



İlişkide Bilişsel Çarpıtma, Evlilikte Problem Çözme, Evlilik Uyumu ve Tolerans Arasındaki İlişki / The Relationships Between Interpersonal Cognitive Distortions, Marital Problem Solving Skills, Marital Adjustment and Tolerance

Mustafa DÖNMEZ^a, Erhan TUNÇ^b

^a Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, ORCID: 0000-0003-1806-7441

^b Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, ORCID: 0000-0002-6328-8545

Araştırma

Makalesi/Research Article

Makale Bilgi/Article Info

Tarihçe/History:

Received/Alındı

03/08/2019

Revised/Düzeltildi

12/01/2020

Accepted/Kabul edildi

27/01/2020

Anahtar kelimeler:

İlişkilere Dair Bilişsel

Çarpıtmalar,

Evlilikte Problem Çözme,

Evlilik Uyumu,

Tolerans

ÖZ

Bu çalışmada ilişkiye dair bilişsel çarpıtma, evlilikte problem çözme, tolerans düzeyi ve evlilik uyumu arasındaki ilişki ve bunların çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu tesadüfi örnekleme yoluyla Şanlıurfa il merkezi'nde ikamet etmekte olan, çeşitli kamu kurum ve kuruluşları ile özel sektörde çalışan evli bireyler arasından seçilen 231 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Katılımcı grubun 104'ü kadın, 127'si ise erkektir. Çalışmada "İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtma Ölçeği", "Tolerans Ölçeği", "Evlilikte Problem Çözme Ölçeği", "Evlilik Uyumu Ölçeği" ile "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre evli bireylerin ilişkide bilişsel çarpıtmalar ile tolerans düzeyi arasında negatif yönde zayıf bir ilişkinin olduğu; evlilikte problem çözme becerileri ve evlilik uyumları arasında ise pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Diğer ölçek puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. İlişkiye dair bilişsel çarpıtmalar, evlilikte problem çözme ve evlilik uyumunun eğitim düzeyi açısından anlamlı şekilde farklılaştığı belirlenmiştir.



Keywords:

Interpersonal Cognitive Distortions, Problem Solving Skills, Marital Adjustment, Tolerance

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the relationship between cognitive distortions, problem solving in marriage, tolerance level and marital adjustment, and to examine them in terms of various variables. In the research, correlational design model was used. The research group consisted of 231 adult individuals who were chosen among randomly married individuals working in various public institutions and organizations and residing in Şanlıurfa city center by random sampling. 104 of the participants were female and 127 were male. In the research, the Cognitive Distortion Scale Related to Relationships, the Tolerance Scale, the Marriage Problem Solving Scale, the Marital Adjustment Scale and the Personal Information Form were used. According to the findings of the study, it was found that there is a negative and weak relationship between cognitive distortions and tolerance levels; and it was seen that there is a positive and moderate relationship between problem solving skills and marital adjustment in marriage. There was no significant relationships between the other scale scores. Cognitive distortions, marital problem solving and marital adjustment were found to be significantly different in terms of educational level.

1. Giriş

Toplumun küçük bir çekirdeğini oluşturan, ondan etkilenen ve onu etkileyen evlilik; toplumsal ve ruhsal yapı üzerindeki rolü ile önemli bir etkiye sahip gönüllü bir yaşamsal paylaşımdır. Küçük bir toplum örneği olan aile ve evlilik kurumu; insanı biyolojik ve ruhsal olarak etkilemekte, bireysel ve toplumsal saadetin temin edilmesi için önemli görevler üstlenmektedir. Sağlıklı bir toplumun temel yapı taşı teşkil eden aile kurumunun devamlılığı; sağlıklı evlilik ve aile hayatına bağlıdır. Zira suç oranlarında parçalanmış aile yapılarından gelen bireylerin oranına bakıldığında sağlıklı bir evlilik ve aile hayatının önemi görülmektedir. Yörükoğlu (1992)'nin boşanmış çiftlere yönelik yürüttüğü çalışmada, boşanmış erkeklerde evli erkeklere nispeten beş kat daha fazla, boşanmış kadınlarda evli kadınlara nispeten üç kat daha fazla ruhsal bozukluk saptanmış olması, evlilik ve aile kurumunun önemini ortaya koyacak niteliktedir.

Türkiyede kadınların iş ve meslek hayatına katılmasına duyulan gereksinim ile birlikte ailede kartların yeniden karıldığı, sistemin yeniden oluşturma beklentilerinin ortaya çıktığı ve rol paylaşımının konuşulduğu bir dönemde çözülmesi gereken bir dizi problem ile karşılaşmıştır. Bu sorunlar; iş hayatından arta kalan zaman, rol ve görev paylaşımı, çocuk bakımı, ev işleri ve diğer işler şeklinde sıralanabilir. Telsiz (2003), kadının aileyi geçindirme sorumluluğunu eşiyle paylaşmasıyla birlikte, ailede rollerin daha az cinsiyete dayalı olması beklenmesine karşın, erkeklerde bu değişimin daha yavaş olduğunu ifade etmektedir. Bu durumun kadının ev işleriyle ilgili olarak daha fazla sorumluluk üstlenmesine neden olduğunu ileri sürmektedir.

Evlilik ilişkilerinde çatışmalar, genellikle her evlilik ilişkisinde ortaya çıkabilen doğal ve kaçınılmaz bir olgu olarak ifade edilmektedir (Troupe, 2008). Türkmen (2019) de, evlilik uyumu problemsiz ilerleyen evlilik ilişkisi olmadığını bildirir. Bu açıdan bakıldığında evlilik bilâkis bir fabrikanın dişlileri problemlerle beraber uyum ve yardımlaşma içinde hareket etmektedir. Eşlerden birinin enerjisinin yetmediği, zayıf kaldığı yere diğer eş yetişecek, birinin ruhsal kırıklıklarını diğer eş toplayacak, bir eşin elinin yetişemediği -ve belki- psikolojisinin kaldıramadığı yerlerde diğer eş devreye girecektir. Dolayısıyla uyum her şeyin mükemmel olması değil bizzat problemlerin de evlilik ilişkisinin bir parçası olduğunu bilmek ve bunu etkili problem çözme ve tolerans ile karşılamaktır. Tarhan (2014), benzer ve ortak olan

hedef ve beklentiler üzerine kullanılan enerjinin ve tarafların taviz vermesinin evlilik uyumunu arttırdığını; torelasyonun olmadığı, beklentilerin giderilmediği ve tarafların mutlak güç arayışlarının uyumu güçleştirdiğini bildirmektedir. Sağlıklı bir evlilik ilişkisinde uyum; eşlerden birinin işlevinin bozulduğu yerde diğerinin o işlev bozukluğunu gidermeye çalışıldığı bir ilişkidir denilebilir. Ögülmüş (2004) de, sorunları kişisel ve sosyal hayatı geliştirmeye ilişkin çabaların itici gücü olarak görmekte ve önemli olanın herhangi bir problemin olmaması için çalışmak veya problemden kaçışın aksine problemlerin üstesinden gelebilmek olduğunu ifade etmektedir.

