



AİLE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIĞI DERGİSİ

THE JOURNAL OF FAMILY PSYCHOLOGICAL COUNSELING



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

ISSN: 2651-5490

AİLE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIĞI DERGİSİ
JOURNAL OF FAMILY COUNSELING

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınıdır
Publication of Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Adına Sahibi/Owner
Psikolojik Danışman Mehmet Fatih KILIÇ

Baş Editör/Editor-in-chief
Prof. Dr. Durmuş ÜMMET/Marmara Üniversitesi

Editör/Editor
Doç. Dr. Seher Merve ERUS/Yıldız Teknik Üniversitesi

Editör Yardımcısı
Uzm. Psi. Dan. Fethihan ÖZTÜRK/Marmara Üniversitesi

İstatistik Editörü
Doç. Dr. Akif AVCU/ Marmara Üniversitesi

Dil Editörü
Uzm. Psi. Dan. Sevda KISRIK/ Marmara Üniversitesi
Uzm. Psi. Dan. Tuğba AY/Gebze Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi

Dergi Kurulları
Prof. Dr. A. Nilgün CANEL/Marmara Üniversitesi
Prof. Dr. Tuğba SARI/Akdeniz Üniversitesi
Doç. Dr. Hanife AKGÜL/Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi
Doç. Dr. Ahmet ERDEM/Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi
Doç. Dr. Yakup İME/Necmettin Erbakan Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem DEMİR ÇELEBİ/İstanbul Sabahattin Üniversitesi

Teknik Düzenleme
Uzm. Psi. Dan. Simay MAĞARA

**Yayın İdare Merkezi Adres-Tel./Publication Management Center Address-
Phone**

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Sağlık Mah. Süleyman Sırrı Cad. Sağlık İş Hanı No:21/18
Çankaya/ANKARA Tel: 0312 430 3674
Dergi web sayfası
<http://dergipark.gov.tr/kpdd>

DİZİNLER



Index Copernicus International



Scientific Indexing Services (SIS)



ASOS Index



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

EDİTÖRLERDEN

Açık Erişim

FROM EDITORS

Open Access

Değerli meslektaşlarımız,

Türk PDR Derneğimizin dergilerinden biri olan Aile Psikolojik Danışmanlığı dergimizin, 2025 yılındaki 2. sayısı, toplamda 15. sayısını sizlerle paylaşmanın mutluluğu ve gururu içindeyiz.

Ülkemizde bilindiği üzere bu sene aile yılı ilan edilmiş ve toplumun yapı taşı olan ailelerin güçlendirilmesine yönelik çok çeşitli alanlarda çalışmalar yürütülmüştür. Bu çalışmaların içinde akademik çalışmalar da önemli bir yer tutmuştur. Dergimiz aile danışmanlığı alanındaki en güzel çalışmalardan oluşması nedeniyle bu misyona bir değer katmıştır ve katmaya devam edecektir.

Rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanının en önemli uzmanlık alt alanlarından biri olan aile danışmanlığı konusunda yapılmış çok değerli çalışmaları sizlere bu sayıyla sunmaktayız. Öncelikle bu sayıdaki çalışmalarda önceki dergi kurulunun büyük emeğinin bulunduğunu belirtmek isteriz. Bu vesile ile öncelikle derginin önceki baş editörü Prof. Dr. Serap NAZLI hocamıza, editörleri Dr. Öğr. Üyesi Semra KİYE ve Dr. Öğr. Üyesi Öykü MANÇE ÇALIŞIR'a, süreçte emek veren tüm kurul üyelerine içten teşekkürlerimizi sunarız. Tüm etik ilkeler göz önünde bulundurularak yürütülen bu süreçte çalışmaları ile dergimize katkı sunan tüm yazarlarımıza da ayrıca teşekkür ederiz. Dergimize yeni çalışmalarla başvurular devam etmektedir. Bu çalışmalar da yine en hızlı ve titiz şekilde değerlendirme sürecine dahil edilmiştir. Süreçte emeği geçen tüm yeni ekibimize de teşekkür ederiz. Son olarak 2025 senesini bitirdiğimiz bu günlerde tüm ülkemize ve meslektaşlarımıza iyi seneler diler sevgi ve saygılarımızı sunarız.

Baş Editör

Prof. Dr. Durmuş ÜMMET

Editörler

Doç. Dr. Seher Merve ERUS

Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi – 2025, 8(2)

İÇİNDEKİLER**Açık Erişim****TABLE of CONTENT****Open Access**

Makaleler	Sayfa
Editörlerden	i
Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Üniversite Öğrencilerinde Aile Aidiyeti ile Ailede Bütünlük Duygusu Arasındaki İlişki <i>The Relationship Between Family Belonging and Sense of Family Cohesion in University Students in Emerging Adulthood</i> Özlem Cin, Meral Taner Derman	1-20
Erkekler Ağlamaz (!) Peki, Ne Yapar? Romantik İlişkisinde Şiddet Gören Erkeklerin Deneyimlerinin İncelenmesi <i>Men Don't Cry (!) So What Do They Do? Examining The Experiences Of Men Who Experience Violence In Romantic Relationship</i> Mebruke Bekler, Eda Güzel, Rezzan Gündoğdu	21-33
Evlilik Doyumunun Yordayıcıları: Akılcı Olmayan İnançlar, Bilişsel Esneklik ve Affedicilik <i>Predictors of Marital Satisfaction: Irrational Beliefs, Cognitive Flexibility, and Forgiveness</i> Gizem Türkeli Şan, Ayşe Sibel Biçer	34-49
Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı: Bilişsel Kontrol-Esneklik ve Benlik Farklılaşmasıyla İlişkisi <i>Social Media Jealousy in Romantic Relationships: Its Relationship with Cognitive Control-Resilience and Self-Differentiation</i> Sümeyye Çolakoğlu Akgül, Durmuş Ümmet	50-66
Evlilik Öncesi Eğitim ve Psikolojik Danışmanlık Programlarına Katılımın İncelenmesi: Bir Sistemik Derleme <i>Investigation of Participation in Premarital Education and Psychological Counseling Programs: A Systematic Review</i> Büşra Potur	67-83
Evli Bireylerin Çift Uyumlarının İncelenmesi: Diyarbakır İli Örneği <i>Examining Marital Adjustment Among Married Individuals: The Case of Diyarbakır Province</i> Songül Özdaş, Mert Akcanbaş	84-100

ARAŞTIRMA

Açık Erişim

RESEARCH

Open Access

Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Üniversite Öğrencilerinde Aile Aidiyeti İle Ailede Bütünlük Duygusu Arasındaki İlişki

The Relationship Between Family Belonging and Sense of Family Cohesion in University Students in Emerging Adulthood

Özlem Cin¹ , Meral Taner Derman²

Yazar Bilgileri

Özlem CİN

Yüksek Lisans Öğrencisi

Kadın ve Aile Çalışmaları

Uludağ Üniversitesi

Bursa/ Türkiye

Email: pd.ozlemcaliskan@gmail.com

Meral TANER DERMAN

Doç. Dr.

Okul Öncesi Eğitimi

Uludağ Üniversitesi

Bursa/ Türkiye

Email: mtaner@uludag.edu.tr

ÖZET

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin aile aidiyeti düzeyleri ile ailede bütünlük duygusu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya 346 üniversite öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin aile aidiyeti düzeyleri ile ailede bütünlük duygusu düzeyleri Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri ile incelenmiştir. Öğrencilerin aile aidiyeti ile ailede bütünlük duygusu düzeyleri arasındaki ilişki ise Spearman Brown Korelasyon Katsayısı ile belirlenmiştir. Araştırma sonucunda öğrencilerin aile aidiyeti düzeyleri ile ailede bütünlük duygusu düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Katılımcıların aile aidiyeti alt ölçeğinden aldıkları puanlar ile kardeş sayısı arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Buna göre katılımcılardan bir kardeşi olanların, 2 kardeşi olanlara göre aile aidiyeti düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca katılımcıların Ailede Bütünlük Duygusu Ölçeği (ABDÖ-K) Anlaşılabilirlik alt boyutundan elde ettikleri puanlar cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermiştir; kadın katılımcıların erkeklere göre daha yüksek anlaşılabilirlik puanlarına sahip oldukları belirlenmiştir. Katılımcıların ailede bütünlük duygusu ve aile aidiyeti düzeyleri ile cinsiyet, aile yapısı, büyüdüğü yer, anne-baba medeni durumu, yaş ve eğitim düzeyi gibi demografik değişkenler arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Makale Bilgileri

Anahtar Kelimeler

Aile aidiyeti

Ailede bütünlük duygusu

Aile

Üniversite öğrencileri

Keywords

Family belonging

Sense of integrity in the family

Family

University students

Makale Hakkında

Geliş: 18/05/2025

Düzeltilme: 26/08/2025

Kabul: 24/09/2025

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between university students' levels of family belonging and their levels of family cohesion. A total of 346 university students participated in the study. Students' levels of family belonging and family cohesion were examined using the Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests. The relationship between the students' family belongingness and sense of family cohesion was determined using Spearman Brown Correlation Coefficient. The results of the study revealed a positive and significant relationship between the students' family belongingness and sense of family cohesion. A significant difference was found between the participants' scores on the family belongingness subscale and the number of siblings. Accordingly, participants with one sibling were found to have higher levels of family belonging than those with two siblings. In addition, the scores obtained by the participants on the comprehensibility subscale of the Family Cohesion Scale showed a significant difference according to gender; female participants were found to have higher comprehensibility scores than males. No statistically significant differences were found between participants' sense of family cohesion and family belonging levels and demographic variables such as gender, family structure, place of upbringing, parental marital status, age, and education level.

Atıf için: Cin, Ö., Taner Derman, M. (2025). Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinde aile aidiyeti ile ailede bütünlük duygusu arasındaki ilişki. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 8(2), 1-20.

GİRİŞ

Yetişkinliğe geçiş dönemini de kapsayan üniversite yılları, bu dönemdeki bireyler için birçok açıdan kritik öneme sahiptir. Üniversite öğrencileri, geleceğin aile kurucuları ve anne babaları olmaya yakın bir dönem içerisinde. Eğitim, kendine ait bir alanda yaşama, evlilik, anne baba olma gibi yetişkinlik dönemine ilişkin belirleyicilerin gerçekleşmesi geçmişten günümüze doğru gelindikçe daha ileriki yaşlara doğru ilerleyerek yaklaşık olarak yirmili yaşların sonuna gelmiştir (Atak & Çok, 2010). Otuzlu yaşlara kadarki süreçte, gelişmekte olan yetişkinlerin büyük çoğunluğu istikrarlı aile ve iş rollerini yerine getirmekte ve toplumun katkı sağlayan genç üyeleri haline gelmektedirler (Arnett, 2007). Arnett (2000, 2005, 2007) ergenlik döneminin sonlarından yirmili yaşların sonlarına kadarki (yaklaşık 18-29 yaşlar arası) bu dönemi "*beliren yetişkinlik*" olarak tanımlamaktadır. Bu dönem birey için kimliğini keşfetme dönemidir. Birey, ilgi alanlarına ve tercihlerine göre kendisine sunulan olanakları nasıl değerlendirdiğine dayanarak aşk ve iş ile ilgili konularda önemli seçimler yapmaktadır. Bu süreçte kimliğini keşfetmeyi sürdüren birey; eşi, işi ve eğitimi gibi yaşamı ile ilgili düzenlemeleri değiştirmektedir. Dolayısıyla bu dönem birey için kendine odaklandığı ve istikrarsızlık çağı (*age of instability*) olarak da nitelendirilebilecek bir dönemdir (Arnett, 2010, 256). Bu dönemdeki bireyler romantik bir ilişki yaşama ve bu ilişkiyi sürdürme gibi konularda önceki yaşlara göre daha ciddi bir sorgulama içerisinde oldukları gibi; part-time çalışma, kariyer planlama ve hangi mesleklerin kendisi için daha uygun olduğuna dair önemli sorgulamalar içerisinde (Arnett, 2005). Günümüz araştırmaları, beliren yetişkinlik döneminde bireylerin kimlik ve aile ilişkileri üzerine odaklanırken, bu sürecin duygusal, bilişsel ve sosyal dinamiklerini de irdelemektedir (Arnett, 2000; Arnett, 2007).

Türkiye’de beliren yetişkinlik dönemine ilişkin ilk akademik çalışma Atak (2011) tarafından gerçekleştirilmiş olup, bu araştırma söz konusu gelişimsel dönemin Türkiye bağlamındaki öncü bir incelemesi niteliğindedir. Kolektif aile yapısının hâkim olduğu Türkiye’de, bireylerin ailelerinden bağımsızlaşma süreci daha sınırlı ve aşamalı bir şekilde gerçekleşmekte; Batı toplumlarında gözlenen bireyselleşmiş ve hızlı geçiş sürecine kıyasla, daha kademeli ve aileye bağlı bir yetişkinlik deneyimi ortaya çıkmaktadır (Atak, 2011). Türkiye’de yapılan bir çalışmada, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin ailelerine olan bağlılık seviyelerinin, kimlik gelişimleriyle paralellik gösterdiğini ortaya konmuştur (Öztürk & Yılmaz, 2017). Ayrıca, bir başka çalışmada demokratik bir aile ikliminin bu dönemdeki kimlik gelişimini destekleyici ve güçlendirici bir unsur olarak işlev gördüğü de ortaya konmuştur (Aydın & Gürcan, 2017). Çok ve Atak (2015), Türkiye’de beliren yetişkinlik döneminin, özellikle eğitimine devam eden kentsel gruplarda daha belirgin hale geldiğini ve kültürel faktörlerin bu gelişimsel süreci şekillendirdiğini ortaya koymuşlardır. Bu bulgu, söz konusu dönemin belirginleştiği üniversite öğrencileri üzerinde mevcut araştırmanın gerçekleştirilmesinin önemini de vurgulamaktadır.

Aile Aidiyeti

Türk Dil Kurumu’na göre ait sözcüğü “ilgilendiren”, “ilişik”; aitlik sözcüğü ise “ait olma durumu”, “aidiyet” olarak tanımlanmaktadır. Literatür incelendiğinde, ait olma gereksiniminin farklı kuramcılar tarafından açıklandığı görülmektedir. Maslow (1970; 1987) aidiyetin başlı başına temel bir ihtiyaç olduğunu ifade etmektedir. Anant (1967) ait olma ihtiyacının çocuk gelişimindeki, sosyal ilişkilerdeki, okuldaki ve bireyin ruh sağlığı üzerindeki önemini vurgulamaktadır. Hagerty ve Patusky (1995) Anant’ın aidiyet tanımına eklemeler yaparak aidiyet duygusunu ölçmek için bir ölçek geliştirmişlerdir. Glasser (1998) seçim kuramında, sevgi ve ait olma duygusunu ön plana çıkararak sevmek, sevilme ve ait olmanın bireyin temel psikolojik ihtiyaçları olduğunu ve bireyin harekete geçme motivasyonunu sağladığını ifade etmektedir (Usta, 2019).

Aile, bireyin aidiyet gereksiniminin karşılandığı ilk ortam olarak karşımıza çıkmaktadır ve bireyin yaşamında önemli bir yere sahiptir. Bireyin gelişim sürecinde değişen düzeyde ve şekillerde görülen aile aidiyet duygusu, bireyin hayatında temel bir konumda yer almaktadır (Aslantürk vd., 2020). Köse ve Şahin (2018) “Aile aidiyeti, bireyin kendini ailesine ait hissetmesi ve aile yapısıyla bütünleşmesi sürecidir” ifadesiyle bu kavramı özetlemişlerdir (s. 19). Aidiyet kavramına ilişkin ülkemizde yapılan araştırmalardan biri ise Mavili vd. (2014) tarafından bireylerin ailelerine yönelik aidiyetlerini ölçmek amacıyla geliştirdikleri aile aidiyeti ölçeğidir. Bu ölçekte yer alan aile aidiyeti, bireyin ailesinin kendisine yönelik duygusal yansımaları ve değer verme düzeyine nasıl tepki verdiğini değerlendirirken; kendilik alt ölçeği ise bireyin ailesiyle olan ilişkisini kimlik gelişimi bağlamında değerlendirmekte ve aile üyeleriyle kurulan duygusal bağların gücünü ifade etmektedir.

Aile aidiyetinin çeşitli değişkenler açısından incelendiği pek çok araştırmaya rastlamak mümkündür (Gök & Kocayörük, 2019; Güner vd., 2023; Korkut & Gençtürk, 2020; Semerci vd., 2023; Yeter, 2019). Mavili ve diğerlerine (2014) göre aile fertlerinin bir saygı, dayanışma ve aidiyet duygusu içerisinde yaşamlarını sürdürmeleri aynı zamanda işlevsel ve ideal bir aileye işaret etmektedir. Böyle bir ailede aile fertlerinin işlevsellikleri yüksek, olumsuz ve kabul görmeyen davranışlarda bulunma ihtimallerinin düşük olacağı söylenebilir. Ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada, ebeveynleriyle olumlu ilişkiler kuran ergenlerin aile aidiyeti duygularının belirgin şekilde güçlendiği görülmektedir (King vd., 2015).

Fuligni vd., (1999) tarafından yürütülen bir çalışmada, aile bağlılığı ve aidiyeti; ergenlerin akademik başarısı ve psikolojik esnekliği üzerinde önemli bir koruyucu faktör olarak değerlendirilmiştir. Bu araştırma, ailenin sunduğu duygusal destek ortamının, bireylerin stresle başa çıkma stratejilerini güçlendirdiğini göstermiştir. Bryant ve Conger (2002) tarafından yapılan boylamsal çalışmalar, genç yetişkinlik döneminde aile aidiyeti ile aile içi etkileşimin; gençlerin sosyal uyum ve davranışsal düzenliliklerine doğrudan katkıda bulunduğunu belirtmiştir. Bu araştırmalar, aile içindeki güçlü bağların, bireylerin yaşam kalitelerini ve psikososyal sağlıklarını artırdığına dair kanıtlar sunarak, aile aidiyetinin evrensel bir öneme sahip olduğunu gözler önüne sermektedir.

Ailede Bütünlük Duygusu

Bütünlük duygusu (sense of coherence) ilk kez Aaron Antonovsky tarafından tanımlanarak geliştirilmiştir (Antonovsky, 1979; Antonovsky, 1987). Lindström ve Eriksson'a (2006) göre Antonovsky bütünlük duygusu kavramını salutogenez (salutogenic) kuramına dayandırmakta ve bu teoriye göre bütünlük duygusu bireylerin daha sağlıklı bir yaşam sürmelerinde olumlu bir etki sunmaktadır. Latin kökenli bir sözcük olan "salut" sözcüğü "iyi/sağlıklı olmak" anlamlarına gelmekte (Çeçen, 2007) ve salutogenez kavramı ile sağlığın kökenlerini incelenmesini ifade edilerek hastalığa neden oluşturan etmenlerden ziyade bireyin sağlığını destekleyen etmenlere odaklanılmaktadır (Antonovsky & Souroni, 1988).

Bütünlük duygusu, bireylerde ele alınabileceği gibi, aile düzeyinde de ele alınabilmekte ve ailenin de bir bütünlük duygusuna sahip olabileceği ifade edilmektedir (Antonovsky, 1988). Ailede bütünlük duygusu, aile üyeleri arasında hissedilen uyum, dayanışma ve karşılıklı bütünleşme olarak tanımlanabilir. Bu kavram, ailenin bireylerin yaşamlarında sistematik bir yapı oluşturmaları ve destekleyici rolleri üstlenmesi anlamına gelmektedir. Türkçe alan yazında ailede bütünlük duygusu “tutarlılık” kavramı ile de ifade edilmektedir. Bu araştırmada terim tutarlılığını korumak amacıyla “ailede bütünlük duygusu” ifadesinin kullanımı tercih edilmiştir. Akın ve Soydan (2015), “Ailede bütünlük, aile bireylerinin birbirlerini anlama, destekleme ve ortak bir değer sistemi etrafında birleşme kapasitesidir” şeklinde bir açıklama getirmişlerdir. Aile bütünlük duygusu, aile içerisinde yaşanabilecek problemler için önleyici bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır.

Buna ek olarak bireyin psikolojik sağlamlığı ve evliliği sağlıklı bir şekilde sürdürebilme açısından önemlidir (Küçükşen vd., 2023). Bütünlük duygusu yüksek olan ailelerde bireyler stresli yaşam olayları ile daha kolay bir şekilde baş edebilmektedir (Antonovsky & Sourani, 1988).

Bütünlük duygusu anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık alt öğelerinden oluşmaktadır (Çeçen, 2007). Buna göre anlamlılık, bireyin hayatında karşılaştığı olumsuz durumlarla baş etmeyi ya da etmemeyi ne kadar anlamlı bulduğuna dair algısını; anlaşılabilirlik, bireyin karşılaştığı durumları bir düzen içinde algılamasını ifade eden bilişsel boyutu; yönetilebilirlik ise bireyin yaşamındaki stresörler karşısındaki kaynaklarını ifade eden davranışsal boyutu ifade etmektedir. Yapılan araştırmalar ailede bütünlük duygusu yüksek olan bireylerde, akademik başarı ve duygusal istikrarın da daha yüksek olabildiğini ortaya koymaktadır (Akın & Soydan, 2015). Bir başka araştırmada ise aile fertlerinin diğer aile üyelerinin davranışlarını anlamlı, yönetilebilir ve anlaşılabilir bulmaları ile yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Çeçen, 2008). Ergenlerde öznel iyi oluş, kimlik statüleri ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada ise öznel iyi oluş ile ailede bütünlük duygusu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre ailede bütünlük duygusu yüksekse aile bireylerinin problemler karşısında daha olumlu düşüncelere sahip oldukları ve daha yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahip oldukları söylenebilir (Arı & Güler, 2019).

Ailede bütünlük duygusu uluslararası alan yazında da son yıllarda üzerinde durulan bir konudur. Örneğin, Olson ve Gorall (2006) aile işlevselliği ile bütünlük duygusu arasındaki ilişkiyi incelemiş ve aile bütünlüğü yüksek olan ailelerde bireylerin stresle daha etkili başa çıktıklarını ortaya koymuştur. 2015–2023 yılları arasında yayımlanan ve 41 çalışmayı kapsayan sistematik derleme; ailede duygusal bağ, uyum, iletişim ve desteğin bireylerin psikolojik dayanıklılığı, stresle başa çıkma ve yaşam doyumu üzerindeki etkilerini ortaya koymuştur (Roman vd., 2023). Bulgular, ailede bütünlük duygusunun hem bireyler hem de aile sistemi için koruyucu bir rol üstlendiğini göstermektedir. Bu bağlamda yapılan araştırmalar, ailenin sürekliliği ve beraberliği için ailede bütünlük duygusunun önemini ifade etmektedir (Kınıklı, 2021). Psikolojik sıkıntıların azaltılmasında ailede bütünlük duygusu, tutarlılık duygusu ve kişisel tatmine odaklanmak etkili olabilmektedir (Çeçen & Mert, 2023). Özetle, aile bütünlük duygusunun birçok psikolojik değişkenle ilişkili olduğu söylenebilir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada temel olarak, beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin aile aidiyetleri ve ailede bütünlük duygusu düzeyleri arasında ilişki incelenmiştir. Ayrıca katılımcıların aile aidiyeti ve ailede bütünlük duygusu düzeylerinin aileye ilişkin çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesi de amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklemini üniversite öğrencileri oluşturmaktadır, çünkü bu dönem; bireylerin bağımsızlık kazanma süreçlerinin başladığı ancak ailelerinden duygusal ve sosyal destek alma ihtiyaçlarının hala yüksek olduğu bir gelişim aşamasıdır. Bu nedenle, aile aidiyeti ve ailede bütünlük duygusu bu dönemdeki bireyler için pek çok psikolojik değişken açısından önemli bir anlam taşımaktadır. Bu çalışma, aile aidiyeti ve ailede bütünlük duygusunun üniversite öğrencileri üzerinde nasıl şekillendiğini anlamak ve bu alanda mevcut bilgi boşluğunu gidermek açısından önemlidir. Bu çalışmada aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

- Katılımcıların aile aidiyeti ve ailede bütünlük duygusu ne düzeydedir?
- Katılımcıların aile aidiyet düzeyleri çeşitli demografik değişkenlere göre (yaş, cinsiyet, büyüdüğü yer, aile yapısı vb.) farklılaşmakta mıdır?

- Katılımcıların ailede bütünlük duygusu düzeyleri çeşitli demografik değişkenlere göre (yaş, cinsiyet, büyüdüğü yer, aile yapısı vb.) farklılaşmakta mıdır?
- Katılımcıların aile aidiyeti düzeyleri ile ailede bütünlük düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklemi ise Bursa Uludağ Üniversitesi'nde 2024-2025 yılı güz döneminde öğrenime devam eden 255 kadın (73,7%) ve 91 erkek (%26,3) öğrenci olmak üzere toplam 346 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Tablo 1'de çalışma grubuna ilişkin bazı kişisel bilgilere yer verilmiştir. Katılımcılardan öncelikle bilgilendirilmiş onam formunu okumaları ve araştırmaya katılmayı onayladıktan sonra demografik bilgiler formunu ve ardından araştırmada yer verilen diğer ölçekleri doldurmaları istenmiştir. Bu araştırmada veriler, araştırmacıların ulaşabildiği ve katılmaya gönüllü olan öğrencilerden toplanmıştır. Dolayısıyla örneklem kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Bu yöntem, zamansal ve mekânsal sınırlılıklar içerisinde hızlı ve pratik biçimde veri toplamaya imkân tanımaktadır (Neuman, 2019).

Tablo1

Katılımcıların Sosyodemografik Bilgileri

Cinsiyet	N	%	Medeni durum	N	%
Kadın	255	73,7	Evli	11	3,2
Erkek	91	26,3	Bekâr	335	96,8
Yaş	N	%	Büyüdüğü Yer	N	%
18-21 Yaş	242	69,9	Köy-kasaba	36	10,4
22-27 Yaş	93	26,9	İlçe-il	141	40,8
28 Yaş ve Üzeri	8	2,3	Büyükşehir	169	48,8
Öğrenim Durumu	N	%	Kardeş Sayısı	N	%
Ön lisans	36	10,4	Kardeşi yok	27	7,8
Lisans	299	86,4	1 kardeşi var	119	34,4
			2 kardeşi var	104	30,1
			3 ve üzeri kardeş	96	27,7
Yüksek lisans	11	3,2			
Fakülte	N	%	Kardeş Sırası	N	%
Eğitim	187	54,0	İlk çocuk	131	37,9
Fen Edebiyat	36	10,4	Ortanca ya da	83	24,0
İİBF	40	11,6	ortancalardan biri		
Mühendislik	17	4,9	Son çocuk	105	30,3
Sağlık Bilimleri	22	6,4	Kardeşi yok	27	7,8
Sosyal Bilimler Ens.	3	0,9			

MYO	34	9,8			
Tip	7	2,0			
Anne Baba Medeni Durum	N	%	Aile Yapısı	N	%
Evli	312	90,2	Çekirdek	286	82,7
Boşanmış	26	7,5	Geniş	60	17,3
Dul	8	2,3			

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında cinsiyet, yaş, eğitim durumu vb. kişisel değişkenleri içeren demografik bilgiler formu kullanılmıştır. Buna ek olarak Aile Aidiyeti Ölçeği ve Ailede Bütünlük Duygusu Ölçeği kullanılmıştır.

Demografik Bilgiler Formu

Bu form araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Araştırmaya katılanların kişisel bilgilerinin elde edilebilmesi için oluşturulan formda toplamda 10 soru yer almaktadır. Bu formda katılımcılara ilişkin yaş, cinsiyet, eğitim durumu, okuduğu bölüm, medeni durum, büyüdüğü yer, kardeş sayısı, kardeş sırası, anne-babanın medeni durumu ve aile yapısına ilişkin sorular yer almaktadır.

Aile Aidiyeti Ölçeği

Ölçek, Mavili vd. (2014) tarafından geliştirilmiştir ve 5'li Likert tipinde toplam 17 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin iki alt boyutu bulunmaktadır: kendilik aidiyeti ve aile aidiyeti. Kendilik aidiyeti alt boyutu, bireyin ailesine yönelik duygularını değerlendirmekte ve iki tanesi ters madde olmak üzere 12 maddeden oluşmaktadır. Aile aidiyeti alt boyutu ise bireyin ailesinden aldığı duygusal yansımaları ölçmekte ve iki tanesi ters madde olmak üzere 5 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin genel güvenirlik katsayısı (Cronbach's Alpha iç tutarlık güvenirliği) 0,94, kendilik aidiyeti alt boyutu için 0,93 ve aile aidiyeti alt boyutu için 0,82 olarak rapor edilmiştir. Bu bulgular, ölçeğin güvenirliğinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada ölçeğin tümü için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0,91, kendilik aidiyeti alt boyutu için 0,90 ve aile aidiyeti alt boyutu için 0,68 bulunmuştur. Özellikle çok maddeli olmayan ölçeklerde ve erken gelişim aşamasındaki ölçeklerde 0,60–0,70 arası değerler kabul edilebilir düzeyde iç tutarlılık olarak değerlendirilmektedir (Hair vd., 2014; Taber, 2018).

Ailede Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu (ABDÖ-K)

Ailede bütünlük duygusu ölçeği, Aaron Antonovsky (1979) tarafından geliştirilen “Sense of Coherence” kavramına dayanmaktadır. Ölçeğin ilk hali, Sourani (1988) tarafından 26 maddelik bir form olarak oluşturulmuş, daha sonra Sagy (1998) tarafından 12 maddelik kısa forma dönüştürülmüştür. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması ise Çeçen (2007) tarafından yapılmıştır. Bu ölçme aracı, bireylerin ailelerine yönelik bütünlük duygusunu değerlendirmek amacıyla kullanılmıştır. Ölçek, 7'li Likert tipi bir derecelendirme ile yapılandırılmıştır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireyin ailesine yönelik bütünlük duygusunun yüksek olduğunu göstermektedir. Çeçen (2007) tarafından yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmaları kapsamında ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .80 (n=437), test-tekrar test güvenirliği ise .85 (n=55) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, ölçeğin yeterli düzeyde güvenirliğe sahip olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada ölçeğin tümü için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve 0,80 bulunmuştur. Ölçeğin anlaşılabilirlik alt boyutu için hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0,69, yönetilebilirlik alt boyutu için 0,64 ve anlamlılık alt boyutu için ise 0,62 olarak hesaplanmıştır.

Veri Toplama Süreci ve Verilerin Analizi

Veri toplama sürecine başlanmadan önce Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Enstitüsü Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan gerekli izinler alınmıştır. Araştırmada kullanılan form ve ölçekler ile veri toplama süreci Aralık 2024-Ocak 2025 tarihleri arasında gerçekleştirilmiş olup veri toplama süreci ortalama 1,5 ayda gerçekleştirilmiştir. Veriler çevrimiçi ve yüz yüze olmak üzere iki farklı şekilde toplanmıştır. Çevrimiçi katılım sağlayan katılımcılara anket formunun linki mesaj yoluyla iletilmiştir. Çevrimiçi anket formunda öncelikle çalışmanın amacına, gönüllülük ve gizlilik esaslarına ve araştırmacı bilgilerine yer verilmiş olup çalışmaya gönüllü olarak katıldıklarına dair onaylamaları gereken bir buton eklenmiştir.

Elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) istatistik programında analiz edilmiştir. Verilerin normallik dağılımı incelendiğinde Kolmogorov-Smirnov Testi anlamlılık değeri .05'ten küçük olduğu ve incelenen histogram grafikleri ile Q-Q grafikleri verilerin simetrik olmayan ve çarpık dağılım gösterdiğini ortaya koymuştur. Dolayısıyla verilerin normal dağılıma uygun olmadığı sonucuna varılmıştır. Bu nedenle analizlerde parametrik olmayan testler kullanılmıştır. Ölçek puanlarına ilişkin betimsel istatistiklere bulgular kısmında yer verilmiştir.

Katılımcıların aile aidiyetleri ve ailede bütünlük duyguları ile cinsiyetleri ve aile yapısı arasında göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek için Mann Whitney U testi yapılırken; katılımcıların büyüdüğü yer, anne ve babalarını medeni durumu, yaşı, eğitim durumu ve kardeş sayısına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla Kruskal Wallis testi yapılmıştır. Kruskal Wallis H testi sonucunda anlamlı farklılık çıkan boyutlarda farklılığın kaynağını belirlemek için Post Hoc testlerinden Tamhane's T2 testi uygulanmıştır. Farklılık çıkması durumlarında Cohen etki büyüklükleri hesaplanmıştır. Aile aidiyeti ve ailede bütünlük duygusuna yönelik yer verilen iki ölçüm seti arasındaki ilişkinin belirlenmesinde ise Spearman Sıra Farkları Korelasyon Hesabı kullanılmıştır (Can, 2024).

BULGULAR

Alt problemlerden yola çıkılarak elde edilen bulgular, bu alt başlık altında yorumlanmıştır. Çalışma grubunun aile aidiyeti ve ailede bütünlük duygusu düzeylerine yönelik yapılan betimsel istatistik sonuçları aşağıda yer almaktadır

Tablo2

Ölçek Altboyut Puanları Betimsel Analiz Sonuçları

Ölçekler	N	Min	Max	$\bar{x}$	ss
AAÖ (Aile Aidiyeti Ölçeği)					
Aile Aidiyeti	346	7,0	25,0	16,95	2,638
Kendilik Aidiyeti	346	21,0	60,0	50,12	7,671
AAÖ Toplam	346	28,0	85,0	67,48	10,445
ABDÖ-K (Ailede Bütünlük Duygusu Ölçeği)					
Anlaşılabilirlik	346	7,0	28,0	19,51	4,429

Yönetilebilirlik	346	10,0	35,0	23,00	5,441
Anlamlılık	346	5,0	21,0	13,62	3,451
ABDÖ-K Toplam	346	26,0	82,0	56,14	10,95

Tablo 2 incelendiğinde, çalışma grubunun AAÖ Aile Aidiyeti ($\bar{x}=16,95$) ve Kendilik Aidiyeti ($\bar{x}=50,12$) alt boyutlarından ve toplamından aldıkları ortalama puanların ($\bar{x}=67,48$), ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlara göre değerlendirildiğinde ortanın üzerinde olduğu; ABDÖ-K Anlaşılabilirlik ($\bar{x}=19,51$), Yönetilebilirlik ($\bar{x}=23,00$) ve Anlamlılık ($\bar{x}=13,62$) alt boyutlarından ve toplamından aldıkları ortalama puanların ($\bar{x}=56,14$) da ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlara göre ortanın üzerinde olduğu görülmektedir. Bu bulgulara göre katılımcıların aile bütünlük duygusu ve aile aidiyetlerinin yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo3

Ailede Bütünlük Duygusu ve Aile Aidiyeti Düzeylerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Ölçekler	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	u	p	r
ABDÖ-K							
Anlaşılabilirlik	Kadın	255	180,50	46027,5	9817,5	0,029*	0,12
	Erkek	91	153,88	14003,5			
Yönetilebilirlik	Kadın	255	178,24	45450,5	10394,5	0,140	
	Erkek	91	160,23	14,580,5			
Anlamlılık	Kadın	242	175,52	44756,5	11088,5	0,529	
	Erkek	91	167,85	15274,5			
Toplam	Kadın	255	179,00	457646	10199	0,086	
	Erkek	91	158,08	14385			
AAÖ							
Aile Aidiyeti	Kadın	255	170,78	43548	10908	0,393	
	Erkek	91	181,13	16483			
Kendilik Aidiyeti	Kadın	155	175,32	47706	11139	0,571	
	Erkek	91	168,41	15325			
Toplam	Kadın	255	176,13	44914	10931	0,412	
	Erkek	91	166,12	15117			

Tablo 3'te görüldüğü üzere katılımcıların Ailede Bütünlük Duygusu toplam puanlarına ait sıra ortalaması kadın katılımcılarda 179,00; erkek katılımcılarda ise 158,08 olarak bulunmuştur. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda kadın ve erkek katılımcıların ailede bütünlük duygusu toplam puanları, yönetilebilirlik ve anlamlılık alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Diğer yandan kadın ve erkek katılımcıların anlaşılabilirlik alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasında ise anlamlı bir fark saptanmıştır ($U=0,029$; $p<0.005$). Buna göre kadın

katılımcıların anlaşılabilirlik puanları erkek katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur, fakat küçük bir etki düzeyinde ($r=0,12$) farklılık olduğu belirlenmiştir (Cohen, 1988). Katılımcıların Aile Aidiyeti toplam puanlarına ait sıra ortalaması 176,13; erkek katılımcıların ise 166,12 olarak bulunmuştur. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda kadın ve erkek katılımcıların aile aidiyeti puanları ile aile aidiyeti alt ölçekleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo4

Ailede Bütünlük Duygusu ve Aile Aidiyeti Düzeylerinin Aile Yapısına Göre İncelenmesi

Ölçekler	Aile Yapısı	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	u	p
ABDÖ-K						
Anlaşılabilirlik	Çekirdek	286	173,19	49533	8492	0,900
	Geniş	60	174,97	10498		
Yönetilebilirlik	Çekirdek	286	172,84	49431	8390	0,787
	Geniş	60	176,67	10600		
Anlamlılık	Çekirdek	286	175,18	50101	8100	0,494
	Geniş	60	165,50	9930		
Toplam	Çekirdek	286	173,78	49701,5	8499,5	0,909
	Geniş	60	172,16	10329,5		
AAÖ						
Aile Aidiyeti	Çekirdek	286	173,82	49713	8488	0,895
	Geniş	60	171,97	10318		
Kendilik Aidiyeti	Çekirdek	286	174,67	49957	8244	0,633
	Geniş	60	167,90	10074		
Toplam	Çekirdek	286	174,03	49772,5	8428,5	0,830
	Geniş	60	170,98			

Tablo 4'te görüldüğü üzere ailede bütünlük duygusu toplam puanlarının sıra ortalaması geniş aileye sahip katılımcılarda 172,16; çekirdek aileye sahip katılımcılarda ise 173,78 olarak bulunmuştur. Aile aidiyeti toplam puanlarının sıra ortalaması geniş aileye sahip katılımcılarda 170,98; çekirdek aileye sahip katılımcılarda ise 174,03 olarak bulunmuştur. Buna göre katılımcıların aile yapısına göre ailede bütünlük duygusu ile aile aidiyeti puanları arasında da anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo5

Ailede Bütünlük Duygusu ve Aile Aidiyeti Düzeylerinin Büyüdüğü Yere Göre İncelenmesi

Ölçekler	Aile Yapısı	n	Sıra Ortalaması	χ^2	p
ABDÖ-K					
Anlaşılabilirlik	Köy-kasaba	36	171,92	0,524	0,770
	İlçe-il	141	169,24		
	Büyükşehir	169	177,39		

Yönetilebilirlik	Köy-kasaba	36	153,19	2,831	0,243
	İlçe-il	141	169,14		
	Büyükşehir	169	181,46		
Anlamlılık	Köy-kasaba	36	163,75	2,282	0,275
	İlçe-il	141	165,45		
	Büyükşehir	169	182,29		
Toplam	Köy-kasaba	36	160,39	3,045	0,218
	İlçe-il	141	165,49		
	Büyükşehir	169	182,98		
AAÖ					
Aile Aidiyeti	Köy-kasaba	36	141,97	5,190	0,075
	İlçe-il	141	170,59		
	Büyükşehir	169	182,65		
Kendilik Aidiyeti	Köy-kasaba	36	169,00	0,087	0,957
	İlçe-il	141	174,49		
	Büyükşehir	169	173,63		
Toplam	Köy-kasaba	36	168,14	0,173	0,917
	İlçe-il	141	172,64		
	Büyükşehir	169	175,36		

Tablo 5'te görüldüğü üzere katılımcıların ailede bütünlük duygusu toplam puanlarının sıra ortalaması köy-kasabada yaşayan katılımcılar için 160,39; ilçe-ilde yaşayan katılımcılar için 165,49; büyükşehirde yaşayan katılımcılar için ise 182,98 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca, katılımcıların toplam aile aidiyeti puanlarının sıra ortalaması köy-kasabada yaşayan katılımcılar için 168,14; ilçe-ilde yaşayan katılımcılar için 172,64; büyükşehirde yaşayan katılımcılar için ise 175,36 olarak tespit edilmiştir. Bu doğrultuda katılımcıların büyüdüğü yere göre ailede bütünlük duygusu ve aile aidiyetleri puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo6

Ailede Bütünlük Duygusu ve Aile Aidiyeti Düzeylerinin Anne Babasının Medeni Durumunun Göre İncelenmesi

Ölçekler	Aile Yapısı	n	Sıra Ortalaması	χ^2	p
ABDÖ-K					
Anlaşılabilirlik	Evli	312	175,93	2,253	0,324
	Boşanmış	26	145,42		
	Dul	8	170,00		
Yönetilebilirlik	Evli	312	175,29	1,052	0,591
	Boşanmış	26	155,42		
	Dul	8	162,38		
Anlamlılık	Evli	312	175,54	1,406	0,495
	Boşanmış	26	157,19		
	Dul	8	146,75		
Toplam	Evli	312	176,04	2,078	0,354

AAÖ	Boşanmış	26	148,58	1,716	0,424
	Dul	8	155,44		
	Evli	312	173,76		
Aile Aidiyeti	Boşanmış	26	158,83	0,299	0,861
	Dul	8	211,06		
	Evli	312	174,46		
Kendilik Aidiyeti	Boşanmış	26	164,13	0,176	0,916
	Dul	8	166,31		
	Evli	312	174,22		
Toplam	Boşanmış	26	165,90	0,176	0,916
	Dul	8	170,00		
	Evli	312	174,22		

Tablo 6’da görüldüğü üzere katılımcıların ailede bütünlük duygusu toplam puanlarına ilişkin sıra ortalamaları anne babası evli olan katılımcılar için 176,04; anne babası boşanmış olan katılımcılar için 148,58; diğer durumlar için ise 155,44 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların aile aidiyeti toplam puanlarına ilişkin sıra ortalamaları anne babası evli olan katılımcılar için 174,22; anne babası boşanmış olan katılımcılar için 165,90; diğer durumlar için ise 170,00 olarak tespit edilmiştir. Kruskal Wallis testi sonucunda katılımcıların anne babasının medeni durumuna (evli/boşanmış/dul) göre, ailede bütünlük duygusu ile aile aidiyeti düzeyleri arasında da anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$).

Tablo7

Ailede Bütünlük Duygusu ve Aile Aidiyeti Düzeylerinin Yaşa Göre İncelenmesi

Ölçekler	Yaş	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p
ABDÖ-K						
Anlaşılabilirlik	18-21 Yaş	242	167,11	2	2,289	0,318
	22-27 Yaş	93	185,25			
	28 Yaş ve Üzeri	8	166,06			
Yönetilebilirlik	18-21 Yaş	242	170,74	2	0,166	0,920
	22-27 Yaş	93	175,54			
	28 Yaş ve Üzeri	8	169,00			
Anlamlılık	18-21 Yaş	242	171,17	2	0,178	0,915
	22-27 Yaş	93	174,98			
	28 Yaş ve Üzeri	8	162,38			
Toplam	18-21 Yaş	242	169,72	2	0,737	0,692
	22-27 Yaş	93	179,05			
	28 Yaş ve Üzeri	8	159,00			
AAÖ						
Aile Aidiyeti	18-21 Yaş	242	173,06	2	0,177	0,915
	22-27 Yaş	93	168,64			
	28 Yaş ve Üzeri	8	179,00			
Kendilik Aidiyeti	18-21 Yaş	242	172,33			

	22-27 Yaş	93	172,20	2	0,128	0,938
	28 Yaş ve Üzeri	8	159,63			
	18-21 Yaş	242	173,38			
Toplam	22-27 Yaş	93	170,16	2	0,420	0,811
	28 Yaş ve Üzeri	8	151,56			

Tablo 7’de görüldüğü üzere katılımcıların ailede bütünlük duygusu toplam puanlarına ilişkin sıra ortalamaları 18-21 yaş katılımcılar için 169,72; 22-27 yaş katılımcılar için 179,05 ve 28 yaş üzeri olan katılımcılar için 159,00 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların aile aidiyeti toplam puanlarına ilişkin sıra ortalamaları 18-21 yaş katılımcılar için 173,38; 22-27 yaş katılımcılar için 170,16 ve 28 yaş ve üzeri katılımcılar için 151,56 olarak tespit edilmiştir. Kruskal-Wallis Testi sonucunda katılımcıların ailede bütünlük duygusu ile aile aidiyeti toplam ve alt boyutlarının puanları arasında yaşa göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$).

