

# Toplum ve Sosyal Hizmet

ISSN: 2147-3374 / E-ISSN: 2602-280X

Araştırma Makalesi / Research Article

## Evli Bireylerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Sorun Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumu ile İlişkisi

### *The Relationship of Early Maladaptive Schemas and Problem-Solving Skills with Marital Satisfaction Among Married Individuals*

İzel ÜZEREK<sup>1</sup>, Deniz ŞARLAK<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Uzman Klinik Psikolog,  
uzerekizel@gmail.com,  
ORCID: 000-0002-9199-9643

<sup>2</sup> Dr. Öğr. Üyesi, Muğla Sıtkı Koçman  
Üniversitesi, sarlakdeniz@gmail.com,  
ORCID: 0000-0001-6246-8301

Başvuru: 04.11.2021  
Kabul: 04.08.2022

Atıf:  
Üzerek, İ. ve Şarлак, D. (2022). Evli  
bireylerde erken dönem uyumsuz  
şemalar ve sorun çözme becerilerinin  
evlilik doyumu ile ilişkisi. *Toplum ve  
Sosyal Hizmet*, 33(4), 1067-1083.  
DOI: 10.33417/ tsh.1019169

#### ÖZ

Çalışmada erken dönem uyumsuz şemalar ve evlilikte sorun çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda gönüllü 368 evli bireye Kişisel Bilgi Formu, Young Şema Kısa Form-3, Evlilikte Sorun Çözme ve Evlilik Yaşamı ölçekleri uygulanmıştır. Katılımcıların %51.9'unun kadın, %41.8'inin 31-40 yaş, %54.9'unun çocuk sahibi, %80.4'ünün çalıştığı ve %39.9'unun evlilik süresinin 1-5 yıl arasında olduğu tespit edilmiştir. Sorun çözme becerileri ile erken dönem uyumsuz şemalara ait toplam puan ve erken dönem uyumsuz şemalara ait alt boyutlar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erken dönem uyumsuz şemalara ait duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik ve tehditler karşısında dayanıksızlık alt boyut şemaları ile evlilik doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erken dönem uyumsuz şemalar ve evlilikte sorun çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın, evlilik doyumu ile ilgili yapılacak gelecekteki araştırmalara katkı sağlaması hedeflenmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Erken dönem uyumsuz şemalar, evlilikte sorun çözme, evlilik doyumu, sorun çözme becerileri

#### ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between early maladaptive schemas, marital problem-solving ability and marital satisfaction. Following this aim, The Young Schema Questionnaire Short Form-3, Marital Problem-Solving Score, Marital Life Scale and Personal Information Form are applied to 368 randomly selected voluntary married couples. When we look at the participants in percentage, it is seen that 51.9% of them are woman, 41.8% of them are between 31-40 age, 54.9% child bearers, 80.4% of them are unemployed and 39.9% of the couples lasted on a time scale ranging from 1 to 5 years. It is examined that failure and entitlement/insufficient self-control have no significant effect on marital satisfaction. An avoidant significant relationship is found between total score regarding problem-solving ability with early maladaptive schemas and sub-dimensions regarding early maladaptive schemas. Emotional deprivation, social isolation/ alienation regarding early maladaptive schemas and vulnerability against harm and illness has an avoidant significant effect on marital satisfaction. As a whole, early maladaptive schemas and problem-solving ability have a significant impact on marital satisfaction. This study is aimed to function as a contributor to further studies related to marital satisfaction.

**Keywords:** Early maladaptive schemas, marital problem solving, marital satisfaction, problem solving ability.

## GİRİŞ

Şema kelimesi ilk kez Bartlett (1932) tarafından kullanılmıştır. Geçmişte edinilen bilgiler ve bu bilgilerin anlamlandırılması sürecine etkilerin incelendiği çalışmaların temeli şema kuramına dayanmaktadır. Şemaları kavram olarak kullanan ilk kişi Piaget'dir (Wagner, 2013). Şema, bireylerin kendi çevresindeki dünyayı anlamlandırabilmesi ve anlayabilmesi için gereklidir. Şemaların, bireylerin davranış biçimlerinde, duyu ve düşünce yapılarında ve ilişki kurma şekillerinde birçok etkisi vardır. Bununla birlikte kaygı, üzüntü, panik, öfke gibi birçok duyguya da eşlik eder. Bireyin erken dönem yaşantılarında öğrendiği ve çevresindekiler hakkındaki dirençli bilişsel yapıları davranışlarına etki eder (Young ve ark., 2009). Dolayısıyla, şemalar, bireylerin kendilik arayışının merkezindedir (Young ve Klosko, 2014).

Şemaların oluşumu sırasında, bireyin geçmiş döneminde yaşamış olduğu olumsuz durumlar yüzünden zarar görmesi nedeniyle bireyde depresif belirtilerin ve kişilik bozukluklarının görüldüğünü belirtmektedirler (Renner ve ark., 2012, Corral ve Calvete, 2014). Bu sorunlar nedeniyle ortaya çıkan şemalara da Erken Dönem Uyumsuz Şemalar denilmektedir (Young ve ark., 2009). Sürekli olarak olumsuz durumlara maruz kalan bir çocukta uyumsuz şemalar kalıplaşır. Kişi, bilişsel olarak tutarlı kalma eğiliminde olduğu için, şemalarının devam ettirilmesi yönünde bir dürtü hisseder. Kişiler, şemalarını farkında olmaksızın gerçeklik olarak kabul ederler ve yaşadıkları durumları bu şema kalıplarıyla değerlendirirler (Young ve ark., 2003). Erken dönem uyumsuz şemalar, kişinin bilişsel yapısına, duyguları ve davranışlarına, sosyal etkileşimine ve algılayışına etki eder (Soygüt, 2016). Kişinin sahip olduğu bu şemaların değişmesi, karakterinin ve dünyayı algılayış şeklinin değişmesi anlamına geldiği için şemaların kalıcı, değiştirilemez olduğu söylenmektedir (Young ve Klosko, 2011).

Erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında etkili olan nedenlerden birisi, bireyin çocukluk çağında yaşamış olduğu travmalar ya da ebeveynleri tarafından aşırı koruyucu tutumlara maruz kalmaktır. Çocukluk çağında oluşmuş, yetişkinlik yaşantısında da aktif bir şekilde etkisini sürdüren şemalar; aslında bireyin çocukluk yaşantısında ebeveynleriyle yaşadığı durumların benzer bir halidir (Young ve ark., 2003). Erken dönemde çocuğun ihtiyaçlarının karşılanmaması nedeniyle oluşan uyumsuz şemaların 5 alanı ve bu alanlara ait 18 alt boyut vardır (Young ve ark., 2003). Bunlar; ilk alan ayrılma ve reddedilmişlik şema alanı; terk edilme/istikrarsızlık, güvensizlik/suiistimal edilme, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç, sosyal izolasyon/yabancılaşma, ikinci alan zedelenmiş özerklik ve kendini ortaya koyma; bağımlılık/yetersizlik, hastalık/zarar karşısında dayanıksızlık, yapışıklık/gelişmemiş benlik, başarısızlık, üçüncü alan zedelenmiş sınırlar; hak görme/büyüklenme, yetersiz öz denetim/öz disiplin, dördüncü alan başkalarına yönelimlik; fedakarlık, boyun eğicilik, kabul arayıcılık, beşinci alan aşırı tetikte olma ve baskılama; kötümserlik/karamsarlık, duyguları bastırma, yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik, cezalandırılmadır.

