

**T.C.**  
**AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI**  
**AİLE DANIŞMANLIĞI YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**  
**2021 – YL-094**

**EVLİ ÇİFTLERİN BENLİK KURGULARI VE BENLİK  
KURGULARI BENZERLİĞİNİN EVLİLİK UYUMU VE  
DOYUMU İLE İLİŞKİSİ**

**HAZIRLAYAN**

**Seda EREN**

**TEZ DANIŞMANI**

**Prof. Dr. Hacer HARLAK**

**AYDIN-2021**

**T.C.**  
**AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**  
**AYDIN**

Bu tezde sunulan tüm bilgi ve sonuçların, bilimsel yöntemlerle yürütülen gerçek deney ve gözlemler çerçevesinde tarafımdan elde edildiğini, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kuralların gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

## ÖZET

### EVLİ ÇİFTLERİN BENLİK KURGULARI VE BENLİK KURGULARI BENZERLİĞİNİN EVLİLİK UYUMU VE DOYUMU İLE İLİŞKİSİ

Seda EREN

Yüksek Lisans Tezi, Aile Danışmanlığı (Disiplinlerarası) Anabilim Dalı

Tez Danışman: Prof. Dr. Hacer Harlak

2021, XIV+121 sayfa

Toplumun temel birimi sayılan ailenin başlangıcı evlilik kurumudur. Evliliklerin uyumlu ve doyumlu bir şekilde devam edebilmesini etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu çalışmada, evli çiftlerin benlik kurgusu benzerliğinin evlilik uyumuna ve doyumuna etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Örneklem büyüklüğü, güvenilir sonuçlara ulaşabilmek için G-Power programından yararlanılarak hesaplanmış ve örnekleme Aydın-Efeler ilçesinde ikamet eden en az 1 yıldan beri evli olan 150 evli çift dâhil edilmiştir. Veriler, gönüllülük esasına dayalı olarak bireysel yüz yüze görüşme yoluyla toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, ‘Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği’, ‘Çiftler Uyum Ölçeği’, ‘İlişki Doyumu Ölçeği’ ve ‘Demografik Bilgi Formu’nu içeren bir anket kullanılmıştır. Araştırmada, amaca uygun olarak betimsel ve ilişkisel analizler (korelasyon ve regresyon) yapılmıştır.

Sonuçlara göre, kadının ilişki doyumunu özerk-ilişkisel benzerlik, erkeğin ilişki doyumunu ise özerk benzerlik anlamlı şekilde yordamaktadır. Genel olarak; kadının ve erkeğin ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları, eşlerin evlilik uyumu ve ilişki doyumunu pozitif şekilde açıklamaktadır. Aynı zamanda araştırmada, evlilik uyumu ve ilişki doyumuyla bazı sosyo-demografik değişkenlerin ilişkili olduğu bulunmuştur. Bulgular ilgili literatür çerçevesinde tartışılmış ve gelecek çalışmalar açısından hem uygulayıcılara hem de araştırmacılara önerilerde bulunulmuştur.

**ANAHTAR SÖZCÜKLER:** Benzerlik, Evlilik Uyumu, İlişki Doyumu, İlişkisel Benlik Kurgusu, Özerk Benlik Kurgusu.

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF CONSTRUALS AND SELF CONSTRUALS SIMILARITY OF MARRIED COUPLES WITH THE MARITAL ADJUSTMENT AND SATISFACTION**

Seda EREN

MSc Thesis at Family Counseling (Interdisciplinary)

Supervisor: Prof. Dr. Hacer Harlak

2021, XIV+121 pages

The starting point of the family, which is considered the basic unit of society, is the institution of marriage. There are many factors that affect the continuation of marriages with harmony and satisfaction. This study aims to examine the effect of the self-construal similarity of married couples on marital adjustment and satisfaction. The sample size was calculated by using the G-Power program to reach reliable results, and 150 married couples living in Efeler district in Aydın province, who have been married for at least one year, were included in the sample. Data was collected through individual face-to-face interviews voluntarily. The study utilized a survey as data collection tool that contains the Autonomous-Related Self in Marriage Context Scale, Dyadic Adjustment Scale, Relationship Assessment Scale, and Demographic Information form. The study also conducted multiple linear regression analysis as well as descriptive and relational analyzes following the purpose.

According to the findings, while the woman's relationship satisfaction can be significantly predicted with the autonomous-relational similarity, the man's relationship satisfaction can be significantly predicted with the autonomous similarity. In general, both man's and woman's relational or autonomous-relational self construals' positively explain the spouses' marital adjustment and satisfaction. At the same time, the research illustrated that there marital adjustment and relationship satisfaction has a relationship with some socio-demographic variables. Finally, the findings were discussed within the framework of related literature and suggestions were made to both practitioners and researchers of future studies.

**KEYWORDS:** Autonomous Self Construal, Marital Adjustment, Relational Self Construal, Relationship Satisfaction, Similarity.

## ÖNSÖZ

‘Aile en önemli şey değil her şeydir.’ Aile birliğinin kurulmasının en önemli adımı olan evlilik içerisinde eşlerin uyumlu ve doyumlu bir şekilde birlikteliklerini sürdürebilmesi son derece önemlidir. Özellikle kişilerin evlilik içerisinde kendilerine ait algılarının ne olduğunu bilmek ve bu algılarının benzerliğinin evliliklerine katkısını anlamak alanyazına daha geniş bir perspektif kazandıracaktır. Ayrıca araştırma bulgularının danışmanlık sürecinde eşlerin daha kaliteli bir evlilik sürdürebilmesi için yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Bu tez, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Komisyonunca desteklenen ‘Evli Çiftlerin Benlik Kurgularının Benzerliğinin Evlilik Uyumu ve Doyumu ile Yaşam Doyumuna Etkileri: Kendini Açmanın Aracı Rolü’ (BAP Proje no: FEF – 19016, tarih: 19/09/2019) başlıklı proje kapsamında gerçekleştirilmiştir.

Yüksek lisans eğitimim boyunca akademik gelişimime katkı sağlayan, bilgi ve tecrübeleriyle her zaman yol gösteren, tezimin şekillenmesinde özverili bir şekilde katkıda bulunan değerli hocam Prof. Dr. Hacer Harlak’a teşekkürlerimi sunarım.

Lisans eğitimim boyunca tüm bilgi ve donanımlarıyla bizlere ışık tutan ve mesleki gelişimimize katkı sağlayan, tüm Ege Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü hocalarına teşekkürlerimi iletiyorum.

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Aile Danışmanlığı Anabilim Dalında yüksek lisans eğitimim boyunca farklı bakış açıları kazanmamızı sağlayan, bilgileriyle bizleri yönlendiren ve her zaman yanımızda olan tüm hocalarımıza teşekkür ediyorum.

Her zaman olduğu gibi stresli dönemimde desteklerini hep hissettiğim, sorularına içtenlikle yanıt veren, sabırlarıyla yanımda olan canım dostlarıma ve arkadaşlarıma; tezimin uygulama kısmında vakit ayırarak katkı sağlayan tüm değerli katılımcılara teşekkürlerimi iletiyorum.

Son olarak, tüm hayatım boyunca gerek akademik kimliğiyle gerek hayattan edindiği bilgi ve tecrübeleriyle her zaman yanımda olan, desteğini hep arkamda hissettiğim canım babama, zorlu olan bu süreçte özverili ve fedakâr bir şekilde sevgisiyle yanımda olan canım anneme ve biricik kardeşime teşekkür ederim. Sevginiz, saygınız ve ilginiz için minnettarım.

Bu tezi her zaman benimle gurur duyan, başarılarımı hep destekleyen yakın tarihte kaybettiğim canım Babaneme ve 2020 İzmir depreminde kaybettiğimiz abim kadar sevdiğim Mert Küçükyumuk, eşi ve biricik oğulları Ateş'e ithaf ederim... Ruhları şad olsun...

Seda EREN

# İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY SAYFASI.....	iii
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİM SAYFASI.....	iv
ÖZET .....	v
ABSTRACT .....	vi
ÖNSÖZ.....	vii
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xii
TABLolar DİZİNİ.....	xiii
EKLER DİZİNİ.....	xiv
GİRİŞ.....	1
<b>1. BÖLÜM</b> .....	3
1. KURAMSAL ÇERÇEVE .....	3
1.1. Evlilik.....	3
1.2. Evliliğin Başlangıcı: Eş Seçme Süreci.....	6
1.2.1. Eş seçiminde benzerlik ve tamamlayıcılığın rolü.....	9
1.3. Evlilik uyumu ve eşler arası benzerliğin uyumla ilişkisi .....	13
1.4. Evlilik Doyumu.....	21
1.4.1. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler .....	23
1.5. Kavram olarak benlik ve benlik kurguları .....	33
1.5.1. Kağıtçıbaşı'nın Özerk-İlişkisel Benlik Kurgusu Modeli.....	38
1.6. Evlilik İlişkisi İçinde Benlik .....	44
<b>2. BÖLÜM</b> .....	50
2. YÖNTEM.....	50
2.1. Örneklem.....	50
2.2. Veri Toplama Araçları .....	51

2.2.1. Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği (EBBKÖ).....	52
2.2.2. Çiftler Uyum Ölçeği (ÇUÖ).....	53
2.2.3. İlişki Doyumu Ölçeği .....	54
2.2.4. Algılanan Benzerlik Ölçümü .....	54
2.2.5. Demografik Bilgi Formu .....	54
2.3. Verilerin Toplanması .....	55
2.4. Verilerin Analizi .....	55
<b>3. BÖLÜM</b> .....	<b>56</b>
<b>3. BULGULAR</b> .....	<b>56</b>
<b>4. TARTIŞMA VE SONUÇ</b> .....	<b>75</b>
4.1. Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu .....	75
4.2. Ölçek Puanlarının Bazı Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırmalarına Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	76
4.3. Evli Çiftlerin Benlik Kurguları ve Benlik Kurguları Benzerliğinin Evlilik Uyumuyla İlişisine ve Evlilik Uyumuna Etkisine Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu .....	80
4.4. Evli Çiftlerin Benlik Kurguları ve Benlik Kurguları Benzerliğinin İlişki Doyumuyla İlişisine ve İlişki Doyumuna Etkisine Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu .....	86
<b>5. SONUÇ VE ÖNERİLER</b> .....	<b>90</b>
5.1. Sonuç.....	90
5.2. Öneriler .....	91
5.2.1. Uygulamacıya Öneriler.....	91
5.2.2. Araştırmacıya Öneriler .....	91
5.3. Sınırlılıklar .....	92
<b>KAYNAKLAR</b> .....	<b>93</b>



<b>EKLER</b> .....	114
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	121

## ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1.1. Faillik ve kişilerarası mesafe boyutları .....	38
Şekil 1.2. Faillik, kişilerarası mesafe ve kültürel bağlamında benlikler.....	40

## TABLULAR DİZİNİ

Tablo 1.1. Evlilik doyumunu etkileyen etkenler doyum ve doyumсуuzluğun sonuçları .....	32
Tablo 1.2. Evli çiftlerin benlik kurgularının benzerliğine ilişkin olası kombinasyonlar.....	48
Tablo 2.1. Örneklemin sosyo-demografik özellikler bakımından dağılımı.....	51
Tablo 3.1. Ölçek puanlarına ilişkin betimsel istatistikler .....	56
Tablo 3.2. Benlik kurgularının bazı değişkenlere göre karşılaştırılması .....	58
Tablo 3.3. Çift uyumunun bazı değişkenlere göre karşılaştırılması .....	59
Tablo 3.4. Çift uyumunun bazı değişkenlere göre karşılaştırılması .....	60
Tablo 3.5. İlişki doyumunun bazı değişkenlere göre karşılaştırılması .....	61
Tablo 3.6. Ölçek puanlarının yaş ile ilişkisi .....	62
Tablo 3.7. Ölçek puanlarının evlilik süresi ile ilişkisi .....	63
Tablo 3.8. Ölçek puanlarının algılanan benzerlik ile ilişki.....	64
Tablo 3.9. Ölçek puanları arasındaki korelasyonlar .....	65
Tablo 3.10. Cinsiyete göre ölçek puanları arasındaki korelasyonlar.....	66
Tablo 3.11. Fark puanlarına ilişkin betimsel istatistikler .....	67
Tablo 3.12. Fark puanlarının evlilik uyumu ve ilişki doyumuyla korelasyonları. ....	68
Tablo 3.13. Evli çiftlerin EBBKÖ alt boyutları ve EBBKÖ alt boyutlarından elde edilen fark puanlarının ÇUÖ-Doyum ve Fikir Birliği puanlarını yordayıcılığına ilişkin regresyon analizi sonuçları.....	70
Tablo 3.14. Evli çiftlerin EBBKÖ alt boyutları ve EBBKÖ alt boyutlarından elde edilen fark puanlarının ÇUÖ-Bağlılık ve Duygu İfadesi puanlarını yordayıcılığına ilişkin regresyon analizi sonuçları.....	72
Tablo 3.15. Evli çiftlerin EBBKÖ alt boyutları ve EBBKÖ alt boyutlarından elde edilen fark puanlarının ÇUÖ ve İDÖ-Toplam puanlarını yordayıcılığına ilişkin regresyon analizi sonuçları.....	74

## EKLER DİZİNİ

EK1. Örneklem Büyüklüğü .....	114
EK 2. Bilgilendirilmiş Onay Formu .....	115
EK 3. Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği .....	116
EK 4. Çiftler Uyum Ölçeği.....	117
EK 5. İlişki Doyumu Ölçeği.....	118
EK 6 Demografik Bilgi Formu.....	119

## GİRİŞ

Son yıllarda ülkemizde aile ve evlilik konularına ilgi giderek artmaktadır. Aile; insanın sosyalleşme sürecinde, toplumda var olmasını sağlayan en küçük gruptur; dolayısıyla insan hayatında toplumsal yaşamın sürdürülmesinde önemli bir kurumdur. Bu önemli kurumun kurulması da evlilik yoluyla gerçekleşmektedir. İnsanlar evlilik yoluyla sevmeye, sevilme, ait olma ve cinsellik gibi temel ihtiyaçlarını karşılarken aynı zamanda insan neslinin devamını sağlayarak kültürel değerlerini korumaktadır. Evlilik ilişkisi insanlar için aranan ve zorluklarına rağmen sürdürülmeye çalışılan bir ilişki türüdür. Evlilik yoluyla bireye, aileye ve topluma katkı sağlanmaktadır.

Evlilikle ilgili çalışılan en önemli değişkenler kişilerin yaşamlarının birçok yönünü etkilediği için evlilik uyumu ve doyum kavramlarıdır. Evlilik uyumu genel bir kavram olup; eşler arası anlaşma, doyum, birliktelik ve duygusal ifadeyi içeren dinamik bir süreçtir (Spanier, 1976). Doyum ise ilişkide kişilerin öznel değerlendirmesine bağlı olarak ortaya çıkan bireysel bir algıdır; aynı zamanda evlilik uyumunun bir sonucu olarak ele alınan statik bir kavramdır (Hendrick, 1988). Sonuç olarak, evlilik uyumu ve doyum doğrudan ve dolaylı olarak aile biriminin korunmasına fayda sağlamaktadır. Alanyazın incelendiğinde evlilik uyumu ve doyumuna demografik değişkenlerin (Gürsoy, 2004; Spanier vd., 1975), psiko-sosyal etmenlerin (Feeney, 2002; Finkenauer, 2004; Rosen-Grandon, 1999), evlilikteki cinsel yaşamın (Akın ve Çelik, 2015; Dokur ve Profeta, 2006; Kudiaki, 2002), eşlerin benlik algılamalarının (Erol ve Orth, 2014; Sharpley ve Khan, 1980), değerlerinin (Özen, 2006), eşlerin benzer-tamamlayıcı (Gaunt, 2006; Gonzaga vd., 2007) ve kültürel özelliklerinin (Kordzo-Adonu, 2005) etkileri sıklıkla incelenmiştir. Evlilik bağlamında uyum ve doyum ile benlik kurguları arasındaki çalışmalara da nadir rastlanmaktadır (Day ve Impett, 2018; Gündoğdu, 2007; Kuşçu, 2019).

Sosyal bir sistem olan evlilik içerisinde evli kişilerin sahip olduğu benzer veya farklı özellikler ilişkiyi pek çok açıdan etkilemektedir. İnsanların çoğu çatışmanın yaşanmadığı bir ilişkiyi devam ettirebilmek için sosyal ve kültürel açıdan kendisine benzer kişilerle evlenme istegindedir. Bu, evli bireylerin daha uyumlu olmalarını ve ilişki sürekliliğini sağlamaktadır. Benzer kişilerle beraber olmanın güven verici ve rahatlatıcı olduğu; aynı zamanda evlilik içinde çatışma ve anlaşmazlıkları azalttığı düşünülmektedir (Barelds ve Barelds-Dijkstra, 2007). Yapılan çalışmalar özellikle eşlerin kişilik, duygu ve değer benzerliğinin evlilik

yaşantısına olumlu katkı sağladığını göstermektedir (Gonzaga vd., 2007; Russel ve Wells, 1991). Bu çalışmada ise daha önce çalışılmayan benlik kurgusu benzerliğinin evlilik uyumu ve doyumuna etkisi incelenmektedir.

Evlilikten alınan doyumun ve çiftlerin evlilik uyumunun anlaşılması içinde bireylerin ilişkileri içerisinde kendilerini nasıl tanımladıkları önemlidir. Benlik, sosyal etkileşim yoluyla oluşan sosyal bir yapı olarak tanımlanmaktadır (Kağıtçıbaşı, 1996; 2005; 2007). Kişilerarası ilişkilerde bireylerin kendilerine atfettikleri düşünce, duygu ve davranışın kavramsallaştırılması olan benlik kurgusu da evlilik ilişkisinin anlaşılmasında ve çiftlerin ilişkilerinde uyumun ve doyumun nasıl şekillendiğini göstermesi açısından önemlidir. Kültüre, yetişilen sosyal ortama, bireye atfedilen rollere ve değerlere bağlı şekilde gelişen benlik kurgularının ve evlilik olgusunun birlikte ele alınması da bu anlamda literatüre katkı sağlayacaktır.

Ele alınan konunun model test etme ve evlilik bağlamında incelenmesinin de alanyazına katkıları olacaktır. Sıklıkla aile bağlamında değerlendirilen özerk-ilişkisel benlik modeli, kişinin yaşamında önemli görülen evlilik içerisinde eşle ilişki bakımından ilk defa test edilecektir. Aynı zamanda evli çiftlerin benlik kurguları benzerliğinin evlilik uyumu ve doyumunu etkileyip etkilemediği üzerinden yola çıkılarak aile ve çift terapilerine yeni bir bakış açısı kazandırması, araştırmacılara ve uzmanlara yol gösterici olması beklenmektedir.

Yapılan çalışmada araştırmaya katılan evli bireylerin ölçeklerde yer alan maddeleri içtenlik ve samimiyetle cevapladıkları varsayılmaktadır. Aynı zamanda araştırmada kullanılan ölçme araçlarının kültürel anlamda uygun olduğu ve araştırma amacına uygun verileri sağlayacağı düşünülmektedir.

# 1. BÖLÜM

## 1. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde; evlilik ilişkisi, eş seçimi ve evlilikte benzerlik/tamamlayıcılığın rolü, evlilik uyumu, evlilik doyumu, benlik, benlik kurguları, evlilik ilişkisi içinde benlik kavramları detaylı bir şekilde ele alınmıştır.

### 1.1. Evlilik

Evlilik, birey ve toplum yaşamında her zaman önemli görülen ve son yıllarda özellikle birçok yönüyle akademik çalışmalara konu olan bir kavramdır. Aile birliğinin oluşumunun önemli adımı olan evlilik, kişinin yaşamında önemli bir karardır. Bireyin sevme, sevilme, ait olma, güvenlik, yaşantı paylaşma, değer görme gibi ihtiyaçlarının yanı sıra cinsellik ve neslini devam ettirme gibi biyolojik ihtiyaçlarının da karşılanması çoğunlukla evlilik yoluyla gerçekleşmektedir.

Yaklaşık dört bin yıllık geçmişi olduğu kabul edilen evlilik kurumu insanın yarattığı, toplum düzenini koruyan gelenek ve kültürün sürekliliğini sağlayan devlet tarafından desteklenen en küçük toplum birimi olarak tanımlanmaktadır (Yıldırım, 1993). Evlilik, aile temelini iki kişinin kalıcı bağlılığıyla oluşturan, sonraki neslin birlikte yetiştirildiği en temel insan ilişkisi olarak görülmektedir (Larson ve Holman, 1994). Saxton da (1982) benzer şekilde evliliği kadın ve erkeğin kendi türünün devamı için aile oluşturması, oluşturdukları aile bireylerine karşı sorumlulukları olan evrensel bir sistem olarak tanımlamaktadır.

Kültürlere göre farklılık gösteren evlilik, aile ilişkisinin temeli olup; evrensel bir şekilde geleneksel ve resmi tek birliktelik yoludur (Berscheid ve Regan, 2005). Canel (2007) aile olabilmek için öncelikle eşlerin, karı-koca ilişkisi içerisinde, sağlıklı iletişim sürdürebilmesi, çatışma ve problem çözme becerilerinin gelişmiş olması, aralarında saygı ve sevginin olması ve karşılıklı sosyal destek sağlaması gerektiğini belirtir. Sungur (2009), daha genel bir şekilde evliliği, farklı geçmişten gelen iki insanın beklenti ve ihtiyaçları doğrultusunda uyumlu bir şekilde yaşamlarına devam etmeleri olarak ele alır. Fowers (1993) evliliği bireyin benliğini diğer insanın benliğiyle birleştirerek mutlu olmayı ve kişiliği geliştirmeyi sağlayan bir kurum olarak tanımlar (akt., Çelik ve Yazgan-İnanç, 2009). Onaylanmış bir birliktelik olan evlilik ile iki kişinin sürdürecekleri yaşam biçimi, kültür,

düşünce, inanç ve çocuk sahibi olmayla ilgili kararları şekillendirmektedir (Şenel, 2009).

Tanımlardan anlaşılacağı üzere evlilik, pek çok yönü olan, bireylerin önemli ihtiyaçlarını karşılama işlevi gören bir kurumdur. Aynı zamanda evlilik çiftlerin duygusal ve psikolojik gelişimlerine katkıda bulunabilmektedir ve bu sayede toplumsal hayatın en temeli olan ailenin sürekliliği sağlanmaktadır.

Ülkemizde evliliğe yüklenen anlamın nasıl bir değişim geçirdiğini bilmek, uzun bir tarihi olan evliliği daha iyi anlamamıza yardımcı olacaktır. Türkiye’de özellikle 1950’lerden sonra kentleşmenin hızlanmasıyla ekonomik, sosyal, kültürel değişimler meydana gelmiş ve sonraki yıllarda teknolojinin de gelişimiyle aile yapısında önemli değişimler gözlemlenmiştir. Bu süreçte kırdan kente göç etme ve buna bağlı olarak yakın akraba evliliklerinin azalması, geniş ailenin yerini çekirdek ailenin alması, kadının toplumsal yaşama katılma olanaklarının sınırlı da olsa artması ve ekonomik bağımsızlık kazanması, eğitim seviyesinin yükselmesi ve geleneksel aile yapısından modern yapıya geçiş gibi önemli değişimler yaşanmaktadır (Zengin, 2018). Aileyi dönüştürücü bu değişimler evlilik yaşının yükselmesine, boşanmaların artmasına ve evlilik sayılarının azalmasına yol açarak evlilik yapısında da değişimler yaratmıştır (Aydın ve Baran, 2010).

Günümüzde kişiler özel yaşamlarında ‘kendini keşfe ’ odaklanan birey merkezli yaşam tarzı da sürdürebilmektedir. Özellikle eş seçimindeki bireysellik ve evlilik beklentilerindeki artış, kişilerin evlilik konusunda çekimser kalmasına ve dolayısıyla evlilik ve aile kurumunun değerinin azalmasına da yol açmış görünmektedir. Özellikle şehirli, eğitilmiş, gelir düzeyi yüksek ve kariyer peşinde olan kişiler eş ve çocuk sorumluluğu almak istememektedir (Şentürk, 2008). Cinselliğin evlilik olmaksızın yaşanabilmesi, gençlerin bekâr ve yalnız yaşama eğilimlerini yükseltmiş görünmektedir. Özellikle evliliğe ve aileye yönelik tutumlarda genç ve yaşlı kuşaklar arasındaki ayrılıklar Türk aile yapısının değişimini göstermektedir. Gençlerin aileye bakışlarının esnek olması, nikâh bağı olmadan sürdürülen ilişkilere daha açık olması, bireysel şekilde hayatlarına devam etme istekleri, yaşlı kuşak tarafından ailenin değerinin düştüğü şeklinde algılanmaktadır (Süleymanov, 2009). Yaşanan tüm bu değişimlere karşın evlilik olgusu hala önemini korumakta ve işlevini devam ettirmektedir. Türk toplumu hem çağdaş hem de geleneksel özellikleriyle aile yapısını sürdürmektedir (Canel, 2007).



Evliliğin anlamının zaman içinde nasıl değiştiğini anlamanın yanı sıra, gereğinin ve nedenlerinin de bilinmesi evliliğin dinamiklerini anlamak için faydalı olacaktır. Evliliğin nedenlerini üç temel motivasyona dayanarak ele almak mümkündür (Özgüven, 2014). Bunlardan ilki, ilişkinin hazzını sürdürebilme ve üreyebilmeye ilişkin biyolojik motivasyondur. Cinsel güdüyü doyumayı içine alan biyolojik ihtiyaçlar evliliğin en temel işlevlerindedir. İkincisi, psikolojik ihtiyaçlar, sevme, sevilme, beğenilme gibi psikolojik motivasyonlardır. Kadın ve erkek, evlilik ilişkisi içinde özellikle önemli olan sevgi ve beğenilme ihtiyaçlarını doyururlar ve kendilerini birbirlerine adarlar. Son olarak toplumun beklenti ve değer yargılarına uygun olarak yaşamaktan duyulan hazla, bireylerin birbirlerine destek oldukları, korunma ve kazanılan statüyle ilgili olan sosyal motivasyonlardan söz edilmektedir. Evlilikler bu ve benzeri motivasyonlardan beslenmektedir (Boran, 2003).

Canel (2012) istendik ve amaçlı bir şekilde gerçekleştirilen evliliğin amaçlarını benzer şekilde sıralamıştır:

- Sevme sevilme ihtiyacı
- Biyolojik, psikolojik ve sosyal gereksinimlerin doyurulması
- Yeni nesiller üretme
- Toplumda yer edinebilme
- Güvenlik ve korunma ihtiyacının giderilmesi
- Dayanışma duygusunu hissetme
- Geleceğe güvenle bakabilme
- Cinsel yaşamın sağlıklı şekilde sürdürülmesi
- Kişilerin birbirlerinden onur duyabilmesi

Sosyolojik olarak toplumun temel birimi sayılan ailenin başlangıç birimi evlilik kurumudur. Beraberliklerin resmi şekli olan evliliğin ne olduğunu, geçirdiği değişim evrelerini ve nedenlerini bilmek çok boyutlu olan evliliğin anlaşılmasında önemlidir. Evliliklerin sağlıklı bir şekilde yürütülmesinde başlangıçta evlilik kararının sağlıklı verilmesi

ile ilişkilidir. Genellikle evliliklerin uyumlu ve doyumlu bir şekilde devam edebilmesinde bireylerin öncelikle kendilerinin daha sonra da eş adaylarında aradıkları özelliklerin farkında olmaları ve buna göre eş seçimlerini gerçekleştirmelerinin rolü olduğu söylenebilir.

İlişkilerin başlaması ve sürdürülmesinde kişisel özellikler önemli etkiye sahiptir. Kişiler kendilerine uygun eş seçerken daha çok kendilerine benzer özellikler taşıyan kişileri tercih etmektedirler (Gonzaga vd., 2007). Luo ve Klohnen (2005) zamanla birbirine benzeme şansı az olan yeni evli çiftlerin çeşitli tutum ve kişilikle ilgili boyutlarda benzer olduğunu bulmuştur.

1200'den fazla evli çift ile yapılan bir araştırmada kişilik özellikleri için eş benzerliğinin seçim süreçlerinden mi yoksa zaman içerisindeki eş yaklaşmasından mı kaynaklandığı araştırılmıştır (Humbad vd., 2010). Sonuçlar, daha uzun süre evlilik içerisinde olan eşlerin seçim süreçlerinin eş benzerliğini daha iyi açıkladığını göstermektedir.

Ruh sağlığı ve kişilik özelliklerindeki eş benzerliğinin rastgele olmadığını gösterildiği çalışmada, eş benzerliğinin büyük bir bölümü eşlerin birbirlerini tanımasından kısa bir süre sonraki süreçle açıklanmaktadır. Aynı zamanda tüm ilişki sürelerinde gözlemlenen benzerlik seviyesi ve eşler arasındaki yaklaşma, eşler arasındaki karşılıklı bağımlılıkla ilişkilidir (Ask, 2013).

Partnerlerin benzer özelliklere sahip olmasının kendini doğrulamayı güçlendirdiği, anlayışı ve yakınlığı arttırdığı bilinmektedir (Aron vd., 1991). İnsanlar eşlerinin kendilerine benzer olmalarını arzu etmektedirler. Yakın zamanda çıkmaya başlayan çiftlerle yapılan çalışmada, çiftlerin yaş, etnik köken, kişisel ilgi alanları, değerler ve politik tutumlarda yüksek düzeyde benzerlik gösterdikleri, kişilik alanlarında daha zayıf benzerlik gösterdikleri bulunmuştur (Luo, 2009).

Özetle, hem kısa hem de uzun süreden beri evli çiftlerle yapılan çalışmalarda kişilerin kendilerine benzer özelliklere sahip kişilerle evlenmeyi tercih ettikleri ve evlilik içerisinde de zamanla yaklaşmaya bağlı olarak benzerliklerinin arttığına dair bulgular elde edilmiştir.

## **1.2. Evliliğin Başlangıcı: Eş Seçme Süreci**

Evlilik kararı insan yaşamında önemli görülmektedir. Bu karar belki de bireyin hayatının önemli bir kısmını birlikte geçireceği kişiyi seçmesi ile gerçekleşir. İki insan

birbirini neden tercih eder? Evliliğin nasıl kurulduğu ve eş seçimi, özellikle son yıllarda araştırılmaların yoğunlaştığı bir konudur (Şenel, 2009). Geleneksel yaşamda genelde bireylerin kimlerle evleneceği, aileler tarafından verilen kararlarla görücü usulü evlilik yoluyla gerçekleşmekteydi. Kişinin söz hakkının bulunmadığı bu evlilik türünde eş seçimi ailelerin tercihine bağlıydı. Günümüzün modern yaşamında ise eş seçiminde kişilerin kendi isteklerinin ön plana çıkması ve seçimlerini özgürce yapabilmeleri, tercihlerini nasıl yaptıklarıyla ve tercihlerinin nelerden etkilendiğiyle ilgili kuramları ortaya çıkarmıştır (Bacanlı, 2001).

Evlilik için eş seçimi kararları farklı nedenlerle alınabilmektedir. Genel anlamda eş seçimini etkileyen faktörlerle ilgili çeşitli kuramlar geliştirilmiştir. Bunlardan en çok bilinenleri evrim kuramı, psikanalitik kuram, sosyal takas kuramı, sosyal yapı (rol) kuramı, uyaran değer rol kuramlarıdır. Ayrıca eş seçiminde benzerlik ve tamamlama(n)manın rol oynadığına dair açıklamalar da bulunmaktadır.

Darwin'in (1859) doğal seçim görüşüne dayanan evrim kuramına göre çevredeki değişimlere uyum sağlama konusunda başarılı olan türler hayatta kalmakta ve neslini devam ettirebilmektedir. Bu yaklaşıma göre neslini devam ettirmek isteyen organizma karşı cins elde edebilmek için mücadele etmelidir. Evrim kuramı, eş seçiminde cinsiyetler arası farklılıklar olduğunu bildirmektedir. Buss (1989) kadınların genellikle partnerlerinde varlıkları, güç sahibi ve çalışkan olma gibi kriterler aradıklarını; erkeklerin ise eş adaylarında doğurgan olma ve fiziksel çekiciliği (göğüs-kalça oranı, yüz güzelliği vb.) aradıklarını öne sürer. Yani evrimci yaklaşıma göre kadın ve erkeklerin hayatta kalabilmek ve nesillerini devam ettirebilmek için etkilendikleri özellikler farklılıklar göstermektedir.

Öte yandan Freud, eş seçiminin bilinçdışı karmaşık süreçler yoluyla gerçekleştiğini iddia etmektedir. Ona göre eş seçiminde psikoseksüel gelişim basamaklarından ödipal/fallik döneme saplanmanın önemli etkileri bulunmaktadır. Kuramda, çocukların karşı cins ebeveynine hissettikleri yakınlığın etkisiyle erkeklerin annelerine, kızların da babalarına benzer kişileri eş olarak tercih ettikleri ileri sürülmektedir (Kemp, 1995). Ayrıca kurama göre, bir kişi bastırıldığı benliğinin özelliklerini sergileyen biri ile karşılaştığında onun cazibesine kapılabilmekte ya da bu kişi aslında bilinçaltında nefret edilen biri olabilmektedir (Özgüven, 2014).

Sosyal takas kuramı, eş seçim sürecinde adayın karşılıklı ödül-bedel kıyaslamasına göre değerlendirildiğini ve seçimin buna göre yapıldığını öne süren bir yaklaşımdır. Bu yaklaşıma göre eşi çekici kılan özellikler (cinsellik, fiziksel özellik, statü vb.) ödül olarak; eşin olumsuz özellikleri (işsizlik, bağımlılık vb.) kayıp yani bedel olarak değerlendirilmektedir. Bunların yanında tercih edilebilecek diğer seçenekler de eş adayının değerlendirilmesini etkilemektedir. Sosyal ilişkilerin değiş tokuş olarak yürütüldüğünü kabul eden kurama göre en yüksek ödül ve en düşük bedelin sağlandığı ilişki en kazançlı ilişkidir (Sprecher, 1998).

Sosyal yapı (rol) kuramı, eş seçimini toplumun kadın ve erkeğe biçtiği roller üzerinden açıklamaktadır. Her iki cinsiyet de kendilerinden beklenen iş, evlilik ve aile rollerine göre eş tercihinde bulunmaktadır. Toplumsal roller kültürden kültüre farklılık gösterse de genellikle kadınlardan beklenen, bakım sağlama becerisi, ilgili olma, duygusal yetkinlik, sevgi vb. iken, erkeklerden beklenenler, maddi kazanç, güç, mücadele, girişkenlik vb. özelliklerdir. Bu özelliklere sahip olmak kadın ve erkeği eş adayı için çekici kılmaktadır (Eagly ve Wood, 1999).

Uyaran-değer-rol kuramını geliştiren Murstein'a (1970) göre çiftlerin birbirini tanıdığı ilişki sürecinin üç aşamada gerçekleştiği vurgulanmaktadır. 'Uyaran dönemi' kadın ve erkeğin ilk etkileşimlerinin ortaya çıktığı karşılaşma dönemidir. Çiftler için ilk uyaran değişkenleri olumlu ise 'değerlerin karşılaştırıldığı' ikinci döneme geçilir. Bu dönem kişilerin ilgi, tutum, inanç ve gereksinimlerini sözel olarak ifade ettikleri ve bu değerlerinin birbirlerine uygunluğu konusunda hem fikir oldukları dönemdir. İlk iki döneme göre daha karmaşık olan son aşama ise 'rol dönemidir'. Bu dönemde çiftler karşılıklı oynadıkları rollere göre birbirlerine uygunluklarını test ederler. Kişiler tüm bunların değerlendirilmesiyle eş seçiminde bir sonuca ulaşırlar.

Görüldüğü üzere birçok kuramda kişinin eş seçiminde etkili olan özellikleri ele alınmış ve eş seçimi davranışında etkili olan özellikler açıklanmaya çalışılmıştır. Eş seçiminde önemli görüldüğü için birçok araştırmaya konu olan ve bu çalışmada da ön plana alınan benzerlik ve tamamlama kuramını da ayrıntılı şekilde açıklamanın uygun olacağı düşünülmüştür.

### 1.2.1. Eş Seçiminde Benzerlik ve Tamamlayıcılığın Rolü

Evlilik ilişkisinde kişilerin hem benzer gereksinimlerini hem de birbirini tamamlayan gereksinimlerini doyurabilmesi önemlidir (Bilen, 2009). Benzerlik teorisine göre kişiler eş seçiminde ırk, sosyoekonomik düzey, inanç, tutum, aile yapısı, zekâ düzeyi açısından kendilerine daha çok benzeri seçme eğilimindedir (Lauer ve Lauer, 1991; akt. Kasapkara ve Kasapkara, 2013). Genelde kendisine benzer kişilerle beraber olmasının kişi için güvenli ve rahatlatıcı olacağı düşünülebilir. Dolayısıyla birbirine daha çok benzeyen eşlerde çatışma ve aile içi problemlerin daha az olması ve evlilik başarısının yükselmesi beklenebilir. Kişilerin birbirlerine benzemeleri ve bu sayede etkileşimin kolaylaşması sayesinde eşler ortaya çıkabilecek sorunlarda daha objektif ve gerçekçi tutumlar sergileyebilir. Bunun sonucunda eşlerin birbirlerini anlamalarının daha kolay olmasının da evlilikte mutlu olma olasılığını artırması beklentisinden sözedilmektedir (Özgüven, 2014).

Tutum, değer ve yaşam biçimi bakımından benzer kişilerin birbirlerine çekici gelmesinin sebebi olarak kendini doğrulama da sayılmaktadır. Kişilerin tutum ve değerleri benzediğinde kişi kendini desteklenmiş hisseder. Aynı zamanda tutum ve değerler bakımından benzer kişilerin birbirlerini eş seçmesinin sebebi bilinmeyenden kaçınma olarak düşünülebilir. Bu yaklaşıma göre kişiler etraflarında tutum ve değerlerini tahmin edebildiği biriyle olmak isterler (Santrock, 2014).

Benzerlik görüşüne göre yakın ilişki içerisinde olan çiftler birbirlerine zamanla daha da çok benzemeye başlarlar. Örneğin; zaman içinde çiftler duygusal tepkilerinde daha fazla aynı hale gelmektedirler (Gonzaga vd., 2007). Anderson vd. (2003) da duygusal benzerliğin üç ilişkiyel yararından bahsetmiştir:

- Duygular bir bireyin çevreye verdiği tepkiyi düzenlediğinden duygusal benzerlik çiftin çevreye tepkisini koordine eder.
- Duygusal deneyimlerdeki benzerlik, partnerlerin birbirlerinin duygusal durumlarını anlamalarını sağlar.
- Duygu benzerliğine sahip partnerler, kendi duygularının önemli bir başkasında da mevcut olduğunu görür, böylece algılanan duygu her iki partner içinde geçerli sayılır.

Çatışma sırasında yüksek, ancak benzer öfke düzeyine sahip bir çift, çatışma seviyesi yüksek ancak farklı seviyelerde öfke düzeylerine sahip bir çiftle kıyasla üç ilişkisel avantaja sahip olacaktır (Gonzaga vd., 2007). Benzer çiftler;

- birbirlerinin duygusal durumlarını daha iyi anlar (örneğin, “o kızgın olmalı çünkü ben de kızgınım’’),
- çatışma sırasındaki tepkilerini koordine eder (örneğin, ikisi de birbirinden kopuk olmak yerine etkileşime katılır),
- kişiler öfke duygusunu birlikte paylaştıkları için kendilerini doğrulanmış hissederler (örneğin, “en azından o da kızgın, bu durumu umursuyor’’).

Benzerlik kuramı tutum, değer ve yaşam biçimi bakımından benzer kişilerin birbirini eş olarak seçtiği görüşüne dayanmaktadır. Ayrıca benzerliği dikkate alarak eş seçimi yapan çiftlerin çatışma ve anlaşmazlıklarının daha az olacağı ve ilişkilerinde daha mutlu olacakları belirtilmektedir. Yine bu çiftlerin zamanla daha çok birbirlerine benzeyecekleri ve bunun ilişkide olumlu katkılarının olmasının beklendiği söylenebilir. Genelde arkadaş ve sevgililerin bize benzeme olasılığı benzememe olasılığından daha fazladır (Santrock, 2014).

Öte yandan tamamlama(n)ma açıklamalarına göre benzerliğin aksine, kişi kendisinde olmayan özelliklerdeki bir eş adayını çekici bulabilir. Bu kişiler kendilerinden farklı olarak kendilerini tamamlayıcı özelliklere sahip kişilerle birlikte olmak isterler (Schellenberg ve Bee, 1960). Bu farklılık hem kişilik (baskın birinin yumuşak başlı biriyle olması) hem de nitelik (zengin ve yaşlı birinin güzel ve genç biriyle olması) bakımından olabilir. Winch, Ktanes ve Ktanes (1954) tarafından oluşturulan birbirini tamamlayan gereksinimler kuramına göre, birey benzer arkadaş grubundan veya çevresinden eş olmaya aday kişilerden en uygun kişiyi gereksinimleri doğrultusunda eş olarak seçer. Kişilerin gereksinim örüntüleri benzerlikten ziyade zıttır veya tamamlayıcıdır (Efe, 2013). Freudcu bakış açısına göre kadının bir gereksinimi erkeğin farklı bir gereksinimini tamamlamaktadır. Sakin kişiliğe sahip birinin uyumlu bir kişiyle olmak istemesi ya da bir tarafın yüksek itaatkârlık gereksiniminin diğerinin hükmetme gereksinimini çekmesi buna örnek verilebilir (Şenel, 2009). Eş seçiminde tamamlayıcılığa önem veren kişilerin bir araya gelmesiyle niteliğin ve yaşantının zengin olacağı ve bunun da ilişki açısından yararlı olacağı savunulmaktadır (Bacanlı, 2001).

