

Adaptation of the couple relationship skills inventory to Turkish¹

Nurseven Kılıç², Gökay Keldal³

²Ankara Yıldırım Beyazıt University, School of Foreign Languages, Ankara, Türkiye; ³İnönü University, Faculty of Arts and Sciences, Department of Psychology, Malatya, Türkiye.

ABSTRACT

The Couple Relationship Skills Inventory (CRSI) was developed based on the National Extension Relationship and Marriage Education Model (NERMEM) to measure the relationship skills of individuals. The goal of this study was to make the Turkish adaptation of the CRSI and to examine its psychometric properties. A total of 305 adults (101 male and 204 female) aged 18-62 years old participated in the study. The psychometric properties of the CRSI were examined using confirmatory factor analysis (CFA), internal consistency, and criterion-related validity methods. The results of the CFA indicated that the original 32-item, 9-factor form of the CRSI lost its structure in Turkish culture, but it possessed a 27-item and 8-factor structure. The internal consistency of the entire inventory was .86. In the context of criterion-related validity, positive and significant relationships were found between the CRSI and the Perceived Romantic Relationship Quality Scale. In conclusion, the CRSI can be considered a valid and reliable measurement tool for assessing relationship skills of individuals.

KEYWORDS

Couple, Relationship skills, Relationship education, Family, Inventory adaptation.

Introduction

Social developments in recent years have significant effects on the family institution. Studies conducted on divorce in particular show that divorce rates have been increasing in almost every country due to various factors (e.g. Abdel-Sater, 2022; Ali et al., 2022; Doherty et al., 2021; Kneip and Bauer, 2009; Wang and Zhou, 2010). When we look at Turkey specifically, in the graph covering the last 20 years in the 2022 data of the Turkish Statistical Institute (TSI [TÜİK]), the divorce rates in Turkey have also increased significantly. Factors that play a role in divorce worldwide include geographical region, education and income level, ethnicity, having children or not having children (Abdel-Sater, 2022), legal regulations (Kneip and Bauer, 2009), substance and alcohol use, incompatibility (Amato and Previti, 2003), domestic violence (Doherty et al., 2021), socioeconomic conditions (Sbarra and Whisman, 2022), infidelity (Amato and Previti, 2003; Previti and Amato, 2004), the presence of alternative partners in the couple's environment (South et al., 2001), the decrease in couples' commitment to each other with the changing family and social structure (Parker et al., 2022), and many other different factors.

In particular, another determining factor in the finalization of marriages or intimate relationships may be the shortcomings in couples' basic relationship skills. Aiming to create a scientific infrastructure to better understand and develop healthy couple relationships and family environments, some researchers (Futris and Adler-Baeder, 2013) have conducted extensive

¹Ethics committee approval for the study was obtained from Ankara Yıldırım Beyazıt University Social and Human Sciences Ethics Committee (09.12.2021/34).

studies by reviewing literature on 'marriage and relationship quality' for several years. As a result of these studies, they presented a 'research-based' model that derives its components from existing research. This model is called the National Extension Relationship and Marriage Education Model (NERMEM). Offering important practices for relationship and marriage education, NERMEM is used as educational content by educators and practitioners (For detailed information, see www.nermen.org).

NERMEM consists of seven basic skills. The basic components of the model are based on the strengths of all individuals and couples, with the understanding that they exhibit unique strengths, abilities and potentials in establishing and maintaining healthy relationships. The aim of this model is to direct the individual to their own resources and motivation for change, and to empower them to take responsibility for the protection and quality of the couple relationship. Developing and maintaining healthy couple relationships is a lifelong journey. Practices that support healthy couple functioning are dynamic, not static, and the relationship evolves over time as it adapts to the changing needs of the individual partners, the couple and the growing family (Futris and Adler-Baeder, 2013).

Concepts related to the model are summarized in the model Figure-1, and then detailed information is provided.



Figure 1 NERMEM: National Extension Relationship and Marriage Education Model

Note. Adapted into Turkish with the permission of the authors from the book "The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Linking research to relationship and marriage education" (2013, *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*, p.7) by T. G. Futris and F. Adler-Baeder. Copyright belongs to The University of Georgia Cooperative Extension (2013).

Self-care

Self-Care skills are based on the World Health Organization's definition of health: "Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity." (World Health Organization, 1946). The personal health and well-being of both individuals in a couple are important because the functioning of individuals has significant effects on the functioning of the couple. Therefore, caring for an intimate relationship also includes taking care of oneself. In this context, self-care is the individual's physical (e.g., eating healthy, physical activity, adequate and quality sleep), sexual, psychological/emotional (e.g.,

being positive, increasing awareness, regulating emotions), and spiritual/mental health in establishing and maintaining stable and healthy couple relationships (Wiley et al., 2013).

Choose

Thinking, feeling, and acting purposefully have significant effects on the quality and well-being of the couple relationship. In order to establish long-term and healthy relationships, couples can make conscious choices such as caring about the relationship, planning conscious activities, making time for each other and showing love and respect, and focusing on the strengths of the partner and the positive aspects of their relationship. Consistent and conscious choices to strengthen, prioritize, and protect a relationship help couples overcome the problems they face and promote healthy, stable, and satisfying relationships (Higginbotham et al., 2013).

Know

Know includes sharing details about oneself to the partner, such as sharing details about one's day and learning about one's likes/dislikes, and one's past. Know applies to both singles who are beginning the process of getting to know potential dating partners and couples who are trying to learn more about each other over the months and years in order to maintain a healthy relationship. The concept also includes the willingness and ability of a person to learn about oneself and to share this knowledge with their partner (Olsen et al., 2013).

Share

Share emphasizes what couples can do 'together' to enhance their well-being, rather than individual efforts. This dimension emphasizes that the essence of being a couple is sharing their lives and developing a close and lasting friendship. While romance or passion may increase or decrease at different times in a relationship, friendship serves as a lasting and stable anchor for the couple over time. Share involves at least three critical elements that enable a couple to develop and maintain a close and positive friendship and identity. These are: (1) spending 'meaningful' time together that builds the relationship, (2) developing a sense of shared couple identity ("we-ness"), and (3) engaging in ongoing and positive interactions (Brotherson, Marshall, et al., 2013).

Manage

Conflict is a part of all relationships, including healthy ones. At this point, the satisfaction and stability of couples depend on how they manage conflict. Couples can be successful in conflict management by managing negative emotions, calming physiological reactions, prioritizing positivity in the relationship, accepting differences, forgiving, empathizing, and working together (Marshall et al., 2013).

Care

Care refers to a person's investment in the relationship, regardless of their partner's behaviour or response. Care involves two basic practices: being positive toward the partner and participating in activities that build rapport. The first of these emphasizes the vital role of thoughts and feelings, while the second one describes behaviours that can strengthen a relationship. When each person in the relationship focuses on the positive aspects of their partner and the relationship, is supportive, makes time for their partner, shows unconditional love, shows love to their partner in a way that they like, and responds appropriately to their partner's attempts to build rapport, a cycle of positivity can begin and continue. All of these are factors that will strengthen the relationship (Goddard et al., 2013).

Connect

Couples having a life related to social support sources, embracing the search for meaning and purpose, and being in relationships with other people and the society they are in creates a

healthier context for both themselves and their relationships as individuals and the world around them (Brotherson et al., 2013).

Studies on the relationship skills of couples (Adler-Baeder, McGill, et al., 2022; Richardson et al., 2023) have been becoming increasingly widespread. However, studies on this subject are not widespread in the Turkish culture. This study aims to contribute to the increase in studies on relationship skills with the Couple Relationship Skills Inventory, which is intended to be adapted into Turkish. The adaptation of this measurement tool is believed to make significant contributions to marriage and family psychological counselling, as it is both an inventory with a strong theoretical basis and measures the relationship skills necessary to create healthier relationships. In addition, İşmen-Gazioğlu et al. (2022) stated that relationship education programs are not sufficient in Turkish culture. Relationship development programs can be enriched in terms of content by introducing a measurement tool that has significant theoretical strength to Turkish culture. In light of all this information, the answer to the following question was sought:

Is the Couple Relationship Skills Inventory a valid and reliable measurement tool in Turkish culture?

Method

Participants

The study group consisted of 305 individuals, 101 male (33%) and 204 female (67%), selected using the convenience sampling method. 58% of the participants were married, 37% were in an ongoing romantic relationship, 15% were engaged, and 188 did not have children. The individuals in the study group were between the ages of 18-62 ($\bar{x}$ =30.76, SD =8.40). Additionally, three of the participants had graduated from elementary school, three from middle school, 29 from high school, 203 from university, whereas 40 had Master's degrees and 27 had Ph.D. degrees.

Procedure

For the adaptation study of the CRSI, the developers of the inventory were first contacted via e-mail and the necessary permissions were obtained to adapt the CRSI to Turkish culture. First, the items of the CRSI were translated into Turkish by the researchers and the items that were conceptually problematic were reviewed again. Following this, the items of the CRSI were independently translated into Turkish and English by field experts who were fluent in both languages, and the items were evaluated. Then, the draft form of the CRSI was created based on the recommendations of these experts. The researchers reviewed whether the items were understandable and a preliminary application was done with a group of 29 people. After the feedback, the draft form of the CRSI was developed for application. After all these processes, the study data were collected online in 2022. The online form was distributed to the participants via e-mail and WhatsApp application. Detailed information about the study was included in the online form and the contact addresses of the researchers were shared, allowing the participants to contact the researchers if necessary. Informed consent forms were obtained from those who agreed to participate in the study. The participants responded to 44 items in the form. The time it took for the participants to respond to the items in the form was approximately seven minutes.