## Sorun Çözme Becerileri

Sorun kelimesi, bir arzuyu ya da oluşturulmuş bir planı gerçekleştirme hedefiyle kalkışılan eylemlerin önüne çıkan engeller olarak tanımlanır (Demirbilek, 2016). Birey planını veya isteğini gerçekleştirmeye çalışırken karşısına çıkan engellere, sorun adını koymaktadır. Aşılması gereken sorunların kişiyi rahatsız ettiği her duruma sorun adı verilmektedir (Demirbilek, 2016; Yılmaz ve Parlar, 2021).

Evlilik; iki farklı kültürde ya da iki farklı ortamda büyüyen, bakış açıları ve kişilik özellikleri birbirinden farklı iki bireyin bir araya gelerek oluşturduğu bir kurumdur. Kültürler arasında insan ilişkilerine olan algı, tutum, bakış açısı ve değişim, gelişim özellikleri farklılık göstermektedir. Dolayısıyla evlilik, insan ilişkisi olması özelliği taşıdığından, yaşandığı süreç boyunca birtakım engeller oluşturabilen ve bu engellerin aşılmasına gereksinim duyulan bir ilişki türüdür. Evlilik ilişkisinde karşılaşılan sorunlara uygun çözüm yolları bulabilmek, kişilerin evlilikten aldıkları doyum ve evlilik uyumu için oldukça önemlidir (Dönmez, 2019). Aynı zamanda evli çiftlerin karşılaştıkları sorunları çözme becerilerini aktif şekilde kullanımı, evlilik kurumunun devamının sağlanabilmesi için önem arz etmektedir (Akça-Koca ve Yüksel, 2017).

Evlilikte sorun çözme becerileri ile ilgili yapılmış çalışmalar, çoğu evlilikte karşılaşılan sorunların sıklığını göstermiştir (Deniz ve ark., 2019, Yılmaz, 2018). Çalışma sonuçlarında, yetişkin kişilerin evliliklerinde karşılaştıkları sorunlarda aktif sorun çözme becerilerini kullanmalarıyla çözüm yollarına ulaştıkları ve evliliklerinin devamında sorun çözme becerilerinde daha fazla yetkinlik kazandıkları sonucuna ulaşılmıştır (Deniz ve ark., 2019, Yılmaz, 2018). Sorun çözümüne karşı kaçınma davranışı gösteren kişilerin ise ilişkilerinde daha fazla sorun yaşadıkları görülmüştür. Etkili sorun çözebilme becerisi olumlu bir yetenektir ve evlilik ilişkisindeki işlevselliği artırır (Dönmez, 2019). Gündelik hayatta kişilerin karşılaştıkları sorunlara çözüm yolları üretebilmeleri, evliliğin işlevselliği açısından oldukça önemlidir. İşlevsel ve doyumun yüksek olduğu bir evlilikte kişiler, karşılaştıkları sorun karşısında çözüm üretirken etkin sorun çözme becerilerini kullanmaktadır. Sorun çözme becerisi kadar, karşılaşılan engelin boyutu, çeşidi ve kişinin sahip olduğu kaynaklar da önemlidir. Kişi engel ile karşılaştığında; evlilikteki sorunu tespit etme, problemin nedenini anlama, çözümü için fikir üretebilme, üretilen fikirden emin olma, bu fikri doğru uygulayabilme ve sonucu değerlendirebilme süreçlerinden geçmektedir (Altuntaş, 2017). Gottman ve Krokoff (1989), yaptıkları bir çalışmada, sorun ile karşılaşan her çiftin bu durumdan olumsuz yönde etkilenebileceklerini özellikle kişilerin birlikte ortak bir noktaya varamamaları, öznel tutumları, sorunu değerlendirmekten kaçınmalarının sorun çözme sürecini negatif bir yöne sürükleyebileceğini yapıcı tutumların ve davranışların ise sorun çözüm sürecini pozitif yöne ulaştırabileceğini saptamışlardır. Bu çalışmadan yola çıkarak, birçok evlilik ilişkisinde sorun ortaya çıkabileceğini, sorunun farkına vararak o sorunu konuşmanın, çözüm yolunu aramanın evlilik

doyumunu arttırdığını; sorundan kaçarak ona negatif yönelimin evlilik doyumunu azalttığını belirtmektedirler (Anlatan, 2021).

### **Evlilik Doyumu**

Evlilik konusunda oluşturulmuş olan teoriler, çiftlerin maddiyat ile ilgili, duygusal, iletişimsel ve cinsellik ile ilgili yaşadıkları problemleri değerlendirir, işlevsellikten uzak ailelerdeki bireylerin rollerini farklı olarak nitelendirir. Evlilik ilişkisinden çiftlerin birbirlerinden beklentileri ve duygusal, fiziksel ihtiyaçlarının karşılanabilmesi durumunun evlilikten alınan doyumda oldukça önemli olduğu belirtilmektedir (Çelik, 2006; Tutuş, 2021).

İnsan yaşamının ve toplumun bir parçası olan evlilik ilişkisi, kişinin yaşam kalitesini yükseltici ya da düşürücü bir etkiye sahiptir (Hünler ve Gençöz, 2003). Evlilikten alınan doyumun yükselmesi kişinin hayatında olumlu etkiler yaratırken, evlilikten alınan düşük doyum düzeyi kişilerin hayatında olumsuzluk ve negatif etkiler yaratır. Evlilik doyumunu kişinin evlilik ilişkisine dair yaptığı genel bir yorumlamadır. Evlilik doyumunu aslında kişinin yaşadığı ilişki biçiminden ne kadar memnuniyet duyduğunu gösterir. Diğer bir deyişle evlilik doyumunu, kişinin ilişkisindeki pek çok farklı yönünden sağladığı memnuniyet şeklinde açıklanabilir. Sosyo-bilişsel yaklaşım evlilik doyumunu ilişkideki partnere karşı olan davranış şekli olarak açıklar. Kişinin evlilikteki ilişkisini yorumlama şekliyle gelişen evlilik doyumunu kendiliğinden oluşan bir durum değildir ve partnerlerin çabalarıyla birlikte şekillenir. Evlilik ilişkisinin kişilerde yarattığı mutluluk ve bu mutluluğun istikrarlı bir şekilde devamı evlilik doyumunu gösterir. Bu durum evliliğin başlangıcında olmayabilir. Evliliğin ilk zamanlarındaki bu mutluluk düzeyinin olmayışı yaşanan ilişki için risk teşkil eder. Çiftlerin yaşadığı mutsuzluk evliliklerinde doyum sağlayamamaya, bu durum da ayrılmaya sebep olabilir (Ahmadi ve ark., 2010; Buluş, 2016).

