veriler yaklaşık, standart sapma, medyan, minimum, maksimum değerler ile, kategorik veriler ise frekans ve oran değerleri kullanılarak özetlenmiştir. Nümerik değerkenlerde normallik varsayımı Shapiro Wilk testi ile kontrol edilmiş ve normal dağılmama sonucuna paralel olarak grup sayısı iki olan karşılaştırmalar için Mann Whitney U testi, grup sayısı ikiden fazla olan karşılaştırmalarda ise Kruskal Wallis testi tercih edilmiştir. Kruskal-Wallis sonrasında ikili karşılaştırmalar Dunn testi ile yapılmış, ardından p değerleri için Bonferroni düzeltilmesi kullanılmıştır.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde araştırma kapsamında elde edilen verilerin istatistiksel analizi ve raporlaması yer almaktadır.

Tablo 1 Katılımcıların Sosyo-Demografik Değerkenlere İlişkin Dağılımı

| Demografik Özellikler | Frekans | Yüzde (%) |
|-----------------------|---------|-----------|
|-----------------------|---------|-----------|

| | | | |
|----------------------|----------------------------------|-----|------|
| Yaş | 30 yaş altı | 43 | 21.3 |
| | 30-35 yaş aralığı | 89 | 44.1 |
| | 36-40 yaş aralığı | 29 | 14.4 |
| | 41-45 yaş aralığı | 25 | 12.4 |
| | 46 ve üzeri | 16 | 7.8 |
| Eğitim Durumu | İlköğretim (İlkokul ve Ortaokul) | 4 | 2.0 |
| | Lise | 25 | 12.3 |
| | Ön lisans | 24 | 11.9 |
| | Lisans | 107 | 53.0 |
| | Yüksek Lisans veya Doktora | 42 | 20.8 |
| Meslek | Yöneticiyim | 51 | 25.2 |
| | Çalışanım | 107 | 53.0 |
| | Kendi işimi yapıyorum | 25 | 12.4 |
| | Çalışmıyorum | 19 | 9.4 |
| Gelir Düzeyi | 2000 TL ve altı | 5 | 2.5 |
| | 2000-5000 TL | 48 | 23.8 |
| | 5000-10.000 TL | 93 | 46.0 |
| | 10.000-15.000 TL | 33 | 16.3 |
| | 15.000 TL ve üzeri | 23 | 11.4 |

Katılımcıların %21,3'ü (n=43) 30 yaş altı, %44,1'i (n=89) 30-35, %14,4'ü (n=29) 36-40, %12,4'ü (n=25) 41-45, %7,8'i (n=16) 46 yaş ve üzeri yaş aralığındadır. Katılımcıların %2'si (n=4) İlköğretim (İlkokul ve Ortaokul), %12,3'ü (n=25) Lise, %11,9'u (n=24) Ön lisans, %53'ü (n=107) Lisans, %20,8'i (n=42) Yüksek Lisans veya Doktora eğitim düzeyindedir. Katılımcıların %25,2'si (n=51) Yönetici, %53'ü (n=107) Çalışan, %12,4'ü (n=25) kendi işini yapıyor, %9,4'ü (n=19) çalışmamaktadır. Katılımcıların %2,5'i (n=5) 2000 TL ve altı, %23,8'i (n=48) 2000-5000 TL, %46'sı (n=93) 5000-10.000 TL, %16,3'ü (n=33) 10.000-15.000 TL, %11,4'ü (n=23) 15.000 TL ve üzeri gelir düzeyindedir.

