T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ BİLİM DALI

BOŞANMIŞ KADINLARIN EVLİLİK UYUMUNA YÖNELİK DENEYİMLERİ: FENOMENOLOJİK BİR ARAŞTIRMA

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Gönül ŞEN

İstanbul
Ocak, 2025

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ BİLİM DALI

BOŞANMIŞ KADINLARIN EVLİLİK UYUMUNA YÖNELİK DENEYİMLERİ: FENOMENOLOJİK BİR ARAŞTIRMA

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Gönül ŞEN

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Ogün ÇAKIR

İstanbul
Ocak, 2025

TEZ ONAYI

Lisansüstü Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Anabilim Dalı
Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Ogün ÇAKIR …….

Üye: Doç. Dr. Besra TAŞ BOLAT …….

Üye: Prof. Dr. Lütfü ILGAR …….

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

İmza
Prof. Dr. Erhan İÇENER
Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

“Boşanmış Kadınların Evlilik Uyumuna Yönelik Deneyimleri: Fenomenolojik Bir Araştırma” başlıklı yüksek lisans tezimde, öneri aşamasından sonuçlandırma aşamasına kadar geçen süreçte bilimsel etik ilkelerine ve akademik kurallara titizlikle riayet ettiğimi beyan ederim. Çalışmam boyunca, tez içerisinde yer alan tüm bilgileri bilimsel ahlak ve akademik geleneklere uygun bir şekilde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına tam uyum gösterdiğimi ve çalışmamda yer alan doğrudan veya dolaylı alıntılara uygun bir şekilde kaynak gösterdiğimi ifade etmek isterim. Ayrıca, çalışmamda yararlandığım tüm eserlerin yalnızca kaynakça bölümünde belirtilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Gönül ŞEN

İstanbul, 2025

ÖNSÖZ

Tez sürecimde bilgi ve tecrübelerini benden esirgemeden, kafama takılan her soruya nazik ve içtenlikle cevap vererek değerli katkılarıyla tezimin tamamlanmasına rehberlik eden kıymetli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Ogün ÇAKIR hocama en içten teşekkürlerimi sunarım. Kıymetli tecrübeleriyle çalışmama katkı sağlayan değerli hocam Doç. Dr. Mustafa ÖZGENEL' e teşekkür ederim. Sevgili hocam Doç. Dr. Besra TAŞ BOLAT' a samimiyeti, anlayışı ile bana ve jürimde bulunarak tezime sunduğu katkıları için teşekkür ederim. Değerli hocam Prof. Dr. Lütfü ILGAR hocama jürimde bulunarak tezime yaptığı katkılardan dolayı teşekkür ederim. Değerli hocam Prof. Dr. Mustafa KOÇ' a bana kattığı kıymetli farkındalıklar için minnettarım. Hayallerimizi paylaştığımız sevgili arkadaşım Hülya Ocak Akyüz'e destekleri için teşekkür ederim. Hayatım boyunca her zaman yanı başımda olarak en büyük dayanağım olan canım babam Ziyattin ŞEN' e, kurduğum her hayali gerçekleştirebilmem için beni her anlamda cesaretlendiren ve hayatım boyunca desteğiyle her an yanımda olarak bana güç veren canım annem Ayten ŞEN' e minnettarım. Canım kardeşlerim Demet ŞEN SAYGIN ve Elif ŞEN ÖZTAN her zaman yanı başımdasınız ve çok kıymetlisiniz… sonsuz sevgi ve desteğiniz için teşekkür ederim. Ailemize yüksek lisans dönemimde katılan değerli kardeşlerim Şerif SAYGIN ve Ahmet ÖZTAN' a bu süreçteki sabır ve anlayışlarından dolayı teşekkür ederim. Canım yavrularım Ömer Tarık ŞEN ve Ahmet Burak ŞEN' e hayatıma kattıkları güzellikler ve farkındalıklar için ne kadar şükretsem azdır, bu yolda bana eşlik ederek çok kıymetli anılar biriktirmemize vesile oldukları için minnettarım. Kendi akademik kariyeriyle bana her daim örnek olan ve desteğini esirgemeden her zaman yanımda olan sevgili eşim Dr. Faruk ŞEN'e teşekkür ederim. Çalışmama katkı sağlayan adını sayamadığım değerli hocalarım, arkadaşlarım ve katılımcılara teşekkür ederim.

Varlığı en büyük şükrüm olan biricik annem Ayten ŞEN' e atfediyorum…

Gönül ŞEN

Ocak, 2025

ÖZET

BOŞANMIŞ KADINLARIN EVLİLİK UYUMUNA YÖNELİK DENEYİMLERİ: FENOMENOLOJİK BİR ARAŞTIRMA

Gönül ŞEN

Yüksek Lisans, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Ogün ÇAKIR

Ocak, 2025 – 107 sayfa

Bu araştırmanın amacı, boşanmış kadınların evlilik uyumuna yönelik deneyimlerini incelemektir. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik desen kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, boşanmış kadınlar oluşturmaktadır. Farklı kültürel değer yargılarına sahip 13 kadın katılımcı ile araştırmacı tarafından geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak nitel veriler toplanmıştır. Daha sonra çalışma grubundan elde edilen verilerle boşanmış kadınların evlilik uyumuna yönelik değerlendirmelerine ilişkin bulgulara ulaşılmış ve bu bulgular içerik analizi yöntemi ile analiz edilip yorumlanmıştır. Araştırma bulgularına göre, eşlerin kültürel değer yargılarının farklı olması, eğitim ve gelir seviyesi arasındaki farkın fazla olması, iletişim eksikliği, eşin madde bağımlısı ve psikolojik problemlerinin olması, fiziksel ve sözlü şiddetin olması, mali sıkıntıların olması, eşlerin evlilikte özel alanlarının olmayışı, evlilikte iş bölümü ve yardımlaşmanın olmayışı, yalan, aldatma, saygı duymama gibi faktörlerin evlilikteki uyum sürecini bozduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Aile, Evlilik, Evlilik uyumu, Evlilik uyumunu etkileyen faktörler.

ABSTRACT

EXPERIENCES OF DIVORCED WOMEN TOWARDS MARITAL ADJUSTMENT: A PHENOMENOLOGICAL STUDY

Gönül ŞEN

Master, Family Counseling and Education

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Ogün ÇAKIR

January, 2025 – 107 Pages

The purpose of this study is to examine the experiences of divorced women regarding marital adjustment. Phenomenological design, one of the qualitative research methods, was used in the study. The study group of the study consists of divorced women. Qualitative data were collected using a semi-structured interview form developed by the researcher with 13 female participants who have different cultural value judgments. Then, findings regarding the evaluations of divorced women regarding marital adjustment were obtained with the data obtained from the study group and these findings were analyzed and interpreted using the content analysis method. According to the research findings, it was concluded that factors such as the spouses' different cultural value judgments, the large difference between education and income levels, lack of communication, the spouse's substance addiction and psychological problems, physical and verbal violence, financial difficulties, the spouses' lack of private space in marriage, the lack of division of labor and cooperation in marriage, lying, cheating, and lack of respect disrupt the marital adjustment process.

Keywords: Family, Marriage, Marital adjustment, Factors affecting marital adjustment

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI ..... **i**
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ ..... **İ**
ÖNSÖZ ..... **İİİ**
ÖZET ..... **İV**
ABSTRACT ..... **V**
TABLO LİSTESİ ..... **İX**
ŞEKİLLER LİSTESİ ..... **X**
KISALTMALAR LİSTESİ ..... **Xİ**
BİRİNCİ BÖLÜM **1**
GİRİŞ **1**
1.1. Problem Durumu **1**
1.2. Araştırmanın Amacı **2**
1.3. Araştırmanın Önemi **3**
1.4. Sınırlılıklar **5**
1.5. Varsayımlar **6**
1.6. Tanımlar **6**
İKİNCİ BÖLÜM **7**
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR **7**
2.1. Aile **7**
2.2. Evlilik **7**
2.2.1. Evliliğin İşlevleri 9
2.2.1.1. Bireylere Duygusal ve Sosyal Destek Sağlama 9
2.2.1.2. Çocuk Yetiştirme ve Aile Birimini Oluşturma 10
2.2.1.3. Ekonomik İstikrar Sağlama 10
2.2.1.4. Toplumsal Normlar ve Kültürel Değerler 10
2.3. Evlilik Uyumu **11**
2.3.1. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler 14
2.3.1.1. İletişim Becerileri 14
2.3.1.2. Çatışma Çözme Stratejileri 16
2.3.1.3. Duygusal Zekâ 17