Tüm bunlar değerlendirildiğinde evli bireylerdeki erken dönem uyumsuz şemaların ve sorun çözme becerilerinin evlilik doyumunu üzerinde risk faktörleri olabileceği düşünülmektedir. Yapılan bu çalışma ile evli bireylerin evlilik doyumunun sorun çözme becerileri ve erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisi incelenerek literatüre katkıda bulunulacaktır. Bunun yanı sıra evlilik doyumunun üzerindeki risk faktörü olarak düşünülen sorun çözme becerileri ve erken dönem uyumsuz şemaların etkisi saptanarak bu risk faktörleri hakkında farkındalık oluşturulması, bu sayede çift terapilerine fayda sağlanacağı ve evlilik doyumunu ile ilişkili gelecekte yapılacak araştırmalara yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

### **YÖNTEM**

#### **Araştırma Modeli**

Çalışmada nicel araştırma yaklaşımlarından ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ve ikiden fazla değişken arasında beraber değişimin mevcutluğunu ya da derecesini saptamayı amaçlayan modeldir (Karasar, 2000). Çalışmada evli bireylerde, erken dönem uyumsuz şemalar ve sorun çözme becerilerinin, evlilik doyumunu üzerindeki ilişki incelenmektedir.

Araştırmada amaca göre aşağıda belirtilen sorulara cevap aranmıştır:

- Evli bireylerin evlilik doyumu; cinsiyet, yaş ve evlilik süresi kapsamında anlamlı düzeyde farklılaşma göstermekte midir?
- Evli bireylerin evlilik doyumu ile sorun çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları ile sorun çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Evli bireylerin sorun çözme becerileri ve erken dönem uyumsuz şemaları, evlilik doyumunu yordamakta mıdır?

Araştırma sorularına ek olarak amaç kapsamında, araştırmanın sınıdığı hipotezler şunlardır:

- Evli bireylerin evlilik doyumu cinsiyet, yaş ve evlilik süresi kapsamında farklılaşmamaktadır.
- Evli bireylerin evlilik doyumu ile sorun çözme becerileri arasında anlamlı ilişki vardır.
- Evli bireylerin sorun çözme becerileri ve erken dönem uyumsuz şemaları, evlilik doyumunu etkiler.

### Çalışma Grubu

Çalışmanın evrenini, İstanbul ili, Avrupa bölgesinde yaşayan evli kadınlar ve evli erkekler oluşturmaktadır. Örneklem grubu seçkisiz örnekleme yöntemlerinden olan kolay ulaşılabilir örnekleme yolu ile katılımcı olmayı kabul eden, psikiyatrik tanı almamış ve ilaç kullanmayan 368 evli bireye ulaşılmıştır. Veriler 15 Ocak 2020 ve 15 Şubat 2020 tarihleri arasında toplanmıştır.

**Tablo 1. Evli Bireylerin Demografik Bilgilerine Göre Dağılımları (n=368)**

Değişken	Grup	n	%
Cinsiyet	Kadın	191	51.90
	Erkek	177	48.10
Yaş Grubu	21-30 yaş	86	23.40
	31-40 yaş	154	41.80
	41-50 yaş	82	22.30
	51 yaş ve üzeri	46	12.50
Öğrenim Durumu	İlköğretim	49	13.40
	Lise	70	19.00
	Üniversite	190	51.60
Çalışma Durumu	Lisansüstü	59	16.00
	Evet	296	80.40
	Hayır	42	11.40
Aylık Gelir	Emekli	30	8.20
	2000 TL altı	30	8.20
	2000-4000 TL	119	32.30
	4000-6000 TL	110	29.90
	6000 TL üstü	109	29.60
Evlilik Süresi	1-5 yıl	147	39.90
	6-10 yıl	62	16.80
	11-15 yıl	59	16.00
	16 yıldan fazla	100	27.20
Çocuk Sahibi Olma Durumu	Evet	202	54.90
	Hayır	166	45.10
<b>Toplam</b>		<b>368</b>	<b>100.00</b>

### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

Bu araştırma, İstanbul ili Avrupa bölgesinde ikamet eden evli bireyler, araştırmada kullanılan ölçekler, elde edilen veriler ve verilerin toplandığı tarihlerde katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ile sınırlıdır.

### **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği-Kısa Form-3, Evlilikte Sorun Çözme ve Evlilik Yaşamı Ölçekleri kullanılmıştır. Ölçeklere ait açıklayıcı bilgilere aşağıda yer verilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu: Formda evli bireylerin yaş, cinsiyet, çalışıp çalışmadığı, gelir durumu, evlilik süresi ve çocuk sahibi olup olmadığını sorgulayan ifadeler yer almaktadır.

Young Şema Ölçeği Kısa Form-3: Ölçek Young (1994) tarafından geliştirilmiş ve Soygüt ve arkadaşları (2009) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının sonucuna göre ölçeğin 14 tane alt boyuttan oluştuğu ve 5 şema alanında toplandığı belirlenmiştir. Güvenirlik katsayısının şema alt boyutları için  $\alpha=.63-.80$ , şema alanları için  $\alpha=.53-.81$  arasında olduğu saptanmıştır. Araştırmamızda ölçeğin güvenilirlik katsayısı .94 olarak bulunmuştur.

Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği: Bauh ve ark. (1982)'inin evlilik yaşamındaki sorunlarının üstesinden gelebilme algısına yönelik geliştirmişlerdir. Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Hünler ve Gençöz (2002) tarafından yapılmıştır. Ölçekte 9 madde yer almaktadır. Ölçeğin en yüksek değeri 45, en düşük değeri ise 9'dur. Katılımcıların ölçekten yüksek puan alması evliliklerinde sorun çözme becerileri açısından başarılı buldukları anlamına gelmektedir. Araştırmamızda ölçeğin güvenilirlik katsayısı .95 olarak bulunmuştur.

Evlilik Yaşamı Ölçeği: Tezer (1996) tarafından bireylerin evlilikten aldıkları evlilik doyumunu belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin 10 maddesi bulunmaktadır. Ölçeğin en yüksek değeri 50 puan, en düşük değeri ise 10 puandır. Ölçeğin puanlanması sonucunda bireylerin aldıkları puanların yüksekliği, bireylerdeki evlilik doyumunun yüksekliğini; bireylerin aldıkları puanların düşüklüğü, evlilik doyumunun da düşük olduğunu yansıtmaktadır. Ölçeğin güvenilirlik kat sayısı test-tekrar test yöntemiyle 0.85 olarak bulunmuştur. Araştırmamızda ölçeğin alfa değeri .92 olarak bulunmuştur.

### **Verilerin Analizi**

Verilerin analizinde SPSS 27.0 programından yararlanılmıştır. Araştırma verileri değerlendirilirken kategorik değişkenler için frekans analizi, Kolmogorov-Smirnov testi, Pearson Korelasyon testi, Bağımsız Örnek t-Testi, ANOVA, çok değişkenli varyans analizi ve regresyon analizi kullanılmıştır.