Değişen yaşam şartları, teknolojik gelişmeler, maddi ve manevi sınırlar, kültürel değişimler; toplumsal alanlarda olduğu kadar aile hayatında da çok ciddi değişimlere yol açmıştır. Bu değişimler ailenin yaşam şartlarını değiştirmiş; eşlerin birbirinden beklentilerini farklılaştırmış, alışılmış kültürel yaşamın dışına çıkarmış, yeni aile kalıpları, ilke ve prensiplerinin yanı sıra düşünce ve davranış olarak da farklılaşmaya yol açmış, sürekli değişen kültürel, sosyal ve ekonomik değişimlere açık hale getirmiştir. Bu değişimlerle beraber evlilikte bir takım sorunlar da baş göstermeye başlamıştır. Bu sorunlar neticesinde evlilik uyumu güçleşmiş; ya şiddetli geçimsizliklerle boşanmaya kadar gidebilen mutsuz olarak sürdürülen evlilik ilişkisi belirmiş ya da evlilik uyumunu kolaylaştıracak tolerans, problem çözme becerisi, bilişsel çarpıtmalardan arındırılıp düşünce yapısının yeniden yapılandırılması sonucu sorunlar yerini sağlıklı bir iletişim tarzı, sevgi ve muhabbete bırakacağı düşünülmektedir.

Özcan (2016), yaptığı araştırmada mutlu ve sağlıklı bir aile hayatı için evlilik uyumunun öneminden bahsetmekte; uyumun bir yordayıcısı olduğunu belirttiği toleransa araştırmalarda yeterince yer verilmediğinden bahsetmektedir. Ayrıca ülkedeki durumun saptanmasında ruh sağlığı alanında çalışanlara katkı sağlayacağını, özellikle evlilik danışmanlığında yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağını belirtmektedir. Bolat (2013) da benzer şekilde toleransın evlilik uyumunun bir yansıması olduğunu ve uyumun saptanmasında tolerans düzeyinin etkisinin olabileceğini belirtmektedir. Aynı konuda Miller ve Session (2005) da hoşgörünün, toplumsal yapının doğal bir unsuru olan farklı etnisite, kültür, cinsiyet, ırk, istidat, sıhhat gibi farklılıklara sahip bireylere karşı önyargı ve olumsuz genellemelerin ortadan kalkması, toplumsal barış ve huzur için gerekli olduğunu belirtmektedir.

Bilişsel terapi bireylerin duygusal ve davranışsal tepkilerinin düşünce ve inançları tarafından şekillendiği varsayımına dayandığından, bireylerin kendileri, çevreleri; yani dünyaları ve geleceklere ilgili düşünce, inanç ve ideallerinin ne olduğuna yoğunlaşmaktadır. Beck'e göre duygusal tepkiler, olay ya da durumlara yüklenen anlamlara bağlı olarak ortaya çıkmaktadır. Yani olayın algılanma ve yorumlama şekli geliştirilen tepkilerin de belirleyicisi olmaktadır (Karahan ve Sardoğan, 2004). Epstein, Baucom ve Rankin (1993) ise yürütülen çalışmaların çoğunlukla eşlerin inancının içeriklerine odaklandığını ifade etmiş; bunun sebebinin ise bazı eşlerin işlevsel olmayan ilişki inançlarının eşleri mutsuzluğa sürüklemesi olduğunu belirtmiştir. Evlilikte çatışmaların nedenlerini incelemekte olan araştırmacılar; evlilikte çatışmanın ana sebeplerinden birinin çiftlerin evliliklerine ilişkin geliştirmekte oldukları işlevsel olmayan inançları olduğunu belirtmektedir.

Sorun ya da problem, özünde yaşamın doğal bir parçası ve belki de hareket ve ilerlemenin temel dinamiğidir. Yıllar öncesinden 'değişmeyen tek şey değişimin kendisidir' diyen Herakleitos bize hayattaki kaçınılmaz devinimi işaret etmiştir. Bu kaçınılmaz devinim insan bedeninden duygu, düşünce ve inanç dünyasına kadar, eşlerin dilinden yer küre ve yıldızlara kadar değişen teknolojiyle gözlenmektedir. Bu değişim bir takım sorunlar ve sorunlara yönelik geliştirilen çözümlerle sinerji oluşturmaktadır. Ögülmüş (2004)'ün de benzer şekilde, sorunları kişisel ve sosyal yaşamımızı geliştirmeye ilişkin çabaların itici gücü olarak görmesi başka bir ifade ile sorunlar; gelişmek ve yenilenmek için bir fırsat olarak ifade edilebilir. Bunlardan hareketle problem ya da sorun, korkulacak bir şey olmanın aksine üretilcek yeni anlayış, yaklaşım, uyum ve problem çözme metoduna işaretir denilebilir.

Beck (2001), bireylerin yaşadığı problemleri ortaya çıkarmanın olay ya da durum değil, bunlara ilişkin algılarıyla ilgili olduğunu bildirir. Payne (2006) ve Corey (2005)kişinin problem olmadığını problemin kendisinin bizzat problem olduğunu belirtir. Bu açıdan bakıldığında aslında problem olan ona bakış açımızdır. Nursi (1932) de bireylerin genel olarak diğerlerinin kendisine yapacağı onlarca olumlu davranışın ardından gelen tek bir olumsuzluğa takılarak onu abartma eğiliminde olduğunu bildirir. Epiktetos'un 'İnsanlara rahatsızlık verenin, aslında olayın kendisi değil, olaya getirmekte oldukları bakış açılarıdır' şeklinde ifade ettiği deyiş bilişsel-davranışçı psikoterapilerin en önemli dayanağı olmuştur(Köroğlu, 2014). Eşler birbirine toleransla yaklaşıp problem çözme becerilerini ortaya

çıkarcasına davranışa yoğunlaşmış birey ‘kötü’ olarak kodlanıp ‘kötü’ olarak algılandığında problemin kendisi yadsınmaktadır. Bu durum sağlıklı problem çözme becerilerinin gelişimini engellemektedir. Tutarel-Kışlak (1997) yaptıkları araştırmada, evlilik ilişkilerinde uyumsuzluk yaşayan eşlerin; eşlerinin olumsuz davranışlarına karşın olumsuz düşünceler geliştirdiklerini ve olumsuz yüklemelerin sonucunun da olumsuz davranışlar ortaya çıkardığını, bu durumun evlilik uyumunun azalmasına neden olduğunu ifade etmektedir.

Türkiye’de evliliğe ilişkin yapılan araştırmalar incelendiğinde, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar, tolerans düzeyi, evlilikte uyum ve problem çözme becerileri ile ilgili araştırmalara yeteri kadar yer verilmediği görülmektedir. Ülkemizde eşler arası uyumunun yordayıcılarının saptanmasının evlilik danışmanlığı alanındaki çalışmalara katkı sağlayacağı ve buna yönelik müdahalelerin planlanmasına yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla bu araştırmada, çiftlerin evlilikte problem çözme becerileri, ilişkide bilişsel çarpıtmaları, tolerans düzeyleri ve evlilik uyumları arasındaki ilişki incelenmiştir.

