

ÇİFTLERDE SOMATİZASYON VE PSİKOLOJİK ESNEKLİĞİN EVLİLİK ÇATIŞMASI ÜZERİNDEKİ YORDAYICI ROLÜ

Meryem KARAAZİZ* Kübra YARAR** Buse KESKİNDAG***

ÖZ: Bu çalışmanın amacı, çiftlerde evlilik çatışması ve somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin yordayıcı rolünün incelenmesidir. Araştırmada ilişkiel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evreni evli çift bireylerden oluşturulmuştur. Araştırmanın örneklemi ise kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 20 yaş ve üzeri 380 evli bireyden oluşturulmuştur. Araştırmada verileri toplamak için katılımcılara Sosyo-demografik Bilgi Formu, Evlilik Çatışması Ölçeği, Somatizasyon Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma bulgusunda, evlilik çatışması düzeyleri ile somatizasyon düzeyleri arasında pozitif yönlü, psikolojik esneklik düzeyleri arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, katılımcıların somatizasyon düzeyleri arttıkça evlilik çatışması düzeyleri artarken, psikolojik esneklik düzeyleri arttıkça evlilik çatışması düzeyleri azaldığı bulunmuştur. Bununla birlikte, katılımcıların somatizasyon düzeyleri ile psikolojik esneklik düzeyleri arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu nedenle, klinisyenlerin evlilik çatışması yaşayan çiftlere psikolojik esneklik düzeylerini geliştirmeye yönelik stratejiler öğretmesinin evlilik çatışmalarını azaltabileceği düşünülmektedir. Bunun için psikolojik esneklik odaklı terapi yöntemleri kullanılabilir.

Anahtar Kelimeler: Evlilik Çatışması, Psikolojik Esneklik, Somatizasyon.

Makalenin türü: Araştırma

Jel Sınıflandırması: I1, I19

DOI: 10.54969/abuijss.1336626

Geliş tarihi: 02.08.2023/ **Kabul Tarihi:** 02.11.2023/ **Yayın Tarihi:** 03.11.2023

Etik kurul onayı: 6.12.2022 / YDÜ/SB/2022/1464

THE PREDICTIVE ROLES OF SOMATIZATION AND PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY ON MARITAL CONFLICT AMONG MARRIED COUPLES

ABSTRACT: The aim of this study was to examine the predictive role of psychological flexibility in the relationship between marital conflict and somatization levels in couples. Relational survey model was used in the study. The sample consisted of 380 married individuals aged 20 years and over. The participants recruited by convenience sampling method. Socio-demographic Information Form, Marital Conflict Scale, Somatization Scale and Psychological Flexibility Scale were implemented to collect data. Positive and significant relationships were found between marital conflict levels and somatization levels, and negative and significant relationships were found between psychological flexibility levels and marital conflict levels and somatization levels. Accordingly, it was found that as the participants' somatization levels increased, their marital conflict levels increased, while their psychological flexibility levels increased, their marital conflict levels decreased. Therefore, it is recommended that clinicians may focus on training couples to improve psychological flexibility levels which may reduce marital conflict. Therefore, psychological flexibility-oriented therapy methods can be utilised.

Key Words: *Marital Conflict, Psychological Flexibility, Somatization*

Type of article: Research

Jel Classification: I1,I19

DOI: 10.54969/abuijss.1336626

Received: 02.08.2023/ **Accepted:** 02.11.2023/ **Published:** 06.11.2023

* Doçent Dr., Yakın Doğu Üniversitesi, KKTC, meryem.karaaziz@neu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-0085-612X

** Uzm psk., Türkiye, pskkubrayarar@gmail.com, ORCID: 0009-0001-8786-1449

*** Yrd Doç. Dr. Bahçeşehir Kıbrıs Üniversitesi, KKTC, buse.keskindag@baucyprus.edu.tr ORCID: 0000-0002-0827-0561

Kaynak gösterimi için:

KARAAZİZ, M., YARAR, K. ve KESKİNDAG, B. (2023). Çiftlerde Somatizasyon ve Psikolojik Esnekliğin Evlilik Çatışması Üzerindeki Yordayıcı Rolü. Antalya Bilim Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi.3(1), 99-108.