Tablo8

Ailede Bütünlük Duygusu ve Aile Aidiyeti Düzeylerinin Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi

Ölçekler	Eğitim Durumu	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p
ABDÖ-K						
Anlaşılabilirlik	Ön Lisans	36	149,31			
	Lisans	299	175,37	2	3,115	0,211
	Yüksek Lisans	11	201,95			
Yönetilebilirlik	Ön Lisans	36	190,22			
	Lisans	299	170,45	2	2,164	0,339
	Yüksek Lisans	11	201,68			
Anlamlılık	Ön Lisans	36	170,93			
	Lisans	299	172,06	2	2,593	0,273
	Yüksek Lisans	11	221,05			
Toplam	Ön Lisans	36	170,25			
	Lisans	299	172,59	2	1,432	0,489
	Yüksek Lisans	11	208,77			
AAÖ						
Aile Aidiyeti	Ön Lisans	36	187,07			
	Lisans	299	170,66	2	2,113	0,348
	Yüksek Lisans	11	206,23			
Kendilik Aidiyeti	Ön Lisans	36	162,39			
	Lisans	299	173,36	2	2,219	0,330
	Yüksek Lisans	11	213,59			
Toplam	Ön Lisans	36	169,75			
	Lisans	299	172,56	2	1,659	0,436
	Yüksek Lisans	11	211,41			

Tablo 8’de görüldüğü üzere katılımcıların ailede bütünlük duygusu toplam puanlarına ilişkin sıra ortalamaları eğitim durumu ön lisans olan katılımcılar için 170,25; lisans olan katılımcılar için 172,59

ve yüksek lisans olan katılımcılar için 208,77 olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların aile aidiyeti toplam puanlarına ilişkin sıra ortalamaları eğitim durumu ön lisans olan katılımcılar için 169,75; lisans olan katılımcılar için 172,56 ve yüksek lisans olan katılımcılar için 211,41 olarak tespit edilmiştir. Kruskal-Wallis Testi sonucunda katılımcıların eğitim durumlarına göre ailede bütünlük duygusu ile aile aidiyeti düzeyleri arasında da anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$).

Tablo9

Aile Aidiyeti Düzeylerinin Kardeş Sayısına Göre İncelenmesi

AAÖ	Kardeş Sayısı	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	η^2	Post hoc
Aile Aidiyeti	Kardeşi yok	27	187,44	3	8,192	0,042*	0,023	1 kardeşi var > 2 kardeşi var
		119	190,88					
		104	154,62					
		96	168,49					
	1 kardeşi var	27	156,76	3	3,356	0,340		
		119	186,29					
		104	169,99					
Kendilik Aidiyeti	2 kardeşi var	96	166,16	3	3,690	0,297		
	3 ve üzeri kardeş	27	156,50					
	Kardeşi yok	119	187,09					
	1 kardeşi var	104	169,03					
Toplam	2 kardeşi var	96	166,27	3	3,690	0,297		
	3 ve üzeri kardeş	27	156,50					
	Kardeşi yok	119	187,09					

Tablo 9’da görüldüğü üzere katılımcıların aile aidiyeti toplam puanlarına ilişkin sıra ortalamaları kardeşi olmayan katılımcılar için 156,50; 1 kardeşi olan katılımcılar için 187,09; iki kardeşi olan katılımcılar için 169,03 ve 3 ve üzeri kardeşi olan katılımcılar için 166,27 olarak tespit edilmiştir. Yapılan Kruskal Wallis Testi sonucunda katılımcıların kardeş sayısına göre aile aidiyeti alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($\chi^2=8,192$; $p<0.05$). Bu farklılık küçük bir etki düzeyini göstermektedir ($\eta^2=0,02$). Bu bulguya dayalı olarak 1 kardeşi olanların aile aidiyetinin 2 kardeşi olanlara göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Diğer yandan, kardeş sayısına göre kendilik aidiyeti alt ölçeğinden alınan puanlar arasında ise anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo10

Ailede Bütünlük Duygusu Düzeylerinin Kardeş Sayısına Göre İncelenmesi

ABDÖ-K	Kardeş Sayısı	n	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p
Anlaşılabilirlik	Kardeşi yok	27	159,19		2,845	0,416

	1 kardeşi var	119	185,09	3		
	2 kardeşi var	104	171,49			
	3 ve üzeri kardeş	96	165,34			
	Kardeşi yok	27	149,26			
Yönetilebilirlik	1 kardeşi var	119	184,58	3	3,279	0,351
	2 kardeşi var	104	170,45			
	3 ve üzeri kardeş	96	169,88			
	Kardeşi yok	27	158,91			
Anlamlılık	1 kardeşi var	119	190,62	3	6,229	0,101
	2 kardeşi var	104	159,34			
	3 ve üzeri kardeş	96	171,73			
	Kardeşi yok	27	152,65			
Toplam	1 kardeşi var	119	187,42	3	4,084	0,253
	2 kardeşi var	104	168,56			
	3 ve üzeri kardeş	96	167,47			

Tablo 10’da görüldüğü üzere katılımcıların ailede bütünlük duygusu toplam puanlarına ilişkin sıra ortalamaları kardeşi olmayan katılımcılar için 152,65; 1 kardeşi olan katılımcılar için 187,42; iki kardeşi olan katılımcılar için 168,56 ve 3 ve üzeri kardeşi olan katılımcılar için 167,47 olarak tespit edilmiştir. Kruskal Wallis Testi sonucunda katılımcıların kardeş sayısı ile ailede bütünlük duygusu puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo11

Ölçek Puanları Korelasyon Analizi Sonuçları

AAÖ				
ABDÖ-K		Aile Aidiyeti	Kendilik Aidiyeti	Toplam AAÖ
Anlaşılabilirlik	r	0,436**	0,647**	0,653**
	p	0,000	0,000	0,000
Yönetilebilirlik	r	0,354**	0,570**	0,589**
	p	0,000	0,000	0,000
Anlamlılık	r	0,570**	0,485**	0,503**
	p	0,000	0,000	0,000
Toplam ABDÖ-K	r	0,456**	0,691**	0,709**
	p	0,000	0,000	0,000

** $p<0.01$

Tablo 11’e göre, AAÖ Aile Aidiyeti alt boyutu ile ABDÖ-K Anlamlılık alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif bir ilişki bulunmaktadır ($r = 0,570$, $p < 0,01$). Anlaşılabilirlik ($r = 0,436$, $p<0,01$) ve Yönetilebilirlik ($r = 0,354$, $p < 0,01$) alt boyutları ile ise orta düzeyde pozitif anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. AAÖ Kendilik Aidiyeti alt boyutu ile ABDÖ-K Anlaşılabilirlik ($r=0,647$, $p<0,01$) ve Yönetilebilirlik ($r=0,570$, $p<0,01$) alt boyutları arasında yüksek düzeyde, Anlamlılık alt boyutu ile ise orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler mevcuttur ($r = 0,485$, $p< 0,01$). Ayrıca, ABDÖ-K toplam puanı ile AAÖ toplam puanı arasında da yüksek düzeyde pozitif bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,709$, $p<0,01$). Bulgular, katılımcıların aile aidiyeti düzeyleri arttıkça, ailede bütünlük duygularının da arttığını göstermektedir.

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Ergenlik ile yetişkinlik arasında yer alan dönemi ifade etmek amacıyla ortaya atılan "beliren yetişkinlik" dönemi, ergenlikten yetişkinliğe geçişin uzadığını gözler önüne sermektedir (Atak & Çok, 2010). Bu çalışma, Türkiye'nin genç bir nüfusa sahip olduğu gerçeği (TÜİK, 2024) de göz önünde bulundurularak beliren yetişkinler üzerinde yapılmıştır. Ayrıca Türkiye'de beliren yetişkinlik döneminin özellikleri kentsel ve eğitime devam eden gençlerde daha belirgindir (Çok & Atak, 2015). Bu bulgu, mevcut araştırmanın üniversite öğrencileri üzerinde yapılmasının önemini destekler niteliktedir. Üniversite öğrencilerinin beliren yetişkinlik döneminde yaşadığı kimlik ve rol belirsizlikleri, ailelerine olan aidiyet ve bütünlük duygularıyla karşılıklı bir ilişki içerisindedir. Bu çalışma, Arnett'in (2000) beliren yetişkinlik kavramı çerçevesinde, genç yetişkinlerin Aile Aidiyeti Ölçeği (AAÖ) ve Ailede Bütünlük Duygusu (ABDÖ-K) ölçekleri üzerinden elde edilen veriler ışığında, aile ilişkilerinin bu geçiş dönemindeki rolünü ortaya koymaktadır.

Literatürde, aile aidiyeti ile ailede bütünlük duygusunun doğrudan birlikte incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu yönü ile yapılan bu çalışma özgün bir nitelik taşımakta ve söz konusu iki değişkenin birlikte ele alınmasıyla literatüre önemli bir katkı sağlanmaktadır. Ayrıca araştırmada elde edilen bulgular daha önce konu ile ilgili yapılan araştırmalarda bildirilen aile bütünlüğü ile bireysel iyi oluş ve aile bağları arasındaki pozitif ilişkilerle tutarlılık göstermektedir (Akın & Soydan, 2015; Arı & Güler, 2019; Roman vd., 2025).

Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin aile aidiyeti düzeylerinin cinsiyet, aile yapısı, büyüdüleri yer, anne-baba medeni durumu, yaş ve eğitim düzeyi gibi demografik değişkenlere göre değişmediği belirlenmiştir. Ancak bu bulgu, konuyla ilgili diğer araştırmalarla karşılaştırıldığında bazı farklılıklar göstermektedir. Aslantürk vd. (2020) tarafından yapılan bir çalışmada, boşanmış ailelere sahip bireylerin aile aidiyeti düzeylerinin daha düşük olduğu bildirilirken, bu çalışmada böyle bir ilişki gözlemlenmemiştir. Ayrıca, Aydın ve Özyürek (2024) tarafından yapılan bir başka araştırmada, ailede bütünlük duygusunun anlaşılabilirlik boyutunun, bireylerin medeni durumlarına göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir; ancak bu çalışmada anne-baba medeni durumunun ailedeki bütünlük duygusunda anlamlı bir farklılığa yol açmadığı ortaya konmuştur.

Bir kardeşi bulunan katılımcıların, iki kardeşi olanlara kıyasla daha yüksek aile aidiyeti düzeylerine sahip oldukları tespit edilmiştir. Bu bulgu, aile içindeki dinamiklerin, bireylerin aile aidiyeti düzeyleri üzerinde bir etkiye sahip olabileceğini göstermektedir. Yapılan bazı çalışmalar, birden fazla kardeşe sahip olmanın bireyin aileyle olan ilişkisini daha rekabetçi bir hale getirebileceğini ve bu durumun aidiyet duygusunu zayıflatabileceğini ileri sürmektedir (Tariq & Shams, 2015). Öte yandan daha az sayıda kardeşe sahip olan bireylerin, genellikle aile üyeleriyle daha yakın ve güçlü bağlar kurduklarını ve aile aidiyet duygularının daha yoğun olduğu gösteren bulgular da mevcuttur (Smith & Jones, 2018). Bu çalışmadaki bulgular ışığında, bir kardeşi olan katılımcıların daha yüksek aile aidiyeti düzeylerine sahip olmalarının; aile içindeki bağlarının daha yoğun, daha doğrudan ve destekleyici olabileceğini akıllara getirmektedir. İki veya daha fazla kardeşe sahip bireylerde ise, aile içindeki diğer bireyler arasında daha fazla olası rekabet söz konusu olabilir. Bu durum, bireylerin aile aidiyeti düzeylerinin daha düşük olmasına yol açabilir. Ayrıca, kardeş sayısının artmasıyla birlikte anne-babanın ilgi ve desteğinin daha geniş bir alana dağılabileceği düşünülmektedir. Bir çocuğa daha nitelikli bir ilgi sağlanabilirken, kardeş sayısının artması bireylerin algıladığı aile aidiyet duygusunun daha düşük olmasına yol açıyor olabilir. Literatürde, kardeş sayısının

artmasının, ebeveynlerin her bir çocuğa ayırabildiği ilgi ve desteği sınırlayabileceğini gösteren araştırmalara rastlamak mümkündür (De Leeuw vd., 2021; Steelman vd., 2002).

Katılımcıların ailede bütünlük duygusu düzeyleri ile aile yapısı, büyüdüğü yer, anne-baba medeni durumu, yaş ve eğitim düzeyi gibi demografik değişkenlere göre değişmediği belirlenmiştir. Cinsiyet değişkeni açısından ise kadınların Anlaşılabilirlik düzeyinin, erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonuç, kadınların ailede yaşananları anlamlandırma ve olayları açıklama konusunda daha güçlü bir eğilim gösterebileceğine işaret etmektedir. Ancak farkın küçük düzeyde olması, cinsiyetin bu özellik üzerindeki etkisinin çok belirgin olmadığını da gösteriyor olabilir. Literatürde, aile bütünlük duygusunun alt boyutlarıyla cinsiyet arasındaki ilişkiler üzerine yapılan çalışmaların sonuçları farklılık göstermektedir. Örneğin, Küçükşen vd. (2023) yetişkinlerle gerçekleştirdikleri bir araştırmada, erkeklerin aile bütünlük duygusu puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde, Güler'in (2019) ergenlerle yaptığı bir çalışmada, erkeklerin aile bütünlük duygusu düzeylerinin kızlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla cinsiyetin anlaşılabilirlik üzerindeki etkisini daha net ortaya koymak için farklı yaş gruplarında yapılacak daha kapsamlı çalışmalara ihtiyaç vardır.

Araştırma sonucunda, beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin aile aidiyeti ve kendilik aidiyeti düzeyleri arttıkça ailede bütünlük duygularının da arttığı ve özellikle anlamlılık, anlaşılabilirlik ve yönetilebilirlik alt boyutlarının da arttığı belirlenmiştir. Bu bulgular, bireyin ailesiyle kurduğu duygusal bağlar ile ailede düzeni ve anlamı algılaması arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, çalışmanın en temel bulgusunu oluşturmaktadır.

Sonuç olarak, bireylerin aile bağlarını algılama biçimlerinin, aile bütünlüğü deneyimleri ile yakından ilişkili olduğunu söylemek mümkündür.

Sınırlılıklar

Katılımcıların büyük çoğunluğunun kadınlardan oluşması (%73,7'ü), araştırmanın üniversite öğrencisi olan beliren yetişkinlerden oluşması ve araştırmanın kesitsel bir tasarıma sahip olması araştırmanın sınırlılıklarını oluşturmaktadır.

Öneriler

Gelecek araştırmalarda, örneklem grubunun daha geniş tutulması ve farklı eğitim düzeylerindeki bireyleri de kapsayacak şekilde çeşitlendirilmesi önerilmektedir. Bunun yanı sıra, değişkenler arasındaki ilişkilerin daha kapsamlı bir biçimde incelenebilmesi ve olası nedensel bağlantıların ortaya konabilmesi amacıyla boyamsal araştırma tasarımlarının uygulanması faydalı olabilir. Ayrıca çalışmada çevrim içi ve yüz yüze toplanan veriler ayrı analiz edilmemiştir. Bu durum araştırmanın bir sınırlılığı olarak değerlendirilmelidir. İleride yapılacak çalışmalarda bu iki grubun yanıt örüntülerinin karşılaştırılması önerilmektedir. Ek olarak kardeş sayısının, bireylerin aile içindeki rollerini ve ilişkilerini nasıl etkilediğini anlamak için aile aidiyeti ve ailede bütünlük duygusunu da kapsayan daha fazla araştırma yapılması, bu bulguyu daha iyi açıklamak için faydalı olabilir.

Üniversite öğrencilerinin aileleriyle düzenli ve açık iletişim kurmaları, duygusal destek sağlamaları açısından önem arz etmektedir. Dolayısıyla bireylerin aileleri ile düzenli görüşme sağlaması, ortak aktiviteler gerçekleştirmesi ve samimi diyaloglar kurması teşvik edilmelidir. Bu çalışmalar, özellikle ülkemizde rehberlik ve psikolojik danışma merkezleri ile aile danışmanlığı merkezlerinin programlarına dâhil edilerek bireye ve aileye yönelik önleyici ruh sağlığı çalışmaları kapsamında ele alınabilir. Bu noktada gerçekleştirilecek psikoeğitim programları, ailenin iletişim becerilerini geliştirmesine yardımcı olabilir.

KAYNAKÇA

- Akın, G., & Soydan, M. (2015). Ailede bütünlik ve gençlerin psikososyal gelişimi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(4), 223–234.
- Anant, S. S. (1967). *Belongingness and mental health: Some research findings*. Acta Psychologica, 26, 391-396.
- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress and coping*. Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling mystery of health*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1988). *Unravelling the mystery of health: How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A., & Sourani, T. (1988). Family sense of coherence and family adaptation. *Journal of Marriage and the Family*, 79-92.
- Arı, E., & Güler, Y. (2019). Ergenlerde öznel iyi oluş, kimlik statüleri ve aile bütünlik duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Issues*, 35, 235–254. <https://doi.org/10.1177/002204260503500202>
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Arnett, J. J. (2011). Emerging adulthood(s): The cultural psychology of a new life stage. In L. A. Jensen (Ed.), *Bridging cultural and developmental approaches to psychology: New syntheses in theory, research, and policy* (pp. 255–275). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195383430.003.0012>
- Aslantürk, H., Kesen, N. F., & Daşbaşı, S. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Aile Aidiiyetinin Aile İlişkileri Açısından İncelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31(4), 1579-1598. <https://doi.org/10.33417/tsh.739505>
- Atak, H. (2011). Beliren yetişkinlik: Yeni bir yaşam döneminin Türkiye'de incelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi.
- Atak, H., & Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Aydın, A., & Gürçan, M. (2017). Beliren yetişkinliğin boyutları ve ebeveyn tutumlarının kimlik gelişimine etkisi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Aydın, A., & Özyürek, A. (2024). Yetişkinlerin çocuklukta ebeveynleştirilme düzeyleri ile aile bütünlik duyguları arasındaki ilişki ve etkileyen faktörler. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 34(1), 351-367. <https://doi.org/10.18069/firatsbed.1318229>
- Bryant, C. M., & Conger, R. D. (2002). The family context in adolescent development: Advances in research and theory. *Journal of Adolescence*, 25(1), 31–50. <https://doi.org/10.1006/jado.2001.0451>
- Can, A. (2024). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Pegem Akademi.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Çeçen, A. R. (2007). Aile Bütünlik (Tutarlılık) Duygusu Ölçeği (Abdö-K) kısa formunun Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7(3), 1199-1220.

- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Journal of Theory & Practice in Education (JTPE)/Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4(1).
- Çeçen, A. R., & Mert, M. A. (2023). Sense of coherence, family sense of coherence and psychological distress: The mediating role of self satisfaction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, (2), 1579–1593. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01185-w>
- Çok, F., & Atak, H. (2015). Emerging adulthood in Turkey: Does it (yet) exist?. *Online Journal of Counseling & Education*, 4(3).
- De Leeuw, F., Kalmijn, M., & Van Gaalen, R. (2021). Family size and parental investment: Effects on sibling relationships and child outcomes. *European Journal of Population*, 37(2), 423–447.
- Fuligni, A. J., Tseng, V., & Lam, M. (1999). Attitudes toward family obligations among American adolescents with Asian, Latin American, and European backgrounds. *Child Development*, 70(4), 1030–1044. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00075>
- Gök, E., & Kocayörük, E. (2019). Temel psikolojik ihtiyaçlar, aile aidiyeti ve ebeveyn algısı değişkenlerinin öznel iyi oluş üzerindeki etkisi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 2(2), 21-51.
- Güler, M. (2019). Ergenlerde öznel iyi oluş, kimlik statüleri ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişki. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(35), 1-20.
- Güner, F., Cömert, E., & Öztörün, M. (2023). Öğretmenlerin Aile Aidiyeti ile İlgili Düşüncelerinin İncelenmesi. *ESAR Journal*, 4(1), 18-31. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13294673>
- Hagerty, B. M., & Patusky, K. (1995). Developing a measure of sense of belonging. *Nursing Research*, 44(1), 9-13. <https://doi.org/10.1097/00006199-199501000-00003>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). Multivariate data analysis (7th ed.). Harlow: Pearson Education Limited.
- Kınıklı, E. N. (2021). *Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığının aile bütünlük duygusu ve saldırganlık davranışı ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- King, V., & Boyd, L. M. (2016). Factors associated with perceptions of family belonging among adolescents. *Journal of Marriage and Family*, 78(4), 1114-1130. <https://doi.org/10.1111/jomf.12322>
- Korkut, G., & Gençtürk, Z. (2020). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile aile aidiyeti arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 8(24), 209-231. <https://doi.org/10.33692/avasyad.831622>
- Köse, F., & Şahin, N. (2018). Aile aidiyeti duygusunun Türk üniversite öğrencileri üzerindeki etkisi. *Aile ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 15–29.
- Küçükşen, K., Toptaş, T., & Çetin, S. N. (2023). Yetişkin bireylerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu üzerindeki etkisi. *Nerşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 13(1), 119-130. <https://doi.org/10.30783/nevsosbilen.1123493>
- Lindström, B. & Eriksson, M. (2011) From health education to healthy learning: Implementing salutogenesis in educational science. *Scandinavian Journal of Public Health*, 39(Suppl 6): 85–92. <https://doi.org/10.1177/1403494810393560>
- Maslow, A. H. (1970). New introduction: Religions, values, and peak-experiences. *Journal of Transpersonal Psychology*, 2(2), 83-90.

- Mavili, A., Kesen, Ö. G. D. N. F., & Daşbaşı, Ö. G. D. S. (2014). Aile aidiyeti ölçeği: Bir ölçek geliştirme çalışması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 33, 29–45. <https://doi.org/10.21560/spcd.19507>
- Neuman, W. L. (2019). *Toplumsal araştırma yöntemleri: Nicel ve nitel yaklaşımlar* (Cilt I) (Ö. Akkaya, Çev.). Siyasal Kitabevi.
- Olson, D. (2011). FACES IV and the Circumplex Model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(1), 64–80. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00175.x>
- Öztürk, A., & Yılmaz, D. (2017). Aile yapısının genç yetişkin psikolojisindeki yeri. *Journal of Family Studies*, 12(2), 45–60.
- Roman, N. V., Balogun, T. V., Butler-Kruger, L., Danga, S. D., de Lange, J. T., Human-Hendricks, A., Khaile, F. T., October, K. R., & Olabiyi, O. J. (2025). Strengthening family bonds: A systematic review of factors and interventions that enhance family cohesion. *Social Sciences*, 14(6), Article 371. <https://doi.org/10.3390/socsci14060371>
- Semerci, M., Bayram, M. N., & Koçak, O. (2023). Genç yetişkinlerin aile aidiyeti ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisinde yalnızlığın aracı rolü. *Sosyolojik Bağlam Dergisi*, 4(3), 273–288. <https://doi.org/10.52108/2757-5942.4.3.4>
- Smith, A. L., & Jones, R. M. (2018). Understanding gendered perceptions of family coherence: A cross-sectional analysis. *Family Relations*, 67(3), 341–354. <https://doi.org/10.1111/fare.12291>
- Steelman, L. C., Powell, B., Werum, R., & Carter, S. (2002). Reconsidering the effects of sibling configuration: Recent advances and challenges. *Annual Review of Sociology*, 28, 243–269.
- Taber, K. S. (2018). The use of Cronbach's alpha when developing and reporting research instruments in science education. *Research in Science Education*, 48(6), 1273–1296. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2>
- Tariq, M., & Shams, T. (2020). Gender differences in family communication patterns and meaning-making in South Asian families. *Journal of Family Studies*, 26(4), 556–570. <https://doi.org/10.1080/13229400.2019.1573894>
- TÜİK (2024). Yaş grubuna göre nüfus, <https://nir.tuik.gov.tr/?value=YasGrubunaGoreNufus>
- Usta, M. (2019). Aile işlevselliğinin psikolojik ihtiyaçları karşılamadaki rolü. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 2(2), 1-20.
- Yeter, S. İ. (2019). *Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerinin aile aidiyeti ve manevi yönelimlerine göre yordanması* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi).

Yazarlar Hakkında

Yazar adı SOYADI: Özlem CİN

Yazar adı SOYADI: Meral TANER DERMAN

Yazar Katkıları

Yazarlar çalışmaya eşit düzeyde katkı sağlamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu makale için yazarlardan herhangi biri için çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Destek

Yazarlar, çalışma için herhangi bir finansman desteği almamıştır.

Not

Çalışmaya dahil edilen tüm katılımcılardan aydınlatılmış onam alınmıştır.

Etik Bildirim

Bu araştırma, Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu tarafından 29.11.2024 tarih ve 43 sayılı kararla onaylanmıştır. Araştırma kapsamında katılımcılara çalışmanın amacı hakkında bilgi verilmiş, gönüllülük esasına dayalı katılım sağlanmış ve veriler anonim olarak toplanmıştır. Katılımcıların kişisel bilgilerinin gizliliği korunmuş ve çalışma süresince etik ilkelere uygun hareket edilmiştir.

Etik Kurul Adı: Bursa Uludağ Üniversitesi Araştırma ve Yayın Etik Kurulları Sosyal Ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu

Onay Tarihi: 29/11/2024

Belge Numarası: 2024-11/43

ARAŞTIRMA

Açık Erişim

RESEARCH

Open Access

Erkekler Ağlamaz (!) Peki, Ne Yapar? Romantik İlişkisinde Şiddet Gören Erkeklerin Deneyimlerinin İncelenmesi

Men Don't Cry (!) So What Do They Do? Examining The Experiences Of Men Who Experience Violence In Romantic Relationship

Mebruke Bekler¹ , Eda Güzel² , Rezzan Gündoğdu³ 

Yazar Bilgileri

Mebruke BEKLER

Yüksek Lisans

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Aksaray Üniversitesi

Aksaray/ Türkiye

mebrukebekler@gmail.com

Eda GÜZEL

Yüksek Lisans

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Aksaray Üniversitesi

Aksaray/ Türkiye

68.guzeleda@gmail.com

Rezzan GÜNDOĞDU

Prof. Dr.

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Aksaray Üniversitesi

Aksaray/ Türkiye

rezzangundogdu@aksaray.edu.tr

ÖZET

Şiddet, bir canlının bedenine ve ruhuna nüfuz edebilecek doğrudan veya dolaylı yollarla yapılan her türlü saldırdır. Kişiler arası şiddetin içinde aile içinde yaşanan şiddeti, bir romantik ilişkideki eş şiddetini veya ikili özel ilişkilerden kaynaklı meydana gelen şiddeti barındırdığını söylemek mümkündür. Erkek bireylerin romantik ilişkisinde şiddet yaşamaları durumunda duyguları, yaşadığı şiddeti paylaşamamanın verdiği zorlu süreçleri, ruhsal, sosyal ve kişisel alanlarında oluşturduğu sağlıksız iletişimlerin ayrıntılı ele alınıp incelenmesi amaçlanan bu çalışmada şiddete karşı erkek bireylerin deneyimleri araştırılmıştır. Romantik ilişkisinde şiddet gören erkeklerin bu şiddetle baş etmede hangi yollara başvurduğu, bu duruma nasıl çözümler üretirek yaklaşıldığı ve romantik ilişkisinde partnerinden beklentilerinin neler olduğu incelenmeye çalışılmıştır. Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden Fenomenoloji (Olgu Bilim) Deseni uygulanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye'nin çoğunlukla İç Anadolu bölgesinin farklı illerinde ikamet eden, kişisel yaşamlarında romantik ilişkisi bulunan ve birliktelikleri devam eden erkek katılımcılardan oluşturmuştur. Araştırmada erkekler maruz kaldıkları şiddet karşısında aile yaşantılarında; mahremiyetlerinin bozulmaması, geleneklerini sürdürme, aile büyüklerinden utanma ve ayıplanma durumu yaşamak istemeyişleri; sosyal ilişkilerinde ve çevrelerinde romantik ilişkilerindeki eşlerinden gördükleri şiddeti utanç verici bir durum olarak görmeleri, güçsüz görülme ihtiyacından kaynaklı şiddeti gizlediklerine ulaşılmıştır.

Makale Bilgileri

Anahtar Kelimeler

Romantik ilişki

Şiddet

Erkeğe şiddet

Keywords

Romantic relationship

Violence

Violence against men

Makale Hakkında

Geliş: 02/10/2025

Düzeltilme: 07/12/2025

Kabul: 10/12/2025

ABSTRACT

Violence is any form of attack, direct or indirect, that can affect a living being's body and soul. It is possible to say that interpersonal violence includes violence experienced within the family, partner violence, or violence arising from intimate relationships. In this study, the phenomenology design, one of the qualitative research methods, was applied. The study group consisted of male participants residing in various provinces, mostly in the Central Anatolia region of Turkey, who were in ongoing romantic relationships. The research revealed that men exposed to violence in their family lives hid the violence due to their desire to maintain their privacy, uphold their traditions, avoid embarrassment and condemnation from their elders, and their perception of violence as a source of shame in their social relationships and circles, as well as their need to avoid being seen as weak.

Atf için: Bekler, M., Güzel, E., ve Gündoğdu, R. (2025). Erkekler ağlamaz (!) peki, ne yapar? Romantik ilişkisinde şiddet gören erkeklerin deneyimlerinin incelenmesi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 8(2), 21-33. DOI: 10.58434/apdad.1795971

GİRİŞ

Şiddet Kavramı Üzerine

Dünya Sağlık Örgütü (WHO,2002) şiddeti; fiziksel güç veya iktidarın kasıtlı bir tehdit veya gerçeklik biçiminde bir başkasına uygulaması sonucunda maruz kalan kişide yaralanma, ölüm ve psikolojik zarara yol açması ya da açma olasılığı bulunması durumu olarak tanımlamaktadır. Şiddet Türk Dil Kurumuna göre ise (TDK,2024); ‘bir hareketin, bir gücün derecesi, karşıt görüşte olana kaba kuvvet kullanma, duygu veya davranışta aşırılık gibi çeşitli ifadelerle tanımlanmaktadır.’ Bu tanımlamalar doğrultusunda, aynı zamanda korkutma, zorbalık, zulüm, terör, yıldırma, katletmek, mahkumiyet, isyan her toplulukta kademe kademe; ancak devamlı olarak gündelik hayatta karşılaşılan şiddetin birer çeşitleri olarak da görülmektedir (Kocacık,2001).

Şiddet değerlendirilirken şiddetin türüne göre derecesi veya düzeyi de değişmektedir. Şiddet ve Sağlık Konulu Dünya Raporu’nda şiddet saldırıları, şiddet eyleminin gerçekleştirildiği kişiler açısından üç geniş kategori altında sınıflandırılmıştır. Buna göre kişinin kendisine yönelik şiddet, kişiler arası şiddet ve kolektif şiddet olmak üzere üç tip şiddet kategorisinden söz edilmektedir (WHO,2002). Kişiler arası şiddetin içinde aile içinde yaşanan şiddeti, partner şiddetini veya ikili özel ilişkilerden kaynaklı meydana gelen şiddeti barındırdığını söylemek mümkündür. Maruz kalınan şiddetin her türlü ve düzeyi taraflar için sosyal, psikolojik, fiziksel, ekonomik anlamda bireylerde yıkıcı bir duygu durumu yaratmakta olup hem zihinsel/düşünsel süreçlerini etkileyen hem de bedensel/somatik belirtilerle kendini gösteren sorunlar meydana getirmektedir.

Şiddetin oluşmasının ve meydana gelmesinin temelleri incelendiğinde bireyin ilk ve erken çocukluk yaşantılarında maruz kaldığı şiddet, bireyin akranlarıyla yaşadığı ortamda karşılaştığı şiddet durumları, bireyin okulda veya iş hayatındaki şiddet ortamı ve romantik ilişkilerinde, birlikteliklerinde maruz kaldıkları şiddet yaşantılarının etkili olduğunu söylemek mümkündür (Zengin,2023). Bu kapsamda ele alınan şiddet yaşantısında şiddetin türlerinin bilinmesi ve incelenmesi de gerekmektedir.

Romantik ilişkilerdeki partner şiddeti yaygın bir şekilde görülmekte olup kişilik özellikleri, bireysel sorunlar, yaşamda karşılaşılan problemler, toplumsal cinsiyet rolleri, toplumun kültürü ve yaşanan sosyal çevre gibi birçok etkili olan faktörlerden söz etmek mümkündür. Araştırmamızda en çok kadına yönelik şiddet başlığıyla gündemde olan romantik ilişkilerdeki partner şiddetinin erkekler yönündeki boyutu, yine erkeklerin deneyimledikleri şiddet türleri üzerinden incelenmeye çalışılmıştır.

Fiziksel Şiddet; şiddet türleri içinde en çok uygulanan, özellikle bedende gözle görülecek şekilde etki bırakan ve ölümle sonuçlanma ihtimali en yüksek olan şiddet türüdür. Bedende bıraktığı hasarı birey açıklama noktasında çeşitli yalan ifadeler kullanabilir ve erkekler fiziksel şiddete uğrandığını özellikle saklayabilmektedirler. Bazı kaynakların ayrı bazı kaynaklarında fiziksel şiddet başlığı altında ele aldığı **sözel şiddet ise;** bireyin maruz kaldığı sözel ifadeler ile yaşadığı şiddeti tanımlar. Bu ifadeler bireyi aynı zamanda duygusal olarak daha fazla etkilemektedir. **Cinsel Şiddet;** Şiddet ve Sağlık Konusundaki Dünya Raporunda (WHO, 2002) cinsel bir eylem gerçekleştirmeye, istenmeyen cinsel sözler söylemeye, cinsel yaklaşım ve tekliflerde bulunmaya ya da bir kişiyi ticari amaçla cinsel olarak kullanmaya yönelik eylemlerin tümünü kapsamakta olup kurbanla fail arasındaki ilişki her ne olursa olsun kurbanın evinde ya da işyerinde sınırlı kalmaksızın her türlü koşulda bir kişinin cinselliğine karşı dolaylı ya da direkt olarak ve zorlamayla yapılan cinsel bir eylemi içermekte olduğu belirtilmiştir. Cinsel şiddet, içeriğindeki penisin vajinayla birleşmesi gibi dar bir çerçeveden çıkıp herhangi bir cismin tüm vücut üzerindeki penetrasyonunu konu alan geniş bir alanda incelenmeye başlanmıştır. Arıkan’ göre (2011) ; ‘cinsellik eşler arasında bir kutsiyet arz eder ve ailede sadece eşler arasında olması gereken kutsal bir bağdır.’ Günümüzde artık erkeğe yönelik de cinsel şiddet konuşulmaya başlanmış olup araştırmamızda erkeklerin de romantik ilişkilerinde cinsel şiddete mağduru oldukları gözlemlenmiştir.

Duygusal Şiddet; bu şiddet sonuçları itibariyle her ne kadar kadınlar, yaşlılar, çocuklar bakımından hassasiyet arz etse de en az onlar kadar erkeklerin de hassas oldukları, onlarda da yıkıcı duygu ve durumla sonuçlandığı bir şiddet türüdür. Diğer bütün şiddet türlerinin bireyde temel olarak bıraktığı

duygulanımlardan meydana geldiğini, reddetme, aşağılama, yıldırma, kendi çıkarına kullanma gibi davranışları içerdiğini söylemek mümkündür. **Ekonomik Şiddet**; bireylerin yaşadığı ekonomik anlamdaki zorlanmalarını ele alan şiddet türüdür. Ekonomik şiddet her ne kadar kadının daha çok karşılaştığı bir şiddet türü olarak ele alınsa da erkeklerin de günümüzde aynı oranda bu şiddet ile karşılaşabileceklerini söylemek mümkündür. Erkeklerden sürekli çalışıyor ve eve para getirmesi gerektiği düşüncesiyle işsiz kalmalarının istenmemesi, erkeklerden alınan harçlığın çok az bulunup bununla yapılacakların mümkün olmaması, istenilenin gerçekleşmediğinde bir münakaşaya dönüşmesi, ilişkilerde giderler ve harcamalar noktasında erkeğe büyük sorumluluk atfedilmesi gibi durumlarda ekonomik şiddetin yaşandığını söylemek mümkündür (Polat,2016). Bu çalışmanın amacı; romantik ilişki birlikteliklerinde şiddete maruz kalmış olan erkek bireylerin şiddete dair düşünceleri, yaşadıkları şiddet türleri, maruz kaldıkları şiddet karşısındaki tepkileri ve bu durumu paylaşmak, profesyonel destek almak konusunda yaşadıkları süreçleri bireylerin şiddet deneyimleri üzerinden ayrıntılı olarak ele almaktır.

Erkeklerle Yönelik Şiddet Uygulamaları

Şiddet ülkemizde gündemden düşmeyen, üzerinde durulması gereken en önemli sorunlardan biridir. Kadına yönelik aile içinde yaşanan şiddet gündemde ilk sırasını korurken erkeğe yönelik hem aile içi hem partner/romantik ilişkilerindeki şiddet de önemli ölçüde konuşulmalıdır. Aile içinde erkeğe yönelik şiddet; erkeklerin çok küçük yaştan itibaren bir güç simgesi olarak görülmesine ve bu durumun erkek çocuğunda sürekli koruma, güçlü durma, büyüyünce evi geçindiren olma, duygularını bastırma ve yansıtmayan olma gibi bir kültürel yapı içinde yetişmesine neden olmuştur. Duygusal anlamda kendini aile içinde açıklayamayan birey yetişkin yaşamında karşılaştığı diğer zorlu süreçler içerisinde de duygusal bir bunalım, zihinsel bir kargaşa, kendini ifade etme becerisinde eksiklik yaşamaktadır. Bu durumdan kaynaklı yaşadığı şiddet karşısında içe kapanma, sessiz kalma, aynı şiddet oranında tepki gösterme gibi davranış örüntüleri sergileyebilmektedir. (Zengin, 2023). Bu duruma yönelik önleyici, iyileştirici stratejiler oluşturulmaktadır. Ülkemizde erkeler de 'şiddet mağduru' kavramı kapsamında Ailenin Korunması ve Kadına Karşı Şiddetin Önlenmesine Dair Kanun ile cinsiyet ayrımı yapılmaksızın barınma hizmetinden yararlanmaları sağlanmıştır. Bu kanun ile İstanbul'da 12, İzmir'de 18 kapasiteli Erkek Sığınma Evleri açılmıştır (Güçlücan,2013).

Aynı zamanda Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı bünyesinde Şiddeti Önleme ve İzleme Merkezleri aracılığıyla erkeklerin şiddet mağduriyetleri karşısında destek sağlayıcı, yol gösterici, önleyici hizmetler sunulmaktadır (Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı.2012). Yakın zamanda ülkemizde erkeklerin romantik ilişkilerinde, aile yaşantılarında karşılaşabilecekleri şiddet durumlarında hem psikolojik destekleyici olma hem de hukuksal bilgi bağlamında yol gösterici çalışmalar yürüten Erkekleri Koruma Derneği açılmıştır. Derneğin en etkili faaliyetlerinden biri eşlerinden, partnerlerinden şiddet gören erkek bireyleri bir araya getirmek olmuştur. Bu bağlamda bireylerin, kendileriyle aynı problemleri yaşayan, aynı duyguları paylaşan diğer erkek bireylerle bir arada olmasıyla maruz kaldıkları şiddet karşısında psikolojik ve sosyal destek konusunda ruhsal olarak iyi hissettiklerini söylemek mümkündür. İçerisinde bulundukları sosyal çevreleri ve yetiştikleri kültürleri, böyle bir dernekten yardım almalarını hoş karşılamamasına, garipsemesine, erkeklik algılarına ve erkekliğin gücünü zedeleyen bir anlayışa sahip olmasına karşın dernek tarafından desteklenmek bireylerin anlaşılma ihtiyacını karşıladığını göstermektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden Fenomenoloji (Olgu Bilim) deseni kullanılmıştır. Nitel araştırmalarda yapılandırılmamış görüşme formlarının yanında gözlem, yarı yapılandırılmış araştırma kapsamında açık uçlu sorular, doküman inceleme ve görüşme gibi nitel veri toplama tekniklerinin kullanılabilir. Aynı zamanda nitel araştırmalar; araştırma konusunun doğal seyrinde temasından ayrılmadan doğal ortamlar içinde gerçekliğinden kopmadan, bütünsel olarak araştırmanın incelendiği bir

yöntemdir. Olgu Bilim çalışmaları farkında olduğumuz ancak derinlemesine ve ayrıntılı bir anlayışa sahip olmadığımız olgulara odaklanmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2005).

Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın katılımcıları Amaçlı örnekleme metodu ile belirlenmiştir. Amaçlı örnekleme; ana kütle içerisinde seçilecek örnek kesimin araştırmacının yargılarına belirlendiği tesadüf olmayan örnekleme yöntemidir. Amaçlı örneklemede veriler, ana kütlede en kolay, hızlı ve ekonomik şekilde toplanır (Malhotra, 2004: 321, Aaker vd., 2007: 394, Zikmund, 1997: 428). Aynı zamanda nitel araştırmalarda, araştırma stratejisi yapılaşmamıştır ve araştırmadaki verilerin doğası zengin ve derindir (Kuş,2009). Bu araştırmanın katılımcılarını amaçlı örnekleme yoluyla yoğunlukla İç Anadolu bölgesinin farklı illerinde ikamet eden, romantik ilişkisinde sevgili/flört, sözlü, nişanlı veya evli durumda olan, eğitim seviyelerinin, çalışma/iş alanlarının farklı olduğu ancak birlikteliklerinde şiddete maruz kalmış 70 erkek oluşturmıştır.

Tablo1

Katılımcıların Yaş, Romantik İlişki Durumu, Romantik İlişkide Birliktelik Süresi ve Şiddete Maruz Kalması Üzerine Betimsel Analiz

Yaş	Frekans	Yüzde
18-30	28	40
31-60	38	54.28
61 ve üzeri	4	5.71
Toplam	70	100
Romantik ilişki durumu		
Sevgili/Flört	20	28.57
Nişanlı	5	7.14
Evli	45	64.28
Toplam	70	100
Süre/Yıl		
0-5	32	45.71
6-15	13	18.57
16 ve üzeri	25	35.71
Toplam	70	100
Şiddete Maruz Kalındı mı?		
Evet	70	52.63
Hayır	63	47.36
Toplam	133	100

Tabloda görüldüğü üzere araştırmada katılımcıların %54.28'i 31 ile 60 yaş arasında olup %40'ı 18 ile 30 yaş ve %5.71'i 61 yaş ve üzerinde olduğu gözlemlenmiştir. Araştırmada genç yetişkin ve orta yetişkin olan erkek katılımcıların yoğun olduğu söylenebilir. Araştırmaya katılan katılımcıların romantik ilişki durumu göz önüne alındığında %64.28'i 'evli' olup %28.57'si ilişkilerinde, birlikteliklerinde 'sevgili/flört'; %7.14'ü ise 'nişanlı' olduğuna rastlanılmıştır.

Romantik ilişkide yaşanan birlikteliklerin sürelerine bakıldığında beş yılın altında olan birliktelik süresi katılımcıların %45.71 ini oluştururken 16 yıl ve üzeri olanlar %35.71i altı ile 15 yıl arasında olanlar ise %18.57sini oluşturduğunu söylemek mümkündür. Araştırmamızda görüldüğü üzere katılımcılarımızın %52.63'ü romantik ilişkilerinde şiddete maruz kalırken %47.36'sı ise romantik ilişkisinde şiddete maruz kalmadığını belirtmiştir.