Kuramsal görüşleri de dikkate alarak eş seçiminin kişiden kişiye, toplumdaki topluma, kültürden kültüre değişebildiği söylenebilir. Yine de alanyazın incelendiğinde evlilik kararı ve eş seçiminde bazı özelliklerin ön planda olduğu görülmektedir.

Ülkemizde kişilerin eş seçimini etkileyen görüş ve inançların araştırıldığı nitel bir çalışmada kişisel özellikler, çiftler arası uyum, değerler, maddiyat, çevre etkisi ve fiziksel çekiciliğin eş seçimini etkilediği bulunmuştur (Sancak-Aydın ve Demir, 2017). Özellikle kadınlar için maddiyat, uyum, eğitim, benzer özellikler ve iletişimin; erkekler için de fiziksel çekicilik, uyum, politik görüş, benzer özellikler ve güvenilirliğin eş seçiminde önemli görüldüğü bulunmuştur. Her iki cinsiyet için de benzer özelliklere sahip olmak önemli görülmektedir (Gaunt, 2006).

Usluoğlu vd. (2015) yaptıkları çalışmada sağlık alanında çalışan kadınların eş seçimiyle ilgili görüşlerini incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre kadınlar, eşlerinin kişilik özellikleri ve sosyal statü bakımından kendilerinden farklı, ancak ekonomik durum, aile uyumu, kişisel zevkler ve kültürel temalar bakımından kendilerine benzer olmasını tercih etmektedirler. Kadınlar potansiyel eşlerinin sevecen ve ilgili olmayla ilişkili babalık özelliklerine sahip olmasını beklemektedir. Ailenin onayının alınmasının, uyumun ve benzerliğin öneminin vurgulandığı çalışmanın sonuçlarının Türk toplumunun bağımsız fakat duygusal olarak aileye bağlı yapıya sahip olduğunun ve bunun da eş seçimini etkilemesiyle açıklamanın mümkün olduğu belirtilmiştir (Kağıtçıbaşı, 2007).

20-30 yaş arası bekâr erkeklerle yapılan bir çalışmada, kişilerin eş seçimine yönelik tutumları incelenmiştir (Kasapkara ve Kasapkara, 2013). ‘Evlenmeye karar verdiğimde partnerimle benzer özelliklere sahip olmak önemlidir’ ve ‘Benim kişilik özelliklerimin tam tersine sahip kişiyle evlenmeliyim’ birbirinin zıttı olan bu sorulara katılımcıların çelişkili cevaplar verdiği görülmüştür. Yani kişilerin, eş adaylarında hem kendilerine benzer hem de kendilerinde olmayan özellikleri aradıkları söylenebilir.

Hem erkekler hem de kadınların sıcaklık ve güvenilirliği ön planda tutarak eş seçiminde bulduklarını gösteren çalışmada her iki cinsiyet için de samimiyet ve güvenin ait olma ihtiyacını karşıladığı bulunmuştur (Valentine vd., 2020).

Çevrimiçi ortamda tanışıp evlenen evli çiftlerle yapılan çalışmada, çiftlerin kişilik, duygu deneyimleri ve ilgi alanlarındaki benzerlik durumları incelenmiştir. Evli çiftlerin

online tanışmadan önce de kişilik ve ilgi alanları açısından benzer oldukları bulunmuştur (Gonzaga vd., 2010).

Son 30 yıldaki çiftler arası benzerlik araştırmalarının kapsamlı incelemesi, eş seçiminde benzerliği etkileri konusunda ciddi kanıtlar bulunduğunu göstermektedir. Bulgular, eşler arası benzerliğin en çok demografik değişkenler ve tutumlarda; en az fiziksel ve kişilik özelliklerinde olduğunu göstermektedir. Değerler, zekâ, ilgi alanları ve zihinsel sağlıkta da eşlerin orta düzeyde benzer oldukları görülmüştür (Luo, 2017). Çünkü tutumlar, değerler ve ilgi alanlarındaki benzerlikler, psikolojik olarak ödüllendirici ve bulunması kolaydır (Byrne, 1971). Kişilik benzerliğinin daha arka planda kalmasının sebebi ise daha az önemli görülmesi ve kişiliğin ortaya çıkmasının daha uzun sürmesidir. Aynı zamanda eş, kendisiyle ilgili hoşlanmadığı bir özelliğe sahipse eşinde kişilik benzerliği caydırıcı olmaktadır (Luo ve Klohnen, 2005; Watson vd., 2004).

Bireylerin eş seçim dinamikleri, farklı yaklaşımlar çerçevesinde araştırılan ve birçok bağlamda önemli olan bir konudur. Bu kısımda eş seçim kuramları ve özellikle eş seçiminde önemli katkısı olduğu düşünülen benzerlik ve tamamlayıcılığın evlilik ilişkisindeki öneminden bahsedilmiştir.

Evliliklerin sağlıklı yürütülmesinde eş seçiminin önemli olduğu görülmektedir. Bununla birlikte evlilik ilişkisinde uyum ve doyum da önemlidir. Özellikle eşler uyum ve doyum konusunu hem evliliği hem de yaşamlarının diğer yönlerini etkileyen faktörler olarak görmektedirler. Dolayısıyla bu bölümde evlilik uyumu, doyum kavramları ve bunları etkileyen faktörler ayrıntılı ele alınacaktır.

Araştırma sonuçlarına göre kişilerin, büyük ölçüde eş adayları arasından tutum, değer ve yaşam biçimleri bakımından kendilerine benzer olanı seçtikleri anlaşılmaktadır. Aynı zamanda kişiler, evliliklerinde çeşitlilik ve farklılığın evliliklerine zenginlik katacaklarını düşünerek tamamlayıcılığa dayalı olarak da evliliklerini gerçekleştirebilmektedir. Ancak eş seçimleri benzerlik veya farklılığa dayalı olarak gerçekleştirilse de önemli bir konu da aralarındaki denge ve uyumu gözeterek ilişkilerini sürdürmeleridir.



### 1.3. Evlilik Uyumu ve Eşler Arası Benzerliğin Uyumla İlişkisi

Canel'e (2007) göre toplumsal yaşamın sürekliliği için aile devamlılığı önemlidir. Bireyler sosyal, duygusal, psikolojik gelişimlerini aile içinde karşılarlar. Aile içerisinde kurulan sağlıklı ve işlevsel ilişkiler bireylerin gelişimlerini olumlu etkiler. Sağlıklı ve uzun süreli evliliklerin de en önemli göstergesi çiftler arası uyumdur. Bu yüzden evlilik ilişkisinin başarılı ve işlevsel bir şekilde sürdürülmesi evlilik uyumuna bağlıdır (Canel, 2007).

Evlilik ilişkisi, evlilik uyumu, evlilik doyumu, ilişki istikrarı, mutluluk gibi kavramlar pek çok araştırmaya konu olmuştur. Bu kavramlar genel olarak evlilik ilişkisinin kalitesini tanımlamaktadır. Evlilik kalitesi iki boyutlu bir yapı içermektedir. İlk boyutta evlilik uyumu, mutluluk, doyum gibi yapılar yer alırken, diğer boyutta uyumsuzluk ve boşanmaya isteklilik gibi olumsuz yapılar yer almaktadır (Spanier ve Lewis, 1980). Evlilik kalitesinin en önemli yordayıcısının da uyum olduğu düşünülmektedir. Yapılan çalışmalarda evliliğin niteliğini belirlemede genellikle uyum ölçümlerinin kullanılması bunu göstermektedir (Erbek vd., 2005).

Araştırmacılar evlilik uyumunu farklı şekillerde tanımlamışlardır. En eski evlilik uyumu tanımı Cottrell (1933) tarafından evli bireylerin kendi yetiştikleri ailelerinden getirdikleri ilişki sistemlerini ve durumlarını kendi evliliklerinde uygulamaları olarak tanımlanmıştır (akt. Ahn, 2006). Evlilik uyumu, eşlerin birbirlerine ve değişen koşullara uyum göstererek ilişki içerisindeki gereksinimlerini karşılamalarıdır (Spanier, 1972; Spanier ve Lewis, 1980). Uyumlu evlilik başka bir tanıma göre, evliliğin çoğu alanında anlaşmazlık yaşanmayan, iletişimin sağlıklı kurulabildiği ve sorunların her iki taraf açısından da ılımlı çözümlenebildiği bir süreçtir (Sabatelli, 1988). Evlilikte eşlerin mutluluk düzeylerinin yüksek olması, ilişkilerinden ve birbirlerinden doyum sağlamaları, evliliğin uyum içinde sürdürülmesini sağlamaktadır (Sinha ve Mukerjee, 1990). Fışiloğlu'na göre ise (2001) evlilik uyumu, eşlerin evlilik içerisindeki değişimleri birbirlerine ve evliliğin bütünlüğüne göre uyumlu şekilde benimsemeleridir.

Evlilik uyumu kavramının eşlerin birbirlerinin ilgi, amaç, değer, yaşama bakış paylaşımları ve ilişkiden alınan doyum düzeyi gibi öznel değerlendirmeleri (Yeşilyaprak, 2003), aynı zamanda eşlerin her birinin ilişki sürdürme kapasitesi gibi ilişki niteliği değerlendirmelerini içerdiği görülmektedir (Erbek vd., 2005).

Halford vd. (1997) evlilik uyumunu tanımlarken dört özellikten bahsetmiştir. Bunlar:

- Evlilik ilişkisindeki pozitif etkileşimler. Evlilik uyumları yüksek olan çiftler birlikte zaman geçirmekten keyif almaktadır ve ilişkileri daha olumludur.
- Etkili ve başarılı iletişim ile çatışma çözme. Evlilik uyumları yüksek olan çiftlerin çatışma çözümünde daha yapıcı davrandıkları, açık bir iletişim kurdukları ve çatışmadan daha az kaçındıkları söylenebilir.
- Eşe ve ilişkiye karşı pozitif bakış açısı. Evlilik uyumları yüksek olan çiftler evliliklerine ve eşlerine karşı daha olumlu bakış açısına sahip, evlilik uyumları düşük olan kişiler ise eşlerinin olumsuz davranışlarına karşı daha seçicilerdir.
- Olumlu ilişki şemaları. Eşlerin evlilik uyumları arttıkça ilişkiye ve eşlerine karşı geliştirdikleri inanç ve algıları daha olumlu olmaktadır (Çakmak-Tolan, 2015).

Birlikte kaliteli vakit geçirebilme, problemleri etkili iletişim yoluyla çözebilme, ilişkilere olumlu bakış açısıyla yaklaşma ve mutlu olabilme evlilik uyumuyla ilişkili kavramlardır. Bununla birlikte aile kurma kavramının karmaşık olması, evlilik uyumu kavramının da karmaşık olmasına sebep olmaktadır. İlişki algısı ve niteliğini değerlendirmek üzere evlilik uyumu yerine evlilik doyumu, evlilik kalitesi, evlilikte mutluluk gibi farklı kavramlar da kullanılmaktadır. Evlilik uyumunun, evlilik doyumunu ve mutluluğunu da kapsayan genel bir kavram olduğu ileri sürülmektedir (Kalkan, 2002). İki kavramın aynı olup olmadığı araştırmacılar arasında tartışmalı olmakla birlikte, evlilik uyumunun ve doyumunun yordayıcı ya da sonuç değişkenleri olduğu pek çok çalışma bulunmaktadır.

Spanier ve Lewis (1980) evlilik ilişkisi konusundaki çeşitli çalışmalarından sonra ‘Uyumlu evlilik modeli’ diye adlandırdıkları bir model geliştirerek evlilik uyumunu yordayan üç değişkenden bahsetmiştir. Bunlar sosyal-kişisel kaynaklar, yaşam tarzından memnun olma ve evliliğin sağladığı kazançtır. Bireylerin sosyal-kişisel kaynakları, evlilik öncesi kaynaklar, sağlık, kendine güven, fiziksel beceriler gibi evliliğe getirdikleri niteliklerdir. Yaşam tarzından memnuniyet; aile desteği, sosyal çevre ve arkadaş desteği, ekonomik destek gibi değişkenlerden oluşmaktadır. Son olarak, evliliğin sağladığı kazanç etkili ve uygun iletişim, duygusal tatmin ve rol uyumudur. Çiftlerin hayatını şekillendiren bu değişkenler uyumlu ve dengeli bir evliliğin sürdürülmesi için de şarttır. Nitekim yapılan çalışmalar, bireysel ve aile

destekleriyle gerçekleştirilen güçlü evliliklerde, evli bireylerin evli olmayanlara göre daha sağlıklı ve mutlu olduklarını göstermektedir (Rosen-Grandon, 2004).

İnsan, yaşam akışı içerisinde farklı alanlarda çeşitli rollere ve çevresel koşullara uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bu alanlardan biri de insan yaşamında önemli bir etkisi olduğu düşünülen evliliktir. Kaliteli bir evlilik için eşlerin uyum içerisinde olması evlilik yaşamı boyunca gereklidir. Dolayısıyla bu kavramın anlaşılması ve özelliklerinin bilinmesi gereklidir. Evlilik uyumunun ilişkili olduğu pek çok faktör olsa da, bunların bazıları önemli görülmekte ve daha çok incelenmektedir.

### *Evlilik Uyumuyla İlişkili Faktörler*

Neredeyse tüm 20. yy boyunca, evlilik araştırmacıları aktif olarak evlilik uyumuna katkıda bulunan değişkenleri araştırmıştır. Bu çalışmalarda kişilerin evlilik öncesi ve evlilik sürecinde birbirlerinin ihtiyaçlarını iyi bilmesinin, cinsel ilişki, inançlar, değerler, aileye sahip olma isteği ve sorumlulukları, sosyal ilgi alanları, evlilik öncesi alışkanlıklarını devam ettirip ettirmeme konularında konuşup anlaşmalarının önemli olduğu vurgulanmaktadır.

Bir çalışmada evlilik uyumunun birbirleriyle etkileşim içinde olan, aileyle ilgili konularda fikir birliğine varabilen, çatışmalarını olumlu tarzda çözebilen çiftlerde daha yüksek olduğu bulunmuştur (Erbek vd., 2005). Benzer şekilde evli bireylerin sosyal beceri düzeylerinin ve iletişim tarzlarının evlilik ilişkisine katkıda bulunduğu ve çatışma çözümünde etkili olduğu gösterilmiştir (Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002; Stanley vd., 2002). Evlilik uyumu, kişilik özelliklerinin çatışma çözüm tarzlarıyla ilişkisinin incelendiği başka bir çalışmada evlilik uyumu ile olumlu çatışma, dışa dönüklük, uyumluluk ve özdisiplin arasında olumlu; olumsuz çatışma ve nörotiklik arasında olumsuz ilişkiler bulunmuştur (Çakmak-Tolan, 2015). Aralarında açık iletişim kuran eşler, birbirlerinin duygu ve düşüncelerine saygılıdır. Aynı zamanda problemlerini yapıcı şekilde çözebilen kişiler kendilerini karşısındaki kişilerin yerine koyabildikleri gibi problemlerini de duygu-düşüncelerini karşılıklı paylaşarak çözmeye çalışırlar. Tersine, aralarında açık iletişim kurmayan çiftler dolaylı yollarla mesaj ilettiklerinden görüş ve beklentilerini doğrudan ifade edemezler. Bu durum iletişim yetersizliği yaratarak evlilik uyumunu olumsuz etkilemektedir (Özgüven, 2014).

Karşıdaki kişiyi daha iyi anlayabilmek ve etkin bir şekilde dinleyebilmek için etkili iletişimin en temel ögesi olan empatiyi bilmek önemlidir. Dolayısıyla çiftler arası uyumla ilişkili önemli bir faktör de empati becerisidir. Eşlerin çatışma sırasında birbirlerinin duygu ve düşüncelerini anlama, eşin bakış açısıyla olaylara bakabilme, eşle kurulan iletişimin kalitesini aynı zamanda eşler arası uyumu arttırmaktadır (Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002; Soylu ve Kağnıcı, 2015).

Farklı geçmiş yaşantılara sahip iki insanın evlilik yaşantısı hakkında konuşup anlaşabilmeleri önemlidir. Evlenen kişilerin birlikte geçirdikleri zaman boyunca birbirlerinden etkilenmeleri muhtemeldir. Evlilik boyunca eşlerin tutum ve davranışlarının ne kadar değiştiği, değişen veya değişmeyen özelliklerinin evlilik yaşantısına etkisi çok fazla araştırılmamıştır.

Guthrie'e (1968) göre evlilik uyumu üç durumun varlığında gerçekleşebilmektedir.

1. Bireyler eşlerinin beklentileri doğrultusunda tutum ve davranışlarında değişiklik yaptıklarında ve bu değişimler eşlerin davranışlarıyla uyumlu olduğunda,

2. Eşler değişime uyum sağlayabildiğinde, eşlerden biri her ne kadar değişim gösterse de bu davranışsal değişim bir dereceye kadar gerçekleşir Bu değişim eşlerin beklentilerini karşılıyorsa,

3. Kişilerin değiştiremedikleri özellikleri eşler tarafından olduğu şekliyle kabul edildiğinde uyum gerçekleşir (akt., Akın ve Çelik, 2015). O halde çiftlerin birbirlerini tanıyarak kendilerinin ve eşlerinin özelliklerini bilmeleri, beklentilerinin farkında olmaları uyumlu bir evlilik için önemlidir.

Evlilik uyumunun istikrarlı bir ilişki için önemi bilinse de uyumun etkilediği ve etkilendiği dinamikleri anlamak önemlidir. Evlilik uyumunun ve istikrarının değişmeyen-kalıcı özellikler, stresli yaşam olayları ve çiftlerin etkileşimlerinden etkilendiğini savunan Karney ve Bradbury (1995) evliliğin ne şekilde devam edebildiğini anlamak amacıyla incinebilirlik-stres-evlilik uyum modelini geliştirmişlerdir (*VSA-vulnerability-stress-adaptation model of relationships*).

*VSA modeli*, dayanıklı incinebilirlikleri, stresli yaşam olaylarını, uyum süreçlerini, ilişki kalitesi ve istikrarını kapsayan geniş kapsamlı bir modeldir. Modele göre dayanıklı

incinebilirlik ve stres yaratan yaşam olayları uyum süreçleri vasıtasıyla evlilik ilişkisine etki etmektedir. Dayanıklı incinebilirlikler, kişilerin evliliğe getirdikleri kalıcı ve istikrarlı özellikleridir ve evliliği önemli bir şekilde etkilemektedir. Kişilik, etnik köken, köken aileyle geçmiş deneyimler bunlara örnek verilebilir. Evlilik niteliği üzerinde önemli etkisi olan diğer bir etken de çiftlerin geçiş yaşadıkları şiddetli veya süregelen belli olaylar olan stresli yaşam olaylarıdır. Bunlara örnek olarak iş kaybı, ebeveynliğe geçiş, çevre dezavantajı vb. verilebilir. Çiftin etkileşimleri, duygular, davranış beklentileri, bilişleri olarak bilinen uyum süreçleri de evlilik niteliğini etkilemektedir. Modele göre evlilik niteliğine en doğrudan etki uyum süreçleridir (Karney ve Bradbury, 1995; Sakmar-Balkan ve Fışiloğlu, 2017).

Ülkemizde *VSA modeli* kullanılarak duygulanımın dayanıklı incinebilirlik, olumsuz yaşam olaylarının stres etkeni, algılanan sosyal desteğin uyum süreci ve evlilik uyumunun ilişki niteliği olarak değerlendirildiği bir çalışma yapılmıştır. Aktör-Partner Karşılıklı Bağımlılık Modeli (*The Actor-Partner Interdependence Model, APIM*) ile kişilerin hem kendilerinin hem de partnerlerinin etkilerinin incelendiği çalışmada, olumlu duygulanımı yüksek, olumsuz yaşam deneyimi düşük olan erkekler sosyal desteklerini yüksek algılamışlar ve evliliklerinde yüksek oranda uyum göstermişlerdir. Bu sonuç, değişkenler arasındaki ilişkinin kişiler arası olmaktan çok kişinin kendine ilişkin boyutlar arasında olduğunu göstermektedir (Sakmar-Balkan ve Fışiloğlu, 2017).

Larson (2002) ise evlilik uyumuyla ilişkili faktörleri bireysel, çift ve çevre boyutlarıyla ele alarak olumlu ve olumsuz katkılarıyla değerlendirmiştir.

#### *1. Bireysel Boyut:*

Olumsuz Özellikler: Stresle başa çıkmada zorlanma, öfke, kırgınlık, saldırganlık, tepkisel davranışlar, huzursuzluk, işlevsel olmayan düşünceler, depresyon

Olumlu Özellikler: Dışadönüklük, sorumluluk, özgüven, esneklik, öz saygı, iddialı olma, aşk

#### *2. Çift Boyutu:*

Olumsuz Özellikler: Negatif ilişki şekillerini içeren olumsuz etkileşim tarzı, şiddet, iletişim kurmada yaşanan güçlükler

Olumlu Özellikler: İletişim ve çatışma çözümü becerileri, bağlılık, samimiyet, ortak görüş, kontrol ve güç paylaşımı

### 3. Çevresel Boyut:

Olumsuz Özellikler: Aile kökeninden taşınan olumsuz etkiler, köken aileden kalan olumsuz özellikler, aile ve iş stresi, diğer stres etkenleri (cinsellik, borç, sağlık sorunları, kanunlar),

Olumlu Özellikler: Aileden bağımsız olabilme (özerklik), ebeveynlerin olumlu evlilik yaşantıları, aile ve çevre onayı

Evlilik uyumuyla ilişkili bir diğer faktör de kişilerin sosyo-demografik özellikleridir. Yaş, eğitim düzeyi, gelir durumu, evlilik süresi, çocuk sayısı vb. özellikler evlilik uyumuyla ilişkilidir (Çelik, 2006; Gürsoy, 2004; Saxton, 1982; Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002). Çiftlerin yaş, eğitim düzeyi ve gelir durumu bakımından benzer olması evlilik uyumunu olumlu etkilemektedir. Bu konularda benzer olma çiftlerin ailevi roller ve sorumlulukları paylaşması, ortaklığını sürdürülebilmesi daha kolay olmaktadır. Jose ve Alfons (2007) orta yaş dönemindeki kişilerin ileri yaş ve erken yetişkinlik dönemindeki kişilere göre daha fazla uyum sorunu yaşadıklarını belirtmiştir. Yıldırım da (1993) çalışmasında evlilik yaşı düştükçe ve eşler arası yaş farkı yükseldikçe evlilik uyumunun azaldığını bulmuştur. Aynı zamanda yapılan çalışmalar eğitim düzeyi yüksek olan çiftlerin eğitim düzeyi düşük olan çiftlere göre daha yüksek düzeyde evlilik uyumuna sahip olduğunu göstermektedir. Bu durum, eğitim seviyesi yükseldikçe eşlerin empati düzeylerinin artması, birbirlerine duygu ve düşüncelerini daha rahat ve doğru şekilde açabilmesiyle, çatışma ve anlaşmazlıkları daha yapıcı çözüme becerileriyle açıklanmaktadır (Yalçın, 2014). Öte yandan mesleki statüsü yüksek olan bireylerin ekonomik seviyeleri ve yaşam standartları da yüksek olup evlilik uyumları artmaktadır (Demir-Erbil ve Hazer, 2018; Kurdek, 1993).

Evlilik süresinin ve aile yaşam döngüsünün evlilik uyumuyla ilişkili olduğu da bazı çalışmalarla kanıtlanmıştır. Spanier vd. (1975) yaptıkları çalışmada evliliğin ilk yıllarından küçük çocuklu aile dönemine kadar evlilik uyumunun düşük olduğunu, daha sonraki yıllarda yükseldiğini özellikle çocuklar evden ayrıldıktan sonra çiftler arası uyumun daha da yükseldiğini bulmuşlardır. Evlilik uyumu ve aile yaşam döngüsü arasındaki ilişkinin basit doğrusal ilişkiden ziyade eğrisel (U şeklinde) olduğu gösterilmiştir. İlk çocuğa sahip olmayla

birlikte çiftler karı kocalık sisteminden ebeveynlik sistemine geçişi deneyimlemektedir. Her alt sistemin olduğu gibi ebeveynlik sisteminin de kendine göre rol ve sorumlulukları bulunmaktadır. Çocuğun doğumundan sonra çiftlerin kaliteli zaman geçirme fırsatlarının azalması evlilik uyumlarını düşürmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2018; Kamp-Dush vd., 2008). Aynı zamanda çocuk sayısının artmasının sorumluluk ve ekonomik yük getirmesinden dolayı stres faktörü olarak evlilik uyumunu düşürdüğü araştırma bulgularıyla desteklenmektedir (Chmielewska, 2012).

Kadın ve erkeğin en özel ve kişisel yakınlık alanı olan cinsellik romantik ilişkinin en önemli parçasıdır. Cinsel uyum ve cinsel yaşamdan duyulan memnuniyet, evlilik uyumuyla ilişkili kavramlardır (Çağ ve Yıldırım, 2018; Erbek vd., 2005; Schiavi vd., 1979). Eşler arasında yaşanan cinsel problemler çatışmalara sebep olabilmektedir. Eğer cinsellik eşler arasında sağlıklı bir şekilde yaşanırsa çiftler arası olumlu bağlar kurulur ve eşlerin birbirlerine yakınlıkları artar (Canel, 2012). Kudiaki (2002) yaptığı çalışmada cinsel ilişkideki tatminin evlilik uyumunu etkilediğini, evliliklerinden memnun olmayan kadınların orgazm olma ve cinselliklerinde ağrı yaşama oranının yüksek olduğunu bulmuştur.

Öte yandan, çoğu evlilik terapisti sağlıklı çiftlerin başlangıçta birbirlerine benzemediğini, ancak yıllar içerisinde birbirlerine benzediklerini belirtmektedir (Özer, 2016). Ekonomik durum, inanç, eğitim, köken aile benzerliğinin evlilik içerisinde daha az çatışmaya yol açtığı ve evlilik uyumunu olumlu etkilediği bilinmektedir. Nitekim yapılan bir çalışmada ilişkide algılanan benzerlik arttıkça ilişki kalitesinin de arttığı bulunmuştur (Lewis ve Spanier, 1979; akt. Yılmazçoban, 2011). Yüksel (2013) en az 50 yıldır evli olan çiftlerle yaptığı bir çalışmada eşlerin birbirlerine benzer olduklarına ilişkin algılarının artmasının evlilik uyumlarıyla ilişkili olduğunu bulmuştur.

Kişilik olarak kendisine benzer ya da farklı biriyle evlenmesinin sonuçlarının araştırıldığı bir çalışmada benzerlik arttıkça ilişki kalitesinin daha iyi olduğu bulunmuştur (Russel ve Wells, 1991). Dışa dönüklük, Psikotiklik ve Yalan Söyleme alt boyutlarındaki benzerliğin evlilik ilişkisi için daha çok önem taşıdığı, Nevrotiklik alt boyutundaki benzerliğin evlilik ilişkisi için önemli olmadığı görülmüştür. Bunun nedeni olarak eşler arasında, fizik, tutumlar, değerler, alışkanlıklar, yetenekler, vb. ilişkin potansiyel farklılıkların göz önüne alınması gerektiği vurgulanmıştır (Russel ve Wells, 1991). Türkiye’de yapılan benzer bir çalışmada evli çiftlerin algıladıkları kişilik benzerliğinin evlilik uyumu ve

doyumuna etkisi incelenmiştir. Evlilik doyumuna dışadönüklük bakımından algılanan benzerliğin, evlilik uyumuna ise dışadönüklük ve öz disiplin yönünden algılanan benzerliğin olumlu etkisi olduğu bulunmuştur. Yani, bu iki boyutun evliliklerin uyumlu bir şekilde sürdürülme olasılığını yükselttiği gösterilmiştir (Denli, 2016).

Bununla birlikte genel olarak eşlerin kişilik benzerliğinin evlilik uyumunu olumlu etkilediği görülse de, olumsuz etkilediğini gösteren çalışmalar da mevcuttur. Shiota ve Levenson (2007) yaptıkları boylamsal bir çalışmada 40'lı ve 60'lı yaşlarda olan evli çiftlerin kişilik benzerliklerinin zamanla evlilik uyumunu olumsuz etkilediğini bulmuşlardır.

Başlatılan ilişkinin türü, eşlerin benzer kişilikleri ile ilişkilerinin uyumu arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan bir çalışmada ilk görüşte âşık olmuş olan kişilerin daha yavaş yavaş ilişkiye başlayanlara göre daha kısa bir sürede samimi ilişkiye girdikleri görülmüştür (Barelds ve Barelds-Dijkstra, 2007). Buna bağlı olarak sevgili olmadan önce arkadaş olanlar birbirlerini tanımak için daha fazla zaman geçirmiş ve bu çiftlerin kişilikleri daha benzer bulunmuştur. Kişiler özellikle dışa dönüklük, duygusal istikrar ve özerklik düzeyleri bakımından eşleriyle daha fazla benzerlik göstermişlerdir. Daha az benzer kişilikleri olmasına rağmen ilk bakışta âşık olanlar şaşırtıcı şekilde daha düşük evlilik uyumu göstermemişlerdir. Bu sonuç, daha az benzeyen fakat ilişki kurma ve problem çözme konusunda performansı yüksek, ortak bir iletişim dili geliştirebilen çiftlerin daha mutlu olmalarıyla açıklanabilir (Özer, 2016).

Evli çiftlerle yapılan başka bir çalışmada eşlerin değer benzerliğinin evlilik uyumuna etkisi incelenmiştir (Özen, 2006). Gelenek değer tipindeki eş benzerliği, eşlerin uyum düzeylerini olumlu etkilemektedir. Güç değer tipindeki benzerlik ise uyumu olumsuz etkilemektedir. Fakat gelenek değer tipindeki benzerlik kocaların evlilik uyumlarını etkilememektedir. Bu sonuç; çiftlerin gelenek değer tipindeki benzerliği için kadınların evlilik uyumlarının erkeklere göre daha etkili olduğunu göstermektedir.

Sonuç olarak, bireylerin evliliğe ve birbirlerine uyum sağlamaları zor evreleri olan bir süreçtir. Bu süreç içinde bireylerin evliliğinde uyum ve uyumsuzluğa sebep olan birçok faktör vardır. Söz konusu faktörlerin anlaşılması önemlidir. Araştırmaların bulgularına göre çok boyutlu bir yapıya sahip olan uyumun yüksek olması, evlilikteki işlevselliği arttırmaktadır. Evlilik uyumuyla ilişkili birçok faktör arasında özellikle iletişim ve problem çözme biçimleri, empati, kişisel özellikler, aile geçmişi, stresli yaşam olayları, beklentiler, cinsellik, evlilik



süresi, eğitim düzeyi, çocuk sayısı, vb. demografik değişkenler ve eş ile, özellikle kişilik bakımından, benzerlik eşlerin ilişkilerini uyumlu bir şekilde sürdürebilmelerini etkilemektedir.

Eşler farklı ekonomik, eğitim durumu, kültürel geçmiş, değer, kişilik özelliklerine sahip olsa da önemli olan bu farklılıkları nasıl ele aldıklarıdır. Çiftlerin, farklılıklarına hoşgörülü yaklaşarak birbirlerine uyum sağlamaya istekli olmaları, evliliklerinde daha mutlu olmalarını ve ilişkilerini daha uyumlu sürdürmelerini sağlamaktadır. Aynı zamanda eşlerin benzer özelliklere sahip olması özellikle kişilik bakımından benzer olmaları evlilik uyumunu olumlu etkilemektedir. Kişilerin eşleriyle benzer özellikler sergilemesi hem aralarında daha kolay iletişim kurmalarını hem de problemleri daha kolay çözmelerini sağlamaktadır. Özellikle yeni evli çiftlerin benzerlik algılamalarının ilişkilerindeki uyumda rolü olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır.

#### **1.4. Evlilik Doyumu**

Günümüzde toplumsal değişmelerin hızlı yaşanması sebebiyle evlilik ilişkisinde eşlerin değişimlere uyum sağlama çabası içinde birbirlerinden beklentileri kısa sürede farklılaşabilmektedir. Bu beklentiler eşler arasında zaman zaman çatışmalara sebep olarak doyumu olumsuz etkileyebilmektedir. Azalan doyumla birlikte boşanmalar artmakta, toplumsal düzeyde evlilik ilişkisi bozulmaktadır (Akın ve Çelik, 2015). Dolayısıyla evlilik doyumunun iyi anlaşılması ve değerlendirilmesi bu bağlamda önemlidir. Evliliklerin sağlıklı bir şekilde yürümesi ve boşanma ile sonuçlanmaması için kişilerin evlilikten doyum almaları önemli görülmektedir (Kamp-Dush vd., 2008).

Genel anlamda doyum, mutluluk düzeyine bağlı olan (Collard, 2006) iyi oluşun sürekli devam etme hali olarak ele alınmaktadır. Doyum için kişinin tüm çevresel etkileri, kişisel duygularını, isteklerini, hayal kırıklıklarını, kişisel hedeflerini bilişsel olarak dengelemesi gerekmektedir. Ayrıca evlilik içinde pozitif girdilerin potansiyel negatifleri aşım aşmadığı önemlidir (Ward vd., 2009).

Evlilik doyumunun anlamı genellikle çiftlerin ilişki niteliklerini algılama ve ilişkilerini değerlendirmeleri üzerine kuruludur. Tezer (1986) evlilik doyumunu ihtiyaçların karşılanmasına yönelik algı olarak tanımlar. Evlilikle ilgili olumlu değerlendirmeler evlilik doyumunun yüksek olmasına, olumsuz değerlendirmeler ise evlilik doyumunun düşük

olmasına sebep olmaktadır. Sokolski ve Hendrick (1999) evlilik doyumunu evliliğin çevresel ve kişisel boyutlarından elde edilen psikolojik tatmin olarak tanımlamaktadır. Çevresel boyut içerisinde kararlarda eşitlik, kazanç, problemleri paylaşma yer alırken; kişisel boyutta eşler arasındaki sevgi biçimi, cinsel doyum, iletişim türleri bulunmaktadır.

Benzer şekilde Bradbury vd. (2000) evlilik doyumunu evliliğin genelini yansıtan bir değerlendirme olarak ele almışlar ve kavramı kişilerin çift ilişkisi içerisinde tatmin olma ve mutlu olma derecesi olarak tanımlamışlardır (Bradbury vd., 2000). Evlilikte olumsuzlukların baskın olması doyumsuzluğa, evliliğin olumlu özelliklerinin ön planda olması doyumu göstermekle birlikte evlilik doyumunun belirleyici özelliklerinin eksikliği doyumsuzluğu işaret etmez. Yani evlilik doyumu ve doyumsuzluk iki kutuplu bir olgu değildir. Evlilik doyumu karmaşık bir süreçtir. Yapılan çalışmalar, evlilik doyumunda önemli rolü olan faktörlerden birinin çiftler arasındaki etkileşim olduğunu göstermektedir. Karşılıklı kabul, etkileşim ve eşlerin fikir birliğinin doyumu olumlu; eleştiri, baskı ve suçlamanın olumsuz etkilediği gösterilmiştir (Feeney, 2002).

Kirby (2005) evlilik doyumunu kişilerin evlilikleri hakkında öznel bir algı olan düşünceleri ve duyguları olarak tanımlamıştır. Evlilik doyumunun yüksek ve kaliteli olması evliliğin güçlü olduğunu göstermektedir. Collard (2006) evlilik doyumunun öncelikle duygusal durumdan elde edilen doyuma, daha sonra eşler arası etkileşime odaklandığını vurgulamıştır. Doyum için etkileşim içindeki bireyin hem kendisiyle hem de eşiyile duygularını paylaşabilmesi gerekir.

Görüldüğü üzere, evlilikte önemli bir kavram olan evlilik doyumunun üzerinde anlaşmaya varılmış bir tanımlı bulunmamaktadır. Pek çok çiftin beklentisi olan evlilik doyumunun geniş çaplı ve öznel bir değerlendirme olduğunu söylemek mümkündür.

Erel ve Burman'a (1995) göre ise evlilik doyumunu değerlendirirken eşler arası doyumun düzeyi, ebeveyn çocuk ilişkisi ve eşler arası fiziksel-sözel şiddet veya çatışmanın olup olmasının göz önünde bulundurulması gerekir. Çiftlerin evlilik doyumları hakkında bilgi almak için kişisel ve demografik değişkenlerin aksine, çiftlerin günlük etkileşimlerini ele almak gerekmektedir (Canel, 2007). İlişkilerinde daha istikrarlı olan ve ilişkilerinden daha çok doyum alan çiftlerin daha mutlu oldukları bulunmuştur (Baumeister ve Leary, 1995).

Genellikle evliliğin ilk yıllarında duyguların daha yoğun yaşanması ve eşlerin birbirlerine daha fazla zaman ayırmalarından dolayı problemler çok sık fark edilmez. Evliliğin süresinin artmasıyla birlikte farklı kişilik özellikleri, ilgi ve zevkler problemlerin yaşanmasına sebep olabilir (Kalkan, 2002). Jose ve Alfons (2007) yaptıkları çalışmada evlilik süresinin artmasıyla doyumun azaldığını ve belirli bir zamandan sonra tekrar yükselişe geçtiğini bulmuşlardır. Orbuch vd. (1996) da benzer şekilde evliliğin ilk zamanlarında çiftlerin yüksek evlilik doyumuna sahip olduğunu daha sonraki 10-20 yıl içerisinde çiftlerin evlilik doyumlarının en düşük seviyede olduğunu belirtmişlerdir. Çocuk sahibi olmanın evlilik doyumuna etkisinin araştırıldığı bir çalışmada isteyerek çocuk sahibi olmayan kadınlar, evlilik doyumlarının daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir (Jose ve Alfons, 2007; Houseknecht, 1979). Yapılan çalışmada 0-13 yaş arası çocuğu olan evli çiftlerin çocuğu olmayanlara göre evlilikten daha az doyum almaları ve 17 yaş üstü çocuğu olan çiftlerle çocuğu olmayan çiftlerin evlilik doyumları arasında anlamlı bir fark bulunmaması da çalışmanın diğer bir sonucudur.

Evlilik ilişkisinde uyum kadar önemli görülen doyumun ne olduğunun bilinmesi, etkileyen faktörlerin anlaşılması, aile yaşam döngüsü içerisinde zamanla değişiminin bilinmesi evlilik yaşantısıyla ilgili önemli ipuçları sağlamaktadır. Bu bakımdan evlilik doyumunu etkileyen faktörlerin ayrıntılı bir şekilde ele alınması bu kavramın daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır.

#### **1.4.1. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler**

Spanier'e (1976) göre evlilik doyumunu ve ilişkide kalma ihtiyacı, eşlerin evlilikle ilgili fikir birliği, aile hayatına ortak katılım, eşlerin duygusal ifadeleri, evlilik başarısının dört temel unsurudur. Evlilik doyumunu, evlilik başarısında önemli bir faktör olarak ele alınmaktadır.

Evlilik doyumunun temel bileşenleri, eşlerin yeterli şekilde birbirlerine karşılıklı sevgi göstermesi, birbirlerine bağlılıkları ve tatminkâr bir ilişki içerisinde olmalarıdır (Rosen-Grandon, 2004). Russell-Chapin vd. (2001), sıkı dostluk, bağlılık ve tutkuyu evlilik doyumunun üç temel anahtarı olarak görmektedir.

Evlilik doyumunun bileşenlerini tanımlamak için pek çok araştırma yapılmıştır. Araştırmalar, sadakat, anlaşma, bağlılık, sevgi, cinsel yaşamın varlığı, ortak ilgilenen şeyler, sorumluluk paylaşımı, ahlaki değerler, eş desteği ve eşle benzer bir geçmişi paylaşmanın mutlu ve uzun süreli ilişkilerin özellikleri olduğunu göstermektedir (Kirby, 2005; Kudiaki, 2002; Rosen-Grandon, 2004; Schiavi, 1979; Sokolski ve Hendrick, 1999; Sprecher, 2002; Ward vd., 2009).

Evlilik içerisinde çiftlerin özellikleri, birbirlerine karşı tutum ve davranışları, çift ilişkisinin gelişen ve değişen yapısı evlilik ilişkisini çiftler için farklı durumlara getirmektedir. Bu sebeple çiftlerin evlilikten aldıkları doyum çeşitli faktörlerden etkilenmektedir. Doyum, öznel bir değerlendirmeyeyle ölçülebilse de evlilik doyumunu arttırdığı düşünülen evlilik etkileşimleri; çatışma kontrolü, karar vermede ortaklık, iletişim kalitesi, cinsel ve psikolojik yakınlık ve ilişkisel değerlerdir (güven, saygı empati, eşitlik) (Mackey ve O'Brien, 1995).

Benzer şekilde pek çok araştırmacının, çiftlerin evlilik doyumları üzerinde etkili olduğunu düşündükleri temel yönleri; evlilikte sevgi ve duygusal bağ, problem çözümünde iletişim biçimleri, evlilik içerisinde çatışma çözme becerileri, birlikte vakit geçirme, evlilik şiddeti, cinsiyet ve evlilik rollerinin beklentilerini karşılamak, cinsel tatminsizlik, mal varlıklarından ve paradan doğan sıkıntılar, çocuklardan kaynaklanan sorunlardır (Bradbury vd., 2000; Canel, 2012; Feeney, 2002).

Görüldüğü üzere evlilik doyumunu etkileyen faktörler çok fazla ve çeşitlidir. Bu sebeple bu araştırmada, psiko-sosyal etmenler, cinsel yaşam, fiziksel-duygusal sağlık, benlik ve benzerlik başlıkları altında ele alınmaktadır.