1. GİRİŞ

Evlilik, kişiler arası ilişkilerde önemli bir rol oynamaktadır. Farklı kültürlerde birçok yönden farklılık gösteren evlilik kavramı, çeşitli akademik alanlarda uzun süredir bir çalışma konusu olmuştur. Sağlıklı bir sosyal döngü düşünüldüğünde evlilikler oldukça önemlidir. Evlilik ilişkileri, özellikle son yıllarda evlilik sorunları ve eşler arasındaki çeşitli anlaşmazlıklar sonucunda sıklıkla boşanmayla sona ermektedir. Bireylerin evlilik uyumu ve çatışma sorunları için psikolojik yardım alma oranları önemli ölçüde artarken, boşanma oranları da önemli derecede artmaktadır (Türkiye İstatistik Kurumu, 2019). Bu sebeple, yaşanan çatışma ve boşanma oranları göz önüne alındığında evliliğin araştırılması gereken bir kavram olduğu görülmektedir.

Özellikle sosyal bilimciler, evlilikte uyum, memnuniyet, mutluluk, iletişim, istikrar, çatışma ve boşanma gibi konuların insanların işlevselliğini artırmak için çok önemli olduğunu dile getirmişlerdir. Evlilik kalitesini genel olarak tanımlamak için evlilik uyumu, doyum, istikrar, bütünlük gibi kavramlar kullanılmaktadır (Erbek vd., 2005). Evliliğin, insanların mutluluğunu, genel sağlığını ve yaşamlarından memnuniyet düzeyini etkileyen sosyal bir kurum olduğu göz önüne alındığında, evliliğe ve evlilik kalitesine dair çalışmalar, yapılandırılacak olan müdahale programlarına katkı sağlamaları açısından önemlidir (Hayward ve Zhang, 2006).

İnsanların duygularını ve sorunlarını somatik olarak ifade ederken kelimelerden çok beden dilini kullanmaları somatizasyon olarak adlandırılmaktadır (Stoudemire, 1991). Somatizasyon kavramı Gözcelioğlu (2012) tarafından psikolojik sorunların fiziksel belirtilerle birlikte yaşanması ve aktarılması olarak tanımlanmaktadır. Yavuz'a (2012) göre ise somatizasyon, kişilerin yardım istemesinin ve ilişkileri yönetmenin yaygın bir yoludur. Bedenselleştirme olarak da bilinen somatizasyon kavramı, Katon vd. (1984) tarafından duygusal veya psikososyal sorunlara sahip olan kişilerde bu sorunların ilk ifadesinin bedensel/somatik semptomlar şeklinde açığa çıkması olarak tanımlanmaktadır. Yapılan çalışmalarda, duygu ifadesinin yetersiz olduğu noktada duyguyu ifade etmek için kullanılan kelimelerin az olması ve yaşanan problemlerin beden dili ile aktarımı gerçekleştiği için, görünürde hiçbir sebep yokken de somatik belirtilerin ortaya çıkabileceği bildirilmiştir (Çevik ve Berksun, 1990).

Hem bilişsel davranışçı hem de farkındalık temelli dokunuşları bünyesinde barındıran Kabul ve Kararlılık yaklaşımında psikolojik esneklik kavramı ön plana çıkmaktadır. Psikolojik esneklik kişinin hem içsel süreçlerinde hem de sosyal yaşam ve ilişkilerinde oldukça etkilidir (Yavuz, 2015). Evli çiftlerle çalışan profesyonellerin kullanabileceği psikolojik esnekliği arttırmaya yardımcı olmayı amaçlayan çeşitli terapi tekniklerini içeren birçok kaynak olmasının yanında literatürde çiftler üzerine yapılmış çok az akademik çalışma olduğu göze çarpmaktadır (Harris, 2009; McKay vd., 2013).