### **BULGULAR**

Bu bölümde yapılan analizler paylaşılmıştır. Betimsel analizlerde, araştırmaya katılan evli bireylerin kişisel bilgileri yer almaktadır. Ayrıca, araştırma verilerinin dağılımında, ilk olarak çarpıklık ve

basıklık katsayılarına bakılmış ve Kolmogorov-Smirnov testi yapılmıştır. Yapılan analizlerde çarpıklık ve basıklık katsayılarının  $-1+1$  aralığında olduğu ve Kolmogorov-Smirnov testinde evlilik doyumu  $[D(368)= 0.06; p>.05]$ , sorun çözme becerileri  $[D(368)= 0.62; p>.05]$ , erken dönem uyum bozucu şemalar (toplam)  $[D(368)= 0.8; p>.05]$  verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir ve araştırma soruları parametrik analiz yöntemleri ile sınanmıştır.

**Tablo 2. Katılımcıların Ölçek ve Alt Boyut Puanları İçin Betimleyici İstatistiksel Değerleri (n=368)**

Ölçek ve Alt Boyutları	min	max	$\bar{x}$	ss
Evlilik Doymu	1.20	5.00	4.28	.78
Sorun Çözme Becerileri	1.56	5.00	4.26	.75
Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar (Toplam)	1.00	4.21	2.16	.53
Duygusal Yoksunluk	1.00	5.80	1.48	.72
Başarısızlık	1.00	4.67	1.84	.63
Karamsarlık	1.00	6.00	1.86	1.11
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	1.00	4.57	1.67	.82
Duyguları Bastırma	1.00	5.40	1.89	.83
Onay Arayıcılık	1.00	6.00	2.98	.97
İç İçe Geçme/Bağımlılık	1.00	3.78	1.49	.55
Ayrıcalık/Yetersiz Özdenetim	1.00	6.00	3.28	.80
Kendini Feda	1.00	6.00	2.96	.97
Terk Edilme	1.00	5.00	1.53	.67
Kusurluluk	1.00	6.00	3.28	.93
Cezalandırılma	1.00	4.67	1.38	.55
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	1.00	5.80	1.90	.96
Yüksek Standartlar	1.00	6.00	2.69	1.06

Tablo 2'ye göre, araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik doyumu ( $\bar{x}=4.28$ ;  $ss=.78$ ), sorun çözme becerileri ( $\bar{x}=4.26$ ;  $ss=.75$ ) olarak tespit edilmiştir. Bu bulgu, katılımcıların sorun çözme becerilerinin çok yüksek olduğunu göstermektedir. Araştırmaya katılan evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları ( $\bar{x}=2.16$ ;  $ss=.53$ ) olarak tespit edilmiştir. Bu bulgu, katılımcıların erken dönem uyum bozucu şemalarının düşük olduğunu göstermektedir. Ayrıca, ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim ( $\bar{x}=3.28$ ;  $ss=.80$ ) ve kusurluluk ( $\bar{x}=3.28$ ;  $ss=.93$ ) şemaları en yüksek şema olarak tespit edilmiştir. Cezalandırılma ( $\bar{x}=1.38$ ;  $ss=.55$ ) şeması ise en düşük şema olarak belirlenmiştir.

**Tablo 3. Evlilik Doymunun Cinsiyete Göre Dağılımı (n=368)**

Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Kadın	191	4.10	.88	366	-4.75	.000
Erkek	177	4.47	.60			

Tablo 3'e göre; evli bireylerin evlilik doymununun cinsiyete göre dağılımı incelendiğinde; erkeklerin puanı kadınların puanından anlamlı düzeyde yüksek belirlenmiştir [ $t_{366}=-4.75$ ;  $p=.000$ ].

**Tablo 4. Evlilik Doymunun Yaş Grubuna Göre İncelenmesi (n=368)**

Yaş	n	$\bar{x}$	ss	F	p	Fark
21-30 yaş	86	4.36	.78			
31-40 yaş	154	4.41	.76	5.53	.001	2>3
41-50 yaş	82	4.06	.80			2>4
51 yaş ve üzeri	46	4.05	.69			
<b>Toplam</b>	<b>368</b>	<b>4.28</b>	<b>.78</b>			

Tablo 4'e göre; evli bireylerin evlilik doyumunun yaş grubuna göre incelendiğinde; gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşma tespit edilmiştir [ $F_{(3,364)}=5.53$ ;  $p=.001$ ]. Yapılan post-hoc analizine göre, 31-40 yaş grubundaki evli bireylerin evlilik doyumu, 41-50 yaş ve 51 yaş ve üzerindeki katılımcıların evlilik doyumundan anlamlı düzeyde yüksektir.

**Tablo 5. Evlilik Doyumunun Evlilik Süresine Göre İncelenmesi (n=368)**

Evlilik Süresi	n	$\bar{x}$	ss	F	p	Fark
1-5 yıl	147	4.45	.72	12.44	.000	1>4
6-10 yıl	62	4.50	.69			
11-15 yıl	59	4.24	.74			
16 yıldan fazla	100	3.91	.82			
<b>Toplam</b>	<b>368</b>	<b>4.28</b>	<b>.78</b>			

Tablo 5'e göre; katılımcıların evlilik doyumunun evlilik süresine göre incelendiğinde; gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaşma tespit edilmiştir [ $F_{(3,364)}=4.70$ ;  $p=.003$ ]. Yapılan post-hoc analizine göre, 1-5 yıl, 6-10 yıl ve 11-15 yıl süre ile evli olan katılımcıların evlilik doyumu, 16 yıl üzerinde süreyle evli olan katılımcıların evlilik doyumundan anlamlı düzeyde yüksektir.

**Tablo 6. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Alt Boyutlar ve Sorun Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumu ile Arasındaki İlişki (n=368)**

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Alt Boyutlar	Evlilik Doyumu		
	n	r	p
<b>Erken Dönem Uyumsuz Şemalar (Toplam)</b>	368	-.48**	.000
Duygusal Yoksunluk	368	-.44**	.000
Başarısızlık	368	-.04	.43
Karamsarlık	368	-.47**	.000
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	368	-.59**	.000
Duyguları Bastırma	368	-.37**	.000
Onay Arayıcılık	368	-.29**	.000
İç İçe Geçme/Bağımlılık	368	-.39**	.000
Ayrıcalık/Yetersiz Özdenetim	368	-.08	.14
Kendini Feda	368	-.36**	.000
Terk Edilme	368	-.42**	.000
Kusurluluk	368	-.18**	.000
Cezalandırılma	368	-.39**	.000
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	368	-.52**	.000
Yüksek Standartlar	368	-.22**	.000
<b>Sorun Çözme Becerileri</b>	368	.78**	.000

Tablo 6'a göre, araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik doyumu ile erken dönem uyumsuz şemalara ait toplam puan ve tüm alt boyut şemaları arasında anlamlı düzeyde ve negatif yönde yüksek korelasyonel ilişki tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik doyumu ve sorun çözme becerileri arasında anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yüksek korelasyonel ilişki tespit edilmiştir [ $r=.78^{**}$ ;  $p=.000$ ].