Sonuç olarak son yıllarda boşanma oranlarının artması, mutsuz ve doyumsuz evlilik ilişkileri, eşlerin çatışmaları, değişen hayat şartları ile ortaya çıkan problemler karşısında eşlerin tolerans geliştirip uyum sağlayamaması, evlilik ve aile kurumunda meydana gelen tahribatlar vb. sorunlar, geleceğimizin meyveleri denilebilecek çocukların ilk okulları olan evlilik ve aile kurumu konusunda; önemi giderek daha da artan araştırma ve çalışmaları zorunlu kılmaktadır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Evli bireylerin ilişkiye dair bilişsel çarpıtma, evlilikte problem çözme, evlilikte uyum ve tolerans düzeylerinin arasındaki ilişkinin incelendiği bu araştırmada; kullanılan veri toplama araçlarından elde edilen puanların cinsiyet, eğitim düzeyi, çocuk sahibi olup olmama ve çocuk sayısı gibi değişkenler açısından farklılaşma gösterip göstermediği incelenmektedir.

Araştırmada aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır;

1. Evli bireylerin ilişkiye dair bilişsel çarpıtmalar, evlilikte problem çözme becerisi, evlilik uyumu ve tolerans düzeyi puanları;
 - b) Cinsiyet açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - c) Eşlerin eğitim düzeyi açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - d) Eşlerin çocuk sahibi olup olmamaları açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
 - e) Çocuk sayısı açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2. Evli bireylerin evlilikte problem çözme becerisi, evlilik uyumu, ilişkiye dair bilişsel çarpıtmalar ve tolerans düzeyi puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. Yöntem

Bu bölümde, araştırmanın yöntemi, evren ve örneklem ile kullanılan ölçme araçları, veri toplama izlenen yol ve verilerin istatistiksel analizinde kullanılan yöntem ve tekniklere ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

2.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırmada, iki ya da daha çok değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve derecesini betimlemeyi amaçlayan korelasyonel ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Karasar, 2002).

2.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, Şanlıurfa merkezde ikamet etmekte olan çeşitli kamu kurum ve kuruluşları ile özel sektörde çalışan rastgele seçilen evli bireylerden oluşmaktadır. 231 kişiden oluşan çalışma grubunun 104’ü kadın, 127’i ise erkektir. Katılımcıların yaşları

15-25, 25-35, 35-45 ve 45 üstü olmak üzere dört grupta toplanmıştır. Katılımcılar evlilik sürelerine göre; 1-5,5-10, 10-15 olmak üzere üç grupta değerlendirilmiştir.

2.3. Sınırlılıklar

Bu araştırma Şanlıurfa il sınırları içinde araştırmaya gönüllü olarak katılan evli bireylerin verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.

Araştırmadan elde edilen bulgular, veri toplama araçları olarak kullanılan; kişisel bilgi formu, ilişkide bilişsel çarpıtma, evlilikte problem çözme, tolerans düzeyi ve evlilik uyumu ölçeğinde yer alan sorulara verilen yanıtlarla sınırlıdır.

2.4. Veri Toplamada Kullanılan Ölçme Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu; cinsiyet, eğitim düzeyi, çocuk sahibi olup olmama ve çocuk sayısı gibi değişkenlere ilişkin bilgi toplamak amacıyla sorulan soruları ihtiva etmektedir.

İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği

Hamamcı (2002) tarafından geliştirilen ölçek, kişinin diğer belirli kişilerle ilişkilerinde sahip olduğu bilişsel çarpıtmaları belirlemeyi amaçlamaktadır. Ölçek, 5'li Likert üzerinde puanlanan 19 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 19 ile 95 arasında değişmektedir. Yüksek puanlar kişinin ilişkilere yönelik yoğun bilişsel çarpıtmalara sahip olduğu anlamına gelmektedir. Temel bileşenler faktör analizi sonucunda ölçeğin 3 faktörlü yapıda olduğu saptanmıştır. Bu faktörler 'yakınlıktan kaçınma', 'gerçekçi olmayan ilişki beklentisi' ve 'zihin okuma' olarak adlandırılmıştır (Akt. Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003).

Tolerans Ölçeği

Çalışmada kullanılan diğer ölçek olan 'Tolerans Ölçeği' ise Ersanlı (2011) tarafından geliştirilmiş 5'li Likert tipine uygun ve toplam 11 maddeden meydana gelen bir ölçektir. Birey okuduğu maddeye ilişkin görüşünü 1 ile 5 arasında derecelendirerek sadece birini işaretlemektedir. Tüm maddelere verilen cevapların toplamı bireyin tolerans düzeylerini belirlemektedir. Ölçekte ters puanlanan tek bir madde olup, ölçek puanları 11 ile 55 puan arasında değişim göstermektedir. Ölçekten alınacak olan toplam puanların yükselmesi, bireyin tolerans düzeylerinin yüksekliğinin göstergesidir (Ersanlı, 2014: 85).

Evlilikte Problem Çözme Ölçeği

Ölçek 1982 yılında, evli bireylerin evlilik ilişkisinde karşılaştıkları problemleri çözme becerilerine yönelik algılarının belirlenmesi amacıyla Baugh, Avery ve Sheets-Hawoth tarafından geliştirilmiş, 9 madde ve 7 dereceli bir ölçektir. Ölçek Hünler ve Gençöz tarafından 2002 yılında Türk kültürüne uyarlanmıştır. Orijinali 7 dereceli olarak değerlendirilmekte olan ölçek, kolay cevaplanması için 5 dereceli ölçeğe dönüştürülmüştür. Ölçekten alınabilecek puanlar 9 ile 45 puan aralığında değişmektedir. Yüksek puan, bireyin kendini evlilikte sorun çözme becerileri açısından başarılı algıladığının göstergesidir (Hünler ve Gençöz, 2003).

Evlilikte Uyum Ölçeği

Evli bireylerin uyum düzeylerinin saptanması nedeniyle Locke ve Wallace tarafından geliştirilen bu ölçeğin ülkemizde kullanılan formunun Tutarel-Kışlak (1999) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan ölçek 15 maddeden meydana gelmektedir. Genel evlilik uyumunu ya da niteliğini ölçmekte, bununla birlikte farklı konularda anlaşma ya da anlaşamama ile ilişki tarzını ölçmektedir. Ölçekteki maddeler, seçenek sayısına bağlı olarak değişen 0 ile 6 arasında bir puan almaktadır. Ölçekten alınan toplam puanlar 0-60 puan arasında değişmektedir. 43 puan ve üzerinde puana sahip olanlar evlilik ilişkileri açısından uyumlu bulunurken, altında puan olanlar ise uyumsuz olarak kabul edilmektedir (Tutarel-Kışlak, 1999).