2.3.1.4. Bağlanma Stilleri 18
2.3.1.5. Psikolojik İyi Oluş 18
2.3.1.6. Dindarlık ve Paylaşılan Değerler 18
2.3.1.7. Sosyoekonomik Statü 19
2.3.1.8. Aile Dinamikleri 20
2.3.1.9. Cinsel Hayat 21
2.3.1.10. Yaşam Stres Faktörleri 22
2.3.1.11. Kişilik Özellikleri 23
2.3.1.12. Kültürel Etkiler 23
2.3.1.13. Evliliğin Yaşı ve Süresi 24
2.3.1.14. Sağlık Sorunları 24
2.3.1.15. Kısırlık ve Aile Planlaması 25
2.3.1.16. Beklentiler ve Gerçekler 26
2.3.1.17. Ebeveynlik Tarzları 27
2.3.1.18. Yaşam Geçişleriyle Başa Çıkma 28
2.3.1.19. Çatışma Sıklığı ve Yoğunluğu 28
2.3.1.20. Cinsiyet Rolleri 28
2.3.1.21. Çocukların Varlığı 29
2.3.1.22. Empati 30
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM 32
YÖNTEM 32
3.1. Araştırmanın Modeli 32
3.2. Çalışma Grubu 32
3.3. Veri Toplama Araçları 33
3.4. Verilerin Toplanması 34
3.5. Verilerin Analizi 35
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM 37
BULGULAR 37
4.1. Evlilik Uyumunun Temelleri 39
4.2. Evlilik Uyumunun Sürdürülmesi 42
4.3. Uyumsuzluğun Nedenleri ve Yönetimi 48
4.4. Boşanma Kararını Etkileyen Faktörler 57
4.5. Boşanma Sonrası Adaptasyon 62

BEŞİNCİ BÖLÜM **70**
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER **70**
5.1. Tartışma ve Sonuç **70**
5.1.1. Evlilik Uyumunun Temelleri Teması 70
5.1.2. Evlilik Uyumunun Sürdürülmesi Teması 74
5.1.3. Uyumsuzluğun Nedenleri ve Yönetimi Teması 76
5.1.4. Boşanma Kararını Etkileyen Faktörler Teması 78
5.1.5. Boşanma Sonrası Adaptasyon Teması 79
5.2. Öneriler **82**
KAYNAKÇA **84**
ÖZGEÇMİŞ **107**

TABLO LİSTESİ

Tablo 3.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri 33
Tablo 4.1: Katılımcı Görüşlerinden Ulaşılan Tema Ve Alt-Temalar 37

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1: 2001-2023 Yılları TUİK Boşanma Sayısı ve Kaba Boşanma Hızı……...13

Şekil 4.1: Boşanmış Kadınların Evlilik Uyumuna İlişkin Görüşleri……. 38

KISALTMALAR LİSTESİ

Akt.: Aktaran

ark.: Arkadaşları

Çev.: Çeviren

Ed.: Editör

EI: Duygusal Zekâ

EFCT: Duygu Odaklı Çift Terapisi

SES: Sosyoekonomik Statü

TDK: Türk Dil Kurumu

BİRİNCİ BÖLÜM

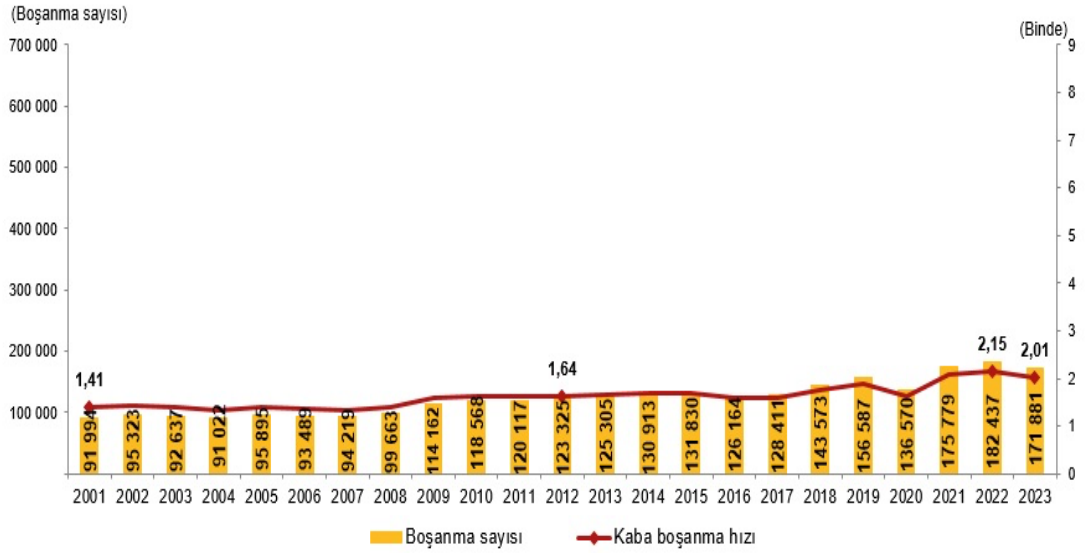
GİRİŞ

Giriş bölümü; araştırmanın problem durumunu, amacını, önemini, sınırlılıklarını, varsayımları ve tanımlarını içermektedir.

1.1.Problem Durumu

Evlilik, bireylerin fiziksel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için kurulan en temel birlikteliklerden biridir. Bu birliktelik, iki bireyin birlikte yaşama ve yaşamlarını sürdürme biçimlerini düzenleyen, hukuki bir çerçeve içinde gerçekleşen duygusal, ekonomik ve sosyal bir anlaşmadır (Büyükşahin Çevik ve Yıldız, 2016: 228). Evliliğin her iki eş için de mutlu bir şekilde devam edebilmesini sağlayan faktörlerin birleşimini ifade eden kavram ise evlilik uyumudur. Bu uyum, bireylerin birbirleriyle olan ilişkilerindeki tatmin düzeyini ifade etmektedir. Ayrıca, evlilik uyumu sadece eşler arasındaki ilişkinin niteliğini değil, aynı zamanda aile içindeki diğer bireylerin (çocuklar ve geniş aile üyeleri) mutluluğunu da doğrudan etkileyen bir kavramdır. Uyumlu bir evlilik genellikle eşlerin birbirlerini anlama ve destekleme yeteneği ile belirlenir ve bu da istikrarlı ve tatmin edici bir ilişkiye katkıda bulunur (Zhang, 2024: 1908).

Evlilik uyumunun sağlanması hem bireylerin hem de toplumun genel refahı açısından çok önemlidir (Behrang vd., 2021: 1-2; Celenk ve Vijver, 2013: 1275-1293). Ancak, modern toplumlarda değişen sosyokültürel yapılar, ekonomik koşullar, bireysel beklentiler ve toplumsal cinsiyet rolleri evlilik kurumunun dinamiklerini derinden etkileyebilmektedir. Bu değişimin, evlilik uyumunun sağlanmasını güçleştirdiği ve boşanma oranlarının artmasına neden olduğu düşünülmektedir. Aşağıda TUİK' in 2001-2023 yılları arasındaki boşanma sayısı ve kaba boşanma hızını gösteren grafiği yer almaktadır. Yıllar içindeki artışını grafiği inceleyerek görebiliriz.



Şekil 1.1. 2001-2023 Yılları TUİK Boşanma Sayısı ve Kaba Boşanma Hızı

Boşanma kararı, genellikle çiftlerin uyumsuzluk yaşadığı durumlarda ortaya çıkarak, bireylerin sosyal, psikolojik ve ekonomik refahını olumsuz etkileyebilmektedir (Fazari ve Amir, 2017: 3-4; Kendrick ve Drentea, 2016: 1-2; Padash vd., 2021: 1423-1424). Boşanma, bireylerin yalnızca kişisel yaşamlarını değil, aynı zamanda çocukların psikolojik gelişimini ve toplumsal yapının temel taşı olan aile kurumunun bütünlüğünü de derinden etkileyen bir süreçtir (Rhoades vd., 2012: 364). Bu durumun, evliliklerde uyumu etkileyen faktörlerin daha derinlemesine araştırılmasını zorunlu kıldığı düşünülmektedir.

Bu nedenle, boşanmış kadınların evlilik uyumu konusundaki deneyimlerini anlamak, toplumsal cinsiyet rolleri ve aile dinamiklerini geliştirmek açısından önemlidir. Araştırma, boşanmış kadınların yaşadığı evlilik uyumu sorunlarını daha iyi anlamak ve bu sorunlara yönelik çözüm önerileri sunmak amacıyla gerçekleştirilmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, boşanmış kadınların evlilik uyumuna yönelik deneyimlerinin fenomenolojik bir araştırma deseni doğrultusunda analiz edilmesidir.

Araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

- Aile birliğinin kurulabilmesi için eşlerin asgari hangi konularda uyumlu olması gerekir?
- Evlilik uyumunu devam ettirmek ve bu uyumu güçlendirmek için neler yapılmalıdır?
- Evlilikteki uyumsuzluklar hangi durumlarda / şartlarda ortaya çıkmaktadır?
- Evlilikteki uyumsuzluklar nasıl yönetilmelidir?
- Evlilikteki uyumsuzluklar hangi aşamadan/durumdan sonra boşanmayla sonuçlanmaktadır?
- Boşanma kararlarını olumlu/olumsuz yönde etkileyen faktörler nelerdir?
- Boşanma sonrası sosyal hayata adaptasyonu zorlaştıran faktörler nelerdir?
- Boşanma sonrası sosyal hayata adaptasyonu kolaylaştırmak için neler yapılmalıdır?

Araştırmanın bu amaca ulaşması, evlilik sorunlarına yönelik daha etkili danışmanlık ve müdahale programlarının geliştirilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca, boşanma sürecine derinlemesine bir bakışın aile yapısını güçlendirecek toplumsal politikaların oluşturulmasına da yardımcı olacağı düşünülmektedir. Bu amaçlar doğrultusunda, ulaşılan bulguların yorumlanmasıyla, boşanmış kadınların yaşadığı zorlukların anlaşılmasına ve bu konuda sosyal hizmetler ile aile danışmanlığı uygulamalarının geliştirilmesine katkı sağlaması amaçlanmaktadır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Evlilik hem bireysel hem de toplumsal refahın önemli bir bileşenidir. Sağlıklı bir evlilik, bireylerin yaşam doyumunu artırırken çocukların sağlıklı bir ortamda büyümesine olanak tanır ve toplumsal istikrarı destekler. Ancak, evlilik uyumunu olumsuz etkileyen faktörlerin zamanında ve doğru bir şekilde ele alınmaması, boşanma oranlarının artmasına yol açmaktadır.