#### *Evlilik Doyumunda Psiko-sosyal Etmenler*

İnsanlar sosyal varlıklar olduğu için hem sevgi alma hem de sevgi verme gereksinimindedirler. Bu ihtiyacın karşılanabilmesi eşle kurulan paylaşımlarla gerçekleşebilir. Aynı zamanda aile, arkadaşlar ve kurulan sosyal ilişkiler hem doğuştan gelen temel gereksinimlerin karşılanmasında hem de kişilerin ruh sağlığını korumalarında önemlidir. Yapılan çalışmalar sosyal desteklerin varlığının evlilikteki mutluluğu arttırdığını göstermektedir. Özellikle eşten alınan ve verilen olumlu destek, evlilik doyumunu ve genel iyi oluşu arttırmaktadır (Acitelli ve Antonucci, 1994; Çağ ve Yıldırım, 2018).

Evlilikte eşler arasında ve diğer alt sistemler (çocuk alt sistemi, geniş aile alt sistemi, ebeveynlik alt sistemi vb.) arasında zaman zaman sorunlar çıkmaktadır. Evlilik içerisinde yaşanan sorunlara çözüm üretme becerisindeki sıkıntılar evlilik doyumunu olumsuz etkilemektedir. Eşlerin her konuda aynı görüşe sahip olması beklenmese de uzlaşarak temel bir fikir birliği içerisinde sorunlara yaklaşabilmeleri evliliğin yıpranmaması açısından önemlidir (Synder, 1997). Evliliği olumlu ya da olumsuz etkileyen asıl şey çatışma değil çatışmanın çözümünde kullanılan stratejilerdir (Gottman ve Krokoff, 1989; Shakarami vd., 2016). Özellikle ilişki içerisinde önemli yer tutan para, sosyal aktivitelere katılma, ebeveynlik, iletişim gibi konularda eşlerin fikir birliğine sahip olması ve yapıcı çözüm becerileri geliştirebilmeleri de evlilikten aldıkları doyumunu artmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2018). Aynı zamanda evlilik doyumu ve karı kocaların psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki için güçlü kanıtlar bulunmuştur. Evlilik, bireylerin psikolojik ve fizyolojik olarak iyi olma algılarını geliştirir (Mookherjee, 1997). Dolayısıyla eşlerin sorun çözme becerilerinin yüksek olması psikolojik iyi oluşlarını ve evlilikten aldıkları doyumunu olumlu etkilemektedir.

Evlilik doyumu üzerinde etkili olan önemli faktörler iletişim ve bağlılıktır. Eşlerin yeterli derecede birbirlerine bağlı olmaları, pozitif mesajları kullanarak karşılıklı destekleyici davranışları ve daha az eleştirel davranarak uzlaşabilmeleri evlilik doyumunu arttırmaktadır (Canel, 2012; Özgüven, 2014).

İletişim becerilerinden biri olan kendini açma bireyin duygu, düşünce ve davranışlarını karşısındaki kişiye aktarma sürecidir (Miller vd., 1983). İlişkilerde kendini açma daha fazla duygusal katılımı ilişkilidir. Dolayısıyla kendini açma eşler arası sevgi ve yakınlığı arttırdığı için ilişki memnuniyetini de arttırmaktadır (Derlega vd., 1993). Aynı zamanda evlilik ilişkilerinden memnun olan kişilerin daha az memnun olanlara göre eşlerine kendilerini daha fazla açtıkları bilinmektedir (Finkenauer vd., 2004).

Çift ilişkisinde iletişim problemleri, fikir ve duygu paylaşımı, karar verme ve problem çözme yöntemleriyle ortaya çıkmaktadır. Aynı zamanda ilişki problemi yaşayan çiftlerin duygular ve gelecekle ilgili konuşmaları reddettiği görülmektedir (Rosen-Grandon, 1999). Dolayısıyla açık iletişim kurabilen, sorunlarını iletişim yoluyla çözebilen çiftlerin evliliklerinde daha az problem yaşadıkları söylenebilir.

Gottman (1998) ilişkilerinde daha fazla sorun yaşayan çiftlerin olumsuz duygularını daha sık dile getirdiğini belirtmiştir. Aynı zamanda iletişimin yüz ifadesi, ses tonu, mimikler gibi sözsüz mesajların sözlü mesajlara göre ilişkide sorun yaşayan ve yaşamayan çiftleri ayırmada daha etkili olduğunu göstermiştir.

Eşlerin iş birliği ve iletişimlerinde 'ben' ve 'sen' dili yerine 'biz' dilini kullanmaları hem eleştirel ve suçlayıcı eğilimlerini azaltmakta hem de ilişkide sorumluluk alma düzeylerini arttırmaktadır. 'Ben ve 'sen' dili kullanan çiftlerde aynı zamanda akıcı ifadeler az rastlanmaktadır. Destekleyici bir ilişkide eşler problemlere karşı 'ikimiz beraberce' şeklinde bir yaklaşım geliştirmektedirler (Hortaçsu, 2012; Rosen-Grandon, 2004).

Hortaçsu (2012) duygusal ilişkilerdeki iletişimle ilgili olarak, kadınların erkeklere göre daha olumlu iletişim becerilerini kullandıklarını, fakat kadınların kendi olumsuz iletişimlerinin ilişkiden alınan doyumla ilişkili olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda bazı kişilik özellikleri ilişkiden alınan doyumunu arttırmaktadır. Bu kişilik özelliklerinden biri insan ilişkilerine (algılama, sevgi, düşünceli olma, bağlılık ve iletişim) olgun yaklaşımlardır (ss.150).

Görüldüğü üzere iletişim ve bağlılık evlilik yaşantısını etkilemektedir. Sağlıklı iletişim, eşe kendini açma ve eşler arası bağlılık evlilikten alınan memnuniyeti arttırmaktadır.

İlişkiye yönelik algısal süreçler ve ilişki hakkındaki fonksiyonel olmayan inanışların evlilik ilişkisi üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir. İyi veya kötü gidiş yönünden eşlerin ilişkiyi farklı algıladıkları ve bu algılayış biçiminin bağlılık ve evlilik doyumuyla ilişkili olduğu bilinmektedir (Hortaçsu, 2012). Genelde doyum düzeyi düşük olan çiftlerin evliliğe ve eşlerinin davranışlarına ilişkin negatif algılara sahip olduğu ve bu davranışları doğrudan hafızada tutma eğiliminde oldukları belirtilmektedir. Pozitif yaşantıları öne çıkaran kişilerin ise evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Bradbury vd., 2000; Feeney, 2002; Rosen-Grandon, 2004). Etrafı ve olayları algılayan ve düşüncelerini organize eden çiftlerin aynı zamanda bilişsel benzerliğe sahip olması da evlilikte memnuniyeti arttırmaktadır (Spanier vd., 1975).

Eşlerin birbirleriyle ilişkileriyle ilgili algıları üzerine yapılan çalışmalarda; kadın ve erkeğin aynı ilişki içerisinde ilişkiyi algılama tarzlarının farklı olduğu; ilişkileri iyi veya kötü giden kişilerin ilişkilerini farklı boyutlarda düşündükleri bulunmuştur (Bradbury ve Fincham,

1993). Ayrıca ilişkideki sorunlarda akılcı olmayan inançları benimsemek de ilişkiden alınan doyumunu olumsuz etkilemektedir (Bradbury vd., 2000).

### *Cinsel Yaşam*

Cinsel yaşamın evlilik doyumunu üzerinde doğrudan ve dolaylı yoldan önemli etkileri vardır. Cinsel ilişkinin istenilen düzeyde olması çiftleri birbirine yakınlaştıran, sıcaklık, sevgi ve koruma hissini uyandıran bir duygulanım oluşturmaktadır. Cinsel ilişkide meydana gelebilecek olumsuz olaylar ise sevilmeme korkusu, geri çekilme, izolasyon, anksiyete, gerginlik, değersizlik hissi ve en önemlisi de doyum eksikliğine sebep olmaktadır (Dokur ve Profeta, 2006).

Cinselliğin yeterli nitelikte ve sıklıkta olması çiftin arasında derin bir bağ yaratmaktadır. Hem erkekler hem de kadınlar cinselliği tatmin edici bir evliliğin ayrılmaz bir parçası görse de cinsiyet açısından farklılıklar bulunmaktadır (Buss, 1989). Öncelikle evrimsel bakış açısına göre, erkekler cinsel ilişkilerinde fiziksel bir tatmin yaşadıklarında kadınlar ise duygusal olarak eşlerine bağlı olduklarında cinsel istekleri artmaktadır. Yani erkekler ilişkilerinde fiziksel zevki vurgulamak için kadınlar da ilişkilerinin iyi oluşunu vurgulamak için evrimselleşmişlerdir. İkincisi erkeklere kıyasla kadınlar daha ilişki odaklı olma eğilimindedir (Cross vd., 2000). Sprecher (2002) cinsel doyum ve ilişki memnuniyeti ile sevgi, bağlılık ve istikrar arasındaki ilişkiyi incelemiş ve kadınlar için ilişki memnuniyetinin erkekler için ise cinsel doyumun ilişkinin çözülmesinde daha önemli olduğunu bulmuştur.

Cinsellik ve evlilik doyumunu arasında karşılıklı bir etkileşim vardır. Evlilik doyumunu yüksek olan kişiler aynı zamanda eşlerine karşı cinsel açıdan istekli tutum ve davranışlar sergilemektedirler. Bu durumda eşlerin cinsel performansları olumlu etkilenmektedir. Bunun tam tersi olarak evlilik doyumunu düşük olan çiftlerin cinsel isteksizlik yaşamaları ve eşlerine karşı reddedici tutum sergilemeleri olasıdır (Akın ve Çelik, 2015). Aynı zamanda evlilik doyumunu olumsuz etkileyen çatışmalar, cinsel ilişki yönünden de yaşanabilmektedir. Evlilik doyumunu düşük olan bireyler eşleriyle cinsel ilişkiden kaçınabilir ve bu durum eşler arasında çatışma sebebi olabilir. Ya da eşlerden biri isteklerini rahatça söyleyebilme cesaretinde bulunmazsa çatışmanın çözümü zorlaşabilir. Evlilik doyumunu yüksek olan bireyler eşleriyle cinsellik veya diğer konularla ilgili görüşlerini rahatça paylaşabilmekte, isteklerini ve beklentilerini daha rahatça söyleyebilmektedir (Dokur ve Profeta, 2006). Düşük evlilik

doymu, eşlerin cinsel yakınlık isteğini azaltarak, cinsel isteksizliğe, doyumsuzluğa ve gerilime sebep olmaktadır (Şafak-Öztürk ve Arkar, 2014).

Evliliğin temel enerji kaynağı olan cinsel yaşamın kaliteli ve doyumlu olması evlilik memnuniyetini arttırmakta ve eşlerin birbirlerine daha bağlı olmalarını sağlamaktadır. Aynı zamanda doyumlu evliliğe sahip çiftlerin cinsel isteklerinin de daha yüksek olması bu iki değişken arasında çift yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir.

### *Fiziksel ve Duygusal Sağlık*

Başarılı bir evlilik kişilere fiziksel ve duygusal yakınlık sağlamaktadır. Duygusal iyi oluş, mutlu yaşam, eşe değer verildiğini, sayıldığını göstermek ve eşe duygusal destek vermek evlilik doyumunu olumlu etkileyen unsurlardır.

Evlilik ve fiziksel sağlık arasındaki ilişkiye dair çalışmalar genellikle evli olmanın daha uzun ömür ve sağlıklı olmayla ilişkili olduğunu göstermektedir. Moore ve Chaney (1985) kronik ağrı ve evlilik doymu arasında negatif ilişki olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda evlilikte şiddetli çatışma olduğunda yaşanan kızgınlık, bastırılmış öfke ve stres durumlarının hipertansiyon ve kalp rahatsızlıklarıyla ilişkisi bulunmuştur (Ben, 2000).

Somatizasyon düzeyi yüksek olan bireyler duygu ve düşüncelerini bedensel yollarla aktarmaktadır. Organik bir bozukluğa rastlanmırsa da duygusal ve psiko-sosyal sorunların dışı vurumu olan somatizasyonun evlilik yaşantısıyla ilişkili olduğu söylenebilir (Ben, 2000). Bedensel şikâyetlerin artması ve çözümlenememesi durumunda kişilerin eşleriyle ilişkilerinin olumsuz etkilenmesi ve buna bağlı olarak evlilik doyumunun düşmesi muhtemeldir (Kafkaslı, 2019).

Duygusal yakınlığın bulunduğu ilişkilerde bireylerin temel ihtiyaçları karşılanmaktadır. Yakın duygusal ilişkiyi destekleyen basit temel ihtiyaçlar: Dikkat, kabul, minnettar olma, problemler karşısında destek olmak, cesaretlendirme, sevgi-şefkat gösterme, takdir etme, güvenlik, empati ve saygı duymadır. Bu ihtiyaçlar eşler arasında karşılandığında duygusal yakınlık dolayısıyla evlilik doymu artmaktadır (Ferguson ve Thurman, 1993; akt. Canel, 2007). Stack ve Eshleman (1998) evli insanların bekârlara göre daha yüksek duygusal desteğe sahip ve daha düşük depresyona eğilimleri olduklarını belirtmişlerdir. Kung (2000) olumlu evlilik ilişkisinin stres faktörünü azalttığını, doyum alınan ilişkinin strese bağlı



yaşanan depresyonla negatif ilişkisinin olduğunu bulmuştur. Benzer şekilde kaliteli bir duygusal ilişki içinde eşin desteği, psikolojik sağlığın korunmasında, stres faktörünün azalmasında ve çatışmaların sağlıklı bir şekilde çözümlenmesinde etkili olmakta ve evlilik doyumunu arttırmaktadır (Cotten, 1999; Çağ ve Yıldırım, 2018).

### *Benlik*

Evlilik doyumunu etkileyen önemli faktörlerden biri de benliktir. Eşlerin evlilik içerisinde kendilerini ve eşlerini nasıl algıladıkları, istek ve beklentileri, eşlerine duydukları anlayış, eşlerin evlilikten aldıkları doyumunu etkilemektedir (Çelik, 2006). Benlik algısı düşük çiftlerin birbirleriyle daha çok çatışma yaşadıkları ve evlilik doyumlarının da düşük olduğu bulunmuştur (Murphy ve O’Leary, 1989). Schafer vd. (1996) yaptığı çalışmada, eşlerin benlik uyumu, benlik kabulü ve benlik onayı ile evlilikteki mutlulukları arasında pozitif ilişkiyi göstermiştir.

Özellikle benlik saygısı ve evlilik doyumu ilişkisinin incelendiği çalışmalarda; kişilerin benliğine ilişkin değerlendirmelerinin olumlu olmasının evlilik doyumunu olumlu etkilediği bulunmuştur. Benlik saygısı düşük olan bireyler, reddedilmeye karşı daha hassas olup çatışmalardan sonra yakınlığı azaltma eğilimindedir (Murray vd., 2000); bu yüzden benlik saygısı düşük olan kişilerin evliliklerinden aldıkları doyumun düşük olması beklenmektedir. Tersine, evlilik doyumu benlik saygısını olumlu etkileyebilir. Tatmin edici bir ilişkiye sahip olma kişinin kendisine dair algılanan ilişki değerini arttırabilir ve benlik saygısı olumlu etkilenebilir (Baumeister ve Leary, 1995). Nitekim Andrews ve Brown (1995) partnerlerine daha yakın olan kadınların yıllar sonra benlik saygısının arttığını bulmuştur.

Yapılan boylamsal bir çalışmada benlik saygısının ilişki doyumunu olumlu yordadığı fakat ilişki doyumunun benlik saygısını yordamadığı bulunmuştur (Orth vd., 2012). İnsanların yaşam süresi boyunca benlik saygısının değişim gösterdiği göz önünde bulundurularak yapılan çalışmada, kadın ve erkeklerin benlik saygısındaki gelişimsel süreçlerin çiftin ilişki doyumunu nasıl etkilediği incelenmiştir (Erol ve Orth, 2014). Boylamsal çalışmanın sonucu her iki partnerin benlik saygısının gelişimsel süreçlerinin çiftin ilişki doyumunu olumlu etkilediğini göstermektedir. Her iki partnerden eş zamanlı sağlanan veriler, benlik saygısının ilişki doyumu üzerindeki etkilerinde ortak etkilerin bireysel etkilerden daha fazla olduğunu göstermektedir. Ayrıca çalışmada çiftlerin benlik saygısı yönünden benzerliğinin ilişki doyumunu yordamadığı bulunmuştur. Başka bir çalışmada ise, evli bireylerin evlilik

doymaları ve yaşam doymaları arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolü bulunmuştur (Yıldız ve Baytemir, 2016). Çalışmalar, evlilik içerisinde kişilerin kendi ve eşleri hakkındaki olumlu değerlendirmelerinin evlilik doyumunu olumlu etkilediğini göstermektedir.

### *Benzerlik*

Eşlerin benzer ve tamamlayıcı özelliklerinin evlilik yaşantısına etkisiyle ilgili çeşitli görüşler vardır. Bazı araştırmacılar özellikle kişilik olarak benzer olan kişilerin evlilikten aldıkları doyumun daha fazla olduğunu savunurken bazı araştırmacılar farklı özelliklere sahip kişilerin birbirlerinin eksik yönlerini tamamlayarak ilişkide daha fazla doyum yaşadıklarını savunmaktadırlar. Bu konuyla ilgili çalışmalarda genellikle eşler arası benzerliğin evlilik doyumunu üzerindeki etkilerinin incelendiği görülmektedir.

Trent ve South (1992) benlik, ırk ve kişilik özellikleri bakımından birbirine benzer kişilerin evliliklerinin daha doyumlu olduğunu ve psikolojik iyi oluşlarının olumlu etkilendiğini belirtmişlerdir. Benlik, ırk ve kişilik bakımından daha az benzer kişilerin aralarındaki büyük farklılıklardan dolayı evlilik doyumlarının olumsuz etkilendiği vurgulanmıştır.

Gaunt (2006) benzerliğin eşler arası yakınlığı ve evlilik doyumunu arttırdığını varsayarak değer öncelikleri, erkeksi-kadınınsı cinsiyet rolleri, tutumlar ve dindarlık konusunda benzerliğin evlilik memnuniyetine etkisini incelemiştir. Evli çiftlerle gerçekleştirdiği çalışmada özellikle değer öncelikleri ve cinsiyet rolleri bakımından benzerlik ile evlilik doyumunu arasında güçlü pozitif ilişkiler bulunmuştur. Tutum ve dindarlık benzerliğinin evlilik doyumunu daha az yordadığı bulunmuş; özellikle kadınlar için tutum benzerliği ve evlilik memnuniyeti arasında ilişki bulunmamıştır.

172 yeni evli çiftle gerçekleştirilen boylamsal çalışmada da çiftlerin duygusal benzerliği ve kişilik benzerliğinin (deneyime açıklık, sorumluluk, dışadönüklük, uyumluluk, nevroitiklik) ilişki kalitesini olumlu etkilediği gösterilmiştir (Gonzaga vd., 2007). Özellikle dışadönüklük ve uyumluluk kişilik açısından ve duygusal olarak benzer eşler genellikle evlilik doyumlarını korurken kişilik ve duygusal deneyimleri daha az benzer eşler bir yıllık süreçte evlilik doyumunda düşüş yaşamıştır. Çalışma, benzerliğin ilişki işleyişini nasıl desteklediğini ve kişilik ile ilişkide iyi olma ilişkisini daha iyi anlamaya yardımcı olmaktadır.

Değer benzerliği, çiftlerin ideal benliklerinin onaylanması ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmada, hem kadınlarda hem erkeklerde ideal benlik onaylanması ve evlilik doyumu arasında anlamlı pozitif ilişkiler bulunmuştur (Koçak, 2014). Bu sonuç; çiftlerin birbirlerini onaylayıp ideal benliklerine ulaştıklarında evlilik doyumlarının arttığını göstermektedir. Ayrıca değer benzerliği hem kadınların hem erkeklerin evlilik doyumuyla ilişkili bulunmuştur. Değer sistemi benzer olan çiftler, birbirlerinin rollerine yönelik toplumsal ihtiyaçların karşılanmasında daha başarılılardır. Çiftlerin birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılamaları da ilişkideki doyumu arttırmaktadır (Özen, 2006).

Geleneksel karı kocalık rollerinin birbirini tamamlayıcı olduğu düşünülen Hint-Pakistan geleneksel evliliği yaşayan çiftlerle yapılan bir çalışmada, geleneksel evlilik inanışlarına sahip kişilerin kişilerarası dinleme ve evlilik doyumu düzeylerinin daha düşük olduğu bulunmuştur (Ahmad ve Reid, 2008).

Sonuç olarak yapılan çalışmalar genel olarak eşlerin tutum, benlik, kişilik, duygusal deneyimleri, aile içi roller konularında birbirine benzer ya da tamamlayıcı olmalarının evlilik doyumunu olumlu etkilediğini göstermektedir. Gerstorf vd. (2013) eşler arasındaki farklılığın kişilerin ruh sağlıklarını olumsuz etkileyerek evlilik doyumunu azaltacağını ve ilişkinin bitmesine neden olabileceğini söylemiştir. Çalışmalar çiftlerin ilişkilerini uzun süreli ve doyurucu bir şekilde sürdürmelerinde benzerliğin önemli rol oynadığını göstermektedir.

Evlilik doyumu öznel, geniş çaplı ve durumsal olarak sabit olup, birçok faktörden etkilenmektedir. Hem bireysel hem de aile ruh sağlığı açısından önemli olan bu kavramı etkileyen belli başlı etmenler gruplandırılarak aşağıdaki tabloda gösterilmiştir, ayrıca doyum ve doyumculuk sonucunda evli çiftler üzerindeki etkileri özetlenmiştir (bkz. Tablo 1.1).

Tablo 1.1. Evlilik doyumunu etkileyen etkenler ve doyum ve doyumsuzluğun sonuçları

Evlilik doyumunu etkileyen etkenler	Doyumun sonuçları	Doyumsuzluğun sonuçları
Sosyal destek/ Eş desteği (Acitelli ve Antonucci, 1994; Çağ ve Yıldırım, 2018)	Aile, arkadaşlar ve kurulan sosyal ilişkilerde sevgi alma ve verme, psikolojik iyi oluşu olumlu etkiler.	Karşılıklı sevgi bağının azalması ve ilişkiden kopma, psikolojik iyi oluşu olumsuz etkiler.
Uzlaşma/ Fikirbirliği (Rosen-Grandon, 1999; Synder, 1997)	Ebeveynlik, para, sosyal aktivitelere katılma, ev içi düzenlemeler vb. konularda yapıcı çözüm becerileri geliştirirler. 'Karşılıklı ödün vererek' anlaşılır.	Ebeveynlik, para, sosyal aktivitelere katılma, ev içi düzenlemeler vb. konularda sürekli çatışma yaşarlar ve ilişkiyi yıpratırlar. Yıkıcı çatışma çözme stillerini kullanırlar.
İletişim ve bağlılık (Gottman, 1998; Hortaçsu, 2012; Rosen-Grandon, 1999)	Çiftler karşılıklı destekleyici davranarak, birbirlerine güvenirlere, pozitif mesajları kullanırlar. Daha az eleştirirler.	Çiftler suçlayıcı ve eleştirel davranarak, sık sık kavga ve geçimsizlik yaşarlar.
Kendini açma (Miller vd., 1983; Derlaga vd., 1993; Finkenauer, 2004)	Çiftler sevgi ve yakınlık artar. İlişkiye duygusal yönden daha çok katılırlar. Birbirlerine karşı sevecen davranırlar.	Çiftler arasındaki duygusal bağ azalarak, eşe karşı ilgisizlik ve aldırmazlık başlar.
Algısal süreçler/ Fonksiyonel olmayan inançlar (Hortaçsu, 2012; Feeney, 2002; Rosen-Grandon, 1999)	Çiftler evliliği ve eşlerini bilişsel net algılar.	Evliliğe ve eşlerine ilişkin negatif algılar fazladır, ilişkinin gidişatını olumsuz değerlendirirler.
Cinsel yaşam (Akın ve Çelik, 2015; Dokur ve Profeta, 2006; Sprecher, 2002; Şafak-Öztürk ve Arkar, 2014)	Yakınlaşma, bağlılık, sıcaklık, sevgi ve koruma hissini uyandıran bir duygulanım oluşturmaktadır.	Sevilmeme korkusu, geri çekilme, izolasyon, anksiyete, gerginlik, değersizlik hissi uyandırır.
Fiziksel sağlık (Moore ve Chaney, 1985; Ben, 2000; Kafkaslı 2019;	Kan basıncı ve kalp atım hızları düzenli olur.	Kızgınlık, öfke ve strese bağlı tansiyon, kronik ağrı kalp rahatsızlığı ve somatizasyon yaşanır.
Duygusal sağlık (Canel, 2007; Cotten, 1999; Çağ ve Yıldırım, 2018)	Minnettar olma, problemler karşısında destek olmak, cesaretlendirme, sevgi-şefkat gösterme, takdir etme, güvenlik, empati ve saygı duyma daha yüksek düzeydedir.	Depresyon, psikolojik sağlığın bozulması ve stres artar. Sevgi ve ilginin azalmasına bağlı olarak ilişkide olumsuz duygular ağır basar.
Benlik (Andrews ve Brown, 1995; Baumeister ve Leary, 1995; Çelik, 2006; Erol ve Orth, 2014; Orth vd., 2012)	Kedisine ve eşine dair algılanan ilişkisel değer ile özgüven yüksektir.	Reddedilmeye karşı hassas olma, uzaklaşma yüksektir; olumsuz benlik algısı gelişir.
Benzerlik (Ahmad ve Reid, 2008; Gaut, 2006; Gonzaga vd., 2007; Trent ve South, 1992; Koçak, 2014)	Eşler arası yakınlığı arttırır. Kişi kendisine benzer biriyle daha rahat ve samimi ilişkiler kurabilir. Kendisini doğrularak olumlu benlik algısı geliştirir.	Kendisinde olmayanı arayarak, tamamlayıcı bir ilişki için çabalar. Farklılık arayarak çeşitlilik ister ve ilişkinin sıradanlaştığını düşünür.

Evlilik ilişkisinin uyumlu ve her iki eş için de doyumlu olup olmadığı kişilerin yaşamlarının diğer yönlerini etkilediği için yakın ilişkiler alanında en çok incelenen konulardandır. Tüm buraya kadar anlatılanların kısa bir özetlemesi yapılacak olursa, evlilik hayatındaki memnuniyeti ve mutluluk olarak da ifade edilen evlilik uyumu genel olarak

evlilik doyumuyla karıştırılan bir kavramdır. Tanımlardan da anlaşılacağı üzere bu iki kavram birbirinden farklıdır ve birbirinin yerine kullanılması uygun değildir. Genel anlamda evlilik uyumu, çiftlerin aralarındaki ilişkinin niteliğine dair değerlendirmeleri iken, evlilik doyumunu çiftlerin öznel değerlendirmelerinin bir sonucudur.

Görüldüğü üzere evlilikte uyumu ve doyumunu etkileyen değişkenler benzer ve çok sayıda olmakla birlikte bu çalışmada araştırmalarda daha çok üzerinde durulan değişkenler ele alınmıştır. Evlilik yaşantısını etkileyen önemli boyutlardan biri de benliktir. Kültürel bağlamda benlik kavramlaştırmasının farklılaşacağına işaret eden benlik kurgusu (*self-construal*) da evlilik bağlamında ilişkileri etkileyebilecek faktörlerden biri olarak ele alınabilir. Çalışmamızda kişilik yerine benlik kavramının kullanılmasının sebebi kişiliğin, doğuştan getirilen ve çevre etkileşiminden etkilense de değişimi kolay olmayan özellikler bütünü oluşturmasıdır. Ancak kültürlerarası bakışa göre benlik kişiliği de kapsayan, sosyal ve kültürel bağlam içerisinde değişebilen bir olgudur. Eşlerin evlilik içerisinde kendilerini ve eşlerini algılama tarzları, beklenti, istek ve arzularını dile getirebilmeleri, eşlerine duydukları anlayış, genel anlamda ilişki niteliğine etki etmektedir. Benlik kavramı, kültürlerle bağlı olarak değişen benlik kurguları ve benliğin evlilik ilişkisi içinde ele alınışının açıklanması yararlı olacaktır.

### **1.5. Kavram Olarak Benlik ve Benlik Kurguları**

En geniş anlamıyla benlik, bir kişinin kendini diğer insanlarla ilişkisi içerisinde anlama biçimini yansıtır. Benlik, kişinin kendisine ilişkin bildikleri, değerlendirmeleri ve diğerlerinin kişi hakkındaki görüşlerinden oluşur (Singelis, 1994). Sosyal bağlam içerisinde sürekli değişen benlik, aktif bir inşa sürecidir ve süregendir. ‘Rollerimiz’, ‘değerlerimiz’, ‘korkularımız’, ‘nelerden hoşlanırım’, ‘hangi yönlerden zayıf veya güçlüyüm’ vb. kim olduğumuza ilişkin bilgi ve inançlarımız benliğimizi oluşturur. Yaşadığımız toplum içerisinde gelişen benliğimizi korumak, geliştirmek ve etkileşimlerimiz içerisinde kendimizi konumlandırmak için çaba gösteririz (Cüceloğlu, 1992). Montemayor ve Eisen’e (1977) göre somut ve kişisel bakışla oluşan benlik, gelişimle birlikte soyut hale gelir. Benlik, kişilik özellikleri, yetenekler ve sosyal etkileşimlerle daha örgütlü ve karmaşık bir yapıya sahip olur. Aynı zamanda algımızla birlikte duygu, düşünce ve davranışlarımızı etkiler (akt. Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2014). Doğumla birlikte oluşan ve sosyallik yoluyla gelişen benliği daha iyi anlayabilmek için çeşitli kuramcılarının tanımlarını bilmek önemlidir.

Ben'in doğasını anlamının karmaşık olması sebebiyle benlik kavramının ne olduğu ve nasıl geliştiği de yüzyıllar boyu tartışılmıştır. Bu tartışmaları psikoloji bilimi içerisinde ele alan ilk kişilerden olan William James (1890/1952) benliği bilen (*self as knower*) ve bilinen benlik (*self as known*) olarak iki boyutta açıklamış ve bilinen benliğin psikolojinin konusu olarak ele alınması gerektiğini belirtmiştir. Bilen benlik özne ben (*I*), benliğin aktif ve işlevde bulunan yönüdür; bilinen benlik ise nesne ben (*me*) 'var olan' kim olduğumuz sorulduğunda belirtilen yanlarımızdır. James'e göre bilen ve bilinen benliklerimiz birbirinden ayıramayan, aynı düzeyde bilinir hale gelen yapılardır. Bunlar benliğin ayrı yönleri olsa da iki farklı şey değildir. Yani 'bilen benliğin' kimliği bilinen benliktir' (Bacanlı, 1990).

Mead (1934) özne beni, nesne benin farkında olan benlik olarak tanımlar. Ona göre benliğin kökeni çocukluğa dayanır ve benlik sosyal etkileşim yoluyla gelişir. Benlik gelişimi için aile, arkadaş ve toplum önemlidir. İnsan başkalarının yerine kendini koyarak çeşitli rollere girer ve sosyal durumları çözmeye çalışır. Mead (1934) benlik edinme sürecini hazırlık, oyun ve birlikte oyun olarak 3'e ayırır. Hazırlık aşamasında çocuk taklit yoluyla çeşitli rollere bürünür, hem özne hem de nesne rollerine girerek kendiliğini inşa eder. Oyun aşamasında farklı rolleri keşfeden çocuk bu rolleri özümser ve benliğinin çekirdeğini oluşturur. Son aşamada farklı rolleri deneyimleyen çocuk rol beklentilerinin de farkına varır (Dunn, 1997). Dolayısıyla benlik, toplumsal ilişki ve etkileşim yoluyla kişilerin hem özne hem de nesne rollerine girmesiyle oluşmaktadır.

Higgins (1987) 'benlik uyumsuzluğu' kuramında benliği gerçek benlik, ideal benlik ve olması gereken benlik olarak üç boyutlu ele almıştır. Gerçek benlik, kişinin kendisinin veya başkasının gerçekte sahip olduğuna inandığı özellikleri temsil ederken; ideal benlik, kişinin kendisinin veya başkasının sahip olmasını istediği özellikleri, olması gereken benlik ise kişinin kendisinin veya başkasının sahip olması gereken görev ve sorumluluklardan oluşan özellikleri temsil etmektedir. Farklı kuramcıların farklı benlik tanımları olsa da benlik bilgisinin kaynağının sosyal çevre olduğu bir gerçektir. Oldukça değişken ve bağlam içerisinde şekillenen benlik süreklidir. Kişinin diğer insanlarla ilişkileri ve sosyal gruplar içerisinde şekillenen benlik sosyal kimlik kuramı içerisinde de değerlendirilir (Baumeister, 1987). Sosyal kimlik kuramına göre sadece diğerleri değil üyesi olduğumuz gruplar da benliğimizle bütünleşir. Yani benlik ve grup arasında psikolojik bir ayrım yoktur. Benlik, eş benzeri olmayan tek bir varlıktan ziyade sosyal bir kategoridir (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2014). Sosyal bir kategori içerisinde, kültürel özellikler farklı benlik kurgularının

oluşmasında rol oynar ve benlik kurgusu aracılığıyla biliş ve duyguları etkiler (İmamoğlu, 2003; Kağıtçıbaşı, 2005; Markus ve Kitayama, 1991; Triandis, 1989).

Benlik, sosyal etkileşimler sonucunda oluşan sosyal bir üründür. Sabit olmayan ve sosyal ortamlardan etkilenen benlik, aktif bir kurgulama süreci içinde şekillenir. Kişinin kendisini algılama biçimi ve kendine ilişkin farkındalığı benliğin en önemli özelliği olup, benlik kurgusu olarak adlandırılmıştır (Smith vd., 2006). Benliğin, kültürel ortamlarda kurgulanışı ve buna bağlı oluşan kuramlar kişilerin dünyayı algılayışlarını ve duygusal tepkilerini şekillendirir. Kültürlerarası duygu, düşünce ve davranış farklılıkları o kültürde yaygın olan benlik kurguları farklılığından kaynaklanmaktadır (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2014). Kültürden kültüre değişen benlik kurguları bu bölümde kuramsal yaklaşımlar ve Kağıtçıbaşı'nın (2005) Özerk İlişkisel Benlik modeli ile ayrıntılı olarak incelenecektir.

Bireyin kendisine ilişkin bilgileri işlemede kültürün etkisi önemlidir. Birçok araştırma benliğin çeşitli kültürel ortamlardaki gelişimine yoğunlaşmaktadır. İnsanların belirli bir kültürel çevrede yetişmesi benliğin şekillenmesini ve biliş, duygu, güdüleri etkiler (Ercan 2011; Kağıtçıbaşı, 2007). Dolayısıyla sosyal bir ürün olan benlik, kültürel bağlamda paylaşılan insan modelidir (Smith vd., 2006). Bireylerin diğerleriyle ilişkilerinde kendilerini nasıl tanımladıklarını ifade eden benlik kurgusu (Cross vd., 2011) benlikle ilgili düşünce, duygu ve davranışların kavramsallaştırılması olarak tanımlanmaktadır (Singelis, 1994).

Kültüre ve bireye atfedilen rollere bağlı olarak farklı benlik kurgusu kavramlaştırmaları vardır. Hofstede (1980) bireycilik ve toplulukçuluk kavramlarıyla kültürlerdeki değer farklılaşmalarını ortaya koymuştur. Hofstede'ye göre bireycilik kişiler arası bağların çok sıkı olmadığı ve herkesin kendi ailesine bakmakla zorunlu olduğu kültürlerde geçerliken, toplulukçuluk ise insanların doğuştan itibaren bir grubun içinde sıkı sıkıya sorgulanmayan bir şekilde var olduğu ve bunun yaşam boyu devam ettiği toplumlarda geçerlidir.

Markus ve Kitayama (1991), benlik kurgularına ilişkin bağımsız ve karşılıklı bağımlı olarak yaptıkları ikili sınıflamayla birçok araştırmaya temel oluşturmuştur. Bu sınıflamaya göre bağımsız benlik kurgusunda bireylerin diğerlerinden ayrışma çabası ve bireyselleşme ön plandadır. Bu benlik kurgusunun ağır bastığı kültürlerde benlik diğerlerinin duygu, düşünce ve davranışlarından ziyade bireyin kendi davranışları kendi duygu, düşünce ve eylemleriyle şekillenir. Amerika ve Kanada başta olmak üzere Batı kültürlerinde baskın olan bağımsız

benlik kurgusunda özerklik ve bağımsızlık vurgusu fazladır. Karşılıklı bağımlı benlik kurgusunda başkalarıyla uyumlu olmak ve kişinin diğerlerinin duygu, düşünce ve davranışlarına bağlı olarak davranışlarını şekillendirmesi önemlidir. Kişi sosyal bağlam içerisinde ilişkilerinde diğerleriyle bitişiktir ve benzersiz değildir. Daha çok Japonya gibi Asya ülkeleri ve Batılı olmayan ülkelerde görülen bu benlik kurgusuna sahip insanların varoluşu buldukları toplumsal çevreden bağımsız düşünülemez (Markus ve Kitayama, 1991).

Markus ve Kitayama'nın yanı sıra Triandis (1989) ve Singelis (1994) de benlik kurgularını açıklamıştır. Bu yazarlar bireylerin hem bağımsız hem de karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip olduğunu, ancak içinde buldukları kültüre bağlı olarak hangi benliğin daha baskın olduğunun değişebileceğini savunmuşlardır. Yani Batı'da bağımsız benlik kurgusunun, Batılı olmayan toplumlarda karşılıklı bağımlı benlik kurgusunun daha baskın olması, içinde bulunulan kültürün bir tezahürüdür. Triandis (1989, 1994) bireycilik-toplulukçuluk ayrımını yatay ve dikey boyutlarıyla ele almıştır. Yatay boyut eşitliği; dikey boyut ise hiyerarşiyi vurgulamaktadır. Dikey toplulukçu kültürlerde diğerlerine itaat önemliken; yatay toplulukçularda herkes eşit değerlendirilmektedir. Dikey bireyci kültürlerde her birey farklı, benzersiz algılanırken; yatay bireycilerde bireyler farklı farklı algılanmamaktadır.

Özellikle son dönemlerde benliği kültür bağlamında ele alan çalışmalarda bireycilik, toplulukçuluk ve ilişkiselliği de içeren üçlü ayrımın benimsendiği görülmektedir (Kashima ve Hardie, 2000). Benliğin bağımsızlık ve karşılıklı bağımlılık olarak iki yönlü ele alınması, grup yönelimli karşılıklı bağımlılık arasında bir ayrım yapmadığı için eleştirilmiştir (Ercan, 2011). Bu yüzden bireyci ve toplulukçu boyutlarına ilişkiselliğin eklendiği bir kuramsal çerçeve sağlanmıştır. İlişkisel, bireyci ve toplulukçu benlik modeline göre bireycilik boyutu bireyi başkalarından farklı, biricik özellikleriyle yansıtır. İlişkisel boyutu diğerleriyle özdeşim ve çevresindeki kişilerle ilişkisini içerir. Son olarak toplulukçuluk boyutu üyesi olunan grup ve sosyal sisteme bağlılığı yansıtır. Toplumsal normlar ve sorumluluklar ön plandadır (Ercan, 2008). Bu bağlamda yapılan çalışmalar kadınların daha bireyci ve ilişkisel, erkeklerin daha toplulukçu eğilimler sergilediklerini göstermektedir (Ercan, 2011; Kashima ve Hardie, 2000; Lin ve Church, 2004).

Bağımsızlık ve karşılıklı bağımlılık benlik kurgusunu içeren ikili yaklaşımlar bağımsızlığı diğer kişilerden kopuk olma varsayımına dayandırmaktadır. Bunun sonucunda



kişilerarası ilişki ve kendileşme birbirine karıştırılmaktadır (İmamoğlu ve Güler-Edwards, 2007). Kişilerin hem özerk hem de bağlaşıklık olma durumlarının varsayıldığı Denge modeli (İmamoğlu, 2003), “ayrışmış öğelerin karşılıklı bağımlılık ilişkisi içinde bütünleşmesiyle ortaya çıkan” dengeli bir sisteme dayanır. Bu modelde kişisel ayırt etme-ayırışma (“*intrapersonal differentiation*”) ve kişilerarası bütünleşme (“*interpersonal integration*”) gereksinimlerinin birlikte var olduğu kabul edilir (İmamoğlu, 2003). Kişisel ayırışma ve kişilerarası bütünleşme birbirinden bağımsızdır ve bunların kesişiminden dört ayrı benlik tipi veya dört aile tipi oluşmaktadır. Bunlar: kopuk-kendileşme (ayrışık tip), kopuk-kalıplaşma (dengesiz tip), ilişkili-kendileşme (dengeli tip) ve ilişkili-kalıplaşmadır (bütünleşik tip).