1.1 Araştırma Boşluğu

Yapılan çalışmalar, son dönemlerde öne çıkan kabul ve farkındalık odaklı terapilerin psikolojik esnekliği artırırken algılanan stresi azalttığını ve yaşam kalitesini iyileştirdiğini göstermiştir (Kent vd., 2019). Psikolojik sıkıntıların bedensel olarak ifade edilmesi, özellikle sıklıkla ilişkilerde çatışma yaşayan bireylerde gözlemlenmiştir. Bu nedenle bu çalışma, çiftlerde somatizasyon ve psikolojik esnekliğin evlilik çatışması düzeyini ne derece

yordandığını araştırmayı hedeflemiştir. Literatürde, evli çiftlerde psikolojik esnekliği inceleyen çalışmalar çok sınırlıdır.

1.2 Literatüre Katkı

Evli çiftlerle yapılan müdahale programlarında özellikle psikolojik esnekliğin hedeflenebilmesi ve çalışılabilmesi için, yapılan bu çalışmanın önemli olacağı düşünülmektedir. Bu nedenle, bu çalışmanın bulguları gelecekteki benzer çalışmalar ve ilgili müdahale programlarının tasarlanmasına ışık tutacaktır.

1.3 Araştırmanın Hedefi

Bu çalışmanın amacı, çiftlerde somatizasyon ve psikolojik esnekliğin evlilik çatışması düzeyi üzerindeki yordayıcı rollerinin incelenmesidir. Bununla birlikte aşağıda belirtilen sorulara cevap aranmıştır.

1. Katılımcıların sosyo-demografik değişkenlere göre evlilik çatışması ve somatizasyon düzeyleri arasında anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
2. Evlilik çatışması, somatizasyon ve psikolojik esneklik düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
3. Somatizasyon ve psikolojik esneklik düzeyleri evlilik çatışması düzeylerini yordamakta mıdır?

1.4 Kapsam ve Metodoloji

Yukarıdaki araştırma sorularını cevaplayabilmek için evli çift bireyler araştırmaya dahil edilerek örneklem oluşturulmuş ve elde edilen veriler araştırma modeline uygun olarak analiz edilmiştir. Elde edilen bulguların özellikle gelecekte tasarlanacak olan psikolojik esneklik odaklı müdahale programlarına katkıda bulunması beklenmektedir.

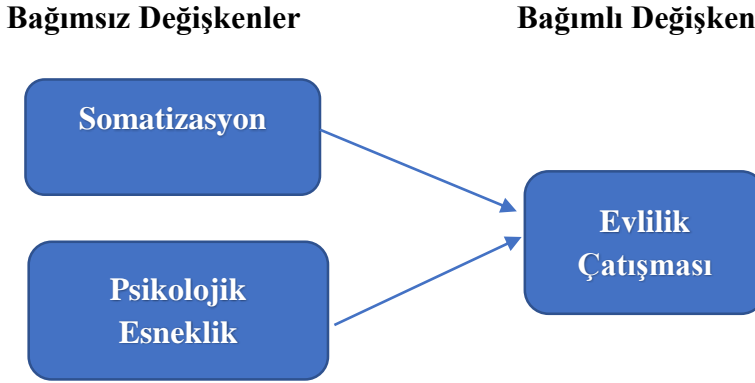
1.5 Makalenin Yapısı

Yöntem bölümünde kullanılan yaklaşım ile araştırma prosedürü detaylı açıklanmış, Bulgular bölümünde ise çalışmada elde edilen bulgular sunulmuştur. Tartışma bölümünde, çalışmada elde edilen bulgular ile benzer çalışma bulguları karşılaştırılmış ve bulguların pratikteki stratejilerin geliştirilmesindeki katkısı yorumlanmıştır.

2. YÖNTEM

2.1 Araştırma Modeli

Bu çalışmada çiftlerde evlilik çatışması ve somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin yordayıcı rolü ile ilişkisini incelemek amacıyla ilişki tarama modeli kullanılmıştır. İlişki tarama modeli iki veya daha fazla değişkenin ortak varyasyona sahip olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bir tarama modelidir (Karasar, 2011).