2.5. Verilerin Toplanması ve Analizi

Bu araştırmada veriler, Şanlıurfa il merkezinde ikamet etmekte olup, gönüllü olarak katılım sağlayan, çeşitli kamu kurum ve

kuruluşları ile özel sektörde çalışan 231 evli bireye yazılı anket formu verilmiş ve katılımcıların ölçeklere cevap vermeleri sağlanmıştır.

Araştırmada veri toplamak amacıyla kullanılan ölçeklerden elde edilen verilerin dağılımının normalliğine ilişkin çarpıklık-basıklık testi yapılmıştır. Veriler normal dağılım gösterdiğinden dolayı parametrik analizlerden ilişkisiz örneklemeler içint testi ve ANOVA testi yapılmıştır. Evli bireylerin ilişkide bilişsel çarpıtma, evlilikte problem çözme, tolerans düzeyleri ve evlilikte uyumları arasındaki ilişkiyi görmek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon testi kullanılmıştır. Ölçek maddelerinin güvenilirliğini hesaplamak amacıyla Cronbach's Alpha iç tutatlılık katsayısı hesaplanmıştır.

Tablo1: Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarından elde edilen toplam puanlara ait dağılımların normalliğine ilişkin yapılan çarpıklık-basıklık değerleri aşağıdaki tabloda verilmiştir.

| | Problem Çözme | Bilişsel Çarpıtmalar | Tolerans | Evlilik Uyumu |
|-----------------|----------------------|-----------------------------|-----------------|----------------------|
| Skewness | -,631 | ,163 | 1,022 | -,398 |
| Kurtosis | ,782 | -,072 | ,804 | -,172 |

3. Bulgular

Bu bölümde araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen veriler üzerinde yapılan istatistiksel analizlere ilişkin bulgular verilmiştir.

3.1. Ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiye ilişkin bulgular

Kullanılan ölçeklerin madde güvenilirliğini hesaplamak amacıyla da Cronbach's Alpha analizi yapılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo2'de sunulmuştur.

Tablo 2: İlişkide Bilişsel Çarpıtma Ölçeği, Tolerans Ölçeği, Evlilikte Problem Çözme Ölçeği ve Evlilik Uyumu Tanımsal İstatistik Cranbach Alfa Değerleri

| | Madde Sayısı | Maddeler | Değişken Ortalama | Standart Sapma | Cronbach Alpha |
|--------------------------------|---------------------|-----------------|--------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Evlilikte Problem Çözme | 9 | 1–9 | 36,2 | 7,23 | .879* |
| Bilişsel Çarpıtmalar | 19 | 1–19 | 59,9 | 12,07 | .813* |
| Tolerans | 11 | 1–11 | 18,6 | 5,81 | .742* |
| Evlilik Uyumu | 15 | 1–15 | 41,2 | 7,97 | .800* |

* $0.60 \leq \alpha \leq 0.80$ oldukça güvenilir, $0.80 \leq \alpha \leq 1.00$ yüksek derecede güvenilirdir.

Tablo 2'de, ölçek maddelerinin güvenilirliğine ilişkin olarak yapılan Cronbach Alfa değerlerinin yeterince güvenilir olduğu görülmektedir.

Ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon Testi yapılmış ve elde edilen sonuçlar, Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3:Değişkenler Arası İlişkileri Gösteren Korelasyon Matrisi

| | Problem Çözme | Bilişsel Çarpıtmalar | Tolerans | Evlilik Uyumu |
|----------------------|---------------|----------------------|----------|---------------|
| Problem Çözme | 1 | | | |
| Bilişsel Çarpıtmalar | ,010 | 1 | | |
| Tolerans | -,066 | -,266** | 1 | |
| Evlilik Uyumu | ,556** | -,041 | -,064 | 1 |

*p<.05

Tablo 3'te problem çözme becerilerine ilişkin puanların evlilik uyumu puanları ile pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu ($r=.010$, $p>.05$); ayrıca bilişsel çarpıtma puanları ile tolerans puanları arasında da negatif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişkinin olduğu ($r=-,266$, $p>.05$) görülmektedir. Problem çözme puanları ile bilişsel çarpıtma, tolerans ve evlilik uyumu puanları arasında; bilişsel çarpıtma puanları ile tolerans ve evlilik uyumu puanları arasında; ayrıca tolerans puanları ile evlilik uyumu puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunamamıştır.

3.2. Ölçeklerden elde edilen puanların cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin t testi sonuçları

Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen puan ortalamalarının bireylerin cinsiyetine göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin ilişkisiz örneklemeler için t testi yapılmış ve elde edilen bulgular, Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4: Ölçeklerden elde edilen puan ortalamalarının cinsiyete göre farklılaşma düzeylerine ilişkin ilişkisiz örneklemeler için t testi sonuçları

| | Cinsiyet | N | \bar{x} | Sx | T | P |
|----------------------------|----------|-----|-----------|--------|--------|-------|
| Problem Çözme Becerisi | Kadın | 104 | 34,441 | 7,348 | -1,697 | ,091 |
| | Erkek | 127 | 36,058 | 7,086 | | |
| İlişkide Bilişsel Çarpıtma | Kadın | 104 | 60,103 | 12,466 | ,121 | ,904 |
| | Erkek | 127 | 59,910 | 11,799 | | |
| Tolerans | Kadın | 104 | 17,754 | 5,941 | -2,073 | ,039* |
| | Erkek | 127 | 19,338 | 5,641 | | |
| Evlilik Uyumu | Kadın | 104 | 40,742 | 8,396 | -,806 | ,421 |
| | Erkek | 127 | 41,593 | 7,628 | | |

Tablo 4 incelendiğinde, kadın ve erkeklerin tolerans puanları arasında erkekler yönünde anlamlı bir fark olduğu ($t=-2,073$, $p<0.05$) görülmektedir. Ancak ilişkide bilişsel çarpıtma, evlilikte problem çözme becerileri ve evlilik uyumu puanlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>.05$) görülmektedir.

3.3. Ölçeklerden elde edilen puanların çocuk sahibi olup olmamalarına göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin t testi sonuçları

Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen puan ortalamalarının bireylerin çocuk sahibi olup olmamalarına göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin ilişkisiz örneklemeler için t testi yapılmış ve elde edilen bulgular, Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5: Ölçeklerden elde edilen puan ortalamalarının çocuk sahibi olup olmamalarına göre farklılaşma düzeylerine ilişkin t testi sonuçları

| | Çocuğu olup/olmama | N | \bar{x} | Ss | T | p |
|--|-----------------------|---|-----------|----|---|---|
|--|-----------------------|---|-----------|----|---|---|

| | | | | | | |
|----------------------------|-------|-----|--------|--------|--------|-------|
| Problem Çözme Becerisi | Evet | 170 | 34,689 | 7,410 | -2,268 | ,024* |
| | Hayır | 61 | 37,116 | 6,448 | | |
| İlişkide Bilişsel Çarpıtma | Evet | 170 | 59,605 | 11,922 | -,823 | ,411 |
| | Hayır | 61 | 61,089 | 12,538 | | |
| Tolerans | Evet | 170 | 18,555 | 6,091 | -,303 | ,762 |
| | Hayır | 61 | 18,819 | 5,024 | | |
| Evlilik Uyumu | Evet | 170 | 40,474 | 8,043 | -2,362 | ,019* |
| | Hayır | 61 | 43,259 | 7,475 | | |

Tablo 5 incelendiğinde, çocuk sahibi olan ve olmayan bireylerin evlilikte problem çözme becerileri ve evlilik uyumu puanları arasında çocuğu olmayanlar yönünde anlamlı bir fark olduğu (sırasıyla; $t=-2,268$; $t=-2,362$, $p<0,05$) görülmektedir. Ancak ilişkide bilişsel çarpıtma ve tolerans puanlarının çocuk sahibi olup olmamalarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı ($p>0,05$) görülmektedir.