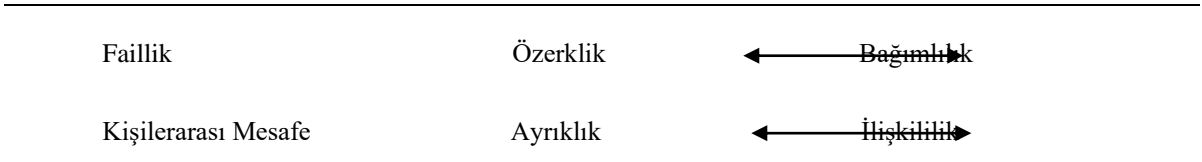
Tamamlayıcılığa dayanan denge modeli Kağıtçıbaşı'nın (1996) ortaya attığı hem özerkliğin hem de ilişkiselliğin bir arada bulunduğu diyalektik sentezden de ayrılır. Modeli deneme amaçlı ABD, Kanada ve Türkiye örnekleriyle yapılan çalışmalarda ilişkili olma ve kendileşme boyutlarının niteliksel anlamda birbirinden ayrı ve dengeli benliğin psikolojik işleyiş açısından daha uygun olduğu kanıtlanmıştır (Gezici ve Güvenç, 2003; İmamoğlu, 2003; İmamoğlu ve Güler-Edwards, 2007; İmamoğlu ve İmamoğlu, 2007). İlişkili olma, duygu ağırlıklı değişkenlerle (anne baba sevgisi, güvenli bağlanma, olumlu gelecek beklentisi, düşük sürekli kaygı) bağlantılı, özerklik ise öze odaklı güdüsel değişkenlerle (kavrama gereksinimi, belirsizliğe tolerans ve algılanan özerklik) ilişkili bulunmuştur (İmamoğlu, 2003; İmamoğlu ve İmamoğlu, 2007).

Görüldüğü üzere benliğin kültürel bağlamda farklı yollarla kurgulandığı kuramsallaştırılmaktadır. Genel olarak kültürel bağlamdaki benlik kurguları açıklamaları bireycilik-toplulukçuluk ekseninde sürdürülmektedir. Bununla birlikte bireycilik ve toplulukçuluğu tek bir boyutta ele alan ve bu boyutların birbirleriyle zıt ilişkide olduğunu gösteren modeller, birey ya da gruplarda aynı anda görülebilen bireycilik-toplulukçuluğun doğruluğunu sorgulamamaktadır. Matsumoto (1999) yaptığı çalışmada bireycilik-toplulukçuluk ve bağımsız-karşılıklı bağımlı benlik kurgularıyla benliğin kavramsallaştırıldığı farklı çalışmaları incelemiştir. Ulusal farklılıkların açıklanmasında teorik çerçevenin yetersiz kaldığını vurgulayarak alternatif modeller önermiştir. Kağıtçıbaşı (2007) ‘benliğin hem özerk yetkinlikten hem de diğerleriyle etkileşimlerden oluştuğu’ varsayımı ile farklı bir modelin gerekli olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmada da ele alınan Özerk-İlişkisel Benlik modeli aşağıda detaylı şekilde incelenecektir.

### 1.5.1. Kağıtçıbaşı'nın Özerk-İlişkisel Benlik Kurgusu Modeli

İlişkisel/ayrık benlik ve bağımsız/karşılıklı bağımlı benlik kurguları kavramlarından farklı olarak bireyin özerklik ihtiyacını da dikkate alan Kağıtçıbaşı (1996, 2005, 2007) özerklik-ilişkisel boyutlarını içeren yeni bir model ortaya atmıştır.

Kağıtçıbaşı (2005), özerklik ve ilişkililik ihtiyacını faillik (*agency*) ve kişilerarası mesafe (*interpersonal distance*) boyutları içerisinde ele alır. Faillik ekseninin yüksek ucu özerklik (*autonomy*), düşük ucu bağımlılıktır (*heteronomy*). Kişiler arası mesafe boyutu ise benlik/diğeri ilişkileriyle, diğerine bağlanmanın derecesiyle ilişkilidir. Bu boyutun yüksek ucu ayrışma (*separateness*), düşük ucu ilişkililiği (*relatedness*) gösterir (Şekil 1.5.1). Faillik ve kişilerarası mesafe boyutlarının birbirinden bağımsız olması her ikisinin iki kutbunun birbiriyle ilişkili olabilmesini mümkün kılmaktadır (Kağıtçıbaşı, 2017). 'Özerk-ilişkisel benlik' içerisinde hem bireyci hem de toplulukçu yani özerk ve ilişkisel özellikler taşımaktadır. Özerklik, başkalarından uzaklaşma değil, kendi kendine etkin olabilme ve karar verebilmeye yani 'iradeye dayalı faillik'le açıklanmaktadır. Özerklik, ilişkililikle birlikte var olabildiği için bu boyutlar birbirinin tersi değildir (Kağıtçıbaşı, 2005; 2007). Dolayısıyla bu model özerk-ilişkisel benliğin mümkün olduğunu göstermektedir.



(Kaynak: Kağıtçıbaşı, Ç. 2010. *Benlik, aile ve insan gelişimi*. (3. Baskı). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları ss. 226).

Şekil 1.1. Faillik ve kişilerarası mesafe boyutları.

Modelde belirtilen iki boyutun çaprazlanması ile dört benlik tipi ortaya çıkar: özerk-ilişkisel, özerk-ayrışmış, bağımlı-ilişkisel ve bağımlı-ayrık. Kağıtçıbaşı'ya (2005) göre bu benlik tiplerinden bağımlı-ayrık olan patolojik bir durumu ifade edebilirken; en sağlıklı olanı yüksek düzeyde ilişkililik ve özerkliği barındıran benliktir. Bu iki boyutun sentezinden ortaya çıkan yeni benlik modeli özerk-ilişkisel benlik olarak kavramsallaştırılır ve sağlıklı gelişim için bireyin benliğinde hem özerkliğin hem ilişkiselliğin birlikte bulunması gerektiği vurgulanır.

Birbirlerinin karşıtı boyutlar olarak ele alınan önceki benlik kurgusu modellerine karşılık Kağıtçıbaşı (2005), özerk ve ilişkiselliği insanın iki temel ihtiyacı olarak ele alır. Ona göre özerklik sadece Batı toplumlarının bir özelliği değildir. Aile içi etkileşimler ve çocuk yetiştirme tarzının benlik sürecindeki etkisini hesaba katarak modelini geliştiren Kağıtçıbaşı (2005), üç tür aile etkileşim modelinden söz eder: bağımlılık modeli, bağımsızlık modeli ve duygusal/psikolojik bağıllık modeli. Bu modeller benlik gelişimiyle yakından ilgilidir ve bireyin içinde bulunduğu çevreden bağımsız değildir.

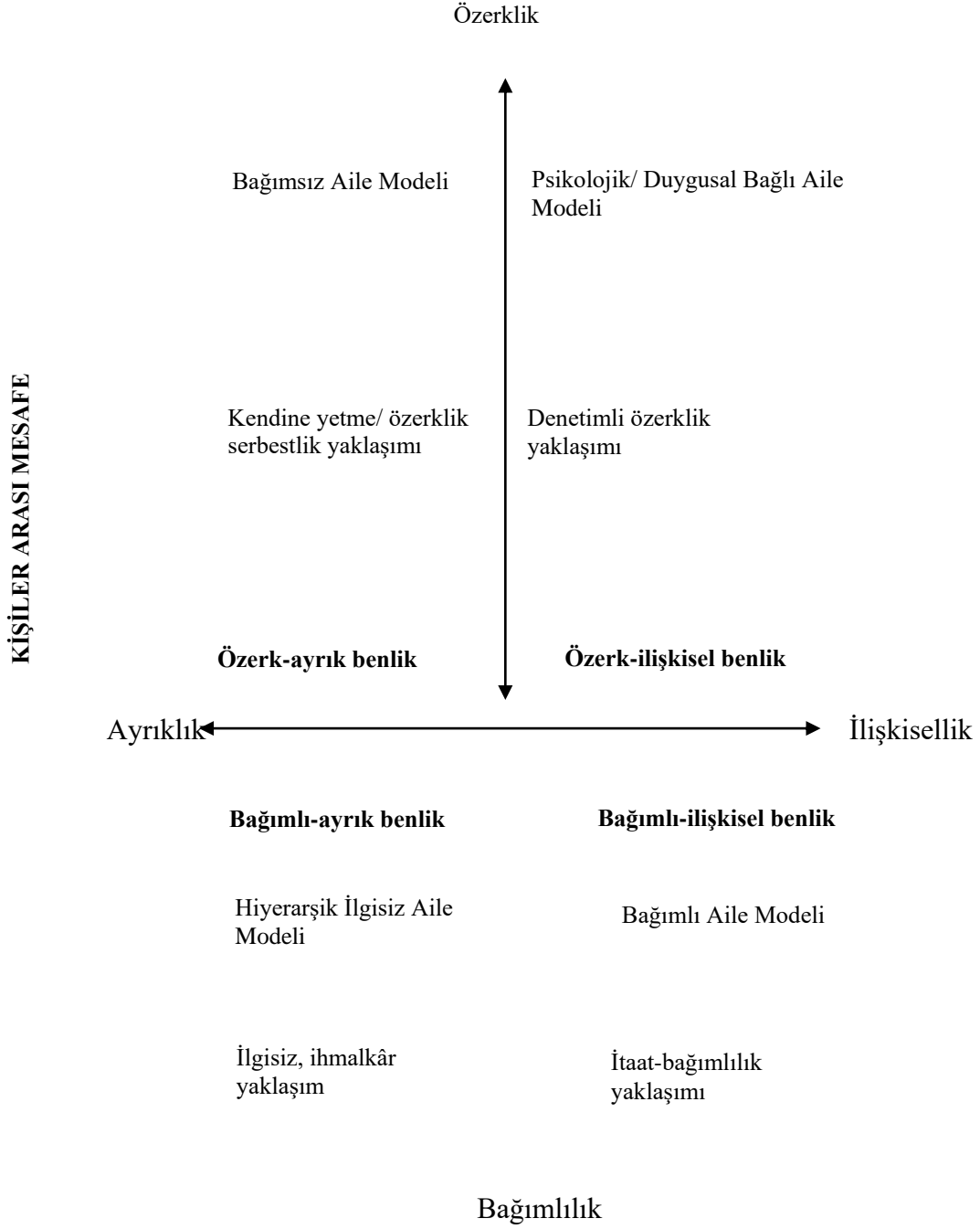
İlk model olan bağımlılık modeli çocukların aileye itaatinin önemli olduğu ve özerkliğin teşvik edilmediği geleneksel aile modelidir. Aile bağlarının sıkı olduğu, ataerkil toplumlarda görülen bu model daha çok kırsal toplumlarda yaygındır. Bu tip aile modelinde çocuğun anne babaya bağımlı olması ve yaşlanan anne babanın çocuğa bağımlı olması önemlidir. İlişkisel benlik ailenin devamlılığı için bağımlılığın şart olduğu bu tip aile ortamında oluşur (Kağıtçıbaşı, 2010).

İkinci modelde çocukların bağımsız olmaları teşvik edilir. Çocukların özerk olması aile için tehlikeli değildir. Bağımlı modelin tersine bu aile tipinde kuşaklar birbirinden ayrılmış durumdadır. Aile etkileşimi belirgin sınırlara sahiptir ve bu ortamda bağımsız bir benlikler meydana gelir. Çocuk yetiştirmede denetim daha az olduğu için serbest ana baba davranışları görülür (Kağıtçıbaşı, 2010).

Psikolojik ve duygusal bağıllığı içeren üçüncü modelde hem özerklik hem de ilişkiselliğe önem verilir. Özerklik aileden ayrılmayı içermez, ilişkisellik de aynı zamanda devam eder. Kağıtçıbaşı'ya (2010) göre çocukların artan masraflarıyla birlikte psikolojik değerleri ön plana çıkar ve çocuk yapma nedeni psikolojik doyumla ilgili hale gelir. Birey önemli olduğu gibi aile bağıllığı da ön plandadır. Bu modelde çocuğun ebeveyne yakınlığı önemlidir ve özerkliği de işlevsel olduğundan teşvik edilir.

Kuramsal olarak iki farklı yolla özerk-ilişkisel benliğe ulaşmak mümkündür. Makrosistem olan aile değişimi modeli ve mikrosistem olan benlik modelinden faillik ve kişilerarası mesafe boyutlarıyla bu tür birleşme oluşmaktadır (Kağıtçıbaşı, 2007). Aile modelleri, ana-babalık tarzı, çocuk yetiştirme ve bunun sonucunda meydana gelen benlik ile yetkinlik ve kişilerarası mesafenin iki temel boyutu ele alındığında ortaya dörtlü bir model çıkmaktadır (Şekil 1.2).

## FAİLLİK



(Kaynak: Kağıtçıbaşı, Ç. 2005. Autonomy and relatedness in cultural context implications for self and family. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4), 403-422, ss.412).

Şekil 1.2. Faillik, kişiler arası mesafe ve kültürel bağlamında benlikler.

Şekil 1.2’de görüldüğü üzere en sağlıklı benlik tipi özerk-ilişkisel benlik olup bu iki temel ihtiyacın karşılandığı aile ortamı (psikolojik/ duygusal aile modeli) bu tür benliğin oluşumunda etkilidir. Bağımlılık ve ayrıklığın birleşimiyle oluşan bağımlı-ayrık benlik modeli daha önce de belirtildiği gibi patolojik bir durumu ifade etmektedir. Bu model ilgisiz/ ihmalkâr anne baba tutumlarından kaynaklanmaktadır. Hiyerarşi, reddetme ve itaatin yer aldığı aile ortamında özerk-ilişkisel benliğin gelişimi engellenmektedir (Kağıtçıbaşı, 2005). Diğer iki model olan özerk-ayrık benlik ve bağımlı-ilişkisel benlik, bağımsız aile modeli ve bağımlı aile modelleriyle ortaya çıkmaktadır. Bu iki tipte de de iki temel ihtiyaç olan özerklik ve ilişkiselliğin en azından biri karşılanmamaktadır. Bu ihtiyaçların dengeli bir şekilde birlikte var olması insanların psikolojik refahını sağlayacaktır (Kağıtçıbaşı, 2017).

Kültürler arası benlik kavramlaştırmaları genellikle benlik oluşumunun nedenleri ve öncüllerini yeterince incelememişlerdir. Farklı benlik türlerinin sadece davranışsal sonuçlarını ortaya koymak, sosyokültürel ortamda ilişkilerin nasıl meydana geldiği sorusunu cevapsız bırakmaktadır. Kağıtçıbaşı’nın Özerk-İlişkisel Benlik Modeli ailenin benlik gelişiminde önemli bir rolü olduğunu göstermekte ve gelişimsel bir bakış açısı sunmaktadır. Ayrıca modelden yola çıkarak özerklik ve ilişkiselliğin farklı boyutlar içerisinde birlikte ele alınabildiği bir ölçümün geliştirilmiş olması hem özerk hem de ilişkili olmaya önem veren kültürümüz açısından kullanıma uygun görünmektedir.

Kağıtçıbaşı’nın içinde yaşanan kültüre uygun olarak geliştirdiği aile ve benlik modellerinin desteklendiği pek çok çalışma bulunmaktadır. Kwak (2003) yaptığı çalışmada Amerika’daki toplulukçu kültürlerden (Asya ve Latin grupları) gelen göçmen ergenlerin göçmen olmayanlara göre daha sonra özerk benlik gelişimlerini, özellikle ailesel bağlamda, tamamladıklarını belirtmiştir. Bu çalışmada bireyci olarak sınıflanan bir toplum olan Amerika Birleşik Devletleri de dâhil olmak üzere farklı kültürlerden gelen ergenlerin benlik gelişiminin hem özerk hem de ilişkisel yönünün geçerliliği doğrulanmıştır.

Almanya’da yaşayan Türk ebeveyn-çocuklar ve Hollanda’da yaşayan Türk ve Faslı çiftlerle yapılan bir araştırmada (Phalet ve Schonpflug, 2001) kişilerin aile temelli toplulukçu ve bireyciliğe olan bağlılıklarını ve ailelerinde uyum ve özerkliği değerlendirmeleri istendi. Sonuçlar, değer aktarımının seçici olduğunu, ebeveyn kolektivizmi değerlerinin aktarıldığını ancak bireysellik değerlerinin aktarılmadığını göstermiştir. Aynı zamanda toplulukçu azınlık kültürlerde kontrol, sevgi ve özerkliği içeren psikolojik/duygusal aile modeli desteklenmiş

olup; özerk-ilişkisel benlik gelişimi de ön plana çıkmıştır. Benzer şekilde Almanya, Türkiye ve Hindistan'da yapılan çalışmada üç kültür ve iki kuşak boyunca aile değişim teorisine göre, aileye ilişkin değer yönelimlerinin karşılaştırması amaçlanmıştır. Almanya'da bağımsız aile modeli Türkiye'de duygusal bağlı aile modeli ve Hindistan'da bağımlı aile modeli ve bunlara özgü benlik gelişimleri yaygın bulunmuştur (Mayer vd., 2012).

Ergenleri, annelerini ve büyükannelerini içine alan üç kuşaklı kapsamlı çocuğun değeri araştırmasında da, 30 yıl içerisinde her bir kuşak için çocuğun faydacı/ekonomik değerinden ziyade psikolojik değerinin ön plana çıkması ve tam bağımlı aile modelinden psikolojik bağımlılık modeline geçilmesi Kağıtçıbaşı'nın aile değişim modelini desteklemektedir (Kağıtçıbaşı ve Ataca, 2005). Düşük doğurganlık, ebeveynlikte denetim ve özerklik yönelimi ve duygusal bağımlılık daha genç ve kentli gruplarda ortaya çıkmakta olup bu gruplarda özerk-ilişkisel benlik desteklenmektedir.

Amerika, Hong-Kong, İsveç ve Türkiye'deki üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmada da 'kişi hem özerk hem de birbirine bağlı olabilir' ifadesi tüm katılımcıların ortak görüşü olup özellikle bu görüş daha genç ve kentli gruplarda ortaya çıkmıştır (Kağıtçıbaşı vd., 2007). Bu bulgu psikolojik/duygusal bağlı aile modelinde ortaya çıkan özerk-ilişkisel benlik için kanıt sağlamaktadır.

Özerk-ilişkisel benlik modelinden yola çıkılarak yapılan lise ve üniversite öğrencileri karşılaştırmalı araştırmaları inceleyecek olursak ülkemizde yapılan bir çalışmada ergenlerin özerk, ilişkisel ve özerk ilişkisel benlik kurgularının yaşadıkları yere ve cinsiyete bağlı olarak değişip değişmediği incelenmiştir (Özdemir, 2012). Kadınların erkeklere göre bağımlı ilişkisel ve özerk-ilişkisel puanlarının daha yüksek olduğu fakat her iki cinsiyet için özerk-ayrık benlik kurgusu puanlarının anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Kentte ve kırdaki yaşayan öğrencilerle yapılan bu çalışmada kentte yaşayan öğrencilerin özerk-ayrık ve özerk-ilişkisel benlik puanlarının kırsal bölgede yaşayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer olarak Türk üniversite öğrencilerinin kendilerini ifade etme tarzlarının cinsiyete göre değişiminin incelendiği başka bir çalışmada genel olarak katılımcıların bağımsız ve ilişkisel bağımlı yönlerinin, toplulukçu ve birbirine bağımlı yönlerinden daha baskın olduğu görülmüştür (İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün, 2004). Cinsiyete göre incelendiğinde kadınların kendilerini tanımlarken daha fazla kişisel terimler kullanmaları, geleneksel ve yaratıcı öz tanımlarının erkeklere göre daha düşük olması birçok araştırma

bulgusuyla farklılık göstermektedir.

Özerk-ilişkisel benlik kurgusunun beş faktör kişilik yapısını yordayıp yordamadığına dair lise öğrencileriyle yapılan araştırmada, uyumluluk kişilik özelliğinin yordayıcısı ilişkisel benlik, dışadönüklük kişilik özelliğinin yordayıcısı özerk ve ilişkisel benliktir. Sorumluluk kişilik özelliği özerk-ilişkisel benlik; deneyime açıklık kişilik özelliği ise ilişkisel, özerk ve özerk-ilişkisel benlik kurguları tarafından yordanmaktadır. Nevrotiklik kişilik özelliği hiçbir benlik kurgusu tarafından yordanmamaktadır (Uçar, 2016). Beş faktörlü kişilik boyutları evrensel özellikler gösterse de kültürel bağlamda şekillenen benlik kurguları tarafından anlamlı şekilde yordandığı bu çalışmayla kanıtlanmıştır.

Türk örnekleminde farklı olarak İngiltere ve Fransa'da lise ve üniversite öğrencileriyle yapılan dört alt çalışmadan oluşan bir araştırmada, yapılan diğer araştırmalarla tutarlı şekilde kadınların erkeklere kıyasla kendilerini daha ilişkisel, erkeklerin ise kendilerini daha ziyade bağımsız benlikle tanımladıkları bulunmuştur (Guimond vd., 2006). Kadınların kendi iç gruplarına daha fazla ilişkisel yaklaştıkları şeklinde yorumlanan bu sonuca ek olarak ikinci araştırmada, kadınların kendilerini tanımlarken erkeklerle kendilerini kıyasladıkları, erkeklerin ise diğer erkeklerle kendilerini kıyasladıkları bulunmuştur. Yani kadınlar gruplar arası karşılaştırma yaparken; erkekler cinsiyet içi sosyal karşılaştırma yapmışlardır. Fransa'da yapılan diğer iki çalışmada da bu sonuçlar doğrulanmış ve benlik kurgusundaki değişimler sosyal ortama bağlı olarak cinsiyetler arası farklılık göstermiştir.

Doktora tez çalışmasında özel ve devlet okullarında okuyan Türk ve Belçikalı ergen ve genç yetişkinlerin anneleri ve öğretmenleriyle ilişkilerini özerklik ve ilişkisellik boyutlarında karşılaştıran Coşkan (2016), Türk öğrencilerin Belçika öğrencilerine göre öğretmenleriyle daha ilişkisel ve daha az özerk ilişkiler geliştirdiğini bulmuşlardır. Fakat anneyle ilişkilerde öğrenciler arasında kültürel anlamda fark bulunmamıştır. Genel anlamda hem Türk hem de Belçikalı öğrencilerin anneleriyle ilişkilerinde öğretmenleriyle ilişkilerine kıyasla daha az özerk daha fazla ilişkisel oldukları görülmektedir. Bu sonuç anneyle ilişkilerin iki farklı kültür arasında benzer olduğunu göstermektedir.

Çalışmalar incelendiğinde bir toplumdaki bireyleri tamamen özerk ya da ilişkisel olarak tanımlamanın uygun olmadığı anlaşılmaktadır. Bireyci olarak tanınan kültürlerde ilişkisel, ilişkisel olarak tanınan kültürlerde de bireyci özellikler bulunabilmektedir. Yapılan çalışmalarda özellikle kentte yaşayan, yüksek eğitilmiş ve genç kesimin, cinsiyete göre de

erkeklerin kadınlara kıyasla daha özerk özellikler sergilediğini söyleyebiliriz. Her ne kadar ülkemiz toplulukçu/ilişkisel olarak değerlendirilse de farklı alt gruplarda farklı baskın benlik kurguları bulunmaktadır. Kağıtçıbaşı (2017) çevresel şartlarla birlikte aile ve benlikte değişikliklerin meydana geleceğini belirtmektedir. Yaşam tarzlarının küresel ölçekte benzer hale gelmesi benzer çevresel talepleri ortaya çıkarmaktadır. Bu benzer taleplerin odaklaştığı aile modeli psikolojik/duygusal bağlı model olup buna bağlı gelişen özerk/ ilişkisel benliktir. Bu model sağlıklı insan modelini oluşturmaktadır.

Kağıtçıbaşı'nın benliği ailenin, aileyi de kültürel ve sosyoekonomik çevrenin içine oturtan bağlamsal kuramı aileye sistematik bir şekilde yaklaşmaktadır. Ailenin kurulmasında önemli bir alt sistem olan evlilik içerisinde kişilerin benlik kurgularını bilmek evlilik yaşantısını anlamak için önemlidir.

## **1.6. Evlilik İlişkisi İçinde Benlik**

Benlik, kişinin kendisi hakkındaki bilgisidir. Daha önceki bölümlerde de ayrıntılı olarak açıklandığı gibi ifade ettiğimiz ve deneyimlediğimiz benlik değişken bir yapıda olup, sosyal bağlam içerisinde şekillenmektedir. Kim olduğumuz diğerleriyle etkileşimlerimiz içinde gelişir (Harlak, 2016). Yani benlik, birinin önemli diğerleriyle olan etkileşimine dair algılarının psikolojik yansıması olarak görülebilir. Benlik gelişimi süresince fiziksel, sosyal ve duygusal ihtiyaçların doyurulması bakımından en önemli kaynak ailedir. Dreikurs'a göre (1946), insan yaşamında önemli diğerleri olarak tanımlanan kişiler yetişkinlik döneminde eşlerdir dolayısıyla bireylerin kendilik algılarının evlilik ilişkisi içerisinde ele alınması önemlidir (akt., Sharpley ve Khan, 1980).

Alanyazın incelendiğinde benliğin evlilik yaşantısı içinde ele alındığı çalışmaların az sayıda olduğu görülmektedir. Evlilik evrensel bir kurum olsa da kültüre özgü özellikler içermektedir. Kültüre göre değişen evlilik ilişkisinin niteliği de değişmektedir. Ganalı ve İngiliz çiftlerle yapılan bir çalışmada daha toplulukçu ve geleneksel kültüre sahip Ganalı çiftlerin bağımlı benlik kurgusu puanlarının ve bireyci kültüre sahip ve geleneksel evlilik rollerine daha az vurgu yapan İngiliz çiftlerin ise bağımsız benlik kurgusu puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Adonu, 2005). Ganalı ve İngiliz çiftlerin benlik kurgularının evlilik doyumlarına doğrudan etkileri anlamlı bulunmamakla birlikte maddi destek ve kendini açma gibi değişkenler aracılığıyla etkilerinin anlamlı olduğuna dair sonuçlar elde edilmiştir.



Kanada’da çeşitli etnik gruplardan oluşan 307 evli veya romantik ilişkisi olan kişiyle yapılan çalışmada romantik ilişki içerisinde bağımlı benlik kurgusunun fedakârlığı yordama derecesi incelenmiştir (Day ve Impett, 2018). Çalışmaya katılan bireylere eşleri için en son yaptıkları fedakârlıkları hatırlatılarak fedakârlık yapmaya isteklilikleri ve aldıkları doyum değerlendirilmiştir. Daha düşük karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip olan katılımcıların partnerlerine daha az fedakârlıkta bulunma isteklerinin olduğu; daha yüksek karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip kişilerin ise partnerlerine daha fedakâr olmaya istekli oldukları ve bundan aldıkları doyumun fazla olduğu bulunmuştur. Benlik kurgularının ilişki niteliği üzerindeki etkisinin incelendiği başka bir çalışmada da benzer sonuçlar bulunarak ilişki-bağımlı benlik ve ilişki niteliği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gösterilmiştir (Morry ve Kito, 2009).

169 evli çiftin benliklerinin kendi ailelerinden farklılaşma düzeylerinin evlilik doyumuna etkisinin incelendiği bir çalışmada hem kadınların hem de erkeklerin benlik farklılaşma düzeylerinin artmasının evlilik doyumunu olumlu etkilediği; benlik farklılaşma düzeylerinin azalmasının evlilik doyumunu olumsuz etkilediği bulunmuştur (Gubbins, vd, 2010). Ayrıca çalışmada kadınların erkeklerin benlik farklılaşma düzeylerine karşı daha duyarlı oldukları bulunmuştur. Kadınların benlik gelişiminde beraberliğin ve ilişkililiğin; erkeklerin gelişiminde ise bağımsızlık ve ayrıklığın desteklediği gösterilmiştir. Benzer şekilde dinler arası evliliğe sahip 84 kişiyle yapılan çalışmada da bireysellik ve diğerleriyle ilişkideki birliktelikteki denge olarak tanımlanan benlik farklılaşmasının yüksek olduğu kişilerin evliliklerinden daha fazla doyum aldıkları bulunmuştur (Parsons, vd., 2007). Bunun sebebi, benlik olarak farklılaşan bireylerin kendi kararları için sorumluluk alarak aile bireylerinden farklılaşabilmesiyle açıklanabilir. Aynı zamanda bu kişiler evlilik ve çocuk yetiştirmeyle ilgili daha esnek davranarak ikileme düştükleri durumlarda daha rahat karar verebilmektedirler.

Ülkemizde evlilik yaşantısı içerisinde benlik kurgularıyla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, Dengeli Bütünleşme-Ayrışma modelinden (İmamoğlu, 2003) hareketle yapılan bir çalışmada, insanların ayrışma ve bütünleşme ihtiyaçlarından doğan benlik tiplerinin çift uyumu ve evlilik doyumuyla ilişkisi incelenmiştir. En az bir yıldır evli çiftlerle yapılan çalışmada benlik tipi ve evlilik tiplerinin (görücü usulü, aile içerikli anlaşarak ve anlaşarak evlenme) çift uyumu ve evlilik doyumuna etkileri incelenmiştir (Gündoğdu, 2007). Çalışma sonuçlarına göre, evlilik türlerine kıyasla benlik tipinin evlilik uyumu ve doyumuna

etkisi daha fazladır. İmamoğlu'nun en dengeli benlik kurgusu olarak nitelendirdiği ilişkili kendileşme ve ilişkili kalıplaşmanın (bütünleşik tip) evlilik kalitesini anlamlı şekilde yordaması çalışmanın önemli bulgusudur (Gündoğdu, 2007).

Tosun (2015), bireyci, ilişkisel ve toplulukçu benlik kurgusu modeliyle çalışma yapmıştır. Yaptığı çalışmada evlilik arefesindeki ve evli bireylerin ilişki nitelikleri, benlik kurguları ve özgeci davranışlarının ilişkisini incelemiştir. Çalışma sonucunda evli olmayan bireylerin ilişki niteliği ve benlik kurgusunda anlamlı bir fark bulunmamıştır. Evli bireylerde ise benlik kurgusunun bireycilik alt faktörü ile ilişki niteliğinin derinlik ve sosyal destek alt boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Benlik kurgusunun alt boyutu olan ilişkisellik ile ilişki niteliği arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Benlik kurgusunun diğer alt boyutu olan toplulukçuluk ile ilişki niteliğinin çatışma ve derinlik alt boyutlarıyla düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur (Tosun, 2015). Benzer şekilde Gore ve Cross (2011) yaptıkları çalışmada yüksek ilişkisel benlik kurgusuna sahip olan bireylerin ilişkilerinde çatışma yaşadıklarında karşı tarafı gözeterek ortak karar alma ve çıkarlarını diğerleriyle bütünleştirme eğiliminde olduklarını bulmuştur. İlişkisel benlik kurgusuna sahip bireyler çatışma durumlarında daha çözüme dönük eğilimler sergilemektedir.

Evli kişilerle yapılan bir çalışmada, benliğin farklılaşma düzeyi ve ilişkilerde özgün davranma eğilimi evlilik kalitesine katkıda bulunmaktadır (Kalkan ve Aydoğan, 2019). Araştırma sonuçlarına göre eşlerine bağımlı olmaktan çok işlevsel/özerk benlik yapısına sahip, eşiyile duygusal bağlılığı sürdüren kişilerin evlilik kalitesinin daha iyi olduğu bulunmuştur. Başka bir çalışmada evli çiftlerin benlik kurguları (özerk, ilişkisel, özerk-ilişkisel) ile evlilik uyumları arasındaki ilişkinin anlamlı olmadığı ancak benlik kurguları (özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel) puanlarının evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, bağışlama-özür dileme sıklığı, dindarlık ve evlenme yaşına gibi, bazı demografik değişkenlere göre farklılaştığı bulunmuştur (Kuşçu, 2019).

Özetle, kişilerin benlik kurguları arasındaki farklar kişilerarası ilişkilerde ve davranışlarda önemli bir etkiye sahiptir. Sınırlı sayıda da olsa yapılan çalışmalarda genel olarak, ilişkisel benlik kurgusuna sahip kişilerin evliliklerinin daha uyumlu ve eşleriyle olan ilişkilerinde yakınlığı geliştirdikleri ve ilişkiyi destekleyici davranışlar sergiledikleri görülmektedir (Cross vd., 2000; Morry ve Kito, 2009). Bunun sebebinin ilişkisel benlik kurgusuna sahip kişilerin duygu ve davranışlarını karşı tarafı gözeterek şekillendirmeleri ve

karşılardaki kişilerin istek ve ihtiyaçlarını gözetmeleri olması muhtemeldir. Ancak Kağıtçıbaşı'nın da (2005) vurguladığı gibi kişilerin hem özerkliğe hem de ilişkiselliğe ihtiyacı vardır. Benzer şekilde hem bireyselliği hem de beraberliği vurgulayan benliğin farklılaşması kavramıyla yapılan çalışmalarda da genel olarak iyi farklılaşan kişilerin evlilik yaşantılarının daha işlevsel olduğu bulunmuştur. Kişilerarası ilişkilerde bu iki ihtiyacın karşılanıp karşılanmadığı ilişkinin sağlıklı ilerleyip ilerlemeyeceğinde etkili olacaktır.

Eşler arasında boşanmaların giderek arttığı günümüzde evli çiftlerin ilişkilerinin yapısının ve içeriğinin anlaşılması önemlidir. Evlilikten alınan doyumun ve çiftlerin evlilik uyumunun anlaşılması için de bireylerin ilişkileri içerisinde kendilerini nasıl tanımladıklarını bilmek gerekir. Bireylerin kendilerine atfettikleri düşünce, duygu ve davranışların kavramsallaştırılması olan benlik kurguları da evlilik ilişkisinin anlaşılmasında önemlidir. Ayrıca eşler arasındaki ilişki dinamiği eş seçim sürecinde doğru ve uygun karar verebilmeye ilişkilidir. Özellikle evli çiftlerin benzer özelliklere sahip olmasının evlilik yaşantısını etkilediği eş seçme kuramları ve yapılan araştırmalarla desteklenmektedir. Benzerlik kuramı evli çiftlerin yaşantı paylaşımı sonucu benzer duygu, düşünce ve davranışlara sahip olduğunu göstermektedir. Bu çerçevede bu araştırmada evli çiftlerin benlik kurgusu benzerliğinin evlilik uyumu ve doyumunu nasıl etkilediği incelenecektir.

Özerkliğin ve ilişkiselliğin bir arada var olmasını ve bu iki ihtiyacın psikolojik açıdan karşılanması gerektiğini vurgulayan özerk-ilişkisel benlik kurgusu, kişiler arası mesafe boyutuyla ben/ diğeri ilişkilerini diğerlerine bağlanmışlığın derecesiyle açıklamaktadır. Bu nedenle özerk-ilişkisel benliğin evlilik yaşantısında eş ile ilişkileri açıklayabileceği ve kendi kendine yetebilen aynı zamanda da yakın ilişkilerinde de duygusal olarak bağlı benliğin kültürümüze de uygun olduğu düşünülmektedir.

Kağıtçıbaşı'nın (2005) özerk-ilişkisel benlik modeline göre eşlerin benzer olarak sahip olabileceği 3 farklı benlik kurgusu ortaya çıkmaktadır. Özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgularının benzer olma durumları, çiftlerde bu benliklerin yüksek ya da düşük olmasına bağlı olarak değişiklik gösterebilir. Aşağıdaki tabloda benlik kurgularının benzer olma durumları gösterilmiştir (bkz. 1.2).

Tablo 1.2. Evli çiftlerin benlik kurgularının benzerliğine ilişkin olası kombinasyonlar

<b>Benlik kurgusu boyutları</b>	<b>KADIN</b>	<b>ERKEK</b>
Özerk benlik	Yüksek	Yüksek
	Düşük	Düşük
İlişkisel benlik	Yüksek	Yüksek
	Düşük	Düşük
Özerk-ilişkisel benlik	Yüksek	Yüksek
	Düşük	Düşük

Bu çalışmada amaç, evli çiftlerin benlik kurgularının ve benlik kurgularının birbirlerine benzer olup olmamasının evlilik uyumu ve doyumuna etkisinin incelenmesidir. Belirtilen amaç doğrultusunda araştırma soruları şu şekilde belirlenmiştir:

1. Evli çiftlerin özerk/ilişkisel ve özerk ilişkisel benlik kurguları evlilik uyumunu etkilemekte midir?
2. Evli çiftlerin özerk/ilişkisel ve özerk ilişkisel benlik kurguları evlilik doyumunu etkilemekte midir?
3. Evli çiftlerin özerk/ilişkisel/özerk ilişkisel benlik kurguları benzerliği evlilik uyumunu etkilemekte midir?
4. Evli çiftlerin özerk/ilişkisel/özerk ilişkisel benlik kurguları benzerliği evlilik doyumunu etkilemekte midir?

Yapılan literatür taraması ve incelenen araştırmalar sonucunda evli çiftlerin ilişkisel ve özerk-ilişkisel bakımdan benzer olmasının evlilik uyumunu ve ilişki doyumunu olumlu etkilemesi beklenmektedir. İlişkisel benlik kurgusuna göre, kişilerin duygu, düşünce ve davranışlarını şekillendirirken benliklerine eşlerini dâhil etmeleri, ilişkilerinde ilişkisel çıkarların bireysel çıkarlarının önüne geçmesini sağlayacaktır. Bu durumda eşlerin ilişkilerinde daha ılımlı olması, birbirleriyle daha uyumlu bir beraberliğe sahip olması ve ilişkilerinden daha fazla doyum elde edebilmesi olasıdır. Benzer şekilde çiftlerin özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip olması hem kendi kendine yetebilen hem de ailesine duygusal bağlılık geliştirebilen sağlıklı benliği meydana getirecek ve sağlıklı bir iyi oluşu ve sağlıklı eş ilişkisini destekleyecektir. Kişilerin bireysellik ve beraberlik duygusuyla evlilik ve aile hayatıyla ilgili konularda daha esnek karar verme becerisi ve verdiği kararlarda sorumluluk

olarak aile çıkarlarını gözetebilmesi karı-kocalık ilişkisinde işlevselliği arttıracığı düşünülmektedir. Son olarak özerk benlik kurgusuna sahip eşlerin kendi önceliklerini ilişkideki önceliklerden daha önde tutması beklenmektedir. Bunun sonucunda özerk benlik kurgusu bakımından benzer olan çiftlerin ilişkilerinde kendi görüşlerini öne çıkarması ve kendi kendine yetebilmeyi savunması nedeniyle aralarındaki ilişkiler daha zayıf olabilir, dolayısıyla uyum ve doyum olumsuz etkilenebilir.

## 2. BÖLÜM

### 2. YÖNTEM

Bu araştırmada evli çiftlerin benlik kurgularının benzerliğinin evlilik uyumu ve doyumuna etkisini incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Karasar, 2016). Tarama araştırmaları, evreni temsilen çeşitli örneklemlerden elde edilen pek çok bilgiyi tek seferde sunabilme olanağı sağladığından, tarama modellerinden biri olan ilişkisel tarama modeli iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimleri ve nedensel ilişki hakkında ipuçları sunabildiği için tercih edilmiştir (Büyüköztürk, vd., 2018; Karasar, 2016).

#### 2.1. Örnekleme

Araştırma örneklemi evli çiftlerden oluşturulmuştur. İstatistiklere göre boşanmaların çoğu evliliğin ilk beş yılı içerisinde gerçekleşmektedir (TUİK, 2018). Ayrıca alanyazında da evliliğin özellikle ilk iki yılının evliliğe uyum süreci olarak değerlendirildiği vurgulandığı için örnekleme en az 1 yıldan beri süren evli kişiler dâhil edilmiştir. Örnekleme büyüklüğu, güvenilir sonuçlara ulaşabilmek için *G-Power* programından yararlanılarak hesaplanmıştır. Çalışmada model test etme amaçlandığından Çoklu regresyon analizi kullanılarak, küçük-orta etki boyu tercih edilerek hesaplama yapılmıştır. Cohen (1988), gücün .80 alınmasının daha uygun olduğunu belirttiği için hesaplanan örnekleme büyüklüğünde, güç 0.95'ten 0.80'e düşürülmüştür (örnekleme büyüklüğu hesabının ayrıntısı için bkz. Ek-1). Bu durumda *G-Power* programıyla hesaplanan örnekleme büyüklüğu 270 kişi olmuştur. Bu sayı ile birlikte uygulama sonrası iptal edilmesi gerekecek anket olabileceği de dikkate alınarak veriler 150 evli çiftten toplanmıştır. Araştırma örnekleminin sosyo-demografik özellikler bakımından dağılımını Tablo 2.1.1'de görölmektedir.

Tablo 2.1'de göröldüğu üzere örneklemin çoğunluğunu 30-39 yaş arası kadınlar ve 40-49 yaş arası erkekler oluşturmaktadır. Katılımcıların evlilik süreleri yıllara göre orantılı bir dağılım göstermektedir; hem kadınların hem de erkeklerin çoğunluğu 16 yıl ve daha uzun evlilik süresi bildirmiştir. Yine hem kadınların hem de erkeklerin büyük çoğunluğu kendi seçimi ve aile rızasıyla evlendiklerini ve iki çocuk sahibi olduklarını belirtmiştir. Kadınların ve erkeklerin büyük bir kısmı orta ve orta-üst ekonomik düzeye sahip olup lisans mezunudur. Çiftlerin büyük çoğunluğu eşi, kendisi ve varsa çocuklarından oluşan çekirdek ailesiyle yaşamaktadır.