Şekil 1. Bağımsız ve Bağımlı Değişkenler

2.2 Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni evli çift bireylerden oluşturulmuştur. Araştırmanın örneklemini ise kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 20 yaş ve üzeri 380 evli bireyden oluşturulmuştur. Araştırmacı kolayda örnekleme yöntemini kullanarak çalışması için en yakın ve ulaşılabilir gruba ulaşmaktadır (Kılıç, 2013).

2.3 Çalışma Planı

Katılımcılar gönüllülük esasına dayalı olarak dahil edilmiştir. Araştırma verilerinin toplanmasından önce katılımcılara kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı, araştırmanın amacı ve tamamen bilimsel bir amaç çerçevesinde gerçekleştirileceği bilgisi aktarılmıştır. Araştırma verileri online anket üzerinden toplanmıştır. Anketlerin yanıtlanma süresi ortalama 20 dakika sürmüştür ve veriler yaklaşık olarak 2 (Aralık-2022 ve Ocak-2023) ayda toplanmıştır.

2.4 Veri Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizi için SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Katılımcıların Evlilik Çatışması Ölçeği, Somatizasyon Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeğinden almış oldukları puanları değerlendirmek için gerçekleştirilen veri analizinde ortalama, frekans ve standart sapma değerleri kullanılmıştır. Veri analizi gerçekleştirilmeden önce verilerin normallik varsayımı test edilmiştir. Araştırmada kullanılan evlilik çatışması, somatizasyon ve psikolojik esneklik değişkenlerinin normallik varsayımları çarpıklık ve basıklık verileriyle hesaplanmıştır. Gerçekleştirilen hesaplama sonucunda değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1.5 ve +1.5 aralığında yer aldığı belirlenmesi ile araştırma verilerinin normal dağılım gösterdiği varsayılmıştır. Elde edilen bu sonuç doğrultusunda araştırma verilerinin analizi için parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

Katılımcıların Evlilik Çatışması Ölçeği ve Somatizasyon Ölçeğinden almış oldukları puanlar sosyodemografik değişkenlere göre incelenirken ikili gruplar için bağımsız t testi, ikiden fazla olan gruplar için anova testi gerçekleştirilmiştir. Araştırmada yer alan evlilik çatışması, somatizasyon ve psikolojik esneklik değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemek için pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Somatizasyon ve psikolojik esnekliğin evlilik çatışması

üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek için ise çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

4. BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Evlilik Çatışması Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet Durumu	N	Ort.	Ss.	t	p
Evlilik Çatışması Ölçeği	Kadın	186	83,47	10,962	0,956	0,34
	Erkek	194	82,38	11,396		

Tablo 1’de yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Evlilik Çatışması Ölçeği puan ortalamalarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Bu sonuca göre, kadın ve erkek katılımcıların Evlilik Çatışması Ölçeği puan ortalamaları birbirine benzerdir.

Tablo 2. Katılımcıların Yaşlarına Göre Somatizasyon Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Yaş Durumu	N	Ort.	Ss.	Min.	Maks.	f	p	fark
Somatizasyon Ölçeği	20-29	172	5,86	6,611	0	24			
	30-39	145	4,24	4,516	0	19	3,482	0,032*	3-2
	40-49	63	5,92	6,449	0	22			

* $p<0,05$

Tablo 2’de yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Somatizasyon Ölçeği puan ortalamalarının yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($p<0,05$). Yapılan Post Hoc testi analizine göre, 40-49 yaş aralığındaki katılımcıların somatizasyon puan ortalamaları 20-29 ve 30-39 yaş aralığındaki katılımcılardan daha yüksektir.