Data Collection Tools

The CRSI

Developed by Adler-Baeder et al. (2022), the CRSI aims to evaluate the basic skills required for couples to establish a healthy relationship and consists of nine dimensions and 32 items. The CRSI was developed based on NERMEN. The dimensions of the CRSI are Self-Care (Empowerment, Healthy Lifestyle), Choose, Know, Share, Manage (Positive Engagement,

Avoiding Aggression), Care, and Connect. The Self-Care and Manage dimensions are divided into two sub-dimensions. The 7-point Likert response format of the inventory ranges from 1= *Strongly disagree* to 7= *Strongly agree* for the Self-Care, Choose, Know, Manage and Connect dimensions and ranges from 1= *Never* to 7= *More often than once a day* for the Share and Care dimensions. The CRSI has two reverse-scored items.

Adler-Baeder et al. (2022) used the Bayesian Confirmatory Factor Analysis (CFA) technique to test the construct validity of the CRSI. The fit coefficients of the CRSI were calculated as (BRMSEA = 0.043; BCFI = 0.949; BTLI = 0.932; BNFI = 0.920). These values provide evidence for the validity of the model. The standardized pattern coefficients of the items range from .44 to .83. The reliability coefficient for the entire CRSI was determined as .92 and between .71 and .87 for the dimensions.

Perceived Romantic Relationship Quality Scale

Developed by Fletcher et al. (2000), the Perceived Romantic Relationship Quality Scale was adapted to Turkish culture by Sağkal and Özdemir (2018). The scale consists of six items. The Perceived Romantic Relationship Quality Scale was included in this study in order to test the criterion-related validity of the CRSI. The result of the CFA showed the scale's model fit values were at a sufficient level. One of the methods used to calculate the reliability of the scale was the Cronbach's alpha internal consistency coefficient, and this value was calculated as .86. In this study, since there were a large number of married people in the sample, the construct validity of the scale was tested again with the CFA technique. The result of this test showed the model fit indices as $\chi^2/sd = 1.79$, CFI=.99, TLI=.99, RMSEA (%90 CI)=.05 (.00-.09) and SRMR=.02. This finding provides evidence for the validity of the scale in this sample. The internal consistency reliability coefficient in this study was found as .89.

Data Analysis

CFA was used to test the validity of CRSI in Turkish culture. Before starting the data analysis, certain assumptions were examined. Harrington (2008) stated that non-normal distribution can be determined with significant skewness or kurtosis coefficients. In this direction, skewness and kurtosis values were reviewed for each variable. In addition, outliers were examined in line with the suggestions of Kline (2015). Univariate outliers were evaluated with the Z scores. As a result of this examination, one case was removed from the data set. Mahalanobis D^2 test was used to examine multivariate outliers. As a result of this test, three cases were removed from the data set. Correlation analysis was performed to examine the relationships between variables.

Ethical Issues

Prior to the study, ethics committee approval was obtained from the Ankara Yıldırım Beyazıt University Social and Human Sciences Ethics Committee (2021/34). In addition, the participants were informed in detail about the research and their consent was obtained.

Findings

The results of the CFA conducted to test the validity of the CRSI in Turkish culture are illustrated in Figure-2.

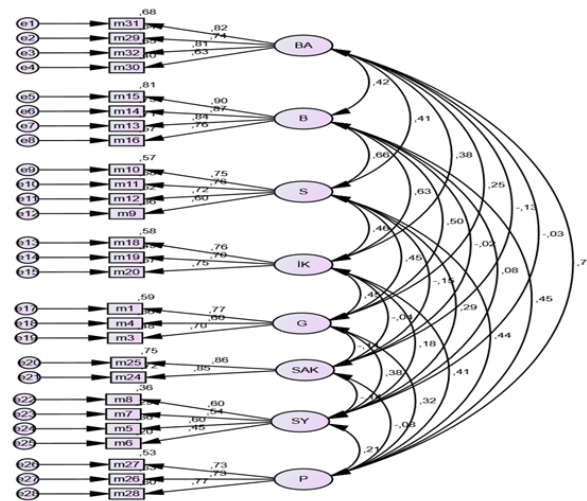


Figure 2 CFA results

Note. BA: Care, B: Know, S: Choose, İK: Connect, G: Self-Care (Empowerment), SAK: (Avoiding aggression), SY: Self-Care (Healthy Lifestyle), P: Share.

The original form of the 32-item CRSI did not preserve its structure in Turkish culture. Two items of the CRSI were removed due to low factor loadings. These items were “*I ask for help from others when needed.*” ($\lambda=.22$) in the Self-Care: Empowerment dimension and “*Many of our friends are friends of both of us.*” ($\lambda=.38$) in the Connect dimension. In addition, the items “*I was able to see my partner’s point of view and really understand it, even if I didn’t agree.*”, “*When things “got heated” I suggested we took a break to calm down.*” and “*I was able to easily forgive my partner.*” in the Manage (Positive Engagement) dimension were removed from the inventory due to their cross-loading on different dimensions. Thus, the original form consisting of nine dimensions and 32 items was structured as eight dimensions and 27 items in Turkish culture.

As seen in Figure-2, the standardized pattern coefficients are between .45 and .90. Hair et al. (2013) stated that the standardized factor loadings should be .5 or above, and the appropriate one should be .7 and above. Only the factor loading of the item “*I exercise at least 3 or more times a week.*” in Healthy Lifestyle sub-dimension of Self-Care was .45. The pattern coefficient of the item in its original form was .67. In this context, it was decided to keep the item in the inventory since removing it could cause a strong item to be lost.

The recommendation of Worthington and Whittaker (2006) was taken as basis while reporting the general fit indices of the CRSI. According to this recommendation, RMSEA, CFI and SRMR should be reported together with at least Chi-square, degree of freedom, p value and 90% confidence interval. In this study, $\chi^2(296, p=.00)=539.28$, Normed χ^2 (χ^2/SD)=1.82, RMSEA (% 90 CI)=.052 (.045-.059), CFI =.93 and SRMR =.05 were determined. Accordingly, the model fit coefficients were at a sufficient level.

Reliability Tests

Cronbach's alpha and construct reliability coefficients were used in the reliability calculations of the CRSI. Cronbach's alpha coefficients were calculated as .71 for the Self-Care: Empowerment dimension, .63 for the Self-Care: Healthy lifestyle dimension, .80 for the Choose dimension, .90 for the Know dimension, .78 for the Connect dimension, .85 for the Manage: Avoiding aggression dimension, .79 for the Share dimension, and .83 for the Care dimension. The construct reliability coefficients were found as .73 for the Self-Care: Empowerment dimension, .63 for the Self-Care: Healthy lifestyle dimension, .80 for the Choose dimension, .91 for the Know dimension, .78 for the Connect dimension, .85 for the Manage: Avoiding aggression dimension, .79 for the Share dimension, and .84 for the Care dimension. Adler-Baeder et al. (2022) made a single reliability calculation for the self-Care dimension, which was divided into two sub-dimensions in the

original form of the CRSI, and again calculated the reliability of the entire inventory. In the adaptation study, the reliability of the Self-Care dimension was found as .67 and the reliability of the entire CRSI was as .86. Finally, the relationships between the variables are presented in Table 1 below.

Table1 Relationships between the variables

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Empowerment	-								
2. Healthy Lifestyle	.26**	-							
3. Choose	.34**	.20**	-						
4. Know	.38**	.06	.57**	-					
5. Avoiding Aggression	.09	.10	.14*	.01	-				
6. Connect	.32**	.13*	.37**	.52**	.04	-			
7. Care	.18**	.01	.35**	.35**	.09	.29**	-		
8. Share	.25**	.17**	.35**	.37**	.05	.32**	.57**	-	
9. Romantic Relationship Quality	.15**	.04	.46**	.47**	.22**	.32**	.65**	.56**	-

** $p < .01$, * $p < .05$

Discussion, Conclusion, and Recommendations

The aim of this study is to adapt the CRSI, which was developed by Adler-Baeder et al. (2022) and includes seven basic components related to healthy relationships defined both with existing measurement tools and within the framework of NERMEN, to Turkish. CFA was used to examine the construct validity of the CRSI. In order to determine the criterion-related validity of the inventory, the Perceived Romantic Relationship Quality Scale was used and the correlation values between them were examined. The reliability of the inventory was evaluated with the Cronbach's alpha internal consistency coefficient. The goodness of fit indices obtained as a result of the CFA were examined and it was determined that the minimum chi-square value was an acceptable value. The fit index values were found to be sufficient. These findings reveal the validity of the CRSI.

As a result of the CFA, it was determined that the CRSI, which originally measured seven basic couple relationship skills with 32 items and nine factors, presented a structure consisting of 27 items and eight factors in Turkish culture. One of the items that was left out of the inventory in the adaptation to Turkish culture was the item *"I ask for help from others when needed."* in the Self-Care: Empowerment sub-dimension. Focusing on the individual's ability to ask for help from others and make an effort to cope with difficulties in their life, this item may have lost its validity in the inventory due to cultural factors. For example, a study conducted with a large female sample in Turkish culture demonstrated that a significant portion of women used their own methods despite being subjected to partner violence and a significant portion to severe partner violence, but did not seek help (Ergöçmen et al., 2013).