3.4. Ölçeklerden elde edilen puanların eğitim düzeyine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA testi sonuçları

Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen puan ortalamalarının bireylerin eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmış ve elde edilen bulgular, Tablo 6’te verilmiştir.

Tablo 6: Ölçeklerden elde edilen puan ortalamalarının eğitim düzeyine göre farklılaşma düzeylerine ilişkin ANOVA testi sonuçları

| | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | Serbestlik Derecesi | Kareler Ortalaması | F | P | Anlamlı Fark |
|----------------------------|-------------------|-----------------|---------------------|--------------------|-------|-------|--|
| | | | | | | | |
| Problem Çözme Becerisi | Gruplar arası | 586,847 | 3 | 195,616 | 3,877 | ,010* | Üniversite> İÖ |
| | Gruplar içi | 11452,367 | 227 | 50,451 | | | |
| | Toplam | 12039,214 | 230 | | | | |
| İlişkide Bilişsel Çarpıtma | Gruplar arası | 2909,599 | 3 | 969,866 | 7,184 | ,000* | İÖ>Lise, Üniversite Lise>Üniversite ve Lisans üstü |
| | Gruplar içi | 30643,851 | 227 | 134,995 | | | |
| | Toplam | 33553,450 | 230 | | | | |
| Tolerans | Gruplar arası | 133,350 | 3 | 44,450 | 1,318 | ,269 | |
| | Gruplar içi | 7655,725 | 227 | 33,726 | | | |
| | Toplam | 7789,075 | 230 | | | | |
| Evlilik Uyumu | Gruplar arası | 569,894 | 3 | 189,965 | 3,066 | ,029* | Lisansüstü>İÖ |
| | Gruplar içi | 14064,075 | 227 | 61,956 | | | |
| | Toplam | 14633,969 | 230 | | | | |

Katılımcılar eğitim düzeylerine göre; okuryazar değil, ilköğretim, lise, üniversite, lisansüstü düzeyde olmak üzere beş grupta değerlendirilmiştir. Evlilikte problem çözme becerileri, ilişkide bilişsel çarpıtma ve evlilik uyumu puanlarının bireylerin eğitim düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir (sırasıyla $F(3,227)=3,877$, $p<0,01$; $F(3,227)=7,184$, $p<0,01$; $F(3,227)=3,066$, $p<0,01$). Dağılım varyansları eşit olduğu (normal dağılım özelliği gösterdiğinden) ve gruplardaki kişi sayısı eşit olmadığı için; bu farkın hangi eğitim düzeylerinin arasında ve hangisi yönünde olduğuna bakmak için Post Hoc testlerinden Scheffé testi kullanılmıştır. Test sonuçlarına göre bu farkın; problem çözme puanları açısından, üniversite mezunu bireyler ile ilköğretim mezunu olan bireyler arasında, üniversite mezunu bireyler yönünde olduğu görülmektedir. İlişkide bilişsel çarpıtma puanlarının ilköğretim, lise ve üniversite mezunu bireyler arasında, ilköğretim mezunu bireyler yönünde; lise mezunu ile üniversite mezunu bireyler arasında, lise mezunu bireyler yönünde olduğu görülmüştür. Evlilik uyumu puanlarının lisansüstü mezunu bireyler ile ilköğretim mezunu bireyler arasında lisansüstü bireyler

yönünde anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Ancak tolerans puanlarının, eğitim düzeyleri açısından anlamlı derecede farklılaşmadığı görülmektedir ($F(3,227)=1,318, p>.05$).

3.5. Ölçeklerden elde edilen puanların çocuk sayısına göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA testi sonuçları

Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen puan ortalamalarının bireylerin çocuk sayısına göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmış ve elde edilen bulgular, Tablo7’te verilmiştir.

Tablo 7: Ölçeklerden elde edilen puan ortalamalarının bireylerin çocuk sayısına göre farklılaşma düzeylerine ilişkin ANOVA testi sonuçları

| | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | Serbestlik Derecesi | Kareler Ortalaması | F | P | Anlamlı Fark |
|----------|-------------------|-----------------|---------------------|--------------------|-------|-------|--------------|
| Problem | Gruplar arası | 326,675 | 2 | 163,337 | 3,180 | ,043* | 0 >3 |
| Çözme | Gruplar içi | 11712,539 | 228 | 51,371 | | | |
| Becerisi | Toplam | 12039,214 | 230 | | | | |
| İlişkide | Gruplar arası | 111,674 | 2 | 55,837 | ,381 | ,684 | |
| Bilişsel | Gruplar içi | 33441,775 | 228 | 146,674 | | | |
| Çarpıtma | Toplam | 33553,450 | 230 | | | | |
| Tolerans | Gruplar arası | 15,354 | 2 | 7,677 | ,225 | ,799 | |
| | Gruplar içi | 7773,721 | 228 | 34,095 | | | |
| | Toplam | 7789,075 | 230 | | | | |
| Evlilik | Gruplar arası | 762,368 | 2 | 381,184 | 6,265 | ,002* | 0 >3 |
| Uyumu | Gruplar içi | 13871,601 | 228 | 60,840 | | | |
| | Toplam | 14633,969 | 230 | | | | |

Katılımcılar; hiç çocuğu olmayanları(0), çocuk sayısı 1-2 arasında olanlar(1), 3 ve üzeri olanlar(3), şeklinde üç grupta değerlendirilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre evlilikte problem çözme becerileri ve evlilik uyumu puanlarının çocuk sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir (sırasıyla $F(2,228)=3,180, p<.01$; $F(2,228)=6,265, p<.01$). Dağılım varyansları eşit olduğu(normal dağılım özelliği gösterdiğinden) ve gruplardaki kişi sayısı eşit olmadığı için; bu farkın hangi eğitim düzeylerinin arasında ve hangisi yönünde olduğuna bakmak için Post Hoc testlerinden Scheffé testi kullanılmıştır. Test sonuçlarına göre bu farkın; problem çözme becerileri ve evlilik uyumu puanları açısından hiç çocuğu olmayan evli bireyler ile 3 ve üzeri çocuk sayısına sahip olanlar arasında; hiç çocuğu olmayan evli bireyler yönünde olduğu görülmektedir. Ancak evli bireylerin ilişkide bilişsel çarpıtma ve tolerans puanlarının farklı çocuk sayısına göre anlamlı derecede farklılaşmadığı görülmüştür (sırasıyla $F(2,228)=,38, p>.05$; $F(2,228)=225, p>.05$).