Bu çalışma, boşanmış kadınların perspektifinden evlilik uyumunu ele alarak, toplumsal cinsiyet rolleri, aile dinamikleri ve ilişkisel süreçler açısından önemli bir katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Boşanmış kadınların evlilik uyumuna yönelik

deneyimleri, bireysel deneyimlerin yanı sıra toplumsal, kültürel ve psikolojik dinamiklerden de etkilenmektedir.

Nikparvar vd., boşanmayla ilişkili duygusal çalkantının kadınlar için özellikle şiddetli olduğunu ve aile içi şiddet içeren durumlarda, bir evliliği terk ettikten sonra yaşadıkları uyum sürecinin uzamasına neden olduğunu vurgulamaktadır (Nikparvar vd., 2018: 7-8). Uyum süreci, boşanmış kadınları çevreleyen toplumsal algılar ve damgalanma ile daha da kötüleşerek kadınların kendilerini izole etmesine ve sıkıntılı duyguları yaşaması sebep olabilir (Kelebek-Küçükarslan ve Cankurtaran, 2020: 5-6).

Boşanma süreci, genellikle kadınların kendi kimliklerini ve yaşam hedeflerini sorgulamalarına neden olur; bu da evlilik uyumuna dair algılarını ve değerlerini yeniden değerlendirmelerine yol açar. Bu nedenle evlilik deneyimi, kadınların ilişki kurma biçimlerini ve gelecekteki ilişkilere dair beklentilerini derinden şekillendirir. Bu sebepten dolayı boşanmış kadınların deneyimlerini anlamak, toplumsal cinsiyet rolleri, iletişim dinamikleri ve sosyal destek sistemlerinin etkisini incelemek, evlilik uyumunu artırmaya yönelik stratejilerin geliştirilmesi açısından önemlidir.

Özellikle boşanmış kadınların deneyimleri, evlilik uyumunu etkileyen faktörlerin daha iyi anlaşılmasına ışık tutabilir. Ancak, mevcut literatürde boşanmış kadınların evlilik süreçlerindeki uyum sorunlarını ve boşanma süreçlerini derinlemesine ele alan çalışmalar sınırlıdır.

Literatürde, evlilik uyumu genellikle çiftler arasındaki iletişim, empati ve duygusal bağ üzerinden incelenmiştir (Balalami vd., 2018: 5; Eftekhari vd., 2021: 84-85). Ancak, boşanmış kadınların perspektifinden evlilik uyumunun nasıl algılandığına dair sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Boşanmış kadınların, evlilikte yaşadıkları sorunlar ve uyum süreçleri konusundaki deneyimleri, evliliklerin daha sağlıklı bir zemine oturması için önemli ipuçları sunabilir. Bu bağlamda, boşanmış kadınların evlilik uyumu konusundaki deneyimleri ve görüşleri, bu sorunun anlaşılması için önemli bir araştırma alanı olduğu düşünülmektedir.

Araştırma sonuçlarının, aile danışmanlığı hizmetlerinin iyileştirilmesi ve evliliklerde uyumu artırıcı stratejilerin geliştirilmesi açısından önemli olacağı düşünülmektedir. Bu araştırmanın, boşanmış kadınların evlilik uyumu ile ilgili deneyimlerini inceleyerek, toplumsal ve akademik anlamda çeşitli faydalar sağlayacağı düşünülmektedir.

Toplumsal katkı: Boşanma oranlarını azaltmaya yönelik politikaların geliştirilmesi için veri sağlamak ve bu şekilde sağlıklı evlilikleri teşvik eden danışmanlık hizmetlerinin iyileştirilmesine olanak tanımak.

Akademik katkı: Evlilik uyumu üzerine yapılan çalışmalar için boşanmış bireylerin perspektifinden elde edilen niteliksel veriler sunarak mevcut literatürdeki boşluğu doldurmak.

Pratik katkı: Aile danışmanlığı ve rehberlik hizmetleri için uygulanabilir öneriler sunarak, çiftlerin karşılaşabilecekleri uyum sorunlarına karşı farkındalıklarını artırmak. Öte yandan bu çalışma, evlilik uyumuna dair mevcut bilgi birikimini zenginleştirirken, toplumda sağlıklı aile yapılarının korunmasına yönelik politikalar geliştirilmesi açısından faydalı olabilir.

1.4. Sınırlılıklar

Araştırmanın kapsamını ve bulgularını etkileyebilecek bazı sınırlılıklar şu şekilde sıralanabilir:

Katılımcı çeşitliliği: Çalışma, yalnızca kadınların deneyimlerine odaklanmaktadır. Bu durum, evlilik uyumunun erkek perspektifinden nasıl algılandığını yansıtmayabilir.

Zaman sınırlılığı: Çalışma belirli bir süre içinde tamamlanacağı için katılımcı sayısı sınırlı olabilir. Bu durum, elde edilen verilerin çeşitliliğini ve derinliğini etkileyebilir.

Subjektif veri: Araştırma, katılımcıların kişisel algılarına dayanmaktadır. Bu durum, anlatıların doğruluğunun bireysel yorumlarla sınırlı olmasına yol açabilir.

Kültürel bağlam: Araştırmanın yapıldığı toplumun sosyokültürel yapısı, evlilik uyumu ve boşanma süreçleriyle ilgili algıları etkileyebilir. Farklı kültürel bağlamlarda farklı sonuçlar ortaya çıkabilir.

1.5.Varsayımlar

Araştırmanın varsayımları, çalışma sürecinde elde edilecek verilerin geçerliliğini ve güvenilirliğini sağlamak için şu şekilde belirlenmiştir:

- Katılımcıların deneyimleri, evlilikte uyumsuzluğa sebep olan faktörleri anlamaya yönelik fikir verici yeterliktedir.
- Katılımcıların görüşme formundaki sorulara samimi şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.6. Tanımlar

Bu araştırmada kullanılan başlıca tanımlar aile, evlilik ve evlilik uyumu tanımlarına yer verilmiştir:

Aile: Aile, çeşitli biyolojik, psikolojik ve sosyolojik ihtiyaçlara yanıt veren temel bir sosyal yapıdır. Bu ihtiyaçlar arasında cinsellik ve üreme, korunma ve barınma, sevgi ve paylaşım, bağımlılık ve bağımsızlık, aidiyet duygusu, statü kazanma, güven duygusu, kendini gerçekleştirme, çocukların bakımı ve eğitimi, toplumsal değerlerin yeni nesillere aktarılması, ayrıca elde edilen mal ve mülkün devri gibi unsurlar yer alır (Tan, 1976: 99).

Evlilik: Bireylerin aile kurma amacıyla yasal ve toplumsal normlara dayalı olarak oluşturdukları, eşlere karşılıklı haklar ve sorumluluklar tanıyan bir birlikteliktir (Aysan, 2022).

Evlilik uyumu: Evlilik uyumu, eşlerin evlilik ilişkisi üzerinden bekledikleri mutluluk ve tatmin düzeyinin toplamını ifade eder (Aycanoğlu ve Ünsal, 2017: 164). Bu uyum, bireylerin birbiriyle olan etkileşimleri ve ortak hedefleri doğrultusunda gelişir.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Aile

Aile kavramı, insanlık tarihinin başlangıcından beri varlığını sürdüren, toplumun temel yapı taşlarını oluşturan çok boyutlu bir yapıdır. Aile kelimesinin kökeni, Latince "familia" terimine dayanmaktadır; bu terim, ebeveynleri, çocukları ve ayrıca hizmetçi veya köleleri de içine alan bir haneyi ifade etmektedir. Bu bağlamda aile, kan bağı (doğum yoluyla) veya yakınlık (evlilik ve diğer ilişkilerle) ile bağlı olan bireyler grubu olarak tanımlamıştır (Nkwi, 2021: 2).

Özgüven (2010) ise aileyi, aynı çatı altında yaşayan, gelirlerini paylaşan, evlilik ve kan bağlarıyla birbirine bağlı, çeşitli rollerle birbirini etkileyen bireylerin oluşturduğu, yasal, toplumsal ve ekonomik bir kurum olarak tanımlamaktadır.

Aile, karı-koca, ebeveyn ve kardeş olmak üzere üç ana alt sisteme ayrılmaktadır. Bu sistemler arasında en önemli olanı, evlilikteki karı-koca alt sistemidir; çünkü evlilik, aile dinamiklerini belirleyen ve tüm ilişkilerin temelini oluşturan kritik bir unsurdur. Eşler arasındaki bağ, ailenin yapısını ve işleyişini şekillendirirken, ebeveynlik ve kardeş ilişkileri de bu temel üzerine inşa edilmiştir. Burada ebeveynlik ilişkileri, bireyin kendi çocukluğunda algıladığı ebeveyn tutumlarına dayanır. Ebeveynlerin büyüdüğü aile ortamı, ileride kuracakları kendi ailelerinin temel yapıtaşlarını oluşturur. Kardeş alt sistemi ise, kardeşlerin birbirleriyle olan bağlarını, ilişkilerini ifade etmektedir (Nazlı, 2011: 58; Tutarel-Kışlak ve Göztepe, 2012: 28).