Another item left out of the inventory was the item *"Many of our friends are friends of both of us."* in the Connect dimension. One of the reasons why this item was left out of the inventory may be the age level of the participants. For example, Kalmijn (2003) found that in a sample of adults under age 65, 43% of friends were not shared with their partners. Similarly, Davidson (2004) noted that older married men tend to have couple-oriented social networks. These examples indicate that older individuals, rather than younger individuals, are more likely to prefer to participate in activities as a couple.

Adler-Baeder et al. (2022) assumed that seven factors that would match the NERMEN would be identified in the development of the inventory, but they determined that the Self-Care and Manage factors were divided into two sub-dimensions. On the contrary, in Turkish culture, the Positive Participation sub-dimension of Manage did not have sufficient factor loadings. Items *"I was able to see my partner's point of view and really understand it, even if I didn't agree."*, *"When*

things “got heated” I suggested we took a break to calm down.” and “I could easily forgive my partner.” in this dimension did not meet construct validity in Turkish culture. As stated by Christensen and Heavey (1990), there are three models that couples use in communication: Mutual constructive communication, demand-withdrawal communication, and mutual avoidance and withdrawal communication. Mutual constructive communication involves mutual discussion of problems, expression of feelings, efforts to understand each other's views, and solutions. Demand-withdrawal communication is a model in which one of the couples seeks a solution to a problem while the other prevents or tries to end the discussion of problems. Mutual avoidance and withdrawal communication refers to both parties avoiding discussing problems and distancing themselves from each other. Karahan (2009), in an experimental study conducted with a Turkish sample, observed that men generally use unhealthy listening modes (superficial, selective, defensive and entrapping), have significant problems in expressing their feelings, especially in giving verbal answers and acceptance messages, but both sexes have seriously inadequate empathic skills. In this respect, the fact that this dimension did not preserve its structure in Turkish culture may be related to the adoption of more negative communication models.

Low and moderate significant relationships between the measurement tool used in criterion-related validity and healthy relationship skills were determined. In general, there were significant relationships between the perceived romantic relationship quality and the Care and Share dimensions. No significant relationship was found only between the Healthy Lifestyle sub-dimension of Self-Care and the perceived romantic relationship quality.

Conducted to adapt the CRSI to Turkish, the present study has some limitations. First, since the data was collected through online forms, most of the participants in the study were young and highly educated individuals. This is believed to be a result of the fact that younger and highly educated individuals prefer to participate in forms offered over the internet. The structure of the sample group of this study can be considered as a limitation, as it cannot represent individuals of different ages and education levels living in Turkey. In future studies, this limitation can be eliminated by reaching individuals of different ages and education levels through face-to-face applications. Secondly, data from both couples can be collected to assess the measurement invariance of the CRSI in Turkish culture. As a result, it can be stated that the CRSI, which was adapted into Turkish within the scope of this study, is a valid and reliable measurement tool that can be used to measure the relationship skills of couples.

Certain recommendations are made to researchers based on the results of this study. First, some dimensions and items did not work in Turkish culture during the adaptation of the inventory. In this context, a measurement tool that can evaluate culture-specific relationship skills can be developed. Second, in order to reveal the importance of relationship skills for healthy relationships, regionally focused studies can be conducted in both rural and metropolitan areas to enable comprehensive evaluations.

Declaration of Author Contributions

The authors declare that they have contributed equally to the article.

Declaration of Competing Interest

Our article, titled “Adaptation of the couple relationship skills inventory to Turkish” has no financial conflicts of interest with any institution, organization, or individual. Additionally, there are no conflicts of interest among the authors.

References

Abdel-Sater, R. (2022). Marriage dissolution in the United States: A survival analysis approach. *Journal of Divorce & Remarriage*, 63(4), 235-261, <https://doi.org/10.1080/10502556.2022.2042788>

- Adler-Baeder, F., Futris, T. G., McGill, J., Richardson, E. W., & Dede-Yildirim, E. (2022). Validating the couple relationship skills inventory. *Family Relations*, 71(1), 279-306. <https://doi.org/10.1111/fare.12590>
- Adler-Baeder, F., McGill, J., Yildirim, E. D., Gregson, K., Cooper, E., Burke, L., Finnegan, V., & Jackel, R. (2022). Concurrent randomized control trials of the 1-year efficacy of two couple relationship education programs: ELEVATE and couples connecting mindfully. *Family Process*, 61(3), 986–1004. <https://doi.org/10.1111/famp.12750>
- Amato, P. R., & Previti, D. (2003). People's reasons for divorcing: Gender, social class, the life course, and adjustment. *Journal of Family Issues*, 24(5), 602-626. <https://doi.org/10.1177/0192513X03254507>
- Ali, A., Khaliqjan, S. U., Khan, S. A., Ali, H., Ahmad, S., Zakriya, M., Shakoor, A., Alam, A., & Mahmood, T. (2022). A cross sectional analysis of immorality and divorce in traditional society, *Journal of Divorce & Remarriage*, 63(3), 200-213, <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1993025>
- Brotherson, S., Behnke, A., & Goddard, W. (2013). Connect: Engaging in a positive social network of support. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. www.nermen.org/NERMEM.php
- Brotherson, S., Marshall, J., Schramm, D., & Futris, T. G. (2013). Share: Developing and maintaining a couple identity. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. www.nermen.org/NERMEM.php
- Christensen, A., & Heavey, C. L. (1990). Gender and social structure in the demand/withdraw pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(1), 73–81. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.1.73>
- Davidson, K. (2004). "Why can't a man be more like a woman?" Marital status and social networking of older men. *The Journal of Men's Studies*, 13(1), 25–43. <https://doi.org/10.3149/jms.1301.25>
- Doherty, W. J., Kalantar, S. M., & Tarsafi, M. (2021). Divorce ambivalence and reasons for divorce in Iran. *Family Process*, 60(1), 159–168. <https://doi.org/10.1111/famp.12539>
- Dünya Sağlık Örgütü (1946). *Sağlıklı olmanın tanımı*. <https://www.who.int/about/governance/constitution>
- Ergöçmen, B. A., Yüksel-Kaptanoğlu, İ., & Jansen, H. A. (2013). Intimate partner violence and the relation between help-seeking behavior and the severity and frequency of physical violence among women in Turkey. *Violence Against Women*, 19(9), 1151-1174. <https://doi.org/10.1177/1077801213498474>
- Fletcher, G. J., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 340-354. <https://doi.org/10.1177/014616720026500>
- Futris, T. G., & Adler-Baeder, F. (2013). The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Linking Research to Relationship and Marriage Education In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Goddard, W., Brotherson, S., Schramm, D., & Behnke, A. (2013). Care: Using nurturing, caring, and affectionate behaviors. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2013). *Multivariate data analysis: Pearson new international edition* (7th ed.). Pearson.
- Harrington, D. (2008). *Confirmatory Factor Analysis*. Oxford University Press
- Higginbotham, B., Santiago, A., & Barton, A. W. (2013). Choose: Making intentional relationship choices. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. www.nermen.org/NERMEM.php
- İşmen-Gazioğlu, A. E., Mercan, Ç. S., & Demir, İ. (2022). Romantic Relationship Education: A Literature Review with Recommendations for Türkiye. *Psikiyatri Guncel Yaklaşımlar*, 14(4), 555-569. <https://doi.org/10.18863/pgy.1069117>

- Kalmijn, M. (2003). Shared friendship networks and the life course: An analysis of survey data on married and cohabiting couples. *Social Networks*, 25(3), 231-249. [https://doi.org/10.1016/S0378-8733\(03\)00010-8](https://doi.org/10.1016/S0378-8733(03)00010-8)
- Karahan, T. F. (2009) The effects of a couple communication program on the conflict resolution skills and active conflict tendencies of turkish couples. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 35(3), 220-229. <https://doi.org/10.1080/00926230802716344>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modelling* (4th ed.). Guilford Press.
- Kneip, T., & Bauer, G. (2009). Did unilateral divorce laws raise divorce rates in Western Europe? *Journal of Marriage & Family*, 71(3), 592–607. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2009.00621.x>
- Marshall, J., Santiago, A., Adler-Baeder, F., & Futris, T. (2013). Manage: Dealing with differences in healthy ways. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Olsen, C. S., Barton, A., Futris, T. G., & Schramm, D. (2013). Know: Maintaining knowledge of your partner's world. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Parker, G., Durante, K. M., Hill, S. E., & Haselton, M. G. (2022). Why women choose divorce: An evolutionary perspective. *Current opinion in psychology*, 43, 300-306. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.07.020>
- Previti, D., & Amato, P. R. (2004). Is infidelity a cause or a consequence of poor marital quality? *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2) 217 – 230. <https://doi.org/10.1177/0265407504041384>
- Richardson, E. W., Mallette, J. K., Futris, T. G., & Pettit, M. (2023). Non-relative foster caregivers' changes in mindfulness and couple relationship skills following relationship education. *Journal of Social and Personal Relationships*, Advanced online publication. <https://doi.org/10.1177/02654075231157774>
- Sağkal, A. S. & Özdemir, Y. (2018). Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nin (ARİKÖ) Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46, 22-40. <https://doi.org/10.21764/maeuefd.329888>
- Sbarra, D. A., & Whisman, M. A. (2022). Divorce, health, and socioeconomic status: An agenda for psychological science. *Current Opinion in Psychology*, 43(special issue), 75–78. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.06.007>
- South, S. J., Trent, K., & Shen, Y. (2001). Changing partners: Toward a macrostructural-opportunity theory of marital dissolution. *Journal of Marriage and Family*, 63(3), 743-754. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.00743.x>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), (2022). *Evlenme ve boşanma istatistikleri*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2022-49437>
- Wang, Q. & Zhou, Q. (2010). China's divorce and remarriage rates: Trends and regional disparities. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51(4), 257-267, <https://doi.org/10.1080/10502551003597949>
- Wiley, A., Adler-Baeder, F., & Warzinik, K. (2013). Care for self: Maintaining physical, sexual, emotional, and spiritual wellness. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Worthington, R. L., & Whittaker, T. A. (2006). Scale development research: A content analysis and recommendations for best practices. *The Counselling Psychologist*, 34(6), 806–838. <https://doi.org/10.1177/0011000006288127>

Çiftlerin ilişki becerileri envanterinin Türkçeye uyarlanması

Nurseven Kılıç² , Gökay Keldal³ 

²Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Yabancı Diller Yüksekokulu, Ankara, Türkiye; ³İnönü Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Malatya, Türkiye.