Tablo 2.1. Örneklemin sosyo-demografik özellikler bakımından dağılımı

Değişken	Gruplar	KADIN		ERKEK	
		Sayı	%	Sayı	%
Yaş	23-29 Yaş	21	14.1	8	5.4
	30-39 Yaş	68	45.6	59	39.6
	40-49 Yaş	56	37.6	72	48.3
	50 Yaş ve üstü	4	2.7	10	6.7
Evlilik Süresi	1-5 Yıl	33	22.0	35	23.3
	6-10 Yıl	39	26.0	39	26.0
	11-15 Yıl	33	22.0	32	21.3
	16 Yıl ve Üstü	45	30.0	44	29.4
Evlilik Tipi	Aile rızasıyla	121	80.7	115	76.7
	Aile rızası dışında	3	2.0	7	4.6
	Görücü usulüyle	23	15.2	25	16.7
	Kaçma/ kaçırılma	1	0.7	2	1.3
	Berdel	1	0.7	-	-
	Diğer	1	0.7	1	0.7
Çocuk Sayısı	Yok	34	22.8	34	22.8
	1 çocuk	51	34.2	51	34.2
	2 çocuk	57	38.3	56	37.6
	3 çocuk veya fazlası	7	4.7	8	5.4
Gelir	Alt	-	-	-	-
	Alt-orta	7	4.7	10	6.7
	Orta	76	50.7	65	43.6
	Orta-üst	59	39.3	67	45.0
	Üst	8	5.3	7	4.7
Eğitim	İlköğretim	13	8.7	9	6.0
	Lise	23	15.3	27	18.0
	Lisans	84	56.0	73	48.7
	Lisansüstü	30	20.0	41	27.3
Aile Türü	Çekirdek aile	144	96.0	142	94.7
	Geniş aile	6	4.0	8	5.3

## 2.2. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada verilerin toplanması amacıyla ‘Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği’ (*The Autonomous-Related Self in Marriage Context Scale*), ‘Çiftler Uyum Ölçeği’ (*Dyadic Adjustment Scale*), ‘İlişki Doyumu Ölçeği’ (*Relationship Assessment Scale*) ve ‘Demografik Bilgi Formu’nu içeren bir anket kullanılmıştır (Bkz. Ek-2-3-4-5-6).

### 2.2.1. Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği (EBBKÖ)

Bu ölçek, üniversite öğrencilerinin benlik kurgularını ölçmek amacıyla Kağıtçıbaşı (2007) tarafından geliştirilen 'Aile Bağlamında Benlik Ölçeği'nin (ABBÖ) evlilik bağlamına uyarlanmasıyla oluşturulmuştur (Harlak, vd., 2019). ABBÖ'de benliğin özerklik, ilişkisellik ve özerk-ilişkisellik boyutlarını kapsayan 22 madde bulunmaktadır. Ölçekte yanıtlar 'Kesinlikle katılmıyorum', 'Katılmıyorum', 'Kararsızım', 'Katılıyorum' ve 'Kesinlikle katılıyorum' şeklindeki beşli Likert tipi cevap seçenekleriyle alınmaktadır. Özerklik alt boyutunu 1-9 arası maddeler, ilişkiyel alt boyutunu 10-18 arası maddeler, özerk ilişkiyel alt boyutunu 19-22 arası maddeler ölçmektedir.

Orijinal çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayıları özerk benlik, ilişkiyel benlik ve özerk-ilişkiyel benlik boyutları için sırasıyla .84, .84, ve .77 olarak bulunmuştur (Kağıtçıbaşı, 2007). Diğer bir geçerlik ve güvenilirlik çalışması da lise öğrencileriyle yapılmıştır. Açıklayıcı (*exploratory factor analysis*) ve doğrulayıcı (*confirmatory*) faktör analizi yöntemi kullanılarak incelenen ölçeğin üçlü faktör yapısı doğrulanmıştır. Ölçeğin ailede özerk benlik, ailede ilişkiyel benlik ve ailede özerk-ilişkiyel benlik alt ölçekleri için iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .69, .77 ve .73 bulunmuştur (Özdemir ve Çok, 2011).

Bu çalışmada ABBÖ'nün maddeleri evli çiftlere uygulanacak şekilde düzenlenerek evlilik ilişkisi bağlamında kullanılmak üzere uyarlanmış hali olan EBBKÖ kullanılmıştır. Örneğin ABBÖ'de madde "*Kendimi ailemden bağımsız hissederim*" iken EBBKÖ'de şöyle ifade edilmiştir: "*Kendimi eşimden bağımsız hissederim*". Ölçeğin uyarlama çalışması Aydın'da yaşayan 436 (% 54.36 kadın, % 45.64 erkek) evli kişiyle yapılmıştır (Harlak, vd., 2019). Gönüllü katılımcılarla gerçekleştirilen çalışmada katılımcıların yaş ortalamaları 35'tir ve evlilik süreleri 1-25 yıl arasındadır.

EBBKÖ'nün faktör yapısı temel eksen faktörleme analizi (*principal axis factoring*) ile varimaks döndürmesi yapılarak incelenmiştir. Faktör analizi sonuçları özdeğeri 1 in üstünde olan ve toplam varyansın % 50.49'unu açıklayan faktörler ortaya çıkarmıştır. EBBKÖ'nün ilişkiyel alt boyutunda faktör yükleri .84 ve .43 arasında olan toplam 9 madde, özerk-ilişkiyel alt boyutunda faktör yükleri .27 ve .87 arasında olan toplam 6 madde yer almıştır. Son olarak özerklik alt boyutu, faktör yükleri .46 ve .69 arasında değişen toplam 9 maddeden oluşmuştur. Birinci faktörün açıkladığı toplam varyansın %25.49, özdeğeri 5.61; ikinci faktörün açıkladığı toplam varyansın %17.94, özdeğeri 3.95; üçüncü faktörün



açıkladığı toplam varyansın %7.06, özdeğerinin de 1.56 olduğu bulunmuştur (Harlak, vd., 2019). Ayrıca yapılan doğrulayıcı faktör analizi de bu sonuçları desteklemiştir. Ölçeğin geçerliği için ölçek puanlarının Benliğe Diğerlerini Dâhil Etme Ölçeği'nden (BDDEÖ) (Aron, vd., 1992) “kendilik tanımlamalarına eşi dâhil etme” düzeylerine yönelik tek soruluk bir ölçüm ile korelasyonu hesaplanmıştır. BDDEÖ ile EBBKÖ-özerklik alt ölçeği arasında  $r = -.34$  ( $p < .001$ ) ve EBBKÖ-ilişkisel alt ölçeği arasında  $r = .54$  ( $p < .001$ ) korelasyon bulunmuştur.

Aynı çalışmada yapılan iç tutarlılık güvenirlik analizi sonuçlarına göre, ölçeğin alt boyutlarından ilişkisel benlik kurgusu için Cronbach  $\alpha = .86$ , özerk-ilişkisel benlik kurgusu için  $\alpha = .80$  ve son olarak özerk benlik kurgusu için  $\alpha = .80$  olarak bulunmuştur. Evli çiftlerle gerçekleştirilen bu çalışmada ise ölçeğin iç tutarlılık güvenirliği sonuçları ilişkisel benlik kurgusu alt boyutu için  $\alpha = .80$ , özerk-ilişkisel benlik kurgusu alt boyutu için  $\alpha = .83$  ve son olarak özerk benlik kurgusu alt boyutu için  $\alpha = .63$  olarak hesaplanmıştır.

## 2.2.2. Çiftler Uyum Ölçeği (ÇUÖ)

Çiftler Uyum Ölçeği (*Dyadic Adjustment Scale*) evli ya da birlikte olan kişilerin algıladıkları ilişki niteliğini değerlendirmek amacıyla Spanier (1976) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Fıfıloğlu ve Demir (2000) tarafından 264 evli çiftle gerçekleştirilmiştir. 32 maddeli olan ÇUÖ dört alt ölçekten oluşmaktadır; Çift doyumu (*dyadic satisfaction*) (16-23, 31, 32; toplam 10 madde), Fikir birliği (*dyadic consensus*) (1-3, 5, 7-15; toplam 13 madde), Çiftlerin bağlılığı (*dyadic cohesion*) (24-28; toplam 5 madde) ve Duyguların ifadesi (*affectional expression*) (4, 6, 29, 30 toplam 4 madde). Ölçeğin derecelendirmesi beşli, altılı ve yedili Likert tipindedir. Ayrıca son iki maddesi evet /hayır şeklinde cevaplandırılmaktadır. Ölçeğin çoğu maddesine verilecek cevaplar her zaman, hemen hemen her zaman, zaman zaman, ara sıra, nadiren, hiçbir zaman şeklinde altılı Likert şeklindedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 0-151 arasında değişmekte olup; yüksek puanlar evlilik uyumunun yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin alt ölçeklerinden alınan puanlar ayrı ayrı kullanılabilirken, ölçekten elde edilen toplam puan ilişkinin niteliğini genel olarak değerlendirmek için kullanılabilir. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında tüm ölçek için güvenirlik katsayısı Cronbach  $\alpha = .92$  ve dört alt ölçekten çift doyumu için  $\alpha = .83$ , çiftlerin bağlılığı için  $\alpha = .75$ , fikir birliği için  $\alpha = .75$ , duyguların ifadesi için  $\alpha = .80$  bulunmuştur. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği Locke-Wallace'ın Evlilik Uyumu ölçeği kullanılarak

hesaplanmış ve iki ölçek arasındaki korelasyon katsayısı  $r = .82$  olarak bulunmuştur (Fıfıloğlu ve Demir, 2000). Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasının yazarlarından izin alınırken yazarlar tarafından güvenilirlik analizlerinin tekrar yapılmaması istenmiştir. Bu sebeple mevcut çalışmada güvenilirlik analizleri rapor edilmemiştir.

### 2.2.3. İlişki Doyumu Ölçeği

Çalışmada katılımcıların evliliklerinden algıladıkları doyumu ölçmek amacıyla, Hendrick (1988) tarafından geliştirilen İlişki Doyumu Ölçeği (*Relationship Assessment Scale*) kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması ve çevirisi Curun (2001) tarafından 140 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. İlişki Doyumu Ölçeği 7 maddeden oluşmaktadır. Yedili Likert tipi maddelerden oluşan ölçek, maddelere verilen cevaplardan alınan puanların toplamıyla ilişki doyumunu ölçmektedir. Ölçekten alınan puanların artması ilişki doyumunun arttığını göstermektedir. Faktör analizi sonuçları ölçeğin tek boyutta toplandığını ve toplam varyansın %52'sini açıkladığını göstermiştir (Curun, 2001). Ölçeğin iç tutarlık katsayısı  $\alpha = .86$ 'dır. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlık katsayısı  $\alpha = .89$  bulunmuştur. Ölçekte 4. madde (İlişkinize hiç başlamamış olmayı ne sıklıkla istiyorsunuz?) ve 7. madde (İlişkinizde ne kadar problem var?) ters puanlanmaktadır.

### 2.2.4. Algılanan Benzerlik Ölçümü

Araştırmada kişilerin eşleriyle benzerlik algılarını ölçmek amacıyla demografik bilgi formunda yer alan '*Eşinizle kendinizi kıyasladığınızda ne ölçüde benzer kişiler olarak görürsünüz?*' şeklinde tek bir soru sorulmuştur. Kişilerin 0-100 arasında (10 birimlik değişimle 0 '*Hiç benzemeyiz*', 100 '*Çok benzeriz*') bir değer seçerek kendilerini eşleriyle ne kadar benzer gördüklerini belirtmeleri istenmiştir.

### 2.2.5. Demografik Bilgi Formu

Araştırmaya katılan kişiler hakkında bilgi sağlamak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan soru formunda katılımcılara yaşları, cinsiyetleri, evlilik süreleri, evlilik biçimleri, çocuk sayıları, gelir düzeyleri, eğitim düzeyleri, evde kimlerle birlikte yaşadıkları sorulmuştur. Bunların yanı sıra aile denilince akla ilk gelenler ve evliliği genel olarak değerlendirmeye ilgili sorular sorulmuştur.

### **2.3. Verilerin Toplanması**

Araştırmada ölçme aracı uygulamaları için öncelikle ölçek sahiplerinden izin alabilmek amacıyla e-posta yolu ile iletişime geçilmiştir. Gerekli onay alındıktan sonra araştırma verilerini toplamak için Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan izin alınmıştır (no: 12, tarih: 08/03/2019) (Bkz. Ek-3). Ayrıca bu çalışma, tez öğrencisi ve danışmanının da bulunduğu bir araştırma grubu tarafından yürütülen 'Evli Çiftlerin Benlik Kurgularının Benzerliğinin Evlilik Uyumu ve Doyumu ile Yaşam Doyumuna Etkileri: Kendini Açmanın Aracı Rolü' başlıklı ve Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Komisyonunca desteklenen projenin bir kısmını oluşturmaktadır (BAP Proje no: FEF – 19016, tarih: 19/09/2019).

Araştırma verileri Temmuz-Ekim 2019 ayları arasında araştırmacı tarafından eşlerle bireysel olarak yüz yüze görüşme yolu ile toplanmıştır. Çalışmanın sadece bilimsel bir amaç için yapıldığı, gönüllülük esasına bağlı olduğu ve verilen cevaplarda samimiyetin araştırma üzerindeki önemli etkisi belirtilmiştir. Katılımcılardan kimlik bilgileri istenmemiştir. Uygulama yaklaşık 15-20 dakika sürmüştür.

### **2.4. Verilerin Analizi**

Anket uygulamaları tamamlandıktan sonra veriler kodlanarak SPSS 25.00 istatistik paket programına aktarılmıştır. Ön analizde kayıp veriler (5-32 veri) ortalamalara göre tamamlanmış, ters puanlanan maddeler için gereken kod değişiklikleri yapılmış, ölçeklerin ve alt boyutlarının toplam puanları ve iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Toplam puanların o ölçek içindeki madde sayılarına bölünmesiyle net puanlar hesaplanmış ve analizler bu puanlar kullanılarak yürütülmüştür. Katılımcıların demografik özellikleri frekans analizine tabi tutulmuştur. Her ölçeğe / alt ölçeğe ilişkin dağılım özellikleri (minimum ve maksimum değerleri, ortalama ve standart sapma) incelenmiştir. Grup karşılaştırmaları için *t*-test ve tek yönlü varyans analizi, ilişki analizleri için Pearson korelasyon ve Çoklu Doğrusal regresyon analizi teknikleri kullanılmıştır.

### 3. BÖLÜM

#### 3. BULGULAR

Bu bölümde öncelikle Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği, Çift Uyum Ölçeği'nin alt boyutları, İlişki Doyumu Ölçeği ve Algılanan Benzerlik Ölçümü'nün betimsel istatistikleri verilmiştir. Daha sonra ölçek puanlarının bazı sosyo-demografik değişkenlere göre karşılaştırılmalarına ve bazı değişkenlerle ölçek puanları arasındaki korelasyonlara yer verilmiştir. Son olarak bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenleri yordama düzeylerini test etmek amacıyla yapılan *Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi* sonuçları ele alınmıştır.

Tablo 3.1. Ölçek Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçekler Alt Ölçekler	N	Ort.	S.S.	Minimum	Maximum
EBBKÖ					
ÖBK	300	3.07	.53	1.44	4.56
İBK	300	4.22	.59	1.56	5.00
Ö-İBK	300	4.34	.68	1.75	5.00
ÇUÖ					
Doyum	300	4.94	.58	2.62	6.00
Fikir birliği	300	4.86	.68	2.31	6.00
Bağlılık	300	4.36	.85	2.00	5.80
Duygusal ifade	300	3.39	.50	1.75	4.00
İDÖ	300	6.10	.85	2.00	7.00
Algılanan Benzerlik	300	64.90	22.01	0.00	100.00

EBBKÖ: Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği, ÇUÖ: Çift Uyum Ölçeği, İDÖ: İlişki Doyumu Ölçeği, ÖBK: Özerk Benlik Kurgusu, İBK: İlişkisel Benlik Kurgusu, Ö-İBK: Özerk-İlişkisel Benlik Kurgusu

Tablo 3.1'de araştırmada kullanılan ölçekler aracılığıyla elde edilen betimsel istatistikler verilmiştir. Ölçek ortalamaları 3.07 ve 6.10 arasında değişmektedir. En yüksek ortalama İDÖ'den ( $\bar{X} = 6.10$ ) en düşük ortalama ise EBBKÖ alt boyutu olan Özerklikten ( $\bar{X} = 3.07$ ) elde edilmiştir. Algılanan benzerlik için ise (100 üzerinden) ortalama ( $\bar{X} = 64.90$ ) bulunmuştur.

EBBKÖ alt boyutları bakımından cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşmanın olup olmadığını ortaya koymak için yapılan bağlantısız örneklem *t* testi sonucuna göre, Özerklik alt boyutunda kadınların ortalama puanları ( $\bar{X} = 3.20$ ) ile erkeklerin ortalama puanları ( $\bar{X} = 2.94$ ) arasında kadınlar lehine anlamlı fark bulunmuştur ( $t_{(298)} = 4.34, p < .01$ ). Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değeri orta düzeydedir ( $d = .51$ ). Benzer şekilde Özerk-İlişkisel alt boyutunda da kadınların ortalama puanları ( $\bar{X} = 4.50$ ) ile erkeklerin ortalama puanları ( $\bar{X}$

= 4.19) arasında kadınlar lehine anlamlı fark vardır ( $t_{(298)} = 3.96, p < .01$ ). Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değerinin orta olduğu bulunmuştur ( $d = .46$ ) (bkz. Tablo 3.2).

Katılımcıların EBBKÖ alt boyutlarının puan ortalamaları eğitim düzeylerine göre tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmıştır. Kadınlar için İlişkisel benlik kurgusu alt boyutunda ( $F_{(3, 146)} = 4.03, p < .01$ ) ve Özerk-İlişkisel alt boyutunda ( $F_{(3, 146)} = 3.76, p < .01$ ) eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Yapılan Tukey çoklu test karşılaştırma sonucuna göre İlişkisel alt boyutu için anlamlı farkın lise mezunları ve lisansüstü mezunları (yüksek lisans veya doktora) arasında, lisansüstü mezunları lehine olduğu görülmüştür. Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değeri ( $\eta^2 = .08$ ) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Özerk-İlişkisel alt boyutu için anlamlı farkın ilkokul mezunları ile lise, üniversite ve lisansüstü mezunları (yüksek lisans veya doktora) arasında, farklılaşmanın sırasıyla üniversite, lise ve lisansüstü mezunları lehine olduğu görülmüştür. Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değeri ( $\eta^2 = .07$ ) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Erkekler için benlik kurgusu alt boyutlarının eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermediği anlaşılmaktadır (bkz. Tablo 3.2).

Eşlerin benlik kurguları alt boyutları puan ortalamalarının aile algısına göre anlamlı bir farklılaşmanın olup olmadığını ortaya koymak için yapılan bağlantısız örneklem  $t$  testi sonucuna göre anlamlı farklılık bulunmamıştır (bkz. Tablo 3.2).

Tablo 3.2. Benlik Kurgularının Bazı Değişkenlere Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Gruplar	Ort.	S.S.	t/ F	p	Cohen d/ $\eta^2$
<i>ÖBK</i>	Kadın	3.20	.56			
Cinsiyet	Erkek	2.94	.46	4.34**	.000	0.51
<i>İBK</i>	Kadın	4.20	.56			
Cinsiyet	Erkek	4.23	.62	-.39	.699	0.05
<i>Ö-İBK</i>	Kadın	4.50	.60			
Cinsiyet	Erkek	4.19	.73	3.96**	.000	0.46
<i>ÖBK</i>	İlköğretim	2.91	.55			
Kadın eğitim düzeyi	Lise	3.12	.55	1.88	.136	0.04
	Üniv.	3.23	.55			
	Lisansüstü	3.31	.58			
<i>İBK</i>	İlköğretim	4.00	.61			
Kadın eğitim düzeyi	Lise	3.95	.69	4.03**	.009	0.08
	Üniv.	4.22	.52			
	Lisansüstü	4.43	.45			
<i>Ö-İBK</i>	İlköğretim	4.02	.68			
Kadın eğitim düzeyi	Lise	4.59	.54	3.76**	.012	0.07
	Üniv.	4.49	.62			
	Lisansüstü	4.65	.47			
<i>ÖBK</i>	İlköğretim	2.69	.50			
Erkek eğitim düzeyi	Lise	2.86	.34	1.51	.214	0.03
	Üniv.	2.99	.46			
	Lisansüstü	2.98	.51			
<i>İBK</i>	İlköğretim	4.22	.67			
Erkek eğitim düzeyi	Lise	4.14	.64	.23	.877	0.01
	Üniv.	4.25	.65			
	Lisansüstü	4.25	.56			
<i>Ö-İBK</i>	İlköğretim	3.97	.82			
Erkek eğitim düzeyi	Lise	3.94	.81	1.83	.144	0.04
	Üniv.	4.24	.68			
	Lisansüstü	4.25	.71			
<i>ÖBK</i>	Çekirdek	3.07	.54			
Aile Algısı	Geniş	3.10	.49	-.43	.668	0.06
<i>İBK</i>	Çekirdek	4.21	.61			
Aile Algısı	Geniş	4.24	.52	-.39	.694	0.05
<i>Ö-İBK</i>	Çekirdek	4.32	.71			
Aile Algısı	Geniş	4.43	.58	-1.18	.239	0.17

EBBKÖ: Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği, ÇUÖ: Çift Uyum Ölçeği, İDÖ: İlişki Doyumu Ölçeği, ÖBK: Özerk Benlik Kurgusu, İBK: İlişkisel Benlik Kurgusu, Ö-İBK: Özerk-İlişkisel Benlik Kurgusu

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$

Araştırmaya katılan evli çiftlerin ÇUÖ alt boyut puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak için yapılan bağlantısız örneklem  $t$  testi sonucuna göre, Bağlılık alt boyutunda kadınların puan ortalamaları ( $\bar{X} = 4.34$ ) ile erkeklerin puan ortalamaları arasında ( $\bar{X} = 4.37$ ) erkekler lehine anlamlı fark göstermiştir ( $t_{(298)} = -.291, p < .05$ ). Bununla birlikte test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değerinin küçük olduğu bulunmuştur ( $d = .04$ ) (bkz. Tablo 3.3).

Katılımcıların ÇUÖ alt boyut puan ortalamaları eğitim düzeylerine göre karşılaştırılmıştır. Kadınlar için Doyum alt boyutunda ( $F_{(3, 146)} = 3.37, p < .05$ ) ve Bağlılık alt boyutunda ( $F_{(3, 146)} = 4.01, p < .01$ ) eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Yapılan Tukey çoklu test karşılaştırma sonucuna göre doyum alt boyutu için anlamlı farkın ilköğretim ve lisansüstü mezunları (yüksek lisans veya doktora) arasında, lisansüstü mezunları lehine olduğu görülmüştür. Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değeri ( $\eta^2 = .06$ ) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Bağlılık alt boyutu için anlamlı farkın ilköğretim ve üniversite ile lisansüstü mezunları (yüksek lisans veya doktora) arasında sırasıyla üniversite ve lisansüstü mezunları lehine olduğu görülmüştür. Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değeri ( $\eta^2 = .08$ ) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Erkekler için ÇUÖ'nün hiçbir alt boyut puan ortalamalarında eğitim düzeyine göre istatistiksel bakımdan anlamlı fark bulunmamıştır (bkz. Tablo 3.3).

Tablo 3.3. Çift Uyumunun Bazı Değişkenlere Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Gruplar	Ort.	S.S.	t/ F	p	Cohen d/ $\eta^2$
<i>Doyum</i>	Kadın	4.90	.61	-1.002	.317	0.12
<i>Cinsiyet</i>	Erkek	4.97	.56			
<i>Fikir Birliği</i>	Kadın	4.85	.74	-.116	.908	0.01
<i>Cinsiyet</i>	Erkek	4.86	.62			
<i>Bağlılık</i>	Kadın	4.34	.90	-.291*	.041	0.04
<i>Cinsiyet</i>	Erkek	4.37	.81			
<i>Duygusal İfade</i>	Kadın	3.39	.52	.049	.961	0.02
<i>Cinsiyet</i>	Erkek	3.38	.49			
<i>Doyum</i>	İlköğretim	4.47	.38	3.37*	.020	0.06
<i>Kadın eğitim düzeyi</i>	Lise	5.00	.59			
	Üniv.	4.88	.64			
	Lisansüstü	5.08	.52			
<i>Fikir Birliği</i>	İlköğretim	4.69	.66	2.20	.090	0.04
<i>Kadın eğitim düzeyi</i>	Lise	4.70	.95			
	Üniv.	4.82	.72			
	Lisansüstü	5.14	.57			
<i>Bağlılık</i>	İlköğretim	3.74	.78	4.01**	.009	0.08
<i>Kadın eğitim düzeyi</i>	Lise	4.06	1.03			
	Üniv.	4.42	.85			
	Lisansüstü	4.61	.84			
<i>Duygusal İfade</i>	İlköğretim	3.22	.58	2.47	.065	0.05
<i>Kadın eğitim düzeyi</i>	Lise	3.23	.61			
	Üniv.	3.39	.52			
	Lisansüstü	3.58	.36			
<i>Doyum</i>	İlköğretim	5.09	.48	.469	.705	0.01
<i>Erkek eğitim düzeyi</i>	Lise	5.02	.41			
	Üniv.	4.92	.60			
	Lisansüstü	5.00	.58			
<i>Fikir Birliği</i>	İlköğretim	4.93	.74	.400	.753	0.01
<i>Erkek eğitim düzeyi</i>	Lise	4.97	.51			
	Üniv.	4.83	.62			
	Lisansüstü	4.84	.65			

Tablo 3.3. Çift Uyumunun Bazı Değişkenlere Göre Karşılaştırılması (Devamı)

Değişkenler	Gruplar	Ort.	S.S.	t/ F	p	Cohen d/ $\eta^2$
<i>Bağlılık</i> Erkek eğitim düzeyi	İlköğretim	4.33	.78	.307	.820	0.01
	Lise	4.24	.67			
	Üniv.	4.39	.89			
<i>Duygusal İfade</i> Erkek eğitim düzeyi	Lisansüstü	4.43	.76	.266	.850	0.01
	İlköğretim	3.50	.41			
	Lise	3.33	.49			
	Üniv.	3.38	.50			
	Lisansüstü	3.39	.47			

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$

Eşlerin ÇUÖ'nün alt boyutlarından aldıkları puanların ortalamalarının "Aile dediğinizde aklınıza ilk kim ya da kimler gelmektedir?" sorusuna verdikleri cevaplara göre anlamlı bir farklılaşmanın olup olmadığını ortaya koymak için yapılan bağlantısız örneklem  $t$ -testi sonucuna göre puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır (bkz. Tablo 3.4).

Araştırma katılımcılarının ÇUÖ alt boyutları puan ortalamalarının çocuk sahibi olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak için bağlantısız örneklem  $t$  testi yapılmıştır. Analiz sonucu, ÇUÖ'nün tüm alt boyutlarında çocuk sahibi olmayanların lehine anlamlı fark göstermiştir (bkz. Tablo 3.4).

Tablo 3.4. Çift Uyumunun Bazı Değişkenlere Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Gruplar	Ort.	S.S.	t/ F	p	Cohen d/ $\eta^2$
<i>Doyum</i>	Çekirdek	4.95	.59	.266	.850	0.10
Aile Algısı	Geniş	4.89	.57			
<i>Fikir Birliği</i>	Çekirdek	4.87	.70	.348	.728	0.06
Aile Algısı	Geniş	4.83	.61			
<i>Bağlılık</i>	Çekirdek	4.36	.85	.007	.995	0.00
Aile Algısı	Geniş	4.36	.86			
<i>Duygusal İfade</i>	Çekirdek	3.39	.51	.134	.894	0.02
Aile Algısı	Geniş	3.38	.48			
<i>Doyum</i>	Evet	4.86	.59	-5.022**	.000	0.64
Çocuk Sahibi Olma	Hayır	5.20	.46			
<i>Fikir Birliği</i>	Evet	4.81	.71	-2.89**	.004	0.35
Çocuk Sahibi Olma	Hayır	5.03	.52			
<i>Bağlılık</i>	Evet	4.28	.87	-3.10**	.002	0.41
Çocuk Sahibi Olma	Hayır	4.61	.75			
<i>Duygusal İfade</i>	Evet	3.32	.52	-5.20**	.000	0.63
Çocuk Sahibi Olma	Hayır	3.60	.35			

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$

Örnekleme oluşturan katılımcıların İDÖ puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşmanın olup olmadığını ortaya koymak için yapılan bağlantısız örneklem  $t$  testi sonucuna göre kadınların ortalama puanları ( $\bar{X} = 6.05$ ) ve erkeklerin ortalama puanları ( $\bar{X} =$



6.15) arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $t_{(298)} = -.987, p > .05$ ). Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değerinin oldukça küçük olduğu bulunmuştur ( $d = .12$ ) (bkz. Tablo 3.5).

Eşlerin İDÖ puan ortalamaları eğitim düzeylerine göre tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmıştır. Kadınlar için ilişki doyumunda eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmiştir ( $F_{(3, 146)} = 3.17, p < .05$ ). Yapılan Tukey çoklu test karşılaştırma sonucuna göre ilişki doyumu için anlamlı farkın ilköğretim mezunları ve lisansüstü mezunları (yüksek lisans veya doktora) arasında, lisansüstü mezunları lehine olduğu görülmüştür. Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değeri ( $\eta^2 = .06$ ) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Erkekler için ilişki doyumunda eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır (bkz. Tablo 3.5). Örnekleme oluşturan evli çiftlerin İDÖ puan ortalamaları arasında "Aile dediğinizde aklınıza ilk kim ya da kimler gelmektedir?" sorusuna göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını ortaya koymak için yapılan bağlantısız örneklem  $t$  testi sonucuna göre puan ortalamaları anlamlı farklılık göstermemiştir (bkz. Tablo 3.5).

Katılımcıların İDÖ puan ortalamalarının çocuk sahibi olmaya göre anlamlı bir farklılaşmanın olup olmadığını ortaya koymak için yapılan bağlantısız örneklem  $t$  testi sonucuna göre çocuk sahibi olanların puan ortalamaları ( $\bar{X} = 6.01$ ) ile çocuk sahibi olmayanların puan ortalamaları ( $\bar{X} = 6.38$ ) arasında çocuk sahibi olmayanların lehine anlamlı fark bulunmuştur ( $t_{(298)} = -3.43, p < .01$ ). Test sonucunda hesaplanan etki büyüklüğü değeri orta düzeydedir ( $d = .46$ ) (bkz. Tablo 3.5).

Tablo 3.5. İlişki Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre Karşılaştırılması

Değişkenler	Gruplar	Ort.	S.S.	t/ F	p	Cohen d/ $\eta^2$
İlişki Doyumu Cinsiyet	Kadın	6.05	.87	-.987	.324	0.12
	Erkek	6.15	.83			
İlişki Doyumu Kadın eğitim düzeyi	İlköğretim	5.62	.93	3.17**	.026	0.06
	Lise	5.82	1.10			
	Üniv.	6.06	.86			
	Lisansüstü	6.38	.55			
İlişki Doyumu Erkek eğitim düzeyi	İlköğretim	6.21	.80	.043	.988	0.00
	Lise	6.12	.60			
	Üniv.	6.14	.93			
	Lisansüstü	6.17	.81			
İlişki Doyumu Aile Algısı	Çekirdek	6.11	.85	.557	.578	0.07
	Geniş	6.05	.88			
İlişki Doyumu Çocuk Sahibi Olma	Evet	6.01	.87	-3.43**	.001	0.46
	Hayır	6.38	.73			

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$

‘Aile dediğinizde aklınıza kim ya da kimler gelmektedir?’ sorusuna verilen yanıtların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla ki-kare testi yapılmıştır. Kadınların % 77.3’ü, erkeklerin % 78.7’si eşim ve çocuklarımdan oluşan çekirdek aile yanıtını vermiştir. Katılımcıların aile algısı cinsiyete göre değişmemektedir ( $\chi^2_{(1)} = .078$ ,  $p > .05$ ).

‘Eşinizle kendinizi kıyasladığınızda ne ölçüde benzer kişiler olarak görürsünüz?’ sorusuna verilen yanıtın cinsiyete göre anlamlı farklılaşmanın olup olmadığını ortaya koymak için yapılan bağlantısız örneklem  $t$  testine göre kadınların benzerlik algısı puan ortalamaları ( $\bar{X} = 62.33$ ) ile erkeklerin benzerlik algısı puan ortalamaları ( $\bar{X} = 67.47$ ) arasında erkeklerin lehine anlamlı fark bulunmuştur ( $t_{(298)} = - 2.030$ ,  $p < .05$ ).

Ölçek puanları ve katılımcıların yaşları arasındaki korelasyon katsayılarına göre yalnızca erkeklerin yaşları ile İlişkisellik alt boyutu ( $r = - .172$ ,  $p < .05$ ) ve ÇUÖ Doyum alt boyutu arasında anlamlı negatif ilişkiler ( $r = - .174$ ,  $p < .05$ ) bulunmuştur. Etki büyüklükleri ise küçüktür ( $r^2 = .03$ ). Tüm katılımcıların yaşları ile İlişkisellik alt boyutu ( $r = - .151$ ,  $p < .01$ ) ve ÇUÖ Doyum alt boyutu arasında anlamlı negatif ilişkiler ( $r = - .151$ ,  $p < .01$ ) bulunmuştur. Etki büyüklükleri ise küçüktür ( $r^2 = .02$ ) (bkz. Tablo 3.6).

Tablo 3.6. Ölçek Puanlarının YAŞ ile İlişkisi ( $r$ )

Ölçekler Alt Ölçekler	Kadın	Erkek	Toplam
EBBKÖ			
ÖBK	.080	.000	-.006
İBK	-.145	-.172*	-.151**
Ö-İBK	.026	-.054	-.060
ÇUÖ			
Doyum	-.158	-.174*	-.151**
Fikir birliği	-.081	-.049	-.063
Bağlılık	-.065	-.091	-.073
Duygusal ifade	-.092	-.125	-.107
İDÖ	-.065	-.102	-.070

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$

Ölçek puanları ve katılımcıların bildirilen evlilik süreleri arasındaki ilişkiler için korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Analiz sonuçları, kadınların evlilik süresi ile İlişkisellik alt boyutu ( $r = - .162$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .02$ ), erkeklerin evlilik süresi ile Özerk-İlişkisellik alt boyutu ( $r = - .182$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .02$ ) arasında anlamlı negatif ilişkiler göstermiştir. Ayrıca erkeklerin evlilik süresi ile ÇUÖ Doyum alt boyutu ( $r = - .176$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2$

= .02) arasında da anlamlı negatif ilişki bulunmuştur. Tüm katılımcıların bildirdikleri evlilik süreleri, İlişkiselik ( $r = -.147$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .02$ ) ve Özerk-İlişkiselik alt boyutları ( $r = -.116$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .02$ ), ÇUÖ Doyum ( $r = -.163$ ,  $p < .01$ , etki boyu  $r^2 = .03$ ), Duygusal İfade ( $r = -.149$ ,  $p < .01$ , etki boyu  $r^2 = .02$ ), alt boyutları ve İDÖ ( $r = -.118$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .01$ ) ile anlamlı negatif ilişkiler göstermektedir (bkz. Tablo 3.7).

Tablo 3.7. Ölçek Puanlarının Evlilik Süresi ile İlişkisi ( $r$ )

Ölçekler Alt Ölçekler	Kadın	Erkek	Toplam
EBBKÖ			
ÖBK	.039	.016	.031
İBK	-.162*	-.133	-.147*
Ö-İBK	-.051	-.182*	-.116*
ÇUÖ			
Doyum	-.150	-.176*	-.163**
Fikir birliği	-.112	-.114	-.112
Bağlılık	-.083	-.135	-.108
Duygusal ifade	-.142	-.156	-.149**
İDÖ	-.130	-.105	-.118*

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$

Tablo 3.8'de ölçek puanları ve çiftlerin benzerlik algıları arasındaki korelasyon katsayılarının kadın ve erkekler için farklılaştığı görülmektedir. Kadınlar için algılanan benzerlik ile ölçek puanları, Özerklik ve Özerk-İlişkiselik alt boyutları hariç olmak üzere tüm değişkenlerle pozitif anlamlı ilişkiler göstermektedir. En yüksek ilişki algılanan benzerlik ile ÇUÖ fikir birliği alt boyutu ( $r = .443$ ,  $p < .01$ , etki boyu  $r^2 = .20$ ), en düşük ilişki algılanan benzerlik ile İlişkiselik alt boyutu arasında ( $r = .206$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .04$ ) bulunmuştur. Erkekler için algılanan benzerlik ile ölçek puanları Özerk-İlişkiselik alt boyutu hariç tüm değişkenlerle, Özerklik alt boyutuyla negatif; diğer değişkenlerle pozitif olmak üzere anlamlı ilişki göstermektedir. En yüksek ilişkinin algılanan benzerlik ve ÇUÖ Fikir Birliği alt boyutu ( $r = .401$ ,  $p < .01$ , etki boyu  $r^2 = .16$ ), en düşük ilişki algılanan benzerlik ile İlişkiselik alt boyutu arasında ( $r = .166$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .03$ ) olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 3.8).

Tablo 3.8. Ölçek Puanlarının Algılanan Benzerlik ile İlişkisi (*r*)

Ölçekler Alt Ölçekler	Algılanan benzerlik	
	Kadın	Erkek
EBBKÖ		
ÖBK	-.054	.224**
İBK	.206*	.166*
Ö-İBK	.063	-.041
ÇUÖ		
Doyum	.343**	.345**
Fikir birliği	.443**	.401**
Bağlılık	.280**	.176*
Duygusal ifade	.293**	.207*
İDÖ	.348**	.356**

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$

Çalışmada kullanılan tüm ölçeklerin puanları arasındaki ilişkiler için korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Tablo 3.9 incelendiğinde, değişkenler arasındaki ilişki için hesaplanan istatistiksel bakımdan anlamlı korelasyon katsayılarının  $r = .164$  ile  $r = .739$  arasında değiştiği görülmektedir. Özerklik alt boyutu ile İlişkisellik alt boyutu ve ÇUÖ alt boyutları ile İDÖ puanları arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Bunun dışındaki tüm ölçek puanları arasında pozitif yönlü, anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir. En yüksek korelasyon ÇUÖ Duyum alt boyutu ile İDÖ puanları arasındadır ( $r = .739$ ,  $p < .01$ , etki boyu  $r^2 = .55$ ). En düşük korelasyon ise Özerk-İlişkisellik alt boyutu ile ÇUÖ Bağlılık alt boyutu arasındadır ( $r = .164$ ,  $p < .01$ , etki boyu  $r^2 = .03$ ) (bkz. Tablo 3.9).

Tablo 3.10'da ölçek puanları arasındaki ilişkiler için cinsiyete göre ayrı ayrı hesaplanan korelasyon katsayıları görülmektedir. EBBKÖ alt boyutları ile ÇUÖ alt boyutları ilişkileri için cinsiyete göre anlamlı farklar bulunmuştur. Kadınlar için, Özerklik alt boyutu ( $r = .178$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .03$ ) ile İlişkisellik alt boyutu ( $r = .230$ ,  $p < .01$ , etki boyu  $r^2 = .05$ ), ÇUÖ Bağlılık alt boyutu ile anlamlı, pozitif ilişkiler göstermiştir. Erkekler için bu iki alt boyut arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Benzer şekilde kadınlar için Özerk-İlişkisellik alt boyutu ve ÇUÖ tüm alt boyutları arasındaki korelasyonlar anlamlıyken; erkekler için Özerk-İlişkisellik alt boyutu, sadece ÇUÖ Duygusal İfade alt boyutu ile anlamlı, pozitif ( $r = .192$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .04$ ) ilişkilidir. ÇUÖ'nün kendi alt boyutları arasında ve İDÖ ile ilişkisinde cinsiyete göre anlamlı fark bulunmamıştır (bkz. Tablo 3.10).

Tablo 3.9. Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyonlar (*r*)

Ölçekler Alt Ölçekler	EBBKÖ		ÇUÖ			İDÖ	
	İlişkiselik	Özerk-İlişkiselik	Doyum	Fikir birliği	Bağlılık		Duygusal ifade
EBBKÖ							
Özerklik	-.038	.365**	-.003	-.020	.109	.078	-.022
İlişkiselik		.390**	.420**	.275**	.188**	.350**	.408**
Özerk-İlişkiselik			.199**	.176**	.164**	.254**	.257**
ÇUÖ							
Doyum				.586**	.480**	.561**	.739**
Fikir birliği					.435**	.688**	.600**
Bağlılık						.409**	.493**
Duygusal ifade							.580**

\*  $p < .05$

\*\*  $p < .01$

Tablo 3.10. Cinsiyete Göre Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyonlar (*r*)

Ölçekler Alt Ölçekler	EBBKÖ			ÇUÖ		İDÖ	
	İlişkiselik	Özerk-İlişkiselik	Doyum	Fikir birliği	Bağlılık	Duygusal ifade	
<b>KADIN</b>							
EBBKÖ							
Özerklik	.029	.374**	.098	.030	.178*	.155	.092
İlişkiselik		.394**	.533**	.317**	.230**	.404**	.465**
Özerk-İlişkiselik			.328**	.211**	.248**	.340**	.351**
ÇUÖ							
Doyum				.592**	.507**	.600**	.710**
Fikir birliği					.504**	.690**	.603**
Bağlılık						.439**	.555**
Duygusal ifade							.607**
<b>ERKEK</b>							
EBBKÖ							
Özerklik	-.103	.295**	-.103	-.090	.033	-.020	-.138
İlişkiselik		.414**	.310**	.233**	.147	.298**	.356**
Özerk-İlişkiselik			.121	.159	.106	.192*	.217**
ÇUÖ							
Doyum				.582**	.446**	.516**	.770**
Fikir birliği					.343**	.686**	.600**
Bağlılık						.373**	.419**
Duygusal ifade							.552**

\*  $p < .05$

\*\*  $p < .01$

‘Evli çiftlerin benlik kurguları benzerliği, evlilik uyumunu ve ilişki doyumunu etkiler mi?’ şeklindeki temel araştırma sorusunu test etmek amacıyla her bir evli çiftin fark puanları elde edilmiştir. Fark puanları, kadın ve erkeklerin EBBKÖ alt boyutları (özerklik, ilişkisellik ve özerk-ilişkisellik) puanlarından hesaplanmıştır. Üç boyutun her biri için kadın puanları erkek puanlarından çıkarılmış, böylece her bir çiftin fark puanı bulunmuştur. Fark puanlarının düşük olması çiftlerin benzerliğinin yüksek olduğunu göstermektedir. Hesaplama fark puanlarıyla yapıldığı için burada karışıklığa yol açmamak adına ‘benzerlik’ yerine ‘fark’ ifadesi kullanılacaktır. Fark puanlarına ilişkin betimsel istatistikler ve korelasyonlar aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

Tablo 3.11’de EBBKÖ alt boyutlarından elde edilen fark puanlarının betimsel istatistikleri verilmiştir. Özerklik fark puanı için ortalama ( $\bar{X} = 2.31$ ), İlişkisellik fark puanı için ortalama ( $\bar{X} = -0.24$ ) ve son olarak Özerk-İlişkisellik fark puanı için ortalama ( $\bar{X} = 1.22$ ) bulunmuştur. Yapılan analizlerde standart sapmalar ortalamalardan büyük görünmektedir. Ancak bu standart sapma ranjı, özerklik fark puanı için 27.00, ilişkisellik fark puanı için 47.00, özerk-ilişkisellik fark puanı için 23.00 yayılım ranjına aittir (bkz. Tablo 3.11).