Veri Toplama Araçları ve Süreci

Veriler yedi sorudan oluşan Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmış olup kişisel verilerinin gizliliği esas alınmıştır. Araştırmadan elde edilen bilgiler; yedi sorudan oluşan Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formunun kullanıldığı görüşmeler ile toplanılmıştır. Alan uzmanlarının görüşü alınarak hazırlanan kişisel bilgi formunda katılımcının yaş , romantik ilişki durumu, romantik ilişkisinin birliktelik süresi gibi sorular bulunurken; yarı yapılandırılmış görüşme formunda ise katılımcı için şiddetin neyi ifade ettiği, hangi şiddet türüne maruz kaldığı , maruz kaldığı şiddet karşısında bu durumu kimlerle paylaştığı , yaşadığı şiddet olayındaki duygusal ve düşünsel zorluklarının neler olduğuna dair açık uçlu sorulara yer verilmiştir. Veri toplamak adına yapılan görüşmeler araştırma katılımcılarına uygun bir ortamda gerçekleştirilmiş ve katılımcılar çalışma hakkında bilgilendirilmiştir. Katılımcıların onaylaması ile görüşmeler ses kayıt cihazı ile kaydedildikten sonra ses kayıtları deşifre edilmiştir.

Verilerin Analizi

Yıldırım ve Şimşek (2005), nitel araştırmalarda verilerin dört aşamada analiz edildiğini belirtmektedir: Çalışmadaki verilerin ayrıştırılıp kodlanması (1), çalışmanın konusunu oluşturan temaların bulunması (2), bu kodlamalar ve temaların düzenlenmesi (3) ve son olarak çalışma sonunda elde edilen bulguların tanım ve yorumlamasının yapılmasıdır (4). Bütün bu aşamalar birbirinden bağımsız veya belirli bir sıra ile birbirini takip eden değil; iç içe geçen ve çoğu kez birlikte yürütülen süreçlerdir. Nitel araştırmalarda veri analizleri ve bulguların yazılma süreçleri birbirlerinden bağımsız şekilde değildir. Bu çerçevede araştırmamızda deşifre edilen görüşme kayıtları üzerinden oluşturulan tablo yüzdeleri, betimsel ve içerik analizleri ile araştırmanın temaları oluşturulup, temaların alt başlıkları ortaya konmuştur.

BULGULAR

Araştırmamızın bu bölümünde yarı yapılandırılmış soru formu kullanılarak katılımcılarla yapılmış görüşmelerden alınan sağlıklı veriler yüzde tablolarına dönüştürülmüş olup bulgu ve yorumlarla elde edilen verilerin tema, kodları ve alt başlıkları incelenmiştir.

Romantik İlişkilerde Şiddete Dair İçerik Analizi

Tablo2

Şiddet Neyi İfade Etmekte?

İfade	Frekans	Yüzde
Zorbalık	11	15.71
Fiziksel Güç Kullanımı	13	18.57
Hakaret	3	4.28
Duygusal Zarar	10	14.28
Benlik Saygısına Zarar	5	7.14
Genel Olarak Zarar Verme Eylemleri	22	31.42
Maddi-Manevi Baskı	5	7.14
Çatışma	1	1.42
Toplam	70	100

Araştırmada erkeler için şiddetin neyi ifade ettiği Tablo 2’de görüldüğü üzere %34.42 ile şiddet ‘genel olarak zarar verme eylemleri’ olduğu yoğunlukta iken; ‘fiziksel güç kullanımı’ %18.57; ‘zorbalık’ %15.71; ‘duygusal zarar’ %14.28; ‘benlik saygısına zarar, maddi- manevi baskı ve hakaret’ benzer oranlarda şiddeti ifade ettiği belirtilmiştir. Aynı zamanda araştırmada görüşme esnasında bu şiddet ifadelerini de kapsayan bir şekilde ‘yok sayma, insanlık suçu olan eylemler, sabrın azalmasının verdiği sonuç, ruhsal zarar verme, çok fazla

kısıtlanmak, can yakmak, canını acıtmak için yapılan şeyler, birbirlerini zor durumda bırakmak, tek taraflı düşünmek, çiftlerin birbirlerini değersizleştirerek yıpranmalarına neden olan bütün davranışlardır.' gibi açıklamalar yapıldığı gözlemlenmiştir.

Tablo3

Maruz Kalınan Şiddet Türleri

Türler	Frekans	Yüzde
Duygusal/Psikolojik	26	37.14
Ekonomik	2	2.85
Cinsel	1	1.42
Fiziksel	7	10
Sözlü	16	22.85
Birden Fazla Şiddet Türü	18	25.71
Toplam	70	100

Tablo 3'te görüldüğü üzere araştırmada katılımcıların %37.14'ü duygusal/psikolojik şiddete maruz kalıp %22.85'i sözlü; %10'unu fiziksel şiddete yoğunlukla maruz kaldığını ifade etmiştir. Bu durumun yanı sıra %25.71 gibi bir oranda katılımcıların birden fazla şiddet türü ile de karşılaştıklarına rastlanılmıştır. Katılımcıların '*Onun bana bir tokat atmışlığı oldu.*', '*Sergilim aşırı kıskanç olduğu için dışarı çıkınca bile karşı, habersiz çıkarsam ayrılırim diye tehdit eder, sözlü ve psikolojik şiddet bu yüzden çok bende.*', '*Ben duygusal şiddete maruz kalıyorum.*', '*Nışanım istediği bir şeyi alamadığımda çok yetersiz olduğumu sürekli söylüyor.*', '*Fazla konuşulmasından rahatsız olan biriyim, bunu bilmesine rağmen sözlü olarak üzerime gelip beni kızdırmaya çalışıyor.*', '*..ama para yoksa yatağına da gelemem deyip bağırır bana.*', '*Bana sen konuşmayı beceremiyorsun, ağzın tutuluyor gibi şeyler söylüyor. Beni rencide ediyor ve bu benim psikolojimi de etkiliyor.*' şeklindeki ifadeleri erkeklerin fiziksel, sözel, cinsel, ekonomik, duygusal ve psikolojik şiddetten herhangi birine direkt veya bunların bir arada olabileceği şekilde şiddete maruz kaldıklarını söylemek mümkündür.

Tablo4

Maruz Kalınan Şiddeti Paylaşmakla İlgili Düşünceler

Düşünceler	Frekans	Yüzde
Erkeklik Gururunun Zedelenmesi	15	21.42
Yetersizlik	6	8.57
Kendini Suçlama	3	4.28
Yargılanma	8	8.57
Ayıplanma	8	8.57
Rencide Edilme	4	5.71
Sessizleşme	8	8.57
Kaniksama	4	5.71
Huzursuzluk Yaşama	5	7.14
Paylaşmaktan Çekinmeme	9	12.85
Toplam	70	100

Araştırmada şiddete maruz kalan erkeklerin bu yaşadıkları şiddetin düzeyini, derecesini, içeriğini paylaşmakla ilgili düşüncelerinde %21.42 gibi bir oranla 'erkeklik gururunun zedelenmesi' düşüncesine sahip olduklarına rastlanılmıştır. %8.57'lik bir oranla da 'yetersizlik, yargılanma, ayıplanma' düşüncesiyle 'sessizleşmesi' gerektiği düşüncesine sahip olduklarını; yine benzer oranlarda 'kendini suçlama, rencide edilme, durumu kaniksama, huzursuzluk yaşama' gibi düşüncelere de sahip olduklarına rastlanılmıştır. Erkeklerin %12.85 oranında ise maruz kaldıkları şiddeti (genellikle ailesi ve sosyal çevresi ile) 'paylaşmaktan çekinmeme' düşüncesine de sahip oldukları gözlemlenmiştir. Chodorow'a göre (2007) 'erkek imgesinin altında yatan erkeklerin rahat olduğu, özgür ve nasıl göründüklerinin, nasıl giyindiklerini kafalarına

takmayan fikrinin hakim olduğu içinde bulundukları romantik ilişkilerinde gözlemlense de bu durumun tam tersi olabileceği de unutulmamalıdır.’ Katılımcıların ‘...yok nasıl diyeyim, karım bana tokat attı, diye Gülerler, eğlenirler adamla valla söyleyemedim kimseye, ilk sana söylüyorum.’, ‘Bu konuların konuşulması zor, karı koca arasında olur ve karı koca arasında kalır.’, ‘Bir erkeğin eşim bana vurdu, beni dövdü demesi bana göre erkeğimi zedeler.’, ‘Bu konularda konuşmak zor; çünkü kadına şiddet denildiği zaman erkek her zaman suçlu ama erkeğin gördüğü şiddet denilmiyor. Erkek toplum tarafından baskı altında.’, ‘Bir kavgaya yaşamıştık ben onu kanepeye ittim o da bana tokat attı. Sonrasında çok pişmanlık yaşadım. Aileme bahsetmek zorunda kaldım.’, ‘Bu durumu kimseye anlatamadım, bunlar özel ve önemli şeyler.’, ‘...Paylaşmak dertleşmek yoktu, evin içinde olan evde kalırdı.’, ‘Erkek içine atıyor; çünkü çözümü yok.’, ‘Erkeklerde ayıplanacak, adı çıkacak diye korku oluyor.’ Gibi ifadeleri erkeklerin yaşadıkları şiddeti paylaşmak noktasındaki düşüncelerini açıklamaktadır.

Tablo5

Maruz Kalınan Şiddetin Paylaşılamamasının Zorlukları

Zorlukları	Frekans	Yüzde
Utanma	21	30
Aile Mahremiyetinin Bozulması	14	20
Manipülasyona Maruz Kalma	2	2.85
İçe Kapanma	12	17.14
Öfke Patlaması	3	4.28
Üzüntü	13	18.57
Aşağılanma	5	7.14
Toplam	70	100

Bu tabloda %30 oranında erkeklerin maruz kaldıkları şiddeti paylaşmama noktasında utandıkları; %20 oranında aile mahremiyetinin bozulmasını istemediklerinden bu şiddet durumunu paylaşamamakta zorlandıklarına rastlanırken benzer oranlarda ise içe kapanma, aşağılanma ve üzüntü yaşadıkları ve %2.85 oranında şiddeti paylaşamamanın zorluklarından biri olarak kendi ilişkilerinde, birlikteliklerinde manipülasyona maruz kaldıkları gözlemlenmiştir. Şiddetin yarattığı travmatik bir olay yaşandıktan bir süre sonra kişi konuşma ihtiyacı hisseder. Paylaşımın verdiği rahatlığın yanında yapabileceklerin sonuçları konusunda bir ön bildirim almak açısından da önemlidir (Sayar; Dinç,2019). Katılımcıların ‘Çocuklar da uzakta gidemiyoruz, öyle böyle geçinmeye bakıyoruz.’, ‘Benim yatak odamın başkasına anlatılması beni rahatsız eder.’, ‘İçinde tut tut nereye kadar. Bir ara kalp krizi geçirdim tüm bunlar yüzünden.’, ‘İnsanların bana, eşimle sorunlarını çözemiyor musun, demesinden çekiniyorum ve bu yüzden hep içime atıyorum.’, ‘Erkekler söylemez, düşünür durur. Bu baş ağrısı, iştahsızlık yapar.’ Gibi ifadeleri bize maruz kaldıkları şiddet karşısında bu durumu paylaşamamanın zorluklarıyla ilgili bilgiler vermekte olup aynı zamanda bedensel rahatsızlıkları da ortaya çıkardığını göstermektedir.

Tablo6

Maruz Kalınan Şiddetin Kimlerle Paylaşıldığı

Kişiler	Frekans	Yüzde
Hiç kimse	40	57.14
Aile	8	11.42
Sosyal Çevre	21	30
Profesyonel Yardım/Destek Uzmanı	1	1.42
Toplam	70	100

Tablo 6’da görüldüğü üzere araştırmaya katılan erkeklerin %57.14’ü maruz kaldıkları şiddeti ‘Hiç kimse’ ile paylaşmamayı tercih etmiştir. Erkeklerin %30’u ‘sosyal çevresi’ ile(sosyal gruplar, iş arkadaşları vb.)paylaştığını ifade ederken %11.42’si ‘ailesi’ ile şiddet durumunu paylaşmıştır. Sadece %1.42 ile bir

kişinin gördüğü şiddet karşısında ‘profesyonel yardım/destek’ alabileceğini ve bu durumu paylaşabileceğini ifade etmiştir. Katılımcıların ‘Arkadaşıma başka biri yaşamış gibi, ne yapabilirim diye sorduğum oluyordu.’, ‘Sosyal çevrem biraz daha anlayışlı aileme göre.’, ‘Bir kadınla mı başa çıkamıyorsun derler, seni güçsüz görürler. O nedenle paylaşmam.’, ‘Ailede deneyim vardır belki yol gösterilir diye söylerim.’, ‘Huzurum bozulsun istemem, düzelebilir durumumuz diye kimseyle konuşmam.’ şeklindeki ifadeleri, şiddete maruz kalan erkeklerin ailesiyle, sosyal çevresiyle paylaşımlarının veya hiç kimseyle paylaşılmasının, profesyonel destek alınmamasına dair düşüncelerini yansıtmaktadır.

Romantik İlişkilerde Eşitlik ve Partnerlerden Beklentiye Dair Analiz

Tablo7

İlişkinizde Kadın ve Erkek Eşit Mi?

Cevap	Frekans	Yüzde
Evet	28	40
Hayır	42	60
Toplam	70	100

Araştırmada katılımcıların %40’nın ilişkilerinde kadın ve erkeğin eşitliğine dair olumlu bir yaklaşımları varken %60’nın olumsuz bir yaklaşımla kadın- erkek eşitliğinin ilişkilerinde olmadığını belirttikleri gözlemlenmiştir.

Tablo8

İlişkide Erkeğin Partnerine Karşı Beklentileri

Beklentiler	Frekans	Yüzde
Anlaşılma İhtiyacı	20	28.57
Etkin/Etkili İletişim Sahibi Olma	10	14.28
Empati Kurabilme	6	8.57
Görev Sorumluluğunu Alması	6	8.57
Dengeli/Uyumlu Olması	8	11.42
Beklentisinin Olmaması	20	28.57
Toplam	70	100

Tablo 8’de görüldüğü üzere yaşadığı ilişkide maruz kalınan şiddet karşısında erkeklerin %28.57 oranında hem ‘anlaşılma ihtiyacı’ içinde oldukları hem de aynı oranda partnerlerine karşı bir ‘beklentilerinin olmadığına’ da rastlanılmıştır. Erkeklerin %14.28’i partnerlerinin ‘etkin/etkili iletişime sahip olmasını’ beklerken; %11.42’si ‘dengeli/uyumlu olmasını’ beklediğini belirtmiştir. Yine %8.57 gibi benzer bir oranda şiddete maruz kalan erkeklerin eşlerinden/partnerlerinden ‘empati kurabilmeleri’, kendilerinin ‘görev ve sorumluluklarını alabilmelerine’ dair beklentilerinin olduğu gözlemlenmiştir. Romantik/partner ilişkilerinde partnerler birbirlerinin sosyal yaşam alanlarını korumalı, birbirlerinin duygularını paylaşmada ve anlamada aynı çaba içinde bulunmalıdırlar (Nazlı,2007). Partnerler şiddet yönelimli bir tutum sergilemeden önce ilişkilerinde etkin ve sağlıklı bir iletişim ile birbirlerine yaklaşmalı ve yaşadıkları zorlu yaşantılar, duygular konusunda çözüm odaklı düşünerek hareket edebilmelidirler. Katılımcıların ‘Eşler duruma, zamana göre biri diğerinden daha fazla sorumluluk alabiliyor; ama hayatın tamamına bakıldığında denge olabilmeli.’, ‘Her iki taraf birbirlerine karşı görev, sorumluluk ve haklarını bildiklerinde, saygı ve sevgi çerçevesinde

gerçekleştirdiklerinde çok güzel bir evlilik/birliktelik de oluyor.’ Gibi ifadeleri bize erkelerin partnerlerinden denge/uyum, görev ve sorumluluğun bilinmesi gibi beklentileri olduğunu göstermektedir.

Araştırmadan Elde Edilen Tema ve Kodları

Tablo9

Tema ve Kodlar

TEMA	ŞİDDETİN AİLE YAŞANTISINDA ETKİSİ	ŞİDDETİN SOSYAL ÇEVREDE ETKİSİ	PSİKOLOJİK ZORLUK DURUMLARI	ŞİDDETİN YARATTIĞI KORKU VE DÜŞÜNCELER	ERKEĞİN PARTNERİNDEN BEKLENTİSİ
KODLAR	•İlişki ve Aile mahremiyetinin bozulması •Deneyimsiz görülme •Ailede sessiz kalınarak şiddeti bastırmak •Sorunun üstünü örtmek/geçistirmek •Aile büyüklerinden utanma •Geleneklere/örf-adetlerle çelişkili bulunulması görüşü •İlişkide huzur ve düzenin korunma ihtiyacı	•Sosyal alanda maruz kalınca şiddeti açıklayamama •Şiddetin düzeyi hakkında konuşamama •Sosyal ilişkilerde saklama •Sosyal çevreden öneri almaya karşı olma •Şiddeti söylenmesi zor olarak görme •Güçsüz görülme düşüncesi •Kendisi hakkında olumsuz algıların oluşmasından endişe duymak •Şiddete maruz kalmanın utanç bir durum olarak görülmesi •Kendisiyle dalga geçilmesi/eğlenilmesi endişesi yaşamak •Sosyal çevrede başka birinin yaşantısı olarak paylaşmak ihtiyacı duyulması	•Öfke patlaması yaşama •İlişki birliğinin bozulması •Kendine yabancılaşma •Sessizleşme/içe kapanma •Erkeklik gururunun zedelenişine inanma •Kendine yedirememe hissi •Yargılanma hissi	•Aşağılanma •Ayıplanma •Yetersiz görülme •Durumu kanıksama •Kıyaslanma •Kendini suçlama •Utanma •Rencide edilme •Sessizleşme/İçe kapanma •Huzursuzluk yaşama	•Uyumlu/Dengeli olma •Empati kurabilme •Etkin/etkili iletişim kurabilme •Anlaşılma ihtiyacı •Önemsenme ihtiyacı •Görev sorumluluğunu alması •İlişki mahremiyetini koruma •İltifat etme •Takdir edilme

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Araştırmamızda yapılan görüşmelerden yola çıkarak araştırmaya katılan erkek katılımcıların şiddeti sadece fiziksel şiddet olarak algılamadıkları, şiddetin sözlü, cinsel, ekonomik ve psikolojik şiddet gibi diğer türlerinin de farkında olduklarına ulaşılmıştır. Ancak içinde bulundukları aile yapısı, aile ve yetiştiği çevrenin kültürel özellikleri, kendi kişisel özellikleri vb. diğer şiddet türlerini konuşmalarına veya gündeme getirmelerine engel olduğu belirlenmiştir. Katılımcı erkekler şiddet ve türlerini (özellikle fiziksel) eşlerine uygulamadıklarını ancak kendilerinin sözel, ekonomik, cinsel, duygusal/psikolojik şiddete de maruz kaldıklarını ifade etmişlerdir. Erkeklerin maruz kaldıkları bu şiddet ve türlerinde herhangi bir profesyonel destek almadıkları, sorun çözümünde aile büyüklerine konuyu taşımadıkları; kendi yakın arkadaş çevresinde bu anlamda öneri, danışma, sohbet etme gibi kendini iyi hissettirecek bir yolu denemek istemediklerini dile getirmişlerdir. Aksine yaşadıkları şiddet karşısında eşine karşı sessiz kalarak bu durumda oluşan sıkıntıları içine attıklarını ifade ederek, kendi içlerinde tutup tepki vermemeyi doğru bulduklarını aktarmışlardır. Çevrelerinin kendi aile yaşantısı ve erkeklik algısı üzerinden maruz kalacakları olumsuz söylem, duyum ve konuşmalara karşı yaşanan şiddet durumunu paylaşmayı tercih etmedikleri gözlemlenmiştir. Kadın ve erkek eşitliği konusunda ise kadının bir işle meşgul olup çalışma/çalışmama durumunun ve erkeğin yetiştirilme tarzının büyük etken olduğu gözlemlenmiştir.

Şiddet ile karşılaşmada, cehaletin basmakalıp fikirlerle bir araya gelmesi, bireyi küçümsemek ve ona karşı her türlü muameleyi yapma hakkına muktedir olduğunu düşünmek, eğitim alanlarında, toplumda ve bireyin çalışma ortamında şiddetin bir yankısı olarak bu durumu ev ortamına aksettirmek gibi sosyal (Canpolat, 2008) ; bireyin kılık ve kıyafetine müdahale etmek, kişisel bakımına karışmak , sosyal aktivitelerine sınır koymak, şahsi menfaatler için kişiyi yıldırma adına incitici sözler sarf etmek, kişiyi sosyal çevresinden ve aile üyelerinden uzaklaştırmaya çalışmak, bireyle dalga geçmek ve ona nahoş sözler kullanmak gibi psikolojik (Türkmen, 2021) nedenler kendini gösterirken; bireyin hormonal bozuklukları, duygusal ve davranışsal bozuklukları, kişilerle ilişkisinde , düşünme şeklinde ve olayları algılayış biçimindeki bozukluklar, alkol , uyuşturucu ve madde bağımlılığı gibi biyolojik temelli yaşanan şiddet durumlarına rastlanmamıştır (Çiftçi, 2013:30). Şiddete maruz kalan erkeklerin, karşılaştıkları şiddet durumlarında, kadınlara sağlanan Kadın Konuk Evi gibi konaklayacakları bir oluşumun olmadığı ve bu durumun da kendilerini rahatsız ettiğine ulaşılmıştır.

Öneriler

Bu çalışmadan elde edilen veriler sonucunda psikoterapi hizmeti sağlayan alan uzmanları ve araştırmacılara şu öneriler aktarılabilir : Aile içinde erkeğe karşı şiddetin de kadına yönelik şiddet kadar onur zedeleyici olduğu bilincini ve farkındalığını oluşturacak psikoeğitimler yetkililerce planlanabilir, erkeklere de kadınlar için oluşturulan Kadın Konuk Evleri gibi bir geçici yerleşim yeri sağlanabilir olup erkeklerin yaşadıkları şiddeti bir profesyonel yardımcı/destekçi ile aşabileceği konusunda erkekler için de psikolojik danışmanlık hizmetlerinin varlığı toplumda daha çok gündeme getirilebilir. Bu bağlamda erkeklerin partnerlerinden gördükleri şiddet karşısında yaşadıkları sosyo-duygusal ve psiko-sosyal dışavurum yöntemleri de ayrı bir araştırma/çalışma alanı olarak incelenebilir.

KAYNAKÇA

Aaker, D. A., Kumar, V., & Day, G. S. (2007). *Marketing research* (9th ed.). John Wiley & Sons.

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. (2012). *Kadına yönelik şiddetle mücadele ulusal eylem planı (2012–2015)*. Ankara.

- Arıkan, M. (2011). *Aile zekâsı* (15. bs.). Hayat Yayınları.
- Canpolat, V. İ. (2008). Aile içi şiddetin nedenleri nelerdir? *Aktüel Psikoloji*. <https://www.aktuelpsikoloji.com>
- Chodorow, N. (2007). *Duyguların gücü: Psikanalizde, cinsiyette ve kültürde kişisel anlam*. Metis Yayıncılık.
- Çiftçi, F. (2013). *Türkiye’de kadına yönelik aile içi şiddet ve kadın sığınma evleri* (Yüksek lisans tezi). Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erkekleri Koruma Derneği. (2023). *Türkiye’de erkek sığınma evleri* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/wkfvE2yvp80>
- Güçlücan, Z. (2013). Türkiye’nin ilk erkek sığınma evleri. *E-Psikiyatri*. <https://www.e-psikiyatri.com>
- Kocacık, F. (2001). Şiddet olgusu üzerine. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 2(1), 1–8.
- Kuş, E. (2009). *Nitel–nitel araştırma teknikleri* (3. bs.). Anı Yayıncılık.
- Malhotra, N. K. (2004). *Marketing research: An applied orientation* (4th ed.). Pearson Prentice Hall.
- Nazlı, S. (2007). *Aile danışmanlığı* (4. bs.). Anı Yayıncılık.
- Polat, O. (2016). Şiddet. *Marmara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Hukuk Araştırmaları Dergisi*.
- Sayar, K., & Dinç, M. (2019). *Psikolojiye giriş* (9. bs.). Dem Yayıncılık.
- Türk Dil Kurumu. (2024). *Türk Dil Kurumu sözlükleri*. <https://www.tdk.gov.tr>
- Türkmen, T. (2021). Psikolojik şiddet nedir? *Mevam Psikoloji*.
- World Health Organization. (2002). *World report on violence and health*. WHO Press.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2005). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Zengin, İ. (2023). *Aile içi şiddet kapsamında erkeğe yönelik şiddet: Adıyaman ili örneği* (Yüksek lisans tezi). Adıyaman Üniversitesi.
- Zikmund, W. G. (1997). *Business research methods* (5th ed.). The Dryden Press.

Yazarlar Hakkında

Mebruke BEKLER

Eda GÜZEL

Rezzan Gündoğdu

Yazar Katkıları

Yazarlar çalışmaya eşit oranda katkı sağlamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu makale için yazarlardan herhangi biri için çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Destek

Yazarlar, çalışma için herhangi bir finansman desteği almamıştır.

Not

Çalışmaya dahil edilen tüm katılımcılardan aydınlatılmış onam alınmıştır.

Etik Bildirim

Çalışma protokolü Aksaray Üniversitesi Rektörlüğü İnsan Araştırmaları Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır. "Erkekler Ağlamaz(!) Peki Ne Yapar? Romantik İlişkisinde Şiddet Gören Erkeklerin Deneyimlerinin İncelenmesi" başlıklı ve 2025-318 protokol numaralı başvuru ilgili kurul tarafından incelenmiş ve başvuru hakkında “uygundur” kararı vermiştir.

Etik Kurul Adı: Aksaray Üniversitesi Rektörlüğü İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

Onay Tarihi: 17/06/2025

Belge Numarası: 2025-318

ARAŞTIRMA

Açık Erişim

RESEARCH

Open Access

Evlilik Doyumunun Yordayıcıları: Akılcı Olmayan İnançlar, Bilişsel Esneklik ve Affedicilik

Predictors of Marital Satisfaction: Irrational Beliefs, Cognitive Flexibility, and Forgiveness

Gizem Türkeli Şan¹, Ayşe Sibel Biçer²

Yazar Bilgileri

Gizem TÜRKELİ ŞAN

Psikolojik Danışman

Milli Eğitim Bakanlığı

Yanıklar Özel Eğitim Uygulama Okulu

Antalya/ Türkiye

gzmtrkeli@gmail.com

Ayşe Sibel BİÇER

Doç. Dr.

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi

Antalya/ Türkiye

sibel.bicer@alanya.edu.tr

ÖZET

Bu çalışmada, evli bireylerde evlilik doyumunun yordayıcıları olarak akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik incelenmiştir. Nicel desende yürütülen çalışma, 2023–2024 yıllarında Antalya’da yaşayan 312 evli bireyden (223 kadın, 89 erkek) elde edilen verilerle gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği, Heartland Affedicilik Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği’ni doldurmuştur. Analizlerde Pearson korelasyon ve çoklu regresyon yöntemleri kullanılmıştır. Bulgular, evlilik doyumunun akılcı olmayan inançlarla negatif; affedicilik ve bilişsel esneklikle pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Alt boyut analizlerinde, akılcı olmayan inançların Ben alt boyutu evlilik doyumunu negatif; affediciliğin kendini ve başkalarını affetme, bilişsel esnekliğin ise değerlendirme–başka çıkma esnekliği boyutları pozitif yönde yordayıcı bulunmuştur. Tüm değişkenlerin birlikte modele alındığı analizde, evlilik doyumundaki varyansın %27’si açıklanmış; affedicilik ve bilişsel esneklik anlamlı yordayıcılar olurken akılcı olmayan inançlar modele anlamlı katkı sağlamamıştır. Bulgular, evlilik doyumunda bilişsel ve duyuşsal süreçlerin bütüncül önemini vurgulamaktadır.

Makale Bilgileri

Anahtar Kelimeler

Evlilik doyumu

Akılcı olmayan inançlar

Bilişsel esneklik

Affedicilik

Keywords

Marital satisfaction

Irrational beliefs

Cognitive flexibility

Forgiveness

Makale Hakkında

Geliş: 26/10/2025

Düzeltilme: 07/11/2025

Kabul: 23/12/2025

ABSTRACT

This study examined irrational beliefs, cognitive flexibility, and forgiveness as predictors of marital satisfaction among married individuals. Conducted within a quantitative research design, the study was carried out with data collected from 312 married participants (223 women, 89 men) residing in Antalya between 2023 and 2024. Participants completed the Irrational Beliefs Scale, Cognitive Control and Flexibility Scale, Heartland Forgiveness Scale, and Marital Life Scale. Data were analyzed using Pearson correlation and multiple regression techniques. The findings revealed that marital satisfaction was negatively associated with irrational beliefs and positively associated with forgiveness and cognitive flexibility. In subscale analyses, the Self dimension of irrational beliefs negatively predicted marital satisfaction, whereas the self- and other-forgiveness dimensions of forgiveness and the appraisal–coping flexibility dimension of cognitive flexibility positively predicted it. When all variables were entered into the regression model together, 27% of the variance in marital satisfaction was explained, with forgiveness and cognitive flexibility emerging as significant predictors, while irrational beliefs did not make a significant contribution to the model.

Atf için: Türkeli Şan, G., Biçer, A.S. (2025). Evlilik doyumunun yordayıcıları: Akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 8(2), 34-49. DOI: 10.58434/apdad.1811152

Bu çalışma, 'Evli bireylerin evlilik doyumlarının akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik açısından incelenmesi' başlıklı, Doç. Dr. Ayşe Sibel Biçer danışmanlığında tamamlanan yüksek lisans tezinden üretilmiştir

GİRİŞ

Evlilik, bireylerin yaşam doyumunu, psikolojik uyumunu ve toplumsal işlevselliğini etkileyen temel bir kurumdur. Ancak günümüzde aile içi çatışmalar, iletişim sorunları ve boşanma oranlarındaki artış, evliliğin sürdürülebilirliğini tehdit eden önemli etkenler arasında yer almaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu'nun (Türkiye İstatistik Kurumu, 2024) verilerine göre, son yıllarda boşanma hızında artış gözlenmiştir. Benzer biçimde, uluslararası literatür de boşanma oranlarının yükseldiğini ve evlilik doyumunun evliliğin devamlılığında kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır (Amato, 2010; Karney & Bradbury, 1995).

Evlilik doyumunu, literatürde evlilik başarısı, uyumu, mutluluğu ve kalitesi gibi kavramlarla birlikte kullanılsa da, genellikle eşlerin evliliklerinden elde ettikleri mutluluk ve tatmin düzeyi olarak tanımlanmaktadır (Fowers & Olson, 1993; Fincham & Bradbury, 1987). Bu kavram yalnızca evlilik ilişkisinin niteliğini değil, aynı zamanda bireylerin yaşam doyumunu ve psikolojik sağlıklarını da yansıtan çok boyutlu bir göstergedir (Glenn, 1990; Proulx, Helms, & Buehler, 2007). Nitekim evlilik ilişkisi çoğu birey için birincil sosyal destek kaynağı olup, yüksek evlilik doyumunun fiziksel ve ruhsal sağlık, iş başarısı ve sosyal ilişkiler üzerinde koruyucu ve güçlendirici etkiler sağladığı belirtilmektedir (Stack & Eshleman, 1998; Whisman, 2007).

Evlilik doyumuna ilişkin araştırmalar 1950'lerden itibaren başlamış, 1990'lı yıllarda ise farklı kuramsal yaklaşımlarla ivme kazanmıştır (Bradbury, 1998; Bradbury, Fincham & Beach, 2000). Bu dönemde evlilik doyumunu yalnızca öznel mutluluk olarak değil, bilişsel, duygusal, fizyolojik ve davranışsal süreçlerin bir çıktısı olarak ele alınmış; ayrıca evliliklerin içinde işlediği bağlamsal faktörler (ör. çocuk sahibi olma, ekonomik koşullar, yaşam stresörleri) ve kavramın ölçümüne ilişkin farklı yaklaşımlar da tartışılmıştır. Araştırmalar, evlilik doyumunun yaş, evlilik süresi, kişilik özellikleri, iletişim becerileri, problem çözme yetileri, ekonomik koşullar, dini inançlar, cinsellik, sosyal destek, bağlanma biçimleri ve stres gibi çok sayıda faktörden etkilendiğini göstermektedir (Fincham & Bradbury, 1987; Proulx, Helms & Buehler, 2007). Bu durum, evlilik doyumunun çok boyutlu doğasını ve yalnızca demografik değişkenlerle açıklanamayacak karmaşık bir yapı olduğunu ortaya koymaktadır.

Son yıllarda yapılan araştırmalar, evlilik doyumunu anlamada bilişsel ve duygusal süreçlerin kritik önem taşıdığını göstermektedir (Epstein & Baucom, 2002; Fincham, 2000). Bilişsel süreçler, bireylerin evlilikte yaşanan olayları nasıl algıladıklarını ve yorumladıklarını kapsarken; duygusal süreçler, eşler arası bağın niteliğini, empatiyi, duygu düzenleme ve affediciliği içermektedir. Literatür, işlevsiz bilişsel yapılar ile düşük evlilik doyumunu (Eidelson & Epstein, 1982; Stackert & Bursik, 2003) ve esnek, gerçekçi bilişsel yapılar ile yüksek evlilik doyumunu (Martin & Rubin, 1995; Dennis & Vander Wal, 2010) arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymaktadır. Benzer şekilde, affediciliğin çiftler arasındaki kırgınlıkların onarılmasında, güvenin yeniden inşasında ve evlilik doyumunun artırılmasında kritik bir rol oynadığı vurgulanmaktadır (Fincham, Hall & Beach, 2006; Worthington, 2005).

Dolayısıyla, evlilik doyumunun yalnızca dışsal koşullardan değil, aynı zamanda eşlerin düşünme biçimleri ve duygusal süreçlerinden etkilendiği söylenebilir. Bu nedenle, mevcut araştırmada evlilik doyumunu anlamada açıklayıcı gücü yüksek olduğu değerlendirilen üç psikolojik değişken – akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik – kuramsal ve ampirik bulgular ışığında ele alınmaktadır.

Akılcı Olmayan İnançlar ve Evlilik Doyumu

Akılcı olmayan inançlar, bireylerin gerçeklikle örtüşmeyen, katı ve esnekliği düşük bilişsel şemalarıdır ve işlevsiz duygusal tepkilerin temelinde yer almaktadır (Ellis, 1962, 2003). Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT) kuramına göre, bireyler yaşadıkları olaylardan çok bu olaylara yükledikleri irrasyonel anlamlar

nedeniyle olumsuz duygular geliştirmekte ve uyumsuz davranışlar sergilemektedir (Ellis & Dryden, 1997). Benzer biçimde, Beck (1976) bilişsel çarpıtmaların bireylerin ilişkilerinde doyum ve uyumu zedelediğini ileri sürmüştür.

Evlilik bağlamında, “eşim beni her zaman mutlu etmeli”, “ilişkimiz kusursuz olmalı” ya da “tartışmalar zararlıdır” gibi katı ve gerçekçi olmayan düşünceler, çiftlerin iletişim süreçlerini bozarak evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilemektedir (Neenan & Dryden, 2004; Ellis & Dryden, 1997). Bu görüşü destekleyen araştırmalar, irrasyonel inançların evlilik uyumunu ve doyumunu düşürdüğünü göstermektedir (Addis & Bernard, 2002; Möller & Van der Merwe, 1997).

Addis ve Bernard (2002), evlilik danışmanlığına başvuran çiftlerde irrasyonel inanç düzeylerinin anlamlı biçimde yüksek olduğunu ve özellikle “kendini küçümseme” ile “aşırı rahatlık ihtiyacı” boyutlarının düşük evlilik uyumuyla ilişkili olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde, Möller ve Van der Merwe (1997), düşük evlilik uyumunun “düşük hayal kırıklığı toleransı” ve “talepkâr beklentiler” gibi irrasyonel inançlarla yakından ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Alan yazında elde edilen bazı bulgular, irrasyonel inançların evlilik doyumunu duygusal süreçler aracılığıyla etkilediğini göstermektedir (Filipović, Vukosavljević-Gvozden & Opačić, 2016). Filipović ve arkadaşları (2016), irrasyonel inançların öfke, kaygı ve depresyon gibi disfonksiyonel duyguları artırdığını ve bu duyguların eşlerin evlilik uyumunu azalttığını yapısal eşitlik modeliyle doğrulamıştır. Bu bulgular, farklı örneklemelerde de benzer sonuçlar vermektedir. Yu ve arkadaşlarının (2020) geniş örneklemli çalışmasında, irrasyonel inançların evlilik doyumunu çatışma çözme stratejileri ve evlilik stresi aracılığıyla olumsuz etkilediği belirlenmiştir. Güncel bir çalışmada Ahmedî ve meslektaşları (2025), irrasyonel inançların evlilik uyumuna etkisinde bilişsel esnekliğin kısmi aracılık rolü oynadığını göstermiştir.

Kuramsal açıdan, tüm bu bulgular Vulnerability-Stress-Adaptation (VSA) modelinin (Karney & Bradbury, 1995) öngörülerıyla tutarlıdır. Modele göre bireylerin bilişsel kırılganlıkları (örneğin irrasyonel inançlar), günlük stres faktörleri ve çiftlerin çatışma çözme biçimleriyle etkileşerek evlilik doyumunu belirlemektedir (Karney & Bradbury, 1995).

Bilişsel Esneklik ve Evlilik Doyumu

Bilişsel esneklik, bireylerin değişen koşullara uyum sağlama, alternatif çözüm yolları üretme ve stresli durumlarda işlevsel baş etme stratejileri geliştirme kapasitelerini ifade eden önemli bir bilişsel süreçtir (Martin & Rubin, 1995; Dennis & Vander Wal, 2010). Evlilik ilişkilerinde yaşanan çatışmalar ve stres faktörleri karşısında, bireylerin esnek düşünme becerileri sağlıklı iletişim kurmalarını, problem çözme yolları geliştirmelerini ve duygusal düzenlemelerini kolaylaştırmaktadır. Bu nedenle bilişsel esneklik, evlilik doyumunu açıklamada kritik bir değişken olarak görülmektedir.

Son yıllarda yapılan bir derleme, evlilik kalitesinin bilişsel işlevlerle ilişkili olduğunu ve bu ilişkinin bağlamsal faktörlere göre farklılık gösterebildiğini ortaya koymuştur (Haghighi vd., 2024). Bu bulgu, evlilik doyumunun yalnızca demografik ya da davranışsal değişkenlerle değil, bilişsel süreçlerle de yakından ilişkili olduğunu göstermektedir.

Nitekim yürütülen bir çalışmada, bilişsel esnekliğin aile işlevselliği ve evlilik çatışmalarıyla başa çıkma biçimleriyle birlikte aile yaşam döngüsünün farklı evrelerinde anlamlı değişim gösterdiği bulunmuştur (Kheyrollahi, Jafari, Ghamari & Babakhani, 2019). Çalışma, bilişsel esnekliğin özellikle stresli evrelerde evlilik doyumunun korunmasında kritik rol oynadığını göstermektedir.

Benzer şekilde, başka bir araştırmada da düşük bilişsel esnekliğin evlilik çatışmalarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu, yüksek bilişsel esnekliğin ise evlilik doyumunu desteklediği rapor edilmiştir (Hashemipor, Yarollahi, Soleimani & Rozban, 2022).

Bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, bilişsel esnekliğin evlilik doyumunun sürdürülmesinde belirleyici bir bilişsel süreç olduğu; çiftlerin stresli ve zorlayıcı dönemlerde işlevsel baş etme becerileri geliştirmelerine katkı sağlayarak evlilik ilişkilerinin niteliğini koruduğu anlaşılmaktadır.

Affedicilik ve Evlilik Doyumu

Affedicilik, eşlerin karşılıklı olarak yaşadıkları hataları geride bırakabilme ve ilişkiyi yeniden onarma kapasitesi olarak tanımlanmakta ve evlilik doyumunun en önemli belirleyicilerinden biri olarak görülmektedir (Fincham, 2000; Worthington, 2001). Çiftler arası ilişkilerde affedicilik, yalnızca olumsuz duyguların azalması değil, aynı zamanda şefkat ve empati gibi olumlu duyguların yeniden inşasıyla da ilişkilidir (McCullough et al., 1998; Gordon & Baucom, 2003).

Ampirik araştırmalar, affediciliğin evlilik doyumunu doğrudan ve dolaylı yollarla artırdığını göstermektedir. Örneğin, Fincham ve Beach (2002), affediciliğin evlilik kalitesinin hem nedeni hem de sonucu olabileceğini ortaya koymuş, Paleari, Regalia ve Fincham (2005) ise boylamsal analizlerinde affedicilik ve evlilik doyumu arasında karşılıklı bir etkileşim bulunduğunu göstermiştir. Benzer şekilde, Gottschlich ve arkadaşları (2025), affediciliğin evlilik güvenini güçlendirdiğini ve bu etkinin duygusal uzlaşma yoluyla daha da pekiştiğini ortaya koymuştur. Bu bulgu, affediciliğin yalnızca bireysel bir süreç olmadığını, aynı zamanda ilişkisel bağların yeniden tesis edilmesine hizmet ettiğini göstermektedir.

Meta-analitik bulgular da affediciliğin evlilik doyumu üzerindeki merkezi rolünü desteklemektedir. Constantinescu ve Ghiurca (2022) tarafından yürütülen kapsamlı bir meta-analizde, affediciliğin çiftlerde daha sağlıklı iletişim, daha düşük psikolojik saldırganlık ve daha yüksek ilişki doyumu ile anlamlı biçimde ilişkili olduğu saptanmıştır. Ayrıca, affediciliğe yönelik terapötik müdahalelerin (ör. Greenberg et al., 2010; Fife, Weeks & Stellberg-Filbert, 2013) çiftlerin hem bireysel iyi oluşlarını hem de evlilik uyumlarını güçlendirdiği belirlenmiştir.

Sonuç olarak, literatür affediciliği evlilik doyumunun sürdürülebilirliği için kritik bir değişken olarak konumlandırmaktadır. Affedicilik, yalnızca çatışmaların çözümünü kolaylaştırmakla kalmayıp, aynı zamanda güveni, bağlılığı ve ilişki kalitesini yeniden tesis ederek evlilik ilişkisinin uzun ömürlülüğünü destekleyen temel bir psikososyal kaynak olarak görülmektedir (Fincham et al., 2006; Constantinescu & Ghiurca, 2022).

Araştırmanın Amacı

Son yıllarda gerek Türkiye’de gerekse dünyada boşanma oranlarının artması ve aile içi çatışmaların yaygınlaşması, evlilik doyumunu etkileyen psikolojik değişkenlerin incelenmesini önemli hâle getirmiştir (TÜİK, 2024; Amato, 2010). Literatürde evlilik doyumuna etki eden çok sayıda demografik ve sosyoekonomik faktör bulunmakla birlikte, özellikle akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik gibi bilişsel ve duygusal süreçlerin evlilik ilişkilerinin sürdürülebilirliğinde belirleyici olduğu görülmektedir (Ellis, 2003; Fincham, 2000; Dennis & Vander Wal, 2010). Ancak bu üç değişkenin birlikte ele alınarak evlilik doyumunu yordayıcı gücünün incelendiği çalışmaların sınırlı olduğu dikkat çekmektedir.

