

Evli Kadınların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Evlilik Uyumları Üzerindeki Etkisi¹

The Effect of Emotional Intelligence Levels of Married Women on Marriage Adjustment

Halil ÖZGEN²

Murat KOÇ³

Yonca BİR⁴

Atıf:

Özgen, H., Koç, M. ve Bir Y. (2022). Evli kadınların duygusal zekâ düzeylerinin evlilik uyumları üzerindeki etkisi. *Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(13), 376-383, DOI: 10.57135/jier.1199779

Öz

Bu araştırmada evli kadınların duygusal zekâ düzeyleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkilerin araştırılması ve evlilik uyumu üzerinde etkili olan duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma Adana, Ankara, Antalya, İzmir, İstanbul ve Kocaeli illerinde yer alan özel aile danışmanlık merkezlerine başvuran 432 evli kadınla gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, evlilik uyumu ile iyi oluş ve öz kontrol düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyde; duygusallık ve sosyallik düzeyleri arasında pozitif yönde zayıf düzeyde istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler tespit edilmiş; iyi oluş, öz kontrol ve duygusallık düzeylerinin evlilik uyumları üzerinde anlamlı ve pozitif etkilerinin olduğu; evlilik uyumu artışında en önemli etkinin iyi oluş düzeyinden kaynaklı olduğu gözlenmiştir. Duygusal zekâ düzeylerinden sosyallik düzeyinin ise evlilik uyumu üzerinde önemli etkisinin olmadığı bulunmuştur. Sosyal anlamda bu çalışmadan elde edilen sonuçların toplumun yapı taşı olan aileye ve aile danışmanlığı süreçlerine katkı sağlayacağı ve özellikle iş-yaşam dengesinde önemli bir etkisi olduğu bilinen evlilik uyumunun, evlilik değişkeni bağlamında kadın çalışanların verimliliklerini artırıcı yeni bir bakış açılarını geliştirilmesine katkı sunacağı değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Duygusal zekâ düzeyleri, evlilik uyumu, evli kadınlar, aile danışmanlığı merkezi

Abstract

In this study, it was aimed to investigate the relationship between the emotional intelligence levels of married women and their marital adjustment and to examine the emotional intelligence levels that are effective on marital adjustment. The research was carried out with 432 married women who applied to private family counseling centers in Adana, Ankara, Antalya, Izmir, Istanbul and Kocaeli. According to the results of the research, there was a moderate positive correlation between marital adjustment, well-being, and self-control; positive and weak statistically significant relationships were found between emotionality and sociability levels; well-being, self-control and emotionality levels have significant and positive effects on marital adjustment; It was observed that the most important effect on the increase in marital adjustment was due to the level of well-being. It was found that the level of sociability, one of the emotional intelligence levels, did not have a significant effect on marital adjustment. It is evaluated that the results obtained from this study in the social sense will contribute to the family, which is the building block of the society, and to the family counseling processes, and that marital adjustment, which is known to have a significant effect on the work-life balance, will contribute to the development of a new perspective that will increase the productivity of female employees in the context of the marriage variable.

Key Words: Emotional intelligence levels, marriage adjustment, married women, family counseling center

¹ Bu makale "Evli Kadınlarda Duygusal Zekâ ve Evlilik Uyumu İlişkisi Aile Danışmanlığı Merkezi Örneği" başlıklı tezden üretilmiştir.

² Psikolog, Çukurova Aile Danışma Merkezi, Adana-Türkiye, ozgenhalil@gmail.com, orcid.org/0000-0002-1567-3094

³ Prof. Dr., Çağ Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Mersin-Türkiye, muratkoc@cag.edu.tr, orcid.org/0000-0002-3848-3111

⁴ Öğr. Gör. Dr., Çağ Üniversitesi, Meslek Yüksekokulu, Mersin-Türkiye, yoncabir@cag.edu.tr, orcid.org/0000-0002-4997-4010

Giriş

Kişiler arası iletişimlerin çok yoğun yaşandığı toplumsal bir kurum olarak ifade edilebilen evlilik, ailenin temeli olarak kabul edilmektedir. Toplumun temel taşı olan aile kurumunun sağlıklı olması toplumun sağlığı için de önemlidir. Aile içindeki eşlerin birbirleriyle olan ilişkisi ve uyumu toplumda yaşayan bireylerin ilişki ve uyumunun bir örneğidir. Dolayısıyla eşler arasında uyum sağlıklı bir evlilik için önemlidir. Evliliği ilgilendiren konularda karşılıklı iletişim kuran, fikir ortaklığı içinde sorunlarını olumlu biçimde çözebilen çiftlerin evlilikte uyumlu oldukları düşünülmektedir. Bu anlamda hayatlarını bir araya getiren çiftlerin evlilikte mutlu olma durumunun ilişki kurma yetenekleri ile ilgili olduğu söylenebilmektedir.

Evli bireyler arasında duygusal paylaşımların eksik olması, problemlerin çözümünde empatiden uzaklaşılması, huzursuzluğun artmasına, iletişim sorunlarına ve çatışmanın meydana gelmesine neden olmaktadır. Tüm bunlar evlilikte uyumu bozan etkenlerdir. Bu açıdan kişiler arası iletişimlerin kalitesi evlilik kurumu için de önemlidir. Evlilikte meydana gelen sorunların farkında olunması ve çözülmesi önemli bir ilişki kurma becerisidir. Etkili sorun çözme yöntemleri kullanan çiftlerin daha anlamlı, mutlu ve uyumlu çiftler olduğu görülmektedir (Erbek vd., 2005). Evlilikte çiftlerin zayıf ve güçlü taraflarını tanınması, duygu ve davranışlarını kontrol altına alabilmesi, eşlerinin duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışması gerekmektedir. Bireyin yaşamda karşılaştığı problemleri çözme adına kendisinin ve başkalarının duygularını anlaması ve diğerleriyle iletişim kurması yeteneği olarak ifade edilen duygusal zekâ, iletişim ve çatışmanın yoğun olduğu evliliklerde uyum için işe yarayacak bir kişisel özelliktir.

Çiftlerin eğitim seviyelerinin yükselmesi ve iş hayatında kadınların artışı evlenme yaşını ve oranını düşürürken günümüz yaşam alışkanlıklarının insanları bireysel yaşama yönlendirmesi, kadınların hak arayışlarının ön plana çıkması ve boşanmanın hukuken kolaylaştırılması ile birlikte boşanma ile ilgili olumsuz toplumsal algının değişimi boşanma oranlarının artmasına sebep olabilir sebeplerdir (Binay, 2018). Bu durum evlilik kurumunun korunması adına yapılan araştırmaların önemini ortaya çıkarmaktadır. Evlilikte çiftlerin duygusal zekâ düzeyleri arttıkça birbirlerini dinlemesi ve anlaması, birbirlerine saygı göstermesi, değer vermesi ve mutlu olma olasılıkları da artmaktadır (Gottman ve Silver, 2017).