4. Tartışma ve Sonuç

Evli bireylerin ilişkide bilişsel çarpıtma, evlilikte problem çözme becerisi, tolerans düzeylerinin ve evlilikte uyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bulgular değerlendirildiğinde evli bireylerin ilişkide bilişsel çarpıtmalar ile tolerans düzeyi arasında negatif yönde zayıf; ayrıca evlilikte problem çözme becerileri ve evlilik uyumları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülürken; diğer ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Bulgular evli bireylerin tolerans düzeyleri ve bilişsel çarpıtmalarından biri artarken diğerinin düştüğünü göstermektedir. Bu durumun doğal bir sonuç olduğu düşünülmektedir. Bir başka ifadeyle tolerans ve ilişkide bilişsel çarpıtmalardan biri artarken diğerinin düşmesi beklenen bir sonuçtur denilebilir. Çünkü bireylerde bilişsel çarpıtmaların artması sağlıklı düşünme yetisini ortadan kaldıracığından, kişinin algıları çarpıtmalara yönelik olacak;

bu durum da tolerans gibi pozitif bir becerinin gelişimini engelleyecektir. Yine evli bireylerin problem çözebilme becerileri yükseldikçe evlilik uyumları da artmaktadır. Problem çözme becerisi yüksek evli bireylerin evlilik uyumlarının da buna nispeten artmasının beklenen bir bulgu olduğu söylenebilir. Sağlıklı problem çözme becerisi evlilik ilişkisinde tabii bir unsur olan değişim ve değişimin neticesinde ortaya çıkabilen sorunların çözümünü kolaylaştırdığından evlilik uyumu da artmaktadır.

Bu araştırmadan farklı olarak; Hamamcı (2005a), ilişkide bilişsel çarpıtmalar ile evlilik çatışması arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde bir ilişki saptamıştır. Küçükçelik (2015), evlilikte uyum ile bilişsel çarpıtmalar arasında negatif ve anlamlı bir ilişki bulmuştur. Benzer bir şekilde Yıldırım (2018) de, yaptığı araştırmada evli çiftlerin bilişsel çarpıtmalar düzeyinin evlilik uyumu düzeyini azaltmakta olduğunu bulmuştur. Yurt dışında ise; Möller ve ark. (2001), sorunlu evlilik ilişkisine sahip evli bireylerin, sorunsuz evliliğe sahip bireylere göre daha fazla bilişsel çarpıtmalara sahip olduklarını saptamıştır. Bir diğer araştırmada Metts ve Cupach (1990) problem çözme tepkileriyle ilişkide işlevsel olmayan inançlar ve yakın ilişkilerde doyum arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında, hem işlevsel olmayan inançların hem de problem çözme tepkilerinin ilişki doyumu ile arasında anlamlı ilişkili olduğunu bulmuştur.

Bu araştırmaya paralel olarak Özcan (2016) da yaptığı araştırmada evlilik uyumu ile tolerans arasında anlamlı bir ilişki saptamıştır. Bu durum beklenen bir sonuç olarak görülmektedir. Çünkü tolerans düzeyinin artmasının kişiler arası ilişkilerde uyumu güçlendiren bir unsur olması beklenilmektedir. Ancak araştırma bulgularında bu durumun tersi sonuçlar ortaya çıkmıştır. Bu durum araştırmanın sınırlılıklarıyla ilgili olabileceği bu sebeple yapılacak çalışmaların daha farklı ve geniş bir katılımcı grubuyla yapılması düşünülebilir.

Sonuç olarak ilgili araştırma bulguları değerlendirildiğinde evlilik uyumu, problem çözme ve ilişkide bilişsel çarpıtmalar arasında genellikle anlamlı bir ilişkili olduğu; ancak tolerans düzeyinin ise henüz yeni ve yeterli araştırmalar yapılmayı bekleyen bir değişken olduğu söylenebilir.

Bu araştırmada evli bireylerin evlilikte problem çözme puan ortalamalarının çocuk sahibi olma, çocuk sayısı ve eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülürken; cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür.

Durmuş ve Altuntaş (2017) ise, yaptıkları araştırma bulgularında; evlenme biçimi, evlenme yaşı, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenleriyle evlilikte problem çözme becerilerinin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptamıştır. Erok (2013) yaptığı araştırma sonucuna göre cinsiyete göre evlilik çatışma yaygınlığı anlamlı bir şekilde farklılaşırken; yaş ve eğitim düzeyine göre ise evlilik çatışma yaygınlığı farklılaşmamıştır. Ayrıca gelir durumuna göre evlilik çatışma sıklığı anlamlı düzeyde farklılaşırken; cinsiyet, eğitim düzeyi ve yaşa göre evlilik çatışma sıklığı anlamlı şekilde farklılaşmamıştır. Benzer bir araştırmada Papp ve ark. (2007) da boşanmış bireyler üzerinde yaptıkları araştırmada, problem çözme becerilerinin cinsiyet açısından erkekler yönünde daha yüksek olduğunu saptanmıştır. Harrel (1990) ise yaptığı araştırma sonucuna göre kadınların yüksek eğitilmiş olması durumunda çatışmanın daha az olduğu saptamıştır.

Sonuç olarak ilgili araştırma bulguları değerlendirildiğinde evlilikte problem çözme düzeyinin genellikle eğitim düzeyi, yaş, gelir durumu ve çocuk sahibi olup olmama açısından farklılaştığı söylenebilir. Bu araştırma bulgularında problem çözme becerilerinin çocuk sayısı ve çocuk sahibi olma değişkenlerine göre çocuk sahibi olmayanlar ve az sayıda çocuk sahibi olanlar yönünde olması; çocuğun dünyaya gelmesiyle birlikte sorumluluğun artması buna mukabil eşlerin adil görev ve sorumluluk paylaşımında yaşamakta oldukları problemlerle ve çocuğun ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Eğitim durumunda problem çözme becerilerine göre ortaya çıkan farklılaşmanın ise eğitim düzeyi yükseldikçe sağlıklı problem çözme becerilerinin geliştiği şeklinde yorumlanmaktadır.

Bu araştırmada evli bireylerin ilişkide bilişsel çarpıtma puan ortalamaları eğitim düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşırken; çocuk sahibi olma, çocuk sayısı ve cinsiyet değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür.

Hamamcı (2005b)'nin yaptığı araştırma bulgularına göre bilişsel çarpıtmalarda yaş ve cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmanın görülmeyeceği; buna karşın eğitim seviyesine göre ise anlamlı farklılaşma görülmektedir. Benzer bir araştırmada Sönmez (2012) de boşanma sürecindeki çiftler üzerinde yaptığı araştırma bulgularında cinsiyet ve eğitim durumuna göre otomatik düşünceler anlamlı bir

şekilde farklılaştığını bulmuştur. Koolae, Adibrad ve Sedgh (2009), tarafından yürütülen araştırmada ise, boşanma sürecindeki kadınların evlilikleri devam eden kadınlara nispeten daha fazla gerçekçi olmayan inanca sahip oldukları saptamıştır.