Tablo 3. Katılımcıların Eşleri ile Yaşadıkları Çatışmaları Genellikle Kimin Başlattığına Göre Evlilik Çatışması Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Eşinizle yaşadığınız çatışmayı genellikle kimin başlattığını düşünürsünüz?	N	Ort.	Ss.	t	p
Evlilik Çatışması Ölçeği	Ben başlatırım	142	82,16	10,287	-1,044	0,297
	Eşim başlatır	238	83,36	11,685		

Tablo 3'te yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Evlilik Çatışması Ölçeği puan ortalamalarının eşi ile yaşadığı çatışmayı genellikle kimin başlattığına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Buna göre, eşi ile yaşadığı çatışmayı kendisi başlatan ve eşi başlatan katılımcıların Evlilik Çatışması Ölçeği puan ortalamaları birbirine benzerdir.

Tablo 4. Katılımcıların Evlilik Çatışması Ölçeği, Somatizasyon Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Analizi

		1	2	3
Evlilik Çatışması Ölçeği	<i>r</i>	1		
	<i>p</i>			
Somatizasyon Ölçeği	<i>r</i>	,349**	1	
	<i>p</i>	0,000		
Psikolojik Esneklik Ölçeği	<i>r</i>	-,220**	-,663**	1
	<i>p</i>	0,000	0,000	

* $p<0,05$, ** $p<0,01$

Tablo 4'te yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcıların Evlilik Çatışması Ölçeği puanları ile Somatizasyon Ölçeği ($r=0,349$; $p<0,01$) puanları arasında pozitif yönlü, Psikolojik Esneklik Ölçeği ($r=-0,220$; $p<0,01$) puanları arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir. Buna göre, katılımcıların somatizasyon puanları arttıkça evlilik çatışması puanları artarken, psikolojik esneklik puanları arttıkça evlilik çatışması puanları azalmaktadır.

Bununla birlikte, katılımcıların Somatizasyon Ölçeği puanları ile Psikolojik Esneklik Ölçeği ($r=-0,663$; $p<0,01$) puanları arasında negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Buna göre, katılımcıların psikolojik esneklik puanları arttıkça somatizasyon puanları azalmaktadır.

Tablo 5. Katılımcılarda Somatizasyon Ölçeği ve Psikolojik Esneklik Ölçeği Puanlarının Evlilik Çatışması Ölçeği Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Ait Regresyon Analizi

Değişken	B	Sh	β	t	p
(Sabit)	77,682	5,224		14,871	0,00
Somatizasyon Ölçeği	0,689	0,122	0,364	5,646	0,00**
Psikolojik Esneklik Ölçeği	0,011	0,032	0,022	0,339	0,735
R=0,350 R ² =0,122 F(2;379)=26,289					p<0,01

*p<0,05; Bağımlı Değişken: Evlilik Çatışması Ölçeği

Tablo 5'te yer alan veriler değerlendirildiğinde, katılımcılarda Somatizasyon Ölçeği ($\beta=0,364$; $p<0,01$) puanlarının Evlilik Çatışması Ölçeği puanlarını pozitif yönde yordadığı, Psikolojik Esneklik Ölçeği ($\beta=0,022$; $p>0,05$) puanlarının ise Evlilik Çatışması Ölçeği puanlarını anlamlı olarak yordamadığı görülmektedir. Her iki değişkenin de olduğu regresyon modelinin katılımcılarda evlilik çatışması değişiminin %12'sini açıkladığı görülmüştür.