Bu açıdan duygusal zekânın evliliği olumlu yönde etkilediği düşünülebilir. Duygusal zekânın yetersiz olduğu durumlarda ise evlilik ilişkilerinde uyum sorunları meydana gelmektedir (Gottman, 1994). Duygusal zekâsı yüksek bireylerin diğer insanlarla iletişim kurma ve yürütme konusundaki başarısı düşünüldüğünde, evli çiftlerin boşanma ihtimalini azaltmada duygusal zekanın işe yarayacağı söylenebilir. Başkalarının duygularını farkedebilmek ya da başka bir deyişle empati kurabilmek, duygusal zekanın vazgeçilemez özelliklerinden biridir (Tuğrul, 1999). Duygusal zekâsı yüksek kişiler diğerlerinin ihtiyacı olan şeyi ve ne istediklerini gösteren sinyallere karşı daha duyarlıdırlar. Bu kapsamda, evlilikte uyum sorunlarının çözümü ile ilişkili bir kavram olan duygusal zekânın sağlıklı evliliklerin gelişimine katkı sağlayacağı düşüncesinden hareketle, bu çalışmada evli kadınların duygusal zekâ düzeylerinin (iyi oluş, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik) evlilik uyumları üzerindeki etkisinin araştırılması amaçlanmıştır; duygusal zekânın önemi ortaya konulmaya çalışılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bilgilerin, özellikle iş-yaşam dengesinde evlilikte uyum sorunlarını önleyen ya da azaltan müdahalelere duyulan gereksinim dolayısıyla hem alan yazına hem de uygulayıcılara fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Duygusal Zekâ

Alan yazında çeşitli tanımları bulunan ve çok sayıda modeli geliştirilen duygusal zekânın, yetenek içerikli ya da yetenek ile kişiliklerin karışımından (karma) oluştuğu söylenebilir (Çakar ve Arbak, 2004). Duygusal zekâyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında; duygusal zekâ kavramının “yetenek” ve “karma” olarak iki farklı modelde incelendiği görülmektedir (Baltaş, 2011).

Mayer ve Salovey ile geliştirilmiş olan yetenek modeli duyguları anlayabilme, anlamlandırabilme, yönetebilme ve uyum sağlama şeklinde dört bölümde incelenmiştir (Petrides ve Furnham, 2001). Bu modele göre duygusal zekâ, beyindeki duygu içerikli bilgilerin işleme becerisini ortaya koyan zekânın bir bölümüdür (Van Rooy vd., 2005). Mayer ve Salovey'e (1995) göre duygusal zekâsı yüksek olan kişiler duygularını daha doğru biçimde anlayabilecek ve duygusal zekâsı düşük olanlara göre daha iyi ruh haline sahip olabileceklerdir.

Çıkış noktaları birbirine benzer olmakla birlikte yetenek modeline karşılık, yetenek özellikleri ile iyi oluş ve kendini gerçekleştirme gibi kişisel özellikleri birlikte inceleyen karma modeli, yetenek modelinden ayıran unsurun kişilik özellikleri olduğu görülmektedir (Mayer vd., 2000). Duygusal zekâyı oluşturan kavramların bir kısmının zihinsel, bir kısmının da uyumluluk ve iyimserlik gibi davranışsal özellikleri barındıran kişilik tabanlı yeteneklerden meydana geldiğini öne süren Bar-On, karma modelinde duygusal zekâyı içsel; kişiler arası, uyumluluk; stresle baş edebilme, kişinin genel ruh hali olarak tarif edilen beş boyutta incelenmiştir (Mayer vd., 2000; Bar-On, 2005).

Duygusal zekâyı; bireyin kendisini motive ederek, kendisine ve başkasına ait duyguları tanıma, ilişkilerinde bu duyguları yönetebilme becerisi olarak tanımlayan Goleman (2016) ise, sadece bireyin kendi duygularıyla ilgili yeteneklerini değil başkalarının da duygularını anlama konusundaki yetenekleri dahil eden kişisel ve sosyal boyutu olan karma bir model geliştirmiş; bu duygusal zekâ modelini kişisel (öz bilinç; duyguları yönetme; motivasyon) ve sosyal yetenekler (empati; sosyal beceriler) olarak incelemiştir.

Evlilik Uyumu

Sabatelli (1988) evlilik uyumunu, çiftler arasındaki iletişim süreçlerinin aktif olarak kullanıldığı, çatışmaların az olduğu ve ortaya çıkan problemlerin karşılıklı anlayış ve tatmin ile çözüldüğü evlilikler; Burgess ve Cotrell (akt. Yılmazçoban, 2011) farklı kişilik özelliklerine ve farklı yaşantılara sahip olan bireylerin evlilikte mutlu olabilmek için bir diğeri ile uyum gösterme ve bütün olma süreci; Şafak-Öztürk ve Arkar (2014) ise "olumlu ilişki şemasına sahip olma, eşlerin birbirleri hakkında olumlu duygulara ve düşüncelere sahip olması, iyi iletişim kurabilme, oluşan çatışmayı çözebilme becerisi ve eşlerin zevk alarak birlikte etkinlikler yapabilmesi" şeklinde ifade etmişlerdir. Mutluluğu yakalamak ve beklentileri gerçekleştirerek doyuma ulaşmak adına birbirleriyle iletişim kurabilen, evlilik ve ailevi konularda ortak fikirlere sahip olan, ortaya çıkan sorunları pozitif bir biçimde çözebilen çiftlerin evlilikleri uyumlu olarak değerlendirilebilmektedir (Erbek vd., 2005).

Hipotezler

Bu araştırma sonuçlarından hareketle geliştirilen hipotez;

H1: Evli kadınların iyi oluş, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik düzeylerinin evlilik uyumları üzerinde pozitif etkisi vardır.

Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışma, evli kadınların duygusal zekâ düzeylerinin (bağımsız değişkenler) evlilik uyumu (bağımlı değişken) üzerindeki etkisini ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilmiş olması dolayısıyla nedensel tarama araştırmasıdır. Nedensel tarama araştırması, "bir veya birden fazla bağımlı değişken üzerinde etkili olan bağımsız değişken veya değişkenlerin tespit edilmeye çalışıldığı tarama araştırmalarıdır" (Gürbüz ve Şahin, 2017:108).