**Tablo 7. Sorun Çözme Becerileri ile Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Alt Boyutlar Arasındaki İlişki (n=368)**

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Alt Boyutlar	Sorun Çözme Becerileri		
	n	r	p
<b>Erken Dönem Uyumsuz Şemalar (Toplam)</b>	368	-.49**	.000
Duygusal Yoksunluk	368	-.36**	.000
Başarısızlık	368	-.05	.34
Karamsarlık	368	-.50**	.000
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	368	-.59**	.000
Duyguları Bastırma	368	-.42**	.000
Onay Arayıcılık	368	-.31**	.000



**Tablo 7. Sorun Çözme Becerileri ile Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Alt Boyutlar Arasındaki İlişki (n=368) (devamı)**

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Alt Boyutlar	Sorun Çözme Becerileri		
	n	r	p
İç İçe Geçme/Bağımlılık	368	-.40**	.000
Ayrıcalık/Yetersiz Özdenetim	368	-.06	.28
Kendini Feda	368	-.38**	.000
Terk Edilme	368	-.41**	.000
Kusurluluk	368	-.18**	.000
Cezalandırılma	368	-.41**	.000
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	368	-.47**	.000
Yüksek Standartlar	368	-.23**	.000

Tablo 7'e göre, araştırmaya katılan evli bireylerin sorun çözme becerileri ile erken dönem uyumsuz şemalara ait toplam puan ve duygusal yoksunluk, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, kendini feda, terk edilme, kusurluluk, cezalandırılma, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar şemaları arasında anlamlı düzeyde ve negatif yönde yüksek korelasyonel ilişki tespit edilmiştir.

**Tablo 8. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların ve Sorun Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumunu Yordaması (n=368)**

Değişkenler	B	SH	$\beta$	t	p
Sabit	1.76	.25		7.06	.000
Sorun Çözme Becerileri	.66	.04	.64	15.50	.000
Erken Dönem Uyumsuz Şemalar (Toplam)	.76	.54	.51	1.42	.16
Duygusal Yoksunluk	-.17	.06	-.15	-2.98	.003
Başarısızlık	-.03	.07	-.02	-.34	.74
Karamsarlık	.02	.05	.03	.42	.68
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-.15	.07	-.16	-2.20	.03
Duyguları Bastırma	.02	.05	.02	.32	.75
Onay Arayıcılık	-.05	.05	-.06	-.98	.33
İç İçe Geçme/Bağımlılık	-.05	.09	-.04	-.59	.56
Ayrıcalık/Yetersiz Özdenetim	-.03	.06	-.03	-.47	.64
Kendini Feda	-.10	.05	-.12	-1.90	.06
Terk Edilme	-.13	.07	-.11	-1.78	.08
Kusurluluk	-.08	.06	-.09	-1.29	.20
Cezalandırılma	-.05	.08	-.03	-.58	.56
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	-.18	.06	-.22	-2.77	.01
Yüksek Standartlar	-.01	.04	-.01	-.17	.86

R=.81; R<sup>2</sup>=.65; Düzeltilmiş R<sup>2</sup>=.64; F<sub>(16,351)</sub>=41.54; p=.000

Tablo 8'e göre; araştırmanın bağımsız değişkenleri bir bütün olarak, evlilik doyumunu yordamaktadır [F<sub>(16,351)</sub>=41.54; p=.000]. Buna göre, bağımsız değişkenlerin tamamı evlilik doyumunu varyansının %64'ünü açıklamaktadır. Ayrıca  $\beta$  katsayıları incelendiğinde; sorun çözme becerilerinin evlilik doyumuna pozitif yönde ve anlamlı düzeyde etki ettiği tespit edilmiştir. Ayrıca, erken dönem uyumsuz şemalara ait duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemalarının anlamlı düzeyde ve negatif yönde etki ettiği saptanmıştır.

## TARTIŞMA

Araştırmada katılımcıların erken dönem uyumsuz şemalar alt boyutları ile sorun çözme becerileri ve evlilik doyumunu arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu bağlamda yaptığımız araştırmada elde edilen bulgular aşağıda tartışılarak yorumlanmıştır.

Evli bireylerin evlilik doyumu cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde, erkek katılımcılar lehine anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Bu sonuca göre; erkek katılımcıların evlilik doyum düzeyleri, kadın katılımcıların evlilik doyum düzeylerine göre daha yüksektir. Alanyazın incelendiğinde; Üncü'nün (2007) yapmış olduğu araştırmada erkeklerin algıladıkları evlilik doyum düzeyinin daha yüksek olması yönüyle bu araştırma ile benzerlik göstermektedir. Fakat bu araştırmadan farklı olarak cinsiyet değişkeninin bireylerin evlilik doyumu puanları açısından anlamlı bir farklılık oluşturmadığını gösteren araştırmalar da bulunmaktadır (Çağ, 2013; Taşköprü, 2013). Bunun nedeni evlilik ilişkisinde kadınların ve erkeklerin evliliklerine dair oluşan farklı beklentilerinden kaynaklanıyor olabilir (Altunal, 2019). Ayub ve Iqbal (2012) evlilik doyumu ile cinsiyet rolünü araştırdıkları bir çalışmaya Pakistan'da yaşayan 300 evli çift katılmıştır. Araştırma sonunda eşlerin eğitim düzeyi, iletişim tarzları, cinsel yaşam memnuniyetleri, karşılıklı olarak kazanç sağlama, hoşgörü, eşlerin aileleriyle olan iletişim tarzları etmenlerinin evlilik doyumu üzerinde doğrudan etkili olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda cinsiyet farklılıklarının evlilik doyumu üzerinde etkili bir değişken olduğu sonucuna varılmıştır (Ayub ve Iqbal, 2012; Yalçın, 2014).

Evli bireylerin evlilik doyumu yaş grubu değişkeni açısından incelendiğinde, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre; 21-30 yaş grubu ve 31-40 yaş grubundaki katılımcıların evlilik doyumları, 41-50 yaş grubu ve 51 yaş ve üzeri yaş gruplarındaki katılımcıların evlilik doyumlarından daha yüksektir. Bireylerin yaşları ilerledikçe evliliklerinden arzuladıklarını elde edememenin getirdiği pişmanlıkla evlilik doyumlarında bir düşüş yaşanacağı düşünülebilir. Alanyazın incelendiğinde, bu sonuç ile örtüşen araştırmalar olduğu saptanmıştır. Taşköprü'nün (2013) evlilik doyumu ile sorun çözme becerileri, stresle baş etme ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında yaş grubu değişkeninin evlilik doyumu açısından incelenmesinde araştırmamız ile benzer bulgulara ulaşılmıştır. Araştırmamızdan elde ettiğimiz bulgu, Tezer'in (1994) çatışmalardaki sıklık ve gerginliğin azalmasıyla, iş doyumunun ve yaşın artmasıyla birlikte evlilik doyumunun artacağı sonucu ile de benzerlik göstermektedir. Alanyazında araştırmamızdan farklı olarak yaş grubunu değişkeninin evlilik doyumu puanları açısından anlamlı bir fark elde etmediği bulgularını gösteren araştırmalar da mevcuttur (Güven, 2007).