2.2. Evlilik

Evlilik, eski zamanlardan beri insan topluluklarında var olan temel ve sosyal bir kurumdur. Bu kurum, toplumsal normlar ve değerler çerçevesinde şekillenen bir süreç olarak, eşlerin sosyal kimliklerini güçlendirir ve toplumsal olarak kabul gören bir

ilişki biçiminin oluşmasını sağlar (Demir ve Nam, 2019: 68; Kutlubay ve Arıöz, 2021: 4).

Evlilik, bireylere yetişkinlik statüsü kazandırmanın yanı sıra, farklı anlamlar da taşır. Kadınlar için bu durum, yeni bir bağımlılık biçimini ve hane halkının sorumluluklarını üstlenmeyi ifade ederken; erkekler açısından bağımsızlık kazanma ve başkalarının sorumluluklarını alma fırsatını simgeler. Bu dinamik, her iki cinsiyetin evlilikteki rollerini ve beklentilerini şekillendirirken, aynı zamanda ilişkideki güç dengesini de etkileyebilir (Taş, 2021: 178).

Toplumun gelişiminin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi için evliliğin en önemli rolü, bir erkek ve bir kadın arasında uyumlu ve dengeli ilişkilerin kurulmasıdır. Çünkü uyumlu ilişkiler, sadece eşlerin mutluluğunu sağlamakla kalmaz, aynı zamanda ailenin ve toplumun genel sağlığını ve refahını da olumlu olarak etkilemektedir (Eydemiller 2001'den akt., Zhumgalbekov ve Efilti, 2023: 3).

Yavuzer (2009: 32) evliliği, eşlerin birbirlerine karşı derin bir bağlılık hissettiği, evrensel bir ilişki olarak tanımlamaktadır. Bunun yanı sıra evliliğin toplumsal üretimi düzenleme işleviyle toplumun çekirdeğini oluşturan kıymetli bir yapı olarak varlığını sürdürdüğünü de belirtmektedir.

Yavuzer'i destekler nitelikte Özgüven (2000: 68) ise evliliği, iki bireyin derin bir bağlılık ve sevgi ile bir araya gelerek, yaşam yolculuklarını paylaşmayı seçtikleri, uzun soluklu ve meşakkatli bir süreç olarak tanımlamıştır. Bu süreç, eşlerin kendilerini gerçekleştirmeleri ve toplumsal bağlarını güçlendirmeleri için de bir ortam sunmaktadır (Gordon, 2024: 4).

Bireyler genellikle hayat arkadaşı isteme, ortak çocuk sahibi olma, mutlu bir yaşam sürme ve aile kurma isteği ile evlenmek istemektedirler. Bu isteklerle yola çıkan bireyler ancak karşı cinsin psikolojik ihtiyaç ve beklentilerini anlayarak, kendi egolarını yarıştırma durumuna girmeden, değişen toplumsal ve kültürel dinamiklere uyum sağlayarak uyumu yakalayabilmektedirler. Bu anlayışla hareket etmek, evliliğin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi ve eşler arası ilişkilerin güçlendirilmesi açısından önem arz etmektedir (Tarhan, 2012: 63). Aynı zamanda evlilik, eşlerin sosyal rollerini, ekonomik durumlarını ve psikolojik sağlıklarını etkileyen bir yapıdır

(Gürel ve Çopur, 2021: 639; Ümmet, 2017: 210-211;). Araştırmalar, sağlıklı evliliklerin eşlerin yaşam doyumunu artırırken psikolojik sağlığı üzerinde de olumlu etkiler yarattığını göstermektedir (Ümmet, 2017: 211; Kayabol vd., 2023: 310). Bu minvalde evliliğe bakılacak olunursa sağlıklı bir evlilik için ortak çaba ve dayanışma en vazgeçilmez unsurlardır diyebiliriz.

2.2.1. Evliliğin İşlevleri

Evliliğin işlevi, bireyler ve toplumlar üzerinde derin etkiler yaratan çok boyutlu bir kavramdır. Bu doğrultuda evliliğin işlevselliği önem arz etmektedir.

2.2.1.1. Bireylere Duygusal ve Sosyal Destek Sağlama

Nock (1998: 1-3) çalışmasında, evliliğin, eşlerin yalnızlık ve izolasyon duygularını azaltarak onlara bir amaç verdiği belirtilmektedir. Evlilik, eşlerin sağlıklı davranışları teşvik etmesine yardımcı olurken, riskli davranışlardan kaçınmalarını da sağlar. Bu bağlamda, evlilik, bireylerin yaşam kalitesini artıran bir yapı sunmaktadır.

Arkadaşlık, duygusal istikrar ve özellikle zor zamanlarda psikolojik sıkıntıya karşı bir tampon görevi de görmektedir. Araştırmalar, evli bireylerin evli olmayan akranlarına kıyasla daha düşük seviyelerde psikolojik sıkıntı yaşadıklarını, bunun büyük ölçüde eşlerinden aldıkları duygusal ve sosyal destek nedeniyle olduğunu göstermektedir (Hill vd., 2012: 1240; Holt-Lunstad vd., 2008: 242; Mthembu vd., 2017: 661). Bu koruyucu etki, evliliğin sağladığı arkadaşlık ve paylaşılan sorumluluklar sayesinde gerçekleşmektedir. Dolayısıyla evliliğin, yalnızlık duygularını hafifleterek, genel refahı artırdığı düşünülmektedir (Frech ve Williams, 2007: 953; Soulsby ve Bennett, 2015: 1352).

Olumlu evlilik etkileşimleri daha iyi ruh sağlığı sonuçlarıyla bağlantılıdır; çatışmalı ilişkiler ise psikolojik sorunları daha da kötüleştirebilir (Holt-Lunstad vd., 2008: 240; Overbeek vd., 2006: 286). Bu nedenle, bir eşin sağladığı duygusal destek yalnızca bireysel ruh sağlığına katkıda bulunmakla kalmaz, aynı zamanda çiftin dış stres faktörlerine karşı dayanıklılığını da artırır (Lamb vd., 2003: 955; Meadows vd., 2008: 316). Genel olarak, kanıtlar evliliğin psikolojik refahı önemli ölçüde etkileyen duygusal ve sosyal destek kaynağı olduğu fikrini bir desteklemektedir.

2.2.1.2. Çocuk Yetiştirme ve Aile Birimini Oluşturma

Evlilik, çocukların sağlıklı bir ortamda büyümesi için gerekli olan istikrarlı bir aile yapısı sağlamaktadır (Kurniadi vd., 2023: 9-14). Erus ve Canel (2016: 157)' in yapmış olduğu çalışma, evli çiftlerin çocuklarına daha fazla kaynak ve destek sağlama eğiliminde olduğunu göstermektedir. Bu durum, çocukların sosyal ve duygusal gelişimlerini olumlu yönde etkilemektedir.

2.2.1.3. Ekonomik İstikrar Sağlama

Evlilik, eşlerin ekonomik kaynaklarını birleştirerek daha güçlü bir finansal yapı oluşturmasına olanak tanır (Hs, 2023: 63-69). Evlilik, eşlerin birlikte çalışarak daha iyi bir yaşam standardı elde etmelerine yardımcı olur.

Finansal istikrar, evlilik memnuniyetini artırmada önemli bir rol oynamaktadır. Araştırmalar, etkili finansal yönetimin evliliklerde mutlulukla doğru orantılı bir ilişkiye sahip olduğunu göstermektedir; çünkü finans konusunda açıkça iletişim kurabilen çiftler daha yüksek seviyelerde evlilik memnuniyeti yaşama eğilimindedir (LeBaron-Black vd., 2022: 1976).

Ayrıca, finansal stres faktörlerinin ele alınması evlilik sonuçlarını önemli ölçüde iyileştirebilir ve ekonomik istikrarın evlilik memnuniyetinin çok önemli bir belirleyicisi olduğunu göstermektedir (Abolghasemi, 2024: 8-9). Finansal sorunlarla karşı karşıya kalan çiftler, evlilikte çatışma yaşama açısından daha yüksek risk altındadır ve bu da finansla ilgili etkili çatışma çözme stratejilerine olan ihtiyacı vurgulamaktadır (Jackson vd., 2023: 181-182). Bu nedenle, iletişim ve karşılıklı anlayış yoluyla finansal istikrarın sağlanması, evlilik memnuniyetinin ve genel ilişki kalitesinin artmasını destekleyebilir.

2.2.1.4. Toplumsal Normlar ve Kültürel Değerler

Bireylerin sosyal kimliklerini güçlendiren evlilik, aynı zamanda toplumda saygınlık kazandıran bir yapı olarak da işlev görür (Melvin ve Jennings, 2014: 9).