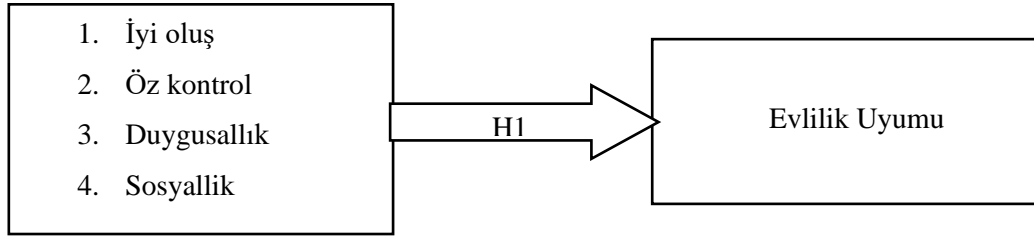
Veri toplama aracı olarak anket tekniğinden yararlanılan bu çalışmada, veriler SPSS istatistik paket programı aracılığıyla analiz edilmiş; bu kapsamda ölçekler maddelerine ilişkin güvenilirlik analizi; demografik özellikler ile ilgili bilgilerin elde edilmesinde frekans ve yüzde

dağılımları; hipotezlerin test edilmesinde ise korelasyon ve çoklu regresyon analizleri uygulanmıştır.

Bu çalışmada ölçeklere ilişkin uygulanan güvenilirlik analizi sonuçlarına göre hesaplanan Cronbach's Alpha değerleri, evlilik uyumu için .85; duygusal zekâ düzeyleri için ise, iyi oluş düzeyi .59; öz kontrol düzeyi .56; duygusallık .54 ve sosyallik düzeyi .51 olarak elde edilmiştir. Özdamar (2004) Cronbach's Alpha değerinin >.50 ise ölçeğin güvenilirliğinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu belirtmiştir. Bu doğrultuda çalışmada kullanılan ölçme araçları güvenilir olarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma saha araştırması şeklinde, nicel araştırma deseni çerçevesinde gerçekleştirilmiş olup, kuramsal bilgiler ve daha önce yapılan görgül çalışmalar ışığında tasarlanan araştırma modeli Şekil 1'de gösterilmiştir.



Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Adana'da faaliyet gösteren özel Aile Danışmanlığı merkezine başvuran kişiler 658 evli kadın oluşturmaktadır. Örneklemi ise 2019 Mart ile haziran ayları arasında 3 aylık sürede danışmanlık merkezine başvuran 658 kadından gönüllü olarak araştırmaya katılmayı kabul eden 432 kadın oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, katılımcıların duygusal zekâ düzeylerini belirlemek amacıyla Petrides ve Furnham (2001) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Deniz, Özer ve Işık (2013) tarafından gerçekleştirilen duygusal zekâ özelliği ölçeğinin 20 maddelik kısa formu; evlilik uyumunun belirlenmesinde Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tutarel-Kışlak (1999) tarafından yapılan Evlilik Uyum Ölçeği; demografik bilgilerin elde edilmesinde ise araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Soru Formu kullanılmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların duygusal zekâ düzeyleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkilerin tespit edilmesi amacıyla uygulanan korelasyon analizi sonuçlarına göre (Tablo 1); evlilik uyumu ile duygusal zekâ düzeylerinden iyi oluş ($r=.47$; $p<.001$) ve öz kontrol ($r=.38,4$; $p<.001$) düzeyleri arasında pozitif yönlü orta düzeyde; duygusallık ($r=.26,8$; $p<.001$) ve sosyallik ($r=.19,7$; $p<.001$) düzeyleri arasında pozitif yönlü zayıf istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Gürbüz ve Şahin (2017:260) korelasyon katsayısının "0-0.3 arasındaki değerlerde ilişkinin zayıf; 0.3-0.7 arasındaki değerlerde ise ilişkinin orta olduğunu belirtmişlerdir.

Tablo 1: Değişkenler Arasındaki Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	1	2	3	4	5
Evlilik Uyumu	1.00				
İyi Oluş Düzeyi	.47***	1.00			
Öz Kontrol Düzeyi	.38,4***	.36,4***	1.00		
Duygusallık Düzeyi	.26,8***	.17,8***	.73,6***	1.00	

Sosyallik Düzeyi	.19,7***	.25,7***	.25,7***	.20,3***	1.00
------------------	----------	----------	----------	----------	------

*p<.05; **p<.01; ***p<.001

Tespit edilen anlamlı ilişkiler sonrasında duygusal zekâ düzeylerinin evlilik uyumu üzerindeki etkisi çoklu regresyon analiziyle incelenmiştir (Tablo 2). Çoklu regresyon analizi sonuçları istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(4,427)=45,010$; $p<.001$). Bu sonuç evlilik uyumundaki %29 oranındaki varyansın iyi oluş, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik düzeyi tarafından açıklandığını göstermektedir. Ancak tablodaki standartlaştırılmış beta katsayıları (β) incelendiğinde, tüm bağımsız değişkenler regresyon modeline sokulduğu zaman evlilik uyumunu açıklamada iyi oluş ($\beta=.36$, $p<.001$), öz kontrol ($\beta=.22$, $p<.001$) ve duygusallık ($\beta=.12$, $p<.001$) düzeylerinin anlamlı katkısı olduğu tespit edilmiş; iyi oluş düzeyinin evlilik uyumunu açıklayan en önemli değişken olduğu tespit edilmiştir. Sosyallik düzeyinin ise evlilik uyumu üzerinde anlamlı katkısı olmadığı bulunmuştur ($p=.68$; $p>.05$).

Tablo 2: Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları (n=432)

Değişkenler	B	S.H.	β
İyi oluş	.86	.11	.36***
Öz kontrol	.45	.09	.22***
Duygusallık	.43	.12	.16***
Sosyallik	.04	.10	.02
Sabit	2.75	3.05	

$R^2=0.29$; Düz. $R^2=0.29$; $F(4,427)=45,010$,
*p<.05, **p<.01,
***p<.001

Analiz bulguları doğrultusunda regresyon eşitliği ise; evlilik uyumu= $2.75 + 0.86$ iyi oluş + 0.45 öz kontrol+ 0.43 duygusallık şeklindedir.

SONUÇ ve TARTIŞMA

Bu araştırmada evli kadınların duygusal zekâ düzeylerinin evlilik uyumları üzerindeki etkisi örnekleme alınan 432 katılımcının yüzde dağılımları incelendiğinde; çoğunluğu lisans eğitimini tamamlamış (%40,0), 1 yıldan az flört eden (%44,7), 17-24 yaşları arasında evlilik yapan (%45,8), 2 çocuk sahibi (%38,4), evlilik süresi 5 yıldan az (%31,9) ve çalışan kadınlardan (%63,4) oluşmaktadır.