ÖZET

Çiftlerin İlişki Becerileri Envanteri (ÇİBE), bireylerin ilişki becerilerini ölçmek üzere Ulusal İlişki Geliştirme ve Evlilik Eğitimi Modelini (UİGEEM) temel alarak geliştirilmiştir. Bu çalışmanın amacı, ÇİBE'nin Türk kültürüne uyarlamasını yapmak ve psikometrik özelliklerini incelemektir. Araştırmada, yaşları 18-62 arasında olan toplam 305 katılımcı (101 erkek ve 204 kadın) yer almıştır. ÇİBE'nin psikometrik özellikleri doğrulayıcı faktör analizi (DFA), iç tutarlık ve ölçüt bağıntılı geçerlik yöntemleriyle incelenmiştir. DFA sonucunda, ÇİBE'nin 32 maddeli 9 boyutlu orijinal formunun Türk kültüründe yapısını korumadığı, 27 madde ve 8 boyutlu bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. ÇİBE'ye ilişkin iç tutarlık katsayısı .86 bulunmuştur. Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında ise, ÇİBE ile Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sonuç olarak, ÇİBE'nin bireylerin ilişki becerilerini ölçmede kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

ANAHTAR KELİMELER

Çiftler, ilişki becerileri, ilişki eğitimi, Aile, Envanter uyarlama.

Giriş

Son yıllarda meydana gelen toplumsal gelişmelerin aile kurumu üzerinde önemli etkileri vardır. Özellikle boşanma konusu üzerinde yürütülen çalışmalar hemen her ülkede boşanma oranlarının çeşitli faktörlere bağlı olarak gittikçe arttığını göstermektedir (ör. Abdel-Sater, 2022; Ali vd., 2022; Doherty vd., 2021; Kneip ve Bauer, 2009; Wang ve Zhou, 2010). Türkiye özelinde bakılacak olursa, Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) 2022 verilerinde son 20 yılın ele alındığı grafikte, Türkiye'deki boşanma oranlarının da önemli ölçüde artış gösterdiği görülmektedir. Dünya genelinde boşanmada rol oynayan faktörler arasında yaşanan coğrafi bölge, eğitim ve gelir düzeyi, etnik köken, çocuk sahibi olup olmama (Abdel-Sater, 2022), hukuki düzenlemeler (Kneip ve Bauer, 2009), madde ve alkol kullanımı, geçimsizlik (Amato ve Previti, 2003), aile içi şiddet (Doherty vd., 2021), sosyoekonomik koşullar (Sbarra ve Whisman, 2022), sadakatsizlik (Amato ve Previti, 2003; Previti ve Amato, 2004), çiftlerin çevresinde alternatif partnerlerin olması (South vd., 2001), değişen aile ve toplum yapısıyla birlikte çiftlerin birbirine bağlılığının azalması (Parker vd., 2022) ve buna benzer pek çok farklı etmenden söz edilmektedir.

Özellikle, evliliklerin veya yakın ilişkilerin sona ermesinde belirleyici bir diğer etmen, çiftlerin temel ilişki becerilerindeki eksiklikler olabilir. Sağlıklı çift ilişkilerini ve aile ortamını daha iyi anlamak ve geliştirmek için bilimsel bir alt yapı oluşturmayı amaçlayan bazı araştırmacılar (Futris ve Adler-Baeder, 2013), birkaç yıl boyunca 'evlilik ve ilişki kalitesine' ilişkin alan yazını tarayarak kapsamlı çalışmalar yürütmüşlerdir. Bu çalışmalar sonucunda, bileşenlerini mevcut araştırmalardan türeten, 'araştırma temelli' bir model ortaya koymuşlardır. Bu model, Ulusal İlişki Geliştirme ve Evlilik Eğitimi Modeli (UİGEEM) (National Extension Relationship and Marriage Education Model, NERMEN) olarak adlandırılmaktadır. İlişki ve evlilik eğitimlerine yönelik önemli pratikler sunan UİGEEM eğitimciler ve uygulamacılar tarafından eğitim içeriği olarak kullanılmaktadır (Detaylı bilgi için bkz., www.nermen.org).

UİGEEM (NERMEM) yedi temel beceriden oluşmaktadır. Modelin temel bileşenleri, tüm bireylerin ve çiftlerin sağlıklı ilişkiler kurma ve sürdürme konusunda benzersiz güçler, yetenekler ve potansiyeller sergiledikleri anlayışıyla güçlü yönlerine dayanır. Bu modelin amacı, kişiyi kendi kaynaklarına ve değişim motivasyonuna yönleltmek, çift ilişkisinin korunması ve kalitesinde sorumluluk alması için onu güçlendirmektir. Sağlıklı çift ilişkilerinin geliştirilmesi ve sürdürülmesi yaşam boyu süren bir yolculuktur. Sağlıklı çift işleyişini destekleyen uygulamalar dinamiktir, durağan değildir ve ilişki zaman içerisinde bireysel partnerlerin, çiftin ve büyüyen ailenin değişen ihtiyaçlarına uyum sağladıkça gelişir (Futris ve Adler-Baeder, 2013).

Görsel-1’de modele ilişkin kavramlar model görseli içerisinde özetle sunulmuş, detaylı bilgilere Görsel-1’den sonra yer verilmiştir.



Görsel 1 UİGEEM: Ulusal İlişki Geliştirme ve Evlilik Eğitimi Modeli (NERMEM: National Extension Relationship and Marriage Education Model)

Not. T. G. Futris ve F. Adler-Baeder'in "The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Linking research to relationship and marriage education" (2013, *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*, s.7) adlı kitabından yazarların izniyle Türkçeye uyarlanmıştır. Telif hakkı The University of Georgia Cooperative Extension'a (2013) aittir.

Öz Bakım

Öz bakım becerisi, Dünya Sağlık Örgütü'nün sağlıklı olmaya ilişkin şu tanımını temel alır: "Sağlık, yalnızca hastalık veya engelin olmayışı değil, fiziksel, zihinsel ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir." (Dünya Sağlık Örgütü, 1946). Çift ilişkisi içerisindeki her iki bireyin de kişisel sağlığı ve esenliği önemlidir çünkü bireylerin işlevselliğinin çiftin işlevselliği üzerinde önemli etkileri vardır. Bu nedenle, yakın bir ilişkiyi önemsemek, kişinin kendisiyle ilgilenmesini de kapsar. Bu bağlamda öz bakımla kastedilen şey istikrarlı ve sağlıklı çift ilişkilerinin oluşturulması ve sürdürülmesinde bireyin fiziksel (ör., sağlıklı beslenme, fiziksel aktivite, yeterli ve kaliteli uyku), cinsel, psikolojik/duygusal (ör., pozitif olma, farkındalığı artırma, duygu düzenleme), ve manevi/ruhsal sağlığını sürdürmesidir (Wiley vd., 2013).

Seçme

Amaçlı bir şekilde düşünme, hissetme ve hareket etmenin çift ilişkisinin kalitesi ve iyiliği üzerinde önemli etkileri vardır. Çiftler, uzun süreli ve sağlıklı ilişkiler kurabilmek için ilişkiye önem verme, bilinçli etkinlikler planlama, birbirlerine zaman ayırma ve sevgi-saygı gösterme, eşinin güçlü yönlerine ve ilişkilerinin olumlu yönlerine odaklanma gibi bilinçli seçimler yapabilirler. Bir ilişkiyi güçlendirmeye, önceliklendirmeye ve korumaya yönelik tutarlı ve bilinçli seçimler, çiftlerin karşılaştıkları sorunların üstesinden gelmelerine yardımcı olur ve sağlıklı, istikrarlı ve tatmin edici birliktelikleri teşvik eder (Higginbotham vd., 2013).

Bilme

Bilme kişinin eşi hakkında, örneğin, günüyle ilgili ayrıntıları paylaşmak, birbirinin hoşlandığı/hoşlanmadığı şeyler ve geçmişi hakkında bilgi sahibi olmak gibi konuları içerir. Bilme, hem potansiyel flört partnerlerini tanıma sürecini başlatan bekârlar hem de sağlıklı bir ilişki sürdürmek için aylar ve yıllar geçtikçe birbirleri hakkında daha fazla bilgi sahibi olmaya çalışan çiftler için geçerlidir. Bu kavram aynı zamanda, bir kişinin kendisi hakkında bilgi edinmeye yönelik istekliliği ve kabiliyeti ve kendisiyle ilgili edindiği bilgiyi eşiyile paylaşmasını da içerir (Olsen vd., 2013).