Bu bağlamda, mevcut araştırma yalnızca evlilik doyumunu etkileyen faktörleri açıklığa kavuşturmayı değil; aynı zamanda psikolojik danışma ve aile terapisi alanlarına kuramsal katkı sağlamayı hedeflemektedir. Elde

edilecek bulguların, çiftlere yönelik önleyici ve iyileştirici müdahale programlarının geliştirilmesine, evliliklerin güçlendirilmesine ve boşanmaların önlenmesine yönelik çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir. Böylece çalışma, hem akademik literatüre hem de uygulamalı psikolojik danışma ve aile terapisi uygulamalarına katkı sunmayı amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma, ilişkisel araştırma modeli temelinde desenlenmiştir. Çalışmada, akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik değişkenlerinin evlilik doyumunu ile olan ilişkileri incelenmiştir. Bu model kapsamında, söz konusu değişkenlerin evlilik doyumunu ne ölçüde yordadığı ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Çalışma Grubu

Tablo1

Çalışma Grubuna Ait Demografik Bilgiler

Değişkenler	Kategori	f	%
Cinsiyet	Kadın	223	71,5
	Erkek	89	28,5
Yaş	18–24	3	1,0
	25–34	117	37,5
	35–44	138	44,2
	45–54	43	13,8
	55 ve üzeri	11	3,5
Gelir Düzeyi	Düşük	12	3,8
	Orta altı	30	9,6
	Orta	183	58,7
	Orta üstü	84	26,9
	Yüksek	3	1,0
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	5	1,6
	Lise	33	10,6
	Üniversite	200	64,1
	Lisansüstü	74	23,7
Evlilik Süresi	0–1 yıl	49	15,7
	2–5 yıl	61	19,6
	5–10 yıl	74	23,7
	10–15 yıl	59	18,9
	15–20 yıl	32	10,3
	20 yıl ve üzeri	37	11,9
Evlilik Sayısı	1	287	92,0
	2	23	7,4
	3 ve üzeri	2	0,6
Çocuk Sayısı	Yok	78	24,4
	1	123	38,4
	2	86	26,9
	3 ve üzeri	25	7,8
Evlilik Türü	Aşk evliliği	233	74,7
	Mantık evliliği	55	17,6
	Aile baskısı	10	3,2
	Diğer	14	4,5

Bu araştırmanın çalışma grubunu, Antalya ilinde yaşayan evli bireyler oluşturmaktadır. Katılımcılar kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi (Cohen, Manion & Morrison, 2018) ile seçilmiş olup, araştırmaya

gönüllülük esasına dayalı olarak toplam 320 evli birey katılmıştır. Ancak eksik ya da hatalı doldurulan formlar çıkarıldıktan sonra, 312 katılımcının verileri analize dâhil edilmiştir.

Katılımcıların %71,5'i kadın (n = 223) ve %28,5'i erkektir (n = 89). Yaş dağılımı incelendiğinde, %37,5'inin 25–34 yaş, %44,2'sinin 35–44 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Katılımcıların büyük çoğunluğu (%64,1) üniversite mezunu olup, %23,7'si yüksek lisans veya doktora düzeyinde eğitime sahiptir. Gelir düzeyi açısından katılımcıların yarısından fazlası (%58,7) orta gelir grubunda yer almaktadır. Evlilik süreleri değerlendirildiğinde, %23,7'si 5–10 yıldır evli olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların %92'si ilk evliliğini sürdürmekte olup, %39,4'ünün hiç çocuğu bulunmamaktadır. Evlilik türü açısından ise katılımcıların çoğunluğu (%74,7) aşk evliliği yaptığını ifade etmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından geliştirilen bu formda katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır. Formda cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, meslek, evlenme yaşı, evlilik süresi, eş ile evlenme biçimi ve çocuk sayısı gibi değişkenler sorgulanmıştır. Bu sayede, katılımcıların demografik dağılımının tanımlanması ve araştırma bulgularının ilgili değişkenler bağlamında yorumlanabilmesi amaçlanmıştır.

Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (AOİÖ-K): Türküm (2003) tarafından geliştirilen Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği – Kısa Formu, bireylerin akılcı olmayan (irrasyonel) inanç düzeylerini değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır. Ölçek, 5'li Likert tipi derecelendirme sistemi (1 = Kesinlikle Katılmıyorum – 5 = Kesinlikle Katılıyorum) ile yanıtlanan toplam 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçek üç alt boyut içermektedir: Onaylanma İhtiyacı, Kişilerarası İlişkiler ve Ben. Ölçeğin geliştirilme sürecinde gerçekleştirilen faktör analizi sonucunda toplam varyansın %42,9'unu açıklayan üç faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Bu doğrultuda, Onaylanma İhtiyacı alt boyutu toplam varyansın %15'ini, Kişilerarası İlişkiler alt boyutu %14,05'ini ve Ben alt boyutu %13,4'ünü açıklamaktadır. Madde-toplam korelasyonlarının .50 ile .52 arasında değiştiği belirlenmiştir. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları kapsamında Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .75, on hafta arayla yapılan test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise .81 ($p < .0001$) olarak rapor edilmiştir. Ayrıca, ölçeğin faktör yapısının cinsiyet grupları arasında da tutarlılık gösterdiği saptanmıştır. Bu çalışmada yapılan güvenirlik analizlerinde ölçeğin toplam Cronbach alfa katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Alt boyutlara ilişkin güvenirlik katsayıları ise sırasıyla Onaylanma İhtiyacı = .72, Kişilerarası İlişkiler = .78 ve Ben = .70 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgular, AOİÖ-K'nın yüksek düzeyde güvenirliğe sahip geçerli bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği: Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği, bireylerin zorlu yaşam olaylarıyla başa çıkarken bilişsel kontrol ve esneklik düzeylerini değerlendirmektedir. Ölçeğin geliştirilmesi sürecinde üç aşamalı çalışma yürütülmüş ve yapılan faktör analizleri sonucunda iki faktörlü yapının (Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol ve Değerlendirme Esnekliği) en uygun model olduğu belirlenmiştir. Ölçek toplam 18 maddeden oluşmakta ve 7'li Likert tipi derecelendirme sistemi ile (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 7 = Kesinlikle Katılıyorum) puanlanmaktadır. Geliştirici çalışmalarda ölçek puanlarının depresif belirtiler, stres değerlendirmeleri ve duygusal tepkilerle anlamlı ilişkiler gösterdiği bildirilmiştir. Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışması Demirtaş (2019) tarafından yapılmıştır. Uyarlama çalışmasında ölçeğin dilsel eşdeğerliği sağlanmış, yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular, ölçeğin orijinal iki faktörlü yapısının Türk örnekleminde geçerli olduğunu ve yeterli düzeyde uyum sağladığını ortaya koymakta olup, modifikasyon sonrasında hesaplanan uyum indeksleri $\chi^2/sd = 2.63$, NFI = .94, CFI = .96, GFI = .86, AGFI = .82, IFI = .96,

SRMR = .07 ve RMSEA = .08 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin güvenirliği için hesaplanan Cronbach Alpha katsayıları duygular üzerinde bilişsel kontrol alt boyutu için .88, değerlendirme ve başa çıkma esnekliği alt boyutu için .88, ölçeğin tümü için .90 düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmada ise, ölçeğin toplam Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .94, değerlendirme başa çıkma esnekliği alt boyut toplam güvenirlik katsayısı .95 ve bilişsel kontrol alt boyut toplam güvenirlik katsayısı .88 olarak hesaplanmıştır.

Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ): Thompson ve diğerleri (2005) tarafından üniversite öğrencilerinin kendini, başkalarını ve durumsal affetme düzeylerini değerlendirmek için geliştirilen Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ), 7'li Likert tipi derecelendirme sistemiyle (1: Beni hiç yansıtmıyor, 7: Beni tamamen yansıtmıyor) toplam 18 maddeden ve üç alt boyuttan (kendini affetme, başkalarını affetme, durumu affetme) oluşmaktadır. Bu ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması, Bugay ve Demir (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe versiyonunun Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları; kendini affetme alt ölçeği için .64, başkalarını affetme alt ölçeği için .79 ve durumu affetme alt ölçeği için ise .76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tamamı için Cronbach alfa değeri ise .81'dir. Aynı zamanda, ölçeğin üç faktörlü yapısının Türk örnekleminde geçerli olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizinde modelin araştırma verisine uyum düzeyinin yeterli olduğu saptanmıştır (GFI = .92, AGFI = .90, RMSEA = .06). Bu araştırma kapsamında ise, Cronbach alfa katsayıları kendini affetme için .73, başkalarını affetme için .70 ve durumu affetme için .74 olarak bildirilmiştir. Heartland Affetme Ölçeğinin bu çalışmadaki güvenirlik katsayı .91 olup kendini affetme, başkalarını affetme ve durumsal affetme alt boyutları toplam güvenirlik katsayıları sırasıyla .87, .87 ve .78 olarak hesaplanmıştır.

Evlilik Yaşamı Ölçeği (EYÖ): Tezer (1986) tarafından oluşturulan Evlilik Yaşam Ölçeği, bireylerin evlilik ilişkilerinden aldıkları genel doyum düzeyini belirlemeyi amaçlamaktadır. Toplamda 10 maddeden oluşan ve 5'li Likert tipi (1 = kesinlikle katılmıyorum, 5 = kesinlikle katılıyorum) ölçek, 10 ile 50 arasında değişen puanlar üretmektedir; yüksek puanlar, daha yüksek evlilik doyumunu ortaya koymaktadır. Ölçeğin geçerliğini değerlendirmek amacıyla evli ve boşanmış bireylerden elde edilen puan ortalamaları karşılaştırılmış ve aralarındaki farkın anlamlı olduğu ($t = 6.23, p < .01$) belirlenmiştir. Elde edilen sonuç, ölçeğin dış ölçüt geçerliğine sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenirliği test-tekrar test yöntemiyle 0.85 olarak belirlenmiş; iç tutarlılık katsayısı ise erkeklerde .88, kadınlarda .91 olarak bulunmuştur. Bu veriler doğrultusunda ölçeğin güvenilir bir ölçüm aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Evlilik Yaşam Ölçeğinin bu çalışmadaki güvenirlik katsayısı .93'tür.

İşlem ve Verilerin Analizi

Bu çalışma, yüksek lisans tez araştırması kapsamında yürütülmüştür. Araştırma için gerekli etik onay, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Alanı Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından verilmiştir (Toplantı Sayısı: 10, Karar Sayısı: 12, Karar Tarihi: 11.12.2023, Karar Numarası: 2023/05). Araştırmaya katılan bireylere çalışmanın amacı, kapsamı ve gizlilik esasları hakkında bilgi verilmiş, katılımın tamamen gönüllülük esasına dayandığı belirtilmiştir.

Veriler hem yüz yüze hem de çevrimiçi ortamda (Google Forms aracılığıyla) toplanmıştır. Katılımcılara, demografik bilgileri içeren Kişisel Bilgi Formu ile birlikte çalışmada kullanılan ölçme araçları sunulmuştur. Toplamda ulaşılan 320 formdan, eksik veya hatalı doldurulan 8'i analiz kapsamı dışında bırakılmış, böylece 312 katılımcının verileri analize dâhil edilmiştir.

Verilerin analizi IBM SPSS Statistics 27 programı ile gerçekleştirilmiştir. Öncelikle veri seti kodlama hataları açısından kontrol edilmiş, eksik veriler elenmiştir. Normallik varsayımını test etmek amacıyla

basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerleri incelenmiş; tüm değişkenlerin $\pm 1,5$ aralığında yer aldığı ve bu nedenle verilerin parametrik analizler için uygun olduğu görülmüştür.

Araştırmanın amaçları doğrultusunda öncelikle değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler hesaplanmış, ardından evlilik doyumunu ile akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Ayrıca, söz konusu değişkenlerin evlilik doyumunu yordayıcı gücünü test etmek amacıyla basit ve çoklu doğrusal regresyon analizlerinden yararlanılmıştır. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilerin incelenmesinde Pearson korelasyon analizi, akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affediciliğin evlilik doyumunu yordayıcı etkilerini belirlemek amacıyla ise basit ve çoklu doğrusal regresyon analizleri uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo2

Araştırmanın Değişkenlerine İlişkin Pearson Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.EYÖ	1											
2.Onaylanma	-.338**	1										
3.Kişilerarası	-.283**	.621**	1									
4. Ben	-.409**	.677**	.754**	1								
5. AOİÖ	-.384**	.858**	.898**	.910**	1							
6. K. Af.	.459**	-.570**	-.470**	-.569**	-.601**	1						
7. B. Af.	.404**	-.422**	-.465**	-.480**	-.513**	.549**	1					
8. D. Af.	.367**	-.423**	-.318**	-.417**	-.432**	.732**	.543**	1				
9. HAÖ	.481**	-.552**	-.494**	-.574**	-.606**	.885**	.828**	.863**	1			
10. Esneklik	.487**	-.449**	-.332**	-.455**	-.461**	.715**	.447**	.669**	.705**	1		
11. Kontrol	.412**	-.512**	-.452**	-.553**	-.571**	.697**	.508**	.704**	.735**	.680**	1	
12. BKEÖ	.492**	-.528**	-.425**	-.548**	-.560**	.771**	.520**	.748**	.785**	.922**	.910**	1

Not. N=312, EYÖ = Evlilik Yaşamı Ölçeği; AOİÖ = Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği; HAÖ = Heartland Affedicilik Ölçeği; BKEÖ = Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği; Onaylanma=Onaylanma İhtiyacı; Kişilerarası= Kişilerarası İlişkiler; K. Af. =Kendini Affetme; B. Af. = Başkalarını Affetme; D. Af. =Durumu Affetme; Esneklik = Değerlendirme-Başa Çıkma Esnekliği, Kontrol=Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol, **, p<.001

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmada kullanılan ölçekler ve ölçeklere ait alt boyutlar arasındaki ilişkilerin Pearson korelasyon katsayıları sunulmaktadır. Bulgular, Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ) toplam puanının Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (AOİÖ) toplam puanı ve alt boyutları ile negatif yönde; Heartland Affedicilik Ölçeği (HAÖ) ve Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği (BKEÖ) toplam puanları ve alt boyutları ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiğini ortaya koymaktadır. AOİÖ toplam puanının HAÖ ve BKEÖ ile negatif yönde, alt boyutlarıyla ise yüksek düzeyde pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Ayrıca, HAÖ toplam puanı hem kendi alt boyutları hem de BKEÖ ile pozitif; AOİÖ ile negatif yönde

anlamli ilişkiler sergilemektedir. Benzer şekilde, BKEÖ toplam puanı AOİÖ ile negatif, HAÖ ile pozitif yönde anlamli ilişkiler göstermektedir.

Tablo3

Evlilik Doyumunun Akılcı Olmayan İnançlar Alt Boyutlarıyla Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayan	B	Standart Hata	β	t	p	R	R ²	F	p
Onay İhtiyacı	-.330	.182	-.131	-1.812	.074				
Kişilerarası İ.	.219	.188	.094	1.162	.247	.422	.178	22.19	<.001
Ben	-1.001	.220	-.392	-4.548	<.001				

Not. N = 312. R = .422, R² = .178, F(3, 308) = 22.19, p<.001

Tablo 3’te verilen bulgular Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (AOİÖ) alt boyutlarının evlilik doyumunu yordama gücünü incelemek amacıyla gerçekleştirilen çoklu regresyon analizine ilişkindir. Yapılan analiz sonucunda regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamli olduğu görülmüştür, F(3, 308) = 22.19, p < .001. Elde edilen bulgular, evlilik doyumu değişkenindeki toplam varyansın %17’sinin (R² = .17) AOİÖ alt boyutları tarafından açıklandığını göstermektedir. Yordayıcı değişkenler arasında yalnızca “ben” alt boyutunun evlilik doyumunu anlamli düzeyde yordadığı saptanmıştır (β = -.392, t(312) = -4.548, p < .001). Diğer yandan, “onaylanma ihtiyacı” (β = -.131, t(312) = -1.812, p > .05) ve “kişilerarası ilişkiler” (β = .094, t(312) = 1.162, p > .05) alt boyutlarının evlilik doyumunu yordamada anlamli bir katkı sağlamadığı belirlenmiştir.

Tablo4

Evlilik Doyumunun Bilişsel Kontrol ve Esneklik Alt Boyutlarıyla Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayan	B	Standart Hata	β	t	p	R	R ²	F	p
B.Esneklik	.291	.051	.384	5.707	<.001	.499	.249	51.235	<.001
B.Kont.	.123	.055	.151	2.253	.025				

Not. N = 312. R = .499, R² = .249, F(2, 309) = 51.24, p < .001, B. Esneklik = Değerlendirme ve Başa Çıkma Esnekliği, B. Kontrol= Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol

Tablo 4’te görüldüğü üzere, Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği alt boyutları kullanılarak evlilik doyumunu yordamak amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda modelin istatistiksel olarak anlamli olduğu görülmüştür, F(2, 309) = 51.23, p < .001. Bulgular, evlilik doyumundaki toplam varyansın %24’ünün (R² = .24) bilişsel değerlendirme-başa çıkma esnekliği alt boyutu tarafından açıklandığını göstermektedir (β = .384, t(312) = 5.707, p < .001). Diğer yandan, bilişsel kontrol alt boyutunun modele anlamli bir katkı sağlamadığı belirlenmiştir (β = .151, t(312) = 2.253, p > .05).

Tablo5

Evlilik Doyumunun Affedicilik Alt Boyutlarıyla Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayan	B	SH	β	t	p	R	R ²	F	p
Kendini Affetme	.258	.058	.338	4.479	<.001				
Başkalarını Affetme	.160	.045	.218	3.565	<.001	.494	.244	33.109	<.001
Durumu Affetme	.001	.069	.001	.019	.985				

N = 312. R = .494, R² = .244, F(3, 308) = 33.11, p < .001.

Tablo 5’te görüldüğü üzere, Heartland Affedicilik Ölçeği (HAÖ) alt boyutları kullanılarak evlilik doyumunu yordamak amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür, $F(3, 308) = 33.109$, $p < .001$. Bulgular, evlilik doyumundaki toplam varyansın %24’ünün ($R^2 = .24$) kendini affetme ($\beta = .338$, $t(312) = 4.479$, $p < .001$) ve başkalarını affetme ($\beta = .218$, $t(312) = 3.565$, $p < .001$) alt boyutları tarafından açıklandığını göstermektedir. Ancak, durumsal affedicilik alt boyutunun ($\beta = .001$, $t(312) = .019$, $p > .05$) modele anlamlı bir katkı sağlamadığı belirlenmiştir.

Tablo6

Evlilik Doyumunun Akılcı Olmayan İnançlar, Affedicilik ve Bilişsel Esneklikle Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

D	B	St.H.	95% CI (LL)	95% CI (UL)	β	t	p	R	R^2	F	p
S	10.241	2.268	5.778	14.704		4.515	<.001	.522	.272	38.374	<.001
1	.501	.288	-.066	1.069	.109	1.739	.083				
2	.406	.124	.162	.649	.209	3.262	.001				
3	.133	.037	.059	.207	.235	3.533	<.001				

Not. N = 312. R = .522, $R^2 = .272$, $F(3, 308) = 38.37$, $p < .001$, D: Değişken, S: Sabit, 1: Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği, 2: Heartland Affetme Ölçeği, 3: Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği, N: 312, Yordanan Değişken: Evlilik Doyumu

Tablo 6’da sunulan çoklu regresyon analizinde, Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ) puanlarının Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (AOİÖ), Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ) ve Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği (BKEÖ) toplam puanları ile yordanması incelenmiştir. Analiz sonucunda regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur, $F(3, 308) = 38.374$, $p < .001$. Modelin toplam varyansın %27’sini ($R^2 = .272$) açıkladığı görülmektedir. Yordayıcı değişkenlerden HAÖ ($\beta = .209$, $p = .001$) ve BKEÖ ($\beta = .235$, $p < .001$) evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Buna karşılık, AOİÖ’nün ($\beta = .109$, $p > .05$) evlilik doyumunu yordamada anlamlı bir katkı sağlamadığı belirlenmiştir.

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu araştırmada evlilik doyumunun; akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik değişkenleri ile ilişkileri incelenmiş ve bu üç değişkenin evlilik doyumunu yordamasına ilişkin model test edilmiştir.

Araştırmada elde edilen korelasyon sonuçlarına göre, evlilik doyumu ile akılcı olmayan inançlar arasında negatif yönde; affedicilik ve bilişsel esneklik ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgu, evlilik ilişkilerinde bilişsel ve duygusal süreçlerin doyum açısından belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır.

Özellikle akılcı olmayan inançların evlilik doyumu ile negatif ilişkisinin, Ellis’in (1962, 2003) ve Beck’in (1976) kuramsal yaklaşımlarıyla tutarlı olduğu söylenebilir. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi’ye (ADDT) göre bireylerin gerçekçi olmayan ve katı bilişsel şemaları, ilişkilerinde doyumu zedelemekte ve iletişimi güçleştirmektedir (Ellis & Dryden, 1997). Alan yazındaki bulgular da bu sonucu desteklemektedir. Örneğin Addis ve Bernard (2002) irrasyonel inanç düzeylerinin yüksek olduğu bireylerde düşük evlilik uyumuna işaret etmiş; Moller ve Van der Merwe (1997) ise düşük hayal kırıklığı toleransı ve talepkâr beklentilerle ilişkili irrasyonel inançların evlilik doyumunu olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur. Çalışmamızda elde edilen negatif korelasyonlar da benzer biçimde, akılcı olmayan inançların evlilik ilişkilerinde doyumu azaltan önemli bir bilişsel kırılganlık kaynağı olduğunu göstermektedir.

Diğer yandan, affediciliğin evlilik doyumu ile pozitif ilişkisi Fincham'ın (2000) ve Worthington'un (2001) kuramsal açıklamalarıyla örtüşmektedir. Affediciliğin ilişkilerde güveni ve bağlılığı yeniden inşa ettiği, kırılganlıkların onarılmasını kolaylaştırdığı ve doyumu artırdığı birçok araştırmada vurgulanmıştır (Fincham & Beach, 2002; Paleari, Regalia & Fincham, 2005). Bulgularımız da bu doğrultuda, affediciliğin evlilik ilişkilerinde koruyucu ve iyileştirici bir rol üstlendiğini göstermektedir.

Ayrıca, bilişsel esnekliğin evlilik doyumu ile pozitif yönde ilişkili bulunması, Martin ve Rubin'in (1995) ve Dennis ve Vander Wal'ın (2010) çalışmalarındaki tanımlamalarla tutarlıdır. Esnek düşünme becerisi, bireylerin çatışma ve stres durumlarında alternatif çözümler üretmesini kolaylaştırmakta ve böylece evlilik ilişkilerinde doyumu desteklemektedir. Alan yazındaki bulgular da bu sonucu desteklemektedir. Örneğin, Kheyrollahi ve arkadaşları (2019) bilişsel esnekliğin aile yaşam döngüsünün stresli evrelerinde evlilik doyumunu koruduğunu göstermiştir. Benzer biçimde, Hashemipor ve arkadaşları (2022) yüksek bilişsel esnekliğin daha sağlıklı evlilik ilişkileriyle bağlantılı olduğunu rapor etmiştir. Çalışmamızda elde edilen bulgular da bu doğrultuda, bilişsel esnekliğin evlilik doyumunun sürdürülmesinde önemli bir psikolojik kaynak olduğunu ortaya koymaktadır.

Bu çalışmada akılcı olmayan inançların alt boyutları ile evlilik doyumunu yordayıcı gücü incelendiğinde yalnızca “ben” alt boyutunun anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu, bireylerin kendilikle ilgili irrasyonel inançlarının evlilik doyumunu olumsuz etkilediğini göstermektedir. Literatürde de benzer şekilde, işlevsiz bilişsel şemaların ve katı benlik inançlarının çift ilişkilerinde uyumu zedelediği rapor edilmiştir (Ellis, 2003; Beck, 1976; Eidelson & Epstein, 1982).

“Onaylanma ihtiyacı” ve “kişilerarası ilişkiler” boyutlarının anlamlı katkı sağlamaması, bu tür inançların tek başına doyumu açıklamada yetersiz kaldığını düşündürmektedir. Önceki araştırmalar da irrasyonel inançların etkisinin bağlamsal ve bilişsel süreçlerle birlikte değerlendirildiğinde daha belirgin olduğunu vurgulamaktadır (Addis & Bernard, 2002; Moller & Van der Merwe, 1997). Sonuçlar, Kırılganlık-Stres-Uyum (Vulnerability-Stress-Adaptation, VSA) Modeli (Karney & Bradbury, 1995) öngörülerıyla de tutarlıdır. Modele göre bilişsel kırılganlıklar, evlilikteki stres faktörleri ve çatışma çözme biçimleriyle etkileşerek evlilik doyumunu şekillendirmektedir.

Bu araştırmada bilişsel kontrol ve esnekliğin alt boyutları ile evlilik doyumunu yordama gücü incelendiğinde, yalnızca “bilişsel değerlendirme-başa çıkma esnekliği” alt boyutunun anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Bu bulgu, esnek bilişsel yapıya sahip bireylerin evlilik ilişkilerinde karşılaştıkları sorunlara daha farklı bakış açıları geliştirebildiklerini, stresli durumlarda alternatif çözüm yolları üreterek ilişkilerinin doyumunu artırabildiklerini göstermektedir. Nitekim literatürde de bilişsel esnekliğin, evlilikte iletişim becerilerini, problem çözme stratejilerini ve duygusal düzenlemeyi kolaylaştırdığı, böylece evlilik doyumuna katkı sağladığı vurgulanmaktadır (Martin & Rubin, 1995; Dennis & Vander Wal, 2010). Öte yandan, “duygular üzerinde bilişsel kontrol” alt boyutunun modele anlamlı bir katkı sağlamaması, tek başına duygu kontrolünün evlilik doyumunu açıklamada yeterli olmadığını düşündürmektedir. Bu durum, duyguları bastırma ya da yalnızca kontrol etme çabasının ilişki doyumunu artırmak yerine, bazı durumlarda iletişim ve duygusal yakınlığı zayıflatabileceğini akla getirmektedir. Önceki araştırmalarda da benzer biçimde, bilişsel esnekliğin evlilik doyumunu açıklamada daha güçlü bir değişken olduğu ve duygu kontrolünün bağlamsal koşullar olmaksızın tek başına yeterli olmadığı belirtilmiştir (Hashemipor, Yarollahi, Soleimani & Rozban, 2022; Kheyrollahi, Jafari, Ghamari & Babakhani, 2019).

Bu çalışmada affediciliğin alt boyutlarının evlilik doyumunu yordama gücü incelendiğinde, “kendini affetme” ve “başkalarını affetme” alt boyutlarının anlamlı katkı sağladığı, buna karşılık “durumsal affedicilik” alt boyutunun modele anlamlı bir katkı sunmadığı bulunmuştur. Bu sonuç, bireylerin hem

kendi hatalarını affedebilme hem de eşlerini bağışlayabilme kapasitesinin evlilik doyumunu artırıcı bir işlev gördüğünü ortaya koymaktadır. Nitekim literatürde de affediciliğin çift ilişkilerinde güveni yeniden inşa etme, kırgınlıkları azaltma ve ilişkiyi onarma süreçlerinde kritik bir rol oynadığı vurgulanmaktadır (Fincham, Hall & Beach, 2006; Worthington, 2005). Özellikle kendini affetmenin evlilik doyumunu anlamlı biçimde yordaması, bireyin geçmiş hatalarıyla barışık olmasının ilişki içinde daha sağlıklı iletişim kurmasına ve duygusal yakınlık geliştirmesine olanak sağladığını düşündürmektedir. Benzer biçimde, başkalarını affetme becerisi de çiftler arası çatışmaların çözümünde yapıcı bir rol oynayarak doyumu desteklemektedir. Öte yandan, durumsal affediciliğin evlilik doyumunu yordamada etkisiz kalması, tekil olaylara bağlı bağışlamaların uzun vadeli ilişki doyumunu açıklamada sınırlı olabileceğini göstermektedir. Bu bulgu, affediciliğin yalnızca bireysel bir erdem değil, aynı zamanda evlilik ilişkilerinin sürdürülebilirliği için kritik bir psikososyal kaynak olduğunu ve özellikle benlik ve kişilerarası bağlamlarda işlevsel olduğunda doyumu artırdığını ortaya koymaktadır.

Son olarak, evlilik doyumunun akılcı olmayan inançlar, affedicilik ve bilişsel esneklik toplam puanlarıyla birlikte ele alındığı modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve toplam varyansın yaklaşık %27'sini açıkladığı görülmüştür. Bulgular, affedicilik ve bilişsel esnekliğin evlilik doyumunu anlamlı biçimde yordadığını, ancak akılcı olmayan inançların toplam puan düzeyinde modele katkı sağlamadığını ortaya koymaktadır. Bu durum, evlilik doyumunun daha çok işlevsel bilişsel ve duygusal süreçlerle (ör. esnek düşünme, kendini ve eşini affedebilme) güçlendiğini göstermektedir. Literatürde de benzer şekilde, bilişsel esnekliğin problem çözme ve stresle başa çıkma yollarını artırarak evlilik doyumunu desteklediği (Dennis & Vander Wal, 2010; Hashemipor et al., 2022) ve affediciliğin güveni pekiştirerek ilişki kalitesini yükselttiği rapor edilmiştir (Fincham, Hall & Beach, 2006; Constantinescu & Ghiurca, 2022). Öte yandan, akılcı olmayan inançların toplam puan düzeyinde anlamlı yordayıcı çıkmaması, bu inançların evlilik doyumuna etkisinin daha çok kendilikle ilgili belirli boyutlarda (örneğin “ben değeri” inançları) ortaya çıktığını düşündürmektedir. Bu sonuç, irrasyonel inançların tek başına değil, bağlamsal ve bireysel faktörlerle etkileşim içinde evlilik doyumunu şekillendirdiğine işaret etmektedir.

Sınırlılıklar

Bu araştırmadan elde edilen bulgular, bazı sınırlılıklar çerçevesinde değerlendirilmelidir. Öncelikle araştırma yalnızca Antalya ilinde yaşayan evli bireylerle ve kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Bu durum, elde edilen sonuçların farklı bölgelerdeki ya da farklı kültürel özelliklere sahip bireylere genellenebilirliğini sınırlamaktadır. Ayrıca çalışmada yalnızca öz-bildirim ölçekleri kullanılmış, dolayısıyla katılımcıların yanıtları sosyal beğenirlik eğiliminden etkilenmiş olabilir. Ölçümlerin tamamen nicel verilere dayanması, nitel veri kaynaklarıyla desteklenmediği için bulguların derinlemesine anlaşılmasını kısıtlamaktadır. Bunun yanı sıra, ilişkisel araştırma modeli kullanıldığı için değişkenler arasındaki ilişkiler ortaya konabilmiş, fakat nedensel çıkarımlarda bulunulamamıştır.

Bununla birlikte, araştırmanın güçlü yönleri de bulunmaktadır. Evlilik doyumunu açıklamak amacıyla irrasyonel inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik gibi üç önemli psikolojik değişkenin aynı modelde incelenmiş olması, literatüre özgün bir katkı sunmaktadır. Bu yönüyle çalışma, bireylerin bilişsel ve duygusal süreçlerinin evlilik doyumundaki rolünü çok boyutlu bir şekilde ele almakta ve PDR alanında evlilik danışmanlığı ve aile terapisi çalışmalarına önemli bir zemin oluşturmaktadır. Ölçeklerin güvenilirlik düzeylerinin yüksek olması da araştırmanın metodolojik açıdan güçlü yanları arasında değerlendirilebilir.

Öneriler

Gelecek araştırmalar açısından bazı öneriler getirilebilir. Öncelikle farklı bölgelerden, kültürlerden ve sosyoekonomik gruplardan katılımcılarla yapılacak çalışmalar, evlilik doyumunu etkileyen değişkenlerin kültürel ve bağlamsal yönlerini ortaya koyacaktır. Uzunlamasına desenlerin kullanılması, irrasyonel inançlar, bilişsel esneklik ve affediciliğin evlilik doyumu üzerindeki etkilerinin zaman içinde nasıl değiştiğini gösterebilir. Ayrıca deneysel ve yarı deneysel araştırmalarla bilişsel esnekliği artırmaya, irrasyonel inançları azaltmaya ve affediciliği güçlendirmeye yönelik müdahalelerin etkililiği test edilebilir. PDR alanı açısından bakıldığında, bu bulgular evlilik öncesi danışmanlık programlarının içeriklerinin geliştirilmesine, çift terapisi süreçlerinde odaklanılacak alanların belirlenmesine ve önleyici ruh sağlığı çalışmalarına önemli katkılar sunmaktadır.

Sonuç

Bu araştırma, evlilik doyumunun akılcı olmayan inançlar, bilişsel esneklik ve affedicilik gibi bilişsel ve duygusal süreçlerle nasıl ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bulgular genel olarak, işlevsel bilişsel yapılar ve olumlu duygusal kaynakların evlilik doyumunu desteklediğini, irrasyonel inançların ise doyumu zayıflatabileceğini göstermektedir.

Araştırma, psikolojik danışma ve aile terapisi alanına önemli katkılar sunmaktadır. Özellikle danışmanlık süreçlerinde irrasyonel inançların fark edilmesi ve dönüştürülmesi, bilişsel esnekliği geliştiren müdahaleler ve affediciliği güçlendiren yaklaşımların çiftlerin ilişkisel doyumunu artırmada kritik rol oynayabileceği anlaşılmaktadır. Bu bağlamda çalışma, hem kuramsal literatürle tutarlı sonuçlar ortaya koymakta hem de uygulamalı alanda çiftlerle yürütülecek önleyici ve iyileştirici programlar için yol gösterici nitelik taşımaktadır.

Sonuç olarak, evlilik doyumunun sürdürülebilirliğini yalnızca demografik değişkenlerle değil, bireylerin düşünce kalıpları, duygusal kaynakları ve esneklik düzeyleriyle birlikte ele almak gerektiği bir kez daha ortaya çıkmıştır. Bu bakış açısı, gelecekte yapılacak araştırmalar ve geliştirilecek danışma müdahaleleri açısından önemli bir teorik ve pratik çerçeve sunmaktadır.

KAYNAKÇA

- Addis, M. E., & Bernard, M. E. (2002). Marital irrationality and marital satisfaction. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 20(1), 3–13. <https://doi.org/10.1023/A:1015128803141>
- Ahmadi, E., Jafariroshan, M., & Basri, A. (2025). Marital adjustment model based on irrational beliefs and conflict resolution strategies mediated by cognitive flexibility in married women. *Iranian Journal of Neurodevelopmental Disorders*, 4(2), 1–12. <https://maherpub.com/jnidd/article/view/515>
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650–666. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x>
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Bradbury, T. N. (1998). *The developmental course of marital dysfunction*. Cambridge University Press.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964–980. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x>
- Bugay, A., & Demir, A. (2010). Assessment of the psychometric properties of the Turkish version of the Heartland Forgiveness Scale. *Psychological Reports*, 107(3), 653–666. <https://doi.org/10.2466/02.07.09.PR0.107.6.653-666>

- Constantinescu, P. M., & Ghiurca, A. D. (2022). Forgiveness and relationship satisfaction: A meta-analytic review. *Frontiers in Psychology*, 13, 894321. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.894321>
- Demirtaş, A. S. (2019). Stresli durumlarda bilişsel kontrol ve bilişsel esneklik: Bir ölçek uyarlama çalışması. *Psikoloji Çalışmaları*, 39(2), 345–368. <https://doi.org/10.26650/SP2019-0028>
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 241–253. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4>
- Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50(5), 715–720. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.50.5.715>
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Lyle Stuart.
- Ellis, A. (2003). Early theories and practices of rational emotive behavior therapy and how they have been augmented and revised during the last three decades. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 21(3), 219–243. <https://doi.org/10.1023/A:1025890112319>
- Ellis, A., & Dryden, W. (1997). *The practice of rational emotive behavior therapy* (2nd ed.). Springer.
- Epstein, N. B., & Baucom, D. H. (2002). *Enhanced cognitive-behavioral therapy for couples: A contextual approach*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10481-000>
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Stellberg-Filbert, J. (2013). Facilitating forgiveness in couple therapy: Therapist variables, interventions, and outcomes. *Journal of Marital and Family Therapy*, 39(4), 468–483. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2012.00312.x>
- Fincham, F. D. (2000). The kiss of the porcupines: From attributing responsibility to forgiving. *Personal Relationships*, 7(1), 1–23. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2000.tb00001.x>
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Journal of Family Psychology*, 16(1), 57–69. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.16.1.57>
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1987). The assessment of marital quality: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family*, 49(4), 797–809. <https://doi.org/10.2307/351973>
- Fincham, F. D., Hall, J., & Beach, S. R. H. (2006). Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Family Relations*, 55(4), 415–427. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2005.00044.x>
- Filipović, S., Vukosavljević-Gvozden, T., & Opačić, G. (2016). Irrational beliefs, emotional reactions and marital adjustment. *Psihologija*, 49(3), 239–254. <https://doi.org/10.2298/PSI1603239F>
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1993). ENRICH Marital Satisfaction Scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Family Psychology*, 7(2), 176–185. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.7.2.176>
- Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and the Family*, 52(4), 818–831. <https://doi.org/10.2307/353303>
- Gordon, K. C., & Baucom, D. H. (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from a marital offense. *American Journal of Family Therapy*, 31(3), 179–199. <https://doi.org/10.1080/01926180301115>

- Gottschlich, D., Ying, J., Neo, X. S., Maisarah, S., & Mardani, F. (2025). Impact of Forgiveness on Marital Trust: Mediating Role of Emotional Reconciliation. *Research and Practice in Couple Therapy*, 3(1), 1–10. <https://jrpct.com/index.php/rpct/article/view/22>
- Greenberg, L. S., Warwar, S. H., & Malcolm, W. M. (2010). Emotion-focused couples therapy and the facilitation of forgiveness. *Journal of Marital and Family Therapy*, 36(1), 28–42. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00182.x>
- Haghighi, P., Littler, E. A. L., Mauer-Vakil, D., Miller, M., & Oremus, M. (2024). Exploring the relationship between marital quality and cognitive function: A systematic review. *Social Science & Medicine*, 355, 117120. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117120>
- Hashemipor, M., Yarollahi, N., Soleimani, H., & Rozban, F. (2022). Cognitive flexibility and marital conflict: Examining the mediating role of emotional regulation. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 16(4), e12458. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.12458>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Kheyrollahi, M., Jafari, H., Ghamari, M., & Babakhani, N. (2019). Cognitive flexibility and marital satisfaction during the family life cycle. *Family Relations Research Journal*, 9(1), 21–36. <https://doi.org/10.29252/jfr.9.1.21>
- Martin, M. M., & Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological Reports*, 76(2), 623–626. <https://doi.org/10.2466/pr0.1995.76.2.623>
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., & Rachal, K. C. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(6), 1586–1603. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.6.1586>
- Möller, A. T., & van der Merwe, J. D. (1997). Irrational beliefs, interpersonal perception and marital adjustment. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 15(4), 269–279. <https://doi.org/10.1023/A:1025089809243>
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. D. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 368–378. <https://doi.org/10.1177/0146167204271597>
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576–593. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Stack, S., & Eshleman, J. R. (1998). Marital status and happiness: A 17-nation study. *Journal of Marriage and the Family*, 60(2), 527–536. <https://doi.org/10.2307/353867>
- Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34(8), 1419–1429. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00124-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00124-1)
- Tezer, E. (1986). Evlilik yaşamı ölçeği: Geliştirilmesi ve geçerlik çalışması. *Psikoloji Dergisi*, 20(7), 25–34.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., Heinze, L., Neufeld, J. E., Shyne, B. M., & Roberts, J. C. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313–359. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- TÜİK. (2024). Evlenme ve boşanma istatistikleri, 2024. Türkiye İstatistik Kurumu. <https://data.tuik.gov.tr>
- Türküm, A. S. (2003). Akılcı olmayan inançlar ölçeği-kısa formunun geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(20), 67–74.

- Whisman, M. A. (2007). Marital distress and DSM–IV psychiatric disorders in a population-based national survey. *Journal of Abnormal Psychology*, 116(3), 638–643. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.116.3.638>
- Worthington, E. L. (2001). *Five steps to forgiveness: The art and science of forgiving*. Crown.
- Worthington, E. L. (2005). *Handbook of forgiveness*. Routledge.
- Yu, C., Cheung, C., & Lin, Q. (2020). Irrational beliefs, marital stress, and conflict resolution: A mediation model. *Journal of Family Issues*, 41(10), 1805–1826. <https://doi.org/10.1177/0192513X19880731>

Yazarlar Hakkında

Gizem TÜRKELİ ŞAN

Ayşe Sibel BİÇER

Yazar Katkıları

Makalenin tüm yazarları çalışmaya anlamlı bir katkı sağlamış, son halini okumuş ve onaylamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu makale için yazarlardan herhangi biri için çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Destek

Yazarlar, çalışma için herhangi bir finansman desteği almamıştır.

Not

Çalışmaya dahil edilen tüm katılımcılardan aydınlatılmış onam alınmıştır.

Etik Bildirim

Etik Kurul Adı: Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Alanı Bilimsel Araştırma Etiği Kurulu

Onay Tarihi: 11/12/2023

Belge Numarası: 155857

ARAŞTIRMA

Açık Erişim

RESEARCH

Open Access

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı: Bilişsel Kontrol-Esneklik ve Benlik Farklılaşmasıyla İlişkisi

Social Media Jealousy in Romantic Relationships: Its Relationship with Cognitive Control-Resilience and Self-Differentiation

Sümeyye Çolakoglu Akgül , Durmuş Ümmet 

Yazar Bilgileri

Sümeyye ÇOLAKOĞLU AKGÜL

Psikolojik Danışman

Aile Danışmanlığı ve Eğitimi

İstanbul Ticaret Üniversitesi

İstanbul/Türkiye

pskdansumeyyeakgul@gmail.com

Durmuş ÜMMET

Prof. Dr.

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Marmara Üniversitesi

İstanbul/Türkiye

dummet@marmara.edu.tr

ÖZET

Bu araştırmada romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı ile bilişsel kontrol- esneklik ve benlik farklılaşması arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini 321 kadın ve erkek katılımcı oluşturmaktadır. Veri toplamak için Demografik Bilgi Formu, Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı Ölçeği, Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği, Benliğin Farklılaşması Envanteri- Kısa Form kullanılmıştır. İstatistiksel çözümlemede Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ve Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Sosyal medya kıskançlığı kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum alt boyutu ile bilişsel kontrol esneklik ölçeği değerlendirme ve başa çıkma esnekliği arasında negatif yönde; Benliğin Farklılaşması ölçeği toplam puanı, Ben pozisyonu alt boyutu ile arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Şüpheli ve gözetleyici tutum ile Bilişsel kontrol esneklik ölçeği Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol alt boyutu arasında negatif yönde; Benliğin Farklılaşması ölçeği toplam, Duygusal Tepkisellik, İç içe Geçme ve Ben pozisyonu arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Saygı ve güven ile Bilişsel kontrol esneklik ölçeği Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği alt boyutu arasında pozitif yönde; Benliğin Farklılaşması ölçeği toplam, Duygusal Tepkisellik, İç içe Geçme ve Ben pozisyonu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu bulgular bilişsel kontrol-esneklik becerileri ve benlik farklılaşması süreçlerinin romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. O nedenle bilişsel kontrol-esneklik ve benlik farklılaşması üzerine yapılacak çalışmalar, verilecek eğitimler bireylerin kısıtlayıcı-kontrolcü ve şüpheli gözetleyici tutumlarını azaltma, partnerinin sosyal medya alanına saygı ve güvenini artırma bakımından önemli olabilir.