Alan yazında evlilik uyumu ve duygusal zekâ düzeyleri ile ilgili yapılan araştırma bulguları bu iki değişken arasında pozitif yönlü ilişkiler olduğunu göstermektedir (Sığbatullah, 2018; Üncü, 2007; Baba, 2010; Akdur ve Aslan, 2017). Toplumların önemli değer kavramlarından biri de aile kurumunun sağlıklı olmasıdır. Evli çiftler ömür boyu mutluluk amacıyla evlilik kurumu içerisinde hayatlarını birleştirmektedir. Bununla birlikte bazı zamanlarda bireylerin evlilikten beklentileri karşılanamayabilir ve çiftler arasındaki evlilik uyumu azalabilir. Böyle zamanlarda evlilik kurumu varlığını sürdürmekte zorlanabilir (Acat, 2012). Bu kapsamda iş yaşamı dahil pek çok yaşama dair sosyal boyut negatif yönlü olarak bu uyumsuzluktan etkilenebilir.

Kişiler arası ilişkilerde duygusal zekânın önemli olduğuna dair görüşler oldukça yaygındır. Evlilikler gibi yakın ilişkilerde bireylerin duygularını düzenleyebilmeleri ve kontrol altına almaları konusunda duygusal zekânın önemli olduğu ve evlilik uyumunu etkilediği ifade edilmektedir (Akdur ve Aslan, 2017).

Araştırmanın genel amacı doğrultusundaki sonuçlara göre, evli kadınların duygusal zekâ (iyi oluş, öz kontrol, duygusallık, sosyallik) düzeyleri ile evlilik uyumları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Bu doğrultuda, evli kadınların duygusal zekâ düzeylerinin yüksek olmasının evliliklerindeki uyumu arttıracığı söylenebilir. Duygusal zekâ düzeyleri yüksek olan kadınların evlilik uyumlarının da yüksek olması bulgusu alan yazın ile tutarlıdır.

İlgili çalışmalara bakıldığında bu çalışmanın bulgularına benzer sonuçlar görülmektedir (Sığbatullah, 2008; Akdur ve Aslan, 2017; Üncü, 2007). Duygusal zekâ insanların diğer insanlarla birlikte yaşama ve uyum davranışlarını belirleyen en önemli kişisel özelliktir. Bir bireyin duygularını yönetebilme becerisi ve kendi duygularının farkında olması aynı şekilde diğer insanları da anlaması ve onların duygularının farkında olması için işine yarayacak bir yetenek olduğu için, bu yetenek evlilikte çiftlerin birlikte yaşama sürecini sağlıklı yürütebilmeleri için çok işe yarayan bir yetenek olarak karşımıza çıkmaktadır.

Çoklu regresyon analizi bulgularından hareketle; evlilik uyumu artışına neden olan değişkenler iyi oluş, öz kontrol ve duygusallık düzeyleri olarak bulunmuş ve bu artışta en önemli etkinin ise iyi oluş düzeylerinden kaynaklandığı; sosyallik düzeyinin ise evlilik uyumundaki artışta etkisi olmadığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Bu doğrultuda, iyi oluş, öz kontrol ve duygusallık düzeyleri evlilik uyumunu desteklerken, sosyallik düzeyinin evlilik uyumuyla bir ilişkisi bulunamamıştır. Farklı araştırmalarda evlilik uyumunun ekonomik koşullardan etkilenme durumu Tüfekçi Hoşgör (2013), evlilik yaşının evlilik uyumunu etkileme durumu (Güçlü-Ergin, 2008; Kalmijn ve ark., 2004; Santrock, 2014), çocuk sayısının evlilik uyumunu etkileme durumu (Şener ve Terzioğlu, 2002; Twenge ve ark., 2003; Ödemiş, 2008; Aktaş, 2009; Kublay, 2013; Şendil ve Korkut, 2008), gibi konular incelenmiş ancak çiftlerin sosyallik özellikleri ile evlilik uyumlarının karşılaştırıldığı araştırmalara rastlanılmamıştır. Bu anlamda araştırma sonucunda çiftlerden biri ya da her ikisinin sosyallik özelliklerinin evlilik uyumunu etkilemediği bulgusunu yorumlayacak yeterli araştırmaya ulaşılamamıştır. Bu araştırmanın sonucuna göre çiftlerin sosyallik becerileri evlilik uyumlarını etkilememektedir.

Evli kadınların kendilerini ve eşlerini anlaması, eşleriyle empatik iletişim kurabilmesi, sorunları çözme becerisi, sağlıklı ve mutlu evlilikler ve kaliteli bir yaşam dengesi için önemlidir. Evli kadınların eşleriyle etkili ve açık iletişim kurabilmesi evlilik başarısını ve eğer çalışma hayatında iseler performanslarını da olumlu yönde etkilemektedir.

Aile danışmanlığı merkezlerine başvuran çiftlerde karşılaşılan sorunların içerisinde eşler arasındaki iletişim ve iletişimsizlikten meydana gelen sorunlar önemlidir. Gotman ve Silver'e (2017) göre, evlilikte çiftler arasında duygusal zekânın yeterli düzeyde olmaması ilişkide problemlerin çıkmasına neden olabilmektedir. Bu açıdan duygusal zekâ kavramının evlilik uyumu için önemli olduğunu söylemek mümkündür.

Ailenin önemli bir bireyi olan evli kadınların duygusal zekâ düzeyleri ve evlilik uyumları ile ilgili değişkenleri ortaya koyan bu çalışmanın aile danışmanlığı süreçlerine katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Bu araştırma sonuçları aile danışmanları ve psikologlar tarafından dikkate alınarak aile danışmanlığı seanslarında evli çiftlere iletişim kurma ve problem çözme becerileri kazandırmak suretiyle onların duygusal zekâ düzeylerini artırıcı çalışmalar yapılabilir. Bu sayede aile içi geçimsizliklerin ve boşanmaların arttığı toplumda çiftler arasında duygusal zekâ geliştirilebilir ve boşanmak üzere olan çiftlerin evliliklerinin sağlıklı ve uyumlu hale getirilmesi sağlanabilir. Ayrıca evlilik öncesi çiftlere iletişim kurma ve problem çözme konularında evlilik uyumunun artırılmasına yönelik eğitimler verilebilir. Bu eğitimler T.C. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, sivil toplum kuruluşları, belediyeler, halk eğitim merkezleri ve üniversiteler aracılığıyla verilebilir.

Belli bir zaman diliminde gerçekleştirilmiş kesitsel nitelikte olan bu çalışmada elde edilen bulguların; gelecekteki boylamsal çalışmalar ile daha güçlü hale gelebileceği; ayrıca araştırmacılar tarafından duygusal zekâ ve evlilik uyumuna etki eden başka değişkenlerin incelenmesi ile de alan yazına yeni bilgiler kazandırılabilmesi ve özellikle iş-yaşam dengesinde önemli bir etkisi olduğu bilinen evlilik değişkeni ile ilgili olarak kadın çalışanlar bağlamında verimliliklerini artırıcı yeni bir bakış açısı geliştirilmesine katkı sunabileceği değerlendirilmektedir.