Paylaşma

Paylaşma, bireysel çabalardan ziyade çiftlerin refahlarını artırmak için 'birlikte' neler yapabileceğini vurgular. Bu boyut, bir çift olmanın özünde hayatlarını paylaşmak, yakın ve kalıcı bir dostluk geliştirmek olduğunu vurgular. Bir ilişkide romantizm veya tutku farklı zamanlarda artabilir veya azalabilirken, arkadaşlık zaman içinde çiftler için kalıcı ve istikrarlı bir dayanak olarak işlev görür. Paylaşım, bir çiftin yakın ve olumlu bir dostluk ve kimlik geliştirmeleri ve sürdürmelerini sağlayan en az üç kritik unsur içerir. Bunlar; (1) birlikteyken ilişkiyi inşa eden 'anamlı' zaman geçirmek, (2) ortak bir çift kimliği ("biz-lik") duygusunu geliştirmek ve (3) sürekli ve olumlu etkileşimler içerisinde olmaktır (Brotherson, Marshall, vd., 2013).

Yönetme

Çatışma, sağlıklı olanlar da dâhil olmak üzere tüm ilişkilerin bir parçasıdır. Bu noktada çiftlerin tatmini ve istikrarı, çatışmayı nasıl yönettiklerine bağlıdır. Çiftler olumsuz duyguları yöneterek, fizyolojik tepkileri yatıştırarak, ilişkide pozitifliği ön planda tutarak, farklılıkları kabul ederek, affederek, empati kurarak ve birlikte çalışarak çatışma yönetiminde başarılı olabilirler (Marshall vd., 2013).

İlgi

İlgi, bir kişinin partnerinin davranışlarından veya karşılık vermesinden bağımsız olarak ilişkiye yatırım yapmasını ifade eder. İlgi, iki temel uygulamayı içerir: partnere karşı olumlu olmak ve ilişki kurmayı sağlayan etkinliklere katılmak. Bunlardan ilki, düşünce ve duyguların hayati rolünü vurgularken ikincisi, bir ilişkiyi güçlendirebilecek davranışları tanımlar. İlişkideki her birey, partnerinin ve ilişkinin olumlu yönlerine odaklandığında, destekleyici olduğunda, partnerine zaman ayırdığında, koşulsuz sevgi gösterdiğinde, partnerine onun hoşuna gidecek şekilde sevgi gösterdiğinde ve partnerinin ilişki kurma girişimlerine uygun karşılık verdiğinde bir pozitiflik döngüsü başlayıp devam edebilir. Tüm bunlar, ilişkinin güçlenmesini sağlayacak etmenlerdir (Goddard vd., 2013).

İlişki Kurma

Çiftlerin sosyal destek kaynaklarıyla ilişkili bir yaşama sahip olması, başkalarından güç almayı, anlam ve amaç aramayı benimsemesi, diğer insanlar ve içerisinde bulundukları toplumla ilişki içerisinde olması hem bireysel olarak kendilerine ve ilişkilerine hem de çevrelerindeki dünyaya daha sağlıklı bir bağlam oluşturmaktadır (Brotherson vd., 2013).

Çiftlerin ilişki becerileriyle ilgili çalışmaların (Adler-Baeder, McGill, vd., 2022; Richardson vd., 2023) giderek yaygınlaştığı görülmektedir. Türk kültüründe ise bu konudaki çalışmaların yaygın olmadığı gözlemlenmiştir. Bu çalışmada Türkçeye uyarlanması amaçlanan Çiftlerin İlişki Becerileri Envanteriyle ilişki becerilerine dair çalışmaların artmasına katkı sağlaması amaçlanmıştır. Hem kuramsal alt yapısı güçlü bir envanter olması hem de daha sağlıklı ilişkiler oluşturmada gerekli olan ilişki becerilerini ölçmeyi sağlaması bakımından bu ölçme aracının uyarlanmasının evlilik ve aile psikolojik danışmanlığına önemli katkılar sunacağı ifade edilebilir. Bunun yanı sıra, İşmen-Gazioğlu vd. (2022) Türk kültüründe ilişki eğitimi programlarının yeterli olmadığını belirtmiştir. Kuramsal olarak önemli bir güce sahip olan bir ölçme aracının Türk kültürüne kazandırılmasıyla birlikte ilişki geliştirme programları içerik açısından zenginleşebilir. Tüm bu bilgiler ışığında aşağıdaki soruya cevap aranmıştır:

Çiftlerin ilişki becerileri envanteri Türk kültüründe geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı mıdır?

Yöntem

Katılımcılar

Bu araştırmanın çalışma grubunu uygun örnekleme stratejisiyle seçilen 101'i erkek (%33), 204'ü kadın (%67) olmak üzere 305 birey oluşturmuştur. Katılımcıların %58'i evli, %37'si romantik bir ilişkisi içerisinde, %15'i nişanlıdır ve 188'nin çocuğu yoktur. Çalışma grubunda yer alan bireyler 18-62 ($\bar{x}$ =30.76, ss =8.40) yaş aralığındadır. Ayrıca, katılımcıların üçü ilkokul, üçü ortaokul, 29'u lise, 203'ü üniversite, 40'ı yüksek lisans ve 27'si doktora mezunudur.

Prosedür

ÇİBE'nin uyarlama çalışması için ilk olarak envanteri geliştirenler ile e-posta yoluyla iletişime geçilmiş ve ÇİBE'yi Türk kültürüne uyarlayabilmek için gerekli izin alınmıştır. Öncelikle ÇİBE'nin maddeleri araştırmacılar tarafından Türkçeye çevrilmiş ve kavramsal olarak sorun oluşturan maddeler tekrar gözden geçirilmiştir. Daha sonra, her iki dile hâkim alan uzmanları tarafından birbirlerinden bağımsız olarak ÇİBE'nin maddelerinin Türkçe ve İngilizce çevirileri yapılarak maddelerin değerlendirilmesi sağlanmıştır. Ardından, yine bu uzmanların önerileri çerçevesinde ÇİBE'nin taslak formu oluşturulmuştur. Maddelerin anlaşılır olup olmadığı araştırmacılar tarafından gözden geçirilmiş ve 29 kişilik bir gruba ön uygulama yapılmıştır. Dönütler sonrasında ÇİBE'nin taslak formu uygulama yapılacak hale getirilmiştir. Tüm bu süreçlerden sonra araştırmanın verileri 2022 yılında online olarak toplanmıştır. Katılımcılara e-posta ve WhatsApp uygulaması aracılığıyla online form dağıtılmıştır. Araştırma hakkında detaylı bilgilere hem online formda yer verilmiş hem de araştırmacıların iletişim adresleri paylaşılarak gerekli görülmesi halinde katılımcıların araştırmacılarla iletişime geçebilmesine olanak sağlanmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul edenlerden bilgilendirilmiş onam formu alınmıştır. Katılımcılar formda bulunan 44 maddeye tepki vermişlerdir. Katılımcıların formda bulunan maddelere tepki verme süresi yaklaşık 7 dakika sürmüştür.

Veri Toplama Araçları

ÇİBE

Adler-Baeder vd. (2022) tarafından geliştirilen ve çiftlerin sağlıklı ilişki kurabilmesi için gereken temel becerileri değerlendirmeyi amaçlayan ÇİBE 9 boyut ve 32 maddeden oluşmaktadır. ÇİBE, UİGEEM temeline dayalı olarak geliştirilmiştir. Boyutlar; Öz bakım (Güçlendirme, Sağlıklı yaşam tarzı), Seçme, Bilme, Paylaşma, Yönetme (Olumlu katılım, Saldırganlıktan kaçınma), İlgı ve ilişki kurma olarak ifade edilmiştir. Öz bakım ve Yönetme boyutları kendi içerisinde iki alt boyuta ayrılmaktadır. Envanterin tepki formatı Öz bakım, Seçme, Bilme, Yönetme ve ilişki kurma boyutları için 1= *Kesinlikle katılmıyorum*, 7= *Kesinlikle katılıyorum*; Paylaşma ve İlgı boyutları için 1= *Hiçbir zaman*, 7= *Günde bir kereden daha sık* şeklinde 7'li Likert derecelendirmedir. ÇİBE'de iki tane ters puanlanan madde bulunmaktadır.

Adler-Baeder vd. (2022), ÇİBE'nin yapı geçerliğini test etmek için Bayesian DFA tekniğini kullanmıştır. ÇİBE'nin uyum katsayıları (BRMSEA = 0.043; BCFI = 0.949; BTLI = 0.932; BNFI = 0.920) olarak hesaplanmıştır. Bu değerler modelin geçerliğine kanıt sunmaktadır. Maddelerin standart yapı katsayıları .44 ile .83 arasında değişmektedir. ÇİBE'nin bütününe ilişkin güvenirlik katsayısı .92, boyutlar bazında ise .71 ile .87 arasında olduğu belirlenmiştir.

Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği

Fletcher vd. (2000) tarafından geliştirilen ölçek Türk kültürüne Sağkal ve Özdemir (2018) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek 6 maddeden oluşmaktadır. Bu çalışma kapsamında Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeğine ÇİBE'nin ölçüt bağıntılı geçerliğini test etmek amacıyla yer verilmiştir. Yapılan DFA sonucunda ölçeğin uyum katsayılarının yeterli düzeyde olduğu görülmüştür. Ölçeğin güvenirliği hesaplanırken kullanılan yöntemlerden biri de Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısıdır ve bu değer .86 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada, örnekleme çok sayıda evli olduğu için ölçeğin yapı geçerliği DFA tekniği ile tekrar test edilmiştir. Bu test sonucunda uyum katsayıları $\chi^2/sd = 1.79$, CFI=.99, TLI=.99, RMSEA (%90 GA)=.05 (.00-.09) ve SRMR=.02 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgu bu örnekleme ölçeğin geçerliğine kanıt sunmaktadır. Bu çalışmadaki iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ise .89 olarak bulunmuştur.