Tablo 2 Ölçeklerin Tanımlayıcı İstatistik Değerleri

| | N | Ortalama | Std.Sapma | Medyan | Min | Maks |
|---|------------------------------|----------|-----------|--------|--------|------------|
| Partneri İçin Transaksiyonel Ego Durumu | Eleştirel Ebeveyn Ego Durumu | 202 | 0.184 | 0.043 | 0.180 | 0.09 0.35 |
| | Koruyucu Ebeveyn Ego Durumu | 202 | 0.217 | 0.026 | 0.222 | 0.12 0.29 |
| | Yetişkin Ego Durumu | 202 | 0.211 | 0.017 | 0.213 | 0.14 0.27 |
| | Uygulu Çocuk Ego Durumu | 202 | 0.196 | 0.028 | 0.191 | 0.13 0.31 |
| | Doğal Çocuk Ego Durumu | 202 | 0.193 | 0.035 | 0.196 | 0.06 0.28 |
| | Eleştirel Ebeveyn Ego Durumu | 202 | 0.175 | 0.032 | 0.171 | 0.10 0.29 |
| Kendisi İçin Transaksiyonel Ego Durumu | Koruyucu Ebeveyn Ego Durumu | 202 | 0.222 | 0.019 | 0.225 | 0.15 0.26 |
| | Yetişkin Ego Durumu | 202 | 0.216 | 0.013 | 0.215 | 0.16 0.26 |
| | Uygulu Çocuk Ego Durumu | 202 | 0.195 | 0.021 | 0.192 | 0.13 0.27 |
| | Doğal Çocuk Ego Durumu | 202 | 0.192 | 0.034 | 0.196 | 0.05 0.27 |
| Evlilik Doyum Ölçeği | Evlilik Doyum Ölçeği Toplam | 202 | 21.475 | 13.416 | 21.000 | 0.0 60.0 |
| | İlişki Mutluluğu | 202 | 6.243 | 5.644 | 5.000 | 0.00 27.00 |
| | Çatışma | 202 | 2.025 | 2.651 | 1.000 | 0.00 10.00 |
| | Yakınlık | 202 | 7.104 | 4.359 | 8.000 | 0.00 13.00 |
| | Evlilik Uyumu | 202 | 15.371 | 10.873 | 14.000 | 0.00 47.00 |

| | | | | | | | |
|------------------|---------------------------|-----|-------|-------|-------|------|-------|
| | Öfke | 202 | 2.228 | 1.884 | 2.000 | 0.00 | 8.00 |
| | Eşinin Ailesiyle İletişim | 202 | 2.901 | 1.950 | 3.000 | 0.00 | 10.00 |
| | Ekonomik Anlayış | 202 | 0.975 | 0.954 | 1.000 | 0.00 | 4.00 |
| | Ebeveynlik Anlayış | 202 | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.00 | 0.00 |
| Kültürel Sermaye | Kültürel Sermaye | 202 | 2.812 | 1.588 | 3.000 | 1.00 | 6.00 |

Tablo 3 Normallik Testi

| | | Ortalama | Std.Sapma | Kurtosis | Skewness | Sig. |
|---|------------------------------|------------------|-----------|----------|----------|-------|
| Partneri İçin Transaksiyonel Ego Durumu | Eleştirel Ebeveyn Ego Durumu | 0.184 | 0.043 | 1.232 | 0.869 | 0.000 |
| | Koruyucu Ebeveyn Ego Durumu | 0.217 | 0.026 | 1.102 | -0.718 | 0.000 |
| | Yetişkin Ego Durumu | 0.211 | 0.017 | 1.777 | -0.495 | 0.001 |
| | Uygulu Çocuk Ego Durumu | 0.196 | 0.028 | 3.582 | 1.323 | 0.000 |
| | Doğal Çocuk Ego Durumu | 0.193 | 0.035 | 0.883 | -0.644 | 0.000 |
| Kendisi İçin Transaksiyonel Ego Durumu | Eleştirel Ebeveyn Ego Durumu | 0.175 | 0.032 | 0.895 | 0.636 | 0.001 |
| | Koruyucu ebeveyn Ego Durumu | 0.222 | 0.019 | 1.266 | -0.664 | 0.001 |
| | Yetişkin Ego Durumu | 0.216 | 0.013 | 1.634 | -0.157 | 0.003 |
| | Uygulu Çocuk Ego Durumu | 0.195 | 0.021 | 1.499 | 0.372 | 0.000 |
| | Doğal Çocuk Ego Durumu | 0.192 | 0.034 | 1.508 | -0.752 | 0.000 |
| Evlilik Doyum Ölçeği | Evlilik Doyum Ölçeği Toplam | 21.475 | 13.416 | -0.491 | 0.439 | 0.000 |
| | İlişki Mutluluğu | 6.243 | 5.644 | 0.947 | 1.048 | 0.000 |
| | Çatışma | 2.025 | 2.651 | 1.003 | 1.392 | 0.000 |
| | Yakınlık | 7.104 | 4.359 | -1.346 | -0.215 | 0.000 |
| | Evlilik Uyumu | 15.371 | 10.873 | -0.317 | 0.516 | 0.000 |
| | Öfke | 2.228 | 1.884 | 0.100 | 0.717 | 0.000 |
| | Eşinin Ailesiyle İletişim | 2.901 | 1.950 | 0.396 | 0.580 | 0.000 |
| | Ekonomik Anlayış | 0.975 | 0.954 | 0.399 | 0.814 | 0.000 |
| | Ebeveynlik Anlayış | 0.000 | 0.000 | | | 0.000 |
| | Kültürel Sermaye | Kültürel Sermaye | 2.812 | 1.588 | -0.845 | 0.433 |