Kaynakça

- Akdur, S. & Aslan, B. (2017). Duygusal zekâ ile ilişki doyumu arasında duygu düzenleme güçlüğü ve romantik kıskançlığın aracı rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi (NPD)*, 5(9), 71-88.
- Baba, E. (2010). *Evli çiftlerin duygusal zekâ düzeyleri ile evlilik uyumlarının karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Baltaş, Z. (2011). *İnsanın dünyasını aydınlatan ve işine yansıyan ışık duygusal zekâ*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Bar-On, R. (2005). The bar-on model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 17.
- Binay, M. (2018). Türkiye'de boşanma nedenlerinin analizi ve alternatif uyuşmazlık yöntemleri. *Ombudsman Akademik*, 5(9), 237-267.
- Çakar, U. & Arbak Y. (2004). Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu-zekâ ilişkisi ve duygusal zekâ. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 23-48.
- Deniz, M. E., Özer, E. & Işık, E. (2013). Trait emotional intelligence questionnaire- short form: validity and reliability studies. *Education and Science*, 38(169), 407-419.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. & Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*; 18(1), 39-47.
- Goleman, D. (2016). *Duygusal zekâ neden IQ'dan daha önemlidir?* (B. S. Yüksel, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gottman, J. & Silver, N. (2017). *Evliliği sürdürmenin yedi ilkesi* (E. Deniz, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gottman, J. & Silver, N. (2017). *Evliliği sürdürmenin yedi ilkesi* (E. Deniz, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gottman, J. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Gürbüz, S. & Şahin, F. (2017). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Güçlü Ergin, N. (2008). *Evli ve Boşanmış Kişilerin Evlilik Uyumu ve Cinsiyetçilik Açısından Karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kalmijn, M., De Graaf, P. M., Poortman, A.R. (2004). Interactions Between Cultural And Economic Determinants Of Divorce In The Netherlands. *Journal of Marriage and Family*, 66, 75-89.
- Sanrock, J, W, (2014). Yaşam Boyu Gelişim. Yüksel, G. (Ed.) Yaşamboyu Gelişim içinde (s. 444-471). Ankara: Nobel Akademi.
- Şener, A., Terzioğlu, R. G. (2002). *Ailede eşler arasında uyuma etki eden faktörlerin araştırılması*, Ankara, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu.
- Tüfekçi Hoşgör, E. (2013), *Evli Çiftlerin Öfke İfade Tarzları ile Evlilik Uyumunun İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi (Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü), İzmir, Türkiye.
- Twenge, J., M., Campbell, W., K., Foster, C., A. (2003). Parenthood And Marital Satisfaction: A Meta Analytic Review. *Journal of Marriage And Family*, 65(3),574-83.
- Ödemiş, H, 2008. *İlköğretim öğretmenlerinin iş tatminleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aktaş, S. (2009). *Eşlerden Birinin Kaygı Düzeyi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kublay, D. (2013). *Evlilik Uyumu: Değer Tercihleri ve Öznel Mutluluk Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Şendil, G., Korkut, Y. (2008). Evli Çiftlerdeki Çift Uyumu ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi, *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.
- Locke, J. H., & Wallace, K. M. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests. Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21(3), 251-255.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*, 4, 197-208.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2000). Models of emotional intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence*. Cambridge, England: Cambridge University Press. 396-420.
- Özdamar, K. (2004). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi (Çok değişkenli analizler)*, Eskişehir: Kaan Kitapevi, 33.
- Petrides, K.V. & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448.
- Sabatelli, R, M., (1988). Measurement issues in marital research: A review and critique of contemporary survey instruments. *Journal of Marriage and The Family*, 50, 891-915.

- Sığbatulah, Y. (2018). *Okul öncesi dönemde çocuğu olan evli bireylerin duygusal zekâ düzeylerinin ve problem çözme becerilerinin evlilik uyumu ile ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Şafak-Öztürk, C., & Arkar, H. (2014). Evli çiftlerde evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler. *Literatür Sempozyum*, 1(3), 16-24.
- Tuğrul, C. (1999). Duygusal Zekâ, *Klinik Psikiyatri*, 1, 12-20.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1999) Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *3P Dergisi*, 7(1), 50-57.
- Üncü, S. (2007). *Duygusal zekâ ve evlilik doyumu ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Van Rooy, D. L., Alonso, A., & Viswesvaran, C. (2005). Group differences in emotional intelligence scores: Theoretical and practical implications. *Personality and Individual Differences*, 38(3), 689-700.
- Yılmazçoban, M. (2011). Evlilikte çiftleri etkileyen unsurlar ve arkadaşlık ilkeleri. *Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1, 178-95.

The Effect of Emotional Intelligence Levels of Married Women on Marriage Adjustment¹

Halil ÖZGEN² Murat KOÇ³ Yonca BİR⁴

Cited:

Özgen, H., Koç, M. & Bir Y. (2022). The effect of emotional intelligence levels of married women on marriage adjustment. *Journal of Interdisciplinary Educational Research*, 6(13), 376-383, DOI: 10.57135/jier.1199779

Abstract

In this study, it was aimed to investigate the relationship between the emotional intelligence levels of married women and their marital adjustment and to examine the emotional intelligence levels that are effective on marital adjustment. The research was carried out with 432 married women who applied to private family counseling centers in Adana, Ankara, Antalya, Izmir, Istanbul and Kocaeli. According to the results of the research, there was a moderate positive correlation between marital adjustment, well-being, and self-control; positive and weak statistically significant relationships were found between emotionality and sociability levels; well-being, self-control and emotionality levels have significant and positive effects on marital adjustment; It was observed that the most important effect on the increase in marital adjustment was due to the level of well-being. It was found that the level of sociability, one of the emotional intelligence levels, did not have a significant effect on marital adjustment. It is evaluated that the results obtained from this study in the social sense will contribute to the family, which is the building block of the society, and to the family counseling processes, and that marital adjustment, which is known to have an important effect on the work-life balance, will contribute to the development of a new perspective that will increase the productivity of female employees in the context of the marriage variable.

Key Words: Emotional intelligence levels, marriage adjustment, married women, family counseling center

INTRODUCTION

Marriage, which can be expressed as a social institution where interpersonal communication is experienced very intensely, is accepted as the basis of the family. The health of the family institution, which is the cornerstone of the society, is also important for the health of the society. The relationship and harmony of spouses in the family with each other is an example of the relationship and harmony of individuals living in society. Therefore, harmony between spouses is important for a healthy marriage. It is thought that couples who communicate with each other on matters related to marriage and can solve their problems in a positive way in consensus are compatible in marriage. In this sense, it can be said that the happiness of the couples who bring their lives together is related to their ability to establish relationships.