Makale Bilgileri**Anahtar Kelimeler**

Romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı

Bilişsel kontrol

Bilişsel esneklik

Benlik farklılaşması

Keywords

Social media jealousy in romantic relationships

Cognitive control

Cognitive flexibility

Differentiation of self

Makale Hakkında

Geliş: 25/11/2025

Düzeltilme: 23/12/2025

Kabul: 25/12/2025

ABSTRACT

This research aimed to examine the relationships between social media jealousy and cognitive control-flexibility and self-differentiation in romantic relationships. The study employed a correlational survey model, a quantitative research method. The study sample consisted of 321 female and male participants. Data were collected using the Demographic Information Form, the Social Media Jealousy in Romantic Relationships Scale, the Cognitive Control and Flexibility Scale, and the Differentiation of Self Inventory-Short Form. Pearson Product-Moment Correlation Analysis and Multiple Regression Analysis were used for statistical analysis. A negative correlation was found between social media jealousy, restrictive and controlling attitudes sub-dimension, and the assessment and coping flexibility of the Cognitive Control Flexibility Scale; a negative correlation was found between the total score of the Differentiation of Self scale and the I position sub-dimension. A negative correlation was found between suspicious and monitoring attitudes and the Cognitive Control Over Emotions sub-dimension of the Cognitive Control Flexibility Scale; and a negative correlation was found between the total score of the Differentiation of Self scale, Emotional Reactivity, Enmeshment, and I position. Significant positive correlations were found between respect and trust and the Evaluation and Coping Flexibility subscale of the Cognitive Control Flexibility Scale, and between the total Self Differentiation Scale, Emotional Reactivity, Enmeshment, and I Position. These findings suggest that cognitive control-flexibility skills and self-differentiation processes are associated with social media jealousy in romantic relationships. Therefore, studies and training on cognitive control-flexibility and self-differentiation can be important in reducing restrictive-controlling and suspicious-surveillance attitudes in individuals, and increasing their respect for and trust in their partner's social media space.

Atıf için: Çolakoglu Akgül, S., Ümmet, D. (2025). Romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı: Bilişsel kontrol-esneklik ve benlik farklılaşmasıyla ilişkisi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 8(2), 50-66. DOI: 10.58434/apdad.1830283

Bu çalışma, Prof. Dr. Durmuş Ümmet danışmanlığında tamamlanan yüksek lisans tezinden üretilmiştir

GİRİŞ

İnternetin, özellikle de sosyal medyanın kullanımı günümüzde belirgin biçimde artmış ve birçok birey için günlük bir alışkanlık haline gelmiştir. (Vural ve Bat, 2010). Zaman içerisinde sosyal medya platformları romantik ilişkileri şekillendirmeye başlamıştır. Örneğin çiftlerin, partnerinin sosyal medyalarını kontrol etmesi gibi yeni davranış şekilleri meydana gelmektedir (Aydın ve Uzun, 2021). Bu örnekteki kontrol ve gözetleme davranışı kıskançlık kavramı ile açıklanmaktadır (Alikılıç, Alikılıç ve Özer, 2019). Kıskançlık, özel olarak yakın ilişkilerde çok yaygın, tesirli ve yıpratıcı bir duygu olarak ortaya çıkmaktadır (Aune & Comstock, 1991). Berscheid (1983), kıskançlığı iki birey arasındaki bağın üçüncü bir kişi tarafından meydana gelen tehdit ile bozulduğunda tepki göstermesi olarak tanımlamaktadır. Kıskançlığı ifade ederken partneri gözetlemek/kısıtlamak yahut rakipleri aşağılamak, tehdit etmek gibi açıkça zararlı tepkiler gözlenebilmektedir. (Guerrero & Andersen, 1998).

Kıskançlık olgusu romantik ilişkilerde sıklıkla gözlenebilmektedir. Romantik kıskançlık, bireyin benlik saygısına çevrilmiş ve/veya romantik ilişkinin mevcudiyetine, özelliğine yönelik tehditleri seyreden düşünce, duygu ve davranışların toplamıdır. Bu tehditler, bireyin partneri ile gerçek veya hayali bir rakip arasında gerçek veya gizli bir romantik çekim algılamaktan kaynaklanmaktadır. Kıskançlık duygusu kişiden kişiye, durumdan duruma ve kültürden kültüre de değişiklik göstermektedir (White, 1981). Romantik ilişkide partnerinin sosyal etkileşimleriyle ilgili bilgilerle karşı karşıya kalmak kıskançlığı arttırabilmektedir (Muise, Christofides & Desmarais, 2009).

Kıskançlığın son zamanlarda en çok sosyal medya üzerinden yaşandığı gözlenmektedir. Bireylerin internet üzerinde gerçekleştirdikleri iletişim ve paylaşımlar sosyal medyayı oluşturmaktadır. İnsanlar ilgi alanlarına ve aramalarına yönelik içeriklere bloglar, sosyal ağlar, forumlar gibi sosyal medyayı meydana getiren platformlar sayesinde erişebilmektedir (Öztürk ve Talas, 2015). Sosyal medya, romantik ilişkileri derinden etkilemektedir. Bu etkiyi sağlayan özellikler şöyledir: Öncelikle sosyal medya, partnerlerin birbirleri hakkında edindikleri bilgileri artırmaktadır. Örneğin aynı sosyal medya ağına üye olan partnerler birbirlerinin günlük etkinlikleri, gönderileri ve yaptıkları yorumlar hakkında daha fazla bilgiye erişebilmektedir. Anekdöt kanıtları bilhassa uzak mesafe ilişkisi yaşayan partnerlerden birisinin yeni etkileşimler kurmasının kıskançlığa yol açabileceğini göstermektedir (Persch, 2007). Bir diğer özellik sosyal medya aracılığıyla partneri sosyal bakımdan kabul edilebilecek biçimde izlemektir. Birçok kişi partnerinin ve arkadaşlarının sosyal medya profilini ziyaret etmeyi rutin haline getirmiştir. Bu davranışın amacı iletişimi devam ettirmek olabilirken partnerini ve aktivitelerini izleme, kontrol etme de olabilmektedir (Utz & Krämer, 2009).

Romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı kavramının temelini anlamamıza yardımcı olacağını düşündüğüm kavramlardan birisi benlik farklılaşmasıdır. Alan yazında insanların kıskançlık dahil birçok duygu durumunda benlik farklılaşma düzeylerinin belirleyici bir değişken olduğu ileri sürülmektedir. Benlik farklılaşması, bireylerin farklılaşma ve birleştirme seviyeleri temel alınarak ortaya çıkan bir kavramdır (Bowen, 1981). Benliğin farklılaşması veya birleşmesi, iç ruhsal (intrapersonal) ve kişilerarası (interpersonal) ilişkiler olarak iki süreci oluşturmaktadır. Bu süreçler birbirlerine paralel devam ederken bireyin kendi ve kişilerarası taraflarını etkilemektedir. Farklılaşmış bireyler, kişilerarası ilişkiler bağlamında benliğini başka bireylerden ayrı ve özerk değerlendirebilir ayrıca düşüncelerini ve heyecanlarını birbirinden ayırabilmektedir. İç ruhsal ilişkiler bağlamında ise kişi derin anksiyete hallerinde bağımsız davranabilmektedir (Prest & Protinsky, 1993). Farklılaşma seviyesi yüksek bireyler duygusal anlamda olgunlaşmıştır. Stresli durumlarda entelektüel ve bilişsel işleyişleri oldukça baskın olduğu için

kimliklerinden ve inançlarından daha fazla emindirler ayrıca tolerans gösterebilmektedirler. Güvenli, esnek ve bağımsızdırlar. Sağlıklı ve iyi tanımlanmış benlik duygusu bulunmaktadır ayrıca sözde benlikleri daha azdır (Roberto, 1992).

Farklılaşmış seviyesinin karşı tarafında birleşme (fusion) boyutu bulunmaktadır. Bu boyutta bireyin farklılaşma seviyesi düşüktür ve düşüncelerini heyecanından ayıramamaktadır. Böyle bireyler savunmasız olduklarından aile sistemi içinde kaybolmaktadırlar. Aile içerisinde çoğunlukla üçgenin parçası olmaktadır. Kendilerini farklı bir birey olarak düşünememektedirler. Çoğu kez heyecansal tepkiler sergilerler ve semptom göstermeye eğilimlidirler (Prest & Protinsky, 1993). Kaygılı hissederler ve işlev bozukluğuna kolaylıkla ulaşabilecek seviyede stres yaşarlar. İnsanları memnun edebilmek için uğraşırlar ve daima destek ararlar. Güvenlik, farklılaşma düzeyi düşük bireylerin öncelikli ihtiyaçlarıdır o yüzden çatışmalardan kaçınırlar. Bağımsız problem çözme ve karar verme yetenekleri düşüktür. Benlik farklılaşma düzeyi düşük bireyler, sosyal medyaya yönelik bağımlılık geliştirebilmektedirler. Ayrıca sosyal medyada daha fazla onay ve tanımlanma aramaktadırlar (Değirmenci & Demirli, 2017). Benlik farklılaşma düzeyi düşük bireyler, gerçek yaşamdaki ilişkilerini doyumlu bulmadıklarından duygusal ihtiyaçlarını gidermek için sosyal medyaya başvurabilmektedirler (Schimmenti & Caretti, 2010). Orta seviyede farklılaşmış bireyler kesin değerler ve inançlara sahiptir. Ancak diğer insanların fikirleriyle de çok ilgilenirler. Genellikle duygusal kararlar almaktadırlar. Stresli durumlarda yüksek seviyede farklılaşmış bireylere kıyasla strese daha savunmasızdır ve yavaş iyileşmektedirler (Roberto, 1992). Benlik farklılaşması, ilişkiler ve psikolojik uyum açısından önem arz etmektedir (Bowen, 1978). Düşük düzeyde farklılaşmış bireyler yakın ilişkilerinde baş etmekte çok zorlanacakları problemlerle karşılaşmaktan, partnerleri tarafından terk edilmekten veya kontrol edilmekten korkmaktadırlar (LaSala, 2002). Lans, Mosek & Yagil (2014) 242 evli çiftle gerçekleştirdiği çalışmada düşük benlik farklılaşmasına sahip bireylerin daha yüksek kıskançlık yaşadıklarını bildirmektedir. Tüm bu araştırmalar doğrultusunda benlik farklılaşması kavramının romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı ile ilişkili olacağı, benlik farklılaşması düzeyi düşük bireylerin romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı düzeyinin yüksek olacağı öngörülmektedir.

Dijital çağda var olan çoklu görev yapma yapısı açısından bilişsel esneklik kavramı giderek önem kazanmaktadır (Eshet-Alkalai, 2004). Bilişsel kontrol ve esneklik bireyin farklılaşan ortama uyum sağlama becerisinde ve amaç odaklı davranışlarında önemli rol almaktadır (Gabrys vd., 2018). Morton, Ezekiel & Wilk (2011), bilişsel kontrolü andaki belirgin hedefe uyan bilgilere odaklanabilme ve hedefe uymayan bilgileri de engelleyebilme yeteneği olarak tanımlamaktadır. Bireylerin uygun davranışlar göstermesi, karar verebilme, komplike akıl yürütme, hayatta kalmaya yarayan sıradan ancak önemli görevler esasında bilişsel kontrolle ilişkilidir. Bilişsel kontrol, davranışı amaçlarken bağlamla uyumlu hale getirebilmek için zihnin kaynaklarını yönetebilmektir (Miller & Cohen, 2001).

Bilişsel esneklik, bilişsel strateji olarak da görülmektedir. Bilgileri kontrol etme, tepkileri belirleyebilme, dikkati toplama, amaç belirleyerek bu amaç yönünde plan yapabilme becerilerini kapsamaktadır (Bayram, Özkamalı ve Çiftçi 2021). Bilişsel esneklik düzeyi yüksek bireyler özgüvenli, duyarlı, daha esnek iletişim becerilerine ve sorunlara karşılık alternatiflere sahiptir ayrıca çatışma ve belirsizliklere karşı hoşgörülüdürler (Martin & Anderson, 2001). Yüksek düzeyde bilişsel esneklik çocukluk çağında daha iyi okuma becerileri (Engel de Abreu vd., 2014); yetişkinlik çağında strese ve negatif durumlara yönelik daha yüksek düzeyde dayanıklılık (Genet & Siemer, 2011), daha yüksek yaratıcılık düzeyi (Chen vd., 2014); yaşlılık çağında ise daha iyi yaşam kalitesi (Davis, Najafzadeh & Liu-Ambrose, 2010) ile ilişkilidir. Bilişsel esneklik seviyesi düşük bireyler problemleri işlevsel şekilde çözmekte, farklı çözüm seçeneklerine ulaşmakta ve seçenekleri değerlendirmekte zorlanmaktadırlar (Ateş ve Sağar, 2021). Bilişsel esneklik

deneyim ile edinilebilen ve öğrenilebilen bir yetenektir. Bilişsel işleme stratejilerini uyarlayabilmektir. Bu stratejiler problem durumunda arama yapan işlem dizisidir (Payne, Bettmen & Johnson, 1993). O yüzden bilişsel esneklik farklı tepkileri değil karışık davranışlardaki değişimleri kastetmektedir (Cañas vd., 2006). Literatür bilgileri ışığında bilişsel kontrol ve esneklik ile romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı arasında pozitif yönde bir ilişki olacağı öngörülmektedir.

Araştırmadaki kavramlarla ilgili literatür incelendiğinde özellikle kıskançlık ve romantik kıskançlık hakkında yapılan araştırma fazlayken teknolojinin ilerlemesiyle rolü artan sosyal medya nedenli romantik kıskançlık ile ilgili yürütülen araştırma sayısı oldukça kısıtlıdır. Romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı ile benlik saygısı (Zywica & Danowski, 2008; Utz & Beukeboom, 2011), popülerlik ihtiyacı (Utz & Beukeboom, 2011), bağlanma kaygısı (Marshall vd., 2012; Sullivan, 2021), erken dönem uyum bozucu şemalar (Karakaş, 2023), yaşam doyumu (Kovan, 2023) gibi kavramlar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Yeni gelişen ve güncel bir kavram olan romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı ile benlik farklılaşması ve bilişsel kontrol-esneklik kavramları arasındaki ilişkiyi araştırmak aile danışmanlığı literatürü ve uygulamaları bakımında önemli bir kaynak oluşturabilir. Gerçekleştirilen çalışmanın sonucu, günümüzde romantik ilişkilerde çok rastlanan ve önemli bir gündem olan sosyal medya kıskançlığının ilişkili olduğu yahut olmadığı kavramları görebilmek bakımında önemlidir. Araştırmanın sonucu ile ruh sağlığı uzmanları, çiftler veya bireyler ile romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı konusunda çalışırken ele alınabilecek konulara farklı bakış açısı sağlayabilir.

Bu çalışmada hayatlarında en az bir defa romantik ilişki deneyimlemiş 18 yaş üzeri bireylerin romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı ile bilişsel kontrol- esneklik düzeyi ve benlik farklılaşması düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda yanıt aranan problemler şunlardır:

1. Bireylerde romantik ilişki sosyal medya kıskançlığının bilişsel kontrol-esneklik düzeyi ve benlik farklılaşması değişkenleriyle anlamlı bir ilişkisi var mıdır?
2. Bilişsel kontrol-esneklik ve benliğin farklılaşması düzeyi romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığını yordamakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırmada, 18 yaş üzeri bireylerde romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı ile bilişsel kontrol-esneklik düzeyi ve benlik farklılaşması arasındaki ilişkinin incelenmesi hedefiyle nicel araştırma yöntemi olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki yahut daha fazla değişken arasındaki etki veya ilişkinin korelasyon katsayısı kullanılarak gösterilmesidir (Fraenkel, Wallen & Hyun, 2012)

Araştırma Grubu

Bu çalışmanın evrenini İstanbul ilinde ikamet eden, 18 yaş üzeri ayrıca en az bir defa romantik ilişki deneyimlemiş bireyler oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise toplam 321 olmak üzere 259 kadın ve 62 erkek birey oluşturmaktadır. Çalışma grubu oluşturulurken kolay ulaşılabilen örnekleme metodu kullanılmıştır. Kolay ulaşılabilen örnekleme metodu, araştırmacı tarafından erişim bakımından kolay ve yakın durumların seçilmesidir (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Araştırma grubu, en az bir romantik ilişki deneyimi olan 18 yaş üzeri 321 bireyle sınırlıdır. Araştırmada daha fazla sayıda katılımcıya ulaşmak ve kadın erkek sayısının dengeli olması hedeflense de veri toplama süreci gönüllüğe dayandığı için 321 olmak üzere 259 kadın ve 62 erkek katılımcı araştırmaya gönüllü olmuştur. Erkek katılımcı sayısının kadın katılımcı sayısına göre az olması araştırmanın sınırlılıklarından birisidir. İleride bu konuda

gerçekleştirilecek araştırmalarda erkek katılımcı sayısı artırılarak örneklemini daha iyi temsil eden sonuçlar elde edilebilir.

Veri Toplama Araçları ve Veri Toplama Süreçleri

Veriler “Google Forms” ile oluşturulan link aracılığıyla; Bilgilendirilmiş Onam Formu, Demografik Bilgi Formu, Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı Ölçeği, Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği, Benliğin Farklılaşması Envanteri- Kısa Formu kullanılarak toplanmıştır. Katılımcılara erişebilmek için üniversite araştırma görevlileri ve öğretim görevlileri ile irtibat kurulmuş, öğrencilerine iletmeleri istenmiştir. Instagram, Facebook ve Whatsaap gibi sosyal ağlarda da araştırma linki paylaşılarak gönüllü katılımcıların ölçekleri doldurması rica edilmiştir. Bu bağlamda araştırma kapsamında 361 bireye ulaşılmıştır ancak ölçeklerdeki sorulara uç yanıtlar verdikleri için analiz öncesi 361 veriden 40 tanesi geçersiz sayılarak araştırmaya katılmamıştır, elenmiştir.

Demografik Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından araştırmaya katılanların amacıyla yaş, cinsiyet, ilişki durumları, ilişki süreleri, doğum sıraları, eğitim düzeyleri, gelir düzeyleri, yakın ilişkilerindeki aldatılma deneyimi yaşayıp yaşamadıkları gibi sosyo-demografik özelliklerini saptamak amacıyla hazırlanan sorular bulunmaktadır.

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı Ölçeği: Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı Ölçeği, Aydın ve Uzun (2021) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte 9 maddeden oluşan “Kısıtlayıcı ve Kontrolcü Tutum”, 6 maddeden oluşan “Şüpheli ve Gözetleyici Tutum” ve 6 maddeden oluşan “Sosyal Medya Alanına Saygı ve Güven” olmak üzere 3 boyut yer almaktadır. Toplam 21 maddeden meydana gelen ölçek beşli likert tiptedir. Ölçeğin yakınsak geçerlik, ıraksak geçerlik ve birleştirici güvenirlik değerleri ölçütlere uygundur. Ölçeğin tamamı için cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .922, “Kısıtlayıcı ve Kontrolcü Tutum” için .878, “Şüpheli ve Gözetleyici Tutum” için .881 ve “Sosyal Medya Alanına Saygı ve Güven” için .878 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgular ölçeğin, romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığını ölçebilmek için Türk kültürüne uygun, geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir. Puanlar ölçekteki alt boyutlar bağlamında elde edilmektedir. Ölçeğin tümü için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .922 , “kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum” için .878 , “şüpheli ve gözetleyici tutum” için .881 ve “sosyal medya alanına saygı ve güven” için ise .878 olarak bulunmuştur. Bu bulgular ölçeğin, romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığını ölçmek için Türk kültürüne uygun, geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir (Aydın ve Uzun, 2021).

Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği: Bilişsel Kontrol ve Esneklik Ölçeği Gabrys, Tabri, Anisman ve Matheson (2018) tarafından geliştirilmiştir. Demirtaş, 2019 yılında Türkçe’ye uyarlamıştır. Ölçek, stresli olaylarda bireylerin duyguları üzerinde bilişsel kontrol ile değerlendirebilmesini ve başa çıkma esnekliğini ölçmeyi hedeflemektedir. 18 maddeden oluşan ölçek yedili likert tiptedir. Ölçekte altı tane ters madde bulunmaktadır. Dilsel eşdeğerlik çalışması kapsamında iki hafta ara ile uygulama gerçekleştirilmiştir. Elde edilen yüksek düzey korelasyon değerleri, orijinal ölçek formu ile Türkçeye uyarlanmış olan formun birbirine eşdeğer olduğunu göstermektedir. Ölçeğin tümü ve alt faktörleri için Cronbach Alpha güvenirlik katsayı değerleri .85-.91 aralığında değişmektedir. Uyarlanan ölçek, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayıları ölçeğin tümü için .90, duygular üzerinde bilişsel kontrol faktörü için .88, değerlendirme ve başa çıkma esnekliği faktörü için ise .88, düzeyinde hesaplanmıştır. Ölçek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır (Demirtaş, 2019).

Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa Formu (BFE- KF): Drake vd. (2015) tarafından benliğin farklılaşmasına dair daha kısa zamanda ölçüm yapabilmek için Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa

Formu geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlama çalışması Sarıkaya, Boyacı, İlhan ve Aldemir (2018) tarafından yapılmıştır. Altılı likert tipte olan ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte 15 ters madde yer almaktadır. Dört alt ölçeği şöyledir: “Duygusal kopma, duygusal tepkisellik, iç içe geçme ve ben pozisyonu”. Alt ölçekler bakımından değerlendirilip yorumlanabilen ölçek, aynı zamanda alınan toplam puanın artması bireyin benlik farklılaşması düzeyinin arttığını da göstermektedir.

Doğrulamalı faktör analizinin neticesinde kabul edilebilir limitte uyum iyiliği değerlerine ulaşılmış ve BFE-KF’nin dört bileşenli yapısı doğrulanmıştır. Korelasyon analizi uyum geçerliliğinin sağlandığını göstermektedir. Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Bulgular, Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa Formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenirlik analizleri için iç tutarlık ve iki hafta aralıklı test tekrarı yöntemleri kullanılmıştır. Doğrulamalı faktör analizinin sonucunda kabul edilebilir sınırlarda uyum iyiliği değerlerine erişilmiştir böylece ölçeğin dört bileşenli yapısı doğrulanmıştır. Korelasyon analizi sonuçları da ölçeğin uyum geçerliliğini sağladığını göstermektedir. Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .82 bulunmuştur. Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa Formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilmektedir (Sarıkaya vd., 2018).

Verilerin Analizi

Veri analizlerini gerçekleştirmek için IBM SPSS 23 Paket Programı kullanılmıştır. RISMK ölçeğinde Kısıtlayıcı-kontrolcu tutum ($p = ,000$) için çarpıklık 1,068 basıklık ise 1,044; şüpheli-gözetleyici tutum ($p = ,000$) için çarpıklık -,333 basıklık ise -,444; saygı- güven boyutu ($p = ,000$) için çarpıklık -,012 basıklık ise -,794 hesaplanmıştır. BKE ölçeğinde Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol ($p = ,200$) için çarpıklık ,070 basıklık ise -,383; Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği ($p = ,000$) için çarpıklık -,685 basıklık ise ,570 hesaplanmıştır. BF ölçeğinde Duygusal Kopma ($p = ,000$) için çarpıklık -,305 basıklık ise -,400; Duygusal Tepkisellik ($p = ,002$) için çarpıklık -,071 basıklık ise -,0585; İç İçe Geçme ($p = ,000$) için çarpıklık -,397 basıklık ise -,277; Ben Pozisyonu ($p = ,008$) için çarpıklık -,198 basıklık ise -,479; Toplam puan ($p = ,200$) için çarpıklık -,083 basıklık ise ,060 hesaplanmıştır.

BKE-Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol ve BF-Toplam hariç genel olarak verilerin normal dağılım göstermediği sonucuna varılmıştır. Uç değerler incelenerek veri temizleme işlemi yapılmıştır. İstatistiksel analizlerde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi, Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Kısıtlayıcı ve Kontrolcü Tutum” Alt Boyutu İle Bilişsel Kontrol ve Esneklik ve Benliğin Farklılaşması Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo1

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Kısıtlayıcı ve Kontrolcü Tutum” Alt Boyutu, Bilişsel Kontrol ve Esneklik ve Benliğin Farklılaşması Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1.RİSMK-Kısıtlayıcı ve Kontrolcü Tutum	1	-,064	-,223**	-,061	-,095	-,099	-,158**	-,140*
2.BKE-Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol		1	,345**	,257**	,600**	,456**	,520**	,625**
3.BKE-Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği			1	-,006	,116*	,090	,505**	,226**
4.BF-Duygusal Kopma				1	,308**	,254**	,087	,601**
5.BF-Duygusal Tepkisellik					1	,693**	,373**	,819**
6.BF-İç İçe Geçme						1	,477**	,834**
7.BF-Ben pozisyonu							1	,639**
8.BF-Toplam								1

*RİSMK (Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı), **BKE (Bilişsel Kontrol Esneklik)

***BF (Benliğin Farklılaşması)

Tablo 1 incelendiğinde RİSMK kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum alt boyut puanı ile BKE ölçeği Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol alt boyut puanı arasında ($r=-,064$; $p > ,05$), anlamlı bir ilişki olmadığı fakat Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği alt boyutu arasında ($r=-,223$; $p < ,01$) negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğu saptanmıştır. Katılımcıların değerlendirme ve başa çıkma esneklikleri arttıkça RİSMK kısıtlayıcı ve kontrolcü tutumları azalmaktadır.

RİSMK kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum alt boyut puanı ile BF ölçeği Duygusal Kopma ($r=-,061$; $p > ,05$), Duygusal Tepkisellik ($r=-,095$; $p > ,05$) ve İç içe Geçme ($r=-,099$; $p > ,05$) alt boyut puanı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir. Öte taraftan RİSMK kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum alt boyut puanı ile BF ölçeği toplam ($r=-,140$; $p < ,01$), Ben pozisyonu alt boyutu arasında ($r=-,158$; $p < ,01$) negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bağlamda katılımcıların toplam benlik farklılaşması ve ben pozisyonu puanı arttıkça RİSMK kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum puanları azalmaktadır.

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Şüpheli ve Gözetleyici Tutum” Alt Boyutu İle Bilişsel Kontrol ve Esneklik ve Benliğin Farklılaşması Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo2

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Şüpheli ve Gözetleyici Tutum” Alt Boyutu, Bilişsel Kontrol ve Esneklik ve Benliğin Farklılaşması Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1.RİSMK-Şüpheli ve Gözetleyici Tutum	1	-,310**	-,023	,000	-,323**	-,195**	-,211**	-,244**
2.BKE-Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol		1	,345**	,257**	,600**	,456**	,520**	,625**
3.BKE-Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği			1	-,006	,116*	,090	,505**	,226**
4.BF-Duygusal Kopma				1	,308**	,254**	,087	,601**
5.BF-Duygusal Tepkisellik					1	,693**	,373**	,819**
6.BF-İç İçe Geçme						1	,477**	,834**
7.BF-Ben pozisyonu							1	,639**
8.BF-Toplam								1

*RİSMK (Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı), **BKE (Bilişsel Kontrol Esneklik)

***BF (Benliğin Farklılaşması)

Tablo 2 incelendiğinde RİSMK şüpheli ve gözetleyici tutum puanı ile BKE ölçeği Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği alt boyut puanı arasında ($r=-,023$; $p>,05$), anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır fakat Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol alt boyutu arasında ($r=-,310$; $p<,01$) negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Katılımcıların duygular üzerinde bilişsel kontrolleri arttıkça RİSMK şüpheli ve gözetleyici tutumları azalmaktadır.

RİSMK şüpheli ve gözetleyici tutum alt boyut puanı ile BF ölçeği Duygusal Kopma ($r=-,000$; $p>,05$), alt boyut puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Diğer taraftan RİSMK şüpheli ve gözetleyici tutum alt boyut puanı ile BF ölçeği toplam ($r=-,224$; $p<,01$), Duygusal Tepkisellik ($r=-,323$; $p<,01$) ve İç içe Geçme ($r=-,195$; $p<,01$) Ben pozisyonu alt boyutu arasında ($r=-,211$; $p<,01$) negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Buna göre katılımcıların toplam benlik farklılaşması ile duygusal tepkisellik, iç içe geçme ve ben pozisyonu puanları arttıkça RİSMK şüpheli ve gözetleyici tutum puanı azalmaktadır.

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Sosyal Medya Alanına Saygı ve Güven” Alt Boyutu İle Bilişsel Kontrol ve Esneklik ve Benliğin Farklılaşması Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Tablo3

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Sosyal Medya Alanına Saygı ve Güven” Alt Boyutu, Bilişsel Kontrol ve Esneklik ve Benliğin Farklılaşması Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1.RİSMK-Saygı ve Güven	1	,106	,157**	,063	,134*	,106	,194**	,168**
2.BKE-Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol		1	,345**	,257**	,600**	,456**	,520**	,625**
3.BKE-Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği			1	-,006	,116*	,090	,505**	,226**
4.BF-Duygusal Kopma				1	,308**	,254**	,087	,601**
5.BF-Duygusal Tepkisellik					1	,693**	,373**	,819**
6.BF-İç İçe Geçme						1	,477**	,834**
7.BF-Ben pozisyonu							1	,639**
8.BF-Toplam								1

*RİSMK (Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı), **BKE (Bilişsel Kontrol Esneklik)

***BF (Benliğin Farklılaşması)

Tablo 3 incelendiğinde RİSMK saygı ve güven alt boyutu ile BKE ölçeği Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol alt boyutu arasında ($r=,106$; $p > ,05$), anlamlı bir ilişki bulunmamıştır fakat Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği alt boyutu arasında ($r=,157$; $p < ,01$) pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Özetle, katılımcıların değerlendirme ve başa çıkma esneklik puanları arttıkça RİSMK saygı ve güven tutum puanları da artmaktadır.

RİSMK saygı ve güven alt boyut puanı ile BF ölçeği Duygusal Kopma ($r=,063$; $p > ,05$), alt boyut puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir. RİSMK saygı ve güven alt boyut puanı ile BF ölçeği toplam ($r=,168$; $p < ,01$), Duygusal Tepkisellik ($r=,135$; $p < ,01$) ve İç içe Geçme ($r=,106$; $p < ,01$) Ben pozisyonu alt boyutları arasında ($r=,194$; $p < ,01$) pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bağlamda bireylerin toplam benlik farklılaşması ile duygusal tepkisellik, iç içe geçme ve ben pozisyonu puanları arttıkça RİSMK saygı ve güven tutum puanları da artmaktadır.

Bilişsel Kontrol ve Esneklik ile Benliğin Farklılaşması Değişkenlerinin Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Kısıtlayıcı ve Kontrolcü Tutum” Alt Boyutunu Yordama Gücü

Tablo4

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Kısıtlayıcı ve Kontrolcü Tutum” Alt Boyutunun, Bilişsel Kontrol ve Esneklik ile Benliğin Farklılaşması Değişkenlerince Yordanıp Yordanmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

RİSMK-Kısıtlayıcı ve Kontrolcü Tutum	B	Sh	B	T	p
BKE-Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği	-,108	,036	-,192	-3,029	,003
BF-Ben pozisyonu	-,365	,375	-,062	-,975	,330

$R = .229$; $R^2 = .052$, $F = 8.803$, $p = .000$

RİSMK “kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum” alt boyutunun, bilişsel kontrol ve esneklik ile benliğin farklılaşması değişkenleri tarafından yordanıp yordanmadığını saptamak için yapılan regresyon analizine, anlamlı ilişki olduğu bulunan BKE-değerlendirme ve başa çıkma esnekliği ve BF-ben pozisyonu alt boyutları katılmıştır. Tablo 4 incelendiğinde BKE-değerlendirme ve başa çıkma esnekliği ve BF-ben pozisyonu değerlerinin bir arada kısıtlayıcı ve kontrolcü tutumu anlamlı bir düzeyde yordadığı görülmektedir ($R^2 = .052$, $F = 8.803$, $p < .01$). Bulgulara detaylıca yaklaşıldığında BKE-değerlendirme ve başa çıkma esnekliği değişkeninin anlamlı bir yordayıcı olmadığı ve her iki değişkenin kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum puanlarındaki varyansın yaklaşık %5’ini açıkladığı saptanmıştır. Cohen’e göre ($f^2 = .05$) küçük boyutta bir etki büyüklüğüne karşılık gelmektedir, pratik olarak sınırlı bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Bilişsel Kontrol ve Esneklik ile Benliğin Farklılaşması Değişkenlerinin Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Şüpheli ve Gözetleyici Tutum” Alt Boyutunu Yordama Gücü

Tablo5

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Şüpheli ve Gözetleyici Tutum” Alt Boyutunun Benliğin Farklılaşması Değişkenince Yordanıp Yordanmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

RİSMK- Şüpheli ve Gözetleyici Tutum	B	Sh	B	T	P
BF-Duygusal Tepkisellik	-1,858	,388	-,351	-4,784	,000
BF-İç İç Geçme	,577	,398	,112	1,447	,149
BF-Ben pozisyonu	-,778	,351	-,133	-2,216	,027

$R = .346$; $R^2 = .119$, $F = 13.334$, $p = .000$

RİSMK “şüpheli ve gözetleyici tutum” alt boyutunun, benliğin farklılaşması değişkenleri tarafından yordanıp yordanmadığını saptamak için gerçekleştirilen regresyon analizi denkleminde, anlamlı ilişki bulunan BF-duygusal tepkisellik, BF-iç iç geçme ve BF-ben pozisyonu alt boyutları katılmıştır. Tablo 4 incelendiğinde BF-duygusal tepkisellik, BF-iç iç geçme ve BF-ben pozisyonu değerlerini bir arada

şüpheli ve gözetleyici tutumu anlamlı bir düzeyde yordamaktadır ($R^2 = .119$, $F = 13.334$, $p < .01$). BF-iç içe geçme değişkeni anlamlı bir yordayıcı değildir fakat her üç değişken şüpheli ve gözetleyici tutum puanlarındaki varyansın yaklaşık %12'sini açıklamaktadır. Cohen'e göre ($f^2 = .135$) küçük-orta boyutta bir etki büyüklüğüne karşılık gelmektedir. Modelin açıklayıcı gücü sınırlı olsa da pratik olarak dikkate değer bir etkiye sahiptir.

Bilişsel Kontrol ve Esneklik ile Benliğin Farklılaşması Değişkenlerinin Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Sosyal Medya Alanına Saygı ve Güven” Alt Boyutunu Yordama Gücü

Tablo6

Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı “Sosyal Medya Alanına Saygı ve Güven” Alt Boyutu, Bilişsel Kontrol ve Esneklik ve Benliğin Farklılaşması Değişkenince Yordanıp Yordanmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

RİSMK- Şüpheli ve Gözetleyici Tutum	B	Sh	B	T	P
BKE-Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği	,049	,039	,082	1,263	,207
BF-Duygusal Tepkisellik	,555	,434	,098	1,279	,202
BF-İç İçe Geçme	-,171	,452	-,031	-,379	,705
BF-Ben pozisyonu	,818	,461	,131	1,774	,077

$$R = .219; R^2 = .048, F = 3.981, p = .004$$

RİSMK “sosyal medya alanına saygı ve güven” alt boyutunun, bilişsel kontrol ve esneklik ile benliğin farklılaşması değişkenleri tarafından yordanıp yordanmadığını saptamak için gerçekleştirilen regresyon analizine, anlamlı ilişki bulunun BKE-değerlendirme ve başa çıkma esnekliği, BF-duygusal tepkisellik, BF-iç içe geçme ve BF-ben pozisyonu alt boyutları katılmıştır. Tablo 5 incelendiğinde BKE-değerlendirme ve başa çıkma esnekliği, BF-duygusal tepkisellik, BF-iç içe geçme ve BF-ben pozisyonu değerleri bir arada sosyal medya alanına saygı ve güven tutumunu anlamlı bir seviyede yordamaktadır ($R^2 = .048$, $F = 3.981$, $p < .05$). Denkleme katılan dört değişken ayrı ayrı hiçbir yordayıcı değildir. Bu dört değişken, sosyal medya alanına saygı ve güven tutum puanlarındaki varyansın yaklaşık %5'ini açıklamaktadır ve bir aradayken anlamlı bir etkileri olmaktadır. Cohen'e göre ($f^2 = .05$) küçük boyutta bir etki büyüklüğüne karşılık gelmektedir, pratik olarak açıklayıcı gücü sınırlı olsa da istatistiksel olarak anlamlıdır.

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Sosyal medya kıskançlığı kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum alt boyutu ile bilişsel kontrol esneklik ölçeği arasında sadece değerlendirme ve başa çıkma esnekliği alt boyutunda pozitif yönlü; Benliğin Farklılaşması ölçeği ile ise toplam puan ve ben pozisyonu alt boyutunda negatif yönde anlamlı bir ilişki çıkmıştır. Regresyon analizi sonuçlarına göre BKE-değerlendirme ve başa çıkma esnekliği ve BF-ben pozisyonu değerleri birlikte kısıtlayıcı ve kontrolcü tutumu anlamlı bir seviyede yordamaktadır. İki değişken de kısıtlayıcı ve kontrolcü tutum puan varyansının yaklaşık olarak %5'ini açıklamaktadır. Bir bilişsel yetenek örneği olan bilişsel esneklik kişinin duygusal hali ile yakında ilişkilidir, aynı veya yüksek boyutta ilişkili beyin yapıları tarafından desteklenmektedir (Dolcos vd., 2011; Betzel vd., 2017 ; Wilson vd., 2018; Hsieh & Lin, 2019). Kıskançlık ve bilişsel kontrol-esneklik arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma çok sınırlıdır. Zablocki-Thomas vd. (2023) kıskançlık ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkiyi incelemek için dişi titi

maymunlarında bilişsel esneklik ve kıskançlıkta yer alan fizyolojik, nöral ve davranışsal etkenleri incelemiştir. Araştırmada deneklere öncelikle kıskançlık yaratacak bir senaryo arkasından ters öğrenme görevi ve glikoz analoglu radyo izleyici ile PET taraması gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda, kıskançlığın bilişsel esneklik üzerinde belirgin bir etkisi bulunmamıştır.

Wang, Chen & Yue (2017), araştırmasında olumsuz tanımlanan duygular sırasında ön singulat korteks etkinliğinin arttığını ve bilişsel esnekliğin negatif biçimde etkilendiğini; olumlu duygular sırasında ise aksine ön singulat korteks etkinliği azalarak bilişsel esneklik pozitif biçimde etkilenmiştir. Değerlendirme ve başa çıkma esnekliği, stresli bir olayda uygun ve ayrıntılı biçimde olayı ele alabilme ve baş etme stratejisi saptamayı kolaylaştıran davranış becerisidir (Demirtaş, 2019). Araştırma bulguları, tahmin edildiği gibi değerlendirme ve başa çıkma esnekliği düzeyi arttıkça kısıtlayıcı ve kontrolcü alt tutumun azaldığını göstermektedir.

Araştırma bulguları ile benzer biçimde Telli ve Yavuz Güler (2021), 240 evli katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmada kıskançlık ile benlik farklılaşması arasında negatif yönde bir ilişkiye ulaşmıştır. Romantik ilişkinin değişkenlerini benlik farklılaşmasının güçlü ve doğrudan etkileyen bir faktör olduğunu vurgulamaktadırlar. Deng vd. (2023), 477 lisans düzeyi öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmada güvensiz bağlanmanın kıskançlık üzerindeki etkisinde benlik farklılaşmasının aracı rolünü incelemektedir. Benlik farklılaşması bağlanma kaygısı ve kıskançlık ilişkisine kısmi olarak aracılık etmektedir. Bağlanma kaçınması ve kıskançlık arasındaysa anlamlı bir aracı etkisi yoktur.

Sosyal medya kıskançlığı şüpheli ve gözetleyici tutum ile bilişsel kontrol esneklik ölçeği Duygular Üzerinde Bilişsel Kontrol alt boyutu arasında negatif yönde; Benliğin Farklılaşması ölçeği toplam puan, Duygusal Tepkisellik, İç içe Geçme ve Ben pozisyonu alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Regresyon analizi sonucu BF-duygusal tepkisellik, BF-iç içe geçme ve BF-ben pozisyonu değerlerinin birlikte şüpheli ve gözetleyici tutumu anlamlı bir seviyede yordadığını göstermektedir. Detaylı incelendiğinde BF-iç içe geçme değişkeninin anlamlı bir yordayıcı olmadığı ayrıca üç değişkenin şüpheli ve gözetleyici tutum puanındaki varyansın yaklaşık olarak %12'sini açıkladığı görülmektedir. Bilişsel kontrol-esneklik becerisinin bir alt boyutu olan duygular üzerinde bilişsel kontrol, stresli durumlarda oluşan beklenmedik, yinelenen olumsuz düşünce ve duyguları denetleme becerisidir (Demirtaş, 2019). Kıskançlık ve şüpheli-gözetleme tutumları kişide strese yol açmaktadır bu sebeple araştırma sonucu ile paralel olarak duygular üzerinde bilişsel kontrol becerisi fazla olan bireylerin şüpheli ve gözetleme tutum düzeyinin düşük çıkacağı öngörülmüştür.

Benlik farklılaşma düzeyi düşük kişiler bireysel kimliğini diğer bireylerle olan ilişkisinden ayıramadığı için kıskançlığa daha eğilimlidirler (Bowen, 1978). Farklılaşma seviyesi yüksek kişiler romantik ilişkisine karşı somut bir tehdit oluştuğunda üzgün yahut sinirli hisseder ve reaktif kıskançlık yaşayabilir; düşük seviyede farklılaşmış bireyler ise düşük özsaygıya sahip oldukları için belirsiz durumları romantik ilişkilerine yönelik bir tehdit olarak algılayarak daha şüpheli kıskançlık yaşayabilirler (Tuttle, 2011). Benlik farklılaşmasının alt boyutu olan iç içe geçme, bireyin otomatik duygusal düzen tarafından yönetilmesidir. Böyle olduğunda kişiler daha az esnektir, düşük uyum sağlayabilme yeteneği bulunur ve duygusal olarak bağımlıdırlar (Sauber, L'Abate & Weeks, 1985). Kendilik ve diğer bireylerle ilgili algıları kesin biçimde gelişmemiştir. İlişkide özerklik olmasından rahatsızlık duyarlar, farklı düşünceleri hoş görmekte zorlanırlar ve psikolojik açıdan diğer bireylerle karışıp birleşmeyi istemektedirler (Skowron & Platt, 2005). Sonuçların neden böyle çıktığını literatürdeki bu bilgiler açıklar niteliktedir.

Tuttle (2011), Facebook kullanımı ışığında çiftlerin farklılaşma seviyesinin ve bağlanma stiline kıskançlığa nasıl etki ettiğini incelediği araştırmasını ilişkisi olan ve partnerinin Facebook profiline ulaşabilen 201 birey ile gerçekleştirmiştir. Kaygılı bağlanmanın ve benlik farklılaşmasının, Facebook kıskançlığının en büyük yordayıcısı olduğunu bulmuştur. Benlik farklılaşmasının alt boyutu olan duygusal kopukluk ve duygusal tepki ile Facebook kıskançlığı arasında yüksek korelasyon bulunmaktadır. Ben pozisyonu ile negatif ilişkili çıkmıştır. Sonuçlar araştırmanın sonuçları ile paraleldir.

Sosyal medya kıskançlığı saygı ve güven alt boyutu ile Bilişsel kontrol esneklik ölçeğinde yalnızca Değerlendirme ve Başa çıkma Esnekliği alt boyutu arasında pozitif yönde; Benliğin Farklılaşması ölçeği toplam puanı, Duygusal Tepkisellik, İç içe Geçme ve Ben pozisyonu alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. BKE- değerlendirme ve başa çıkma esnekliği, BF-duygusal tepkisellik, BF-iç içe geçme ve BF-ben pozisyonu değerleri birlikte sosyal medya alanına saygı ve güven tutumunu anlamlı bir düzeyde yordamaktadır. Denklemde dahil olan dört değişken ayrı ayrı biçimde hiçbir yordayıcı değildir. Dört değişken sosyal medya alanına saygı ve güven tutum puanındaki varyansın yaklaşık olarak %5'ini açıklamaktadır ayrıca bir arada anlamlı bir etkileri bulunmamaktadır. Bilişsel esnekliği yüksek kişiler iletişim alanında daha esnek, problemlere dair alternatif çözümlere sahip, özgüvenli, duyarlı, belirsizlik ve çatışmalara hoşgörülüdürler (Martin & Anderson, 2001). Farklılaşma seviyesi yüksek bireyler, diğer insanlara duyduğu yahut onlardan kendilerine yönelen duyguları denetleyebilir, baş etme becerisi yüksektir, duygularını düzenlerken yakın ilişkisinde benliklerini güçlü biçimde koruyabilirler. Duygusal durumlar meydana geldiğinde duygusal tepkiler göstermekten kaçınır ve sakin davranabilirler (Bowen, 1978). Literatürde açıklanan bilgiler ile araştırma sonuçlarını açıklar niteliktedir.