*: Shapiro Wilk testi

Tablo 2’de belirtildiği gibi, Nümerik değişkenlerde normallik varsayımı Shapiro Wilk testi ile analiz edilmiştir. Tablo2’de belirtildiği gibi ölçekler normal dağılım göstermemektedir. ($p < 0,05$) Bu durumda uygulanacak istatistiksel testler nonparametrik testler olacaktır. Analizlerde grup sayısı iki olan karşılaştırmalar için Mann Whitney U testi, grup sayısı ikiden fazla olan karşılaştırmalarda ise Kruskal Wallis testi tercih edilmiştir.

Tablo 4 Evlilik Doyumu ile Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Arasındaki İlişkinin Tespiti İçin Yapılan Korelasyon Analizi Sonuçları

| | | Partner | | | | | Kendisi | | | | |
|------------------|----|------------------------------|-----------------------------|---------------------|-------------------------|------------------------|------------------------------|-----------------------------|---------------------|-------------------------|------------------------|
| | | Eleştirel Ebeveyn Ego Durumu | Koruyucu Ebeveyn Ego Durumu | Yetişkin Ego Durumu | Uygulu Çocuk Ego Durumu | Doğal Çocuk Ego Durumu | Eleştirel Ebeveyn Ego Durumu | Koruyucu Ebeveyn Ego Durumu | Yetişkin Ego Durumu | Uygulu Çocuk Ego Durumu | Doğal Çocuk Ego Durumu |
| İlişki Mutluluğu | r | ,374** | -,395** | -,233** | 0.031 | -0.124 | 0.096 | -0.058 | 0.040 | 0.133 | -,140* |
| | p* | 0.000 | 0.000 | 0.001 | 0.663 | 0.078 | 0.173 | 0.412 | 0.574 | 0.060 | 0.047 |
| | N | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 |
| Çatışma | r | ,332** | -,363** | -,234** | -0.039 | -0.036 | 0.037 | -0.064 | -0.136 | -0.019 | 0.066 |
| | p* | 0.000 | 0.000 | 0.001 | 0.582 | 0.611 | 0.606 | 0.364 | 0.053 | 0.788 | 0.349 |

| | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|----|--------|---------|---------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|---------|
| | N | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 |
| Yakınlık | r | ,318** | -,292** | -0.102 | 0.054 | -,239** | 0.042 | -0.009 | ,158* | ,195** | -,183** |
| | p* | 0.000 | 0.000 | 0.151 | 0.448 | 0.001 | 0.557 | 0.896 | 0.024 | 0.005 | 0.009 |
| | N | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 |
| Evlilik Uyumu | r | ,400** | -,414** | -,226** | 0.040 | -,158* | 0.079 | -0.058 | 0.041 | ,142* | -0.123 |
| | p* | 0.000 | 0.000 | 0.001 | 0.577 | 0.024 | 0.261 | 0.413 | 0.559 | 0.043 | 0.080 |
| | N | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 |
| Öfke | r | ,286** | -,356** | -,231** | -0.067 | 0.042 | -0.007 | -0.004 | -0.032 | 0.056 | -0.012 |
| | p* | 0.000 | 0.000 | 0.001 | 0.346 | 0.550 | 0.926 | 0.955 | 0.647 | 0.432 | 0.862 |
| | N | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 |
| Eşin Ailesiyle İletişim | r | ,177* | -,184** | -0.133 | 0.042 | -0.100 | -0.002 | 0.016 | 0.002 | 0.064 | 0.004 |
| | p* | 0.012 | 0.009 | 0.060 | 0.551 | 0.157 | 0.972 | 0.821 | 0.978 | 0.367 | 0.953 |
| | N | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 |
| Ekonomik Anlayış | r | ,191** | -,234** | -,218** | -0.026 | 0.045 | ,142* | -0.103 | 0.020 | 0.104 | -0.091 |
| | p* | 0.006 | 0.001 | 0.002 | 0.713 | 0.526 | 0.044 | 0.146 | 0.776 | 0.139 | 0.199 |
| | N | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 |
| Ebeveynlik Anlayış | r | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | p* | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | N | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 |
| Evlilik Doyum Ölçeği | r | ,404** | -,427** | -,257** | 0.032 | -0.134 | 0.075 | -0.051 | 0.026 | ,139* | -0.111 |
| | p* | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.653 | 0.057 | 0.290 | 0.469 | 0.709 | 0.048 | 0.117 |
| Toplam | N | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 | 202 |

*Spearman Korelasyon Analizi

Tablo 4'te belirtildiği gibi, katılımcıların partnerinin eleştirel ebeveyn ego durumu, koruyucu ebeveyn ego durumu, yetişkin ego durumu ile ilişki mutluluğu arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde orta düzeyde ilişki vardır. ($r=-0.374$, $p<0.001$, $r=-0.395$, $p<0.001$, $r=-0.233$, $p<0.05$) Kişilerin, partnerlerinin eleştirel ebeveyn ego durumu, koruyucu ebeveyn ego durumu, yetişkin ego durumu düzeyi arttığında ilişkideki mutluluklarının azaldığı görülmektedir. Kişiler partnerlerini anne-baba gibi değil, yetişkin bir yol arkadaşı olarak görmeye isteklidirler. Evliliklerde bir tarafın ebeveyn gibi davranması sağlıklı bir transaksiyon olması için karşı tarafın çocuk egosuna geçmesine sebep olacaktır. Bu durum da ilişki mutluluklarının azalması ile sonuçlanacaktır. Bu sebeple eşler birbirlerini ebeveyn egosundan öte, yetişkin egosunun dengeli olarak kullanıldığı bir yol arkadaşı gibi gördüklerinde ilişki mutluluklarının arttığını söylemek mümkündür. Yüz yüze görüşmelerde evliliği bir yol arkadaşlığı olarak tanımlayan katılımcıların ifadeleri bu bulguyu desteklemektedir. "Evliliği nasıl tanımlarsınız?" sorusuna verilen yanıtlar aşağıdaki gibidir;

K-1: "Bizim için evlilik eşimin dediği gibi aynı evde yaşayabilmek, birlikte daha çok vakit geçirebilmek, yani bir hayatı paylaşmak." (Kadın, 27 yaşında, evli)

E-3: "Evlilik bir bağlamda en temelinde bir ev arkadaşlığı. Evini paylaştığın bir durum. Ben çok küçük yaştan beri tek başıma ya da ailemden uzak yaşamış bir insandım. Acaba arada kişisel alanımı oluşturabilir miyim, oluşturamaz mıyım gibi ufak da olsa bir düşüncem vardı. Ama bunu eşim bildiği için ve aynı zamanda da bunu paylaştığımız için o konuda beklediğimden de daha iyi durumdayız. Genel anlamda evlilik, benim beklediğimden, etrafımda duyduklarımdan çok daha iyi." (Erkek, 30 yaşında, evli)