Evli bireylerin evlilik doyumu evlilik süresi değişkeni açısından incelendiğinde, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre; 1-5 yıl, 6-10 yıl ve 11-15 yıl süre ile evli olan katılımcıların evlilik doyumları, 16 yıldan fazla süre ile evli olan katılımcıların evlilik doyumlarından daha yüksektir. Literatür incelendiğinde evli olarak geçirilen sürenin evlilik doyumu üzerinde anlamlı farklılık oluşturduğunu gösteren çalışmalarla birlikte farklılaşmanın oluşmadığını gösteren araştırma sonuçları da yer almaktadır (Taşköprü, 2013). Demir (2014) yaptığı bir çalışmada evli kalınan süre arttıkça katılımcıların evlilik doyumu puanlarında bir azalma olduğu bulgusunu paylaşmıştır. Akpınar ve Kırlioğlu (2021) çalışmasında katılımcıların evlilik uyumları evlilik süresine göre incelendiğinde 1-5 yıldır evli olan grupta 26-35 yıldır evli olan grup arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bir başka çalışmada ise evlilik

süresinin artmasıyla evlilik uyumunun arttığı görülmüştür (Uşaklı, 2010). Bu bağlamda evlilik süresinin evlilik doyumu üzerinde kritik bir değişken olmadığı düşünülebilir. Çalışmamızın bulgularına bakarak bunun nedeninin çiftlerin evliliklerinin ilk yıllarında daha fazla heyecana, beklentiye ve sevgiye sahip olarak evliliğin devamında ilişkilerinden beklentilerini karşılayamamaları, bunun akabinde heyecan ve sevgilerini yitirmeleri durumunun evlilik doyumlarında azalma yaratacağı olarak düşünülebilir (Kabasakal, 2016).

Evli bireylerin evlilik doyumu ve sorun çözme becerileri arasındaki ilişki incelendiğinde, evlilik doyumları ve sorun çözme becerileri arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmamızdan elde edilen bu sonuç literatürde konu kapsamında yapılmış çalışmaların bulgularını destekler niteliktedir (Güven, 2007; Taşköprü, 2013; Yılmaz ve Parlar, 2021). Evlilikte çiftler arasında çok çeşitli sebeplerden kaynaklanan sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Çatışma ve sorunun hiç yaşanmadığı bir evlilik neredeyse yok gibidir (Yedirir ve Hamarta, 2015). Evlilikte sorun ile karşılaşmaktan ziyade bu sorunların nasıl ve ne derece çözümlenebildiği önemlidir. Evliliklerinde sorun yaşayan ve bu sorunları çözebilme becerisine sahip olan çiftlerin daha mutlu bir evlilik sürdürerek evliliklerinden daha fazla doyum aldıkları; evliliklerinde karşılaşılan sorunları çözebilmekte yetersiz kalan çiftlerde ilişkide tatminsizlik ve mutsuzluk ile birlikte evlilik doyumlarında düşüş yaşanacağı söylenebilir (Yıldız ve Büyükşahin, 2016). Evlilik doyumu ile ilgili yapılmış çalışmalardan biri olan Hünler'in (2003) araştırmasında itaat edici tutumların evlilik doyumu ile ilişkisini incelemesinin yanı sıra, itaat edici tutumlar ve evlilik doyumunun etkileşiminde, evlilikte sorun çözme becerilerinin ne derece yordadığı incelenmiştir. Araştırma sonucunda, eşler arasındaki itaat edici tutumun artmasıyla evlilikte sorun çözme becerilerinde düşüş gözlenmiş ve evlilikten alınan doyumun azalması ile sonuçlanmıştır.

Evli bireylerin evlilik doyumu ile erken dönem uyumsuz şemalara ait toplam puan ve erken dönem uyumsuz şemalara ait çoğu alt boyutlar arasında negatif yönde, yüksek düzeyde, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara göre; evli bireylerin evlilik doyumu ile erken dönem uyumsuz şemalara ait alt boyutlar birbirini ters yönde etkilemektedir. Çalışmamızdan elde ettiğimiz bulgu, literatür kapsamında konu ile ilgili yapılmış çalışmalar ile tutarlılık göstermektedir (Stiles, 2004; Soleymani, 2014; Esmaili et al., 2016). Nooripour ve Mahmoudi (2017), şemaların evlilik doyumuna etkisini inceleyen çalışmaların; erken dönem uyumsuz şemalar ile evlilik doyumunun birbirinden etkilenen bir ilişki içinde olduğuna ve uyumsuz şemayı engelleyici davranışın evlilik doyumunu pozitif yönde etkilediğini belirtmişlerdir. Yoosefi ve ark.(2010), yaptıkları bir çalışmada erken dönem uyumsuz şemaların, evlilikte kişilerin birbirlerini ve yaşanan olayları yanlış algılayarak çatışma içine girmelerine sebep olduğunu aktarmışlardır. Bu çalışmaya kontrol grubuna 155 evli çift ve boşanma niyetiyle mahkemeye başvurmuş 150 çift şeklinde toplam 610 kişi alınmıştır. Araştırmada, mahkemeye boşanma üzere başvurmuş çiftlerin, kontrol grubunda olan çiftlere nazaran daha çok erken dönem uyumsuz şemaya sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Boşanma niyeti taşıyan kişilerde diğerlerine göre güvensizlik/suiistimal edilme şeması en yüksek düzeyde

bulunurken; en düşük düzeyde bulunan şema, kabul arayıcılık şemasıdır. Kontrol grubunda en yüksek puan alan şema, hastalık/zarar karşısında dayanıksızlık şeması olurken; en düşük puanı alan şemanın, duyguları bastırma şeması olduğu açıklanmıştır. Boşanma amacıyla mahkemeye başvuran evli çiftlerde kişiler arası yaş farkının diğerlerine göre fazla olduğu, evli geçirdikleri sürenin daha az olduğu ve güvensizlik/suiistimal edilme, yapışıklık/gelişmemiş benlik, cezalandırılma şemalarından yüksek puanlar aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda hastalık/zarar karşısında dayanıksızlık şemasından da düşük puanlar aldıkları bulunmuştur. Sonuç olarak yapılan çalışmada, güvensizlik/suiistimal edilme, terk edilme/istikrarsızlık, duygusal yoksunluk ve kusurluluk/utanç şemalarına sahip, bu şemalarda yüksek skorlar almış olan bireylerin, boşanmaya daha meyilli oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Maryam et al. (2015) yaptığı bir çalışmaya Hint uyruklu 107 kişi ve İran asıllı 97 kişi katılmıştır. İran asıllı katılımcıların boyun eğcilik, bağımlılık/yetersizlik ve terk edilme/istikrarsızlık şemalarında yüksek puanlar aldığı görülürken; Hint uyruklu katılımcılarda duygusal yoksunluk şemasında yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Çalışma sonucunda erken dönem uyumsuz şemaların, evlilik doyumuna etkisi olabileceğine yönelik bir sonuca varmışlardır (Maryam ve ark.,2015). Zafary ve Mohammadzadeh (2015), 254 kişinin katılımıyla yaptıkları çalışmaya dayanarak, erken dönem uyumsuz şemaların tüm alanları ve boyutlarının, evlilik doyumu ile ilişki içinde olduğunu savunmuşlardır. Şemalar içerisinde evlilik doyumu ile en yüksek ilişkide olan şemanın ise başkalarına yönelimlilik şeması olduğunu açıklamışlardır.