Tablo 3.11. Fark Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişkenler	N	Ort.	S.S.*	Minimum	Maximum	Ranj
EBBKÖ						
Özerklik Fark	150	2.31	5.65	-12.00	15.00	27.00
İlişkisellik Fark	150	-0.24	5.98	-22.00	25.00	47.00
Özerk-İlişkisellik Fark	150	1.22	3.29	-10.00	13.00	23.00

\* Dağılım ranjının geniş olması sebebiyle standart sapmalar büyüktür.

Tablo 3.12’de EBBKÖ alt boyutlarından elde edilen fark puanlarının her iki eş için ÇUÖ alt boyutları ve İDÖ puanları ile korelasyonları görülmektedir. Sadece Özerklik fark puanı ile erkekler için ÇUÖ Doyum alt boyutu ( $r = .217$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .05$ ) ve İDÖ puanları arasında ( $r = .240$ ,  $p < .01$ , etki boyu  $r^2 = .06$ ) istatistiksel bakımdan anlamlı, pozitif ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca İlişkisellik fark puanı ile yine erkeklerin İDÖ puanları arasında ( $r = -.168$ ,  $p < .05$ , etki boyu  $r^2 = .03$ ) anlamlı negatif ilişki bulunmuştur (bkz. Tablo 3.12).

Tablo 3.12. Fark Puanlarının Evlilik Uyumu ve İlişki Doyumuyla Korelasyonları (*r*)

Ölçekler	ÇÜÖ				İDÖ
	Alt Ölçekler	Doyum	Fikir birliği	Bağlılık	
<b>KADIN</b>					
EBBKÖ					
Özerklik Fark	.63	-.008	.088	.067	.075
İlişkisellik Fark	.110	.135	-.039	.129	.082
Özerk-İlişkisellik Fark	.073	-.019	-.014	.056	.038
<b>ERKEK</b>					
EBBKÖ					
Özerklik Fark	.217*	.112	.138	.062	.240**
İlişkisellik Fark	-.080	-.097	-.031	-.111	-.168*
Özerk-İlişkisellik Fark	.098	-.057	.065	-.011	-.067

\*  $p < .05$ \*\*  $p < .01$ 

Doğrusal Regresyon Analizi yapılmadan önce temel varsayımlar olan normallik, çoklu doğrusal bağlantılılık, eş varyanslılık ve otokorelasyon incelenmiştir (Büyüköztürk vd., 2018). Bu çalışma kapsamında verilerin normallik varsayımlarının karşılanabilmesi için basıklık ve çarpıklık katsayılarının -3 ve +3 arasında değerlere sahip olması dikkate alınmıştır (Field, 2013). Özerk benlik kurgusu için çarpıklık değeri .24 basıklık değeri .02; ilişki benlik kurgusu için çarpıklık değeri -.87 basıklık değeri 1.19; özerk-ilişki benlik kurgusu için çarpıklık değeri -1.09 basıklık değeri 1.31; çift uyum ölçeği doyum alt boyutu için çarpıklık değeri -1.06 basıklık değeri 1.48; fikirbirliği alt boyutu için çarpıklık değeri -.71 basıklık değeri 1.12; bağlılık alt boyutu için çarpıklık değeri -.37 basıklık değeri -.49; duyguların ifadesi alt boyutu için çarpıklık değeri -1.03 basıklık değeri .71 ve son olarak ilişki doyumunu için çarpıklık değeri -1.46 basıklık değeri 2.79 bulunmuştur. Bu değerlerin normal dağılım koşulunu sağladığı görülmektedir. Çoklu doğrusal bağlantılılık (*multicollinearity*) için *variance inflation factor* (VIF) değerleri ve değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları incelenmiştir. VIF değerlerinin 1.000-1.249 arasında olduğu bulunmuştur. Bu değerler 10'un altında olduğu ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları .80'in altında olduğu için modelde çoklu doğrusallık olmadığı kabul edilmiştir (Büyüköztürk vd., 2018). Her bir bağımsız değişken düzeyinde hataların varyansının sabit olduğunu gösteren eş varyanslılık (*homoscedasticity*) için *scatterplot* incelenmiş ve her bir modelde dikdörtgene benzer şekil elde edilmiştir. Son olarak oto-korelasyon (herhangi iki veri noktasına ait hata teriminin birbirinden etkilenmemeli) Durbin-Watson testi ile test edilmiştir. Modelde Durbin-Watson testleri 1.711-2.182 arasında değişmektedir. Bu değerler 1.5-2.5 arasında değiştiği için hatalar birbirinden bağımsızdır yani oto-korelasyon yoktur (Field, 2013).



Regresyon analizi varsayımları sağlandıktan sonra eşlerin benlik kurgularının ve benlik kurguları benzerliğinin evliliklerindeki uyum ve doyum üzerindeki etkilerini incelemek için doğrusal regresyon modeli test edilmiştir. Test edilen modellerde EBBKÖ alt ölçekleri (özerklik, ilişkisellik, özerk-ilişkisellik) ve EBBKÖ fark puanları (özerklik, ilişkisellik, özerk-ilişkisellik farkı) yordayıcı, ÇUÖ alt ölçek (doyum, fikir birliği, bağlılık, duyguların ifadesi) puanları ve İDÖ puanları yordanan olarak alınmıştır. Model testleri kadın ve erkek eşin ÇUÖ ve İDÖ puanları için ayrı ayrı uygulanmıştır. Araştırmada birden çok bağımsız değişken olduğu için bağımlı değişkeni en güçlü açıklayan, istatistiksel bakımdan anlamlı modelleri test edebilmek amacıyla regresyon analizlerinde aşamalı regresyon yöntemi (*stepwise*) kullanılmıştır (Field, 2013). Her bir model testi sonucunda elde edilen etkinin büyüklüğü, çoklu doğrusal regresyonda kullanılması uygun görülen standartlaştırılmış bir ölçüm olan Cohen  $f^2$  ile hesaplanmıştır. Cohen'e (1988) göre  $f^2 \geq 0.02$ ,  $f^2 \geq 0.15$  ve  $f^2 \geq 0.35$  sırayla küçük, orta ve büyük etki boyunu temsil etmektedir.

Tablo 3.13'te de görüldüğü üzere, kadının ÇUÖ-Doyum puanlarının istatistiksel bakımdan anlamlı yordayıcıları kadının ve erkeğin EBBKÖ-İlişkisellik puanlarıdır ( $R^2=.31$ ,  $F_{(1,147)}= 34.11$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde kadının EBBKÖ-İlişkisellik puanı ( $R^2 = .28$ ), ikinci modelde erkeğin EBBKÖ-İlişkisellik puanı modele eklenmiştir ( $\Delta R^2 = .03$ ). İki değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %31'dir. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, kadın EBBKÖ-İlişkisellik ( $\beta = .46$ ) ve erkek EBBKÖ-İlişkisellik ( $\beta = .20$ ) puanlarının kadının ÇUÖ-Doyum puanları üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun da (Cohen  $f^2 = 0.45$ ) büyük olduğu söylenebilir (bkz. Tablo 3.13). Erkeğin ÇUÖ-Doyum puanları erkeğin EBBKÖ-İlişkisellik ve kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkisellik puanları tarafından istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordanmaktadır ( $R^2= .14$ ,  $F_{(1,147)}= 12.65$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde erkeğin EBBKÖ-İlişkisellik ( $R^2 = .09$ ), ikinci modelde kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkisellik puanları modele eklenmiştir ( $\Delta R^2= .05$ ). İki değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %14'tür. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, erkek EBBKÖ-İlişkisellik ( $\beta= .27$ ) ve kadın EBBKÖ-Özerk-İlişkisellik ( $\beta= .23$ ) puanlarının erkeğin ÇUÖ-Doyum puanları üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun da (Cohen  $f^2 = 0.16$ ) orta olduğu söylenebilir (bkz. Tablo 3.13). Kadının ÇUÖ-Fikir Birliği puanlarını kadının EBBKÖ-İlişkisellik ve erkeğin EBBKÖ-Özerk-İlişkisellik puanları, istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordamaktadır ( $R^2 = .13$ ,  $F_{(1,147)}= 10.92$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde kadının EBBKÖ-İlişkisellik ( $R^2 = .10$ ), ikinci modelde erkeğin EBBKÖ-

Özerk-İlişkisel puanları modele eklenmiştir ( $\Delta R^2 = .03$ ). İki değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %13'tür. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, kadın EBBKÖ-İlişkisel ( $\beta = .30$ ) ve erkek EBBKÖ-Özerk-İlişkisel ( $\beta = .17$ ) puanlarının kadının ÇUÖ-Fikir Birliği puanları üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun (Cohen  $f^2 = 0.15$ ) orta olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 3.13). Erkeğin yalnızca ÇUÖ-Fikir Birliği puanları erkeğin EBBKÖ-İlişkisel puanları tarafından istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordandığıdır ( $R^2 = .05$ ,  $F_{(1,148)} = 8.53$ ,  $p < .05$ ). Açıklanan toplam varyans %5'tir. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, erkek EBBKÖ-İlişkisel ( $\beta = .23$ ) puanlarının erkeğin ÇUÖ-Fikir Birliği puanları üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyu da (Cohen  $f^2 = 0.05$ ) küçüktür (bkz. Tablo 3.13).

Tablo 3.13. Evli Çiftlerin EBBKÖ Alt Boyutları ve EBBKÖ Alt Boyutlarından Elde Edilen Fark Puanlarının ÇUÖ-Doyum ve Fikir Birliği Puanlarını Yordayıcılığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

	Yordayıcı	B	S.H.	$\beta$	t	p	R	R <sup>2</sup>
ÇUÖ-Doyum Kadın	Model 1						.53	.28
	Sabit	2.48	.32		7.75	.000		
	Kadın İBK	.58	.08	.53	7.66	.000		
	Model 2						.56	.31
	Sabit	1.99	.36		5.51	.000		
	Kadın İBK	.50	.08	.46	6.27	.000		
Erkek	Model 1						.31	.09
	Sabit	3.79	.30		12.66	.000		
	Erkek İBK	.28	.07	.31	3.97	.000		
	Model 2						.38	.14
	Sabit	3.01	.40		7.62	.000		
	Erkek İBK	.24	.07	.27	3.42	.001		
ÇUÖ-Fikir birliği Kadın	Model 1						.32	.10
	Sabit	3.11	.43		7.16	.000		
	Kadın İBK	.42	.10	.32	4.07	.000		
	Model 2						.36	.13
	Sabit	2.46	.52		4.76	.000		
	Kadın İBK	.40	.10	.30	3.92	.000		
Erkek	Model 1						.23	.05
	Sabit	3.88	.34		11.43	.000		
	Erkek İBK	.23	.08	.23	2.92	.004		

ÇUÖ: Çift Uyum Ölçeği, İBK: İlişkisel Benlik Kurgusu, Ö-İBK: Özerk-İlişkisel Benlik Kurgusu

Tablo 3.14'te de görüldüğü üzere, kadının ÇUÖ-Bağlılık puanları erkeğin EBBKÖ-İlişkisel ve kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkisel puanları tarafından istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordamaktadır ( $R^2 = .10$ ,  $F_{(1,147)} = 8.56$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde erkeğin EBBKÖ-İlişkisel ( $R^2 = .06$ ), ikinci modelde kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkisel puanları modele eklenmiştir ( $\Delta R^2 = .04$ ). İki değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %10'dur. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, erkek EBBKÖ-İlişkisel ( $\beta = .21$ ) ve kadın EBBKÖ-Özerk-İlişkisel ( $\beta = .21$ ) puanlarının kadının ÇUÖ-Bağlılık puanı üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun (Cohen  $f^2 = 0.11$ ) küçük olduğu söylenebilir (bkz. Tablo 3.14).

Kadının yalnızca EBBKÖ-Özerk-İlişkisel puanları, erkeğin ÇUÖ-Bağlılık puanlarını istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordamaktadır ( $R^2 = .04$ ,  $F_{(1,148)} = 7.29$ ,  $p < .05$ ). Açıklanan toplam varyans %4'tür. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, kadın Özerk-İlişkisel ( $\beta = .22$ ) alt boyutunun erkeğin ÇUÖ Bağlılık alt boyutu üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun (Cohen  $f^2 = 0.04$ ) küçük olduğu söylenebilir (bkz. Tablo 3.14).

Kadının EBBKÖ-İlişkisel ve Özerk-İlişkisel puanları, kadının ÇUÖ-Duyuların İfadesi puanlarını istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordamaktadır ( $R^2 = .20$ ,  $F_{(1,147)} = 18.64$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde kadının EBBKÖ-İlişkisel puanları ( $R^2 = .16$ ), ikinci modelde kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkisel puanları modele eklenmiştir ( $\Delta R^2 = .04$ ). İki değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %20'dir. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, kadın EBBKÖ-İlişkisel ( $\beta = .32$ ) ve kadın EBBKÖ-Özerk-İlişkisel ( $\beta = .21$ ) puanlarının kadının ÇUÖ-Duyuların İfadesi puanları üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun (Cohen  $f^2 = 0.25$ ) orta olduğu söylenebilir (bkz. Tablo 3.14).

Erkeğin EBBKÖ-İlişkisel puanları ve kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkisel puanları, erkeğin ÇUÖ-Duyuların İfadesi puanlarını istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordamaktadır ( $R^2 = .10$ ,  $F_{(1,147)} = 9.61$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde erkeğin EBBKÖ-İlişkisel puanları ( $R^2 = .08$ ), ikinci modelde kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkisel puanları modele eklenmiştir ( $\Delta R^2 = .02$ ). İki değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %10'dur. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, erkek EBBKÖ-İlişkisel ( $\beta = .27$ ) ve kadın EBBKÖ-Özerk-İlişkisel ( $\beta = .17$ ) puanlarının erkeğin ÇUÖ-Duyuların İfadesi puanları

üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun (Cohen  $f^2 = 0.11$ ) küçük olduğu söylenebilir (bkz. Tablo 3.14).

Tablo 3.14. EBBKÖ Alt Boyutları ve EBBKÖ Alt Boyutlarından Elde Edilen Fark Puanlarının ÇUÖ-Bağlılık ve Duygu İfadesi puanlarını yordayıcılığına ilişkin regresyon analizi sonuçları

	Yordayıcı	B	S.H.	$\beta$	t	p	R	R <sup>2</sup>
ÇUÖ-Bağlılık KADIN	Model 1						.25	.06
	Sabit	2.80	.49		5.67	.000		
	Erkek İBK	.37	.12	.25	3.16	.002		
	Model 2						.32	.10
	Sabit	1.66	.66		2.53	.013		
	Erkek İBK	.31	.12	.21	2.65	.009		
ERKEK	Model 1						.22	.04
	Sabit	3.07	.49		6.28	.000		
	Kadın Ö-İBK	.29	.11	.22	2.70	.008		
	Model 2						.45	.20
	Sabit	1.30	.35		3.74	.000		
	Kadın İBK	.30	.07	.32	3.99	.000		
ÇUÖ-Duygu ifade KADIN	Model 1						.40	.16
	Sabit	1.81	.30		6.10	.000		
	Kadın İBK	.38	.07	.40	5.38	.000		
	Model 2						.45	.20
	Sabit	1.30	.35		3.74	.000		
	Kadın İBK	.30	.07	.32	3.99	.000		
ERKEK	Model 1						.30	.08
	Sabit	2.40	.26		9.12	.000		
	Erkek İBK	.23	.06	.30	3.80	.000		
	Model 2						.34	.10
	Sabit	1.90	.35		5.41	.000		
	Erkek İBK	.21	.06	.27	3.37	.001		
ERKEK	Model 1						.30	.08
	Sabit	2.40	.26		9.12	.000		
	Erkek İBK	.23	.06	.30	3.80	.000		
	Model 2						.34	.10
	Sabit	1.90	.35		5.41	.000		
	Erkek İBK	.21	.06	.27	3.37	.001		
ERKEK	Model 1						.30	.08
	Sabit	2.40	.26		9.12	.000		
	Erkek İBK	.23	.06	.30	3.80	.000		
	Model 2						.34	.10
	Sabit	1.90	.35		5.41	.000		
	Erkek İBK	.21	.06	.27	3.37	.001		
ERKEK	Model 1						.30	.08
	Sabit	2.40	.26		9.12	.000		
	Erkek İBK	.23	.06	.30	3.80	.000		
	Model 2						.34	.10
	Sabit	1.90	.35		5.41	.000		
	Erkek İBK	.21	.06	.27	3.37	.001		
ERKEK	Model 1						.30	.08
	Sabit	2.40	.26		9.12	.000		
	Erkek İBK	.23	.06	.30	3.80	.000		
	Model 2						.34	.10
	Sabit	1.90	.35		5.41	.000		
	Erkek İBK	.21	.06	.27	3.37	.001		
ERKEK	Model 1						.30	.08
	Sabit	2.40	.26		9.12	.000		
	Erkek İBK	.23	.06	.30	3.80	.000		
	Model 2						.34	.10
	Sabit	1.90	.35		5.41	.000		
	Erkek İBK	.21	.06	.27	3.37	.001		

ÇUÖ: Çift Uyum Ölçeği, İBK: İlişkisel Benlik Kurgusu, Ö-İBK: Özerk-İlişkisel Benlik Kurgusu

Tablo 3.15'te de görüldüğü üzere, kadının EBBKÖ-İlişkisellik puanları ve erkeğin EBBKÖ-Özerk-İlişkisellik puanları, kadının ÇUÖ-toplam puanlarını istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordamaktadır ( $R^2 = .23$ ,  $F_{(1,147)} = 22.54$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde kadının EBBKÖ-İlişkisellik ( $R^2 = .19$ ), ikinci modelde erkeğin EBBKÖ-Özerk-İlişkisellik puanları modele eklenmiştir ( $\Delta R^2 = .04$ ). İki değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %23'tür. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, kadın EBBKÖ-İlişkisellik ( $\beta = .42$ ) ve erkeğin EBBKÖ-Özerk-İlişkisellik ( $\beta = .20$ ) puanlarının kadının ÇUÖ-toplam puanları

üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun da (Cohen  $f^2 = 0.30$ ) orta olduğu söylenebilir (bkz. Tablo 3.15).

Erkeğin ÇUÖ-toplam puanları, erkeğin EBBKÖ-İlişkiselik ve kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkiselik puanları tarafından istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordamaktadır ( $R^2 = .12$ ,  $F_{(1,147)} = 10.59$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde erkeğin EBBKÖ-İlişkiselik ( $R^2 = .09$ ), ikinci modelde kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkiselik puanları modele eklenmiştir ( $\Delta R^2 = .03$ ). İki değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %12'dir. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, erkek EBBKÖ-İlişkiselik ( $\beta = .27$ ) ve kadının EBBKÖ-Özerk-İlişkiselik ( $\beta = .19$ ) puanlarının erkeğin ÇUÖ-toplam puanları üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyu da (Cohen  $f^2 = 0.14$ ) küçüktür (bkz. Tablo 3.15).

Kadının EBBKÖ-İlişkiselik puanları, erkeğin EBBKÖ-Özerk-İlişkiselik puanları ve Özerk-İlişkiselik fark puanları, kadının İDÖ-toplam puanlarını istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordamaktadır ( $R^2 = .28$ ,  $F_{(1,146)} = 18.75$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde kadının EBBKÖ-İlişkiselik ( $R^2 = .22$ ), ikinci modelde erkeğin EBBKÖ-Özerk-İlişkiselik ( $\Delta R^2 = .04$ ), üçüncü modelde Özerk-İlişkiselik fark puanları modele eklenmiştir ( $\Delta R^2 = .02$ ). Üç değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %28'dir. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, kadın EBBKÖ-İlişkiselik ( $\beta = .39$ ), erkek EBBKÖ-Özerk-İlişkiselik ( $\beta = .36$ ) puanlarının ve Özerk-İlişkiselik fark puanlarının ( $\beta = .21$ ) kadının İDÖ-toplam puanları üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun da (Cohen  $f^2 = 0.39$ ) büyük olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 3.15).

Erkeğin EBBKÖ-İlişkiselik puanları ve Özerklik fark puanları, erkeğin İDÖ-toplam puanlarını istatistiksel bakımdan anlamlı şekilde yordamaktadır ( $R^2 = .16$ ,  $F_{(1,147)} = 14.46$ ,  $p < .05$ ). Birinci modelde erkek EBBKÖ-İlişkiselik puanları ( $R^2 = .13$ ), ikinci modelde Özerklik fark puanları modele eklenmiştir ( $\Delta R^2 = .03$ ). İki değişkenle birlikte açıklanan toplam varyans %16'dır. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, erkek EBBKÖ-İlişkiselik ( $\beta = .33$ ) ve Özerklik fark puanlarının ( $\beta = .20$ ) erkeğin İDÖ-toplam puanları üzerinde pozitif etkisi bulunmaktadır. Hesaplanan etki boyunun da (Cohen  $f^2 = 0.19$ ) orta olduğu söylenebilir (bkz. Tablo 3.15).

Tablo 3.15. EBBKÖ Alt Boyutları ile Bunlara İlişkin Fark Puanlarının ÇUÖ ve İDÖ-Toplam Puanlarını Yordayıcılığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı		B	S.H.	$\beta$	t	p	R	R <sup>2</sup>
ÇUÖ KADIN								
Model 1							.44	.19
	Sabit	2.70	.32		8.35	.000		
	Kadın İBK	.45	.08	.44	5.96	.000		
Model 2							.48	.23
	Sabit	2.09	.38		5.48	.000		
	Kadın İBK	.44	.08	.42	5.82	.000		
	Erkek Ö-İBK	.16	.06	.20	2.82	.005		
ERKEK								
Model 1							.30	.09
	Sabit	3.62	.27		13.63	.000		
	Erkek İBK	.24	.06	.30	3.87	.000		
Model 2							.36	.12
	Sabit	3.05	.35		8.63	.000		
	Erkek İBK	.21	.06	.27	3.39	.001		
	Kadın Ö-İBK	.15	.06	.19	2.40	.018		
İDÖ KADIN								
Model 1							.47	.22
	Sabit	3.02	.48		6.30	.000		
	Kadın İBK	.72	.11	.47	6.38	.000		
Model 2							.51	.26
	Sabit	2.09	.57		3.70	.000		
	Kadın İBK	.69	.11	.45	6.27	.000		
	Erkek Ö-İBK	.25	.09	.21	2.92	.004		
Model 3							.53	.28
	Sabit	1.62	.61		2.67	.009		
	Kadın İBK	.60	.12	.39	5.07	.000		
	Erkek Ö-İBK	.44	.13	.36	3.44	.001		
	Özerk-İlişkisel fark	.06	.03	.21	1.98	.050		
ERKEK								
Model 1							.36	.13
	Sabit	4.13	.44		9.39	.000		
	Erkek İBK	.48	.10	.36	4.63	.000		
Model 2							.41	.16
	Sabit	4.21	.43		9.72	.000		
	Erkek İBK	.44	.10	.33	4.34	.000		
	Özerklik fark	.03	.01	.20	2.59	.011		

ÇUÖ: Çift Uyum Ölçeği, İDÖ: İlişki Doyumu Ölçeği, İBK: İlişkisel Benlik Kurgusu, Ö-İBK: Özerk-İlişkisel Benlik Kurgusu

## 4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde ölçek puanları arasındaki korelasyonlar ve ölçek puanlarının bazı sosyo-demografik değişkenlere göre karşılaştırmalarıyla ilgili bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır. Daha sonra evli çiftlerin benlik kurgusu ve benlik kurgusu benzerliğinin evlilik uyumu ve ilişki doyumuyla ilişkisine yönelik bulgular alanyazın ışığında tartışılmıştır.

### 4.1. Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Kadınların benlik kurgusunun tüm alt boyutlarıyla evlilik uyumunun bağıllık alt boyutu arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur; erkekler için ise benlik kurgusunun hiçbir alt boyutu bağıllık ile ilişkili değildir. Kadınların kendilik tanımlamalarının daha ilişki eğilimli olduğu; erkeklerin ise daha bağımsız olduğu bilinmektedir (Cross vd., 2000 Cross vd., 2011). Özellikle sosyalleşme süreciyle kadınların ilişkiye yönelimleri artmaktadır. Her ne kadar kadının iş hayatına katılımı ve maddi özgürlüğünün artması daha bağımsız benliği ortaya çıkarsa da anne ve eş olma gibi rollerinden dolayı ilişkiselliğin korunduğu bilinmektedir (Ercan, 2008). Yapılan bir çalışmada birlikte bir gelecek arzusu, 'biz olma' duygusu, ilişkiye öncelik ve eş için fedakarlık yapmaya istekliliğin kadınlarda daha yüksek olduğu bulunmuştur (Stanley ve Markman, 1992; Stanley vd., 2002). Bu çalışmanın bulgularının mevcut açıklamalarla uyumlu olduğu söylenebilir.

Kadınların benliklerini ilişki biçimlerine göre tanımlaması, ilişkilerindeki bağıllıklarıyla ilişkilidir. Erkeklerin benliklerinin bireyselliği vurgulaması ve diğerleriyle sınırlar içerisinde gelişim göstermesinden dolayı evlilikte bağıllıklarıyla ilişkili olmayabilir. Kadınların evliliklerinde yakınlık; erkeklerin ise özerklik isteme eğiliminde olduklarını gösteren bir çalışmada da erkeklerin daha az bağıllık geliştirdikleri bulunmuştur (Christensen ve Shenk, 1991).

Yapılan korelasyon analizinde kadın ve erkekler için farklı olan bir diğer bulgu da, kadınların özerk-ilişkisel benlik kurgusunun çift uyumunun tüm alt boyutlarıyla; erkeğin ise sadece çift uyumunun duyguların ifadesi alt boyutuyla anlamlı ilişkiler göstermesidir. Geleneksel cinsiyet rollerinin kadınların, erkeklere göre duygularını daha kolay tanımlamasını ve daha çok göstermesini teşvik ettiği, buna karşılık erkeklerin duygusal deneyimlerini kısıtlayarak duygularını tanıması ve ifade etmesini engellediği bildirilmektedir

(Kuyumcu, 2011). Ancak bu çalışmada, hem kadınların hem de erkeklerin özerk-ilişkisel benlik kurguları ile duyguların ifadesi ilişkisi pozitif ilişkili bulunması kültürel da yorumlanabilir. Toplulukçu kültürlerde, duyguların başkalarıyla olan ilişkiye bağlı olarak geliştiği ve ilişkilerin durumunu gösterdiği buna karşılık bireyci kültürlerde duyguların bireyin iç dünyasıyla ilişkili olduğu kabul edilmektedir (Mesquita, 2001). Katılımcıların bireyciden ziyade toplulukçuluğa yakın bir bağlamda yaşamaları bu bulgu ile bağlantılı olabilir. Diğer yandan özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip kişiler duygusal yakınlık içindedirler. Dolayısıyla özerk-ilişkisel benliğe sahip eşlerin duygularını tanınması ve birbirlerine açarak ifade edebilmesi de muhtemeldir. Aynı zamanda örneklemdaki erkeklerin yüksek eğitim düzeyine sahip olması, erkeklerin kendilerini daha kolay açmalarını, daha samimi ve yakın ilişkilerle olaylar karşısında daha rahat empati kurmalarını destekliyor olabilir.

Suh (2007), karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip kişilerin, romantik ilişkide uyumu ve sosyal normları sürdürmeye önem verdiğini ve benlik saygısı, duyguları ifade gibi psikolojik faktörlerin ilişkideki mutluluğa engel oluşturabileceğini öne sürmektedir. Ancak bu açıklamanın aksine evli çiftlerle yaptığımız bu çalışmada her iki cinsiyet için de benlik kurguları ve duyguların ifadesi ilişkili bulunmuştur. Yakınlığın bir göstergesi olan duyguların ifadesi de bağımsızlığı ve bireyselliği tehdit etmeyen özerk-ilişkisel benlik yapıları için daha uygun görünmektedir. Dolayısıyla her iki cinsiyet için de bu benlik kurgusuna sahip olmak duygu ifadesiyle olumlu ilişkilidir.

#### **4.2. Ölçek Puanlarının Bazı Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırmalarına Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu**

Evli çiftlerin benlik kurguları alt boyutları bakımından cinsiyete göre özerklik ve özerk-ilişkisel alt boyutunda kadınların lehine bir sonuç bulunmuştur. Bu bulgu literatürle kısmen uyumlu görünmektedir. Genellikle kadınların erkeklere göre daha bağımlı ve ilişkisel benliğe sahip olduğu bilinmektedir (Cross ve Madson, 1997; İmamoğlu, 2003; Kaptan, 2018; Kashima ve Hardie, 2000). Sosyoekonomik seviyesi yüksek kesimlerle yapılan çalışmada özerklik bakımından cinsiyete göre farklılık bulunmamıştır (Kuşçu, 2019; Özdemir ve Çok, 2011). Aynı zaman da özerk ve özerk-ilişkisel benliğin kadınlarda daha yüksek olduğu çalışmalar da vardır (Erkılınç, 2020; İmamoğlu, 2003; Tosun, 2015).



Değişen sosyal yapı ile kadına atfedilen roller değişim göstermektedir. Nitekim örneklemedeki çiftlerin, orta ve üst düzey sosyoekonomik ve eğitim düzeyine sahip olması; kadınların büyük çoğunluğunun bir işte çalışmakta olması, kadınların daha özerk benlik kurgusuna sahip olmasıyla ilişkili olabilir. Eaton ve Louw (2000), çalışan ve genç kadınların özerk benlik kurgusunun daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bununla birlikte her ne kadar kadınların özerklik düzeyi yüksek ise de, geleneksel roller, ev ile ilgili sorumlulukları ve anne olmanın kadınlar için ilişkiselliğin de önemli olduğunu göstermektedir.

Kadınların ilişkişel ve özerk-ilişkişel benlik kurgusunda eğitim düzeyine göre istatikselsel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Sonuçlar bu farkın lisansüstü eğitimin lehine olduğunu göstermektedir. Bu sonuç literatürle uyuşmamaktadır. Yapılan çalışmalarda genellikle eğitim seviyesinin artması özerklikle ilişkili görülmektedir. Nitekim yapılan bir çalışmada evli kişilerin ilişkişel ve özerk-ilişkişel benlik kurgusu puanları, ilköğretim mezunlarında üniversite mezunlarına göre daha yüksek bulunmuştur (Kuşçu, 2019). Başka bir çalışmada, ilişkişellik ve toplulukçuluk puanları ilköğretim mezunlarında, özerklik puanları ise lisansüstü mezunlarında daha yüksek bulunmuştur (Ercan, 2008). Yine evli bireylerle yapılan çalışmada toplulukçuluk puanları lise ve öncesi eğitim seviyesine sahip kişilerde daha yüksektir (Tosun, 2015). Bu sonuçlar eğitim arttıkça yaşanan çevre ve işle birlikte kişilerin daha bireyselleşerek bağımsız tutumlar sergilemesiyle açıklanmaktadır. Fakat evli çiftlerle yapılan bu çalışmada kadınların ilişkişel ve özerk-ilişkişel benlik kurguları daha yüksek eğitim seviyesiyle ilişkili bulunmuştur. Erkeklerin ise benlik kurguları puanları eğitim seviyelerine göre farklılaşmamaktadır. Bu çalışmanın önceki bulgularla tutarsız görünmesinin sebebi benlik kurgusu ölçümünün eşle ilişki bağlamında yapılmış olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Literatürde evlilik uyumunun cinsiyetle ilişkisi konusunda farklı sonuçlar bulunmaktadır. Evlilik uyumu puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelendiği bir çalışmada benzer şekilde erkekler kadınlara göre daha yüksek evlilik uyumu bildirmişlerdir (Kuşçu, 2019). Kadınların erkeklere göre evlilikte daha çok beklenti içerisinde olması ve diğer çiftlerle kıyaslama yapmaları kadınların daha düşük evlilik uyumlarıyla ilişkilendirilmiştir (Fidanoğlu, 2007). Bazı çalışmalarda ise, çiftlerin genel olarak yüksek evlilik uyumu bildirdikleri; buna bağılı olarak kadın ve erkeklerin evlilik uyumu puanlarının da farklılaşmadığı bulunmuştur (Özen, 2006; Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002). Kadınların evlilik uyumu puanlarının daha yüksek olduğu çalışmalarda da vardır (Çakmak-Tolan, 2015;

Daşçı-Kılıç, 2020). Literatürdeki farklı sonuçlar kadın ve erkeğin evlilikteki algı ve beklentilerinin farklı olmasıyla bağlantılı olabilir.

Çalışmamızda çift uyumunun eğitim seviyesine göre karşılaştırılmasında; kadınlar çift uyumunun doyum ve bağlılık alt boyutunda lisansüstü eğitim seviyesi lehine anlamlı farklılık göstermiştir. Benzer şekilde evli çiftlerle yapılan bir çalışmada da çift uyumunun doyum ve bağlılık alt boyutları lise ve üzeri eğitim düzeyine sahip insanlarda anlamlı sonuçlar vermiştir (Fidanoğlu, 2007). Sonuç olarak, kadınların eğitim seviyeleri yükseldikçe ilişkiden aldıkları doyum ve ilişkiye bağlılıkları artmaktadır. Kadınlarla yapılan bir çalışmada yüksek eğitim ve sosyoekonomik durumun kadınların evlilik uyumlarını olumlu etkilediği bulunmuştur (Yalçın, 2014). Eğitim seviyesi yükseldikçe eşler daha kolay empati kurabilmekte ve eşlerine daha rahat duygu ve düşüncelerini ifade edebilmektedir. Genel olarak örneklemimizdeki kişiler yüksek eğitim düzeyine sahiptir; dolayısıyla çiftlerin benzer eğitim düzeylerine sahip olması rolleri ve sorumlulukları daha kolay paylaşabilmelerine, daha etkili bir şekilde iletişim kurabilmelerine ve problemleri birbirlerinin görüşlerine saygı göstererek çözebilmelerine katkı sağlıyor olabilir.

Çift uyumunun çocuk sahibi olup olmamaya göre değişip değişmediği incelendiğinde, çift uyumunun tüm alt boyutlarında çocuk sahibi olmayanların lehine anlamlı sonuçlar bulunmuştur. Çocuksuz eşlerin karı-koca olarak birbirlerine daha çok vakit ayırabilmeleri, ev ve işle ilgili konularda daha rahat düzenleme yapabilmeleri sonucunda eşlerin daha uyumlu evliliklerinin olması beklenen bir durumdur. Feeney (2002), çocuk sayısının artmasıyla eşler arası cinsel ilişkinin olumsuz etkilenebileceğini ve çocuklara harcanan zamanın eşler arasındaki paylaşımı azaltacağını belirtmiştir.

Fışiloğlu (2001) çocuğun evlilik uyumunu arttırabileceğini ya da azaltabileceğini belirtmiştir. Evlilik uyumundaki dalgalanmalar hamileliğin planlı olup olmaması ve çocuğun cinsiyeti gibi faktörlerden etkilenmektedir (Houseknecht, 1979). Çocuklu ve çocuksuz evli kadınlarla yapılan çalışmada, çocuksuz kadınların anlamlı derecede daha yüksek evlilik uyumu ve bağlılık gösterdikleri bulunmuştur (Houseknecht, 1979). Çocuk sahibi olmayan ya da 1 çocuğa sahip olan evli çiftler, 2 veya daha fazla çocuğa sahip çiftlerden daha yüksek evlilik uyumu bildirmektedir (Çakmak-Tolan, 2015). Yapılan başka bir çalışmada çift uyumunun fikir birliği alt boyutu hariç tüm alt boyutları çocuk sahibi olmamaya pozitif

ilişkili bulunmuştur (Fidanoğlu, 2007). Çocuk sahibi olup olmamanın evlilik uyumuyla ilişkisi eşlerin beklentilerine bağlı olarak değişmektedir.

Bu çalışmada ilişki doyumu puanlarının bazı sosyodemografik değişkenlere göre karşılaştırılmasında cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Örneklemi oluşturan evli çiftlerin yüksek ilişki doyumuna sahip olduğu görülmüştür. Eğitim düzeyine göre yapılan karşılaştırmada, kadınların eğitim düzeyleri arttıkça ilişki doyumunun arttığı bulunmuştur. Örneklemdeki kadınlar arasında yüksek eğitim düzeyine sahip olanların çok olması bu sonucu etkilemiş olabilir. Aynı zamanda eğitim seviyesinin artması kişilerin farkındalıklarının artmasını ve daha etkili iletişim ve problem çözme yöntemlerini kullanmalarını sağlamaktadır. Eğitim yoluyla empati kurma, kendini ifade etme, etkili iletişim becerilerini kullanma, aynı zamanda yüksek eğitim durumuna bağlı olarak evliliklerin karşılıklı anlaşma yoluyla gerçekleştirilmesi eşlerin evlilikten aldıkları doyumlarını arttırıyor gözükmektedir. Yapılan bazı çalışmalarda da benzer şekilde üniversite mezunu olan çiftlerin daha yüksek evlilik doyumuna sahip oldukları bulunmuştur (Çakmak-Tolan, 2015; Jose ve Alfons, 2007).

Yaptığımız çalışmada çiftlerin çocuk sahibi olmasıyla ilişki doyumları arasında negatif korelasyon bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada da, erkek eşlerin çocuk sayısının artmasıyla doyumları düşmekte olup; 3 çocuk ve sonrasında doyum düzeyinin tekrar yükseldiği bulunmuştur. Kadınların da erkeklerle benzer şekilde çocuk sayısının artmasına bağlı olarak evlilik doyumlarının giderek düştüğü görülmüştür (Çağ ve Yıldırım, 2018). Başka bir çalışmada çocuk sayısına bağlı olarak kadınlar erkeklere göre daha düşük evlilik doyumunu bildirmişlerdir (Kamp-Dush vd., 2008). Çocuğun aile sistemine dâhil olmasıyla çocukların ebeveynlere yüklediği rol ve sorumluluklar ilişkiyi etkilemektedir. Yapılan çalışmalarda, evli çiftlerin doyumlarının çocuk sahibi olmayla azaldığı görülmektedir. Çocuk sahibi olmakla birlikte, ebeveynliğe geçiş rolünün stresi, rol ve sorumlulukların değişmesi, eşlerin birbirlerine ayırdıkları vakitlerin azalması ve ailede yeni denge arayışı eşlerin evlilikten aldıkları doyumlarını azaltıyor olabilir.

Genel olarak sosyodemografik değişkenler açısından benlik kurgusu, evlilik uyumu ve doyumunu değişkenleri cinsiyet, lisansüstü eğitim durumu ve çocuk sahibi olmamaya pozitif ilişkili görünmektedir. Örneklemde kadınlar daha özerk ve özerk-ilişkisel, erkekler ise daha

ilişkisel benlik kurgusuna sahiptir. Çiftlerin genel olarak daha orta ve üst düzey sosyoekonomik ve eğitim düzeyine sahip olduğu görülmektedir. Aynı zamanda çocuğun olması her iki eş içinde evliliği olumsuz etkilemektedir.

### **4.3. Evli Çiftlerin Benlik Kurguları ve Benlik Kurguları Benzerliğinin Evlilik Uyumuyla İlişkisine ve Evlilik Uyumuna Etkisine Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu**

Araştırmada evli çiftlerin benlik kurguları ve benlik kurguları benzerliğinin evlilik uyumunun alt boyutlarına etkisi incelenmiştir. Evlilik uyumunun doyum alt boyutuyla olan ilişkiler benlik kurguları benzerliğinin ilişki doyumuyla ilişkisine yönelik bulgular başlığı altında tartışılmıştır.

Çalışmada ilk olarak evli çiftlerin özerk/ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları evlilik uyumunu etkilemekte midir? araştırma sorusu incelenmiştir. Yapılan regresyon analizinde, kadın eşin ilişkisel ve erkeğin özerk-ilişkisel puanlarının, kadının; erkeğin yalnızca ilişkisel benlik kurgusu puanlarının erkeğin fikir birliği alt boyutunu anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Önceki çalışmalarda da vurgulandığı gibi kişiler yaşadıkları bir görüş ayrılığında karşı tarafı mutlu etmek için değil, sorunların çözümünde uzlaşabilmek için çaba gösterir ve bu durum evliliği olumlu etkiler (Spanier ve Lewis, 1980). Yakın bir ilişki olan evlilik içerisinde ilişkisel benlik gelişimi evliliğin ilişkisel dinamiklerini ve eşlerin evlilik uyumlarını etkilemektedir (Reynolds, 2012). Yüksek ilişkisel benliğe sahip bireyler karar verirken, diğerlerinin isteklerini ve fikirlerini dikkate almaktadırlar (Cross vd., 2002). Birlikte yaşamın paylaşımı, ortak yaşam düzeni ve geleceğe dair plan yapma uzlaşımın önemli unsurları olup, evlilik uyumunu olumlu etkilemektedir (Bharambe ve Baviskar, 2013). Aynı zamanda eşleri ilgilendiren konularda uzlaşma ile problemler çözülebilir ve bu da evlilik uyumunu artırır (Erbek, vd., 2005).

