

## Kitap Tanıtımı

Evlilik ve Yakın İlişkiler, Nilüfer Şehriban Özabacı (Ed.), Pegem Akademi Yayıncılık (2019). 168 ss. ISBN: 978-605-241-995-3

### Burcu DOK<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Doktora Öğrencisi, Bahçeşehir Üniversitesi, burcudok@live.com,

<sup>1</sup>ORCID-ID: 0000-0001-8920-6192

**Geliş Tarihi/Received**

**Kabul Tarihi/Accepted**

**e-Yayım/e-Printed**

**04.07.2022**

**29.11.2022**

**30.12.2022**

Evlilik ve Yakın İlişkiler kitabı eğitimci, öğrenci ve ilişki yaşayan her bireyin kendi ilişkilerinde karşılık bulabileceği konulara dikkat edilerek yazılmış olduğu söylenebilir.

Bu kitap beş ayrı bölümden oluşmaktadır. Bu beş bölüm geçmiş deneyim ve çalışmalarının yansıması olarak akademisyenler tarafından kaleme alınmıştır.

Dr. Seval Kızıldağ tarafından ele alınan “Evlilik Öncesi Psikolojik Danışma” başlıklı ilk bölümde öncelikle yakın ilişki çeşitleri ele alınmış ve bireyin gelişim düzeylerine göre yakın ilişkiden beklentilerinin ve ihtiyaçlarının değiştiğine dikkat çekilmiştir. Özellikle bireyin kendini daha çok tanıdığı ve neyin onu mutlu edeceğinin farkına vardığı genç yetişkinlik döneminde yakın ilişkilerin daha ciddi bir konu olarak ele alındığı belirtilmiştir. Evliliğin ekonomik, sosyal, psikolojik, yasal boyutları olan bir bağ olduğunu, bu bağ sayesinde yeni bir sosyal rol ve statü kazanabildiği belirtilmiştir. Fakat evlenmek istemenin motive edici özellikleri olmasına rağmen bireyin kişisel beklentilerinin, aile ilişkilerinin, mesleki durumlarının ve toplumsal beklentilerinin evlilik kararlarını öteleyebileceği faktörler

olabileceği belirtilmiştir. Evlilik kararlarını evliliğe ilişkin mitlerin de etkileyebileceği ele alınmış ve bu süreçte profesyonel yardımın önleyici bir destek olabileceği düşünülmektedir. Evli çiftlere uygulanan programlar daha çok sorun çözmeye yönelik iken evlilik öncesi programların önlem alma, yönetme veya yönlendirme kapsamında olduğunun altı çizilmektedir. Evlilik öncesi psikolojik danışma kapsamındaki programlar evlenmek üzere olan çiftlere eğitimler vererek farkındalık artırma ve beceri geliştirmeyi amaçlamaktadır.

Dr. Serdar Körük tarafından ele alınan “Evlilik ve Çift İlişkisi” başlıklı ikinci bölümde öncelikle sağlıklı evlilik ilişkisinin çiftlerin fiziksel ve psikolojik sağlığını koruduğunu ve onların yaşam doyumu ve yaşam sürelerini uzattığını belirtmektedir. Bireylerin eş seçim süreçleri birçok teori ile açıklanmaya çalışılmıştır. En eski teorilerden olan Evrim Teorisi’ne göre eş seçiminin sürekli ve dinamik bir rekabet halde olduğunu ve insanın fiziksel ve psikolojik evriminin sonucunda da bu rekabet araçlarının çeşitlenebildiğini belirtmiştir. Homogami Teorisi’ne göre her bireyin bir sosyal profilinin bulunduğunu ve bireylerin kendi sosyal profillerine yakın bireylerle romantik ilişki yaşamaya daha meyilli görüldüğünü vurgulamaktadır. Tamamlayıcı İhtiyaçlar Teorisine göre ise bireylerin öznel özellikleri ön plana çıkmakta ve bu özelliklerle beraber birbirlerini tamamlayarak yeni bir sistem meydana getirdiklerinden bahsedilmiştir. Son olarak ele alınan Sosyal Değişim Teorisine göre eş seçim sürecinde, bireylerin birbirlerinden ve ilişkiden elde edecekleri ödüllerin dengesi vurgulanmıştır. İyi bir evlilik uyumuna sahip olmanın eş seçim sürecinin yanında diğer boyutları olduğu belirtilmiştir. Bu boyutlar bilişsel uyum, sosyal uyum, cinsel uyum, çatışma-uzlaşma, ayrımlaşma-farklılaşma, problem çözme, iletişim, sağlıklı rol dağılımı, duygusal tepki verebilme, duygusal katılım ve davranış kontrolü başlıkları altında incelenmiştir.

“Yakın İlişkiler” adıyla Ahmet Kara tarafından kaleme alınan üçüncü bölümde yakın ilişkilerin boyutları, yakın ilişkileri başlatma, sürdürme ve sonlandırma aşamaları ve yakın ilişkilerde önemli dinamikler incelenmiştir. Bu bölümde yakın ilişkileri oluşturan etmenler bağlanma, duygusal yakınlık, bakım ve cinsellik olarak gruplandırılmıştır. Romantik yakınlığı başlatmanın belirleyicileri olarak kendilik bilgisi, kendilik algısı, bilişsel ve duygusal yakınlık, davranışsal yakınlık ve romantik sözelleştirmeden bahsedilmiştir. Romantik ilişkileri sürdürmede en önemli faktörlerin ise bireylerin duyguları olduğu daha sonra ise kişilik özelliklerinin geldiği vurgulanmıştır. İlişkiyi sonlandırma nedenlerinin başında kıskançlık geldiği daha sonra duygusal yakınlık eksikliği ve aile tercihi olduğunun altı çizilmiştir. Yakın

ilişkideki en önemli dinamikleri yazar, aldatma, kişilik özellikleri, affetme, kıskançlık, yaşamın anlamı ve amacı, akılcı olmayan inançlar benlik saygısı, yalnızlık, stres ve stresle başa çıkma, psikolojik şiddet, anne-baba tutumları, toplumsal cinsiyet rolleri, bilişsel esneklik ve bağlanma başlıkları altında incelemiştir.