K-5: "Evlilik dediğimizde, hayal ettiğim evlilik; benim için yaşadığım evlilik. Çünkü hep bir yol arkadaşlığı olarak düşünmüştüm ben. Çok güzel bir denk gelme yaşadığımız için o şekilde de devam ediyor kendi evliliğimde. Yol arkadaşlığı burada çok önemli. Tamam aşk, sevgi illâki en baştaki şeyler ama aynı şeylere gülüp eğlenilemek ve birlikte her şeyi yapabilmek, zaman geçirebilmek

bunlar çok önemli. O yüzden yol arkadaşlığı diyorum, yani her şeyi birlikte yapmak. Birlikte geçirilen süre ve bu sürede birbirinden sıkılmamak önemli. ” (Kadın, 35 yaşında, evli)

K-6: *“Benim için evlilik doğru insanla olduğu sürece hayat arkadaşlığı. Hayatı birlikte paylaşmak. Bütün sıkıntıyı ve mutluluğu birlikte sırtlamak. ” (Kadın, 29 yaşında, evli)*

K-7: *“İlk aklıma gelen sadakat oluyor. Sağlam bir sadakat. Ondan sonra çok iyi bir arkadaş. Her şeyden önce öyle. Zaten çok iyi arkadaş oluyorsan o evlilikten çıkıyor farklı bir birlikteliğe dönüşüyor. İlişkimizi kendi yeğenlerime anlatırken ve tavsiyelerde bulunurken ilk söylediğim şey şu oluyor; biz gerçekten çok iyi arkadaş olduğumuz için uzun süren bir evlilik yaşıyoruz. Arkadaşız biz, çok iyi arkadaşız. Birbirimize çok iyi destek oluyoruz. Birbirimizle tabii ki tartışıyoruz, birbirimizi eleştiriyoruz. O da bizi iyice kuvvetlendiriyor. ” (Kadın, 27 yaşında, evli)*

Katılımcıların kendilerinin uygulu çocuk ego durumu ile evlilik doyum ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde zayıf ilişki vardır. ($r=0.139$, $p<0.05$) Kişilerin, kendilerinin uygulu çocuk ego durumu baskın olduğunda evlilik doyumlarının azaldığı görülmüştür. Uygulu çocuk egosunda olan bireyin evlilik uyumunun ve yakınlığının arttığını önceki bulgularda saptamış ve yorumlamıştık. Uygulu çocuk baskın olduğunda, kişinin partneri kendini evlilikte daha iyi ve mutlu hissedeceği için evlilikle olan uyumun ve yakınlık duygusunun artması anlamlı bir sonuçtur. Bu durum uygulu çocuk egosunda olan bireyi mutlu etse de bireysel düzlemde evlilikten aldığı doyumun azalmasına sebep olacaktır. Uygulu çocuk boyun eğme ve uyum sağlama, yüksek bir empati ve belki zaman zaman alttan alma konusunda fazla hoşgörülü davranabilir. Bu durum kişinin kendisinden çok karşı tarafa odaklanmasına, daha fedakar bir tutum sergilemesine sebep olacaktır. Resmin bütününe bakıldığında uygulu çocuk baskın kaldığı müddetçe, kişi partnerini mutlu etmek için kendinden uzaklaştığını ya da evliliğe kendi açısından bakmayı ihmal ettiğini fark edebilir. Bu durumda uygulu çocuğun evlilikte uyumlu ve ideal bir partner gibi görünürken, aslında bireysel olarak evlilikten doyum almadığını söyleyebiliriz.