Evli kişilerle yapılan bir çalışmada aile içi iletişimin ve özerk-ilişkisel benliğin fikir birliğinin anlamlı, pozitif yordayıcıları olduğu bulunmuştur (Erkılınç, 2020). Böyle bir benliğe sahip kişiler, güçlü sosyal ilişkiler kurarak çevrelerindeki diğerlerinin görüşlerine önem verirler ve fikir birliğine açıktırlar. Özellikle evlilik ilişkisinde maddi konular, ev içi sorumluluklar, çocukların yetiştirilmesi, sosyal hayat, akrabalar ile ilişkiler vb. konularda anlaşma ve fikir birliği sağlayabilen eşlerin evliliklerinin daha uyumlu olması muhtemeldir.

Özgüven (2014) kendi fikirlerini inatlaşarak kabul ettirmeye çalışan eşlerin çatışma yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğunu ve dolayısıyla evlilik uyumlarının olumsuz etkilendiğini belirtmiştir. Eşlerin ne istediklerini ve neye ihtiyaç duyduklarını bilmeleri ve isteklerinde esnek davranabilmeleri uzlaşabilmeleri için gereklidir. İlişkisel benlik kurgusuna sahip kişilerin benliklerine eşlerini dâhil ederek eşlerinin ihtiyaç ve beklentilerini gözeterek duygu ve davranışlarını şekillendirmeleri, aile ve evlilik hayatıyla ilgili konularda esnek davranabilmeleri fikir birliğine açık olduklarını göstermektedir.

Özellikle ilişkisel benlik kurgusuna sahip kişilerin karşısındaki kişilerin sözlü veya sözlü olmayan davranışlarına karşı duyarlılığı daha yüksektir (Sanchez-Burks, 2002) ve diğerlerinin hedef ve ilgi alanlarının daha çok farkındadırlar (Cross vd., 2000). Dolayısıyla ilişkiselliğin ağır bastığı kişiler, diğerlerinin duyguları için daha kolay empati geliştirir, istekte bulunma, öfke, saldırganlık, ilişkiye saygısızlık vb. yıkıcı davranışlar sürdürmede tereddüt edebilirler. Görüldüğü üzere ilişkisel benlik ve özerk-ilişkisel benlik kurgusunun fikir birliği alt boyutunda önemli etkisi bulunmaktadır. Düşüncelerinde esnek olabilen ve eşlerinin düşüncelerine önem verebilen bu benlik kurgularına sahip kişilerin fikir birliğine açık olmaları bakımından uyumlu bir evliliği olumlu etkilediği söylenebilir.

Çalışmada, kadının özerk-ilişkisel ve erkeğin ilişkisel benlik kurgusunun, kadının çift uyumunda bağlılık alt boyutunu; kadının yalnızca özerk-ilişkisel benlik kurgusunun erkeğin bağlılık alt boyutunu anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. İlişkide bağlılık, eşlerin ilişkide fedakârlık gösterme isteği, yüksek algılanan karşılıklı bağımlılık ve güven duymayla ilişkili görülmektedir (Agnew ve Dove, 2011). Eşler ilişkilerine çok yatırım yaptıklarında ve eşlerin birlikte kalma istekleri arttığında aralarındaki bağlılıkları da daha güçlü bir hale gelmektedir. Benlik kurgusu insanların fedakârlık deneyimlerini etkileyebilmektedir (Day ve Impett, 2018). Önemli bir başkası için fedakârlık yapmak eğer o kişi ilişkisel benliğin parçasıysa iyi oluşu olumlu etkiler (Carbonell, 2018). ‘Anlık kişisel çıkarlardan vazgeçmek’ anlamına gelen fedakârlık da bağlılıkla yakından ilişkilidir. Kişinin kendi çıkarlarından çok ilişki çıkarlarını ön planda tutmasıyla açıklanan ilişkisel benlik kurgusunun da bağlılıkla ilişkili olması beklenen bir sonuçtur. Özellikle özerk-ilişkisel benlik kurgularının eşlerin bağlılıklarını yordaması da özerk-ilişkisel benlik modelinde duygusal bağlılığın önemli olmasıyla açıklanabilir. Bireyin kendi başına karar verebilmesi, etkin olabilmesi hem de duygusal olarak eşine bağlı olması ilişkideki bağlılığı olumlu etkilemektedir. Bütünlük duygusu ve eş desteğiyle problemlerle baş edebilen çiftlerin bağlılıklarının artması da

muhtemeldir. Yapılan başka bir çalışmada, eşlerin birbirlerine öncelik vermelerinin, farklı kişilik özelliklerine gösterdikleri saygının, ilişki için çaba göstermelerinin ve eşlerine karşı özveride bulunmaktan mutlu olmalarının çift uyumunda bağlılığı arttırdığı bulunmuştur (Büyükbayraktar, 2015). Başka bir çalışmada da benlik saygısının çift uyumunun bağlılık alt boyutunu yordadığı, benlik algısı yüksek kişilerin zayıf ve güçlü yönlerini bilerek ilişkilerinde bağlılık geliştirdikleri bildirilmiştir (Bayrakçı, 2014). Yüksek ilişki benlik kurgusuna sahip kişiler partnerleri tarafından da daha açık ve duyarlı olarak tanımlanmışlardır (Aron vd., 1997). Bağlılıkta ilişki benlik kurgusu ve ilişki gücünün etkilerinin incelendiği bir çalışmada, var olan araştırmaların aksine ilişki benlik kurgusuna sahip kişilerin daha düşük bağlılığa sahip olduğu bulunmuştur (Terzino ve Cross, 2009). Bu sonuç, bağımsız benlik kurgusuna sahip kişilerin arkadaş gibi özgürce bağlanmayı seçtikleri kişilerle; karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip kişilerin ise aile gibi grup üyeliklerini paylaştıkları kişiler ile daha yakın bağ kurduklarını algılamaları ile açıklanmaktadır (Pöhlmann ve Hannover, 2006). Evli çiftlerle yaptığımız bu çalışmada ise ilişki ve özerk-ilişki benlik kurgusuna sahip kişilerin eşleriyle daha yakın bağ geliştirdikleri yönünde bir algılamaya sahip olmaları sözkonusu bulguları desteklemektedir.

Sonuç olarak; eşlerin sahip olduğu ilişki ve özerk-ilişki benlik kurgusu, kişilerin bağlılığını olumlu etkilemektedir. Eşlerin bu tarz benlik kurgularına sahip olması, ilişkiye yönelim ve ilgi olarak algılanıyor, bu nedenle çiftlerin bağlılıkları da olumlu etkileniyor olabilir. Eşle ilişkide 'biz olmanın' daha çok ön planda tutulduğu ilişki ve özerk-ilişki benlik kurgularına sahip kişilerin, ilişkilerini güçlendirmek için eşlerine daha bağlı kalmaları ve bağlılıklarını ifade etmeleri beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Son olarak evlilik uyumunun alt boyutlarından erkeklerin duyguların ifadesi, erkeğin ilişki ve kadının özerk-ilişkiselliği, kadının duyguların ifadesi ise kadının ilişki ve özerk-ilişkiselliği tarafından yordandığı bulunmuştur. Duyguların farkına varıp ifade edememek gelişme ve başarıyı olumsuz etkilemekte; aynı zamanda benlik saygısını düşürerek bağımlı kişiliğe sebep olmaktadır (Rosen-Grandon, 2004). Kendi duygularını (olumlu ya da olumsuz) ifade edemeyen kişiler ruhsal ve organik sorunlar yaşayabilmektedir (Yavuzer, 2001). Evlilik ilişkisinde de duygular yoluyla iletişim kuramayan çiftlerin daha çok problem yaşadıkları ve evliliklerinde daha az uyumlu oldukları bilinmektedir (Rosen-Grandon, 2004).

Evli çiftlerle yapılan bir çalışmada hem kadınların hem de erkeklerin aleksitimik özelliklerinin evlilik uyumlarını olumsuz etkilediği; fakat kadınların, erkeklere göre, aleksitimik özelliklerinin hem kendileri hem de eşlerinin evlilik uyumları üzerinde daha olumsuz etkilerinin olduğu bulunmuştur (Epözdemir, 2012). Bu sonuç geleneksel cinsiyetçi rollere göre kadınların erkeklere göre duygularını daha kolay tanımlamaları ve daha fazla göstermeleriyle açıklanmaktadır. Evli bireylerin kök aileden edindikleri iletişim kalıpları ve benlik kurgularının evlilik uyumlarını nasıl etkilediğini inceleyen başka bir çalışmada, kişilerin duygu ve düşüncelerini rahatlıkla ifade edip tartışabildiği zaman uyumlarının yüksek olduğu bulunmuştur (Erkılınç, 2020). Aynı çalışmada özerk ilişkisel benliği yüksek olan bireylerin eşleriyle duygu ve düşüncelerini rahatça paylaştıklarında evlilikte uzlaşma düzeylerinin arttığı görülmüştür. Bu çalışmadaki ilgili bulgu sözü edilen çalışmalarla tutarlı görünmektedir. Bireyin benlik kurgusunda ilişkisel veya özerk-ilişkisel benlik yanları ön planda olması evlilik ilişkisinde duygularını ifade etmesini ve bu yolla evlilik uyumunu olumlu etkilediği anlaşılmaktadır.

Öte yandan üniversite öğrencilerinin duygularını ifade etmeleriyle benlik kurguları (bağımsız ve ilişkisel benlik kurgusu) arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada, bu çalışmadaki bulgulardan farklı olarak ilişkisel benlik kurgusuna sahip kişilerin bağımsız benlik kurgusuna sahip kişilere göre daha fazla duygularını açığa çıkarmada zorluk yaşadıkları bulunmuştur (Kafetsios ve Nezlek, 2012). Bağımsız benliğe sahip kişilerin daha bireyci ve kendine özgü olması, benliklerinin çevreden etkilenmemesine, duygularını daha rahatça ifade edebilmesine olanak sağlayabilmektedir. Bununla birlikte daha yakın bir ilişki olan eş ilişkisinin incelendiği bu çalışmada ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip kişilerin duygularını daha rahat açığa çıkardıkları bulunmuştur. Buradan hareketle ilişkinin türüne ve benlik yapısına göre duyguların açığa çıkarılması farklılık gösterebildiği söylenebilir.

Yapılan çalışmaların sonuçları kültüre, bağlama, ilişki türüne ve duyguların çeşitliliğine göre farklılıklar göstermektedir. Türk kültürü içerisinde değerlendirildiğinde; ilişkisel veya karşılıklı bağımlı kişilerin daha çok duygularını açmaya istekli olma eğiliminde olduğunu söyleyebiliriz. Önemli diğerlerini kendi benliklerine dâhil etmeyle tanımlanan ilişkisel benlik kurgusuna sahip kişilerin duygularını daha kolay ifade etmeleri olasıdır. Yakın ilişki içerisinde kendini açma bağımsız/özerk benlik yapısı için tehdit unsuru olarak görülebilir; bu yüzden özerk kişiler partnerlerine duygusal olarak kendilerini açmaktan

kaçınabilir. Bireyci kültürlerin ‘kendi odaklı’ duygulara sahipken; toplulukçu kültürlerin daha ‘diğer odaklı’ duygulara sahip olması da (Markus ve Kitayama, 1991) ilişkiselliğin baskın olduğu kişilerin birbirlerine daha rahat duygusal ifadelerde bulunabilmesini sağlamaktadır.

Bu çalışmanın sonuçları evli çiftlerin ilişki ve özerk-ilişki benlik kurgularına sahip olmaları eşlerine duygularını ifade etmelerini olumlu etkilediğini ortaya koymuştur. Bu benlik kurgularına sahip kişilerin eşlerinin duygu ve düşüncelerine önem vermesi, kendi duygularını daha rahat ifade edebildiklerini göstermektedir. Genel çift uyumu açısından ele alındığında, kadının ilişki ve erkeğin özerk-ilişkiselliğinin kadının uyumunu; erkeğin ilişkiselliği ve kadının özerk-ilişkiselliğinin ise erkeğin uyumunu anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir.

Karşılıklılığa dayanan evlilik uyumunda eşlerden birinin uyumunun yerine eşlerin etkileşimlerinin sonucu değerlendirilmelidir. Evlilik uyumu ile benlik kurguları arasındaki ilişki konusunda yapılan çalışmalar incelendiğinde, evlilik uyumu yerine farklı kavramların kullanıldığı görülmektedir. Evli bireyler için, benlik kurgusunun bireycilik alt faktörü ile derinlik ve sosyal destek arasında; ilişkisellik alt faktörü ile ilişki niteliğinin tüm alt faktörleri arasında yüksek düzeyde pozitif ilişki bulunmuştur (Tosun vd., 2017). Benlik tipinin ilişki kalitesine etkisinin incelendiği çalışmada da benlik kurgusu ve ilişki kalitesi arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (Gündoğdu, 2007). Yüksek ilişki benlik kurgusuna sahip kişilerin evliliklerinin uyumlu olduğu ve sağlıklı aile işlevselliği gösterdikleri çalışmalar da mevcuttur (Gore ve Cross, 2011; Mesutoğlu, 2012; Morry ve Kito, 2009). Fakat yapılan bir çalışmada benlik kurguları ve evlilik uyumu arasında ilişki bulunmamış; benlik kurgusunun evliliğin farklı değişkenleriyle ilişkisi bulunmuştur (Kuşçu, 2019). Öznel iyi oluş ve romantik ilişki niteliği arasında ihtiyaç tatmininin aracı rolünün incelendiği çalışmada da ihtiyaçlarına önem verilen kişilerin ilişki niteliklerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Eryılmaz ve Doğan, 2013). Başka bir çalışmada, benlik kurgusu ve öznel mutluluk arasındaki ilişki incelenmiş ve özerkliği vurgulayan bağımsız benlik kurgusu daha yüksek bir mutlulukla ilişkili bulunmuştur (Elliott ve Coker, 2008). Özetle, önceki çalışmalarda farklı bulgular elde edilmiştir ve bu durum kültürler arasındaki ve çalışılan grubun yapısındaki çeşitlilikle açıklanabilmektedir.

Toplulukçu bir kültür olarak değerlendirilen İspanyol çiftlerde, benliğin daha fazla farklılaşması ve eşlerin benlik seviyelerinin farklılaşmasındaki daha büyük benzerlik, daha büyük evlilik uyumunu öngörmüştür (Rodríguez-González vd., 2016). Çünkü daha az



farklılaşmaya sahip çiftler daha az duygusal olgunluktadır ve yakınlık ve özerklik için daha az çaba sarf etmektedir. Aksine, daha farklılaşmış çiftler daha fazla esneklik, samimiyetle rahatlık gösterme ve farklılıklara daha iyi tahammül etme eğilimindedir (Bowen, 1978). Evli çiftlerle yapılan bu çalışmada da, yapılan çoğu çalışmayla tutarlı olarak ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik, genel çift uyumunun önemli yordayıcıları olarak bulunmuştur. Kişisel özerklik ile çift ilişkisine duygusal katılım arasında iyi bir denge kuran kadınlar ve erkeklerin evlilik uyumlarının yüksek olduğu söylenebilir. Kişilerin kendi ilişkilerinde ilişki odaklı yönlerini ön plana çıkarması, ilişkilerinde eşlerinin istek ve ihtiyaçlarını ön planda tutmaları, eşlerini kendi benliklerine dâhil etmeleri ve eşlerinin de bağımsızlıklarını koruyarak ilişkiye dâhil olması daha uyumlu bir birlikteliği göstermektedir. İlişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip eşlerin ilişkilerinden daha çok doyum aldıkları, fikir birliğine yatkın oldukları, ilişkide bağlılıklarının güçlü olduğunu söyleyebiliriz.

Özerk benliğin evlilik uyumunu açıklamada anlamlı bir değişken olmaması, özerk bireylerin yakınlığı tehdit edici bulmaları ve ilişki içerisinde daha bireysel olarak var olmalarıyla açıklanabilir. Öte yandan, erkek ve kadın eşlerin evlilik uyumlarına birbirlerinin etkisinin olması uyumun etkileşimlerin sonucunda ortaya çıktığını desteklemektedir.

Evli çiftlerin özerk/ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları benzerliği evlilik uyumunu etkilemekte midir? araştırma sorusu için benzer benlik kurgularının evlilik uyumuyla ilişkisi hakkında literatürde çalışmaya rastlanmamaktadır. Bununla birlikte özerk benlik kurgusunun evlilik uyumuna etkisinin incelendiği önceki çalışmalarda, farklı bulgular elde edilmiştir. Yapılan bir çalışmada özerk benlik kurgusu ile evlilik uyumu arasında ilişki olmadığı bulunmuştur (Kuşçu, 2019). Evlilik öncesi ve evlilik sonrasında bireylerin ilişki uyumları ve benlik kurgularının ilişkisinin incelendiği çalışmada, evlilik öncesindeki bireyler için ilişki uyumu ve benlik kurgusu arasında ilişki bulunmamıştır. Evli bireylerde, benlik kurgusunun bireyi başkalarından ayıran kendine özgü boyutu olan bireycilik alt faktörü ile ilişki niteliği arasında yüksek düzeyde pozitif ilişki görülmüştür (Tosun vd., 2017). Ancak sözkonusu çalışmalarda benlik kurguları aile bağlamında ele alınmıştır. Bu çalışmadaki bulguların önceki sonuçlarla tutarlı olmaması ölçümlerin farklı olmasından kaynaklanmış olabilir.

Nitekim, bireysellik-birliktelik dengesinin bir arada var olduğu benliğin farklılaşması durumunda çiftlerin evlilik uyumları daha yüksek bulunmuştur (Bradbury vd., 2000). Benzer

şekilde başka bir çalışmada da net ve özerk benliğe sahip kişilerin evlilikte daha genel bir durum olan evlilik kaliteleri daha yüksek bulunmuştur (Kalkan ve Aydoğan, 2019).

Önceki çalışmaların bulgularıyla birlikte ele alındığında bu çalışmada eşler arasında özerklik bakımından benzerliğin daha yüksek olmasının eşlerin ilişki içerisinde özerklik ihtiyacının var olduğunu göstermektedir. Bu özerklik ihtiyacının evlilik ilişkisinde benzer şekilde karşılanması da eşlerin evlilik ilişkisinde daha uyumlu olmalarıyla ilişkilidir.

#### **4.4. Evli Çiftlerin Benlik Kurguları ve Benlik Kurguları Benzerliğinin İlişki Doyumuyla İlişkisine ve İlişki Doyumuna Etkisine Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumu**

Araştırmada evli çiftlerin benlik kurguları benzerliğinin evlilik uyumunun doyum alt boyutu ve ilişki doyumuyla ilişkileri incelenmiştir. Korelasyon analizi sonucunda, çiftlerin özerklik bakımından benzerlik düzeyinin erkeklerin çift uyum ölçeğinin doyum alt ölçeğinden aldıkları puanlarla pozitif ilişki gösterdiği bulunmuştur. Kadınlar için benlik kurguları benzerliği ile evlilik uyumunun doyum alt boyutu arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Bu bulgular erkeklerin kendileri gibi özerk olan eşleriyle benzerliklerinin evliliklerinden aldıkları doyumla olumlu ilişkili olduğunu göstermektedir. Aslında ilişkilerinde kendi kendine yetebilen ve kendi kararlarını alabilen erkeklerin eşleriyle benzerlik algısı ilişkideki doyumlarıyla ilişkili görünmektedir.

Kendi davranışlarını düzenleme, kendini yönetme ve kendi kararlarını almayla ilişkilendirilen özerk benliğe sahip kişiler hem kendi sınırlarını koruma hem de diğerlerinin görüşlerine de önem verme eğilimindedir (Kağıtçıbaşı, 2005; Özdemir, 2012). Evlilikte bu dengenin sağlanmış olması erkek eşin doyumunun yüksek olması ile ilişkilidir.

Yapılan korelasyon analizlerinde çiftlerin özerklik benzerliği arttıkça erkeklerin ilişki doyumunu puanları artmakta; ilişkisel benzerlik düzeyleri arttıkça ilişki doyumunu puanları azalmaktadır. Kadınlar için hiçbir alt boyutta benlik kurguları benzerliği ilişki doyumuyla ilişkili bulunmamıştır.

Çalışmada, benzerlik puanları kadının benlik kurgusu alt boyut puanları erkeklerin benlik kurgusu alt boyutları puanlarından çıkarılarak belirlenmiştir. Beklenenden farklı olarak kadınların özerklik ve özerk-ilişkisel puanları erkeklerden anlamlı derecede yüksek

bulunmuştur. Erkeklerin, ilişki doyumu özerklik benzerliği ile pozitif, ilişki benzerlik ile negatif korelasyonlar göstermektedir.

Sonuçlara göre erkeklerin evlilik ilişkisindeki doyumları, hem özerkliklerini korumaları hem de ilişkisellik gereksinimlerinin eşleriyle benzer olarak karşılanmasına bağlı olarak artıyor gibi görünmektedir. Çiftler benzer inançlara sahip partnerleri aracılığıyla benlikleri için onay ve destek algılıyor ve dolayısıyla bu durum evliliklerinden daha fazla doyum alabilmelerini sağlıyor olabilir. Aynı zamanda bu sonuç evlilik içerisinde bireysel alanın korunabilmesiyle de açıklanabilir. Çiftler için evlilik içerisinde benliklerini koruyarak karı-kocalık sisteminde kendi özel alanlarını oluşturabilmenin önemli olduğu görülmektedir. Eş ilişkisinde 'birey' olarak var olma ve bu konuda eşle benzer olma erkeklerin ilişkideki ihtiyaçlarını karşılıyor olabilir.

Literatür incelendiğinde, benlik kurgusu benzerliği ve ilişki doyumu ilişkisinin incelendiği çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat özerk olma ile ilişki doyumunun ilişkisinin incelendiği bir çalışmada, evlilik tiplerinden özerk tip olarak değerlendirilen evlilik türünde kişilerin bağımlılık düzeyinin düşük, kişisel hedeflerinin ön planda olduğu ve ortak zaman geçirmede daha planlı oldukları görülmektedir (Tekin-Çatal ve Kalkan, 2019). Bu bağlamda özerk evlilik tipi ve evlilik doyumu arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Algılanan benzerliğin iyi işleyen ve doyum alınan bir ilişkinin özelliği olup olmadığı incelendiği başka bir çalışmada, daha az doyum alınan ilişkilerde, eşlerin evliliklerini ve yaşamlarını benzer şekilde algılamadıkları bulunmuştur. Yani, benzerlik evlilik doyumunun açıklanmasında önemli bir faktördür (Deal vd., 1992).

Hem özerk hem de ilişki benzerliğin doyumla ilişkili olması aslında bu iki yapının bir arada olabildiğini göstermektedir. Erkekler ilişkide hem kendi benlikleriyle var olmakta; hem de ilişkiye ait olma konusunda eşleriyle benzer olduklarında doyum sağlıyor görünmektedir. Bu benlik kurgusuna sahip çiftlerin evliliklerinde daha fedakâr olmaya istekli olmaları da evliliklerindeki doyumunu artırıyor olabilir.

Evli çiftlerin benlik kurguları benzerliğinin çift uyumunun doyum alt boyutunu yordayıcılığını test etmek için yapılan regresyon analizinde, kadının ve erkeğin ilişki benlik kurgularının kadının; erkeğin ilişki ve kadının özerk-ilişki benlik kurgularının ise

erkeğin doyum alt boyutunu anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur. Benliğin ilişkisel kurgusunda, sosyal durumlarda rekabetten çok kişiler arası uyum ön plandadır. Bu bağlamda kişilerin eşleriyle kurdukları ilişki içerisinde duygu, düşünce ve davranışlarının şekillenmesi ve benliklerinin bir parçası olarak görmeleri eşler arası doyumunu da olumlu etkilediği anlaşılmaktadır.

Gore ve Cross (2011) yaptıkları çalışmada ilişkisel benlik kurgusunun yüksek olduğu bireylerin ilişkinin çıkarlarını kendi kişisel çıkarlarının üstünde tuttuklarını ve ilişkilerinde çatışma yaşadıklarında ortak karar alma eğiliminde olduklarını göstermiştir. Yapılan başka bir çalışmada bağlılığın partnerin iyiliğini düşünme ve adanmışlık alt boyutlarının çift doyumunu anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur (Büyükbayraktar, 2015). Özellikle kadınların benlik gelişiminin beraberliği ve ilişkililiği desteklemesi (Gubbins vd., 2010) partnerleriyle yaşadıkları ilişki içerisinde sınırlarının geçirgen olmasını ve ilişki içerisinde ‘ben’ den çok ‘biz’ olmayı ön planda tuttukları, dolayısıyla evlilik yaşantısından daha çok doyum aldıklarını göstermektedir. Erkeklerin kadınlara kıyasla benlik gelişimlerinin daha ayrıklığı ve bağımsızlığı desteklemesi, ilişkililik içinde de var olabildiği kanıtlanan özerklikle beraber erkeğin evlilikten daha fazla doyum alabilmesini sağlamaktadır.

İlişkisel benlik kurgusu ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide sosyal desteğin önemini incelediği çalışmada, ilişkisel benliği yüksek olan kişilerin sosyal destek aracılığıyla yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Heintzelman ve Bacon, 2015). Ayrıca sosyal desteğin yüksek stres durumlarında ilişkisel benlik kurgusuna sahip kişiler için özellikle önemli olduğu da bir diğer bulgudur. Evlilik içerisinde en büyük sosyal destek kaynağı olarak nitelendirilebilen eşle ilişkide, çiftlerin ilişkisel ya da özerk-ilişkisel benlik kurgularına sahip olmaları evlilikten aldıkları doyum açısından önemli gözükmektedir. Sonuç olarak kadın ve erkeğin ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusuna sahip olmaları evlilikten aldıkları doyumunu olumlu etkilediği görünmektedir. Yani, eşlerin ilişkilerinde kendi benliklerini koruyarak birbirlerinin ihtiyaçlarını gözetmesi ilişkiden aldıkları doyumunu arttırmaktadır.

Eşlerin benlik kurguları benzerliğinin genel ilişki doyumunu yordama derecesinin incelendiği regresyon analizi sonucuna göre, kadınların ilişki doyumları kendi ilişkisellik, eşlerinin özerk-ilişkisel ve kendileriyle eşlerinin özerk-ilişkisel fark puanları tarafından anlamlı şekilde yordanmaktadır. Erkeklerin ilişki doyumları ise kendi ilişkisellikleri ve

kendileriyle eşlerinin özerklik fark puanları tarafından anlamlı şekilde yordanmaktadır. Benliğin farklılaşma düzeylerinin evlilik doyumuna etkisinin incelendiği bir çalışmada çiftlerin benliğin farklılaşma düzeylerinin artmasının evlilik doyumunu olumlu etkilediği bulunmuştur (Gubbins, vd., 2010). Bireysellik ve birlikteliği dengede tutan, benliğini diğerinden ayırıştırabilen kişilerin evliliklerinden daha doyum aldıkları görülmektedir.

Benzerliğin, çiftlerin cinsel istek, benlik farklılaşması ve evlilik doyumu arasındaki ilişkileri nasıl etkilediğinin araştırıldığı bir çalışmada, benzer seviyelerde benlik farklılığına sahip çiftlerin, benlik farklılığı tutarsız olan eşlere kıyasla daha yüksek cinsel istek duydukları ve ilişkiden aldıkları doyumlarının da fazla olduğu bulunmuştur (Ferreira vd., 2016).

Eşlerle yaptığımız bu çalışmada da kadın ve erkeklerin ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları beklenen şekilde ilişki doyumunu anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur. Bu örneklem içerisinde kadınların doyum düzeylerinde eşleriyle özerk-ilişkisel bakımdan benzer olmaları; erkeklerin doyum düzeylerinde ise eşleriyle özerklik bakımından benzer olmaları etkili oluyor gibi görünmektedir. Bu durum kadınların ilişkisel yakınlık içerisinde kendi benliklerini korumaları ve bu konuda eşleriyle benzer olmalarının ilişkiden aldıkları doyumunu arttırdığını göstermektedir. Erkeklerin ise kadınlara göre ilişkilerinde daha bağımsız olmaları ve özerk benliğe sahip olmaları; bu konuda da eşleriyle benzerlikleri ilişki doyumlarını arttırmaktadır.

## 5. SONUÇ VE ÖNERİLER

### 5.1. Sonuç

Evli çiftlerin benlik kurguları ve benlik kurguları benzerliğinin, evlilik uyumu ve ilişki doyumuyla ilişkisinin incelendiği bu çalışmada, eşler arasında özerklik yönünden benzerlik arttıkça erkeklerin evlilik doyumunun arttığı bulunmuştur. Erkekler için söz konusu olan bu ilişki, hem evlilik uyumunun doyum boyutu hem de ilişki doyumu ölçümleriyle hesaplanan evlilik doyumu için aynı yöndedir. Kadınlar için hiçbir alt boyutta benlik kurguları benzerliği evlilik uyumunun alt boyutları ve ilişki doyumuyla ilişkili bulunmamıştır.

Regresyon analizi sonuçlarına göre, çift uyumu alt boyutlarının anlamlı yordayıcılarının kadın ve erkeğin ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları olduğu görülmüştür. Bulgular, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benliğe sahip kişilerin eşleriyle kurdukları ilişki içerisinde, ilişki çıkarlarını ön planda tutmalarının ve eşlerini benliklerinin bir parçası olarak görmelerinin eşleriyle uyumlarını olumlu etkilediğini düşündürmektedir. Dolayısıyla bu sonuç literatürle tutarlı olarak beklenen bir sonuçtur.

Kadının ilişki doyumunun kadının ilişkisel, erkeğin özerk-ilişkisel benlik kurguları ve özerk-ilişkisel benzerlik tarafından yordandığı bulunmuştur. Erkeğin ilişkisel benlik kurgusu ve eşiyile özerklik bakımından benzerliği erkeğin ilişki doyumunu anlamlı şekilde etkilemektedir. İlişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusunun eşlerin ilişki doyumlarını olumlu etkilemesi de beklenen bir sonuçtur. Çünkü bu benlik kurgusuna sahip çiftler, evlilik hakkında olumlu düşünme eğiliminde olabilirler.

Bu çalışmada çift uyumunun bağlılık alt boyutunda erkeklerin puanları kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Kadınların eğitim seviyeleri yükseldikçe evlilik uyumunun doyum ve bağlılık alt boyutları ve ilişki doyumu puanları da artıyor görünmektedir. Ayrıca çocuk sahibi olmayan çiftlerin hem evlilik uyumları hem de ilişki doyumları daha yüksektir. Aynı zamanda kadınların özerk ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu puanları erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Erkeklerden farklı olarak kadınların eğitim düzeyleri yükseldikçe ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu puanları yükselmektedir. Bildirilen evlilik süreleri arttıkça kadınların ilişkisel benlik kurgusu puanları düşmektedir. Ayrıca erkeklerin özerk-ilişkisel benlik kurgusu puanları arttıkça çift uyumunun doyum alt boyutundan aldıkları puanları düşmektedir.

Sonuç olarak; evlilik uyumunu ve ilişki doyumunu etkileyen faktörler cinsiyete bağlı olarak değişmektedir. Bu durum kültüre bağlı olarak kadın ve erkeklere atfedilen rol ve sorumluluklara, tutumlara, eğitim durumuna, sosyo-ekonomik duruma, evlilik süresine ve çocuk sayısına bağlı farklılıklardan kaynaklanabilir.

## **5.2. Öneriler**

### **5.2.1. Uygulamacıya Öneriler**

Çalışmada benlik kurgularının cinsiyete ve eğitim durumuna göre anlamlı farklılıklar gösterdiği görülmüştür. Danışan çiftlerin benliğine ve kültürüne dair özellikler göz önünde bulundurulmalıdır. Özellikle geleneksel değerleri baskın, kültürel farklılıkları olan çiftlerle çalışırken bu özelliklerin anlaşılması önemli olabilir. Aile danışmanının evli çiftlerin benlik kurgularını bilmesi (hangi benlik kurgusunun kimde düşük ya da baskın olduğunu bilmesi) çiftin neye ihtiyacı olduğunu anlamasına ve sürecin daha etkili yürütülmesinde yardımcı olacaktır. Evli çiftlerin özellikle ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgularının evlilik uyumu ve doyumunda etkili olduğu görülmüştür. Bireylerin evlilik ilişkisi içerisinde benlik algılarının ilişkisel ve özerk-ilişkisel yönde geliştirilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir. Elde edilen bulgulardan yola çıkarak evlilik öncesinde benlik kurguları ve eş seçme stratejileri hakkında farkındalık kazandırmak amaçlı çalışmalar yapılabilir.

### **5.2.2. Araştırmacıya Öneriler**

Evlilik ilişkisi içerisinde benlik kurgularının nasıl geliştiğini anlayabilmek için evli kişilerle daha çok araştırmaya ihtiyaç vardır. Özellikle evlilik içi dinamikleri daha iyi anlayabilmek için her iki cinsiyeti ayrı ayrı ele almak yerine çift ilişkisinin analiz edildiği istatistiksel tekniklerin kullanıldığı çalışmalara öncelik verilmelidir. Bu araştırmadaki evli çiftlerin eğitim ve sosyoekonomik düzeyleri yüksektir. Özellikle kadınların özerk ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Kadınlar modern bakış açısı ve bireyselleşme etkileriyle ölçek maddelerini daha özerk eğilimle yanıtlamış olabilirler. Dolayısıyla araştırmanın daha çeşitli örneklem gruplarıyla tekrarlanması önerilebilir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde evlilik ilişkisinde çiftlerin benlik kurgularıyla ilgili çalışmaların bulunduğu görülmektedir. Fakat özellikle Kağıtçıbaşı'nın Özerk-İlişkisel Modeliyle yapılan araştırmaların kısıtlı olduğu söylenebilir. Bu modelin Türk kültürüne uygunluğu düşünüldüğünde, modelin daha iyi anlaşılması ve test edilmesi için özellikle yakın ilişki

bağlamında daha fazla çalışma yapılmalıdır. Benlik kurgusunun evlilik üzerindeki etkilerini incelemek için farklı değişkenlerle yeni araştırmalar yapılabilir. Özellikle benlik kurguları ve ilişkili özelliklerinin zaman içindeki değişimi düşünüldüğünde etki eden faktörlerin daha iyi anlaşılabilmesi için boylamsal çalışmalar yapılabilir. Örnekleme oluşturan çiftlerin evliliklerinin başlangıcında mı yoksa evlilik yaşantısı içerisinde mi benzer olup olmadıkları bilinmemektedir. Dolayısıyla ilişkinin başlangıcında benzerlik ölçümü yapılması evlilik sonuçlarını anlamada daha yararlı olabilir. Bu çalışmada eşlerin benlik kurguları açısından benzerliğinin evlilik uyumu ve ilişki doyumunda anlamlı etkisinin olduğu görülmüştür. Gelecek çalışmalarda evlilik uyumunu ve ilişki doyumunu etkileyebilecek tutum, kişilik, değer, yaşam biçimi vb. farklı alanlardaki benzerliklerin etkisi incelenebilir.

### **5.3. Sınırlılıklar**

Bu çalışma Aydın'da yaşayan ve evlilik süresi 1-25 yıl arası olan evli çiftlerle sınırlıdır. Örnekleme oluşturan çiftler Türkiye geneline kıyasla yüksek sosyo-ekonomik ve eğitim düzeyine sahiptir. Araştırma kesitsel bir çalışma olup bulguların elde edilmesi sadece 2018-19 Eğitim-Öğretim yıllarını kapsamaktadır. Elde edilen bilgiler 'Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği', 'Çift Uyum Ölçeği', 'İlişki Doyum Ölçeği' ve 'Benliğe Diğerlerini Dâhil Etme Ölçekleri', 'Sosyo Demografik Soru Formu' ve bu ölçme araçlarına verilen yanıtlar ile sınırlıdır.



## 6. KAYNAKLAR

- Acitelli, L. K. ve Antonucci, T. C. (1994). Gender differences in the link between marital support and satisfaction in older couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67 (4), 688-698.
- Adonu, J. K. (2005). *Psychosocial predictors of marital satisfaction in British and Ghanaian cultural settings*. Thesis Submitted for the Award of PhD Degree in Psychology, London.
- Agnew, C. R. ve Dove, N. (2011). Relationship Commitment and Perceptions of Harm to Self. *Basic and Applied Social Psychology*, 33, 322-332.
- Ahmad, S. ve Reid, D. W. (2008). Relationship satisfaction among South Asian Canadians: The role of 'complementary-equality' and listening to understand. *Interpersona*, 2 (2), 131-150.
- Ahn, S.J. (2006). *An investigation of the relationship between marital adjustment and ministry satisfaction among pastors of the Korean Evangelical Church of America Denomination*, Doctoral Thesis, Biola University, California.
- Akın, A. ve Çelik, E. (Ed.) (2015). *Psikolojide Güncel Kavramlar 3-Aile-Evlilik*. Ankara:
- Anderson, C., Keltner, D., ve John, O. P. (2003). Emotional convergence between people over
- Andrews, B. ve Brown, G. W. (1995). Stability and change in low self-esteem: The role of psychosocial factors. *Psychological Medicine*, 25(1), 23-31.
- Aron A, Aron E. N. ve Smollan D. (1992). Inclusion of other in the self-scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 596-612.
- Aron, A., Aron, E. N., Tudor, M., & Nelson, G. (1991). Close relationships as including other in the self. *Journal of personality and social psychology*, 60(2), 241.

- Aron, A., Melinat, E., Aron, E. N., Vallone, R., ve Bator, R. (1997). The experimental generation of interpersonal closeness: A procedure and some preliminary findings. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 363–377.
- Ask, H. (2013). *Married and cohabitating couples: Spousal similarity and spousal caregiving*. Degree of PhD at Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, University of Oslo.
- Aydın, O.ve Baran, G. (2010). Toplumsal değişme sürecinde evlenme ve boşanma. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 21 (2), 117-126.
- Bacanlı, H. (1990). *Kendini ayarlama becerisinin çeşitli değişkenlerle ilişkisi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi, Ankara.
- Bacanlı, H. (2001). Eş tercihleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2, 7-16.
- Barelds, D.P.H. ve Barelds-Dijkstra, P. (2007). Love at first sight or friends first? Ties among partner personality trait similarity, relationship onset, relationship quality, and love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24 (4) 479-496.
- Baumeister, R. F. (1987). How the self became a problem: A psychological review of historical research. *Journal of personality and social psychology*, 52(1), 163-176.
- Baumeister, R.F. ve Leary, M. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117 (3), 497-529.
- Bayrakcı, E. (2014). *Evli bireylerin benlik saygısı, cinsel tutumları ve kök aile ilişkilerinin çift uyumunu yordaması*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Ben, K.H.L. (2000). *Conflict resolution styles, somatization, and marital satisfaction in Chinese couples: The moderating effect of forgiveness and willingness to seek professional help*. Doctor of Philosophy, A Dissertation in Marriage and Family Therapy, Texas Tech University.

- Berscheid, E., ve Regan, P. (2005). *The psychology of interpersonal relationships*. New
- Bharambe, K. D., ve Baviskar, P. A. (2013). A study of marital adjustment in relation to some psycho-socio factor. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 2(6), 8-10.
- Bilen, M. (2009). *Sağlıklı insan ilişkileri* (7. baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Boran, F. (2003). *Aşk ve evlilik*. İstanbul: Epsilon.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York, NY: Jason Aronson.
- Bradbury, T. N. ve Fincham, F. D. (1993). Assessing dysfunctional cognition in marriage: A reconsideration of the Relationship Belief Inventory. *Psychological Assessment*, 5 (1), 92–101.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., ve Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62 (4), 964-980.
- Buss, D. (1989). Sex differences in human mate preferences evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and Brain Sciences*, 12, 1-49.
- Büyükbayraktar, Ç.G. (2015). *Evli çiftlerin evlilikteki bağlılıkları ve bağlanma stillerinin çift uyumunu yordaması* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Büyüköztürk, Ş, Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2018). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Byrne, D. (1971). *The attraction paradigm*. Academic Press: New York.
- Canel, A. N. (2012). *Evlilik ve aile hayatı*. İstanbul: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Aile Eğitim Programı.
- Canel, A.N. (2007). *Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.

- Carbonell, V. (2018). Sacrifice and relational well-being. *International Journal of Philosophical Studies*, 26(3), 335-353.
- Chmielewska, M. (2012). Marital quality in the context of interpersonal dependency. *Economics & Sociolog*, 5 (2), 58-74.
- Christensen, A., ve Shenk, J. L. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in nondistressed, clinic, and divorcing couples. *Journal of consulting and clinical psychology*, 59(3), 458.
- Cohen J. (1988). *Statistical power analysis for the Behavioral Sciences* (3.Baskı). Lawrence Erlbaum Associates, Inc, New Jersey.
- Collard, D. (2006). Research on well being: Some advice from Jeremy Bentham. *Philosophy of The Social Sciences*, 36 (3), 330-354.
- Coşkan, C. (2016). *Related and autonomous: Cultural perspectives on self, acculturation and adjustment*. Faculty of Psychology and Educational Sciences, PhD. Thesis, Center for social and cultural psychology, Ku leuven.
- Cotten, S. R. (1999). Marital status and mental health revisited: Examining the importance of risk factors and resources. *Family Relations*, 48 (3), 225-234.
- Cross, S. E., Bacon, P. L., & Morris, M. L. (2000). The relational-interdependent self-construal and relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78 (4), 791–808.
- Cross, S. E., Hardin, E. E. & Gerçek- Swing, B. (2011). The what, how, why and where of self-construal. *Personality and Social Psychology Review*, 15 (2), 142- 179.
- Cross, S. E., Morris, M. L., & Gore, J. S. (2002). Thinking about oneself and others: The relational-interdependent self-construal and social cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(3), 399-418.
- Cross, S. E., ve Madson, L. (1997). Models of the self: self-construals and gender. *Psychological bulletin*, 122 (1), 5-37.