Bu çalışmaları konu alanlardan Soysal'ın (2017) 386 kişinin katılımıyla yaptığı bir çalışmada evlilik uyumunun ilişki ve anlaşma boyutlarının, şema boyutlarından hak görme/büyükleme, kusurluluk/utanç, fedakarlık, duyguları bastırma, terk edilme/istikrarsızlık, sosyal izolasyon/yabancılaşma, yapışıklık/gelişmemiş benlik, kötümserlik/karamsarlık, başarısızlık ve duygusal yoksunluk ile yüksek düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kabul arayıcılık şemasının yalnızca tarzı boyutuyla arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki saptanmışken, cezalandırma şema boyutu ile evlilik doyumu arasında anlamlı ilişki saptanamamıştır. Çalışmamızdan elde edilen bulgular, bireylerin çocuk yaşantılarından itibaren geliştirdikleri şemaların sebep olduğu olumsuz tutumlar ve işlevsel olmayan düşünceler nedeniyle çiftlerin ilişkisinde negatif bir etki yaratarak evlilik doyumu düzeyini azaltan bir etkisi olduğunu düşündürmektedir.

Evli bireylerin sorun çözme becerileri ile erken dönem uyumsuz şemalara ait toplam puan ve erken dönem uyumsuz şemalara ait çoğu alt boyutlar arasında negatif yönde, yüksek düzeyde, anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara göre, evli bireylerdeki sorun çözme becerileri ile erken dönem uyumsuz şemalara ait alt boyutlar birbirini negatif yönde etkilemektedir. Literatür incelendiğinde araştırmamızın bulgusu ile ilgili daha önce yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırmamızdan elde ettiğimiz bulgu literatüre katkı sağlayacaktır. Bireyin çocukluk yaşantılarından itibaren geliştirdiği uyumsuz şemalar, işlevsel olmayan düşüncelere ve olumsuz tutumlara sebep olabildiği için evlilikte karşılaşılan her türlü soruna karşı da bireyin işlevsel

olmayan çözümler geliştirmesine neden olabilir. Ayrıca uyumsuz şemalar evlilikte yeni sorunların ortaya çıkmasına da sebep olabilir. Dolayısıyla araştırmamızın bulgusu bireylerdeki erken dönem uyumsuz şemaların, evlilikte sorun çözme becerilerine olumsuz bir etkisi olduğunu, erken dönem uyumsuz şemalar azaldıkça sorun çözme becerilerinde pozitif bir artış olacağını düşündürmektedir. Bu sonuçlara göre, evli bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının ve sorun çözme becerilerinin evlilik doyumu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

## **SONUÇ VE ÖNERİLER**

Bu araştırmadaki değişkenler ile yapılan çalışma, daha farklı yaş gruplarıyla ve daha farklı örneklemdeki evli bireyler ile gerçekleştirilebilir. Araştırmanın Türkiye'deki tek bir il kapsamında olması, diğer illerdeki evli bireylerin evlilik doyumlarını öğrenme bakımından sınırlı kalmaktadır. Gelecek araştırmacıların, evli bireylerin daha genelini temsil edecek örneklemelere yer vermeleri literatüre katkı sağlayacaktır. Evli bireylerdeki erken dönem uyumsuz şemalar ve sorun çözme becerilerinin evlilik doyumuyla ilişkisini inceleyen çalışmanın olmaması göz önünde bulundurulduğunda bu konuda yapılacak çalışma sayısının artırılmasının literatürdeki boşluğu giderebileceği düşünülmektedir.

Evlilik doyumu yüksek ve sorun çözme becerilerine sahip çiftlerde boşanma olasılığının daha düşük olduğu bilinmektedir. Bu sebeple çiftlere sorun çözme becerilerini geliştirmeye yönelik psiko-eğitimler verilebilir. Erken dönem uyumsuz şemaları ölçmeye yönelik geliştirilen ölçeğin çok sayıda soru içermesi nedeniyle katılımı olumsuz etkilediği düşünülmektedir. İleride yapılacak olan çalışmalarda, araştırma yönteminin oluşturulması sırasında bu durumun göz önüne alınması önerilmektedir. Evlilik doyumunun değişkenler ile olan ilişkisi evli kişilerin bireysel katılımı ile incelenmiştir. İleride yapılacak olan araştırmalarda çiftlerin birlikte katılım göstermesinin literatüre yararı olabileceği düşünülmektedir.

## **ARAŞTIRMAYA İLİŞKİN ETİK BİLGİLER**

Haliç Üniversitesi Etik Kurulu'ndan 29.11.2019 tarihli 222 sayılı onay belgesi alındıktan sonra veri toplama işlemleri başlamış olup, katılımcıların her birine izin dahilinde çalışma hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmış ve Aydınlatılmış Onam Formu kullanılmıştır. Kullanılan ölçeklerin her biri için izin alınmış olup, kaynak gösterilmiştir. Araştırma, katılımcıların gönüllülük esasına dayalı olarak yürütülmüştür.

## **ARAŞTIRMACILARIN KATKI ORANI**

Araştırmaya isim sıralamasıyla %50, %50 oranında katkı sağlamıştır.

## **ÇATIŞMA BEYANI**

Herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

## **TEŞEKKÜR**

Çalışmaya katılan tüm bireylere teşekkür ederiz.

**FİNANSAL KAYNAK**

Bu çalışma sırasında hiçbir şekilde kurum veya kuruluşlardan finansal destek alınmamıştır.