Katılımcıların partnerinin eleştirel ebeveyn ego durumu ile evlilik doyum ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı olumlu yönde orta, koruyucu ebeveyn ego durumu, Yetişkin Ego Durumu ile evlilik doyum ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde orta düzeyde ilişki vardır. ($r=0.404$, $p<0.001$, $r=-0.427$, $p<0.001$, $r=-0.257$, $p<0.001$) Kişilerin, partnerinin eleştirel ebeveyn ego durumu arttıkça, evlilik doyumlarının azaldığı, koruyucu ebeveyn ego durumu, yetişkin ego durumları baskın olduğunda ise evlilik doyumlarının arttığı görülmüştür. Eleştirel ebeveyn ego durumunun genel anlamda evlilikten alınan doyumunu farklı temalar içinde olumsuz anlamda etkilediği sonucuna ulaştık. Eleştirel ebeveyn egosunda olan bir partnerle birlikte olan kişinin; rahat ve özgür hareket etmesinin kısıtlanması, özgürlük alanının daralması, kendi olabilme ve benlik algısına sahip çıkabilme kapasitesinin azalması sebebi ile evlilik doyumunun azalması anlamlı bir sonuçtur. Kişiler sürekli eleştiren, kontrol eden, baskı kuran bir partnerle kendileri olma konusunda endişe duyacaklar ve sürekli eleştirilme ya da yargılanma düşünceleri ile stresli ve mutsuz bir birliktelik yaşayacaklardır. Bu durumun evlilikten alınan doyumunu azaltması diğer bulgularla birbirini destekler niteliktedir. Koruyucu ebeveyn ve yetişkin ebeveyn egosunda olan partnerle birlikte olan bireylerin ise kendilerini güvende hissetmeleri ile birlikte aynı zamanda olgun ve objektif bir bakış açısına sahip bir eşle birlikte olduklarının güvenini hissetmeleri sonucu evlilikten yüksek bir doyum alacağını söylemek mümkündür. Yüz yüze yapılan görüşmelerde evliliği tanımlarken güvende hissetme olgusuna değinen katılımcımızın ifadesi bu bulguyu desteklemektedir;

E-8: *“Evlilik için kısaca güven diyebiliriz. Arkamda veya yanımda sürekli birinin olduğunu ve her anlamda güvenebileceğim, her anlamda kendimi açabileceğim, en büyük yanlışlarımda, hatalarımda veya saçmalamamda bile benimle olabilecek birisinin olduğunu bilmek, ona güvenmek diyebilirim. ” (Erkek, 42 yaşında, evli)*

Tartışma ve Sonuç

Sonuçlar incelendiğinde katılımcıların ego durumları ile ilişki doyumu arasında farklı ve anlamlı sonuçlar olduğu gözlemlenmiştir. Sonuçlara göre evliliklerde sadece yetişkin ego durumunu kullanmak evlilikte doyum sağlamamaktadır. Literatürde bahsedildiği gibi özellikle her ego durumunun yerine ve zamanına göre dengeli ve yeterli dozda kullanılması önemlidir. Bazı durumlarda ebeveyn ego durumunda kalmak iletişimi kolaylaştırırken bazı durumlarda uygulu çocuk egosunda davranış sergilemek ilişkilere fayda sağlamaktadır. Özellikle koruyucu ebeveyn egosunun kullanılması ilişkilere güven ortamı sağlama potansiyelinden dolayı evlilik doyumuna pozitif bir etki sağlamaktadır. Partnerin eleştirel ebeveyn ego durumu arttıkça, evlilik doyumlarının azaldığı; koruyucu ebeveyn ego durumu ve yetişkin ego durumları baskın olduğunda ise evlilik doyumlarının arttığı görülmüştür. Aynı zamanda sonuçlarda yer alan partnerin eleştirel ebeveyn ego durumu baskın olduğunda öfke duygusunun artması, koruyucu ebeveyn ego durumu ve yetişkin ego durumu baskın olduğunda ise öfke duygusunun azalması da ego durumları arasındaki farkın ilişkilere etkisini göstermektedir.