Veri Analizi

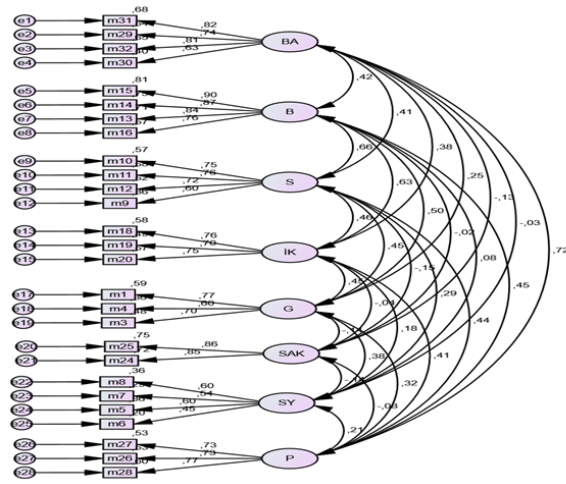
ÇİBE'nin Türk kültüründe geçerliğini test etmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır. Veri analizine başlamadan önce bazı varsayımlar incelenmiştir. Harrington (2008) çarpıklık ya da basıklık katsayılarının anlamlı olmasıyla normal olmayan dağılımın tespit edilebileceğini ifade etmiştir. Bu doğrultuda, her bir değişken için çarpıklık ve basıklık değerleri gözden geçirilmiştir. Bunun yanı sıra Kline'nin (2015) önerileri doğrultusunda uç değerler (outliers) incelenmiştir. Tek değişkenli (univariate) uç değerler Z puanlarıyla değerlendirilmiştir. Bu inceleme sonucunda bir gözlemin (case) veri setinden çıkarılmasına karar verilmiştir. Çok değişkenli (multivariate) uç değerlerin incelenmesinde Mahalanobis D^2 testi kullanılmıştır. Bu test sonucunda üç gözlem veri setinden çıkarılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için korelasyon analizi yapılmıştır.

Etik Konular

Çalışmaya başlamadan önce Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'ndan çalışma için etik kurul onayı alınmıştır (2021/34). Ayrıca araştırma ile ilgili katılımcılar ayrıntılı bir biçimde bilgi verilmiş ve katılımcılardan bilgilendirilmiş onam elde edilmiştir.

Bulgular

ÇİBE'nin Türk kültüründe geçerliğini test etmek için yapılan DFA'ya ilişkin sonuçlar Görsel-2'de verilmiştir.



Görsel 2 DFA sonuçları

Not. BA: İlgi, B: Bilme, S: Seçme, İK: İlişki kurma, G: Öz bakım (Güçlendirme), SAK: (Saldırganlıktan kaçınma), SY: Öz bakım (Sağlıklı yaşam), P: Paylaşma.

ÇİBE'nin 32 maddeli orijinal formunun Türk kültüründe yapısını korumadığı görülmüştür. ÇİBE'nin iki maddesi faktör yüklerinin düşük olması sebebiyle çıkarılmıştır. Bu maddeler Öz bakım: Güçlendirme boyutunda "Gerektiğinde başkalarından yardım isterim ($\lambda=.22$)" ve ilişki kurma boyutunda "Arkadaşlarımızın çoğu ikimizin de ortak arkadaşıdır ($\lambda=.38$)" şeklindeki maddelerdir. Bunların yanı sıra, Yönetme (Olumlu katılım) boyutunda bulunan "Partnerimle aynı fikirde olmasam bile onun bakış açısını gerçekten görebildim ve anlayabildim", "İşler kızıştığında sakınlaşmak için ara vermemizi önerdim" ve "Partnerimi kolayca affedebildim" maddeleri çapraz yük (cross-loading) olarak farklı boyutlarda yer almaları nedeniyle envanterden çıkarılmıştır. Böylece 9 boyut ve 32 maddeden oluşan orijinal yapı Türk kültüründe 8 boyut ve 27 madde olarak çalışmıştır.

Görsel-2 incelendiğinde standartlaştırılmış yapı katsayılarının .45 ile .90 arasında olduğu görülmektedir. Hair vd. (2013) standartlaştırılmış faktör yüklerinin .5 veya üzeri, uygun olanın ise .7 ve üzerinde olması gerektiğini ifade etmiştir. Sadece Öz bakım: Sağlıklı yaşam tarzı boyutunda yer alan "Haftada en az üç veya daha fazla kez egzersiz yaparım" maddesinin faktör yükünün .45 olduğu görülmektedir. Maddenin orijinal formda yapı katsayısı .67'dir. Bu bağlamda, envanterden çıkarılması güçlü bir maddenin kaybolmasına neden olabileceği için envanterde kalmasına karar verilmiştir.

ÇİBE'nin genel uyum indeksleri raporlaştırılırken Worthington ve Whittaker'in (2006) önerisi temel alınmıştır. Bu öneriye göre en az Ki-kare, serbestlik derecesi, p değeri, %90 güven aralığıyla birlikte RMSEA, CFI ve SRMR raporlaştırılmalıdır. Bu çalışmada $\chi^2(296, p=.00)=539.28$, Normed $\chi^2(\chi^2/SD)=1.82$, RMSEA (% 90 GA)=.052 (.045-.059), CFI =.93 ve SRMR =.05 bulunmuştur. Bu doğrultuda model uyum katsayılarının yeterli düzeyde olduğu ifade edilebilir.

Güvenirlik Testleri

ÇİBE'nin güvenilirlik hesaplamalarında Cronbach Alfa ve yapı güvenilirlik katsayıları kullanılmıştır. Cronbach alfa katsayıları, Öz bakım: Güçlendirme boyutu için .71, Öz bakım: Sağlıklı yaşam tarzı boyutu için .63, Seçme boyutu için .80, Bilme boyutu için .90, İlişki Kurma boyutu için .78, Yönetme: Saldırganlıktan kaçınma boyutu için .85, Paylaşma boyutu için .79 ve İlgi boyutu için .83 hesaplanmıştır. Yapı güvenilirlik katsayıları ise Öz bakım: Güçlendirme boyutu için .73, Öz bakım: Sağlıklı yaşam tarzı boyutu için .63, Seçme boyutu için .80, Bilme boyutu için .91, İlişki Kurma boyutu için .78, Yönetme: Saldırganlıktan kaçınma boyutu için .85, Paylaşma boyutu için .79 ve İlgi boyutu için .84 bulunmuştur. Adler-Baeder vd. (2022), ÇİBE'nin orijinal formunda iki alt boyuta ayrılan Öz bakım boyutu için tek bir güvenilirlik hesaplaması yapmış ve yine envanterin bütününe güvenilirliğini hesaplamıştır. Uyarlama çalışmasında Öz bakım boyutunun güvenilirliği

.67 olarak tespit edilmiş ve ÇİBE'nin tamamının güvenilirliği ise .86 bulunmuştur. Son olarak, değişkenler arası ilişkilere aşağıdaki Tablo 1'de yer verilmiştir.

Tablo 1 Değişkenler Arası İlişkiler

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Güçlendirme	-								
2. Sağlıklı yaşam tarzı	.26**	-							
3. Seçme	.34**	.20**	-						
4. Bilme	.38**	.06	.57**	-					
5. Saldırganlıktan kaçınma	.09	.10	.14*	.01	-				
6. İlişki kurma	.32**	.13*	.37**	.52**	.04	-			
7. İlgisi	.18**	.01	.35**	.35**	.09	.29**	-		
8. Paylaşma	.25**	.17**	.35**	.37**	.05	.32**	.57**	-	
9. Romantik ilişki kalitesi	.15**	.04	.46**	.47**	.22**	.32**	.65**	.56**	-

** $p < .01$, * $p < .05$

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmanın amacı, Adler-Baeder vd. (2022) tarafından geliştirilen ve hem mevcut ölçme araçlarıyla hem de UİGEEM çerçevesinde tanımlanan sağlıklı ilişkilerle ilgili yedi temel bileşeni içeren ÇİBE'nin Türkçeye uyarlanmasıdır. ÇİBE'nin yapı geçerliğinin incelenmesinde DFA'dan yararlanılmıştır. Envanterin ölçüt bağıntılı geçerliğini ortaya koymak amacıyla Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği kullanılmış ve aralarındaki korelasyon değerlerine bakılmıştır. Envanterin güvenilirliği ise Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ile değerlendirilmiştir. Yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum iyiliği indeksleri incelenmiş ve minimum ki-kare değerinin kabul edilebilir bir değer olduğu belirlenmiştir. Uyum indeksi değerlerinin ise yeterli düzeyde olduğu bulunmuştur. Bu bulgular ÇİBE'nin geçerliğini ortaya koymaktadır.

DFA sonucunda orijinalinde 32 madde ve 9 faktör ile yedi temel çift ilişki becerisinin ölçülmesini sağlayan ÇİBE'nin Türk kültüründe 27 madde ve 8 faktörden oluşan bir yapı sergilediği belirlenmiştir. Türk kültürüne uyarlamasında envanter dışında kalan maddelerden biri Öz bakım: Güçlendirme boyutunda yer alan "*Gerektiğinde başkalarından yardım isterim*" maddesidir. Bireyin başkalarından yardım isteme ve hayatındaki zorluklarla başa çıkmak için çaba gösterme becerisine odaklanan bu madde kültürel etmenlerden ötürü envanter içerisinde geçerliğini yitirmiş olabilir. Örneğin, Türk kültüründe büyük bir kadın örneklemle gerçekleştirilen bir araştırma, kadınların önemli bir kısmının partner şiddetine ve yine önemli bir kısmının ağır partner şiddetine maruz kalmasına rağmen kendilerince yöntemler kullandıklarını, ancak yardıma başvurmadıklarını göstermiştir (Ergöçmen vd., 2013).