Lack of emotional sharing among married individuals, avoiding empathy in solving problems, increase uneasiness, communication problems and conflict. All these are factors that disrupt harmony in marriage. In this respect, the quality of interpersonal communication is also important for the institution of marriage. Being aware of and resolving the problems that occur

¹This study was created by making use of the thesis named "The relationship between emotional intelligence and marital adjustments of married women family counseling center example"

² Psychology, Çukurova Family Counseling Center, Adana-Türkiye, ozgenhalil@gmail.com orcid.org/ 0000-0002-1567-3094

³ Prof. Dr., Çağ University, Economics and Administrative Sciences, Mersin-Türkiye, muratkoc@cag.edu.tr, orcid.org/0000-0002-3848-3111

⁴ Phd, Lecturer, Çağ University, Vocational School, Mersin-Türkiye, yoncabir@cag.edu.tr, orcid.org/ 0000-0002-4997-4010

in marriage is an important relationship building skill. It is seen that couples who use effective problem-solving methods are more meaningful, happy and harmonious couples (Erbek et al., 2005). In marriage, couples should know their weak and strong sides, be able to control their emotions and behaviors, and try to understand the feelings and thoughts of their spouses. Emotional intelligence, which is expressed as the ability of an individual to understand his own and others' feelings and communicate with others to solve the problems he encounters in life, is a personal feature that will work for harmony in marriages where communication and conflict are intense.

While the increase in the education level of couples and the increase in women in business life decrease the age and rate of marriage, today's living habits lead people to individual life, women's pursuit of rights and the legal facilitation of divorce, and the change in negative social perception about divorce may cause an increase in divorce rates (Binay, 2018). This situation reveals the importance of research on the protection of the institution of marriage. As the emotional intelligence levels of couples increase in marriage, they are more likely to listen and understand each other, to respect and value each other, and to be happy (Gottman & Silver, 2017).

In this respect, it can be thought that emotional intelligence affects marriage positively. In cases where emotional intelligence is insufficient, adjustment problems occur in marital relations (Gottman, 1994). Considering the success of individuals with high emotional intelligence in communicating and managing with other people, it can be said that emotional intelligence will work in reducing the possibility of divorce for married couples. Being able to notice the emotions of others, or in other words, to be able to empathize is one of the indispensable features of emotional intelligence (Tuğrul, 1999). People with high emotional intelligence are more sensitive to signals that indicate what others need and want. In this context, considering that emotional intelligence, which is a concept related to the solution of marital adjustment problems, will contribute to the development of healthy marriages, this study aimed to investigate the effect of married women's emotional intelligence levels (well-being, self-control, emotionality, and sociability) on marital adjustment; The importance of emotional intelligence has been tried to be revealed. It is thought that the information obtained because of the research will benefit both the literature and practitioners due to the need for interventions that prevent or reduce marital adjustment problems, especially in work-life balance.

Emotional intelligence

It can be said that emotional intelligence, which has various definitions in the literature and many models have been developed, consists of talent content or a mixture (mixed) of talent and personality (Çakar & Arbak, 2004). Considering the studies on emotional intelligence; It is seen that the concept of emotional intelligence is examined in two different models as "talent" and "mixed" (Baltaş, 2011).

The ability model developed by Mayer and Salovey has been analyzed in four parts: understanding, making sense of, managing, and adapting emotions (Petrides & Furnham, 2001). According to this model, emotional intelligence is a part of intelligence that reveals the ability to process emotional information in the brain (Van Rooy et al., 2005). According to Mayer and Salovey (1995), people with high emotional intelligence will be able to understand their emotions more accurately and have a better mood than those with low emotional intelligence.

Although the starting points are like each other, it is seen that the factor that distinguishes the mixed model, which examines the talent characteristics and personal characteristics such as well-being and self-actualization, from the talent model, is the personality characteristics (Mayer et al., 2000). Bar-On, who argues that some of the concepts that make up emotional intelligence are mental and some of them consist of personality-based abilities that include behavioral characteristics such as adaptability and optimism. interpersonal, compatibility; coping with stress has been examined in five dimensions defined as the general mood of the person (Mayer et al., 2000; Bar-On, 2005).

emotional intelligence; Goleman (2016), who defines it as an individual's ability to recognize his own and others' emotions by motivating himself, and to manage these emotions in his relationships, has developed a mixed model with a personal and social dimension that includes not only the ability of the individual to understand their own emotions, but also the emotions of others; examined this model of emotional intelligence as personal (self-awareness; managing emotions; motivation) and social abilities (empathy; social skills).

Marriage Harmony

Sabatelli (1988) marital harmony, marriages in which communication processes between couples are actively used, conflicts are less and the problems that arise are resolved with mutual understanding and satisfaction; Burgess and Cotrell (cited in Yılmazçoban, 2011), the process of adapting to one another and becoming whole in order to be happy in marriage; Şafak-Öztürk and Arkar (2014) stated that "having a positive relationship schema, spouses having positive feelings and thoughts about each other, communicating well, resolving conflicts, and being able to do activities together with pleasure". Marriages of couples who can communicate with each other to achieve happiness and fulfill expectations, have common ideas about marriage and family matters, and solve emerging problems in a positive way can be evaluated as harmonious (Erbek et al., 2005).

Hypotheses

The hypothesis developed based on the results of this research.

H1: Well-being, self-control, emotionality, and sociability levels of married women have a positive effect on their marital adjustment.

RESEARCH METHOD

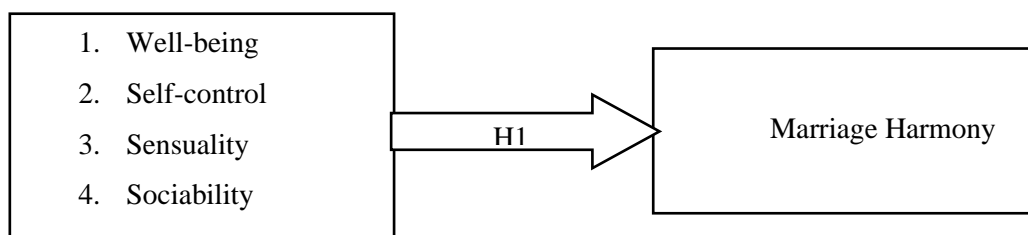
This study is a causal survey research since it was carried out to reveal the effect of emotional intelligence levels (independent variables) of married women on marital adjustment (dependent variable). Causal screening research is "screening research in which the independent variable or variables that are effective on one or more dependent variables are tried to be determined" (Gürbüz and Şahin, 2017:108).