Literatüre bakıldığında ideal olanın, ilişkilere mutluluk için olması gerekenin yetişkin gibi davranmak olduğunu söylemek mümkündür. Bulgulara bakıldığında ise bunun tek başına yeterli olmadığı görülmektedir. Üç ego durumunu birbirinden ayırmanın ya da birini baskın kullanmanın ilişkilere olumlu bir etki sağlamadığını söylemek mümkündür. Olması gereken kişinin her üç ego durumunu da yerinde ve dengeli kullanarak, süresini ayarlayabilmektir. Örneğin; kişi, eleştirel ebeveyn egosundan davranış sergileyerek, partnerinin uygulu çocuk ego durumuna geçmesini ve bu sayede o andaki sorunun bu şekilde çözüme kavuşturulmasını sağlayabilir. Bu iki ego durumu sadece o ana ve olaya mahsus olarak kullanılmalı ve ardından kişiler kendi yetişkin egolarına dönmelidirler. Eğer çözüme kavuşan konu kişileri bu ego durumunda kalmaya iterse, ebeveyn ve çocuk egosu zamanla baskın hale gelecek ve ilişki ebeveyn-çocuk transaksyonuna dönüşecektir.

Sonuçlar değerlendirildiğinde, evlilikten doyum alabilmek için yetişkin ego durumu, koruyucu ebeveyn ego durumu ve uygulu çocuk ego durumunun diğer ego durumlarına göre daha baskın kullanılması gerektiği sonucuna varılmıştır. Burada ilişkilere partnerlerin birbirlerini yerine göre ebeveyn gibi koruyarak güvende hissettirmeleri, yerine göre ise uygulu bir çocuk gibi sakin ve yumuşak davranarak uyum sağlamalarını fakat bu iki ego durumunu dengede kullanabilmek için yetişkin ego durumu ile farkındalıkla hareket etmeleri, evlilikten doyum almalarına, mutlu ve sürdürülebilir ilişkilerin yaşanmasına katkı sağlayacaktır.

Yerli literatürde Transaksyonel Analiz açısından romantik ilişkilerin incelendiği çok az sayıda çalışma bulunmaktadır. Tüfekçi (2008), üniversiteye devam eden genç yetişkinlerin aşka ilişkin tutumlarını ve kişilik özelliklerini Transaksyonel Analiz ego durumları açısından incelemiştir. Yürütülen araştırmanın sonuçlarından biri olarak; erkeklerin, eleştirel ebeveyn ve yetişkin ego durumları kızlardan; kızların da koruyan ebeveyn ve uygulu çocuk ego durumları erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek çıkmıştır. Şamatacı (2013), genç yetişkinlerin romantik ilişki içerisinde bir incinme durumuyla karşılaştıklarında verdikleri affetme tepkileri ile bireyin ve partnerinin Transaksyonel Analiz ego durumları arasında bir ilişkinin olup olmadığını incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre genç yetişkinlerin kendilerini yetişkin ego durumunda algılama eğilimi arttıkça, incinme düzeylerinin anlamlı şekilde azaldığı sonucu ortaya çıkmıştır. Partnerini eleştirel ebeveyn ve doğal çocuk ego durumunda algılama eğilimi arttıkça incinme düzeyinin arttığı, partnerini yetişkin ve koruyucu ebeveyn ego durumunda algılama eğilimi arttıkça incinme düzeylerinin azaldığı görülmüştür. Partnerini koruyucu ebeveyn ve yetişkin ego durumunda algılama eğilimi arttıkça, bireylerin partnerlerini affetme düzeyinin arttığı, eleştirel ebeveyn ve doğal çocuk olarak algılama eğilimi arttıkça affetme düzeylerinin azaldığı tespit edilmiştir. Belirtilen analiz sonuçlarının ise bulgularımızı

desteklediği görülmektedir. Partnerlerini ve kendi ego durumlarını yetişkin ve koruyucu ego durumunda deneyimleyen çiftler birbirlerini affetme konusunda daha olumlu oldukları görülmektedir. Eleştirel ve doğal çocuk ego durumunun baskın olduğu hallerde ise bireylerin partnerlerini affetme düzeyleri azalmaktadır.