Envanter dışında kalan bir diğer madde ise ilişki kurma boyutunda yer alan "*Arkadaşlarımızın çoğu ikimizin de ortak arkadaşıdır*" maddesidir. Bu maddenin envanter dışı kalmasının nedenlerinden biri katılımcıların yaş düzeyi olabilir. Örneğin, Kalmijn (2003), 65 yaşın altındaki yetişkinlerden oluşan bir örneklemde, arkadaşların %43'ünün partnerleriyle paylaşılmadığını tespit etmiştir. Benzer şekilde, Davidson (2004) daha yaşlı evli erkeklerin çift odaklı sosyal ağlara sahip olma eğiliminde olduklarını belirtmiştir. Bu örneklerden hareketle, gençlerden ziyade ileri yaşlardaki bireylerin çift olarak etkinliklere katılmayı daha çok tercih edebildikleri söylenebilir.

Adler-Baeder vd. (2022) envanterin geliştirilmesinde UİGEEM ile eşleşen yedi faktörün belirleneceğini varsaymış ancak Öz bakım ve Yönetme faktörlerinin iki alt boyuta ayrıldığını belirlemişlerdir. Türk kültüründe ise Yönetmenin Olumlu katılım alt boyutu yeterli faktör yüklerine sahip değildir. Bu boyuttaki "*Partnerimle aynı fikirde olmasam bile onun bakış açısını gerçekten görebildim ve anlayabildim*", "*İşler 'kızııştığında' sakinleşmek için ara vermemizi önerdim*" ve "*Partnerimi kolayca affedebildim*" maddeleri Türk kültüründe geçerliğini sağlamamıştır. Christensen ve Heavey'in (1990) belirttiği gibi, çiftlerin iletişimde kullandıkları üç model vardır: Karşılıklı yapıcı iletişim, talep etme-geri çekme iletişimi ve karşılıklı kaçınma ve çekinme iletişimi. Karşılıklı yapıcı iletişim, sorunların karşılıklı olarak tartışılmasını, duyguların ifade edilmesini,

birbirlerinin görüşlerini anlama çabalarını ve çözümleri içerir. Talep etme-geri çekme iletişimi, çiftlerden birinin bir soruna çözüm ararken, diğerinin sorunların tartışılmasını engellediği veya bitirmeye çalıştığı bir modeldir. Karşılıklı kaçınma ve çekinme, her iki tarafın da problemler üzerinde tartışmaktan kaçınmasını ve birbirlerinden uzaklaşmasını ifade eder. Karahan (2009), Türk örneklemleriyle gerçekleştirdiği deneysel bir çalışmada, erkeklerin genelde sağlıklı dinleme modlarını (yüzeysel, seçici, savunmaya geçen ve tuzağa düşürücü) kullandıklarını; duygularını ifade etmede, özellikle sözlü cevaplar ve kabul mesajları vermede önemli sorunlar yaşadıklarını, ancak her iki cinsiyetin de empatik becerilerinin çok ciddi anlamda yetersiz olduğunu gözlemlemiştir. Bu açıdan, Türk kültüründe bu boyutun yapısını korumaması daha çok olumsuz iletişim modellerinin benimsenmesiyle ilişkili olabilir.

Ölçüt bağıntılı geçerlikte kullanılan algılanan romantik ilişki kalitesi ile sağlıklı ilişki becerileri arasında düşük ve orta düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Genel olarak, algılanan romantik ilişki kalitesi ile ilgi ve paylaşma boyutları arasında önemli ilişkilerin olduğu belirlenmiştir. Sadece Öz bakımın sağlıklı yaşam tarzı boyutuyla algılanan romantik ilişki kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

ÇİBE'nin Türkçeye uyarlanması amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. Öncelikle, verilerin online formlar aracılığıyla toplanması nedeniyle araştırmanın katılımcılarının çoğunu gençler ve eğitim düzeyi yüksek bireyler oluşturmuştur. Bu durumun, internet üzerinden sunulan formlara daha çok genç ve eğitim seviyesi yüksek bireylerin katılmayı tercih etmesinin bir sonucu olduğu düşünülmektedir. Türkiye'de yaşayan farklı yaş ve eğitim düzeyindeki bireyleri temsil etme gücü oluşturamaması nedeniyle bu araştırmanın örneklem grubunun yapısı bir sınırlılık olarak değerlendirilebilir. İlerleyen çalışmalarda yüz yüze uygulamalar yoluyla farklı yaş ve eğitim düzeyindeki bireylere ulaşılarak bu sınırlılık giderilebilir. İkinci olarak, çiftlerin her ikisinden de veri elde edilerek ÇİBE'nin Türk kültüründe ölçme eşdeğerliği incelenebilir. Sonuç olarak, bu çalışma kapsamında Türkçe uyarlaması gerçekleştirilen ÇİBE'nin çiftlerin ilişki becerilerini ölçmede kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Bu çalışmanın sonuçlarına dayalı olarak araştırmacılara bazı öneriler sunulmuştur. Öncelikle envanterin uyarlamasında Türk kültüründe bazı boyut ve maddelerin çalışmadığı görülmüştür. Bu bağlamda kültüre özgü ilişki becerilerinin değerlendirilebileceği bir ölçme aracı geliştirilebilir. İkinci olarak ilişki becerilerinin sağlıklı ilişkiler açısından öneminin ortaya konulması için hem kırsalda hem de büyükşehirlerde bölgesel odaklı çalışmalar yapılarak kapsamlı değerlendirmelere olanak sağlanabilir.

Yazar Katkı Oranları

Çalışmaya 1. Yazar: %50, 2. Yazar: %50 oranında katkı sağlamıştır.

Çıkar Çatışması Beyanı

"Çiftlerin ilişki becerileri envanterinin Türkçeye uyarlanması" başlıklı makalemizin herhangi bir kurum, kuruluş, kişi ile mali çıkar çatışması yoktur. Yazarlar arasında da herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Abdel-Sater, R. (2022). Marriage dissolution in the United States: A survival analysis approach. *Journal of Divorce & Remarriage*, 63(4), 235-261, <https://doi.org/10.1080/10502556.2022.2042788>
- Adler-Baeder, F., Futris, T. G., McGill, J., Richardson, E. W., & Dede-Yildirim, E. (2022). Validating the couple relationship skills inventory. *Family Relations*, 71(1), 279-306. <https://doi.org/10.1111/fare.12590>
- Adler-Baeder, F., McGill, J., Yildirim, E. D., Gregson, K., Cooper, E., Burke, L., Finnegan, V., & Jackel, R. (2022). Concurrent randomized control trials of the 1-year efficacy of two couple relationship education programs: ELEVATE and couples connecting mindfully. *Family Process*, 61(3), 986–1004. <https://doi.org/10.1111/famp.12750>

- Amato, P. R., & Previti, D. (2003). People's reasons for divorcing: Gender, social class, the life course, and adjustment. *Journal of Family Issues*, 24(5), 602-626. <https://doi.org/10.1177/0192513X03254507>
- Ali, A., Khaliqjan, S. U., Khan, S. A., Ali, H., Ahmad, S., Zakriya, M., Shakoar, A., Alam, A., & Mahmood, T. (2022). A cross sectional analysis of immorality and divorce in traditional society, *Journal of Divorce & Remarriage*, 63(3), 200-213, <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1993025>
- Brotherson, S., Behnke, A., & Goddard, W. (2013). Connect: Engaging in a positive social network of support. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. www.nermen.org/NERMEM.php
- Brotherson, S., Marshall, J., Schramm, D., & Futris, T. G. (2013). Share: Developing and maintaining a couple identity. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. www.nermen.org/NERMEM.php
- Christensen, A., & Heavey, C. L. (1990). Gender and social structure in the demand/withdraw pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(1), 73-81. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.1.73>
- Davidson, K. (2004). "Why can't a man be more like a woman?" Marital status and social networking of older men. *The Journal of Men's Studies*, 13(1), 25-43. <https://doi.org/10.3149/jms.1301.25>
- Doherty, W. J., Kalantar, S. M., & Tarsafi, M. (2021). Divorce ambivalence and reasons for divorce in Iran. *Family Process*, 60(1), 159-168. <https://doi.org/10.1111/famp.12539>
- Dünya Sağlık Örgütü (1946). *Sağlıklı olmanın tanımı*. <https://www.who.int/about/governance/constitution>
- Ergöçmen, B. A., Yüksel-Kaptanoğlu, İ., & Jansen, H. A. (2013). Intimate partner violence and the relation between help-seeking behavior and the severity and frequency of physical violence among women in Turkey. *Violence Against Women*, 19(9), 1151-1174. <https://doi.org/10.1177/1077801213498474>
- Fletcher, G. J., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 340-354. <https://doi.org/10.1177/014616720026500>
- Futris, T. G., & Adler-Baeder, F. (2013). The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Linking Research to Relationship and Marriage Education In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Goddard, W., Brotherson, S., Schramm, D., & Behnke, A. (2013). Care: Using nurturing, caring, and affectionate behaviors. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2013). *Multivariate data analysis: Pearson new international edition* (7th ed.). Pearson.
- Harrington, D. (2008). *Confirmatory Factor Analysis*. Oxford University Press
- Higginbotham, B., Santiago, A., & Barton, A. W. (2013). Choose: Making intentional relationship choices. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. www.nermen.org/NERMEM.php
- İşmen-Gazioğlu, A. E., Mercan, Ç. S., & Demir, İ. (2022). Romantic Relationship Education: A Literature Review with Recommendations for Türkiye. *Psikiyatri Guncel Yaklaşımlar*, 14(4), 555-569. <https://doi.org/10.18863/pgy.1069117>
- Kalmijn, M. (2003). Shared friendship networks and the life course: An analysis of survey data on married and cohabiting couples. *Social Networks*, 25(3), 231-249. [https://doi.org/10.1016/S0378-8733\(03\)00010-8](https://doi.org/10.1016/S0378-8733(03)00010-8)
- Karahan, T. F. (2009) The effects of a couple communication program on the conflict resolution skills and active conflict tendencies of turkish couples. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 35(3), 220-229. <https://doi.org/10.1080/00926230802716344>