Sosyal normlar ve kültürel değerler, farklı toplumlardaki evlilik uygulamalarını şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır. Kültürlerarası evliliklerde, çeşitli değerlerin bütünleştirilmesi ve aile yaşamına ilişkin vizyonların uyumlu hale

getirilmesi için eşler arasındaki açık iletişim önemli bir paya sahiptir (Farsalena, 2022: 454). Özellikle güçlü dini bağlılıkların olduğu bölgelerdeki kültürel baskılar, evlilik kalitesine ilişkin algıları ve eşlere yüklenen beklentileri etkileyebilir (McDonald vd., 2020: 70). Örneğin, Bangladeş'in kırsal kesimleri gibi bölgelerde, kültürel değerler evliliklerin zamanlamasını ve doğasını belirleyerek, diğer topluluklara kıyasla daha erken yaşlarda evliliklerin yapılmasına yol açar (Uddin, 2015: 141-164). Erken evlilik genellikle farklı etnik gruplar arasında önemli ölçüde değişebilen ailevi beklentiler ve toplum normları gibi sosyo-kültürel faktörler tarafından da yönlendirilmektedir (McDougal vd., 2018: 2; Uddin, 2015: 162).

2.3. Evlilik Uyumu

Evlilik uyumu alan yazında sıkça çalışılan ve evliliklerin sürdürülebilirliği için gerekli olan önemli bir kavramdır. Bu nedenledir ki sıkça araştırmalara konu olmaktadır. Ailenin temeli olarak kabul edilen evliliğin sağlıklı, mutlu ve sürdürülebilir bir şekilde devam etmesi evlilik uyumunun bir sonucudur (Acer, 2020: 6). Evlilik uyumu, eşlerin birbirlerine yönelik tutumları ile ilişkiye dair duygusal ve düşünsel yansımalarını içeren kapsamlı bir kavramdır (Ünal ve Akgün, 2022: 323-324; Yılmaz ve Kağan, 2022: 85). Bu uyum, duygusal bağların güçlenmesine, çatışmaların etkili bir şekilde çözülmesine ve genel olarak evlilik memnuniyetinin artmasına katkı sağlar.

Özgüven, 2001 yılında yapmış olduğu çalışmasında, eşler arasındaki uyum, anlayış ve ilişkilerindeki sürekli mutluluğun sağlanmasının, belirli bazı temel ilkelerde mutabakat sağlamalarına dayandığını ifade etmiştir. Bu temel ilkeleri aşağıdaki gibi sıralamıştır:

- Eşlerin, evliliklerinde birbirlerine karşı saygı, sevgi ve hoşgörü göstererek, ilişkilerindeki kişisel görev ve sorumlulukları yerine getirme arzusu duymaları ve bunun için çaba göstermeleri,
- Huzurlu ve mutlu bir evlilik ile bunun sürekliliği için eşlerin ilişkilerinde birbirlerine karşı dürüst olmaları,
- Hislerini paylaşmaları, karşı tarafın duygularını anlamaya gayret etmeleri,

- İlgi ve şefkatlerini ifade ederken cömert olmaları,
- Hoşlandıkları ve hoşlanmadıkları durumları gönül rahatlığıyla eşlerine ifade edebilmeleri,
- Tercih ve seçimleri konusunda birbirleriyle istişare edebilmeleri,
- Birbirlerinin anne babalarına saygı göstermeleri,
- Cinsel hayatlarını renkli ve canlı tutmaları,
- Dışarıdaki sosyal ilişkilerine gerekli hassasiyeti ve önemi vermeleri,
- Hayalperest bir tutum sergilemektense, gerçekçi bir bakış açısına sahip olmaları ve aile olduklarının bilincinde olmaları gerekir (Özgüven, 2001: 88-94).

Eşlerin birbirini sevmesi, evliliklerinde mutlaka uyumlu olacakları anlamına gelmemeli. Uyum, çiftlerin birbirlerini anlama, saygı gösterme ve birlikte zorlukları aşma becerilerinin bir sonucudur. Dolayısıyla, aşkın varlığı uyumlu bir ilişki için yeterli değildir; uyum, ilişkinin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi için gerekli olan bir başarıdır.

Uyumlu bir evlilikte, eşler sorumlulukları paylaşır, sorunlar karşısında eşit sorumluluk alır ve ortak çözümler üretirler. Uyumlu çiftler, evliliklerindeki temel konularda da görüşlerini rahatlıkla ifade ederek ortak bir sonuca ulaşırlar. Bu çiftler, sağlıklı iletişim kurarak, bireysel, çift ve ailevi konularda ortak düşünce geliştirme yeteneğine ve problemleri olumlu bir şekilde çözme kapasitesine sahiptirler (Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002: 35-41).

Tarhan (2006), doğru eş seçiminin yanı sıra, evlilik sistemine atfedilen anlamın ve beklentilerin karşılanma düzeyinin de evlilik uyumunda önemli bir yer tuttuğunu belirterek, beklentilerin gerçeklikle ne kadar örtüştüğü, kadın ve erkek rollerinin tanımlanması ve uygulanması, çiftler arasındaki anlam becerileri ile evlilik uyumu arasında güçlü bir ilişkinin varlığına da vurgu yapmıştır. Davranışların doğru algılanması incelenirken, eşlerin birbirlerine yönelik bilişsel düşüncelerinin önemi de dikkat çekmektedir.

Günay (2000: 4) tarafından yapılan bir araştırmada, bireylerin bilişsel düşünme tarzlarının evlilik uyumuna yansımasında farklılıklar oluştuğu belirtilmiştir. Uyum içinde evliliklerini sürdüren çiftlerle uyumsuzluk yaşayan çiftler arasında belirgin farklar olduğu gözlemlenmiştir. Uyumlu bir evlilik sürdüren çiftlerin ortak özellikleri, uyumsuz olarak tanımlanan çiftlere göre daha yüksek seviyelerde bulunmuş; bu durum eşlerin, iş birliği, fikir uyumu, duygularını ifade etme düzeylerinin de yüksek olduğunu göstermektedir (Johnson, Amoloza ve Booth, 1992: 586).

Araştırmalar, sağlıklı bir evliliğin psikolojik ve fizyolojik sağlıkla yakından ilişkili olduğunu göstermektedir (Prigerson vd., 1999'dan akt., Ünal ve Akgün, 2022: 326). Öyle ki, mutlu çiftlerin boşanmış veya mutsuz çiftlere göre daha uzun ve sağlıklı bir yaşam sürdükleri de çalışmalarla desteklenmiştir (Gottman ve Silver, 2013'ten akt., Ünal ve Akgün, 2022: 323).

Evlilik uyumu, eşlerin mutluluğunun yanı sıra, evlilik bağı ile oluşan aile içerisindeki her bireyi etkilemektedir. Çocuklar, anne babalarının ilişkilerine oldukça duyarlıdır ve uyumlu ebeveynlerin çocukları, benlik değerlemelerini olumlu yönde yaparken, uyumsuz ebeveynlerin çocukları olumsuz bir benlik değerlendirmesi yapma eğilimindedir (Yılmaz, 2001: 52). Bu nedenle, evlilikte uyumun sağlanması, ailenin ve dolayısıyla toplumun sağlığı açısından önemlidir.

Bireyler, eşleriyle dertlerini ve sevinçlerini paylaşmak, zor zamanlarda destek bulmak ve fikirlerine saygı duyan bir eşle birlikte olmak istemektedir (Yıldırım, 2007: 17). Eşlerin yaşamlarında birbirlerine destek olmaları, mutluluğun ve uyumun vazgeçilmez unsurlarıdır (Yavuzer, 2009: 54).

Eşlerin yaşam tarzı, ruh hali ve dünya görüşü, hayattan beklentileri gibi farklılıklar, evliliğin temel dinamiklerini oluşturan önemli unsurlardır (Sungur, 2017: 91). Bunun yanı sıra din, dil, mezhep, ırk ve etnik köken gibi unsurlarda eşlerin seçimlerinde etkili olmaktadır (Tarhan, 2012: 25).

Dolayısıyla, bireylerin kendilerini tanıması, ilişkiden ve hayattan beklentilerini net bir şekilde belirlemesi ve eş seçiminde karşıdaki kişinin özelliklerini göz önünde bulundurması evliliğin uyumu için önemli faktörlerdir (Bacanlı, 2001: 14). Elbette ki her birey evliliğinde, hayatını anlamlı ve tatmin edici bir şekilde sürdürebilmeyi ister,

fakat bazen istenmedik sorunlarla da karşılaşılabilir (Sungur, 2017: 31). Bu bağlamda, bireylerin eş seçimden önce kendilerine sormaları gereken sorular arasında "Hayatımda neler yapmak istiyorum?", "Neler beni mutlu ediyor?" ve "Önceliklerim neler?" gibi sorular yer almaktadır (Warren, N.C. 1999: 14). Eş seçimi bireylerin gelecekteki yaşamlarının şekillenmesine etki edeceği için çok hassas olan, derinlemesine analiz edildikten sonra alınması gereken bir karardır. Çünkü birey, hayat arkadaşı seçerken aynı zamanda çocuklarının ebeveynlerini de seçmektedir. Bu nedenle, "eş" kavramı, yüzeysel bir tanımın ötesinde derin anlamlar taşımaktadır (Özer, 2016: 42).

2.3.1. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler

Evlilik uyumu, psikolojik, sosyal ve ilişkisel boyutlara kategorize edilebilen çeşitli faktörlerden etkilenen çok boyutlu bir kavramdır. Bu faktörleri anlamak, evlilik memnuniyetini ve istikrarını iyileştirmek için çok önemlidir. Aşağıda, ilgili literatürle desteklenen evlilik uyumunu etkileyen faktörlerin bir sentezi yer almaktadır:

2.3.1.1. İletişim Becerileri

İletişim, insanların birbiriyle etkileşime girme biçimidir. İnsanlar iletişim kurarak duygularını, hissettiklerini, istedikleri ya da istemediklerini dile getirirler. Uzuntaş (2013: 25) yapmış olduğu çalışmada etkili iletişim için, anlatabilme ve anlayabilmenin önemini vurgulamıştır. Anlatabilmek için kişinin kendi düşünce ve duygu dünyasını iyi bilmesi ve karşıdaki kişi için empati yapabilmesinin en önemli kıstas olduğunu belirtmiştir. Bu minvalde evlilikte etkili iletişim için ilk önce eşlerin kendilerini ve birbirlerini iyi tanımaları gerektiği anlaşılmaktadır.