Sonuç olarak ilgili araştırma bulguları değerlendirildiğinde ilişkide bilişsel çarpıtma düzeyinin genellikle eğitim düzeyi ve yaş açısından farklılaştığı söylenebilir. Bu araştırmada evli bireylerin yaşlarının artmasına bağlı olarak ilişkiye dair bilişsel çarpıtma düzeyinin yükselmesi; bireylerin yaşlarının ilerlemesine bağlı olarak çarpıtmaları ve olumsuz inançlarının güçlendiği, temel ve ara inançlara bağlı olarak daha fazla otomatik düşünceye sahip oldukları söylenebilir. İlişkiye dair bilişsel çarpıtma düzeyinin eğitim düzeyine göre düşmesinin, eğitimin düzeyinin artmasıyla zihnin çarpık algılamasının engellenmesi ile ilgili olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmada evli bireylerin tolerans düzeyleri puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşırken; çocuk sahibi olma, çocuk sayısı ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür.

Özcan (2016) evlilik uyumu ile tolerans arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada, cinsiyete göre tolerans puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığı; buna karşın yaş, eşlerin öğrenim durumu, evlilik süresi, sosyo-ekonomik düzey, mutluluk düzeyi, yaşanan yerleşim yeri ve öğrenim durumuna göre tolerans puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını saptamıştır. Benzer bir araştırmada Akkoç (2011) da sağlık çalışanlarına ilişkin yaptığı araştırmada tolerans puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı; buna karşın eğitim durumu ve sosyo-ekonomik düzeye göre ise anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını saptamıştır. Benzer bir şekilde Kaleli (2013) de tolerans puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı saptamıştır.

Sonuç olarak ilgili araştırma bulguları değerlendirildiğinde tolerans düzeyinin cinsiyet açısından farklılaştığı; araştırmaların genellikle erkekler yönünde olduğu söylenebilir. Bu bulgusunda görülen evli erkeklerin tolerans düzeylerinin kadınlara nispeten yüksek olmasının; kadınların ev işlerinin ağır olması, çocuklarla daha çok ilgilenmeleri ve sorumluluklarının yüksek olması ile ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmada evli bireylerin evlilik uyumu puan ortalamalarının çocuk sahibi olma, çocuk sayısı ve eğitim düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşırken; cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Cinsiyete göre evlilik uyumuna ilişkin Yıldırım'ın (1992), Tutarel-Kışlak ve Çubukça'nın (2002), Demiray'ın (2006), Fidanoğlu'nun (2007), Özcan'ın (2016) yaptıkları araştırmalar bu çalışmanın bulgusunu desteklerken; Azizoğlu-Binici'nin (2000), Gökmen'in (2001), Bal'ın (2007) ve yurt dışında Karney ve Bradbury (2004)'in araştırma bulgusunu desteklememektedir. Ümmet (2017), bütün kategorilerde çocuk sahibi olanların çocuk sahibi olmayanlara nispeten daha fazla olumlu içerikte metaforlar ürettiklerini görmüştür. Benzer bir şekilde Demirci ve ark. (2005), çocuksuz evliliklerde boşanma oranlarının yüksek olduğunu bildirmişlerdir.

Ümmet (2017) yaptığı araştırmada, eğitim seviyesi yüksek olan bireylerde evlilik uyumunun yüksek ve boşanma oranlarının görece düşük olduğunu saptamıştır. Yine Hoşgör (2013) de yaptığı araştırmada, evlilik uyumunun eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiğini saptamıştır. Hoşgör (2013) de yaptığı araştırmada, evlilik uyumunun eşlerin çocuk sayısı değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiğini saptamıştır. Hasta (1996) ve Yıldırım H. (2018) yanı sıra Callan (1983) ve Feeney ve ark. (1994) da çocuksuz evliliklerde evlilik uyumunun daha başarılı olduğunu bildirmektedir.

Sonuç olarak ilgili araştırma bulguları değerlendirildiğinde bu araştırmada evlilik uyumunun cinsiyet açısından farklılaşmaması, değişen toplumsal hayat ile birlikte evlilik ilişkisinde kadın erkek rollerinin de eşitlikçi roller yönünde gelişmesi ile açıklanabilir. Yapılan araştırmalar çocuk sahibi olmanın genellikle boşanmayı engellediğini göstermektedir. Bu araştırmada evlilik uyumunun çocuk sahibi olup olmama ve çocuk sayısı açısından, çocuğu olmayanlar ve daha az çocuk sahibi olanlar yönünde farklılaşması; çocuğun dünyaya gelmesiyle birlikte eşler arasında görev ve sorumlukların artması, çocuğun yetiştirilme tarzı konusundaki farklı düşünceler, yaşanan problemler ve problem çözme becerilerinin düşük olması ile açıklanabilir. Bu araştırmada evlilik uyumunun eğitim düzeyi açısından, yüksek eğitim düzeyine sahip evli bireyler yönünde farklılaşması beklenen bir bulgu olarak görülmektedir. Çünkü eğitim düzeyi arttıkça eşlerin sağlıklı iletişim, birbirini anlama, anlayış, problem çözme becerilerinin artması ve bilişsel çarpıtma düzeylerinin düşmesine bağlı doğal bir sonuç olarak evlilik uyumunun yükseldiği düşünülmektedir.

Öneriler

Yapılan araştırmadan yola çıkarak getirilebilecek öneriler aşağıda sunulmuştur:

1. Bu araştırmada elde edilen sonuçlar Şanlıurfa il merkezlerinde çalışmaya katılan gönüllülerle sınırlanmıştır. Bu konudaki araştırma ve incelemelerin daha farklı ve kapsamlı örneklem ya da araştırma gruplarıyla yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.
2. Yapılacak yeni araştırma ve geliştirilecek programlara evlilikte problem çözme, bilişsel çarpıtma, tolerans ve evlilik uyumu ile bunların farklı değişkenler açısından incelenmesine yönelik verilerin öngörü oluşturacağı düşünülmektedir.
3. Literatürde toleransla ilgili yeterli araştırma bulunmamaktadır. Daha farklı çalışma gruplarıyla ve değişkenlerle (geleneksel inanış, aile rolleri, dindarlık durumu vb.) birlikte araştırılmalar yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.
4. Bulgularda elde edilen eğitim düzeyi, sosyo-ekonomik durum, çocuk sayısı ve çocuk sahibi olamaya ilişkin bulguların yapılacak yeni araştırma ve geliştirilecek programlar için yararlı olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmada hali hazırda evli bireyler yer almaktadır yapılacak yeni araştırmalar boşanmış ya da boşanmakta olan bireylere odaklanabilir; ayrıca psikolojik iyi oluş, stresle başa çıkma becerisi, kadının çalışıyor olması, evde görev paylaşımı, kültürel/geleneksel inanış, dindarlık durumu ve ailede sınırları da içeren bir takım farklı değişkenler de incelenebilir.