In this study, which used the questionnaire technique as a data collection tool, the data were analyzed through the SPSS statistical package program; in this context, reliability analysis for scale items; frequency and percentage distributions in obtaining information about demographic characteristics; Correlation and multiple regression analyzes were used to test the hypotheses.

Cronbach's Alpha values calculated according to the results of the reliability analysis applied for the scales in this study were .85 for marital adjustment; for emotional intelligence levels, well-being level was .59; self-control level .56; emotionality level was .54 and sociability level was .51. Özdamar (2004) stated that if the Cronbach's Alpha value is $>.50$, the reliability of the scale is at an acceptable level. In this direction, the measurement tools used in the study were accepted as reliable.

Model Of the Research

This study was carried out in the form of field research, within the framework of quantitative research design, and the research model designed in the light of theoretical information and previous empirical studies is shown in Figure 1.



Universe and Sample

The population of the research consists of 658 married women who applied to the private Family Counseling Center operating in Adana. The sample consists of 432 women who voluntarily agreed to participate in the research out of 658 women who applied to the counseling center in a 3-month period between March and June 2019.

Data Collection Tools

In the study, the 20-item short form of the emotional intelligence feature scale developed by Petrides and Furnham (2001) and the Turkish validity and reliability study carried out by Deniz, Özer and Işık (2013) in order to determine the emotional intelligence levels of the participants; Marriage Adjustment Scale, which was developed by Locke and Wallace (1959) and whose Turkish validity and reliability study was conducted by Tutarel-Kışlak (1999), in determining marital adjustment; Demographic Questionnaire prepared by the researcher was used to obtain demographic information.

RESULTS

According to the results of the correlation analysis applied to determine the relationships between the emotional intelligence levels of the participants and their marital adjustment (Table 1); between marital adjustment and emotional intelligence levels, well-being ($r=.47$; $p<.001$) and self-control ($r=.384$; $p<.001$) levels were moderately positive; There were weak positive and statistically significant relationships between emotionality ($r=.268$; $p<.001$) and sociability ($r=.197$; $p<.001$) levels. Gürbüz and Şahin (2017: 260) found that the correlation coefficient was “weak in values between 0-0.3; In the values between 0.3-0.7, they stated that the relationship was moderate.

Tablo 1: Değişkenler Arasındaki Korelasyon Katsayıları

Variables	1	2	3	4	5
Marriage Harmony	1.00				
Well-Being Level	.47***	1.00			
Self-Control Level	.384***	.364***	1.00		
Emotional Level	.268***	.178***	.736***	1.00	
Sociability Level	.197***	.257***	.257***	.203***	1.00

* $p<.05$; ** $p<.01$; *** $p<.001$

After the significant relationships detected, the effect of emotional intelligence levels on marital adjustment was examined by multiple regression analysis (Table 2). Multiple regression analysis results were statistically significant ($F(4.427)=45.010$; $p<.001$). This result shows that the 29% variance in marital adjustment is explained by the level of well-being, self-control, emotionality, and sociability. However, when the standardized beta coefficients (β) in the table are examined, when all independent variables are included in the regression model, well-being ($\beta=.36$; $p<.001$), self-control ($\beta=.22$, $p<.001$) and emotionality explain marital adjustment. ($\beta=.12$, $p<.001$) levels were found to have a significant contribution; It has been determined that the level of well-being is the most important variable explaining marital adjustment. It was found that the level of sociability did not significantly contribute to marital adjustment ($p=.68$; $p>.05$).

Table 2: Multiple Regression Analysis Results (n=432)

Değişkenler	B	S.H.	β
Well-being	.86	.11	.36***
Self control	.45	.09	.22***
Sensuality	.43	.12	.16***
Sociability	.04	.10	.02
Still	2.75	3.05	

R²=0.29; Düz. R²=0.29; F_(4,427)=45,010, *p<.05, **p<.01, ***p<.001

In line with the analysis findings, the regression equation is; marital adjustment= 2.75 + 0.86 well-being + 0.45 self-control + 0.43 emotionality.

CONCLUSION and DISCUSSION

In this study, when the effect of the emotional intelligence levels of married women on their marital adjustment was examined, the percentage distribution of the 432 participants included in the sample; Most of them have completed undergraduate education (40.0%), have been dating for less than 1 year (44.7%), married between the ages of 17-24 (45.8%), have 2 children (38.4%), duration of marriage 5 less than one year (31.9%) and working women (63.4%).

Research findings in the literature on marital adjustment and emotional intelligence levels show that there are positive relationships between these two variables (Sığbatullah, 2018; Üncü, 2007; Baba, 2010; Akdur & Aslan, 2017). One of the important value concepts of societies is the health of the family institution. Married couples unite their lives within the institution of marriage for the purpose of lifelong happiness. However, at some times, the expectations of individuals from marriage may not be met and marital harmony between couples may decrease. In such times, the institution of marriage may find it difficult to maintain its existence (Acat, 2012). In this context, social dimensions of many lives, including business life, may be negatively affected by this incompatibility.

Opinions that emotional intelligence is important in interpersonal relationships are quite common. It is stated that emotional intelligence is important for individuals to regulate and control their emotions in close relationships such as marriages, and it affects marital adjustment (Akdur & Aslan, 2017).

According to the results in line with the general purpose of the study, there is a positive and significant relationship between the emotional intelligence (well-being, self-control, emotionality, sociability) levels of married women and their marital adjustment. In this direction, it can be said that the high emotional intelligence levels of married women will increase the harmony in their marriage. The finding that women with high emotional intelligence levels also have high marital adjustment is consistent with the literature. When the related studies are examined, results similar to the findings of this study are seen (Sığbatullah, 2008; Akdur & Aslan, 2017; Üncü, 2007). Emotional intelligence is the most important personal characteristic that determines people's living and adaptation behaviors with other people. Since the ability of an individual to manage their emotions and being aware of their own emotions is a skill that will be useful for understanding other people and being aware of their emotions, this ability is a very useful ability for couples to carry out the process of living together in a healthy way.

Based on the findings of multiple regression analysis; The variables causing the increase in marital adjustment were found to be well-being, self-control and emotionality levels, and the most important effect on this increase was the well-being levels; It has been concluded that the level of sociability has no effect on the increase in marital adjustment. In this direction, while well-being, self-control and emotionality levels support marital adjustment, sociability level has not been found to be associated with marital adjustment. In different studies, the effect of

marital adjustment by economic conditions, Tüfekçi Hoşgör (2013), the effect of age of marriage on marital adjustment (Güçlü-Ergin, 2008; Kalmijn et al., 2004; Santrock, 2014), the effect of number of children on marital adjustment (Şener and Terzioğlu, 2002; Twenge et al., 2003; Ödemiş, 2008; Aktaş, 2009; Kublay, 2013; Şendil & Korkut, 2008), but no studies were found comparing the sociability of couples and their marital adjustment. In this sense, because of the research, sufficient research could not be reached to interpret the finding that the sociability characteristics of one or both of the couples do not affect marital adjustment. According to the results of this research, the social skills of the couples do not affect their marital adjustment.