Evliliğin ilk dönemlerinde, eşlerin öncelikli istediği, birbirlerini mutlu edecek, anlayış ve saygı dolu bir yaşam tarzı inşa etmek ve tatmin edici cinsel birliktelikler geliştirmektir. Ancak, bu ilk dönemlerde karşılıklı beklentilerin ve isteklerin yeterince karşılanmaması, uzlaşmazlıklar ve hayal kırıklıkları gibi sorunlara yol açabilmektedir (Onur, 1997: 123-128). Eşlerin etkin iletişim kuramamaları neticesinde bu ve benzeri sorunların yaşanması kaçınılmaz gibi görülmektedir. Uzuntaş'ın (2013: 25) yaptığı çalışmada bu durumu desteklemektedir.

Alanyazın incelendiğinde, duyguları ve düşünceleri hakkında açıkça iletişim kurabilen çiftlerin daha yüksek evlilik memnuniyeti yaşadığı; kötü iletişim kuran çiftlerin ise yanlış anlaşılmalar yaşayarak, çatışmalarla karşı karşıya geldikleri belirtilmiştir (Doho ve Setiawan, 2022: 47).

Fitriani ve Arifah (2022: 100), etkili iletişim becerilerinin çalışan kadınlar arasında evlilik uyumuna önemli ölçüde katkıda bulunduğunu, ilişkilerde fikir birliği ve uyumun önemini vurgulamışlardır. Ayrıca yaptıkları çalışmada çalışan kadınların çalışmayan kadınlara kıyasla, eşleriyle geçirdikleri zamanın azaldığını düşünerek iletişim becerilerini geliştirdiklerini bulmuşlardır. Ayrıca, Nejatian vd., (2021: 7), gelişmiş iletişim becerilerinin evlilik tükenmişliğini azaltabileceğini ve bunun da duygusal boşanma olasılığını azaltabileceğini göstermiştir.

Bu, etkili iletişim becerilerine sahip çiftlerin, zayıf iletişim becerilerine sahip olanlara kıyasla daha yüksek evlilik memnuniyeti bildirdiğini bulan Rhenardo ve Setiawan'ın (2019: 106-114) çalışmalarıyla da desteklenmektedir. Etkili iletişim kurma becerisi yalnızca duygusal desteği beslemekle kalmaz, aynı zamanda ilişki içinde problem çözme yeteneklerini de geliştirerek daha fazla evlilik mutluluğuna yol açar (Ragul, 2023: 69).

Ayrıca, etkili iletişimin duygusal zekâ ile evlilik memnuniyeti arasındaki ilişkide aracı bir rol oynadığı gösterilmiş olup, daha yüksek duygusal zekaya sahip çiftlerin etkili bir şekilde iletişim kurmada daha donanımlı olduğunu göstermektedir (Masood ve Mazahir, 2015: 5-6). Bunların yanı sıra, eşlerin, içinde bulundukları sistemdeki rol ve sorumluluklarını içselleştirmeleri ve evliliğe bakış açılarının "ben" değil, "biz" olarak devam etmesi de evlilikte iletişimi etkileyen önemli bir unsurdur. İletişim sorunları, genellikle çiftlerin cinsiyetlerine dayalı olarak "biz" yaşamını benimsemekte zorlanmaları ve rollerine uygun davranmamalarıyla ilişkilendirilmektedir (Köknel, 1997).

Çalışmalar, iletişim becerilerinin evlilik uyumu için çok önemli olduğu iddiasını güçlü bir şekilde desteklemektedir.

2.3.1.2. Çatışma Çözme Stratejileri

Çatışmaları yapıcı bir şekilde çözme becerisi, evlilik uyumu ile pozitif yönde ilişkilidir. Uzlaşma ve taviz gibi yapıcı stratejiler kullanan çiftler, daha yüksek düzeyde evlilik memnuniyeti bildirmektedir (Kulik ve Havusha-Morgenstern, 2010: 193).

Çatışma çözme stratejileri, evlilik uyumunda önemli bir rol oynar ve evlilik içindeki genel kaliteyi ve memnuniyeti etkiler. Araştırmalar, çiftlerin çatışmaları yönetme ve çözme biçimlerinin ilişki dinamiklerini ve bireysel refahlarını önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir.

Örneğin, yapıcı çatışma çözme stratejileri kullanan çiftler daha yüksek ilişki memnuniyeti bildirme eğilimindeyken, yıkıcı veya pasif yaklaşımlar kullananlar genellikle ilişkilerini olumsuz değerlendirmektedir (Çağlayan ve Körük, 2022: 558; Özdemir vd., 2023: 74; Scheeren vd., 2014: 181).

Evlilik uyumunu artırmak için etkili bir strateji, evlilik kalitesini iyileştirdiği ve çatışma sıklığını azalttığı gösterilen aile eğitim programlarıdır. Bu tür programlara katılanlar genellikle daha uyumlu bir ilişki ortamına katkıda bulunan olumlu çatışma çözme stratejilerini daha fazla kullandıklarını bildirmektedir (Neumann vd., 2018: 2-3).

Ayrıca, affetme, çatışmaların olumsuz etkilerini azaltabildiği ve eşler arasında daha sağlıklı etkileşimleri teşvik edebildiği için çatışma çözümünde kritik bir bileşen olarak yer almaktadır (Paleari vd., 2010: 36).

Affetme ve affedilme, son yıllarda insanlar arasında daha fazla önem kazanan ve araştırmacılar tarafından derinlemesine incelenen konulardan biridir. Geçmişte affetme, daha çok başkalarına yapılan bir iyilik olarak algılanırken, günümüzde bu kavram, haksızlığa uğrayan bireyin psikolojik sağlığı açısından taşıdığı önem ve gereklilik üzerinden tartışılmaktadır. Bu değişim, affetmenin sadece başkalarına yönelik bir eylem değil, aynı zamanda kişinin kendi iç huzurunu sağlama ve duygusal iyileşme sürecinin bir parçası olduğunu vurgulamaktadır (Taş, 2023: 2-6).

Bu durum, affetmenin çatışma çözme stratejilerine entegre edilmesinin evlilik doyumunu artırabileceğini göstermektedir. Ek olarak, öz saygı, bağlanma stilleri ve

kişilik özellikleri gibi bireysel faktörler çatışma çözme stillerini ve dolayısıyla evlilik uyumunu önemli ölçüde etkiler.

Araştırmalar, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin yapıcı çatışma çözümüne girme olasılıklarının daha yüksek olduğunu, güvensiz bağlanma stiline sahip olanların ise kaçınma veya saldırganlığa başvurabileceğini göstermektedir (Çağlayan ve Körük, 2022: 558; Igbo vd., 2015: 492; Scheeren vd., 2014: 179).

Ayrıca, öz şefkat de olumlu çatışma çözme davranışlarıyla ilişkilendirilmiştir ve eşler arasında öz şefkatin güçlendirilmesinin daha etkili çatışma yönetimine ve gelişmiş ilişki memnuniyetine yol açabileceğini ileri sürülmektedir (Kaya vd., 2022: 609; Tandler vd., 2021: 96). Çatışmaları yapıcı bir şekilde anlamak ve ele almak için etkili iletişim bir evlilikte oldukça önemlidir. Açık iletişimi kullanan ve birbirlerinin bakış açılarını doğru bilen çiftlerin çatışmaları başarılı bir şekilde çözme ve tatmin edici bir evlilik ilişkisi sürdürme olasılıkları daha yüksektir (Özad vd., 2020: 305-306).

2.3.1.3. Duygusal Zekâ

Duygusal zekâ (EI), kişinin kendi duygularını ve başkalarının duygularını tanıma, anlama ve yönetme yeteneğini kapsadığı için evlilik uyumunu sağlamada da önemli bir rol oynamaktadır. Araştırmalar, daha yüksek duygusal zekâ seviyelerinin evlilik memnuniyetiyle pozitif ilişki içinde olduğunu ve güçlü duygusal becerilere sahip çiftlerin ilişkilerinin karmaşıklıklarıyla başa çıkmak için daha donanımlı olduğunu göstermektedir.

Eşlerde daha yüksek duygusal zekâ, duyguların daha iyi anlaşılmasına ve yönetilmesine katkıda bulunur ve bu da evlilik uyumunu artırır. Yüksek duygusal zekaya sahip çiftler, çatışmaları daha etkili bir şekilde yönetebilmektedirler (Pusparini, 2017: 30).

Goleman'ın duygusal zekâ çerçevesi, evlilikteki ilişkiler de dahil olmak üzere kişilerarası ilişkileri yönetmede empati ve sosyal becerilerin önemini vurgulamaktadır (Nadya vd., 2022: 55).