Yerli ve yabancı literatür taraması yapıldığında evli çiftler üzerinde Transaksiyonel Analiz kapsamında yapılan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmanın bu kapsamda literatüre önemli bir katkı sağlayacağı amaçlanmaktadır.

Aile danışmanları ve çift terapistleri, bu çalışmadan elde edilen bilgilerle danışanlarının evliliklerinde ne gibi sorunlar yaşadıklarını, sebep ve sonuçları ile anlamalarına yardımcı olabilir. Evli çiftlere Transaksiyonel Analiz uygulamaları önerilebilir. Her bireyin kendini ve partnerini gözlemlemesini sağlayacak temel bilgilerle, bireylerin evliliklerini TA kuramına göre incelemeleri sağlanabilir. Evli çiftler üzerinde Transaksiyonel Analiz kapsamında evlilik uyumunun incelendiği bir araştırma yürütülebilir. Evli çiftlerde ego durumlarının farklı değişkenlere etkisinin incelendiği araştırmalar yürütülebilir.

Kaynakça

- Akbağ, M. (2000). *Stresle başa çıkma tarzlarının üniversite öğrencilerinde olumsuz otomatik düşünceler, transaksiyonel analiz ben durumları ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi.
- Akkoyun, F. (1995). Transaksiyonel analiz ve yetişkin analiz ve yetişkin olmak. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 28 (1), 1-11.
- Akkoyun, F. (2001). *Transaksiyonel analiz (2.Basım)*. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
- Alisinanoğlu, F. (2000). Gençlerin ben durumları (Ego State) ve empatik becerilerinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 11-16.
- Arı, R. (1989). *Üniversite öğrencilerinin baskın ben durumları ile bazı özlük niteliklerinin, ben durumlarına, atılganlık ve uyum düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ateş, R. (2014). Evlilikte ilk yıllar, çatışmalar ve “güç” kavramı. H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik okulu: evlilikte kişilerarası ilişkiler ve iletişim becerileri içinde* (ss. 114-124). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Berne, E. (1996). *Games people play: the psychology of human relationships*. New York: Ballantine Books.
- Canel, A. N. (2007). *Ailede problem çözme evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması*. Yayınlanmamış doktora tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çelik, M. ve İnanç, B. Y. (2009). Evlilik doyumu ölçeği: gerçeklik ve güvenilirlik çalışmaları. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18 (2), 247-269.
- Farzada, V. Nooranipoora, R. Shafiabadia, A. & Yahyae G.A. (2015). *The effectiveness of transactional analysis group-counseling on the improvement of couples' family functioning*. Department of Counseling, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran.
- Güngör, H. C. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Harris, T. (2012). *Ben Ok'im- Sen Ok'sin*. İstanbul: Okuyan Us Yayınları

- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: PDREM Yayınları
- Rosen-Grandon, J. R., Myers, J. E., & Hattie, J. A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction. *Journal of Counseling & Development*,
- Aydemir, S.S. (1996). *Transaksiyonel analize dayalı bir eğitim programının evli çiftlerin ego durumları ve evlilik yaşamlarına ilişkin bazı değişkenlere etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sokolski, D.M. & Hendrick,S.S. (1999). Marital satisfaction. *American Journal of Family Therapy*. 26(1), 39-49.
- Stewart, I. (2017). *Günümüzde ta: transaksiyonel analize yeni bir giriş*. İstanbul: Eksi Kitaplar.
- Şamatacı, G. (2013). *Romantik ilişkilerde affetme: transaksiyonel analiz ego durumları açısından bir inceleme*. Yüksek lisans tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma stilleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(9), 61-69.
- Tüfekçi, S. (2008). *Romantik ilişkilerde genç yetişkinlerin aşka ilişkin tutumları ve kişilik özellikleri Transaksiyonel analiz ego durumları açısından bir değerlendirme*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.