5. TARTIŞMA

Araştırmanın birinci bulgusunda evlilik çatışması düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Buna göre, kadın ve erkek katılımcıların evlilik çatışması düzeyleri birbirine benzer olduğu gözlenmiştir. Ama bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde bu araştırma bulgusunu desteklemek için birkaç araştırmaya rastlanmıştır. İlk olarak, birçok araştırma evlilik çatışması düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını göstermektedir. Örneğin, bir araştırmada, kadın ve erkeklerin evlilik çatışmalarında benzer düzeylerde olduğunu ve bu farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olmadığını ortaya koymuştur (Brien vd., 2011). Benzer şekilde, başka bir araştırmada da kadın ve erkekler arasındaki evlilik çatışması düzeylerinde önemli bir farklılık tespit edilememiştir (Cano vd., 2008). Başka bir çalışmada da, kadın ve erkekler arasında evlilik çatışması düzeyleri açısından önemli bir farklılık tespit edilememiştir. Ayrıca, uyumluluk düzeyleri açısından da bir farklılık olmadığı belirtilmiştir (Badr vd., 2017). Benzer şekilde, kadın ve erkeklerin evlilik çatışması düzeyleri açısından benzer olduklarını ve farklı bir cinsiyetin daha yüksek çatışma düzeyleri ile ilişkili olmadığını göstermiştir (Mirzaee vd., 2020). Bu araştırma sonuçları, evlilik çatışmasının kadın ve erkekler arasında eşit şekilde yaygın olduğunu ve cinsiyetin evlilik çatışması düzeyleri üzerinde bir etkisinin olmadığını göstermektedir. Ancak, bu sonuçlar genelleştirilebilirlikleri konusunda bazı sınırlamaları da içermektedir ve farklı kültürlerde veya sosyoekonomik gruplarda farklı sonuçlar elde edilebilir.

Araştırma kapsamında evlilik çatışması düzeylerinin eşi ile yaşadığı çatışmayı genellikle kimin başlattığına göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Buna göre, eşi ile yaşadığı çatışmayı kendisi başlatan ve eşi başlatan katılımcıların evlilik çatışması düzeyleri birbirine benzer olduğu gözlenmiştir. Alan yazında bazı araştırmalar, çatışmaların hangi tarafından

başlatıldığına bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmaktadır. Örneğin, Bodenmann ve Shantinath (2004) tarafından yürütülen bir araştırmada, 84 İsviçreli çift arasında evlilik çatışması düzeyleri ile kimin tarafından başlatıldığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonuçları, evlilik çatışmalarının hangi tarafından başlatıldığına bağlı olarak çatışma düzeylerinin farklılaşmadığını göstermiştir. Benzer şekilde, Krokoff (1980) tarafından yürütülen bir araştırmada, 70 ABD'li çift arasında evlilik çatışması düzeyleri ile kimin tarafından başlatıldığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonuçları, evlilik çatışmalarının hangi tarafından başlatıldığına bağlı olarak çatışma düzeylerinin farklılaşmadığını göstermiştir. Bu araştırmalar, evlilik çatışmalarının genellikle tarafların kimin tarafından başlatıldığına bağlı olarak farklılaşmadığını, ancak çatışmanın kaynağına bağlı olarak değişebileceğini göstermektedir.

Yapılan çalışmada evlilik çatışması düzeyleri ile somatizasyon düzeyleri arasında pozitif yönlü, psikolojik esneklik düzeyleri arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Buna göre, katılımcıların somatizasyon düzeyleri arttıkça evlilik çatışması düzeyleri artarken, psikolojik esneklik düzeyleri arttıkça evlilik çatışması düzeyleri azaldığı gözlenmiştir. Evlilik çatışması düzeyleri ile somatizasyon düzeyleri ve psikolojik esneklik düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma bulunmaktadır. Örneğin, Özgür vd. (2015) tarafından yürütülen bir araştırmada, somatizasyon düzeyleri arttıkça evlilik çatışması düzeylerinin de arttığını, ancak psikolojik esneklik düzeyleri arttıkça evlilik çatışması düzeylerinin azaldığını göstermiştir. Benzer şekilde, Güleç vd. (2013) tarafından yürütülen bir araştırmada da somatizasyon düzeyleri yüksek olan öğrencilerin evlilik çatışması düzeylerinin de yüksek olduğunu göstermiştir. Psikolojik esneklik düzeyleri ile evlilik çatışması düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir diğer araştırma ise Kashdan ve Rottenberg (2010) tarafından yürütülmüştür. 174 evli birey arasında yapılan araştırmanın sonuçları, psikolojik esneklik düzeyleri düşük olan bireylerin evlilik çatışması düzeylerinin yüksek olduğunu, ancak psikolojik esneklik düzeyleri yüksek olan bireylerin evlilik çatışması düzeylerinin düşük olduğunu göstermiştir. Bu bulgular, evlilik çatışmalarının fiziksel belirtilere neden olabileceğini ve psikolojik esneklik düzeylerinin evlilik çatışmalarını yönetmede önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.