KAYNAKÇA

- Akkoç, M.Ş. (2011). *Acil servis sağlık çalışanlarının tolerans düzeyleri ile öfke kontrolleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Altuntaş, S., ve Durmuş, E. (2017). *Evlilikte problem çözme yordayan değişkenlerin incelenmesi*. Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. Sayı 30. Ocak 2018.
- Azizoglu-Binici, S. (2000). *Psikolojik yardım için başvuruda bulunan ve bulunmayan evli çiftlerin evlilik ilişkilerini değerlendirmelerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Ankara.
- Bal H. (2007). *Bağlanma stilleri, cinsiyet rolleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin
- Bolat, M. (2013). *Engelli çocuğu olan anne babaların tolerans düzeylerine göre tükenmişlik durumları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Beck, J. (2001). *Bilişsel Terapi Temel İlkeler ve Ötesi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Callan, V. (1983). The voluntarily childness and their perceptions of parenthood and childness. *Journal of Comparative Family Studies* 14, 87-96.
- Corey, G. (2005). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Cummings, E. M., Kouros, C. D., & Papp, L. M. (2007). *Marital aggression and children's responses to everyday interparental conflict*. *European Psychologist*, 12(1), 17-28.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır
- Demirci, Ş., Günaydın, İ, Doğan H. ve Aynacı Y. (2005). Konya ilindeki boşanmaların retrospektif değerlendirilmesi. *Adli Tıp Dergisi*, 19(1), 22-28.
- Epstein, N., Baucom, D. H. ve Rankin, L. A. (1993). *Treatment of marital conflict: a cognitive-behavioral approach*. *Clinical*

Psychology Review, 13. 45-57.

- Erok, M., (2013). *İlişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar, ilişkiye dair inançlar, kişilerarası öfke, kişilerarası ilişkiler, problem çözme ve evlilik çatışması*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Ersanlı, E., (2014). The validity and reliability study of tolerance scale. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 4(1), 85-89.
- Ersoy A. F. (2016). Dördüncü sınıf öğrencilerinin hoşgörü algısı ve deneyimleri: bir fenomenolojik araştırma. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2016; 12(1): 454-473
- Feeney, J., Noller, P. and Hanrahan, R. (1994) Assessing Adult Attachment. In: Berman, W. and Sperling, M., Eds., *Attachment in Adults: Clinical and Developmental Perspectives*, Guilford Press, New York, 128-151.
- Fidanoğlu, O. (2007). *Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyi arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul
- Gökmen, A. (2001). *Evlü eşlerin birbirlerine yönelik kontrolçülük ve bağımlılık algularının evlilik doyumu üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hamamcı, Z. Büyüköztürk, Ş. (2004). The interpersonal cognitive distortions scale: Development and psychometric characteristics. *Psychological Reports*, 95, 291-303
- Hamamcı, Z. (2005b). Dysfunctional relationship belief in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior And Personality*, 33(4), 313-328.
- Hamamcı, Z. (2005a) Dysfunctional relationship beliefs in marital conflict. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 23(3), 245-261.
- Harrel, W. A. (1990). Husband's masculinity, wives power and marital conflict. *Social Behavior & Personality*, 18 (2), 207-216.
- Hasta, D. (1996). *Ev İşi Paylaşımı ve Ev İşi Paylaşımında Hakkaniyet Algısı İle Evlilik Doyumu İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Hoşgör, E.K. (2013). *Evlü çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Hünler, O.S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*. 18 (51).99-108.
- Kaleli, A. (2013). *Kendine saygı ve tolerans düzeyi arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (11. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66, 862-879.
- Koolae, A. K., Adibrad, N. ve Sedgh, B. S. (2009). The comparison of relationship beliefs and couples burnout in women who apply for divorce and women who want to continue their marital life. *Iranian Journal of Psychiatry*, 5, 35-39.
- Koroğlu, E. (2014). *Ruh sağlığınız için 'Akılcı Düşünme'*. Ankara: HBY Yayınevi
- Küçükçelik, Z. M. (2015). *İlişkiye dair inançlar ve bilişsel çarpıtmaların evlilik uyumuna etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul

- Metts, S. & Cupach W. R. (1990). *The influence of relationship beliefs and problemsolving responses on satisfaction in romantic relationships*. Human Communication Research, 17(1), 170-185.
- Miller, K.J., ve Session, M. M. (2005). *Infusing tolerance, diversity, and social personal curriculum into inclusive social studies classes using family portraits and contextual teaching and learning*. Teaching Exceptional Children Plus, 1(3), 1-14
- Möller, A. T. Rabe, H. M. & Nortje, C. (2001). Dysfunctional beliefs and marital conflict in distressed and nondistressed married individuals. *Journal of Rational Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 4(19), 259-270.
- Nursi, B. S. *Risale-i Nur Külliyatı, Lemalar*. Zehra Yayıncılık İstanbul, 2012.
- Öğülmüş, S. (2004). *Ben sorun çözebilirim: Kişilerarası sorun çözme becerileri ve eğitimi* (2. baskı). Ankara: Babil Yayıncılık.
- Özcan, Ö. (2016). *Evlilik uyumu ile tolerans düzeyi arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Samsun.
- Payne, M. (2006): *Narrative therapy. An introduction for counsellors*. 2nd ed. London: Sage.
- Sönmez., D. (2012). *Boşanma sürecindeki çiftlerin otomatik düşünceleri ile aile ve evliliğe ilişkin inançlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Tarhan, N (2014). *Evlilik Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınevi.
- Telsiz, M. (2003). *Effects of woman's employment on family life*. Ulaşıldı November, 11,2003, Web:www.gafgaz.edu.az/journal.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1997). Evlilik uyumu ve nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*. 12. (40). 55-64.
- Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çabukça, F. (2002).Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum.Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 5, 35-41.
- Türkmen, İ.,Evlilik iki kişilik yolculuktur, (06.06.2019): <https://panoramanews.de/yazarlar/ilyasturkmen/evlilik-iki-kisilik-yolculuktur/>
- Troupe, F. (2008). Marital Conflict: A Longitudinal Study. Florida State University. Collage Of Human Sciences.
- Ümmet, D. (2017). Genel psikolojik sağlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide evlilik uyumunun aracı rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 159-175.
- Yıldırım, H. (2018). *Polislerde evlilik uyumu ve evlilikte problem çözme becerilerinin incelenmesi: karaman örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.
- Yıldırım, İ. (1992). *Evlü bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yıldırım, T. (2018). *Evlü bireylerde bağlanma biçimleri, ilişkiye dair bilişsel çarpıtmalar ve evlilik uyumu ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Yörükoğlu, A. (1992). *Değişen toplumda aile ve çocuk*. 4. Baskı, Ankara, Özgür Yayın-Dağıtım.

Künye/Cite as

Dönmez, M. & Tunç, E. (2019). İlişkide Bilişsel Çarpıtma, Evlilikte Problem Çözme, Evlilik Uyumu ve Tolerans Arasındaki İlişki. *Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 112-124.