2.3.1.4. Bağlanma Stilleri

Bağlanma teorisi, erken çocukluk döneminde oluşan duygusal bağların romantik ilişkiler de dahil olmak üzere yaşam boyu kişilerarası ilişkileri etkilediğini öne sürer. Güvenli, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stilleri, bireylerin eşleriyle nasıl etkileşime girdiğini belirlemede önemli bir rol oynar ve bu da evlilik uyumunu etkiler.

Güvenli bağlanma, daha yüksek evlilik memnuniyeti ile ilişkilendirilirken, güvensiz bağlanma stilleri ilişkilerde çatışmalara yol açabilir (Tolan, 2021: 6108-6109). Araştırmalar, güvenli bağlanma stillerine sahip bireylerin daha yüksek seviyelerde evlilik memnuniyeti deneyimleme eğiliminde olduğunu göstermektedir. Örneğin, Napitu et al., güvenli bağlanmanın eşler arasında daha güçlü bir duygusal bağa ve iletişimi güçlendirerek uyumlu bir evliliğe zemin hazırladığını ileri sürmüştür (Napitu vd., 2023: 69).

2.3.1.5. Psikolojik İyi Oluş

Kaygı ve depresyon da dahil olmak üzere psikolojik sıkıntılar, evlilik uyumunu olumsuz etkiler. Yüksek düzeyde psikolojik sıkıntı yaşayan çiftler genellikle evliliklerinden daha düşük memnuniyet bildirirler (Trombello vd., 2018: 165; Yang, 2023: 1-2).

Araştırmalar, daha yüksek düzeyde evlilik uyumunun gelişmiş psikolojik iyi oluşla ilişkili olduğunu göstermektedir ve bu da ilişki dinamiklerini etkili bir şekilde yönlendiren çiftlerin daha fazla duygusal istikrar ve memnuniyet deneyimleme eğiliminde olduğunu göstermektedir (Brahmana, 2023: 349).

2.3.1.6. Dindarlık ve Paylaşılan Değerler

Dindarlık ve paylaşılan değerler, çiftler arasındaki ilişki dinamiklerini ve genel memnuniyeti etkileyerek evlilik uyumunda önemli bir rol oynar. Araştırmalar, benzer dini inançları paylaşan çiftlerin genellikle daha fazla evlilik memnuniyeti yaşadığını göstermektedir (Aman vd., 2019: 9-10; Sorokowski vd., 2019: 1-2).

Benzer şekilde başka bir çalışmada da ortak dini uygulamalara katılan çiftlerin genellikle daha yüksek düzeyde evlilik memnuniyeti yaşadıkları bildirilmiştir (Mirghafourvand vd., 2018: 973-974; Nadhirah ve Khotimah, 2022: 130). Paylaşılan

değerler ve dindarlığın etkileşimi, bu nedenle evlilik ilişkilerinde koruyucu bir faktör görevi görerek eşler arasında birlik ve amaç duygusunu güçlendirdiği görülmektedir.

2.3.1.7. Sosyoekonomik Statü

Evlilik uyumunu belirleyen bir diğer faktöründe sosyoekonomik statü (SES) olduğu görülmektedir. Araştırmalar, farklı sosyoekonomik geçmişlere sahip bireylerin evliliği farklı şekilde deneyimlediğini ve evlilik dinamikleri ve sonuçları üzerinde önemli etkileri olduğunu göstermektedir.

Daha yüksek SES genellikle gecikmiş evlilik ve daha düşük boşanma oranları ile ilişkilendirilir. Örneğin, daha yüksek SES geçmişine sahip bireyler yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde evlenme eğilimindedir ve bu da daha fazla duygusal olgunluk ve finansal istikrar ile bağlantılıdır ve bunların her ikisi de daha dayanıklı evliliklere katkıda bulunur (Brons vd., 2021: 470; Shafer ve James, 2013: 544).

Tersine, daha düşük SES geçmişine sahip olanlar, çatışmaları şiddetlendiren ve ilişki memnuniyetini azaltan ekonomik stres faktörleri nedeniyle daha yüksek oranda evlilik istikrarsızlığı yaşayabilir (Choi ve Marks, 2013: 903; Dupre vd., 2009: 546). Bu, ekonomik sıkıntıların evlilikte artan geçimsizliğe ve boşanma olasılığının artmasına yol açabileceğini öne süren bulgularla örtüşmektedir, çünkü mali sıkıntı genellikle evlilik içinde duygusal sıkıntıya ve çatışmaya dönüşmektedir (Arocho ve Dush, 2018: 1-2; Choi ve Marks, 2013: 903; Dupre vd., 2009: 546).

Ayrıca, evlilikle ilgili beklentiler önemli ölçüde sosyoekonomik faktörler tarafından şekillendirilmektedir. Araştırmalar, düşük SES geçmişine sahip bireylerin, yüksek SES' li akranlarına kıyasla evlilik konusunda farklı beklentilere sahip olabileceğini göstermektedir. Örneğin, düşük SES geçmişine sahip erkeklerin evlenmektense birlikte yaşama olasılıkları daha yüksektir (Manning ve Smock, 2002: 1065; Ono, 2009: 292).

SES bileşeni olarak eğitimin rolüne de vurgu yapılmaktadır. Daha yüksek eğitim düzeyi genellikle daha iyi evlilik sonuçları ile ilişkilendirilir, çünkü eğitim bireylere daha fazla ekonomik fırsat sağlar ve evlilikler içindeki çatışmaları iletişim kurma ve çözme becerilerini artırır (Choi ve Marks, 2013: 903; Mare ve Maralani, 2006: 542). Buna karşılık, daha düşük eğitim düzeyi sıklıkla daha düşük evlilik kalitesi ve

özellikle ekonomik olarak dezavantajlı topluluklarda daha yüksek evlilik dağılma oranları ile ilişkilendirilir (Choi vd., Marks, 2013: 903; Dupre vd., 2009: 546).

Mali stres, evlilikler içinde çatışmalara ve memnuniyetsizliğe yol açabilirken, istikrarlı ekonomik koşullar destekleyici bir ortamı teşvik edebilir (Jackson vd., 2017: 690). Birçok kültürde, aileler finansal istikrarı sağlamak ve ihtiyaç zamanlarında birbirlerine destek olmak için kaynakları bir araya getirirler (Keser, 2017: 401-421).

Gunawan ve Krisnatuti, daha düşük ekonomik baskının daha yüksek evlilik memnuniyetiyle ilişkili olduğunu ve bunun da finansal istikrarda sıklıkla evlilik anlaşmazlığına yol açan stres faktörlerini hafifletebileceğini göstermektedir (Gunawan ve Krisnatuti, 2022: 175).

2.3.1.8. Aile Dinamikleri

Aile dinamikleri, yalnızca eşler arasındaki ilişkiyi değil, aynı zamanda aile biriminin genel işleyişini de etkileyerek evlilik uyumunda önemli bir rol oynamaktadır. Araştırmalar, evlilik uyumunun aile dayanıklılığı ile pozitif ilişki içinde olduğunu göstermektedir ve bu da daha yüksek düzeyde evlilik memnuniyeti yaşayan çiftlerin ailevi zorluklar ve stres faktörleriyle başa çıkmak için daha donanımlı olduğunu göstermektedir (Cihan ve Var, 2022: 20270; Ningsih ve Herawati, 2017: 29-30).

Köken aile ve geniş aile içindeki dinamiklerin etkisi de evlilik uyumunu etkilemektedir. Destekleyici aile ilişkileri olan çiftler daha iyi evlilik memnuniyeti yaşama eğilimindedir (Ahmadi vd., 2020: 239).

Ana-baba ve diğer aile büyüklerini sevip saymak kültürümüzün değerli ve önemli bir yönüdür ancak bu durum eşlerin evlilik ilişkisini yönetmeleri konusunda engelleyici bir rol oynamamalıdır. Ülkemizde, toplumsal bir değer olarak çocukların ana-babalarına bağlılıkları pekiştirildiği için çocuklar yetişkin olup evlendiklerinde hala anne ve baba ilişkilerinden bağımsız bir şekilde kendi ilişkilerini yönetemeyebiliyorlar.

Yapılan araştırmalara göre, evli çiftlerle aileleri arasındaki geçimsizliğin sebep olduğu boşanma oranı yaklaşık %24'tür (Özgüven, 2010: 92). Bu durumda eşlerin ilişkilerine ana-babalarını ve diğer aile bireylerini karıştırmadan sorunları kendileri

konuşarak çözmeyi alışkanlık haline getirmeleri evlilik uyumu açısından yararlı olacağını düşündürmektedir.

2.3.1.9. Cinsel Hayat

Evlilik uyumu içindeki cinsel yaşam, iletişim, cinsel tatmin ve evlilik dinamiklerinin psikolojik etkileri de dahil olmak üzere çeşitli boyutları kapsayan çok yönlü bir konudur. Maraşlı (2014: 195) cinselliği, eşler arasında fiziksel, ruhsal ve duygusal bütünlüğü sağlayan bir eylem olarak tanımlamıştır.

Yapılan araştırmalar, eşler arasındaki etkili iletişim kalıplarının cinsel tatmini ve genel evlilik uyumunu artırmada önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Örneğin, Salehi et al., iletişim kalıplarının öz-farklılaşma ve cinsel tatmin arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini vurgulayarak, etkili bir şekilde iletişim kuran çiftlerin daha yüksek seviyelerde cinsel ve evlilik tatmini deneyimleme olasılığının yüksek olduğunu öne sürmektedir (Salehi vd., 2020: 154).