Öneriler ve Sınırlılıklar

Elde edilen bulgulara göre şu öneriler getirilebilir: İlgili literatür tarandığında romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı ile bilişsel kontrol-esnekliği konu alan araştırmaya rastlanmamıştır. Gerçekleştirilen çalışma benzer değişkenleri ele alan çalışmalar için öncü olma özelliği taşımaktadır. Araştırma katılımcıların demografik bilgi formuna, romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığı ölçeğine, bilişsel kontrol ve esneklik ölçeğine ve benliğin farklılaşması envanteri- kısa formuna verdikleri cevaplarla sınırlıdır. Bu bağlamda farklı demografik değişkenler de dahil edilerek araştırmalar yürütülebilir. Gerçekleştirilen araştırma nicel araştırma yöntemi olan ilişkisel tarama modeli ile sınırlıdır. Araştırmanın konusu nitel araştırma yöntemleri kullanılarak da incelenebilir. Bu sayede ilgili değişkenler ile ilgili farklı bakış açıları alanyazına kazandırılabilir. Öte yandan bu araştırmanın sınırlılıklarından birisi erkek katılımcı sayısının az olmasıdır. Bu konuda yürütülecek çalışmalarda erkek katılımcı sayısının artırılması örnekleme daha iyi yansıtan sonuçlara ulaşılmasını sağlayabilir.

Bireylerle ve çiftlerle çalışan ruh sağlığı uzmanları açısından sosyal medya kıskançlığı önemli bir konu olabilmektedir. Seanslarda bu konu özelinde ele alınabilecek konulara, araştırma sonuçları ışık tutabilir. Bireylerin veya çiftlerin bilişsel kontrol-esneklik becerileri, benlik farklılaşması süreçleri üzerine çalışılabilir. Danışanın değerlendirme- başa çıkma esnekliği artırıldıkça kontrolcü kısıtlayıcı tutumu azaltılabilir. Bu durum, saygı ve güven tutumuna da olumlu katkı sağlayabilir. Duygular üzerinde bilişsel kontrolün artması da kısıtlayıcı- şüpheli tutumun azalmasına katkı sağlayacaktır.

Romantik ilişkilerin sağlıklı yürütülmesi açısından üniversitelerin/ belediyelerin psikolojik danışmanlık merkezleri, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından sosyal medya kıskançlığı, partnerinin sosyal medya alanına saygı gibi konularda bilgilendirici ve bilinçlendirici çalışmalar gerçekleştirilebilir. Bireylerin ve çiftlerin eğitim düzeylerinin yükseltilmesine yönelik yapılan çalışmalar romantik ilişkilerde kısıtlayıcı ve

kontrolcü tutumun azalmasına, partnerin sosyal medya alanına duyulan saygı ve güvenin artmasına katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Alıklıç, Ö., Alıklıç, İ. ve Özer, A., (2019). Dijital romantizm: Y kuşağının romantik ilişkilerinde sosyal medyanın rolü üzerine bir araştırma. *Erciyes İletişim Dergisi*, (1), 57-80. <https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.485005>
- Ateş, B., ve Sağar, M.E. (2021). The predictive role of cognitive flexibility and emotion regulation skills on internet addiction in university students. *Uşak University Journal of Educational Research*, 7(1), 87-102. <https://doi.org/10.38021/asbid.1150357>
- Aune, K.S. & Comstock, J. (1991). Experience and expression of jealousy: Comparison between friends and romantics. *Psychol Rep*, 69 (1), 315-319. <https://doi.org/10.2466/PRO.69.5.315-319>
- Aydın, Y. E. ve Uzun, N. B. (2021). Romantik İlişkilerde Sosyal Medya Kıskançlığı Ölçeği (RİSMKÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *OPUS– Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 18(44), 7883-7911. <https://doi.org/10.26466/opus.890331>
- Bayram, F., Özkanal, E., ve Çiftçi, S. (2021). Tercih sürecindeki üniversite adaylarının belirsizliğe tahammülsüzlük ve bilişsel esneklik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(77), 98-120. <https://doi.org/10.17755/esosder.735689>
- Berscheid, E. (1983). Emotion. H. H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G. Levinger, E. McIntock, I. A. Reptan, & D. R. Peterson (Eds.), *Close relationships* (pp. 110- 168). New York: Freeman.
- Betzel, R.F., Satterthwaite, T.D., Gold, J.I. & Bassett, D.S. (2017). Positive affect, surprise, and fatigue are correlates of network flexibility. *Sci. Rep* 7, 1–10. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-00425-z>
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Aronson.
- Bowen, M. (1981). Therapy in the practice of psychotherapy, Berenson, G. ve White, H. (Ed.) *Annual Review Of Family Therapy*. New York: Human Sciences Press.
- Cañas, J.J., Fafardo, I. & Salmeron, L. (2006). Cognitive flexibility. *International encyclopedia of ergonomics and human factors*, 297-300. https://www.researchgate.net/publication/272022148_Cognitive_Flexibility
- Chen, Q., Yang, W., Li, W., Wei, D., Li, H., Lei, Q., Zhang, Q., & Qiu, J. (2014). Association of creative achievement with cognitive flexibility by a combined voxel-based morphometry and resting-state functional connectivity study. *NeuroImage*, 102 Pt 2, 474–483. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2014.08.008>
- Davis, J. C., Marra, C. A., Najafzadeh, M., & Liu-Ambrose, T. (2010). The independent contribution of executive functions to health related quality of life in older women. *BMC geriatrics*, 10, 16. <https://doi.org/10.1186/1471-2318-10-16>
- Değirmenci, E. ve Demirli, C. (2017). Çekirdek veya geniş ailede yetişen bireylerde sosyal onay ihtiyacı ile benliğin farklılaşması arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Academic Platform Journal of Education and Change*, 2(1), 79–95.
- Demirtaş, A. S. (2019). Stresli durumlarda bilişsel kontrol ve bilişsel esneklik: Bir ölçek uyarlama çalışması. *Psikoloji Çalışmaları - Studies in Psychology*, 39(2): 345-368. <https://doi.org/10.26650/SP2019-0028>
- Deng M, Tadesse E, Khalid S, Zhang W, Song J & Gao C (2023). The influence of insecure attachment on undergraduates' jealousy: the mediating effect of self-differentiation. *Front. Psychol.* 14, 1153866. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1153866>

- Dolcos, F., Iordan, A.D. & Dolcos, S. (2011). Neural correlates of emotion - Cognition interactions: A review of evidence from brain imaging investigations. *J. Cogn. Psychol*, 23, 669–694. <https://doi.org/10.1080/20445911.2011.594433>
- Drake, J. R., Murdock, N. L., Marszalek, J. M., & Barber, C. E. (2015). Differentiation of self-inventory—short form: development and preliminary validation. *Contemporary Family Therapy*, 37(2), 101-112. <https://doi.org/10.1007/s10591-015-9329-7>
- Engel de Abreu, P. M., Abreu, N., Nikaedo, C. C., Puglisi, M. L., Tourinho, C. J., Miranda, M. C., Befi-Lopes, D. M., Bueno, O. F., & Martin, R. (2014). Executive functioning and reading achievement in school: a study of Brazilian children assessed by their teachers as "poor readers". *Frontiers in psychology*, 5, 550. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00550>
- Eshet-Alkalai, Y. (2004). Digital literacy: A conceptual framework for survival skills in the digital era. *Journal of Educational Multimedia and Hypermedia*, 13, 93–106. <https://www.learntechlib.org/primary/p/4793/>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (7th Ed.). New York: McGraw-Hill.
- Gabrys, R. L., Tabri, N., Anisman, H. & Matheson, K. (2018). Cognitive control and flexibility in the context of stress and depressive symptoms: The cognitive control and flexibility questionnaire. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-19. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02219>
- Genet, J.J. & Siemer, M. (2011). Flexible control in processing affective and non-affective material predicts individual differences in trait resilience. *Cogn. Emot.* 25, 380–388. <https://doi.org/10.1080/02699931.2010.491647>
- Guerrero, L. K., & Andersen, P. A. (1998). Jealousy experience and expression in romantic relationships. P. A. Andersen & L. K. Guerrero (Eds.), *Handbook of communication and emotion* (pp. 155–188). San Diego: Academic Press.
- Hsieh, S. & Lin, S.J. (2019). The dissociable effects of induced positive and negative moods on cognitive flexibility. *Sci. Rep* 9, 1–10. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-37683-4>
- Karakaş, E. (2023). *Erken dönem uyum bozucu şemaların ve bağlanma düzeyinin romantik ilişkilerde sosyal medya kıskançlığına etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi/ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Kerr, M. E. and Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on bowen theory*. New York: W. W. Norton.
- Kovan, A. (2023). Sosyal medya kıskançlığı ve romantik ilişkilerde yaşam doyumu: iletişim becerilerinin aracılık rolü. *Actualidades en Psicología*, 37 (135), 111-127.
- Lans, O., Mosek, A. and Yagil, Y. (2014). Romantic jealousy from the perspectives of bowen's concept of differentiation and gender differences. *The Family Journal*, 22(3), 321–331. <https://doi.org/10.1177/1066480714530835>
- LaSala, M. (2002). Walls and bridges: How coupled gay men and lesbians manage their intergenerational relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(3), 327–339. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2002.tb01190.x>
- Marshall, T. C., Bejanyan, K., Di Castro, G. and Lee, R. A. (2012). Attachment styles as predictors of facebook-related jealousy and surveillance in romantic relationships. *Pers. Relatsh.* 20, 1–22.
- Martin, M. M. & Anderson, C. M. (2001). The relationship between cognitive flexibility and affinity-seeking strategies. *Advances in Psychological Research*, 4, 69-76. https://www.researchgate.net/publication/291895585_The_relationship_between_cognitive_flexibility_and_affinity-seeking_strategies

- Miller, E. K., & Cohen, J. D. (2001). An integrative theory of prefrontal cortex function. *Annual Review of Neuroscience*, 24, 167-202. <https://doi.org/10.1146/annurev.neuro.24.1.167>
- Morton, J. B., Ezekiel, F. & Wilk, H. A. (2011). Cognitive control: easy to identify but hard to define. *Topics in Cognitive Science*, 3(2), 212-216. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1756-8765.2011.01139.x>
- Muise, A., Christofides, E. & Desmarais, S. (2009). More information than you ever wanted: Does facebook bring out the green-eyed monster of jealousy? *CyberPsychology & Behavior*, 12 (1), 441-444. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0263>
- Öztürk, M. F., ve Talas, M. (2015). Sosyal medya ve eğitim etkileşimi. *Zeitschrift Für Die Welt Der Türken/Journal Of World Of Turks*, 7(1), 101-120.
- Payne, J.W., Bettman, J.R. & Johnson, E.J. (1993). *The adaptive decision maker*. Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781139173933>
- Persch, J. A. (2007). Jealous much? MySpace, Facebook can spark it. <https://www.nbcnews.com/id/wbna20431006> (Erişim Tarihi: 20 Ekim 2024).
- Prest, L. A. & Protinsky, H. (1993). Family systems theory: A unifying framework for codependence. *American Journal of Family Therapy*, 21(4), 352-360. <https://doi.org/10.1080/01926189308251005>
- Roberto, L. G. (1992). *Transgenerational family therapies*. New York: Guilford Press.
- Sarıkaya, Y., Boyacı, M., İlhan, T., ve Aldemir, A. (2018). Benliğin farklılaşması envanteri kısa formunun (bfe-kf) türkçe 'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 365-380. <https://doi.org/10.14686/buefad.364196>
- Sauber, S. R., L'Abate, L. & Weeks, G. R. (1985). *Family Therapy: basic concepts and terms*. Burlington: Aspen Pub.
- Schimmenti, A., & Caretti, V. (2010). Psychic retreats or psychic pits?: Unbearable states of mind and technological addiction. *Psychoanalytic Psychology*, 27(2), 115-132. <https://doi.org/10.1037/a0019414>.
- Skowron, E. A., & Platt, L. F. (2005). Differentiation of self and child abuse potential in young adulthood. *The Family Journal*, 13(3), 281-290. <https://doi.org/10.1177/1066480705276314>
- Sullivan, K. T. (2021) Attachment style and jealousy in the digital age: Do attitudes about online communication matter? *Front. Psychol.* 12, 678542. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.678542>
- Telli, A., & Yavuz Güler, C. (2021). Differentiation of self, forgiveness, jealousy, and conflict resolution responses among married individuals: the mediating role of relationship satisfaction, relationship adjustment, and emotional dependency. *Contemp. Fam. Ther.* 45 (2), 157-171. <https://doi.org/10.1007/s10591-021-09603-8>
- Tutgun-ünal, A., ve Deniz, L. (2020). Sosyal medya kuşaklarının sosyal medya kullanım seviyeleri ve tercihleri. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(22), 1289-1319. <https://doi.org/10.26466/opus.626283>
- Tuttle, A. E. (2011). How do couples' attachment style and level of differentiation affect jealousy as related to facebook usage? Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Purdue University, Indiana.
- Utz, S., & Krämer, N. C. (2009). The privacy paradox on social network sites revisited: The role of individual characteristics and group norms. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 3(2), Article 2. <https://cyberpsychology.eu/article/view/4223>
- Utz, S., and Beukeboom, C. J. (2011). The role of social network sites in romantic relationships: Effects on jealousy and relationship happiness. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 16(4), 511-527. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2011.01552.x>

- Vural, Z. B. A. ve Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege Üniversitesi iletişim fakültesine yönelik bir araştırma. *Yaşar Üniversitesi Dergisi*, 20(5), 3348-3382. <https://doi.org/10.19168/jyu.65130>
- Wang, Y., Chen, J. & Yue, Z. (2017). Positive emotion facilitates cognitive flexibility: An fMRI study. *Front. Psychol*, 8, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01832>
- White, G. L. (1981). *A model of romantic jealousy. Motivation and Emotion*, 5(4), 295–310. <https://doi.org/10.1007/BF00992549>
- Wilson, C.G., Nusbaum, A.T., Whitney, P. & Hinson, J.M. (2018). Trait anxiety impairs cognitive flexibility when overcoming a task acquired response and a preexisting bias. *Plos One* 13, 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0204694>
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara; Seçkin Yayıncılık.
- Zablocki-Thomas, P. B., Savidge, L. E., Witczak, L. R., Ferrer, E., Hobson, B. A., Chaudhari, A. J., Freeman, S. M., and Bales, K. L. (2023). Neural correlates and effect of jealousy on cognitive flexibility in the female titi monkey (*Plecturocebus cupreus*). *Hormones and Behavior*, 152, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2023.105352>
- Zywica, J. & Danowski, J. (2008). The faces of Facebookers: Investigating social enhancement and social compensation hypotheses; predicting Facebook and offline popularity from sociability and self-esteem, and mapping the meanings of popularity with semantic networks. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14, 1-34. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2008.01429.x>

Yazarlar Hakkında

Sümeyye ÇOLAKOĞLU AKGÜL

Durmuş ÜMMET

Yazar Katkıları

Yazarlar eşit düzeyde katkı sağlamıştır.

Çıkar Çatışması

Yazarlar tarafından çıkar çatışmasının olmadığı rapor edilmiştir.

Destek

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.

Not

Çalışmaya dahil edilen tüm katılımcılardan aydınlatılmış onam alınmıştır.

Etik Bildirim

Çalışma protokolü İstanbul Ticaret Üniversitesi Rektörlüğü Bilimsel Araştırma ve Etik İnceleme Kurulu tarafından onaylanmıştır.

Etik Kurul Adı: İstanbul Ticaret Üniversitesi Rektörlüğü Bilimsel Araştırma ve Etik İnceleme Kurulu

Onay Tarihi: 03/04/2023

Belge Numarası: 5EA296E6-C4C4-469F-A87B-49896E845101

ARAŞTIRMA

Açık Erişim

RESEARCH

Open Access

Evlilik Öncesi Eğitim ve Psikolojik Danışmanlık Programlarına Katılımın İncelenmesi: Bir Sistemik Derleme

Article Title: Investigation of Participation in Premarital Education and Psychological Counseling

Programs: A Systematic Review

Büşra Potur 

Yazar Bilgileri

Yazar Adı SOYADI

Doktora Öğrencisi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Ankara Üniversitesi

Ankara/ Türkiye

busrapotur7@gmail.com

ÖZET

Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarını konu edinen çok sayıda bilimsel araştırma mevcuttur. Buna rağmen, programlara katılım yetersizdir ve kimlerin katılıp katılmadığı konusunda pek az şey bilinmektedir. Bu çalışmanın amacı, evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılım konusunda yapılmış araştırmalar incelenerek, programlara katılım durumunu ve katılımı etkileyen faktörleri açığa çıkarmaktır. Çalışma kapsamında, PRISMA 2020 yönergelerine bağlı kalınarak WoS veri tabanında 351 makaleye ulaşılmış, bunlardan 16'sı çalışmaya dahil edilmiştir. Dahil edilen araştırmaların nitelik değerlendirmesi Karışık Metotlar Değerlendirme Aracı (MMAT) ile, analizi betimsel içerik analizi yöntemiyle yapılmıştır. İncelenen araştırmalarda programların türü fark etmeksizin katılımın düşük olduğu tespit edilmiştir. Katılımı etkileyen faktörler: bireysel, programa ilişkin ve kültürel faktörler ile çift ilişkisi faktörleri olarak dört grup altında toplanmıştır. Elde edilen bulguların, evlilik öncesi programlara katılımı etkileyen faktörlerin bilinmesine ve öncelikle potansiyel katılımcıların teşvik edilmesine, sonrasında katılmayan grubun katılımını artıracak sosyal politikalar geliştirmeye yardımcı olacağı öngörülmektedir.

Makale Bilgileri

Anahtar Kelimeler

Evlilik öncesi eğitim

Psikolojik danışmanlık

Evliliğe hazırlık

Sistemik derleme

Keywords

Premarital education

Psychological counseling

Marriage preparation

Systematic review

Makale Hakkında

Geliş: 02/05/2025

Kabul: 10/06/2025

ABSTRACT

There is a large body of scientific research on premarital education and psychological counseling programs. Despite this, participation in the programs is insufficient and little is known about who participates and who does not. This study examines the research on participation in premarital education and psychological counseling programs and seeks answers to the questions of how participation in the programs is and what factors affect participation. Within the scope of the study, 351 articles were accessed in the WoS database by adhering to PRISMA 2020 guidelines, 16 of which were included in the study. The qualitative evaluation of the included studies was carried out with the Mixed Methods Assessment Tool (MMAT) and analyzed with the descriptive content analysis method. In the studies examined, it was found that participation was low regardless of the type of programs. Factors affecting participation were grouped under four categories: individual, program- related, cultural and relationship-related factors. It is predicted that the findings obtained will help to know the factors affecting participation in premarital programs and to encourage potential participants first and then to develop social policies to increase the participation of the non-participating group.

Atf için: Potur, B. (2025). Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımın incelenmesi: Bir sistemik derleme. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 8(2), 67-83. [https://doi.org/ 10.58434/apdad.1654958](https://doi.org/10.58434/apdad.1654958)

GİRİŞ

Hayatın bir döneminde gerçekleşen evlilik, öncesindeki ve sonrasındaki tüm dönemleri etkileyen önemli bir yaşantıdır. Bireyler hep mutlu olacakları evlilikler hayal etmekte, pek çok insan evliliklerin çok ciddi problemler yaşanmadıkça bitirilmemesi gerektiğini düşünmektedir. Ne yazık ki istatistikler bu beklentilerin gerçekte var olmadığını göstermektedir. Araştırmalar, boşanma oranlarının 1960'lerden itibaren yüksek düzeyde arttığını ve evliliklerin %43'ünün ilk on beş yıl içinde (Williams, 2007), ilk evliliklerin %33'ünün, ikinci evliliklerin %39'unun evliliğin ilk on yılında boşanmayla sonuçlandığını göstermektedir (Bramlett ve Mosher, 2001). Güncel araştırmalar evliliğin ilk beş yılında yaşanan boşanmalara dikkat çekmektedir (Clyde vd., 2020). İstatistiklerden elde edilen veriler, boşanmaların büyük bir kısmının evliliğin erken dönemlerinde yaşandığını göstermektedir. Türkiye'de 2024 yılında gerçekleşen boşanmaların %33,7'si evliliğin ilk 5 yılında, %55'i ise evliliğin ilk 10 yılında gerçekleşmiştir (TÜİK, 2024).

1930'lardan itibaren artan boşanma oranlarının fark edilmesi, araştırmacıları boşanmalara çözüm aramaya yönlendirmiş, ilk kez Chicago'da bulunan Merrill- Palmer Enstitüsü tarafından çiftler için evliliğe hazırlık ve danışmanlık eğitimi verilmiştir. Daha sonra bu eğitimler lise ve üniversitelerde vermeye başlanmış, din adamları tarafından verilen evlilik öncesi eğitim ve danışmanlıklar artırılmıştır (Carroll ve Doherty, 2003). Özellikle 2. Dünya Savaşı'ndan sonraki 20 yıl içinde rahipler ve din adamları tarafından sistemli bir şekilde toplum atölyeleri aracılığıyla bu programlar gerçekleştirilmiştir (Stahmann ve Hiebert, 1987, akt. Silliman ve Schumm, 2000). Öyle ki o dönemlerde, Mitchell (1967), evlilik öncesi danışmanlığı: "Papazın manevi bakım programının bir parçası olarak yürüttüğü özel bir faaliyet" şeklinde tanımlamıştır. Fakat yıllar geçtikçe içerik ve format olarak sürekli değişen evliliğe hazırlık programları, dini hizmetlerin bir parçası olarak kalmakla birlikte, ondan ayrı olarak profesyonel bir yardım alanı haline gelmiştir. Evlilikteki sorunların ve boşanmaların kişilerarası ilişkiler sebebiyle oluştuğu düşüncesinden hareketle iletişim, çatışma çözme, empati, kendini açma gibi kişilerarası becerilerin geliştirilmesine yönelik evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık programları oluşturulmuştur (Silliman ve Schumm, 2000).

Gün geçtikçe daha da yaygınlaşan evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programları, iletişim ve çatışma çözme becerilerini (Duran, 2010; Fawcett vd., 2010; Şen, 2009), evlilik uyumunu (Kalkan, 2002; Ökten, 2022, ilişki kalitesini (Carroll ve Doherty, 2003), ilişki istikrarını (Duran, 2010; Haskan Avcı, 2013), ilişki doyumunu (Yılmaz, 2009) ve evlilik memnuniyetini (Schumm vd., 1998) artırmada; boşanmaları ise azaltmada (Clyde, 2019; Engl vd., 2019; Stanley vd., 2006) etkilidir. Ayrıca evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık programları, evlilikte profesyonel yardım arayışlarını ve evli çiftler için hazırlanmış müdahale programlarına katılmayı da etkilemektedir (Williamson vd., 2014, 2018).

Evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık programlarının etkililiği bilinmesine rağmen bu programlara katılım oldukça düşüktür. Yapılan bir araştırmada evlenmek üzere resmi başvuru yapan çiftlerin %60'ının uygulanacak evlilik öncesi eğitim programına katılmayı reddettiği belirtilmektedir (Markman vd., 1993). Araştırmalardaki evlilik öncesi programlara katılım oranları incelendiğinde çiftlerin sadece %31'inin evlilik öncesi eğitime katıldığı (Stanley vd., 2006), yeni evli çiftlerin bu programlara katılımının sadece %28 olduğu (Duncan vd., 2018), ikinci ve sonraki evliliklerini yapanların ise bu programlara neredeyse hiç katılmadığı, hatta gereksiz gördükleri (Doss vd., 2009) sonucuna ulaşılmıştır.

2006 yılında yapılmış bir araştırmada evli çiftlerin evlendikleri tarihe göre evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık programlarına katılma oranları araştırılmış ve 1930'lu ve 1940'lı yıllarda evlenenlerde katılım oranı %7 bulunurken, 90'lı yıllardan sonra evlenenlerde katılım oranı %44 olarak tespit edilmiştir (Stanley vd., 2006). 1996 yılında tüm ülkede geniş bir örneklem grubuna evlilik öncesi eğitimlerle ilgili bir telefon görüşmesi yapılarak oluşturulan bir araştırmanın bu oranların değişmesinde etkili olduğu

düşünülmektedir. Bu da katılımın düşük olmasının ilgisizlikten değil, ulaşılabilir olmamasından kaynaklandığı düşüncesini desteklemektedir (Markman, 2000, akt. Stanley vd., 2006).

Sebebine yönelik farklı düşünceler olsa da evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılım oranının düşük olduğu, her 5 evli çiftten yalnızca 2'sinin evlilik öncesi programlara katıldığı bilinmektedir (White vd., 2020). Fakat düşük de olsa bir katılımın olması araştırmacıları bunun üzerinde çalışmaya yönlendirmelidir. Çok daha fazla zaman ve maliyet gerektiren katılmama durumunu ve katılmayanları araştırmaktansa, neredeyse üçte birlik orandaki katılımı (Duncan vd., 2018; Stanley vd., 2006) araştırmakta fayda vardır. Bu sebeple mevcut araştırmada, evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımı etkileyen ilişkisel faktörleri daha önce yapılmış araştırmaların sistematik olarak derlenmesi yöntemiyle tespit etmek amaçlanmaktadır. Böylelikle, ilk olarak evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarının potansiyel katılımcıları belirlenebilecek, sonra bu kişileri eğitime katılmaya teşvik edecek politikalar geliştirilebilecek ve en sonunda zaman olarak ve maddi yükü olması sebebiyle daha çok uğraş gerektiren programlara katılmaya yakın olmayan grup için yeni düzenlemeler yapılabilecektir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımı ve katılımı etkileyen ilişkisel faktörleri belirleyebilmek amacıyla daha önceden yapılmış araştırmaları inceleyen bir sistematik derleme çalışmasıdır. Sistematik derlemeler günümüze kadar yapılmış araştırmaların doğru ve güvenilir bir şekilde özetlenmesini sağlamaktadır (Evans ve Benefield, 2001). Böylelikle, araştırmacıların güncel verilere kolayca ulaşabilmesine, politika geliştiricilerin yarar-zarar ve risk analizi yapabilmelerine, fon sağlayıcıların önceki araştırmaları toplu bir şekilde görerek yeni araştırmalar için fon değerlendirmesi yapabilmelerine ve editörlerin yeni yayınlanan çalışmaların artı ve eksi yönlerine karar verebilmelerine olanak tanımaktadır (Page vd., 2021).

MacDonald (2000) sistematik derlemelerde hata ve yanlılığı en aza indirmek için, öncelikle incelemede rehberlik edecek kriterleri, tarama stratejilerini, dahil etme ve dışlama kriterlerini, incelenen çalışmaların metodolojik yeterliliklerini belirlemenin gerekli olduğunu savunmaktadır (MacDonald, 2000; akt. Evans ve Benefield, 2001). Sistematik derlemelerin gereklilikleri dolayısıyla bu çalışma Sistematik Derleme ve Meta-Analizler için Tercih Edilen Raporlama Öğeleri (PRISMA 2020) dikkate alınarak gerçekleştirilmiştir. PRISMA (2020), sistematik derlemelerin raporlanması için 27 maddelik bir kontrol listesi, özet kontrol listesi ve akış şeması içeren kapsamlı bir kılavuz sunmaktadır (Page vd., 2021). Dolayısıyla bu araştırmanın tüm aşamalarında sistematik derleme için tercih edilen raporlama öğelerinden faydalanılmış ve her aşama açık, anlaşılabilir ve açıklayıcı bir şekilde yazılmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmanın veri grubu Web of Science veri tabanı aracılığıyla 18.10.2022 ile 18.12.2022 tarihleri arasında taraması yapılan 309 makalenin ve elde edilen makalelerden kaynakça taraması yapılarak ulaşılan 42 makalenin dahil etme ve çıkarma ölçütleri göz önünde bulundurulması sonucu incelenen 16 bilimsel araştırmadır.

Verilerin Toplanması

Araştırmada verilerin toplanması sürecinde WoS seçildikten sonra, ilk olarak veri tabanında “All fields” seçeneği ile “premarital education” “or” “premarital counseling” “or” “premarital preparation” “or” “preparation for marriage” “or” “premarital program” “or” “marriage preparation” “or” “premarital intervention” terimlerinin taraması yapılmıştır. Bu tarama neticesinde 309 araştırmaya ulaşılmıştır. WoS veri tabanı alıntı konuları psikiyatri ve psikoloji, sosyal psikoloji ve psikiyatri ile sınırlandırılmıştır. Böylelikle 169 kayıt tespit edilmiştir.

Tespit edilen kayıtların araştırma konuları psikoloji, aile çalışmaları, sosyal hizmet, eğitim ve eğitim araştırmaları ile sınırlandırılarak 149 kayda ulaşılmıştır. Yalnızca İngilizce dil seçeneği ile 146 sonuç elde edilmiştir. Elde edilen sonuçlar içerisinde tüm metinde “participation” terimi aratılmış ve toplamda 25 sonuca ulaşılmıştır. Ayrıca bu araştırmaların kaynakça taraması yapılarak ilgili konuda 42 araştırma daha tespit edilmiştir. Tespit edilen 42 araştırmanın Web of Science veri tabanı üzerinden taraması yapılmış ve 33 kayda ulaşılmıştır. Bunlardan 13’ü ve daha önceki 25 makale Mendeley referans yönetim sisteminde klasörlenmiş ve tek tek incelenmiştir.

Araştırmada incelenen çalışmaların uygunluk ölçütleri -dahil edilme ve dışlama kriterleri- ve veri seçiminde kullanılan kalite değerlendirme aracı aşağıda açıklanmıştır.

1) Dahil Edilme Kriterleri

- Katılımcılar: Evli, boşanmış, nişanlı, evlilik kaydı oluşturmuş, evliliğe yönelik ciddi ilişkisi olan, evlilik öncesi müdahale programlarından herhangi birine katılmış veya katılmamış genç yetişkin bireyler ve çiftler.
- Müdahale: Kendi kendine (online, DVD, kitap vb. kaynaklarla), dini/toplum atölyeleri aracılığıyla, ders şeklinde, profesyonel danışmanlık alarak veya ulusal politikalar dolayısıyla katılan evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık programları.
- Çalışmalar: Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımı, katılımı etkileyen faktörleri, katılımı ilişkili faktörleri ve katılıma yönelik tutum ve inançları inceleyen nitel, nicel ve karma yöntem araştırmaları.

2) Dışlama Kriterleri

- Dili İngilizce olmayan çalışmalar araştırmaya dahil edilmemiştir.
- Çift/ilişki eğitimi ve danışmanlığı, evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programları ile evliliğe odak noktasında farklılaştığı için evlilik odaklı olmayan çift ve ilişki eğitimine katılımı konu edinen çalışmalar araştırmaya dahil edilmemiştir.
- Yalnızca evlilik sonrası müdahale programlarına katılımı inceleyen çalışmalar araştırmaya dahil edilmemiştir.
- Evlilik ve ebeveynlik eğitimine katılımı inceleyen çalışmalar araştırmaya dahil edilmemiştir.
- Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarının herhangi bir değişken üzerine etkisini inceleyen, bununla birlikte katılımı incelemeyen çalışmalar araştırmaya dahil edilmemiştir.

3) Değerlendirme aracı

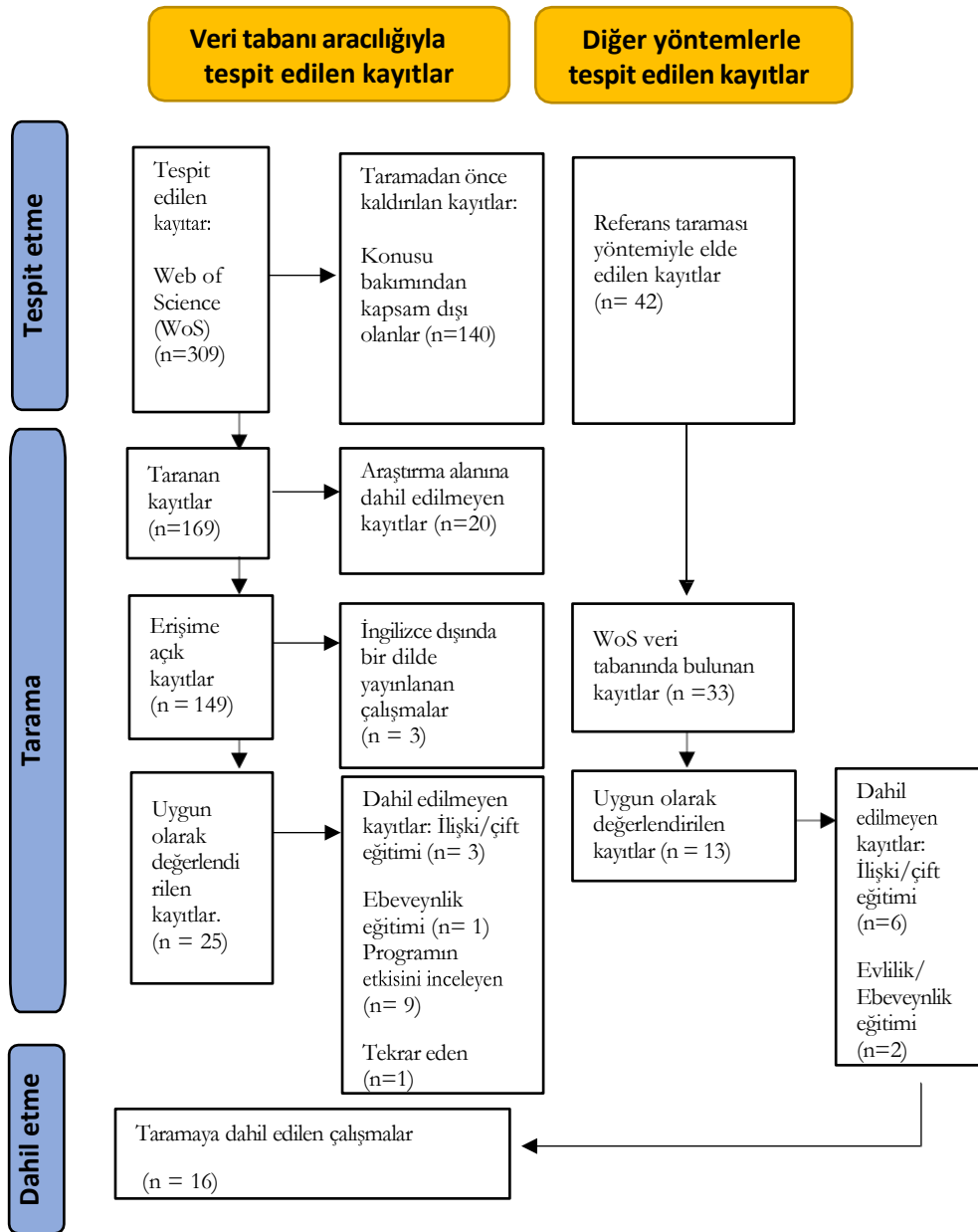
Sistematiik derlemelerde kalite göstergesi olarak iyi bir kontrol listesi kullanılması önerilmektedir (Yılmaz, 2021). Bu çalışmada incelenen araştırmalar, desenine bakılmaksızın derlemeye dahil edildiği için en uygun değerlendirme aracının 2006 yılında geliştirilen, 2020 yılında Nilay Kublashvili tarafından “Karışık

Metotlar Kalite Değerlendirme Aracı, 2018 versiyonu” olarak Türkçe’ye çevrilen Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT) olacağı düşünülmüştür (Hong vd., 2018).

MMAT kalite değerlendirme aracı nitel, nicel ve karma desenli araştırmaların tarandığı sistematik karma yöntemli çalışmaların değerlendirilmesinde kullanılmaktadır (Tecik ve Çınar, 2022). Dolayısıyla MMAT bu araştırma için en uygun değerlendirme aracıdır. MMAT kullanım kılavuzunda incelenen çalışmaların değerlendirilmesinde puanlama yapılması önerilmemektedir (Quan Nha vd., 2018). Bu sebeple, MMAT yönergeleri dikkate alınarak, sorularda puanlama yapılmamış olup, daha derin ve yorum içeren yanıtlarla değerlendirme yapılmıştır. Araştırmalar değerlendirmesine göre derleme dışı bırakılmamıştır.

Verilerin toplanması ile ilgili tüm süreci gösteren Sistematik Derleme ve Meta- Analizler İçin Tercih Edilen Raporlama Öğeleri (PRISMA 2020) akış şeması Şekil 1.’de gösterilmektedir.

Şekil 1. PRISMA 2020 Akış Şeması



Verilerin Analizi

Veri analiz tekniği olarak içerik analizinden yararlanılmıştır. Taranan çalışmalardaki verilerin kodlanması, yorumlanması ve sınıflandırması aşamalarını içeren içerik analizi tekniğinde araştırmacı verileri anlaşılabilir kılmak için temalar belirlemekte ve kavramları bu temalar çerçevesinde açıklamaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

İncelenen çalışmaların karakteristik özellikleri -yazar, yıl, ülke, yöntem, örneklem ve veri toplama araçları şeklinde kodlanarak analiz edilmiştir. Araştırmaların karakteristik özellikleri Tablo 1.'de gösterilmektedir.

Tablo1

Araştırmaların Karakteristik Özellikleri

Yazar (Yıl)	Ülke	Yöntem	Örneklem	Veri Toplama Araçları
Duncan vd. (2021)	ABD	Nicel	Yeni evli 2.150 erkek İki aşamalı küme örnekleme yöntemi	Anket
Kam ve Man (2015)	Çin	Durum çalışması	20-34 yaşlarda, ilk evliliklerini yapmak üzere kayıt oluşturmuş 216 kişi Orantılı tabakalı rastgele örnekleme yöntemi	Ev ziyareti, anket, yapılandırılmış telefon görüşmesi
Hawkins vd. (2016)	ABD	Nicel	Utah'ta yaşayan, evli, ciddi bir ilişki içinde olan veya 2 yıl içinde evlenecek olan çiftler	Anket
Killawi vd. (2018)	ABD İran Kanada	Nitel	En az bir kez evlilik eğitimine katılmış evli veya boşanmış bireyler, imamlar ve terapistlerden oluşan 32 kişi Kartopu örnekleme	Mülakat
White vd. (2020)	ABD	Nicel	Ulusal Çift İlişkileri ve Geçiş Deneyimleri (CREATE) araştırmasına katılanlar arasından, evlilik öncesi veya sonrası müdahaleye katılmış yeni evli 1.562 kişi İki aşamalı küme örnekleme yöntemi	CREATE araştırma anketi

Mcallister vd. (2013)	ABD	Nicel	Evli, nişanlı veya ciddi romantik ilişkisi bulunan 8.240 birey	RELATE
Blair ve Cordova (2009)	ABD	Nicel	Nişanlı 46 çift	Bağlanım Envanteri, Sağlık İnanç Modeli Ölçeği
Sullivan ve Bradbury (1997)	ABD	Nicel	18-35 yaş aralığında, en az 10 yıllık eğitime sahip, ilk evliliklerini yapmak üzere başvuruda bulunmuş 172 ve 60 kişi	Evlilik Uyumu Testi, Eysenck Kişilik Envanteri İşlevsiz dürtüsellik ölçümü, Mesleki iş yükü ölçeği, Çatışma taktikleri ölçekleri, Anket
Duncan vd. (2014)	ABD	Nicel	18-36 yaş aralığında, 1.461 kişi	RELATE
Valiente vd. (2002)	ABD	Nitel olgubilim araştırması	Southwestern Üni. üst düzey aile çalışmaları kursuna katılan 56 birey	Mülakat
Duncan vd. (2007)	ABD	Nicel	7331 çift	RELATE
Halford vd. (2006)	Avustralya	Nicel	Evlilik kayıtlarından ulaşılın 374 yeni evli gönüllü çift	Anket, İkili Uyum Ölçeği ve Çatışma Taktikleri Ölçekleri
Larson vd. (2008)	ABD	Keşfedici araştırma	Bekar, hiç evlenmemiş, evliliğe yönelik ciddi ilişkisi olan, daha önce hiç evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık faaliyetine katılmamış risk altındaki 50 birey	RELATE Anket
Sullivan vd. (2004)	ABD	Nicel	Nişanlı ve evliliklerine en az 6 ay bulunan, daha önce evlilik danışmanlığı almamış 86 çift	Anket
Borowski ve Tambling (2015)	ABD	Nicel- İlişkisel tarama araştırması	18-24 yaş aralığındaki 249 genç yetişkin	Anket, Evlilik İnançları ve Tutumları Ölçeği

Doss vd. (2009)	ABD	Nicel	İkinci evliliğini yaşayan 398 ve birinci evliliğini yaşayan 1.342 kişi Toplam 1.740 kişi Basit seçkisiz örnekleme yöntemi	Anket
-----------------------	-----	-------	---	-------

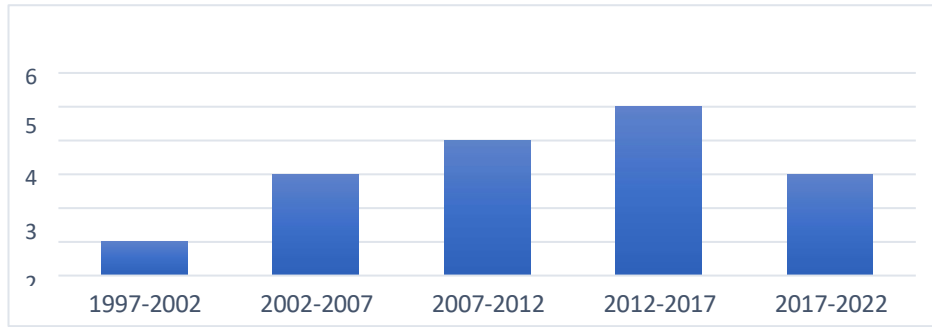
BULGULAR

Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımı inceleyen araştırmalar, yayın yılları, ülkeleri, yöntemleri, örnekleme, veri toplama araçları ve araştırma bulgularına göre incelenmiştir.

1. Araştırmaların Yayın Yılları

Derlemeye dahil edilen araştırmaların beş yıllık dağılımları Şekil 2.'de gösterilmektedir. Dağılım incelendiğinde, çalışma sayısının 2002 yılı ile 2017 yılı arasındaki 15 yıllık dönemle hızlı bir şekilde arttığı, son beş yılda ise yeni çalışmaların yapıldığı fakat önceki beş yıla göre daha az olduğu görülmektedir.