Ayrıca, somatizasyon düzeyleri ile psikolojik esneklik düzeyleri arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Buna göre, katılımcıların psikolojik esneklik düzeyleri arttıkça somatizasyon düzeyleri azaldığı gözlenmiştir. Somatizasyon düzeyleri ile psikolojik esneklik düzeyleri arasındaki bu negatif ilişki, birçok araştırmada bulunmuştur. Örneğin, Karancı vd. (2012) tarafından yürütülen bir araştırmada, psikolojik esneklik düzeyleri arttıkça somatizasyon düzeylerinin azaldığını, ancak psikolojik esneklik düzeyleri düşük olan öğrencilerin somatizasyon düzeylerinin yüksek olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde, Vowles vd. (2009) tarafından yürütülen bir araştırmada, kronik ağrı çeken hastaların somatizasyon düzeyleri ile psikolojik esneklik düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonuçları, psikolojik esneklik düzeyleri arttıkça somatizasyon düzeylerinin azaldığını göstermiştir.

Somatizasyon düzeylerinin evlilik çatışması düzeylerini pozitif yönde yordadığı, psikolojik esneklik düzeylerinin ise evlilik çatışması düzeylerini somatizasyon ile aynı modeldeyken anlamlı olarak yordamadığı tespit edilmiştir. Fakat modelin, katılımcılarda evlilik çatışması değişiminin %12'si açıkladığı görülmüştür. Bu araştırmanın sonucu,

somatizasyon düzeylerinin evlilik çatışmasına katkısının olduğunu ve bu iki faktör arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir. Psikolojik esneklik düzeyleri ile evlilik çatışması düzeyleri arasında anlamlı ve negatif bir ilişki tespit edilse de, regresyon modelinde psikolojik esneklik anlamlı olarak evlilik çatışmasını yordamadığı görülmüştür. Bununla birlikte, somatizasyon düzeylerinin sadece evlilik çatışması değil, aynı zamanda diğer yaşam alanlarında da (örneğin, kişilik özellikleri, yaşam stresi, ilişki memnuniyeti) etkili olabileceği göz önüne alınmalıdır. Bununla birlikte, somatik semptomlarla başa çıkma becerilerini artırmak için psikolojik esnekliğin kullanılabileceği, dolayısıyla psikolojik esnekliğin somatizasyon düzeylerini azaltarak evlilik çatışmasına dolaylı bir şekilde etki edebileceği düşünülebilir. Bu nedenle, evlilik çatışması ve somatik semptomlarla çalışırken, her iki faktörün de dikkate alınması gerekmektedir.

Çalışmada elde edilen sonuçlar, katılımcıların psikolojik esneklik düzeyleri arttıkça evlilik çatışması düzeylerinin azaldığını göstermektedir. Bu nedenle, klinisyenlerin evlilik çatışması yaşayan çiftlere psikolojik esneklik düzeylerini geliştirmeye yönelik stratejiler öğretmesinin evlilik çatışmalarını azaltabileceği düşünülmektedir. Bunun için psikolojik esneklik odaklı terapi yöntemleri kullanılabilir.