**KAYNAKÇA**

- Ahmadi K., Azad-Marzabadi E., Ashrafi S.M.N., Raiisi F. (2007). Construction and validation of family problem solving scale. *Journal of Applied Science*, 7 (24): 3958-3964.
- Akça-Koca D., Yukay-Yüksel M. (2017). Bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluşuna etkisi. *International Journal of Field Education*, 3(1): 1-19.
- Akpınar, B., Kıriloğlu, M. (2021). Bazı değişkenler açısından evlilik uyumunun incelenmesi ve toplumsal cinsiyet rolleri tutumunun evlilik uyumuna etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu dergisi*, 23(2), 736-746.
- Anlatan, Ö. (2021). Deneye Dayalı Bir Yaklaşım: Gottman Çift Terapisi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 4(1), 74-93.
- Altunal, E. (2019). Erken Dönem Uyuşmaz Şemalar İle Evliliği Sürdürme Nedenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, s. 1-101.
- Altuntaş, S., Durmuş, E. (2017). Evlilikte problem çözmeyi yordayan değişkenlerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 30, 321-331.
- Ayub N., Iqbal S. (2012). The factors predicting marital satisfaction: A gender difference in Pakistan. *The International Journal of Interdisciplinary Social Sciences*, 6(7): 63-73.
- Bartlett, F.C. (1932). *Remembering: A Study in Experimental and Social Psychology*. Cambridge University Press, Cambridge, UK.
- Beck, A.T. (1988). Cognitive approaches to panic disorder: Theory and therapy. In: *Panic: Psychological Perspectives*, Eds: Rachman S., Maser, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, p: 91-109.
- Buluş, M. ve Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (40), 136-152.
- Corral, C., Calvete, E. (2014). Early Maladaptive Schemas and Personality Disorder Traits in Perpetrators of Intimate Partner Violence. *The Spanish Journal of Psychology*, 17, E1. doi:10.1017/sjp.2014.1
- Clifton, J.A. (1995). *The Effects of Parenting Style, Attachment and Early Maladaptive Schema on Adult Romantic Relationships*. (Unpublished Doctoral Dissertation), Georgia State University, Atlanta, GA.
- Çağ, P., Yıldırım İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişki ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39): 13-23.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik Doyum Ölçeği Geliştirme Çalışması*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, Adana.
- Deniz, M.E., Uzun, G., Kurtuluş, H. Y. (2019). Evlilikte suç affetme ve yüklemenin evlilik doyumu

- üzerindeki yordayıcı etkisi. *Elementary Education Online*, 18(2), 852-861.
- Demir, E. (2014). Farklı Denetim Odağına Sahip Evli Bireylerin Evlilik Doyumunun İncelenmesi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Demirbilek, M. (2016). Aile Danışmanlığı: Bir Uygulama Örneği. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 10 (2), 109-120.
- Dönmez, M. Tunç, E. (2019). İlişkide Bilişsel Çarpıtma, Evlilikte Problem Çözme, Evlilik Uyumu ve Tolerans Arasındaki İlişki. *Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 112-124.
- Esmaili S.S., Mohammadi A.Z., Hakami M. (2016). Predicting marital satisfaction on the basis of early maladaptive schema in married women. Tehran, Iran, *International Journal of Medical Research and Health Sciences*, 5(6): 262-270.
- Gottman J.M., Krokoff L.J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical*. 57(1): 47–52.
- Güven, N., Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 49-61.
- Hünler, O. S., Gençöz, T. (2003). Boyun Eğici Davranışlar ve Evlilik Doyumu İlişkisi: Algılanan Evlilik Problemleri Çözümünün Rolü, *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- 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.
- Kabasakal, Z. Soylu, Y. (2016). Evli Bireylerin Evlilik Doyumunun Cinsiyet ve Eş Desteğine Göre İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 208-214.
- Karasar, N. (2000). Bilimsel Araştırma Yöntemi. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Mahmoudi F., Mahmoudi A., Nooripour R. (2017). Investigation the relationship between early maladaptive schemas and safe communications in married students. *Journal of Research and Health*, 7(3): 779 - 787.
- Renner, F., Lobbstaël, J., Peeters, F., Arntz, A., Huibers, M. (2012). Early maladaptive schemas in depressed patients: Stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment, *Journal of Affective Disorders*, 136 (3), 581-590.
- Soleymani F. (2014). The relationship of couples primary inconsistent schemas with marital satisfaction in Bandar Abbas. Hormozgan University of Medical Sciences, *Academic Journal of Psychological Studies*. 3 (2): 148-153
- Soygüt G., Çakır Z. (2009). Ebeveynlik biçimleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerde kişilerarası şemaların aracı rolü: şema odaklı bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20 (2): 144-152.
- Soysal, E. (2017). Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, İlişkilerde Bilişsel Çarpıtmaları

- ve Yüklemlerin Evlilik Uyumunu Yordaması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Stiles, O.E. (2004). Early Maladaptive Schemas and Intimacy in Young Adult's Romantic Relationships. (Doctoral Dissertation), Alliant International University.
- Taşköprü, M. (2013). Evlilik Doyumu ile Problem Çözme Becerileri, Stresle Başa Çıkma ve Evlilik Süresi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İstanbul Bilim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, (Danışman: Prof. Dr. Betül Aydın).
- Tezer, E. (1996). Evlilik İlişkisinden Sağlanan Doyum: Evlilik Yaşamı Ölçeği. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2 (7), 1-7.
- Tezer, E. (1994). Evli eşler arasındaki çatışmalar ile çeşitli demografik değişkenlerin evlilik doyumuna etkisi: Kadın eşin bir işte çalıştığı ve çalışmadığı eşler üzerinde bir araştırma. 3P Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi, 2(3): 209-217.
- Tutuş, H., Barut, Y. (2021). Evli Bireylerde Psikolojik Dayanıklılık, Olumsuz Otomatik Düşünceler ve Evlilik Doyumu İlişkisi. Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi, 5 (9), 91-101.
- Üncü, S. (2007). Duyusal Zeka ve Evlilik Doyum İlişkisi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, (Danışman: Prof. Dr. Binnur Yeşilyaprak).
- Wagoner, B. (2013). Bartlett's concept of schema in reconstruction. Theory & Psychology, 23(5):553-575. DOI: 10.1177/0959354313500166.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 3(1), 250-261.
- Yedirir, S., Hamarta, E. (2015). Emotional expression and spousal support as predictors of marital satisfaction: the case of turkey. Educational Sciences: Theory & Practice, 1549-1558.
- Yıldız, M. A., Büyükşahin Çevik, G. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumlarının ve yaşam doyumlarının incelenmesi. International Journal of Human Sciences, 13(1), 227-242. doi:10.14687/ijhs.v13i1.3417
- Yılmaz, H., İlketenci, R., Yılmaz, A.S, Mamirova, C. (2018). Evli bireylerin problem çözmede kullandıkları yaklaşımlar ve evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi, 7(2), 445-462.
- Yoosefi, N., Etemadi O., Bahrami, Fatehizade M.A., Ahmadi S.A. (2010). An investigation on early maladaptive schema in marital relationship as predictors of divorce. Journal of Divorce and Remarriage, 51(5): 269-292.
- Young E.J., Klosko S.J., Weishaar E.M. (2003). Schema Thrapy, A Practioener's Guide. Çeviren: Soylu V.T. (2009). Şema Terapi, Terapistin Rehberi. Ed: Özakkaş T., Litera Yayıncılık, İstanbul.
- Young J.E., Klosko J.S. (2014). Hayatı Yeniden Keşfedin. 5. Baskı, Psikonet Yayınları, İstanbul.
- Young, Jeffrey E., Klosko, Janet S., Weishhar, Marjorie E. (2009). Şema Terapi. Litera Yayıncılık. Çeviren: Tuğrul Veli Soylu, İstanbul.
- Zafary F., Mohammadzadeh J. (2015). Relationship between early maladaptive Schemas and



marital satisfaction in married employees of rasht university of medical sciences. Journal of Social Issues and Humanities, 3(6): 330-333.