Şekil 2. Araştırmaların Yayın Yıllarına Göre Beş Yıllık Dağılımı



Derlemeye dahil edilen çalışmalar tarama stratejisinde herhangi bir zaman kısıtı yapmaksızın elde edilmesine rağmen en eski tarihli araştırmanın 1997 yılında yapıldığı göze çarpmaktadır. Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık konusunda çalışmaların 1960'lı yıllarda ivme kazandığı (Silliman ve Schumm, 2000) ve 80'lerde zirve yaptığı bilinmektedir (Clyde vd., 2020). Buna rağmen programlara katılımın incelendiği çalışmaların tarihinin çok eskiye dayanmamasını ve yayınlanan araştırma sayısının 2002 ve 2017 yılları arasında beş katına çıktığını göz önüne alırsak bu durum bize, yapılan araştırmalarda öncelikle program geliştirme ve programların etkileri üzerinde çalışılmış olabileceğini, daha sonradan katılımın düşük olduğunun fark edilip katılımı inceleyen araştırmaların başladığını düşündürmektedir. Nitekim programlara içerik üretme konusunda yapılmış bir derleme çalışmasının 2006'da (Murray, 2006), kullanılan envanterleri tarama çalışmasının 1995'te (Larson vd., 1995) ve programın etkisini ölçen meta-analiz çalışmasının 2003'te (Carroll ve Doherty, 2003) yapılmış olması, bu tarihlerden önce belirli bir araştırma ve bilgi birikiminin olduğu düşüncemizi desteklemektedir.

2. Araştırmaların Ülkeleri

Derlemeye dahil edilen araştırmacıların bağlı oldukları üniversiteye göre ülke dağılımına bakıldığında yapılan çalışmaların 14'ünün ABD, 1'inin Avustralya ve 1 araştırmanın ise Çin kökenli olduğu görülmektedir. Aile hakkında yapılan çalışmaların ABD'de başladığı ve evlilik öncesi eğitim konusunun

ABD'deki çalışmalar ve sosyoekonomik durum üzerine geliştiğı (Şen, 2015) düşünülecek olursa, araştırmaların %87,5'inin ABD kökenli olması daha anlaşılır olacaktır.

3.Araştırmaların Yöntemleri

İncelenen çalışmaların çoğunda araştırma deseninin net olarak belirtilmediğı tespit edilmiştir. Bu durumda yöntemi makalede net olarak belirtilen araştırmaların kodlaması, belirtilen araştırma desenine göre yapılmış; net olarak belirtilmeyen araştırmalarda (11 araştırma) araştırmaların veri toplama tekniğine ve veri analizlerine bakılarak nicel yöntem kullanıldığı belirlenmiştir. Derlenen çalışmalardaki araştırma yöntemleri ve sıklığı Tablo 3.'te gösterilmektedir.

Tablo3

Araştırmanın Yöntemleri

Araştırma Yöntemi	Sıklığı
Nitel-Durum çalışması	1
Nicel-İlişkisel tarama	1
Nitel	3
Keşfedici	1
Belirtilmemiş (Nicel)	11

4.Araştırmaların Örnekleme

Araştırmaların örneklemini evli, boşanmış, birden fazla evlilik yapmış, nişanlı, evlilik kaydı oluşturmuş, evliliğe yönelik ciddi ilişkisi olan, evlilik öncesi müdahale programlarından herhangi birine katılmış veya katılmamış genç yetişkin bireyler ve çiftler oluşturmaktadır.

5.Araştırmalarda Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmalarda en çok kullanılan veri toplama aracı ankettir. 16 çalışmanın 10'unda anketlerden faydalanılmıştır. Bununla birlikte ABD'de yaygın kullanıma sahip olan ve aynı isimde bir evlilik öncesi müdahale programıyla ilişkilendirilen RELATE İlişki Değerlendirme Ölçeğı, 16 araştırmanın 4'ünde kullanılarak anketlerden sonra en sık kullanılan veri toplama aracı olarak belirlenmiştir. Araştırmalarda kullanılan veri toplama araçları Tablo 4.'te gösterilmektedir.

Tablo4

Araştırmalarda Kullanılan Veri Toplama Araçları

Veri Toplama Aracı	Kullanım sıklığı	%Yüzdesi
Anket	10	62,5
RELATE İlişki Değerlendirme Ölçeğı	4	25
Mülakat	2	12,5
Çatışma taktikleri ölçekleri	2	6,25
Ev ziyareti	1	6,25
Yapılandırılmış telefon görüşmesi	1	6,25
Bağlanım Envanteri	1	6,25

Sağlık İnanç Modeli Ölçeği	1	6,25
Evlilik Uyum Testi	1	6,25
Eysenck Kişilik Envanteri (nevrotiklik alt ölçeği)	1	6,25
İşlevsiz dürtüsellik ölçümü	1	6,25
Mesleki iş yükü ölçeği	1	6,25
Evlilik İnançları ve Tutumları Ölçeği	1	6,25
İkili Uyum Ölçeği	1	6,25

6.Araştırmaların Bulguları

İncelenen araştırmaların bulguları Tablo 5.'te gösterilmektedir.

Tablo5

Araştırmaların Bulguları

Yazar (Yıl)	Bulgular
Duncan vd. (2021)	*Katılımcıların dindarlığı, depresif semptomlara sahip olması ve ırkı/etnik kökeni evlilik müdahalesine katılımın önemli yordayıcıları olarak bulunmuştur. *Evlilik öncesi psikolojik danışmanlık programlarına katılan erkekleri, diğer evlilik müdahalelerine (dersler, toplum/kilise atölyeleri ve kendi kendine öğrenme) katılan erkeklerden ayıran en belirgin özellik daha çok depresif semptomlara sahip olmalarıdır.
Kam ve Man (2015)	*Evlilikte yaşanabilecek problemlerle ilgili farkındalık seviyesinin düşük, profesyonel olmayan sosyal destek yaygındır. *Evlilik öncesi danışmanlığa karşı olumlu tutum fakat düşük katılım görülmektedir. *Evlilik öncesi danışmanlığa katılım konusunda kültürel faktörler: evliliğin gizli bir ilişki olması gerektiği, bireylerin ihtiyaçlarını, duygu ve düşüncelerini açık ve doğrudan dile getirmesinin doğru olmadığı inancı ve cinsel yaşamla ilgili konuşmanın tabulaştırılmasıdır.
Hawkins vd. (2016)	*İyi tasarlanmış bir medya kampanyasının, evlilik öncesi eğitim programlarına yönelik farkındalık ve (özellikle risk altındaki, daha az eğitilmiş, Avrupa kökenli olmayan Amerikalıların) programlara katılım oranlarını önemli ölçüde artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.
Killawi vd. (2018)	*Katılımcıların en az gerekli gördüğü evlilik hazırlığı, evlilik öncesi danışmanlıktır. *Evlilik öncesi danışmanlıkta terapistler tarafından değil, imamlar tarafından verilen danışmanlığın tercih edildiği bulunmuştur. *Evlilik hazırlığı programlarına katılımın engelleri: etiketlenme, düşük düzeyde farkındalık seviyesi, mekânsal ve finansal zorluklar ve ebeveynlerin etkisi olarak bulunmuştur.

White vd. (2020)	*Evlilik müdahalelerine katılanlar, yeni evli çiftlerin sadece beşte ikisi kadardır. Katılım çoktan aza doğru, toplum atölyeleri, danışmanlık, ders ve kendi kendine öğrenme müdahalelerini içermektedir. *Toplum atölyeleri ve danışmanlık müdahalelerinin, ders şeklinde alınan müdahaleden daha çok yardımcı olduğu bulunmuştur. *Kadın olmak, dindarlık ve eğitim seviyesinin artması katılımı ve müdahale sonucunda algılanan yardımı etkilemektedir.
Blair ve Cordova (2009)	*Kadınlarda demografik özellikler evlilik öncesi eğitime katılımı ilişkilidir, erkeklerde sadece maneviyat katılımı ilişkilidir. *Sağlık inanç modelinin kadınların evlilik öncesi eğitime katılımını etkilemekte, erkeklerinkini doğrudan etkilememektedir. * Kadınlarda evliliğe bağlılık katılımı etkilemektedir. *Eşlerinin (kadınların) katılımı, erkeklerin katılımını etkilemektedir.
Sullivan ve Bradbury (1997)	*Evlilik öncesi danışmanlığa katılım 2/3 oranındadır. *Evlilik öncesi danışmanlığa katılanlar eğitim seviyesi ve gelir düzeyi yüksek çiftlerdir. *Evlilik öncesi danışmanlığa katılan erkekler katılmayanlara göre daha yaşlı, eğitim seviyesi ve evlilik uyumu daha yüksek, düşük nevrotik özelliklidir.
Duncan vd. (2014)	*Kadınlar ders şeklindeki müdahalelere; erkekler atölye, danışmanlık ve kendi kendine müdahalelere daha çok katılmaktadır. *Danışmanlık programlarına katılım kadınlarda özsaygı arttıkça artar; esneklik ve olgunluk arttıkça azalır. * Kendi kendine müdahalelere katılım kadınlarda olgunluk arttıkça artar; öz saygı arttıkça azalır. *Toplum atölyelerine katılım kadınlarda endişe arttıkça artar, depresyon arttıkça azalır.
Valiente vd. (2002)	*Programların gelişmiş iletişim ve problem çözme becerileri sağlaması yararlı bulunmuştur. *Katılımcıların büyük çoğunluğu, evlilik öncesi danışmanlıkta sınırları açma ve geçmiş ilişki deneyimlerinin konuşulmasının, ilişkinin güvenilirliğini ve devamını etkileyebileceğinden programların en zarar veren yönü olduğu görüşünde bulunmuştur.
Duncan vd. (2007)	*Bireysel bağlamda evliliğe değer verme, nazik, düşünceli ve olgun bir birey olma özellikleri katılımı etkilemektedir. *İlişkisel bağlamda algılanan ilişki problemleri katılımı olumlu etkilemektedir. *Ailevi ve sosyokültürel bağlamda katılımı etkileyen ayırt edici bir özellik bulunamamıştır. *Kadının evliliğe verdiği değerin artması durumunda çiftlerin evlilik öncesi eğitime katılma ihtimali artmaktadır. *Eğitime katılma ihtimali yüksek olan grupta, evliliğe değer veren, kişilerarası ve kendine dönük iyi becerilere sahip olan çiftler bulunmaktadır.
Halford vd. (2006)	*Çiftlerin üçte birinden daha azı evlilik öncesi eğitime katılmıştır. *Dini hizmetlere katılım ve evlilik öncesi birlikte yaşama deneyimi, evlilik öncesi eğitime katılımı yordamaktadır. *Yaş, gelir düzeyi, eğitim seviyesi, önceki evlilikler ve üvey aile kurmanın katılımı etkilemediği bulunmuştur.

Larson vd. (2008)	* Algılanan engeller: zaman ve finansal kısıtlılıklar, yardımı nerede bulacağını bilememe, çok uzak olma ya da uygun olmamadır. * İlişki değerlendirme risk altındaki evlilik öncesi programlara katılımına yardımcıdır. *RELATE sonrası davranışlar sonuçların partnerle konuşulması ve evlilikle ilgili basılı materyallere yönelimin artmasıdır.
Borowski ve Tambling (2015)	*Dindarlık seviyesinin evlilik öncesi eğitim ve danışmanlık programlarına katılımı pozitif bir ilişkisi vardır. *Evlilik problemlerine ve boşanmaya karşı algılanan hassasiyet ile programlara katılım niyeti arasında pozitif ilişki vardır. *Evlilik problemlerinin doğuracağı sonuçlara ilişkin algılanan şiddet ile programlara katılım niyeti ilişkilidir. *Evlilik öncesi programlara katılımı ilgili algılanan bariyerler ile katılım niyeti arasında negatif ilişki vardır.

Tablo 5.'teki verilere göre evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılım düşüktür. Sullivan ve Bradbury (1997)'nin araştırmasında katılımcıların üçte ikisi; Doss (2009)'un araştırmasında katılımcıların üçte biri; Halford vd. (2006)'nin araştırmasında çiftlerin üçte birinden daha azı; White vd. (2020)'nin araştırmasında katılımcıların beşte ikisi evlilik öncesi eğitime katılmıştır. Bununla birlikte çoğu araştırmada katılımcıların bu programlara karşı olumlu bir tutuma sahip olduğu görülmektedir.

Mevcut sistematiik derleme çalışmasında, evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılım farklı yönleriyle incelenmiş ve inceleme sonucunda katılımı etkileyen ilişkisel faktörlerin dört ana başlık altında gruplandırılması uygun görülmüştür. Bunlar: bireysel faktörler, programa ilişkin faktörler, kültürel faktörler ve çift ilişkisi faktörleridir. Araştırmada bu faktörlerin neler olduğu tespit edilmiş, incelenen araştırmalardaki ilişkilerin yönüne dair bir meta-analiz yapılmamıştır.

Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımı etkileyen bireysel faktörler kendi içinde demografik özellikler, kişilik özellikleri, aile geçmişi ve tutum ve inançlar olarak gruplandırılmaktadır. Programlara katılımı ilişkili demografik özellikler: cinsiyet, yaş, ırk/etnik köken, eğitim seviyesi, sosyoekonomik düzey ve dindarlıktır. Programlara katılımı ilişkili kişilik özellikleri: özsaygı, depresiflik, nevroitiklik, olgunluk, değişime açıklık ve iletişim becerileridir. Programlara katılımı ilişkili aile geçmişi: mutlu bir aileye sahip olma, ailede boşanma geçmişinin olması ve anne-babayla ilişkilerdir. Ayrıca bireylerin tutum ve inançları da bireysel faktörler içinde gruplandırılmıştır.

Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımı çift ilişkisi faktörleri: partnere verilen değer ve birlikte yaşama deneyimidir. Kültürel faktörler: yanlış inançlar, düşük farkındalık seviyesi, evliliğe verilen değer, evlilikte yaşanabilecek problemler ve boşanmaya ilişkin duyarlılıktır. Programa ilişkin faktörler: ücret, uygunluk, hizmet verenin niteliği ve programın yararlılığıdır.

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılım araştırmalarını inceleyen ilk sistematiik derleme çalışması olarak bu araştırmada, evlilik öncesi müdahale programlarına katılımı düşük olduğu bulunmuş ve katılımı etkileyen faktörlerin farklı perspektiflerden incelenmesi sağlanmıştır. İncelenen araştırma sonuçlarına göre evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımı belirleyicileri şu şekilde sınıflandırılmıştır:

- Bireysel faktörler: demografik özellikler (cinsiyet, yaş, ırk/etnik köken, eğitim seviyesi, sosyoekonomik düzey ve dindarlık), kişilik özellikleri (özsaygı, depresiflik, nevroitiklik, olgunluk, değişime açıklık ve iletişim becerileri), aile geçmişi (mutlu bir aileye sahip olma, ailede boşanma geçmişinin olması ve anne-babayla ilişkiler), tutum ve inançlar
- Programa ilişkin faktörler: ücret, uygunluk, hizmet verenin niteliği/uzmanlığı, programın yararlılığı
- Kültürel faktörler: evlilik öncesi müdahale programları hakkında yanlış inançlar, düşük düzeyde farkındalık seviyesi, evliliğe verilen değer, evlilikte yaşanabilecek problemlere ve boşanmaya ilişkin duyarlılık
- Çift ilişkisi faktörleri: partnere verilen değer ve birlikte yaşama deneyimi.

Elde edilen sonuçlar, çiftlerin nasıl ve neden yardım aradığını geleneksel derleme yöntemiyle daha önce inceleyen başka bir çalışma ile benzerlik göstermektedir. Söz konusu çalışmada derlemeden elde edilen sonuçlar: “*çiftlerin yardım aramasının yordayıcıları, yardım aramaya yönelik tutumlar, önceki yardım arama deneyimleri, marjinal gruplarda yardım arama, cinsiyet ve çiftlerin yardım araması*” başlıkları altında derlenmiş ve benzer sonuçlara ulaşılmıştır (Hubbard ve Harris, 2020). İlginç bir şekilde, bu araştırmada ortaya koyulan çift olarak profesyonel yardımlara katılımına etki eden önceki yardım arama deneyimleri, bizim sistematik derlememizde yer alan araştırmalarda çalışılmamıştır. Yalnızca bir araştırmada önceki evlilik öncesi eğitimlerin, sonraki evliliklerde eğitime katılmayı etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır (Doss vd., 2009). Dolayısıyla evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımı etkileyen ilişkisel faktörlerin içinde yer alabileceğini düşündüğümüz önceki eğitim ve danışmanlık deneyimlerine bulgulara yer verilmemiştir. Evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılımın evlilikten sonraki profesyonel yardım arama davranışıyla ilişkisini inceleyen (Williamson vd., 2014, 2018) araştırmaların varlığı bilinmekle birlikte, gelecek araştırmalar için aynı konuda geriye dönük çalışmaların yapılabileceği önerilmektedir.

Bu araştırmanın en önemli sınırlılığı araştırmanın tek araştırmacı tarafından gerçekleştirilmesidir. Sistemik derlemelerde gözden kaçan çalışmalar olmaması, incelenen çalışmalarda herhangi bir verinin kaybolmaması ve çalışmaların iyi bir kalite değerlendirmesinin yapılabilmesi için en az iki araştırmacının sistematik taramalar yapması ve çalışmada danışmanlık alınabilecek uzman ya da uzmanlar belirlenmesi önerilmektedir (Karaçam, 2013; Quan Nha vd., 2018). Bundan sonra yapılacak sistematik derleme çalışmalarının önerildiği şekilde en az iki araştırmacı tarafından yapılmasının daha nitelikli bir araştırmanın ortaya koyulmasında etkili olacağı düşünülmektedir.

Araştırma esnasında farklı veri tabanlarında evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına birden çok evlilik yapan bireylerin katılımını inceleyen araştırmalara rastlanmış (Higginbotham vd., 2009; Prato, 2014) fakat WoS üzerinden yapılan sistematik taramada bu konuda yayınlanmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla taramada kullanılan veri tabanı sayısının artırılmasının, araştırmanın kapsamını genişleteceği ve içerik olarak daha zengin bir sistematik derleme çalışması ortaya koyacağı düşünülmektedir.

Sonraki araştırmalar için sunduğu öneriler ve bu derleme çalışması sayesinde, evlilik öncesi eğitim ve psikolojik danışmanlık programlarına katılanlar kimlerdir ve katılımı etkileyen faktörler nelerdir sorularına bilimsel araştırmaların verdiği yanıt ortaya konmaktadır. Katılımla ilişkili tüm faktörlerin açığa çıkarılmasının ardından şimdi sıra politika geliştiricilerdedir. Programlara katılmayanları teşvik edecek,

programa ilişkin faktörleri düşünerek yararlanıcıların programlara erişimini kolaylaştıracak, toplumsal farkındalığı yükselterek programlara katılımı artıracak politikalar geliştirmeleri beklenmektedir.

KAYNAKÇA

- Blair, J. M. ve Córdova, J. v. (2009). Commitment as a predictor of participation in premarital education. *The Family Journal*, 17(2), 118-125. <https://doi.org/10.1177/1066480709332634>
- Borowski, S. C. ve Tambling, R. B. (2015). Applying the health belief model to young individuals' beliefs and preferences about premarital counseling. *The Family Journal*, 23(4), 417-426.
- Bramlett, M. D. ve Mosher, W. D. (2001). *First marriage dissolution, divorce, and remarriage: United States*. <https://www.cdc.gov/nchs/data/ad/ad323.pdf>
- Carroll, J. S. ve Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations* (C. 52, Issue 2, ss. 105-118). <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00105.x>
- Clyde, T. L. (2019). The effects of premarital education promotion policies on U.S. [Master of Science, Brigham Young University]. *Brigham Young University ProQuest Dissertations Publishing*.
- Clyde, T. L., Hawkins, A. J. ve Willoughby, B. J. (2020). Revising premarital relationship interventions for the next generation. *Journal of Marital and Family Therapy*, 46(1), 149-164. <https://doi.org/10.1111/jmft.12378>
- Doss, B. D., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Markman, H. J. ve Johnson, C. A. (2009). Differential use of premarital education in first and second marriages. *Journal of Family Psychology*, 23(2), 268-273. <https://doi.org/10.1037/A0014356>
- Duncan, S. F., Holman, T. B. ve Yang, C. (2007). Factors associated with involvement in marriage preparation programs. *Family Relations*, 56(3), 270-278. <https://doi.org/10.1111/J.1741-3729.2007.00458.X>
- Duncan, S. F., Larson, J. H. ve Mcallister, S. (2014). Characteristics of individuals associated with involvement in different types of marriage preparation interventions. *Family Relations*, 63(5), 680-692. <https://doi.org/10.1111/FARE.12094>
- Duncan, S. F., Rogers, M. A. ve McAllister, S. (2018). Individual personality and emotional readiness characteristics associated with marriage preparation outcomes of perceived helpfulness and change. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 17(3), 209-226. <https://doi.org/10.1080/15332691.2017.1372836>
- Duncan, S. F., White, T. J. E. ve James, S. L. (2021). Understanding early-married men's involvement in marital interventions. <https://doi.org/10.1080/15332691.2020.1809587>, 20(3), 230-255. <https://doi.org/10.1080/15332691.2020.1809587>
- Duran, Ş. (2010). *Evlilik öncesi ilişki geliştirme programının romantik ilişkiler yaşayan üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri, çatışma iletişim tarzları ve ilişki istikrarları üzerine etkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi].
- Engl, J., Thurmaier, F. ve Hahlweg, K. (2019). Prevention of divorce: Results of a 25-year follow- up study. *Verhaltenstherapie*, 1-11. <https://doi.org/10.1159/000502393>
- Evans, J. ve Benefield, P. (2001). Systematic reviews of educational research: Does the medical model fit? *British Educational Research Journal*, 27(5), 527-541. <https://doi.org/10.1080/01411920120095717>
- Fawcett, E. B., Hawkins, A. J., Blanchard, V. L. ve Carroll, J. S. (2010). Do premarital education programs really work? A meta-analytic study. *Family Relations*, 59(3), 232-239. <https://doi.org/10.1111/J.1741-3729.2010.00598.X>

- Halford, W. K., O'Donnell, C., Lizzio, A. ve Wilson, K. L. (2006). Do couples at high risk of relationship problems attend premarriage education? *Journal of Family Psychology*, 20(1), 160-163. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.1.160>
- Haskan Avcı, Ö. (2013). *Evliliğe hazırlık programının çift ilişkileri ve ilişki istikrarı üzerindeki etkisi* [Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Hawkins, A. J., Higginbotham, B. J. ve Hatch, D. J. (2016). Can media campaigns increase participation in premarital education? The case of the Utah Healthy Marriages Initiative. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 15(1), 19-35. <https://doi.org/10.1080/15332691.2014.952473>
- Higginbotham, B. J., Miller, J. J. ve Niehuis, S. (2009). Remarriage preparation: Usage, perceived helpfulness, and dyadic adjustment. *Family Relations*, 58(3), 316-329. <https://doi.org/10.1111/J.1741-3729.2009.00555.X>
- Hong, Q. N., Gonzalez-Reyes, A. ve Pluye, P. (2018). Improving the usefulness of a tool for appraising the quality of qualitative, quantitative and mixed methods studies, the Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT). *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 24(3), 459-467. <https://doi.org/10.1111/JEP.12884>
- Hubbard, A. ve Harris, S. (2020). A critical review of help-seeking for couples therapy: Clinical implications and next steps. *Contemporary Family Therapy*, 42(2), 152-162. <https://doi.org/10.1007/S10591-019-09521-W>
- Kalkan, M. (2002). *Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi* [Doktora tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi].
- Kam, P. K. ve Man, K. Y. (2015). Preparation for marriage in a Chinese community. *International Social Work*, 42(4), 389-406. <https://doi.org/10.1177/002087289904200402>
- Karaçam, Z. (2013). Sistematik derleme metodolojisi: Sistematik derleme hazırlamak için bir rehber. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 6(1), 26-33.
- Killawi, A., Fathi, E., Dadras, I., Daneshpour, M., Elmi, A. ve Altalib, H. (2018). Perceptions and experiences of marriage preparation among u.s. muslims: Multiple voices from the community. *Journal of Marital and Family Therapy*, 44(1), 90-106. <https://doi.org/10.1111/JMFT.12233>
- Larson, J. H., Holman, T. B., Klein, D. M., Busby, D. M., Stahmann, R. F. ve Peterson, D. (1995). A review of comprehensive questionnaires used in premarital education and counseling. *Family Relations*, 44(3), 245-252. <https://doi.org/10.2307/585522>
- Larson, J. H., Kigin, M. L. ve Holman, T. B. (2008). Increasing the awareness of risks and needs for premarital interventions of individuals at risk for relationship dysfunction: An exploratory study. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 7(4), 281-296. <https://doi.org/10.1080/15332690802368253>
- Markman, H. J., Renick, M. J., Floyd, F. J., Stanley, S. M. ve Clements, M. (1993). Preventing marital distress through communication and conflict management training: A 4- and 5-year follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(1), 70-77. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.61.1.70>
- Mcallister, S., Duncan, S. F. ve Busby, D. M. (2013). Exploratory analysis of factors associated with participation in self-directed and traditional marriage and relationship education. *Marriage and Family Review*, 49(7), 563-584 <https://doi.org/10.1080/01494929.2013.789461>
- Mitchell, K. R. (1967). Reinterpreting the purpose of premarital counseling. *Pastoral Psychology*, 18(8), 18-24. <https://doi.org/10.1007/BF01791816>

- Murray, C. E. (2006). Which topics are important to address in premarital counseling? A survey of clergy. *The Journal of Pastoral Care & Counseling*, 60(1-2), 69-81. <https://doi.org/10.1177/154230500606000108>
- Ökten, B. (2022). *Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın evlilik öncesi eğitim programlarının evlilik uyumu açısından değerlendirilmesi* [Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi].
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *The BMJ*, 372, 1-9. <https://doi.org/10.1136/BMJ.N71>
- Prato, M. R. (2014). Remarital preparation: The perspectives of individuals involved in a remarriage [Doctor of Psychology, Chestnut Hill College].
- Quan Nha, H., Pluye, P., Fàbregues, S., Bartlett, G., Boardman, F., Cargo, M., Dagenais, P., Gagnon, M.-P., Griffiths, F., Nicolau, B., Rousseau, M.-C. ve Vedel, I. (2018). *Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT) version 2018 User Guide*. <http://mixedmethodsappraisaltoolpublic.pbworks.com/>
- Schumm, W. R., Resnick, G., Silliman, B. ve Bell, D. B. (1998). Premarital counseling and marital satisfaction among civilian wives of military service members. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 24(1), 21-28. <https://doi.org/10.1080/00926239808414665>
- Şen, B. (2009). *Evlilik üzerine başvuruda bulunan bir grup nişanlı çiftin evlilik ve "Evlilik Öncesi Çift Eğitimi"ne ilişkin bilgi, görüş ve değerlendirmeleri* [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Şen, B. (2015). *Evlilik Öncesi Çift Eğitimi*. Nobel.
- Silliman, B. ve Schumm, W. R. (2000). Marriage preparation programs: A literature review. *The Family Journal*, 8(2), 133-142. <https://doi.org/10.1177/1066480700082004>
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A. ve Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey. *Journal of Family Psychology*, 20(1), 117-126. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.1.117>
- Sullivan, K. T. ve Bradbury, T. N. (1997). Are premarital prevention programs reaching couples at risk for marital dysfunction? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65(1), 24-30. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.65.1.24>
- Sullivan, K. T., Pasch, L. A., Cornelius, T. ve Cirigliano, E. (2004). Predicting participation in premarital prevention programs: The Health Belief Model and social norms. *Family Process*, 43(2), 175-193. <https://doi.org/10.1111/J.1545-5300.2004.04302004.X>
- Tecik, S. ve Çınar, N. (2022). İyi bir kalitatif kanıt sentezi nasıl yazılmalı? *Sakarya Üniversitesi Holistik Sağlık Dergisi*, 5(2), 186-205. <https://doi.org/10.54803/sauhsd.1086071>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2024). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri. Erişim adresi <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2024-54194>
- Valiente, C. E., Belanger, C. J. ve Estrada, A. U. (2002). Helpful and harmful expectations of premarital interventions. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 28(1), 71-77. <https://doi.org/10.1080/009262302317251034>
- White, T. J. E., Duncan, S. F., Yorgason, J. B., James, S. L. ve Holmes, E. K. (2020). Marital interventions: Participation, helpfulness, and change in a nationally representative sample. *Family Relations*, 69(1), 125-137. <https://doi.org/10.1111/FARE.12403>

- Williams, L. (2007). Premarital counseling. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 6(1-2), 207-217.
https://doi.org/10.1300/J398V06N01_17
- Williamson, H. C., Hammett, J. F., Ross, J. M., Karney, B. R. ve Bradbury, T. N. (2018). Premarital education and later relationship help-seeking. *Journal of Family Psychology*, 32(2), 276-281.
<https://doi.org/10.1037/fam0000383>
- Williamson, H. C., Trail, T. E., Bradbury, T. N. ve Karney, B. R. (2014). Does premarital education decrease or increase couples' later help-seeking. *Journal of Family Psychology*, 28(1), 112-117.
<https://doi.org/10.1037/A0034984>
- Yıldırım, A. Şimşek, H. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayınları.
- Yılmaz, K. (2021). Sosyal bilimlerde ve eğitim bilimlerinde sistematiik derleme, meta değerlendirme ve bibliyometrik analizler. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(2), 1457- 1490.
- Yılmaz, T. (2009). *Evlilik öncesi ilişkileri geliştirme programının çiftlerin ilişki doyum düzeylerine etkisi* [Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi].

Yazarlar Hakkında

Büşra POTUR

Çıkar Çatışması

Bu makale için yazarlardan herhangi biri için çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Destek

Yazarlar, çalışma için herhangi bir finansman desteği almamıştır.

Not

Çalışmaya dahil edilen tüm katılımcılardan aydınlatılmış onam alınmıştır.

Etik Bildirim

Derleme çalışması olduğundan etik rapora gerek duyulmamıştır.

ARAŞTIRMA

Açık Erişim

RESEARCH

Open Access

Evli Bireylerin Çift Uyumlarının İncelenmesi: Diyarbakır İli Örneği

Examining Marital Adjustment Among Married Individuals: The Case of Diyarbakır Province

Songül Özdaş¹ , Mert Akcanbaş² 

Yazar Bilgileri

Songül ÖZDAŞ

Yüksek Lisans Öğrencisi

Aile Danışmanlığı

Üsküdar Üniversitesi

İstanbul/ Türkiye

songulozdas36@gmail.com

Mert AKCANBAŞ

Dr. Öğr. Üyesi

Aile Danışmanlığı

Üsküdar Üniversitesi

İstanbul/ Türkiye

mert.akcanbas@uskudar.edu.tr

ÖZET

Bu çalışmada, evli bireylerin çift uyumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Betimsel tarama modelinin kullanıldığı araştırmanın evreni 2024 yılında, Diyarbakır ilindeki evli çiftlerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise evrenden uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 302 evli bireyden oluşmaktadır. Katılımcıların 182'si kadın, 120'si ise erkektir. Araştırmanın verilerini toplamak için "Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizi için SPSS paket programından faydalanılmıştır. Verilerin analizinde kişisel bilgiler için frekans, aritmetik ortalama, yüzde dağılımı gibi betimsel istatistikler kullanılmıştır. Araştırmada değişkenlere göre katılımcı görüşleri arasında anlamlı farklılığın tespiti için parametrik testlerden iki alt gruplu kategorik değişkenler için "bağımsız örneklem t-test", ikiden fazla alt gruplu kategorik değişkenler için ANOVA kullanılmıştır. Katılımcıların çift uyumlarında cinsiyet, eğitim durumu ve çalışma durumu değişkenlerine göre anlamlı fark bulunmamıştır. Çalışma bulgularına göre, evlilik biçimi, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerine göre anlamlı fark bulunmuştur.

Makale Bilgileri

Anahtar Kelimeler

Aile

Çift uyumu

Evlilik

Evli bireyler

Keywords

Dyadic adjustment

Family

Marriage

Married individuals

Makale Hakkında

Geliş: 20/05/2025

Düzeltilme: 23/12/2025

Kabul: 28/12/2025

ABSTRACT

This study aimed to examine marital adjustment among married individuals. Utilizing a descriptive survey model, the research population consisted of married couples residing in Diyarbakır Province in 2024. The study sample comprised 302 married individuals selected through simple random sampling from the population, including 182 females and 120 males. Data were collected using the Revised Dyadic Adjustment Scale (RDAS) and analyzed using the SPSS software package. Descriptive statistics such as frequency, arithmetic mean, and percentage distribution were employed to examine participants' demographic characteristics. Parametric tests were used to determine significant differences between variables: independent samples t-test for comparisons between two categorical subgroups and ANOVA for comparisons among more than two categorical subgroups. The findings revealed no statistically significant differences in marital adjustment based on gender, educational level, or employment status. However, significant differences were observed according to marriage type, marriage duration, and number of children.

Atf için: Özdaş, S., Akcanbaş, M. (2025). Evli bireylerin çift uyumlarının incelenmesi: Diyarbakır ili örneği. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 8(2), 84-100. DOI: 10.58434/apdad.1703154

Bu makale, Mert Akcanbaş danışmanlığında Songül Özdaş tarafından hazırlanan "Evli Bireylerde Çift Uyumunu İle Aile Aidiyet İlişkisi İncelenmesi: Diyarbakır İli Örneği" yüksek lisans tezinin verilerinden hazırlanmıştır.

GİRİŞ

Aile, bireyin ve toplumun gözünde, neredeyse kusursuz bir bütünlük ve mükemmel dayanışma modeli olarak algılanmaktadır. İdealize edilen bu yapı sosyal ve kültürel bir yapıdır. Aile, toplumun bir parçasıdır ve içinde bulunduğu şartlardan, kültürden etkilenmektedir (Kağıtçıbaşı, 2019). Aile üyeleri arasındaki aidiyet duygusu ve kurulan bağ sayesinde aile üyeleri birçok zorluğa karşı direnç kazanır ve sorunlarla başa çıkma yeteneği geliştirir (Mavili, Kesen ve Daşbaşı, 2014). Aile kurumu, bireylerin yaşantısı üzerinde derin etkiler bırakmaktadır. Bu etki, özellikle çocukluk döneminden başlamakta ve hayatının son dönemine kadar devam etmektedir. Sağlıklı bir aile ortamında, bireyler kendilerini duygusal, sosyal ve psikolojik olarak güçlü hissederken bunun tersi olan ailelerde de uzun vadede olumsuz sonuçlara yol açabilir. Bundan dolayı, özellikle çocukluk döneminde aile içinde ilişkilerin sağlıklı bir şekilde yürütülmesi bireylerin yaşam boyu uyumlu ve mutlu ilişkiler kurmasına sebep olabilir.

Aile ilişkilerini kapsayan evlilik, değişen toplumsal koşullardan en çok etkilenen kurumların başında gelmektedir. Büyüyen ekonomiler, artan eğitim seviyeleri ve kadınların işgücüne katılımının artması gibi faktörler başlıca sosyal dönüşümler arasında sayılmaktadır. Sağlıklı ailelerdeki çiftlerin, uyumlu evliliklere sahip oldukları belirtilmektedir. Eşler arasında etkili iletişim, destek, kabul, paylaşım, karşılıklı saygı evlilik kalitesini etkilemektedir (Gülgör ve Tortop, 2018). Tek bir organizma gibi işleyen bir kurum olan aile, en az iki kişiden meydana gelmektedir. Aile bu temel üzerine kurulursa, daha sonra ortaya çıkabilecek bütün sorunlar tam olarak ortaya çıkmadan önce çözülebilecektir. Bir anlamda aile, çocukluğun tek kişilik olarak bireyselleştiği, bencillikten uzaklaşarak ailesini de kendisi kadar düşünme, sevme ve yararını da kendi yararı kadar gözetme diğerkâmlığına eriştiği müessesedir (Doğan ve Doğan, 2015).

Mutlu ilişkiler, mutlu insanların bir araya gelmesi ve bu süreçte sağlıklı ilişkilerin geliştirilmesiyle mümkündür. Bireylerin kök ailelerinden elde ettikleri olumlu yaşantının, onların ileride aile kurma sürecini olumlu yönde etkilemesi beklenmektedir (Zhumgalbekov ve Efilti, 2023). Çocukluklarında mutlu bir ailede büyüyen ve değer gören bireylerin evliklerinde mutlu olmaları beklenmektedir. Zhumgalbekov ve Efilti, (2023). Yaptıkları çalışmada evlilik uyumu ile yaşam doyumu arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki bulmuşlardır. Bu sonuç, evlilik kalitesi iyileştikçe yaşam doyumunun da arttığını göstermektedir. Evlilik, daha fazla mutluluk ve refaha katkıda bulunan psikolojik, sosyal ve ekonomik faydalar sağladığı için yaşam kalitesiyle bağlantılı olduğu söylenebilir. Çiftler arasındaki ilişkiler, kişisel gelişimi ve yaşam tarzı iyileştirmelerini teşvik ederek yaşam kalitesini artırmasına katkıda bulunabilir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Evlilik uyumu ve memnuniyeti, evlilik sağlığı ve istikrarının hayati belirleyicilerini oluşturur (Acer, 2020). Öte yandan aile içi çatışmalar ve gerginlik tüm aile üyelerini, özellikle de çocukları olumsuz etkilemektedir. Evlilik uyumu, aile içinde olumlu davranışları, duygusal refah gibi olumlu özellikleri ortaya çıkarma potansiyeline sahiptir (Yılmaz, 2001).

Evlilik uyumu, eşler arasında belli düzeydeki iletişim, evliliklerde yüksek düzeyde doyum ve mutluluk ile ilişkilendirilmektedir (Erbek vd., 2005). Bu uyum, eşler arasındaki bireysel farklılıkları, eşlerin kaygıları ve birbirlerine karşı duydukları bağlılık ve beraberliğe ek olarak olumsuz duygu, düşünce ve etkileşimleri de kapsayan ilişki dinamiği (Spanier, 1976; Akt. Özdoğru ve Kaya, 2025) olarak tanımlanmaktadır. Çiftler arasında uyumu belirleyen önemli unsurlar arasında davranışsal bağlılık, ihtiyaçların karşılanması ve duygusal düşkünlük yer almaktadır. Bu unsurlar, evlilik doyumunda önemli etkilere sahiptir. Evlilikte geçen süreye bağlı olarak çiftler arasında artan yakınlığa bağlı olarak evlilik uyumunda da artış meydana gelmektedir (Erbek vd., 2005). Evlilikteki uyum, evli çiftler arasındaki ilişki dinamiğinin bir niteliğinin ortaya koymaktadır. Aynı zamanda bu uyum eşler arasındaki etkileşimin bir özelliği olarak da ele

alınmaktadır. Bu sebeple evlilik uyumunun, eşler arasındaki ilişkinin doğası hakkında bilgi verdiği söylenebilir (Ünal ve Akgün, 2022).

Çiftler arasında uyumun oluşmasında çiftlerin belli görev ve yükümlülüklerle sahip olmaları, bu görev ve yükümlülükleri yerine getirmeleri gerekir. Çiftler arasında uyum arttıkça evliliklerde kalitenin, yüksek olması beklenmektedir (Polat, 2014). Evlilikteki uyum, hem manevi ve hem de sosyal bir düzeninin sonucudur. Evlilik uyumu, sosyal istikrarın sonucudur. Bu uyum sayesinde çocukların, iyi alışkanlıklar edinmeleri beklenir (Zhumgalbekov ve Efilti, 2023). Eşlerin birbirleri ile uyum içinde yaşamaları çocuklarının davranışları üzerinde de etkili olmaktadır (Özdoğru ve Kaya, 2025). Aynı zamanda eşler arasındaki etkileşimin derecesi ve sağlıklı bir uyum olması evlilik doyumunu arttıracaktır (Erbek vd., 2005).

İnsan sosyal bir varlıktır. İnsanın en önemli özelliği bulunduğu çevreye uyum sağlayabilme becerisine sahip olmasıdır. İnsanın kendisini tanıması, yeteneklerinin farkına varması ve sosyal çevresine uyum sağlaması ölçüsünde mutlu ve huzurlu olması beklenmektedir. Bu anlamda uyum devreye girmektedir. Evlilik uyumu karmaşık bir süreçtir. Bu süreçte kişinin duygusal, ruhsal, fiziksel ve sosyal yönleri ön plana çıkmaktadır. Evlilik uyumu bütün bu süreçleri kapsamaktadır (Kalkan, 2002). Geleneksel hüküm sürdüğü yerlerde evlilik sadece bireyler arasında meydana gelmemektedir. Bu tür yerlerde evlilik aynı zamanda aileler arasında da bir sözleşme olarak görülmektedir. Geleneksel kültürlerde evli çiftlerin ilişkileri duygusal tatmin ve etkileşimden ziyade ekonomik hayatta kalma ve nesillerin devamına dayanmaktadır (Fişek ve Scherler, 1996). Evlilik ve aile öğeleri arasındaki ilişki dinamiklerini açıklamaya yönelik araştırmalar vardır. Bu araştırmalarda, bu bileşenlerin zaman zaman birbirleriyle bağlantılı olduğunu, zaman zaman belirgin bir ilişkinin olmadığı görülmektedir (Yalçın, 2014).

Araştırmanın amacı, evli bireylerin çift uyumlarının incelenmesidir. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlar belirlenmiştir.

1. Evli bireylerde çift uyumu puan dağılımı nasıldır?
2. Evli bireylerin çeşitli değişkenlere göre (cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, evlilik biçimi, evlilik süresi ve çocuk sayısı) çift uyumları arasında anlamlı bir fark var mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Evli bireylerde çift uyumunun incelendiği bu çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte veya günümüzde var olan bir olguyu, durumu veya koşulu olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan bir araştırma çeşitidir. Bu modelde, araştırılan olay, birey veya nesne, herhangi bir manipülasyon yapılmadan kendi bağlamı içinde ve mevcut haliyle betimlenir (Karasar, 2012).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, Diyarbakır ilindeki evli çiftlerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemine ise uygun örneklem yöntemiyle (Convenience sampling) seçilen 302 evli çift oluşturmaktadır. Uygun örneklem yöntemi araştırmacının kolayca ulaşabileceği bir örneklemden verilerin toplanmasıdır (Büyüköztürk vd., 2020). Araştırmaya dâhil edilme kriterleri şu şekilde belirlenmiştir: Katılımcıların; 20-60 yaş aralığında olmaları, evli olmaları, çocuklu olmaları ve Diyarbakır ilinde ikamet etmeleridir. Katılımcılara ait kişisel bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo1*Katılımcıların Kişisel Bilgileri*

<i>Değişken</i>		<i>f</i>	<i>%</i>
Cinsiyet	Kadın	182	60.3
	Erkek	120	39.7
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	26	8.6
	Lise	64	21.2
	Üniversite	212	70.2
Çalışma Durumu	Çalışıyorum	185	61.3
	Çalışmıyorum	117	38.7
Evlenme Biçimi	Anlaşarak	181	59.9
	Görücü usulü	116	38.4
	Zorla/Kaçarak	5	1.7
Evlilik Süresi	1-5 yıl arası	73	24.2
	6-10 yıl arası	56	18.5
	11-15 yıl	59	19.5
	16-20 yıl arası	49	16.2
	21 yıldan fazla	65	21.5
	Bir Çocuk	58	19.2
Çocuk Sayısı	İki Çocuk	125	41.4
	Üç Çocuk	61	20.2
	Dört ve Daha Fazla Çocuk	58	19.2

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların % 60.3'u kadın, % 39.7'si ise erkeklerden oluştuğu görülmektedir. Eğitim düzeyi incelendiğinde katılımcıların % 8.6'sı ilköğretim %21.2'si lise ve % 70.2'si üniversite mezunu olduğu görülmektedir. Katılımcıların % 61.3'ü çalıştığını, % 38.7'sinin ise çalışmadığını beyan etmiştir. Evlenme biçimine bakıldığında anlaşarak evlenenlerin oranı %59.9 iken görücü usulü ile evlenenlerin oranı % 38.4'tür. Katılımcıların %1.7'si ise zorla/kaçarak evlendiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların, % 24.2'si 1-5 yıl arası, % 18.5'i 6-10 yıl arası, % 19.5'i 11-15 yıl arası, % 16.2'si 16-20 yıl arası ve % 21.5'i ise 21 yıldan fazla evli olduklarını belirtmişlerdir. Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya katılanların 19.2'si bir çocuk, % 41.4'ü iki çocuk, % 20.2'si üç çocuk ve 19.2'si ise dört ve daha fazla çocuk sahip oldukları görülmektedir.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada, Bayraktaroğlu ve Çakıcı (2017) tarafından uyarlanan “Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği” (YÇUÖ) kullanılmıştır. Ölçek, evli veya birlikte yaşayan çiftlerin ilişki kalitesini değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçek; 14 maddeden oluşmaktadır. Beş dereceli likert tipli ölçekten alınabilecek en yüksek puan 70, en düşük puan ise 14 puandır. Puanlar, çiftler arasındaki ilişkinin kalitesini göstermektedir. Ölçekte, 7. 8. 9. ve 10. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçek, Doyum, Uzlaşım ve Görüş Birliği olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bu çalışmada, ölçeğin Cronbach's alfa iç tutarlılık katsayısı doyum faktörü 0.66, uzlaşım faktörü 0.80, Görüş Birliği faktörü, 0.72 ve toplam puan, 0.85 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Verilerin toplanabilmesi için Üsküdar Üniversitesinden etik kurul izni alınmıştır. Araştırmanın verileri Ekim 2024-Aralık 2024 tarihleri arasında Diyarbakır İli Kayapınar, Bağlar, Sur ve Yenişehir merkez ilçelerinden toplanmıştır. Katılımcıların veri toplama araçlarına isim, telefon, mail gibi kişileri tanımlayacak bilgilerin yazmamaları istenmiştir. Veri toplamak için halk eğitim merkezlerinde kurs alanlar, belediye kadın yaşam merkezlerinde eğitim alanlar, kaymakamlıkların aile destek merkezlerine devam edenler, sosyal medya gruplarında paylaşılarak ulaşılan kişiler ve farklı merkez ilçelerde rastgele seçilmiş apartman yöneticileri vasıtasıyla orada ikamet eden kişilere ulaşılmıştır.