It is important for married women to understand themselves and their spouses, to be able to communicate emphatically with their spouses, to be able to solve problems, to have healthy and happy marriages and a quality life balance. The ability of married women to establish effective and open communication with their spouses positively affects their marital success and, if they are in working life, their performance.

Among the problems encountered in couples who apply to family counseling centers, the problems arising from communication and miscommunication between spouses are important. According to Gotman and Silver (2017), the lack of emotional intelligence between couples in marriage may cause problems in the relationship. In this respect, it is possible to say that the concept of emotional intelligence is important for marital adjustment.

It is thought that this study, which reveals the variables related to the emotional intelligence levels and marital adjustment of married women, who are an important member of the family, will contribute to the family counseling processes. Considering the results of this research by family counselors and psychologists, it is aimed to increase the emotional intelligence levels of married couples by providing communication and problem-solving skills in family counseling sessions. work can be done. In this way, in a society where family conflicts and divorces are increasing, emotional intelligence can be developed among couples and the marriages of couples who are about to get divorced can be made healthy and harmonious. In addition, premarital couples can be given training on communication and problem solving to increase marital adjustment. These trainings are T.C. It can be given through the Ministry of Family, Labor and Social Services, non-governmental organizations, municipalities, public education centers and universities.

The findings obtained in this cross-sectional study carried out in a certain time period; may become stronger with future longitudinal studies; In addition, it is evaluated by researchers that by examining other variables that affect emotional intelligence and marital adjustment, new information can be added to the literature and it can contribute to the development of a new perspective that increases their productivity in the context of female employees, especially regarding the variable of marriage, which is known to have an important effect on work-life balance.

References

- Akdur, S. & Aslan, B. (2017). Duygusal zekâ ile ilişki doyumu arasında duygu düzenleme gücünü ve romantik kıskançlığın aracı rolü. *Nesne Psikoloji Dergisi (NPD)*, 5(9), 71-88.
- Baba, E. (2010). *Evli çiftlerin duygusal zekâ düzeyleri ile evlilik uyumlarının karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Baltaş, Z. (2011). *İnsanın dünyasını aydınlatan ve işine yansıyan ışık duygusal zekâ*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bar-On, R. (2005). The bar-on model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 17.
- Binay, M. (2018). Türkiye’de boşanma nedenlerinin analizi ve alternatif uyumsuzluk yöntemleri. *Ombudsman Akademik*, 5(9), 237-267.
- Çakar, U. & Arbak Y. (2004). Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu-zekâ ilişkisi ve duygusal zekâ. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 23-48.
- Deniz, M. E., Özer, E. & Işık, E. (2013). Trait emotional intelligence questionnaire- short form: validity and reliability studies. *Education and Science*, 38(169), 407-419.

- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. & Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*; 18(1), 39-47.
- Goleman, D. (2016). *Duygusal zekâ neden IQ'dan daha önemlidir?* (B. S. Yüksel, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gottman, J. & Silver, N. (2017). *Evliliği sürdürmenin yedi ilkesi* (E. Deniz, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gottman, J. & Silver, N. (2017). *Evliliği sürdürmenin yedi ilkesi* (E. Deniz, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gottman, J. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Gürbüz, S. & Şahin, F. (2017). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Güçlü Ergin, N. (2008). Evli ve Boşanmış Kişilerin Evlilik Uyumu ve Cinsiyetçilik Açısından Karşılaştırılması (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kalmijn, M., De Graaf, P. M., Poortman, A.R. (2004). Interactions Between Cultural And Economic Determinants Of Divorce In The Netherlands. *Journal of Marriage and Family*, 66, 75-89.
- Santrock, J, W, (2014). Yaşam Boyu Gelişim. Yüksel, G. (Ed.) Yaşamboyu Gelişim içinde (s. 444-471). Ankara: Nobel Akademi.
- Şener, A., Terzioğlu, R. G. (2002). *Ailede eşler arasında uyuma etki eden faktörlerin araştırılması*, Ankara, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu.
- Tüfekçi Hoşgör, E. (2013), *Evli Çiftlerin Öfke İfade Tarzları ile Evlilik Uyumunun İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi (Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü), İzmir, Türkiye.
- Twenge, J., M., Campbell, W., K., Foster, C., A. (2003). Parenthood And Marital Satisfaction: A Meta Analytic Review. *Journal of Marriage And Family*, 65(3),574-83.
- Ödemiş, H, 2008. *İlköğretim öğretmenlerinin iş tatminleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aktaş, S. (2009). *Eşlerden Birinin Kaygı Düzeyi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kublay, D. (2013). *Evlilik Uyumu: Değer Tercihleri ve Öznel Mutluluk Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Şendil, G., Korkut, Y. (2008). Evli Çiftlerdeki Çift Uyumu ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi, *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.
- Locke, J. H., & Wallace, K. M. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests. Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21(3), 251-255.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*, 4, 197-208.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2000). Models of emotional intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence*. Cambridge, England: Cambridge University Press. 396-420.
- Özdamar, K. (2004). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi (Çok değişkenli analizler)*, Eskişehir: Kaan Kitapevi, 33.
- Petrides, K.V. & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448.
- Sabatelli, R. M., (1988). Measurement issues in marital research: A review and critique of contemporary survey instruments. *Journal of Marriage and The Family*, 50, 891-915.
- Sığbatulah, Y. (2018). *Okul öncesi dönemde çocuğu olan evli bireylerin duygusal zekâ düzeylerinin ve problem çözme becerilerinin evlilik uyumu ile ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Şafak-Öztürk, C., & Arkar, H. (2014). Evli çiftlerde evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler. *Literatür Sempozyum*, 1(3), 16-24.

- Tuğrul, C. (1999). Duygusal Zekâ, *Klinik Psikiyatri*, 1, 12-20.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1999) Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenirlik ve geçerlik çalışması. *3P Dergisi*, 7(1), 50-57.
- Üncü, S. (2007). *Duygusal zekâ ve evlilik doyumu ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Van Rooy, D. L., Alonso, A., & Viswesvaran, C. (2005). Group differences in emotional intelligence scores: Theoretical and practical implications. *Personality and Individual Differences*, 38(3), 689-700.
- Yılmazçoban, M. (2011). Evlilikte çiftleri etkileyen unsurlar ve arkadaşlık ilkeleri. *Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1, 178-95.