- Curun, F. (2001). *The effects of sexism and sex role orientation on romantic relationship satisfaction* (Unpublished master's thesis). Middle East Technical University, Ankara.
- Cüceloğlu, D. (1992). *İnsan ve davranışı* (3. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ (2018). Bazı sosyo-demografik değişkenlere göre evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri: Bir profil çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67), 1027-1042.
- Çakmak-Tolan Ö, (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması* (Doktora Tezi), İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması* (Doktora Tezi), Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Çelik, M. ve Yazgan-İnanç, B. (2009). Evlilik doyum ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18 (2), 247-269.
- Darwin, C. (1859). *On the origin of the species by means of natural selection, or preservation of favoured races in the struggle for life*. London: Murray.
- Daşcı-Kılıç, E. (2020). *Eşlerde duygusal süreçlerin evlilik uyumuna etkilerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Day, L.C. ve Impett, E.A. (2018). Giving When It Costs: How Interdependent Self-Construal Shapes Willingness To Sacrifice and Satisfaction with Sacrifice in Romantic Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35 (5), 722-742.
- Deal, J. E., Wampler, K. S., ve Halverson, C. F. (1992). The importance of similarity in the marital relationship. *Family Process*, 31(4), 369-382.
- Demir-Erbil, D. ve Hazer, O. (2018). Çalışan bireylerin evlilik uyumlarının incelenmesi. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 5, 99-116.

- Denli, Ö.S. (2016). *Evlü çiftlerde eşler arasında algılanan kişilik benzerliğinin evlilik uyumu ve evlilik doyumuyla ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Derlega, V. J., Metts, S., Petronio, S., & Margulis, S. T. (1993). *Self-disclosure*. London: Sage.
- Dokur, M. ve Profeta, Y. (2006). *Aile ve Çift Terapisi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Dunn, W. (1997). The impact of sensory processing abilities on the daily lives of young children and their families: A conceptual model. *Infants and young children*, 9, 23-35.
- Eagly, A. H. ve Wood, W. (1999). The origins of sex differences in human behavior: Evolved dispositions versus social roles. *American Psychologist*, 54 (6), 408-423.
- Eaton, L., ve Louw, J. (2000). Culture and self in South Africa: Individualism-collectivism predictions. *The Journal of social psychology*, 140(2), 210-217.
- Efe, E. (2013). *Üniversite öğrencilerinin eş seçme eğilimleri*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Elliott, I. ve Coker, S. (2008). Independent self-construal, self-reflection, and self-rumination: a path model for predicting happiness. *Australian Journal of Psychology*, 60(3), 127-134.
- Epözdemir, H. (2012). The effect of alexithymic characteristics of married couples on their marital adjustment. *Journal of Family Psychotherapy*, 23(2), 116-130.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Alpkan, L.R., ve Eradamlar, N. (2005). Cinsellik ve çift uyumu arasındaki ilişki: Üç grup evli çiftte karşılaştırmalı bir çalışma. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 18 (2), 72-81.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpkan, L.R. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 18 (1), 39-47.
- Ercan, H. (2008). *Genç yetişkinlerin aşk biçemleri ve benlik tipleri* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Ercan, H. (2011). İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği'nin psikometrik özellikleri ve uyarlama çalışması. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 13 (21), 37-45.
- Erel, O. ve Burman, B. (1995). Interrelatedness of marital relations and parent-child relation: A meta analytic review. *Psychological Bulletin*, 118 (1), 108-132.
- Erkılınç, M.M. (2020). *Aile içi iletişim kalıpları, benlik kavramı ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Erol, R. Y., ve Orth, U. (2014). Development of self-esteem and relationship satisfaction in couples: Two longitudinal studies. *Developmental Psychology*, 50(9), 2291-2303.
- Eryılmaz, A., ve Doğan, T. (2013). The mediator role of need satisfaction between subjective well-Being and romantic relationships quality. *Eurasian Journal of Educational Research*, 53, 79-96.
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, Marital Interaction and Relationship Satisfaction: A Diary Study. *Personal Relationships*, 9 (1), 39-55.
- Ferreira, L.C., Narciso, I., Novo, R.F. ve Pereira, C.R. (2016). Partner' similarity in differentiation of self is associated with higher sexual desire:A quantitative dyadic study, *Journal of Sex & Marital Therapy*, 42(7), 635-647.
- Fışıloğlu, H. (2001). Consanguineous marriage and marital adjustment in Turkey. *The Family Journal: Counseling and Therapy For Couples and Families*, 9 (2), 215-222.
- Fışıloğlu, H. ve Demir, A. (2000). Applicability of the Dyadic Adjustment Scale for Measurement of Marital Quality with Turkish Couples. *European Journal of Psychological Assessment*, 16 (3), 214–218.
- Fidanoğlu, O. (2007). *Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Finkenauer, C., Engels, R. C. M. E., Branje, S. J. T., ve Meeus, W. (2004). Disclosure and relationship satisfaction in families. *Journal of Marriage and Family*, 66 (1), 195–209.

- Gaunt, R. (2006). Couple similarity and marital satisfaction: Are similar spouses happier? *Journal of Personality*, 74(5), 1401-1420.
- Gerstorff, D., Windsor, T. D., Hoppmann, C. A., & Butterworth, P. (2013). Longitudinal change in spousal similarities in mental health: Between-couple and within-couple perspectives. *Psychology and Aging*, 28(2), 540.
- Gezici, M. ve Güvenç, G. (2003). Çalışan kadınların ve ev kadınlarının benlik algısı ve benlik kurgusu açısından karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 1-14.
- Gonzaga, G. C., Carter, S., & Galen Buckwalter, J. (2010). Assortative mating, convergence, and satisfaction in married couples. *Personal Relationships*, 17(4), 634-644.
- Gonzaga, G.C., Campos, B. ve Bradbury, T. (2007). Similarity, Convergence, Relationship Satisfaction in Dating and Married Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93 (1), 34-48.
- Gore, J. S., ve Cross, S. E. (2011). Conflicts of interest: Relational self-construal and decision making in interpersonal contexts. *Self and Identity*, 10 (2), 185-202.
- Gottman, J.M. (1998). Psychology and The study of marital processes. *Annual Review of Psychology*, 49, 169-197.
- Gottman, J.M., ve Krokoff. L.J. (1989). The relationship between marital interaction and marital satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 47-52.
- Gubbins, C.A., Perosa, L.M. ve Bartle-Haring, S. (2010). Relationships between married couples' self differentiation/individuation and Gottman's model of marital interactions, *Contemporary Family Therapy*, 32, 383-395.
- Guimond, S., Chatard, A., Martinot, D., Crisp, R. J. ve Redersdorff, S. (2006). Social comparison, self- stereotyping, and gender differences in self construals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90 (2), 221-242.
- Gündoğdu, A. (2007). *Relationship Between Self-construals and Marital Quality* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.



- Gürsoy, F.Ç. (2004). *Kaygı ve Demografik Değişkenlerin Evlilik Uyumu İle İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Harlak, H. (2016). *Benlik* (PowerPoint slayt). <https://docplayer.biz.tr/21900572-Benlik-psi-353-sosyal-psikoloji-prof-dr-hacer-harlak.html> adresinden edinilmiştir.
- Harlak, H., Eren, S. ve Elmas, P. (2019, Aralık). Özerk-ilişkisel benlik modelinin evlilik bağlamına uyarlanması. 3. *Sosyal Psikoloji Kongresi*, Kadir Has Üniversitesi, İstanbul.
- Heintzelman, S. J. ve Bacon, P. L. (2015). Relational self-construal moderates the effect of social support on life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 73, 72-77.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50 (1), 93-98.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: a theory relating self and affect. *Psychological review*, 94(3), 319-340.
- Hofstede, G. (1980). *Cultures consequences: International differences in workrelated values*, Beverly Hills, CA: Sage.
- Hortaçsu, N. (2012). *İnsan İlişkileri* (4. Baskı). Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Houseknecht, S.K. (1979). Childlessness and marital adjustment. *Journal of Marriage and Family*, 41 (2), 259-265.
- Humbad, M. N., Donnellan, M. B., Iacono, W. G., McGue, M., & Burt, S. A. (2010). Is spousal similarity for personality a matter of convergence or selection? *Personality and individual differences*, 49 (7), 827-830.
- İmamoğlu, E. O. (2003). Individuation and relatedness: Not opposing but distinct and complementary. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 129 (4), 367-402.
- İmamoğlu, E. O. ve Güler-Edwards, A. (2007). Geleceğe ilişkin yönelimlerde benlik tipine bağlı farklılıklar (Self-related differences in future time orientations). *Türk Psikoloji Dergisi*, 22 (60), 115-132.

- İmamoğlu, E. O. ve İmamoğlu, S. (2007). Relationship between attachment security and self-construal orientations. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 141, 539-558.
- İmamoğlu, E. O. ve Karakitapoğlu-Aygün, Z. (2004). Self-construals and values in different cultural and socioeconomic contexts. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 130(4), 277–306.
- Jersey: Prentice Hall.
- Jose, O., ve Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex and Marital Therapy*, 33 (1), 73-85.
- Kafetsios, K.G. ve Nezlek, J. B. (2012). Emotion and support perceptions in everyday social interaction: Testing the “less is more” hypothesis in two cultures. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(2), 165-184.
- Kafkaslı, R. (2019). *Evli bireylerde, problem çözme becerisi ve evlilik doyumu ile somatizasyon arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). Özerk-ilişkisel benlik: Yeni bir sentez. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11 (37), 36-43.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Autonomy and relatedness in cultural context implications for self and family. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4), 403-422.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2007). *Kültürel psikoloji: Kültür bağlamında insan ve aile*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi*. (3. Baskı). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2017). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikolojide kuram ve uygulamalar* (4. Baskı). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kağıtçıbaşı, Ç. ve Ataca, B. (2005). Value of children and family change: A Three-decade portrait from Turkey. *Applied Psychology: An International Review*, 54 (3), 317–337.

- Kağıtçıbaşı, Ç. ve Cemalcılar, Z. (2014). *Dünden bugüne insan ve insanlar*. (16. Baskı). İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kağıtçıbaşı, Ç., Baydar, N., Ayçiçeği A., Cheung F.M., Cheung, S.F., Johnson, M., et al. (2007). Meanings attached to relatedness and autonomy: An exploratory study. Manuscript submitted for publication.
- Kalkan, E. ve Aydoğan, D. (2019). Evlilik ilişkisi kalitesini benlik açısından değerlendirme: Benliğin farklılaşması ve ilişki özgünlük. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 38 (1), 174-189.
- Kalkan, M. (2002). *Evlilik İlişkisini Geliştirme Programının, Evlilerin Evlilik Uyum Düzeyine Etkisi* (Doktora Tezi). On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kamp-Dush, C.M., Taylor, M.G., ve Kroeger, R.A. (2008). Marital happiness and psychological well-being across the life course. *Family Relations*, 57 (2), 211-226.
- Kaptan, N. (2018). *Benlik kurguları açısından ilişki tarzlarının incelenmesi*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar İlkeler Teknikler*. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Karney, B.R., ve 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.
- Kasapkara, A., ve Kasapkara, B. (2013). 20-30 yaş grubu bekâr erkeklerin eş seçimine yönelik tutumları ve eşten beklentilerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7 (34), 792-800.
- Kashima, E. S. ve Hardie, E. S. (2000). The development and validation of the Relational, Individual, and Collective self- aspects (RIC) Scale. *Asian Journal of Social Psychology*, 3, 19-48.

- Kemp, H. V. (1995). Mate selection and marriage: A psychodynamic family-oriented course. *Teaching of Psychology*, 12(3), 161-164.
- Kirby, J.S. (2005). *A study of the marital satisfaction levels of participants in a marriage education course*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Louisiana, Monroe.
- Koçak, T. (2014). *Evli çiftlerde ideal benliğe yönelim ile değer benzerliğinin evlilik doyumuyla bağlantısı* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kudiaki, Ç. (2002). *Cinsel doyum ile evlilik uyumu arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kung, W. W. (2000). The intertwined relationship between depression and marital distress: Elements of marital therapy conducive to effective treatment outcome. *Journal of marital and family therapy*, 26 (1), 51-63.
- Kurdek, L. A. (1993). Predicting marital dissolution: A 5 year prospective longitudinal study of newlywed couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 221-242.
- Kuşçu, B. (2019). *Bireylerin evlilik uyumlarının psikolojik esneklik, affetme ve benlik kurgusu açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kuyumcu, B. (2011). Üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık duyguları ifade etme benlik kurgusu ve öznel iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Eğitimi Dergisi*, 1(2) , 104-113.
- Kwak, K. (2003). Adolescents and their parents: A review of intergenerational family relations for immigrant and non-immigrant families. *Human Development*, 46, 115-136.
- Larson, J. H. (2002). *The Great Marriage Tune-Up Book*. San Francisco: Jossey- Bass.
- Larson, J. H., ve Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43 (2), 228-237.

- Lin, E.J. ve Church, A.T. (2004). Are indigenous Chinese personality dimensions culture-specific? *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35 (5), 586-605.
- Luo, S. (2009). Partner selection and relationship satisfaction in early dating couples: The role of couple similarity. *Personality and individual differences*, 47(2), 133-138.
- Luo, S. (2017). Assortative mating and couple similarity: Patterns, mechanisms, and consequences. *Social and Personality Psychology Compass*, 11(8), e12337.
- Luo, S., ve Klohnen, E. C. (2005). Assortative mating and marital quality in newlyweds: A couple-centered approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 304–326.
- Mackey, R. A. ve O'Brien, B. A. (1995). *Lasting marriages: Men and women growing together*. Westport, CT: Praeger Publishers.
- Markus, H.R. ve Kitayama, S. (1991). Culture and self: Implication for cognition, emotion and motivation. *Psychological Review*, 98 (2), 224-253.
- Matsumoto, D. (1999). Culture and self: An empirical assessment of Markus and Kitayama's theory of independent and interdependent self-construals. *Asian Journal of Social Psychology*, 2, 289-310.
- Mayer, B., Trommsdorff, G., Kağıtcıbaşı, C., ve Mishra, R. C. (2012). Family models of independence/interdependence and their intergenerational similarity in Germany, Turkey, and India. *Family Science*, 3 (1), 64-74.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society* (111. Baskı). Chicago: University of Chicago Press.
- Mesquita, B. (2001). Emotions in collectivist and individualist contexts. *Journal of personality and social psychology*, 80(1), 68.
- Mesutoğlu, C. (2012). *The relationship among self construal, family functioning and sibling number in terms of gender in high school students*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

- Miller, L. C., Berg, J. H., ve Archer, R. L. (1983). Openers: Individuals who elicit intimate self disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1234–1244.
- Mookherjee, H. N. (1997). Marital status, gender and perception of well-being. *The Journal of Social Psychology*, 137 (1), 95-105.
- Moore, J. E., ve Chaney, E. F. (1985). Outpatient group treatment of chronic pain: Effects of spouse involvement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53 (3), 326-334.
- Morry, M.M. ve Kito, M. (2009). Relational-interdependent self-construal as a predictor of relationship quality: The mediating roles of one's own behaviors and perceptions of the fulfillment of friendship functions. *The Journal of Social Psychology*, 149 (3), 305-322.
- Murphy, C. M., ve O'Leary, K. D. (1989). Psychological aggression predicts physical aggression in early marriage. *Journal of consulting and clinical psychology*, 57(5), 579.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (2000). Self-esteem and the quest for felt security: How perceived regard regulates attachment processes. *Journal of personality and social psychology*, 78(3), 478.
- Murstein, B. I. (1970). Stimulus-value-role: A theory of marital choice. *Journal of Marriage and Family*, 32 (3), 465-481.
- Nobel Akademik Yayıncılık.
- Orbuch, T., House, J., Mero, R. ve Webster, P. (1996). Marital quality over the life course. *Social Psychology Quarterly*, 59(2), 162-171.
- Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271–1288.
- Özdemir, Y. (2012). Ergenlerin öznel iyi oluşlarının özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları açısından incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(38), 188-198.

- Özdemir, Y., ve Çok, F. (2011). Ailede Özerk-İlişkisel Benlik Ölçeklerinin lise öğrencileri için uyarlanması ve psikometrik özellikleri. *İlköğretim Online*, 10(1), 121-132.
- Özen, A. (2006). *Value similarities of wives and husbands and conflict resolution styles of spouses as predictors of marital adjustment* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Özer, G. (2016). *Herkes Kendi Hayatının Kahramanı*. (1.Baskı).İstanbul: Doğan Kitap.
- Özgüven, İ.E. (2014). *Evlilik ve Aile Terapisi*. (3.Baskı).Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Parsons, R. N., Nalbone, D. P., Killmer, J. M., ve Wetchler, J. L. (2007). Identity development, differentiation, personal authority, and degree of religiosity as predictors of interfaith marital satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 35(4), 343–361.
- Phalet, K. ve Schonpflug, U. (2001). Intergenerational Transmission of Collectivism and Achievement Values in Two Acculturation Contexts The Case Of Turkish Families in Germany and Turkish and Moroccan Families in The Netherlands. *Journal of Cross cultural Psychology*, 32(2), 186-201.
- Pöhlmann, C., ve Hannover, B. (2006). Who shapes the self of independents and interdependents? Explicit and implicit measures of the self's relatedness to family, friends and partner. *European Journal of Personality: Published for the European Association of Personality Psychology*, 20(7), 525-547.
- Reynolds, C. E. (2012). *Relational interdependent self construal, and spiritual maturity as predictors of marital satisfaction*. Loma Linda University Electronic Theses, Dissertations & Projects. 94.
- Rodríguez-González, M., Skowron, E. A., Cagigal de Gregorio, V., ve Muñoz San Roque, I. (2016). Differentiation of self, mate selection, and marital adjustment: Validity of postulates of Bowen theory in a Spanish sample. *The American Journal of Family Therapy*, 44(1), 11-23.

- Rosen-Grandon, J.R. (2004). *The relationship between marital characteristics, marital interaction process and marital satisfaction*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of North Carolina: Chapel Hill.
- Russel, R.J.H. ve Wells, P.A. (1991). Personality Similarity and Quality Of Marriage. *Personality and Individual Differences*, 12 (5), 407-412.
- Russell-Chapin, L. A., Chapin, T. J., & Sattler, L. G. (2001). The relationship of conflict resolution styles and certain marital satisfaction factors to marital distress. *The Family Journal*, 9(3), 259-264.
- Sabatelli, R. M. (1988). Measurement issues in marital research:A review and critique of contemporary survey instruments. *Journal of Marriage and the Family*. 50 (4), 891-915.
- Sakmar-Balkan, E. ve Fıfıloğlu, H. (2017). İncinebilirlik-stres-uyum modeli çerçevesinde evlilik uyumu. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5 (9), 167-186.
- Sancak-Aydın, G. ve Demir, A. (2017). Lisansüstü öğrencilerinin eş seçimini etkileyen ve sınırlandıran görüş ve inançları. *Ege Eğitim Dergisi*, 2 (18), 627-652.
- Sanchez-Burks, J. (2002). Protestant relational ideology and (in) attention to relational cues in work settings, *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (4), 919-929.
- Santrock J.W. (2014). *Yaşam Boyu Gelişim*. In: Yaşamboyu Gelişim. G. Yüksel (1. Basım). Ankara: Nobel Akademi, 444-71.
- Saxton, L. (1982). *Marriage. the nature of marriage, the individual, marriage, and the family*. (5.Baskı). California: Wadsworth Publishing Company Belmont, A Division of Wadswort, Inc.
- Schafer, R. B., Wickrama, K. A. S., & Keith, P. M. (1996). Self-concept disconfirmation, psychological distress, and marital happiness. *Journal of Marriage and the Family*, 167-177.



- Schiavi, R. C., Derogatis, L. R., Kuriansky, J., O'connor, D., ve Sharpe, L. (1979). The assessment of sexual function and marital interaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 5(3), 169–224.
- Shakarami, M., Zaharakar, K., & Mohsenzadeh, F. (2016). Determine the contribution of conflict resolution styles in predicting marital commitment. *Journal of Research & Health*, 6(4), 438- 444.
- Sharpley, C. F. ve Khan, J.A. (1980). Self-concept, values-systems and marital adjustment: Some implications for marriage counselors. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 3, 137-145.
- Shiota, M. N. ve Levenson, R. W. (2007) Birds of a feather don't always fly farthest: Similarity in big five personality predicts more negative marital satisfaction trajectories in long-term marriages. *Psychology and Aging*, 22 (4), 666–675.
- Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20 (5), 580-591.
- Sinha, S.P. ve Mukerjee, N. (1990). Marital adjustment and personal space orientation. *The Journal of Social Psychology*, 130 (5), 633-639.
- Smith, P.B., Bond, M.H. ve Kağıtçıbaşı, Ç. (2006). *Understanding social psychology across cultures*. Londra: Sage.
- Sokolski, D.M. ve Hendrick, S.S. (1999). Marital satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 26 (1), 39-49.
- Soylu, Y. ve Kağnıcı, D.Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (43), 44-54.
- Spanier, G.B. (1972). Romanticism and marital adjustment. *Journal of Marriage and Family*, 34 (3), 481-487.
- Spanier, G.B. (1976). Measuring dyadic adjustment: A new scale for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15–28.

- Spanier, G.B. ve Lewis, R.A. (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and The Family*, 42 (4), 825-839.
- Spanier, G.B., Lewis, R.A. ve Cole, C.L. (1975). Marital Adjustment over the Family Life Cycle: The Issue of Curvilinearity. *Journal of Marriage and Family*, 37 (2), 263-275.
- Sprecher, S. (1998). Social exchange theories and sexuality. *Journal of Sex Research*, 35 (1), 32-43.
- Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: Associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *Journal of Sex Research*, 39(3), 190–196.
- Stack, S. ve Eshleman, J.R. (1998). Marital status and happiness: A 17-nation study. *Journal of Marriage and Family*, 60 (2), 527-536.
- Stanley, S. M., ve Markman, H. J. (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 595-608.
- Stanley, S.M., Markman, H.J., ve Whitton, S.W. (2002). Communication, conflict, and commitment: insights on the foundations of relationship success from a national survey. *Family Process*, 41 (4), 659-675.
- Suh, E. M. (2007). Downsides of an overly context-sensitive self: Implications from the culture and subjective well-being research. *Journal of personality*, 75(6), 1321-1343.
- Sungur, M.Z. (2009). *Sen, Ben ve Aramızdaki Her Şey "Şeytan Üçgeni" Aşk - Evlilik – Sadakatsizlik* (20. Baskı). İstanbul: Goa Yayınları.
- Süleymanov, A. (2009). Çağdaş Türk toplumlarında aile ve evlilik ilişkileri. *Aile ve Toplum, Eğitim, Kültür ve Araştırma Dergisi*, 5 (17), 7-17.
- Synder, D.K. (1997) Marital Satisfaction Inventory, Revised (MSI-R) Manual. Published by Western Psychological Services, Los Angeles.
- Şafak-Öztürk, C. ve Arkar, H. (2014). Evli çiftlerde evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler. *Literatür ve Sempozyum*, 1(3), 16-24.

- Şenel, H.G. (2009). Evlilik Okulu Projesi. H. Yavuzer (Ed.). *Eş Seçimi Kararı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Şentürk, Ü. (2008). Aile kurumuna yönelik güncel riskler. *Aile ve Toplum, Eğitim, Kültür ve Araştırma Dergisi*, 4 (14), 7-31.
- Tekin-Çatal, M. ve Kalkan, M. (2019). Evli bireylerin evlilik değerleri evlilik doyumu ve evlilik tipleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(6) , 179-186.
- Terzino, K. A. ve Cross, S. E. (2009). Predicting commitment in new relationships: Interactive effects of relational self-construal and power. *Self and Identity*, 8(4), 321-341.
- Tezer, E. (1986). *Evli eşler arasındaki çatışma davranışları: Algılama ve doyum* (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (5), 1054–1068.
- Tosun, C, Yazıcı, H, Altun, F. (2017). Evlilik öncesindeki ve evli bireylerin ilişki nitelikleri, benlik kurguları ve özgeci davranış düzeyleri. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 17 (38), 73-94.
- Tosun, C. (2015). *Evlilik öncesindeki ve evli bireylerin ilişki nitelikleri, benlik kurguları ve özgeci davranış düzeyleri*. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Trent, K. ve South, S. J. (1992). Sociodemographic status parental background, childhood family structure and attitudes toward family formation. *Journal of Marriage and The Family*, 54 (2), 427-439.
- Triandis, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural contexts. *Psychological Review*, 96, 506- 520.
- Triandis, H. C. (1994). *Culture and social behavior*. New York: McGraw-Hill.
- TUIK (2018). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri, 2017. <http://www.tuik.gov.tr>
- Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2 (5), 35-41.

- Uçar, M. E. (2016). Lise öğrencilerinde kişilik, benlik kurguları, duygu gereksinimi ve eylem kimlikleme arasındaki ilişkiler. *Turkish Journal of Education*, 5 (4), 193-207.
- Usluoğlu, F., Atıcı, M. ve Avcıbay-Vurgeç, B. (2015). Women's opinions about mate choices: A qualitative study. *International Journal of Human Sciences*, 12 (2), 1484-1502.
- Valentine, K. A., Li, N. P., Meltzer, A. L., & Tsai, M. H. (2020). Mate preferences for warmth-trustworthiness predict romantic attraction in the early stages of mate selection and satisfaction in ongoing relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 46(2), 298-311.
- Ward, P.J., Lundberg,N.R., Zabriskie, R.B. & Berrett,K. (2009). Measuring Marital Satisfaction: A comparison of the Revised Dyadic Adjustment Scale and the Satisfaction with Married Life Scale. *Marriage & Family Review*, 45 (4),412-429.
- Watson, D., Klohnen, E. C., Casillas, A., Nus Simms, E., Haig, J., & Berry, D. S. (2004). Match makers and deal breakers: Analyses of assortative mating in newlywed couples. *Journal of personality*, 72(5), 1029-1068.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3 (1), 250-261.
- Yavuzer, N. (2001). *İletişim ve etkili yaşam kültürü, çocuklarımız için eğitim sohbetleri*. Ankara: Pegem A yayıncılık.
- Yeşilyaprak, B. (2003). *Çalışan anne ve çocuk*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yıldırım, İ. (1993). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki evli bireylerin uyum düzeyleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1 (4), 23-28.
- Yıldız, M ve Baytemir, K. (2016). Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (1), 67-80.
- Yılmazçoban, M. (2011). Evlilikte çiftleri etkileyen unsurlar ve arkadaşlık ilkeleri. *Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1 (1), 178-195.

Yüksel, Ö. (2013). *Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Zengin, T. (2018). Türk aile yapısındaki değişimin boşanma olgusuna etkisi: Kuzey Avrupa örneği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11 (57), 757-764.

## 7. EKLER

### Ek 1. Örneklem Büyüklüğü

#### G-Power Örneklem Büyüklüğü

Model test etmek istediğimiz için Linear multiple regression testi kullanılarak küçük-orta etki boyuyla hesaplama yapılmıştır. Tekrar hesaplanan örneklem büyüklüğü için power 0.95 ten 0.80 e düşürülmüştür. Literatür incelendiğinde powerın .80 alınmasının daha uygun olduğu görülmüştür. Bu şekilde G-Power programıyla hesaplanan örneklem büyüklüğü 270 kişidir.

**F tests - Linear multiple regression: Fixed model, R<sup>2</sup> deviation from zero**

<b>Analysis:</b>	A priori: Computerequiredsample size	
<b>Input:</b>	Effect size f <sup>2</sup>	= 0.06
$\alpha$ errprob	=	0.05
Power (1- $\beta$ errprob)	=	0.80
Number of predictors	=	9
<b>Output:</b>	Noncentralityparameter $\lambda$	= 16.2000000
Critical F	=	1.9159945
Numeratordf	=	9
Denominatordf	=	260
Total sample size	=	<b>270</b>
Actualpower =	0.8011163	

## Ek 2. Bilgilendirilmiş Onay Formu

Sayın Katılımcı,

Bu anket, evlilik yaşamında eşlerin kendilerini nasıl algıladıkları, aralarındaki paylaşımlar, evliliğe uyum ve evlilikten memnuniyet durumlarıyla ilgili bilimsel bir çalışma yapmak amacı ile düzenlenmiştir. Ankette bu konulara ilişkin bir dizi ifade ve soru bulunmaktadır. Lütfen her soruyu dikkatle okuyarak cevaplayınız. Araştırma sonuçlarından sağlıklı bilgiler edinilebilmesi için soruları kendi samimi görüşlerinize göre cevaplamanız ve cevaplanmamış soru bırakmamanız çok önemlidir. Anketteki soru ve ifadelere verilebilecek cevapların doğrusu veya yanlışı yoktur. Önemli olan verdiğiniz cevapların sizin kişisel düşüncelerinizi yansıtmasıdır.

Bu anketteki sorulara vereceğiniz cevaplar gizli tutulacaktır. Bunun için kim olduğunuzu ortaya koyabilecek ad-soyad, adres, telefon ve elektronik posta adresi gibi bilgileri vermeyiniz.

**Araştırmaya katılmak tamamen serbesttir** ve cevaplamaya başladıktan sonra istediğiniz an katılmaktan vazgeçebilirsiniz.

Bu anketteki sorularla ilgili kişisel endişeleriniz olursa araştırmacılar Prof. Dr. Hacer Harlak ([hharlak@adu.edu.tr](mailto:hharlak@adu.edu.tr)) ve Seda Eren ([sedaeren94@gmail.com](mailto:sedaeren94@gmail.com)) ile iletişime geçebilirsiniz.

Katılımınız için teşekkür ederiz.

*Yukarıdaki bilgileri okudum ve bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum. Çalışmayı istediğim zaman yarıda bırakabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda **kullanılmasını***

( ) kabul ediyorum.

( ) istemiyorum.

Ek 3. Evlilik Bağlamında Benlik Kurgusu Ölçeği

<b>DİKKATLİ OKUYUN:</b> Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyarak her birine ne ölçüde <b>katıldığınızı</b> ya da <b>katılmadığınızı</b> liste üzerindeki uygun yere <b>çarpı (X) işareti</b> koymak suretiyle belirtiniz.	<b>Kesinlikle katılmıyorum</b>	<b>Katılmıyorum</b>	<b>Kararsızım</b>	<b>Katılıyorum</b>	<b>Kesinlikle katılıyorum</b>
1. Kendimi eşimden bağımsız hissederim.					
2. Genellikle eşimin isteklerine uymaya çalışırım.					
3. Eşimin düşündüğü gibi düşünmek zorunda değilim.					
4. İnsanlar geleceğe yönelik planları için eşlerinden izin almalıdırlar.					
5. Eşimin onaylamayacağı kararlar almaktan kaçınırım.					
6. Benimle ilgili bir konuda eşimin aldığı kararlar geçerlidir.					
7. Eşimin istemediği bir kişiyle yakın olmazdım.					
8. Eşimden bağımsız olarak kendi kararlarımı veremem.					
9. Kararlarımı eşimin isteklerine göre kolayca değiştiririm.					
10. Eşimle olan ilişkimde mesafeli olmak isterim.					
11. Zor zamanlarımda eşimin yanında olacağını bilmek isterim.					
12. Eşimle geçirdiğim zaman benim için çok önemli değildir.					
13. İnsanın eşine çok yakın hissetmesi iyi bir şeydir.					
14. Eşim hayatımda en ön sıradadır.					
15. Eşimle fazla vakit geçirmekten hoşlanmam.					
16. Kendimi eşime gönülden bağlı hissederim.					
17. Eşimle aramdaki bağ, kendimi güven ve huzur içinde hissetmemi sağlıyor.					
18. Eşimle iç içeyim.					
19. İnsan eşine değer verse de, kişisel fikrini söylemekten çekinmemelidir.					
20. İnsan hem eşine çok yakın olup, hem kararlarını kendisi alabilir.					
21. İnsan kendisini eşine hem duygusal olarak bağlı, hem de özgür hissedebilir.					
22. İnsan hem eşine çok yakın olabilir, hem de fikirleri ayrı olduğunda, fikrine saygı duyulmasını isteyebilir.					



## Ek 4. Çiftler Uyum Ölçeği

### ÇİFTLER UYUM ÖLÇEĞİ

Birçok insanın ilişkilerinde anlaşmazlıkları vardır. Lütfen aşağıda verilen maddeleri her biri için siz ve eşiniz arasındaki anlaşma veya anlaşmama ölçüsünü aşağıda verilen altı düzeyden birini seçerek belirtiniz.

	Hemen hemen		Nadiren	Hemen hemen		Her zaman
	Her zaman	her zaman		Sıkça	her zaman	
	anlaşırız	anlaşırız	anlaşamayız	anlaşamayız	anlaşamayız	anlaşamayız
1. Aileyle ilgili parasal işlerin idaresi.....						
2. Eğlenceyle ilgili konular.....						
3. Dini konular.....						
4. Muhabbet-sevgi gösterme.....						
5. Arkadaşlar.....						
6. Cinsel yaşam.....						
7. Geleneksellik (doğru veya uygun davranış).....						
8. Yaşam felsefesi.....						
9. Anne, baba ya da yakın akrabalarla ilişkiler.....						
10. Önemli olduğuna inanılan amaçlar, hedefler ve konular.....						
11. Birlikte geçirilen zaman miktarı.....						
12. Temel kararların alınması.....						
13. Ev ile ilgili görevler.....						
14. Boş zaman ilgi ve uğraşları.....						
15. Mesleki kararlar.....						

	Hemen hemen		Zaman zaman	Ara sıra	Nadiren	Hiçbir zaman
	Her zaman	her zaman				
16. Ne sıklıkla boşanmayı, ayrılmayı ya da ilişkinizi bitirmeyi düşünür ya da tartışsınız?.....						
17. Ne sıklıkla siz veya eşiniz kavgadan sonra evi terk edersiniz?.....						
18. Ne sıklıkla eşinizle olan ilişkinizin genelde iyi gittiğini düşünürsünüz?.....						
19. Eşinize güvenir misiniz?.....						
20. Evlendiğiniz için hiç pişmanlık duyar mısınız?.....						
21. Ne sıklıkla eşinizle münakaşa edersiniz?.....						
22. Ne sıklıkla birbirinizin sinirlenmesine neden olursunuz?.....						

	Her gün	Hemen hemen		Ara sıra	Nadiren	Hiçbir zaman
		Her gün	Her gün			
23. Eşinizi öper misiniz?.....						
24. Siz ve eşiniz ev dışı etkinliklerinizin ne kadarına birlikte katılırsınız?.....	Hepsine	Çoğuna	Bazılarına	Çok azına	Hiçbirine	

Aşağıdaki olaylar siz ve eşiniz arasında ne sıklıkta geçer?

	Hiçbir zaman	Ayda birden az	Ayda bir veya iki defa	Haftada bir veya iki kere	Günde bir defa	Günde birden fazla
26. Birlikte gülmek.....						
27. Bir şeyi sakince tartışmak.....						
28. Bir iş üzerinde birlikte çalışmak.....						

Eşlerin bazı zamanlar anlaşıkları, bazen anlaşamadıkları konular vardır. Eğer aşağıdaki maddeler son birkaç hafta içinde siz ve eşiniz arasında görüş farklılığı veya problem yaratıyorsa belirtiniz (Evet veya Hayır'ı işaretleyiniz)

	Evet		Hayır	
	29. Seks için çok yorgun olmak.....			
30. Sevgi göstermemek.....				

31. Aşağıda ilişkinizdeki farklı mutluluk düzeyleri gösterilmektedir. Orta noktadaki "mutlu" birçok ilişkide yaşanan mutluluk düzeyini gösterir. İlişkinizi genelde değerlendirdiğinizde mutluluk düzeyinizi en iyi şekilde belirtecek olan seçeneği lütfen işaretleyiniz.

[ ] Aşırı mutsuz [ ] Oldukça mutsuz [ ] Az mutsuz [ ] Mutlu [ ] Oldukça mutlu [ ] Aşırı mutlu [ ] Tam anlamıyla mutlu

32. Aşağıda belirtilen cümlelerden ilişkinizin geleceği hakkında ne hissettiğinizi en iyi şekilde tanımlayan ifadeyi lütfen işaretleyiniz.

- [ ] İlişkimin başarılı olmasını çok fazla istiyorum ve bunun için yapamayacağım hiçbir şey yoktur.  
 [ ] İlişkimin başarılı olmasını çok istiyorum ve bunun için yapabileceğlerimin hepsini yapacağım.  
 [ ] İlişkimin başarılı olmasını çok istiyorum ve bunun için payıma düşeni yapacağım.  
 [ ] İlişkimin başarılı olması güzel olurdu, fakat bunun için şu anda yaptıklarımın daha fazlasını yapamam.  
 [ ] İlişkimin başarılı olması güzel olurdu, fakat bunun için şu anda yaptıklarımın daha fazlasını yapmayı reddederim.  
 [ ] İlişkim asla başarılı olmayacak ve ilişkimin yürütmesi için benim daha fazla yapabileceğim bir şey yok.

## Ek 5. İlişki Doyumu Ölçeği

<i>Aşağıdaki ifadelere ne düzeyde katıldığınızı belirtirken, lütfen eşiniz ve ilişkiniz hakkında dikkatlice düşününüz. Sizin durumunuzu en iyi ifade eden kısmı işaretleyiniz.</i>						
<b>1. Eşiniz ihtiyaçlarınızı ne kadar iyi karşılıyor?</b>						
Hiç karşılamıyor						Çok iyi karşılıyor
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
<b>2. Genel olarak ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?</b>						
Hiç memnun değilim						Çok memnunum
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
<b>3. Diğerleri ile karşılaştırdığınızda ilişkiniz ne kadar iyi?</b>						
Çok daha kötü						Çok daha iyi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
<b>4. İlişkinize hiç başlamamış olmayı ne sıklıkla istiyorsunuz?</b>						
Hiçbir zaman						Her zaman
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
<b>5. İlişkiniz ne dereceye kadar sizin beklentilerinizi karşılıyor?</b>						
Hiç karşılamıyor						Çok iyi karşılıyor
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
<b>6. Eşinizi ne kadar seviyorsunuz?</b>						
Hiç sevmiyorum						Çok seviyorum
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
<b>7. İlişkinizde ne kadar problem var?</b>						
Hiç yok						Çok var
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)

Ek 6. Demografik Bilgi Formu

**Lütfen aşağıdaki soruları cevaplayınız.**

1. Yaşınız: \_\_\_\_\_
2. Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek
3. Mesleğiniz: \_\_\_\_\_
4. Kaç yıldır evlisiniz? \_\_\_\_\_
5. Hangi şekilde evlendiniz?  
( ) Kendi seçimim ailemin rızasıyla  
( ) Kendi kararım ile ailemin rızası dışında  
( ) Görücü usulüyle benim kararım ile  
( ) Görücü usulüyle benim görüşüm sorulmadan ailemin kararı ile  
( ) Kaçma/kaçırılma  
( ) Berdel  
( ) Diğer
6. Şu anki evliliğinizden çocuğunuz var mı? ( ) Evet ( ) Hayır  
Varsa kaç çocuğunuz var? : \_\_\_\_\_
7. Gelir düzeyiniz:  
( ) Alt ( ) Alt-orta ( ) Orta ( ) Orta-üst ( ) Üst
8. Eğitim düzeyiniz:  
( ) İlkokul mezunu  
( ) Ortaokul mezunu  
( ) Lise mezunu  
( ) Üniversite önlisans mezunu (2 yıllık)  
( ) Üniversite mezunu (4 yıllık)  
( ) Lisansüstü (Yüksek lisans ve doktora)

9. Evinizde kimlerle birlikte yaşıyorsunuz?

- Eşim ve ben  
 Eşim, ben ve çocuklarımızdan oluşan çekirdek ailem  
 Eşim, ben ve anne-babalarınızdan (eşinizin veya kendinizin) en az biri  
 Diğer (lütfen belirtiniz)
- 

10. Eşinizle kendinizi kıyasladığınızda **ne ölçüde benzer** kişiler olarak görürsünüz? (Uygun olduğunu düşündüğünüz sayıyı daire içine alınız.)

Hiç  
benzemeyiz

Çok  
benzeriz

0.....10.....20.....30.....40.....50.....60.....70.....80.....90.....100

11. Ailem dediğinizde aklınıza ilk kim ya da kimler gelmektedir?

- Eşim  
 Eşim ve çocuklarım  
 Kendi anne-babam  
 Eşimin ailesi ve kendi ailemi de içine alan geniş aile

12. Evliliğinizi genel olarak değerlendirdiğinizde, evlenmeden önce evlilikten bekledikleriniz ile evlendikten sonraki yaşantınızın ne ölçüde uyuştüğünü düşünüyorsunuz?

- Hiç uyuşmuyor  
 Uyuşmuyor  
 Ne uyuşuyor ne uyuşmuyor  
 Uyuşuyor  
 Tamamen uyuşuyor