Kaynakça

- Badr, H.E., Elsherif, M., ve Al-Mallah, M.H. (2017). Gender differences in marital conflict and compatibility among newlyweds. *Journal of Family and Community Medicine*, 24(1), 8-13.
- Bodenmann, G., Ledermann, T., ve Bradbury, T. N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships*, 14(4), 551-569.
- Brien, M. J., Raisanen, J. C., Berry, J. O., & Lapsley, D. K. (2011). Gender differences in marital conflict: The Role of Relationship Context. *Sex Roles*, 64(7-8), 532-543.
- Cano, A., O'Leary, K. D., ve Vivian, D. (2008). The association between gender and marital conflict in a community sample. *Journal of Family Psychology*, 22(1), 28-37.
- Cummings, E. M., ve Davies, P. T. (2014). Çocuklar ve evlilik çatışması: Aile Tartışması ve Çözümünün Etkisi (G. Şendil, Cev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Çevik, A. (1990). Berksun O. Bir grup süreci içinde iletişim ve etkileşimin duygu belirten sözcükler açısından incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 1, 199-202.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erden, K. (2016). Kendini izleme tarzı, yakın ilişkilerde yaşanan kaygı ve algılanan eş davranışlarının evlilik doyumu üzerine etkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Folger, J. P., Poole, M. S. ve Stutman, R. K. (2013). Çatışma Yönetimi: İnsan İlişkilerinde, Gruplarda ve Örgütlerde Çatışmayı Yönetme Stratejileri (7. Bs.). (F. Akkoyun, Cev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Gözcüoğlu, P.E.A. (2012). Koroner anjigrafi uygulanan hastalarda somatizasyon ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi. Tıpta Uzmanlık Tezi. Ufuk Üniversitesi, Ankara.
- Harris, R. (2009). ACT with Love: Stop struggling, reconcile differences, and strengthen your relationship with acceptance and commitment therapy. Oakland, CA: New Harbinger.

- Hatipoğlu, Z. (1993). Kadın ve erkeklerin evlilik doyumlarında evlilik çatışmasının ve bazı demografik değişkenlerin rolü. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Hayward, M., ve Zhang, Z. (2006). Gender, the marital life course, and cardiovascular disease in late midlife. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 639-657.
- Karanci, A. N., Aker, S., ve Ağış, İ. (2012). Psychological flexibility, somatization, and subjective well-being in Turkish adults. *Journal of Happiness Studies*, 13(4), 589-599.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kashdan, T. B., ve Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865-878.
- Katon, W., Ries, R. K., ve Kleinman, A. (1984). Part II: A ospective DSM-III study of 100 consecutive somatization patients. *Comprehensive Psychiatry*, 305-314.
- Kent, W., Hochard, K. D., ve Hulbert-Williams, N. J. (2019). Perceived stress and professional quality of life in nursing staff: How important is psychological flexibility?. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 14, 11-19. doi:10.1016/j.jcbs.2019.08.004.
- McKay, M., Fanning, P., Lev, A., ve Skeen, M. (2013). *The Interpersonal Problems Workbook: ACT to End Painful Relationship Patterns*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Mirzaee, M., Khodabakhshi-Koolae, A., ve Hosseini, S. H. (2020). Gender Differences in Marital Conflict and Satisfaction in a Sample of Iranian Married Individuals. *Journal of Family and Reproductive Health*, 14(3), 151-158.
- Özgür, H., Şahin, İ., ve Buzlu, S. (2015). Evli bireylerde somatizasyon, psikolojik esneklik ve evlilik çatışması düzeyleri. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(2), 167-181.
- Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Özgüven, İ.E. (2001). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Stoudemire, A. (1991). Somatothymia, Parts I and II. *Psychosomatics*, 32:365-381.
- Toksöz, İ., ve Kolburan, Ş.G. (2018). Evli bireylerde bağlanma stilleri ve bilişsel esnekliğin ilişki doyumuna etkisi. *Aydın Toplum ve İnsan Dergisi*, 4(2), 17-34.
- Vowles, K.E., McCracken, L. M., ve Eccleston, C. (2009). Patient functioning and catastrophizing in chronic pain: the mediating effects of acceptance. *Health Psychology*, 28(2), 65-73.
- Yavuz, F.K. (2012). *Fibromyalji ve somatoform bozukluk hastalarında kişilik özelliklerinin karşılaştırılması*. Tıpta Uzmanlık Tezi. Düzce Üniversitesi, Düzce.
- Yavuz, K. F. (2015). Kabul ve kararlılık terapisi (ACT): Genel Bir Bakış. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 8(2), 21-27.