Araştırmanın verilerini analiz etmek için SPSS 21.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin güvenilirliği için ölçeklerin/alt boyutlarının Cronbach (α) Alpha iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Araştırmada verilerin analizinde, verilerin normal dağılıp dağılmadığını test etmek için skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerleri incelenmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayıları 0.66 ile 0.85 aralığında değer almaktadır. Bu aralıklar $0.00 \leq \alpha < 0.40$ ise ölçek güvenilir değildir, $0.40 \leq \alpha < 0.60$ ise ölçek düşük güvenilirliktedir, $0.60 \leq \alpha < 0.80$ ise ölçek oldukça güvenilirdir, $0.80 \leq \alpha < 1.00$ ise ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçektir olacak şekilde kabul edileceği önerilmektedir (Can, 2013). Bu bağlamda ölçeğin/alt boyutların oldukça güvenilir ve yüksek derecede güvenilir olduğu görülmüştür. Ölçeğin tümünden ve alt boyutlardan elde edilen verilerin normallik değerleri -0.572 ile -0.270 aralığındadır. Bu değerlerin +1.00 ile -1.00 aralığında yer aldığı verilerin normal dağıldığı kabul edilebilir (Can, 2013). Sonuç olarak ölçeğe/alt boyutlara ilişkin tüm verilerin normal dağılıma sahip oldukları tespit edilmiştir. Katılımcıların kişisel bilgileri analiz edilirken frekans, aritmetik ortalama, yüzde dağılımı gibi betimsel istatistikler kullanılmıştır. Araştırmanın değişkenlere göre katılımcı görüşleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını tespit etmek için t-testi ve ANOVA kullanılmıştır. ANOVA testinden elde edilen sonuçların istatistiksel olarak hangi gruplar arasında anlamlı bir fark olduğuna karar vermek amacıyla Scheffé testi, kullanılmıştır.

BULGULAR

“Evli bireylerde çift uyumu puan dağılımı nasıldır?” sorusuna cevap bulmak amacıyla hazırlanan ölçek formuna verilen cevapların analizlerine yer verilmiştir. Evli bireylerde çift uyumu puanları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo2

Evli Bireylerde Çift Uyumu Puan Dağılımı Düzeyi

Boyutlar	n	$\bar{X}$	Ss
Doyum	302	3.62	0.74
Uzlaşım	302	3.79	0.78
Görüş	302	3.08	0.86
Çift Uyumu Toplam	302	3.58	0.66

Tablo 2 incelendiğinde evli bireylerde çift uyumu puan dağılımları Doyum alt boyutun puan ortalaması $X=3.62$, Uzlaşım boyutunun $X=3.78$ ve görüş alt boyutun $X=3.08$ olduğu görülmektedir. Yenilenmiş Çift Uyumu ölçeğinin toplam puanı $X=3.58$ 'dir. Çift uyumu ölçeğinin toplam puanları arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir.

Katılımcıların cinsiyetine göre çift uyumuna ilişkin görüşler Tablo 3'te yer almaktadır.

Tablo3

Cinsiyete Göre Katılımcıların Çift Uyumuna İlişkin Görüş Puanlarının Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları

Boyutlar	Kadın (n=182)		Erkek (n= 120)		t	sd	p
	$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss			
Doyum	3.55	.79	3.72	.64	-1.938	286	.054
Uzlaşım	3.89	.69	3.63	.88	2.765	211	.006*
Görüş birliği	3.19	.66	2.91	1.07	2.600	178	.010*
Çift uyumu toplam	3.62	.63	3.51	.070	1.470	216	0.14

*p<0.05

Tablo 3 incelendiğinde, doyum alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması kadın katılımcılarda $X=3.55$ iken erkek katılımcıların $X=3.72$ 'dir. Puanlar arasındaki bu fark anlamlı değildir ($t=-1.938$; $sd=286$; $p=0.54$). Uzlaşım alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması kadın katılımcılarda $X=3.89$ iken erkek katılımcılar $X=3.63$ 'tür. Puanlar arasında anlamlı fark vardır ($t=2.765$; $sd=211$; $p=0.06$). Bu fark kadın katılımcıların lehinedir. Görüş birliği alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması kadın katılımcılarda $X=3.19$ iken erkek katılımcılar $X=2.91$ 'dir. Puanlar arasındaki bu fark anlamlıdır ($t=2.600$; $sd=178$; $p=0.10$). Bu fark kadın katılımcıların lehinedir. Çift uyumu ölçeğinin toplam puanlarının aritmetik ortalaması kadın katılımcılarda $X=3.62$ iken erkek katılımcılar $X=3.51$ 'dir. Puanlar arasındaki bu fark anlamlı değildir ($t=1.470$; $sd=216$; $p=0.14$). Cinsiyete göre puan ortalamaları incelendiğinde, genel olarak katılımcıların memnuniyet düzeylerinin orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Eğitim durumuna göre çift uyumuna ilişkin katılımcı görüşleri Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo4

Katılımcı Eğitim Durumuna Göre Çift Uyum Anova Sonuçları

Boyut	Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	Ss	Varyans	K. T.	Sd	K. O	F	p	Anlamlı
					Kaynağı						Fark
Doyum	1. İlköğretim	26	3.56	0.67	Gruplar	2.182	2	1.091	1.989	.139	Yok
	2. Lise	64	3.46	0.81	arası		299				
	3. Üniversite	212	3.67	0.72	Gruplar	163.985		.548			
	Toplam	302	3.62	0.74	içi	166.167	301				
	Uzlaşım										
	1. İlköğretim	26	4.05	0.67		2.259	2	1.129	1.830	.162	Yok

	2. Lise	64	3.83	0.61	Gruplar		299				
	3. Üniversite	212	3.74	0.84	arası	184.487		.617			
	Toplam	302	3.79	0.78	Gruplar	186.745	301				
					İç						
Görüş Birliği	1. İlköğretim	26	3.23	0.51	Gruplar	5,822	2	2.91	3.998	.019	2-3
	2. Lise	64	3.32	0.66	arası		299				
	3. Üniversite	212	2.99	0.93	Gruplar	217.717		.728			
	Toplam	302	3.08	0.86	İç	223.539	301				
Çift Uyumu Toplam	1. İlköğretim	26	3.70	0.52	Gruplar	.480	2	.240	.539	.584	Yok
	2. Lise	64	3.59	0.59	arası		299				
	3. Üniversite	212	3.56	0.70	Gruplar	133.278		.446			
	Toplam	302	3.58	0.66	İç	133.759	301				

Tablo 4 verilerine göre, çift uyumu ölçeği alt boyut görüşlerinin eğitim durumuna ANOVA sonuçları göre; çift uyumu ölçeğinin toplam puanları arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Ölçeğin puan ortalaması $\bar{X}=3,58$ 'dir. Bu ortalama, genel olarak katılımcıların memnuniyet düzeylerinin orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Çalışma durumuna göre çift uyumuna ilişkin katılımcı görüşleri Tablo 5'te yer almaktadır.

Tablo5

Çalışma Durumuna Göre Çift Uyumu T-Testi Sonuçları

Boyutlar	Çalışıyor (n=185)		Çalışmıyor (n= 117)		t	sd	p
	$\bar{X}$	ss	$\bar{X}$	ss			
Doyum	3.64	.73	3.68	0.76	704	300	.482
Uzlaşım	3.70	.81	3.93	0.73	-2.49	265	.013*
Görüş birliği	3.00	.95	3.53	0.67	-2.22	296	.027*
Çift Uyumu Toplam	3.53	.68	3.65	0.63	-1.51	300	.131

*p<0.05

Tablo 5 incelendiğinde, doyum alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması çalışan katılımcılarda $\bar{X}=3.64$ iken çalışmayan katılımcılarda $\bar{X}=3.68$ 'dir. Puanlar arasındaki bu fark anlamlı değildir ($p>0.05$). Uzlaşım alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması çalışan katılımcılarda $\bar{X}=3.70$ iken çalışmayan katılımcılarda $\bar{X}=3.93$ 'tür. Puanlar arasında anlamlı fark vardır ($p<0.05$). Bu farklılık, çalışmayan katılımcıların lehinedir. Görüş birliği alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması çalışan katılımcılarda $\bar{X}=3.00$ iken çalışmayan katılımcılarda $\bar{X}=3.53$ 'tür. Puanlar arasında anlamlı fark vardır ($p<0.05$). Bu fark çalışmayan katılımcıların lehinedir. Çift uyumu ölçeğinin toplam puanlarının aritmetik ortalaması çalışan katılımcılarda $\bar{X}=3.53$ iken

çalışmayan katılımcılar $\bar{X}=3.65$ 'dir. Puanlar arasındaki bu fark anlamlı değildir ($p>0.05$). Evlilik biçimine göre katılımcıların çift uyumuna ilişkin görüşleri Tablo 6'da yer almaktadır.

Tablo6*Katılımcıların Evlilik Biçimlerine İlişkin Anova Sonuçları*

Boyut	Evlilik Biçimi	n	$\bar{X}$	Ss	Varyans Kaynağı	K. T.	Sd	K. O	F-testi	p	Anlamlı Fark
Doyum	1. Anlaşarak	18 1	3.65	0.75	Gruplar arası	8.644	2	4.32 2	8.204	.000	1-3
	2. Görücü	11 6	3.63	0.67	Gruplar içi						2-3
	3. Zorla/Kaçarak	5	2.32	0.41		157.5 22	29 9	.527			
	Toplam	30 2	3.62	0.74		166.1 67	30 1				
Uzlaşım	1. Anlaşarak	18 1	3.71	0.80	Gruplar arası	12.82 0	2		11.02 0	.00 0	1-2
	2. Görücü	11 6	3.97	0.67	Gruplar içi						
	3. Zorla/Kaçarak	5	2.53	0.90		173.9 25	29 9	.582			
	Toplam	30 2	3.79	0.78		186.7 45	30 1				
Görüş Birliği	1. Anlaşarak	18 1	2.96	0.93	Gruplar arası	8.110	2	4.05 5	5.628	.00 4	2-1
	2. Görücü	11 6	3.29	0.69	Gruplar içi						
	3. Zorla/Kaçarak	5	2.73	0.64		215.4 30	29 9	.721			
	Toplam	30 2	3.08	0.86		223.5 39	30 1				
Çift Uyum Toplam	1. Anlaşarak	18 1	3.53	0.68	Gruplar arası	8.102	2	4.05 1	9.639	.00 0	1-2
	2. Görücü	11 6	3.70	0.58	Gruplar içi						2-3
	3. Zorla/Kaçarak	5	2.50	0.50		125.6 57	29 9	.420			
	Toplam	30 2	3.50	0.66		133.7 59	30 1				

Tablo 6’da, doyum alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması sırası ile anlaşılarak evlenen katılımcılarda $\bar{X}=3,65$, görücü usulü evlenen katılımcılarda $\bar{X}=3,63$ ve Zorla/Kaçarak katılımcılarda $\bar{X}=2,32$ ’dir. Puanlar arasında gözlenen fark anlamlıdır. Anlamlı farklılık, anlaşılarak evlenen katılımcılar ile görücü usulü evlenen katılımcılar arasındadır. Bu fark anlaşılarak evlenen katılımcıların lehinedir. Tabloda görücü usulü evlenen katılımcılar ile Zorla/Kaçarak evlenen katılımcılar arasında da anlamlı farklılık vardır. Bu fark görücü usulü evlenen katılımcıların lehinedir. Uzlaşım alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması sırası ile anlaşılarak evlenen katılımcılarda $\bar{X}=3,71$, görücü usulü evlenen katılımcılarda $\bar{X}=3,97$ ve Zorla/Kaçarak katılımcılarda $\bar{X}=2,53$ ’tür. Puanlar arasında gözlenen fark anlamlıdır. Anlamlı farklılık, anlaşılarak evlenen katılımcılar ile görücü usulü evlenen katılımcılar arasındadır. Bu fark, görücü usulü evlenen katılımcıların lehinedir. Görüş birliği alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması sırası ile anlaşılarak evlenen katılımcılarda $\bar{X}=2,96$, görücü usulü evlenen katılımcılarda $\bar{X}=3,29$ ve Zorla/Kaçarak katılımcılarda $\bar{X}=2,73$ ’tür. Puanlar arasında gözlenen fark anlamlıdır. Anlamlı farklılık, anlaşılarak evlenen katılımcılar ile görücü usulü evlenen katılımcılar arasındadır. Bu fark, görücü usulü evlenen katılımcıların lehinedir.

Tablo 6’da, çift uyumu ölçeğin toplam puanın aritmetik ortalaması sırası ile anlaşılarak evlenen katılımcılarda $\bar{X}=3,53$, görücü usulü ile evlenen katılımcılarda $\bar{X}=3,70$ ve Zorla/Kaçarak katılımcılarda $\bar{X}=2,50$ ’dir. Puanlar arasında gözlenen bu fark anlamlıdır. Anlamlı farklılık, anlaşılarak evlenen katılımcılar ile görücü usulü ile evlenen katılımcılar arasındadır. Bu fark görücü usulü ile evlenen katılımcıların lehinedir. Tablo 6’ya göre görücü usulü ile evlenen katılımcılar ile Zorla/Kaçarak evlenen katılımcılar arasında da anlamlı farklılık vardır. Bu fark görücü usulü ile evlenen katılımcıların lehinedir. Evlilik süresine göre çift uyumuna ilişkin katılımcı görüşleri Tablo 7’de yer verilmiştir.

Tablo7*Katılımcıların Evlilik Süresine İlişkin Anova Sonuçları*

Boyut	Evlilik süresi	n	$\bar{X}$	Ss	Varyans Kaynağı	K. T.	Sd	K. O	F-testi	p	Anlamlı Fark
Doyum	1. 1-5 yıl	73	3.54	0.62	Gruplar	1.139	4	.285	.512	.727	Yok
	2. 6-10 yıl	56	3.61	0.72	arası						
	3. 11-15 yıl	59	3.72	0.79	Gruplar	165.028	297	.556			
	4. 16-20 yıl	49	3.62	0.77	içi						
	5. 21 üstü	65	3.62	0.81							
	Toplam	302	3.62	0.74		166.167	301				
Uzlaşım	1. 1-5 yıl	73	3.28	0.78	Gruplar	26.455	4	6.614	12.25	.000	1-2
	2. 6-10 yıl	56	4.05	0.58	arası				5		
	3. 11-15 yıl	59	3.98	0.76	Gruplar		297				1-3
	4. 16-20 yıl	49	3.92	0.70	içi						1-4
	5. 21 üstü	65	3.87	0.77		160.290		.540			
	Toplam	302	3.79	0.78		186.745	301				
Görüş Birliği	1. 1-5 yıl	73	2.51	1.01	Gruplar	32.186	4	8.046	12.48	.000	1-2
									9		

2. 6-10 yıl	56	3.27	0.66	arası							1-3
3. 11-15 yıl	59	3.28	0.71	Gruplar	297						1-4
4. 16-20 yıl	49	3.35	0.77	İç							
5. 21 üstü	65	3.17	0.72		191.354			.644			
Toplam	302	3.08	0.86		223.539	301					

Çift Uyumu Toplam	1. 1-5 yıl	73	3.21	0.57	Gruplar	13.654	4	3413	8.441	.000	1-2
	2. 6-10 yıl	56	3.73	0.54	arası						1-3
	3. 11-15 yıl	59	3.74	0.67	Gruplar	297					1-4
	4. 16-20 yıl	49	3.69	0.68	İç						
	5. 21 yıl ve üstü	65	3.63	0.69		120.105			.404		
	Toplam	302	3.58	0.66		133.759	301				

Tablo 7’de, çift uyumu ölçeğin alt boyut görüşleri katılımcıların evlilik süresine göre incelendiğinde; doyum alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması sırası ile evlilik süresi 1-5 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.54$, 6-10 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.61$, 11-15 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.72$, 16-20 yıl $\bar{X}=3.62$ ve ile 21 yıl ve üstü evli katılımcıların $\bar{X}=3.62$ ’dir. Puanlar arasında gözlenen bu fark anlamlı değildir. Uzlaşım alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması sırası ile evlilik süresi 1-5 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.28$, 6-10 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=4.05$, 11-15 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.98$, 16-20 yıl $\bar{X}=3.92$ ve ile 21 yıl ve üstü evli katılımcıların $\bar{X}=3.87$ ’dir. Puanlar arasında gözlenen fark anlamlıdır. Bu farklılık, evlilik süresi 1-5 yıl ile 6-10 yıl; 1-5 yıl ile 11-15 yıl; 1-5 yıl ile 16-20 yıl arasındadır. Anlamlı farklılık sırası ile 6-10 yıl, 11-15 yıl, 16-20 yıl katılımcıların lehinedir. Görüş birliği alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması sırası ile evlilik süresi 1-5 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=2.51$, 6-10 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.27$, 11-15 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.28$, 16-20 yıl $\bar{X}=3.35$ ve ile 21 yıl ve üstü evli katılımcıların $\bar{X}=3.17$ ’dir. Puanlar arasında gözlenen fark anlamlıdır. Bu farklılık, evlilik süresi 1-5 yıl ile 6-10 yıl; 1-5 yıl ile 11-15 yıl; 1-5 yıl ile 16-20 yıl arasındadır. Anlamlı farklılık sırası ile 6-10 yıl, 11-15 yıl, 16-20 yıl katılımcıların lehinedir.

Tablo 7’de, çift uyumu ölçeğin toplam puanlarının aritmetik ortalaması sırası ile evlilik süresi 1-5 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.21$, 6-10 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.73$, 11-15 yıl olan katılımcıların $\bar{X}=3.74$, 16-20 yıl $\bar{X}=3.69$ ve 21 yıl ve üstü evli katılımcıların $\bar{X}=3.63$ ’tür. Puanlar arasında gözlenen bu fark anlamlıdır. Bu farklılık, evlilik süresi 1-5 yıl ile 6-10 yıl; 1-5 yıl ile 11-15 yıl; 1-5 yıl ile 16-20 yıl arasındadır. Anlamlı farklılık sırası ile 6-10 yıl, 11-15 yıl, 16-20 yıl katılımcıların lehinedir. Çocuk sayısına göre çift uyumuna ilişkin katılımcı görüşleri Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo8*Katılımcıların Sahip Oldukları Çocuk Sayısına Göre Anova Sonuçları*

Boyut	Çocuk sayısı	n	$\bar{X}$	Ss	VaryansKayn ağı	K. T.	Sd	K. O	F-testi	p	Anlamlı Fark
Doyum	1 çocuk	58	3.5 2	0.83	Gruplar	.762	3	.254	.458	.712	Yok
	2 çocuk	125	3.6 3	0.65	arası						
	3 çocuk	61	3.6 5	0.83	Gruplar içi	165.405	298	.555			
	4 çocuk üstü	58	3.6 5	0.72							
	Toplam	302	3.6 2	0.74		166.167	301				
Uzlaşım	1 çocuk	58	3.8 3	0.66	Gruplar	9.954	3	3.318	5.593	.001	2-3
	2 çocuk	125	3.5 9	0.85	Gruplar						2-4
	3 çocuk	61	4.0 4	0.71	İç		298				
	4 çocuk üstü	58	3.9 2	0.72		176.791		.593			
	Toplam	302	3.7 9	0.78		186.745	301				
Görüş Birliği	1 çocuk	58	3.3 6	0.54	Gruplar	20.831	3	6.944	10.208	.000	2-1
	2 çocuk	125	2.7 8	0.99	arası						2-3
	3 çocuk	61	3.1 9	0.78	Gruplar içi		298				2-4
	4 çocuk üstü	58	3.3 5	0.68		202.708					
	Toplam	302	3.0 8	0.86		223.539	301				
Çift Uyum Toplam	1 çocuk	58	3.6 1	0.59	Gruplar	4.880	3	1.627	3.761	.011	2-3
	2 çocuk	125	3.4 3	0.67	arası						
	3 çocuk	61	3.7 2	0.70	Gruplar		298				
	4 çocuk üstü	58	3.7 0	0.62	İç	128.879		.432			
	Toplam	302	3.5 8	0.66		133.759	301				

Tablo 8’de, aile çift uyumu ölçeğinin alt boyut görüşleri katılımcıların çocuk sayısına göre incelendiğinde; doyum alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması sırası ile çocuk sayısı 1 çocuğa sahip olan katılımcıların ortalamaları $X=3.52$, 2 çocuğa sahip olan katılımcıların $X=3.63$, 3 çocuğa sahip olan katılımcıların $X=3.65$, 4’ten fazla çocuğa sahip olan katılımcıların $X=3.65$ ’tır. Çift Uyum ölçeğinin toplam aritmetik ortalaması sırası ile çocuk sayısı 1 çocuğa sahip olan katılımcıların ortalamaları $X=3.61$, 2 çocuğa sahip olan katılımcıların $X=3.43$, 3 çocuğa sahip olan katılımcıların $X=3.72$, 4’ten fazla çocuğa sahip olan katılımcıların $X=3.70$ ’tır. Puanlar arasında gözlenen bu fark anlamlıdır. Bu fark, 2 çocuğa sahip katılımlar ile 3 çocuğa sahip olan katılımcılar arasındadır. Anlamlı fark 3 çocuğa sahip katılımcıların lehinedir.

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Araştırmanın bu kısmında, evli bireylerin çift uyumları ile ilgili bulgulardan elde edilen sonuçlar ve bu sonuçlarda yola çıkarak değişkenlere göre tartışmalara yer verilmiştir. Evli bireylerde çift uyumu puan dağılımı $X=3.58$ ’dir. Bu sonuç, “Oldukça Sık Anlaşırsınız” düzeyine denk gelmektedir. Bu ortalama, genel olarak incelendiğinde katılımcıların memnuniyet düzeylerinin orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Çift uyumu sonuçları incelendiğinde, katılımcılar uzlaşım alt boyutunda en yüksek memnuniyet düzeyine sahipken, görüş alt boyutunda ise en düşük memnuniyet düzeyine sahiptir. Bu sonuç, katılımcıların uyum sağlama konusunda kendilerini daha olumlu hissettiklerini göstermektedir. Katılımcıların görüşlerinden elde edilen sonuçlar genel olarak değerlendirildiğinde çift uyumlarının olumlu olduğu söylenebilir. Bu sonuçları destekleyen araştırmalar vardır. Örneğin, Yaman Akpınar (2019) tarafından yapılan bir araştırmada evli bireylerde uyum düzeyinin yüksek olduğu sonucu tespit edilmiştir. Başka bir çalışmada, yetişkinlerin evlilik uyumları ile empatik tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada katılımcıların yaklaşık %77’si evliliklerinde uyumlu olduklarını belirtmişlerdir (Adempira, 2020). Başka bir çalışmada ise, katılımcıların evlilik uyumlarının genel olarak iyi düzeyde olduğunu gösteren sonuçlar elde edilmiştir (Zhumgalbekov ve Efilti, 2023). Çalışmamızın sonuçlarına göre, çift uyum düzeyi genel olarak orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Doyum ve uzlaşım alt boyutları sonuçları olumlu düzeyde iken görüş alt boyutunun sonuçları biraz daha düşük düzeyde kalmaktadır. Bu sonuç görüş alt boyutunda ilişkilerde iletişim eksikliğinden kaynaklanmış olabilir. Bu sonuca göre, evlilik ilişkilerinde iletişim becerilerinin artırılması gerektiği söylenebilir.

Cinsiyete göre kadın ve erkek görüşleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bu sonuç, kadın ve erkek katılımcıların uyum içinde oldukları ve bu konuda benzer görüşlere sahip oldukları söylenebilir. Literatürde bu sonuca benzer çalışmalar vardır. Çalışmada, evli bireylerin evlilik doyumları ölçülmüş ve cinsiyete göre farklılaşma tespit edilmemiştir (Çelik, 2006). Cinsiyete göre anlamlı farklılığın olduğu çalışmalar da vardır. Örneğin, Anlı (2012) tarafından yapılan çalışmada cinsiyete göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Benzer bir çalışmada ise evli bireylerin evlilik uyumu düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılaşma bulunmuştur (Erdoğan, 2018). Bu çalışmanın sonucuna göre, cinsiyetin çift uyumu üzerinde anlamlı bir fark oluşturmadığını ortaya koymuştur. Buna göre, katılımcıların çift uyumu konusunda benzer görüşlere sahip olduğu söylenebilir. Başka bir ifade ile cinsiyet farklılığı, çift uyumu üzerinde belirleyici değildir.

Katılımcıların eğitim durumuna göre, memnuniyet düzeylerinin orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Çift uyumunun doyum ve uzlaşım alt boyutlarında ve çift uyumu ölçeğinin toplam puan sonuçlarına göre anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Görüş birliği alt boyutunda eğitim durumuna göre ortalamalar arasında anlamlı farklılık lise mezunu katılımcılar lehine tespit edilmiştir. Bu sonuca göre katılımcıların eğitim durumunun yükselmesiyle çift uyumları da artmaktadır denilemez. Literatürde bu sonuca benzer

çalışmalar vardır. Çelik (2006), tarafından yapılan çalışmada evli bireylerin evlilik doyumları ile eğitim düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Benzer bir çalışmada da evlilik uyumu ile eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılaşma bulunmamıştır (Kublay, 2013). Eğitim durumu yükseldikçe evli çiftlerin uyumlarını olumlu yönde etkilediğine ilişkin çalışmalarda da vardır. Şendil ve Korkut (2008) tarafından yapılan çalışmada eğitim durumuna göre çift uyumu farklılaşmaktadır. Çalışmaya göre, ilköğretim mezunu bireyler, ortaokul mezunu bireylere göre daha fazla evlilik çatışması yaşamaktadırlar. Aynı şekilde ilköğretim mezunları, lise, lisans ve üstü eğitime sahip olan bireylere göre daha düşük çift uyumuna sahip olduklarını belirtmişlerdir. Benzer bir çalışmada eğitim düzeyi evlilik uyumuna etki etmektedir. Lisans ve lisansüstü eğitimi mezunu katılımcıların evlilik uyumları ortaokul mezunu katılımcıların evlilik uyumlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Akpınar ve Kırloğlu, 2020). Başka bir araştırmada eğitim düzeyi yükseldikçe evli çiftlerin uyumlarının arttığı belirtilmiştir (Yalçın, 2014). Yıldız tarafından (2012) yapılan bir araştırmada lisans ve lisansüstü eğitim düzeyindeki katılımcılar, okuryazar-ilkokul mezunu katılımcılara göre daha uyumludur.

Araştırmamızda, eğitim düzeyi lise mezunu olan bireylerin çift uyumu konusunda daha yüksek bir çift uyum algısına sahip oldukları tespit edilmiştir. Üniversite mezunlarının puan ortalamasının lise mezunlarının puan ortalamalarına göre düşük çıkmasının sebeplerin biri üniversite mezunlarının evlilikten beklentileri ile ilgili olabilir. Üniversite mezunları kariyer desteği, eşitlikçi roller gibi daha yüksek beklentiler içinde olabilirler. Buna karşın lise mezunları, geleneksel rolleri merkeze alarak çift uyumuna ilişkin daha yüksek memnuniyet bildirmeleri mümkündür. Bu durumda, eğitim düzeyi arttıkça evlilerde çift uyumunun da artacağı yönünde genel bir çıkarımda bulunmak mümkün değildir. Bu sonuç, eğitim düzeyi ile evli çiftlerin uyumu arasındaki ilişkinin doğrusal olmadığını göstermektedir. Çiftlerin uyumu için iletişim becerileri, kişilik özellikleri, hayat tecrübesi, sahip olunan imkânlar, hayat şartları gibi faktörlerin çift uyumu üzerinde daha etkili olabilir.

Çalışma durumuna göre, çift uyumuna ilişkin görüşlerin aritmetik ortalamasının orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Uzlaşım ve görüş birliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Çift uyumunun doyum alt boyutunda ve çift uyumu ölçeğinin toplam puanlarına göre anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Literatürde bu sonuca benzer çalışmalar bulunmaktadır. Bir çalışmada çalışan ve çalışmayan katılımcıların evlilik uyumları arasında bir farklılık tespit edilmemiştir (Akpınar ve Kırloğlu, 2020). Araştırma sonucuna benzer başka çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin, Kahveci (2016) ve Özyıldırım (2014) tarafından yapılan çalışmalarda da araştırmamızın sonuçlarına benzer sonuçlar elde edilmiştir. Literatürde bu sonuçlardan farklı çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin Tüfekçi Hoşgör (2013) tarafından yapılan çalışmada çalışan ve çalışmayan katılımcılar arasındaki puan farkı anlamlı çıkmıştır. Çalışan katılımcıların evlilik uyumu çalışmayan katılımcılara göre daha yüksek çıkmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen sonuca göre, evli çiftlerin uyumunda, çalışma durumunun etkisi için kesin bir yargı söylenemez. Ölçeğin toplam puanlarında çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu sonuca göre, çalışma durumunun evli çiftlerin uyumları üzerinde doğrudan belirleyici bir role sahip olmadığı söylenebilir. Evli çiftlerin uyumu, daha çok kişisel beklentiler, duygusal bağlar ve kişiler arası ilişkilerden etkilendiği söylenebilir.

Evlilik biçimine göre, katılımcıların memnuniyetleri orta düzeyde tespit edilmiştir. Çift uyumu ölçeğinin toplam puanının aritmetik ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bu fark, görücü usulü ile evlenen katılımcıların lehinedir. Bu sonuç, literatürdeki kaynaklarla uyusmamaktadır (Kağıtçıbaşı, 2019; Gottman ve Siver, 2017). Genel olarak anlaşılarak/severek/flört ederek evlenen çiftlerin daha yüksek uyuma sahip olacakları düşünülmektedir. Bu araştırmanın bu sonucu örneklem grubundan kaynaklanabilir. Bu duruma

kültürel, sosyal ilişkiler, inanç gibi faktörlerin de etkisi olabilir. Literatürde bu sonuçlardan farklı araştırmalar da bulunmaktadır. Örneğin Akpınar ve Kırloğlu (2020) tarafından yapılan araştırmada, evlilik biçimine göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu fark severek / flört ederek evlenen katılımcılar lehinedir. Benzer bir çalışmada anlaşılarak evlenenlerin, görücü usulü ile evlenenlere oranla, daha fazla çift tatmini ve çift birlikteliği yaşadıkları, daha iyi anlaştıkları ve daha uyumlu bir evlilik geçirdikleri belirlenmiştir (Şendil ve Korkut, 2008). Başka bir çalışmada da evlilik biçimi, evlilik uyumunun belirleyici faktörü olduğu bulunmuştur. Çalışmada flört ederek evlenenlerin evlilik uyumlarının diğerlerine göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Özmen-Süataç, 2010). Benzer bir sonuç, Güçlü Ergin (2008) tarafından yapılan çalışmada da tespit edilmiştir.

Araştırmada elde edilen sonucuna göre, evlilik biçimi, çift uyumunu etkilemektedir. Evlilik biçimi görücü usulü olan çiftlerin, çift uyumu puanlarının diğerlerine göre yüksek olması, görücü usulü evlenme biçiminin toplumsal ve ailevi desteklenmesinden kaynaklanıyor olabilir. Bu tür evliliklerde, ailelerin onayı ve desteği vardır. Bundan dolayı çiftler kendilerini daha güvende hissedebilirler. Bu sonuç, evlilik biçiminin çift uyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu ve görücü usulü ile evlenen katılımcıların çift uyumu puanlarının, anlaşılarak evlenenlere göre daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Evlilik süresine göre, çift uyumuna ilişkin görüşlerin aritmetik ortalaması orta düzeyde bulunmuştur. Çift uyumu ölçeğinin aritmetik ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Anlamlı farklılık evlilik yılı artan katılımcıların lehinedir. Araştırmalar, evlilik süresi ile evlilik uyumu arasında ilişkiyi ortaya koymaktadır. Evlilik uyumu evliliğin ilk yıllarında düşük olabilir, evlilik süresi arttıkça bu uyum da artmaktadır (Anderson, Russel ve Schumm, 1983 Akt. Yalçın, 2014). Başka bir araştırmada evlilik süresindeki artışın evlilik uyumuna olumlu yansıdığı tespit edilmiştir (Uşaklı, 2010). Araştırmamızın sonucunu desteklemeyen çalışmalar da vardır. Akpınar ve Kırloğlu, (2020) yaptıkları bir çalışmada 1-5 yıl evli katılımcıların evlilik uyumu ortalamaları, 26-35 yıl evli katılımcıların evlilik uyumu puanlarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Kublay (2013) yaptığı araştırmada, 5 yıla kadar evli çiftlerin 6-15 ile 16-25 yıl evli olanlara göre, evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Başka bir araştırmada da (Özmen-Süataç, 2010) evliliğin ilerleyen yıllarında evlilik uyumunun azaldığı tespit edilmiştir. Benzer bir sonuç Şendil ve Korkut (2008) tarafından yapılan bir çalışmada da bulunmuştur. Araştırmada elde edilen sonucuna göre, evlilik süresi, çift uyumunu etkilemektedir. Buna göre, çiftler arasındaki uyum zamanla değişmektedir. Evliliğin ilk yıllarında evli çiftlerin uyumu düşük düzeydeyken, evlilik süresi arttıkça çift uyumunun yüksek düzeye doğru çıktığı söylenebilir. Bu durum, evli çiftlerin evlilik süresi arttıkça birbirlerini daha iyi anlamaya başladıklarını göstermektedir. Bu süre içinde evli çiftlerin, iletişim becerileri geliştirmekte, ortak hayat tecrübeleri artmaktadır.

Çocuk sayısına göre, çift uyumuna ilişkin görüşlerin aritmetik ortalaması orta düzeyde tespit edilmiştir. Çocuk sayısına göre çift uyumu ölçeğinin toplam puanları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Bu fark, 2 çocuğa sahip katılımlar ile 3 çocuğa sahip olan katılımcılar arasındadır. Anlamlı farklılık 3 çocuğa sahip katılımcıların lehinedir. Bu sonuç, 3 çocuğa sahip olan evli çiftlerin daha yüksek düzeyde uyum gösterdikleri söylenebilir. Literatürde bu sonucu desteklemeyen araştırmalar bulunmaktadır. Çalışmalarda, evlilik uyumunun, çocuk sayısı değişkeni ile bağlantısı tespit edilmemiştir (Yalçın, 2014; Tutarel Kışlak ve Çabukça, 2002). Başka bir çalışmada, evli bireylerin evlilik doyumları ölçülmüş ve çocuk sayısına göre farklılaşma tespit edilmemiştir (Çelik, 2006). Çocuk sayısı ile evlilerin çift uyumu arasında negatif bir uyum bulunduğu ilişkin çalışmalar da vardır. Örneğin, Şendil ve Korkut'un (2008) çalışmasında çocuk sayısındaki artışın evlilerin genel evlilik kalitelerinde azalmaya neden olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada elde edilen sonucuna göre, çocuk sayısı çift uyumunu etkilemektedir. Buna göre, çocuk sayısındaki artışla birlikte evli çiftlerin uyum sağlama, iletişim becerilerini geliştirme ve sorumluluk alan konularında daha fazla tecrübe kazandıkları söylenebilir. Türkiye’de çocuk sayısı azalmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK, 2023) verilerine göre 2023 yılı toplam doğurganlık hızı 1.51 çocuk düzeyindedir. Diyarbakır İlinin 2023 yılı toplam doğurganlık hızı 2.60 ile 3.09 düzeyindedir. Literatürde bu sonuçtan farklı çalışmaların olması bu sonucun araştırma örnekleminden kaynaklandığı söylenebilir.

Sınırlılıklar

Evli bireylerin çift uyumlarının incelendiği bu araştırma, 2024-2025 yılında Diyarbakır İli merkez ilçelerde ikamet eden 20-60 yaşları arasındaki evli çiftler ile araştırmacı tarafından kullanılan “Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği” adlı veri toplama aracı ile sınırlıdır.

Öneriler

Araştırma sonuçlarına dayalı olarak bazı öneriler şu şekildedir:

1. Araştırma sonucuna göre eğitim düzeyi çift uyumu üzerinde sınırlı bir etkisi vardır. Bundan dolayı, evli çiftlerin uyumunu etkileyen faktörlerin daha kapsamlı bir şekilde incelenmesi ve eğitim düzeyi dışındaki değişkenlerin de analize dâhil edilmesi önerilmektedir.
2. Araştırma sonucuna göre, çalışma durumunun evli çiftlerin uyumu üzerinde doğrudan belirleyici bir role sahip olmadığını göstermektedir. Çalışma durumunun evli çiftlerin uyumu üzerindeki etkisini derinlemesine incelemek amacıyla nitel yöntemler kullanılabilir.
3. Görücü usulüne göre evlenenlerin evlilik uyum puanları daha yüksektir. Bu sonucun derinlemesine anlaşılabilmesi için, evlilik biçiminin yanında, evli çiftlerin iletişim becerileri, kişilik özellikleri ve kültürel özellikler gibi diğer faktörler de incelenebilir.
4. Evlilik biçimine göre, evli bireylerin çift uyumu ortalmaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu fark, görücü usulü ile evlenen katılımcıların lehinedir. Bu duruma kültürel, sosyal ilişkiler, inanç gibi faktörler etki etmiş olabilir. Bu bağlamda evli çiftlerin evlilik biçimlerine bakılmaksızın daha uyumlu ilişkiler sürdürmeleri için sosyal destek mekanizmaları geliştirilmelidir. Bunun için Aile Sağlığı Merkezleri gibi Aile Danışmanlığı Birimleri kurularak ailelere danışmanlık uygulaması başlatılabilir.

KAYNAKÇA

- Acer, S. (2020). *Ebeveynlik tutumunun psikolojik belirtilere etkisinde zihinselleştirmenin, dayanıklılığın ve çocukluk çağı deneyimlerinin rolü: Nesiller arası bir çalışma*. Yayımlanmış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Adempira, N. (2020). *Yetişkinlerde evlilik uyumu ile empatik tutum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Akpınar, B., ve Kırhoğlu, M. (2020). Bazı değişkenler açısından evlilik uyumunun incelenmesi ve toplumsal cinsiyet rolleri tutumunun evlilik uyumuna etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 23(2), 736-746.
- Anlı, M. (2021). *Evli bireylerde evlilik uyumu, yaşam doyumu ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Bayraktaroğlu, H. T. ve Çakıcı, E. T. (2017). Psychometric properties of revised form dyadic adjustment scale in a sample from North Cyprus. *International Journal of Educational Science*, 19(2,3), 113-119.

- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Demirel, F., Karadeniz, Ş., ve Çakmak, E. K. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23.
- Can, A. (2013). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Pegem Akademi.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Doğan, S. ve Doğan, C. (2015). *Konuşmak lazım evlilik, aile içi iletişim ve aile sosyolojisi*. Akıl Fikir Yayınları.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., ve Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erdinç, İ. (2018). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasında ki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fişek, G. O., ve Scherler, H. R. (1996). Toplumsal değişim ve eşler: Cinsiyet senaryolarının sınırlarını genişletme amaçlı bir terapi yaklaşımı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(36), 1-11.
- Gottman, J. ve Silver, N. (2017). *Evliliği sürdürmenin yedi ilkesi*. (Çeviren: Ezgi Deniz). Yarlak Yayınları.
- Güçlü Ergin, N. (2008). *Evli ve boşanmış kişilerin evlilik uyumu ve cinsiyetçilik açısından karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gülgör, F., ve Tortop, H. S. (2018). Evlilik uyumu: Üstün yetenekli bireylere bakış. *Journal of Gifted Education and Creativity*, 5(2), 45-58.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2019). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji*. Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kahveci, G.,A., (2016). *Evli çiftlerde evlilik uyumu, evlilik çatışma biçimi ve depresyon düzeylerinin değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kalkan, M. (2002). *Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeylerine etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kublay, D. (2013). *Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Mavili, A., Kesen N. F. ve Daşbaş, S. (2014). Aile aidiyeti ölçeği: Bir ölçek geliştirme çalışması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 33, 29-45.
- Özaydınlık, Ş. (2014). *Evli çiftlerin evlilik uyumu ile kişilik özellikleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özdoğru, Z., ve Kaya, İ. (2025). Okul öncesi çocukların problem davranışları ile ebeveyn çift uyumu arasındaki ilişki: Bir karma yöntem çalışması. *Humanistic Perspective*, 7(1), 90-112.
- Özmen-Süataç, A. (2010). *Evlilik uyumunun kişilerarası tarz ve öfke açısından araştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Polat, K. (2014). *Evli bireylerde çift uyumu ve bazı psikolojik belirtilerin benliğin farklılaşması açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şendil, G., ve Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.

- Tüfekçi Hoşgör, E. (2013). *Evli çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (TÜİK, 2023). *Doğum istatistikleri*, 2023. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Dogum-Istatistikleri-2023-53708#:~:>
- Tutarel Kışlak, Ş. T., ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 5(5).
- Ünal, Ö., ve Akgün, S. (2022). Evlilikte çatışma çözme stillerinin evlilik uyumu ve doyumu ile ilişkisi. *Psiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(3), 322-330.
- Uşaklı, N. (2010). *Evli Bireylerin evliliğe uyumunda karşılaştığı sorunlar ve eğitim ihtiyaçları*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1). 250-261.
- Yaman Akpınar, T. (2019). *Bağlanma stilleri ve affetme düzeyinin evlilik uyumuna etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yıldız, Y. (2012). *İlişkiye ilişkin inançların evlilik uyumunu yordaması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 4(4). doi:10.21560/spcd.45262.
- Zhumgalbekov, A. ve Efiltili, E.(2023). Evli bireylerin evlilik uyumu ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi (AKEF) Dergisi*, 5(1), 1-15.

Yazarlar Hakkında

Songül ÖZDAŞ

Mert AKCANBAŞ

Yazar Katkıları

Yazarlar eşit düzeyde katkı sağlamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu makale için yazarlardan herhangi biri için çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Destek

Yazarlar, çalışma için herhangi bir finansman desteği almamıştır.

Not

Çalışmaya dahil edilen tüm katılımcılardan aydınlatılmış onam alınmıştır.

Etik Bildirim

Çalışma protokolü Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı tarafından onaylanmıştır.

Etik Kurul Adı: Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu

Onay Tarihi: 29/02/2024

Belge Numarası: 61351342/ ŞUBAT 2024-33