Dördüncü bölüm olan ve Evlilik ve Ailede Yaşanan Krizler ve Kriz Danışmanlığı" başlığı ile Dr. Selen Demirtaş Zorbaz tarafından ele alınan bölümde öncelikle krizin ne olduğu tanımlanmış ve evlilik ve aile danışmanlığında kullanılacak bir model olan ABCX kriz modelini detaylarına yer verilmiştir. Daha sonra aile yaşam döngüsü çerçevesinde ailede yaşanabilecek gelişimsel krizlere örnekler sunulmuştur. Bölümün son kısmında ise ailelerde yaşanabilecek olası durumsal krizlere yer verilmiştir. Aile yaşam döngüsü beş dönem olarak tanımlanmıştır: "Dönem 1: Yeni Evli Çift: İlk Evlilik Krizi", "Dönem 2: Küçük Çocuklu Aileler", "Dönem 3: Ergen Çocukları Olan Aileler ve Kriz", "Dönem 4: Çocukların Evden Ayrılması" , "Dönem 5: Geç Yaşam Dönemlerinde Aile". Bu aile yaşam döngüsünün doğal akışı içinde olmayan ancak karşılaşılabileceği olan durumsal aile krizleri olduğundan bahsedilmiştir. En çok karşılaşılan aile krizleri ele alınmıştır. Bunlar; aile üyelerinden birinin kaybı, boşanma, ekonomi ve kariyer kaynaklı krizler, ailede ruhsal ya da fiziksel sağlık sorunu olan bireylerden kaynaklı krizler. Bu krizlerin belirtileri ve özellikleri tartışılmış daha sonra da öneriler verilmiştir.

Kitabın son bölümü olan beşinci bölümde Dr. Bahtiyar Eraslan Çapan "Boşanma ve Boşanma Arabuluculuğu" başlığıyla okuyuculara öncelikle boşanmanın tanımı, ülkemizdeki artışı ve bu artışın nedenlerini açıklamaya çalışmıştır. Daha sonra boşanma süreci kuramlarına yer vermiş ve son olarak ise boşanmanın etkilerini incelemiştir. Yazar boşanmanın tanımını yaparken boşanmanın anlık bir süreç gibi görülse de uzun bir süre boyunca oluşan birikimlerin noktalandığı psikolojik ve sosyal bir süreç olarak tanımlamış ve çoğunlukla bir çiftin kişisel kriz olarak yaşadığı bir durum olarak anılsa da büyüme ve gelişme için özel fırsatlara yol açan bir süreç olarak da ele almıştır. TÜİK 2017-2018 raporlarında boşanma oranının 10.9 arttığı ve evliliğin ilk beş yılında gerçekleştiği yazar tarafından vurgulanmıştır. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın (2011) araştırma sonuçlarına göre boşanmanın nedenlerinin başında sorumsuz ve ilgisiz davranma gelirken, evin ekonomik olarak geçimini sağlayamama ve aldatmanın takip ettiğinin altı çizilmiştir. Boşanma kuramlarını incelerken yazar, boşanma kuramcılarının boşanmanın nispeten öngörülebilir şekillerde ortaya çıktığını,

sürecin göreceli olarak tutarlı ve tanınabilir aşamalardan ilerlediğini öne sürdüğüne vurgu yapmıştır. Bu başlık altında Sosyal Değişim Kuramı, boşanmanın aşamalı süreçlerden geçtiğini vurgulayan Bohanno'nun Altı Boşanma İstasyonu ve Wiseman'ın Yas Süreci Modelleri olan süreç modelleri, Psikososyal Gelişim Kuramı ve Bağlanma Kuramı açısından boşanma süreçleri incelenmiştir. Yazar bu süreçlerin eşler ve çocuklar üzerindeki etkilerden bahsetmiş ve boşanmadan sonra eşlerin ve çocukların uyumunu belirleyen etmenleri ele almıştır. Son olarak yazar boşanma arabuluculuğu başlığı altında boşanma süreci içinde ve sonrasında aile bireyleri arasındaki ilişkilerin barışçıl şekilde nasıl yönetilebileceğine dair modeller sunmuştur. Boşanma arabuluculuk sürecinin genel ilkelerine dayanarak sürecin hem hukuki boyutu hakkında bilgi sahibi olan hem de kişilerarası iletişim, empatik görüşme becerilerine sahip meslek elemanlarından seçilmesi konusu tartışılmıştır.

Özetle, Evlilik ve Yakın İlişkiler kitabı eğitimciler, öğrenciler, araştırmacılar ve aynı zamanda yakın ilişki yaşayan, evlilik sürecine hazırlanan, evlilik sürecinde ve boşanma sürecinde olan bireylere yol gösterici ve destekleyici nitelikte bir ürün olduğu söylenebilir.