- Kline, R. B. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modelling* (4th ed.). Guilford Press.
- Kneip, T., & Bauer, G. (2009). Did unilateral divorce laws raise divorce rates in Western Europe? *Journal of Marriage & Family*, 71(3), 592–607. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2009.00621.x>
- Marshall, J., Santiago, A., Adler-Baeder, F., & Futris, T. (2013). Manage: Dealing with differences in healthy ways. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Olsen, C. S., Barton, A., Futris, T. G., & Schramm, D. (2013). Know: Maintaining knowledge of your partner's world. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Parker, G., Durante, K. M., Hill, S. E., & Haselton, M. G. (2022). Why women choose divorce: An evolutionary perspective. *Current opinion in psychology*, 43, 300-306. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.07.020>
- Previti, D., & Amato, P. R. (2004). Is infidelity a cause or a consequence of poor marital quality? *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2) 217 – 230. <https://doi.org/10.1177/0265407504041384>
- Richardson, E. W., Mallette, J. K., Futris, T. G., & Pettit, M. (2023). Non-relative foster caregivers' changes in mindfulness and couple relationship skills following relationship education. *Journal of Social and Personal Relationships*, Advanced online publication. <https://doi.org/10.1177/02654075231157774>
- Sağkal, A. S. & Özdemir, Y. (2018). Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nin (ARİKÖ) Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46, 22-40. <https://doi.org/10.21764/maeufd.329888>
- Sbarra, D. A., & Whisman, M. A. (2022). Divorce, health, and socioeconomic status: An agenda for psychological science. *Current Opinion in Psychology*, 43(special issue), 75–78. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.06.007>
- South, S. J., Trent, K., & Shen, Y. (2001). Changing partners: Toward a macrostructural-opportunity theory of marital dissolution. *Journal of Marriage and Family*, 63(3), 743-754. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.00743.x>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), (2022). Evlenme ve boşanma istatistikleri. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2022-49437>
- Wang, Q. & Zhou, Q. (2010). China's divorce and remarriage rates: Trends and regional disparities. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51(4), 257-267, <https://doi.org/10.1080/10502551003597949>
- Wiley, A., Adler-Baeder, F., & Warzinik, K. (2013). Care for self: Maintaining physical, sexual, emotional, and spiritual wellness. In T. G. Futris & F. Adler-Baeder (Eds.), *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core teaching concepts for relationship and marriage enrichment programming*. The University of Georgia Cooperative Extension. <http://www.nermen.org/NERMEM.php>
- Worthington, R. L., & Whittaker, T. A. (2006). Scale development research: A content analysis and recommendations for best practices. *The Counselling Psychologist*, 34(6), 806–838. <https://doi.org/10.1177/0011000006288127>

Ek

Çiftlerin İlişki Becerileri Envanteri

Öz bakım Lütfen aşağıdaki ifadelerin her birine ne kadar katılıp katılmadığınızı belirtiniz: 1=kesinlikle katılmıyorum; 2=çoğunlukla katılmıyorum; 3=katılmıyorum; 4=kararsızım; 5= katılıyorum; 6=çoğunlukla katılıyorum; 7=kesinlikle katılıyorum		
ÖB1	Zorluklarla başa çıkma	Hayatımdaki zorlukları yönetme gücüne sahibim.
ÖB2	Güçlü yönleri tanıma	Güçlü yanlarımı tanırım.
ÖB3	Stresle başa çıkma	Hayatımdaki stresi yönetirim.
ÖB4	Sağlıklı yemekler	Her gün sağlıklı yemekler yerim.

ÖB5	Egzersiz yapma	Haftada en az üç veya daha fazla kez egzersiz yaparım.
ÖB6	Uyku	Her gece 7-8 saat kaliteli uyku uyurum.
ÖB7	Kafa dinleme	Her gün kafa dinlemek için kendime zaman ayırıyorum.
Seçme Lütfen aşağıdaki ifadelerin her birine ne kadar katılıp katılmadığınızı belirtiniz: 1=kesinlikle katılmıyorum; 2=çoğunlukla katılmıyorum; 3=katılmıyorum; 4=kararsızım; 5= katılıyorum; 6=çoğunlukla katılıyorum; 7=kesinlikle katılıyorum		
SE1	Güçlü kalma	Ne kadar zor zamanlarımız olsa da bu ilişkinin güçlü kalmasını isterim.
SE2	Çaba sarf etme	İlişimin yürümesi için her gün çaba sarf ederim.
SE3	Seçimler	Seçimlerimin ilişkimi nasıl etkileyebileceğini her zaman düşünürüm.
SE4	Partnerin güçlü yönlerine odaklanma	Partnerimin güçlü yönlerine odaklanmak için her zaman çaba gösteririm.
Bilme Lütfen her bir ifadenin sizi ne kadar iyi tanımladığına ilişkin görüşünüzü belirtiniz: 1=kesinlikle katılmıyorum; 2=çoğunlukla katılmıyorum; 3=katılmıyorum; 4=kararsızım; 5= katılıyorum; 6=çoğunlukla katılıyorum; 7=kesinlikle katılıyorum		
BI1	Partnerin stresi	Partnerimin şu anki yaşam streslerini bilirim.
BI2	Partnerin beklentileri	Partnerimin hayattaki başlıca arzu ve beklentilerinin bazılarını bilirim.
BI3	Partnerin kaygıları	Partnerimin şu anki başlıca kaygılarını bilirim.
BI4	Partneri tanıma	Partnerimi çok iyi tanırım.
Paylaşma Geçen ay, partnerinizle aranızda aşağıdaki olayların ne sıklıkta gerçekleştiğini söylersiniz? 1=hiçbir zaman; 2=ayda birden az; 3=ayda bir veya iki kez; 4=haftada bir veya iki kez; 5=haftada üç veya dört kez; 6=günde bir kez; 7=günde bir kereden daha sık		
PA1	Fikirler	Ufuk açıcı (aydınlatıcı) bir fikir alışverişine sahiptik.
PA2	İş dışı aktiviteler	Birlikte iş dışı aktivitelere katıldık ve/veya bunlar hakkında konuştuk.
PA3	Konuşma	Birbirimizle konuşmak için zaman ayırdık.
İlgi Ortalama olarak, geçen ay ne sıklıkta şunları yaptınız: 1=hiçbir zaman; 2=ayda birden az; 3=ayda bir veya iki kez; 4=haftada bir veya iki kez; 5=haftada üç veya dört kez; 6=günde bir kez; 7=günde bir kereden daha sık		
İL1	Sevdiğini söyleme	Partnerinize "seni seviyorum" dediniz.
İL2	Fiziksel yakınlık	Partnerinizle fiziksel yakınlık kurdunuz (örn., öpme, sarılma).
İL3	Duyguları paylaşma	Partnerinizle duygularınızı veya sorunlarınızı paylaştınız.
İL4	Olumlu şeyler söyleme	Partnerinize onunla ilgili takdir ettiğiniz şeyleri ve onu ne kadar önemseydiğinizi söylediniz.
Yönetme Geçen ay boyunca, tipik bir anlaşmazlık durumunda her bir ifadenin sizi ne kadar iyi tanımladığına ilişkin görüşünüzü belirtiniz: 1=kesinlikle katılmıyorum; 2=çoğunlukla katılmıyorum; 3=katılmıyorum; 4=kararsızım; 5= katılıyorum; 6=çoğunlukla katılıyorum; 7=kesinlikle katılıyorum		
YÖ1	Bağırma	Partnerime bağırıp çağırdım.*
YÖ2	Suçlama / eleştirme	Partnerimi kınadım, suçladım ya da eleştirdim.*
İlişki kurma Tipik bir anlaşmazlık durumunda her bir ifadenin sizi ve partnerinizi ne kadar iyi tanımladığına ilişkin görüşünüzü belirtiniz: 1=kesinlikle katılmıyorum; 2=çoğunlukla katılmıyorum; 3=katılmıyorum; 4=kararsızım; 5= katılıyorum; 6=çoğunlukla katılıyorum; 7=kesinlikle katılıyorum		
İLK1	İlgilenen insanlar	Bizi ve ilişkimizi önemseyen insanları biliriz.
İLK2	Yardım alma	Bir krizi atlatmak için yardıma ihtiyacımız olsa veya bir krizle karşılaşırsak, güvenebileceğimiz arkadaşlarımız ve ailemiz var.

İLK3	Başkalarına yardım etme	Bir çift olarak, ihtiyacı olan diğer insanlara yardım etmeye çalışırız.
------	-------------------------	---

*=Ters madde