Saleh yapmış olduğu çalışmada, evlilik öncesinde çiftlerin cinsel odaklı evlilik danışmanlığı almalarının evlilikte cinsel tatminin sağlanması ve evlilik uyumunun artması anlamında önemli olduğu sonucuna varmıştır (Saleh, 2023: 220).

Ek olarak, Muhlisa yaptığı çalışmada, erkeklerdeki daha düşük cinsel tatmin düzeylerinin daha yüksek aldatma niyetleriyle ilişkili olduğunu ve cinsel tatminin evlilik sadakati ve istikrarı için ayrılmaz bir parça olduğunu göstermektedir (Muhlisa, 2023: 456-457).

Evlilik ilişkilerinin psikolojik yönleri de cinsel yaşamı şekillendirmede önemli bir rol oynar. Örneğin, genellikle karşılanmamış cinsel ihtiyaçlardan veya tatminsizlikten kaynaklanan duygusal tükenmişlik, evlilik tatminsizliğine ve potansiyel olarak ilişkinin çökmesine yol açabilir (Alsawalqa, 2019: 5-6).

Alanyazın incelenmesinden anlaşıldığı üzere iletişim, cinsel tatmin ve psikolojik sağlık arasındaki etkileşim, evlilik uyumu için kritik rol oynamaktadır.

Sağlıklı cinsel ilişkiler, bireylerin özsaygısını güçlendirir, stres seviyelerini düşürür ve duygusal bağlarını derinleştirerek, eşlerin genel mutluluğu üzerinde belirleyici bir rol oynar ve yaşam kalitesini artırır (Ersevim, 2008: 411).

2.3.1.10. Yaşam Stres Faktörleri

Yaşam stresi faktörleri evlilik uyumunu önemli ölçüde etkiler ve hem evlilik memnuniyetini hem de genel ilişki kalitesini etkiler. Yapılan çalışmalar incelendiğinde, ekonomik baskı, ebeveynlik sorumlulukları ve dışsal günlük sıkıntılar dahil olmak üzere çeşitli yaşam stresörlerinin evlilik stresinde artışa yol açarak, evlilik uyumunu azalttığı görülmektedir. Örneğin, ebeveynlik stresinin dinamikleri evlilik uyumunda önemli bir rol oynar.

Matalon vd., ebeveynlik stresinin evlilikte her iki eş için de daha az memnuniyete yol açabileceğini belirtmişlerdir (Matalon vd., 2022: 1798). Bu, çiftlerin ekonomik istikrarsızlık veya sağlık sorunları gibi ek stres faktörleriyle karşı karşıya olduğu bağlamlarda özellikle önemlidir.

Li ve Wickrama, eşler yüksek stresli dönemlerde birbirlerini rahatlatabildiklerinde, stresi yönetmede kendilerini daha yetkin hissettiklerini ve bunun da daha yüksek evlilik memnuniyetiyle ilişkili olduğunu açıklamaktadır (Li ve Wickrama, 2014: 200-203). Bu minvalde, bakım rollerinden kaynaklanan kronik stres, bakım yükünün, özellikle depresif semptomlarla birleştiğinde, evlilik memnuniyetini olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir (Tsai ve Jirovec, 2005: 8-9).

Ayrıca, iş kaybı gibi dış stres faktörleri de evlilik ilişkilerini zorlayabilmektedir. Stresi etkili bir şekilde yöneten çiftlerin daha iyi evlilik uyumu sürdürmeleri muhtemeldir (Göriş vd., 2016: 71).

Leong ve Juhari'nin araştırmaları, iş-aile çatışmasının evlilik memnuniyetini olumsuz etkilediğini, işin taleplerinin kişisel ilişkilere sıçrayarak gerginlik ve memnuniyetsizlik yaratabileceğini ileri sürmektedir (Leong ve Juhari, 2022: 53). Bu bulgu, iş memnuniyeti ve evlilik kalitesinin birbirine bağlı olduğunu ve olumsuz iş deneyimlerinin evlilik dinamiklerini etkilediğini belirten Rogers ve May tarafından da desteklenmektedir (Rogers ve May, 2003: 492). Bu nedenle, iş-yaşam dengesini yönetmek, evlilik memnuniyetlerini artırmak isteyen çiftler için esastır.

2.3.1.11. Kişilik Özellikleri

Kişilik özellikleri, evlilik uyumunda önemli bir rol oynar ve ilişki memnuniyetini ve istikrarını etkiler. Araştırmalar, uyumluluk, nevrotiklik gibi belirli kişilik özelliklerinin, çiftlerin evlilik uyumunu nasıl yönlendirdiklerinin önemli belirleyicileri olduğunu göstermektedir. Örneğin, yüksek uyumluluk seviyelerine sahip bireyler, evliliklerinde olumlu etkileşimler ve duygusal destek geliştirme eğilimindedir ve bu da evlilik memnuniyetini artırabilir (Lavner vd., 2018: 1195-1197).

Tersine, yüksek nevrotiklik genellikle artan evlilik çatışması ve memnuniyetsizliği ile ilişkilendirilir, çünkü bu özelliğe sahip bireyler duygusal düzenleme ve kişilerarası iletişimde zorluk çekebilir (Khalatbari vd., 2013: 872-873). Ayrıca, çalışmalar kişilik özelliklerinin zamanla, özellikle evlilik gibi önemli yaşam geçişleri sırasında değişebileceğini göstermiştir (Lavner vd., 2018: 1195-1197).

Bu, evlilik dinamiklerinin bireysel kişilik özelliklerini etkileyebileceğini ve bunun da evlilik ilişkisinin genel kalitesini etkileyebileceğini göstermektedir. Kişilik ve evlilik uyumu arasındaki etkileşim, ilişkisel deneyimlerle şekillendirilebilen gelişen faktörler olarak anlaşılmasının önemini vurgulamaktadır.

2.3.1.12. Kültürel Etkiler

Evlilik uyumu üzerindeki kültürel etkiler, iletişim stilleri, ebeveynlik uygulamaları ve toplumsal normlar gibi çeşitli faktörlerden oluşmaktadır. Araştırmalar, evlilik uyumunun, bir evlilik içindeki eşlerin beklentilerini ve davranışlarını şekillendiren kültürel bağlamlardan önemli ölçüde etkilendiğini göstermektedir.

Örneğin, birçok Asya toplumunda bulunanlar gibi kolektivist kültürlerde, aile uyumu ve desteğine vurgu, evlilik memnuniyetini ve uyumunu artırabilir. Bu, özellikle hamilelik gibi önemli yaşam olaylarında belirgindir; burada kültürel normlar daha yüksek düzeyde aile katılımı ve desteğini beraberinde getirir ve bu da gelişmiş evlilik dinamiklerine yol açar (Yang, 2023: 3).

Araştırmalar, ailelerinden ve arkadaşlarından yüksek düzeyde sosyal destek algılayan çiftlerin daha iyi evlilik kalitesi ve uyumu bildirme eğiliminde olduğunu göstermiştir (Khan ve Ahmad, 2018: 8; Ruiz-Marin vd., 2021: 1-2). Bu, özellikle çiftlerin geniş

aileyle yaşadığı bağlamlarda önemlidir, çünkü kayınvalide ilişkilerinin dinamikleri evlilik memnuniyetini önemli ölçüde etkileyebilir (Nadhirah ve Khotimah, 2022: 129).

Evlilikle ilgili kültürel normlar ve beklentiler, çiftlerin ilişkilerini nasıl algıladıklarını ve yönettiklerini şekillendirebilir. Güçlü evlilik normlarına sahip kültürlerden gelen çiftler, farklı baskılar ve beklentiler yaşayabilirler (Qadir vd., 2013: 2).

2.3.1.13. Evliliğin Yaşı ve Süresi

Yaş, evlilik süresi ve evlilik uyumu arasındaki ilişki, evlilik dinamiklerini anlamak için önemli bir araştırma alanıdır. Çalışmalar hem yaşın hem de evlilik süresinin, memnuniyet, uyum ve genel ilişki kalitesini kapsayan evlilik uyumunu belirlemede önemli roller oynadığını göstermektedir. Bu da olgunluk ve yaşam deneyiminin evlilik dinamiklerine olumlu katkıda bulunduğunu göstermektedir.

İyi uyum sağlayan çiftler genellikle uzun süreli, istikrarlı evlilikler yaşamaktadırlar bu da yaş ve deneyimin zamanla ilişkisel becerileri ve duygusal düzenlemeyi arttırabilmesinden kaynaklanmaktadır (Asfaw ve Alene, 2023: 553-555). Bıçakçı ve Türk'ün (2023: 437-439) bulgularıyla da bu sonuçlar desteklenmektedir. Ningsih ve Herawati (2017: 23) çalışmalarıyla evlilik uyumunun çiftin birlikte zorluklarla başa çıkma becerisinden etkilendiğini ve bunun genellikle deneyimle birlikte arttığının sonucuna ulaşmışlardır.

2.3.1.14. Sağlık Sorunları

Evlilik uyumu, evlilik içindeki bireylerin hem fiziksel hem de ruhsal sağlıklarını önemli ölçüde etkileyen ilişkisel dinamiklerin bir diğer yönüdür. Çok sayıda çalışma, sağlık sorunları ile evlilik uyumu arasında güçlü bir korelasyon kurmuştur ve sağlık sorunları yaşayan bireylerin genellikle daha düşük düzeyde evlilik memnuniyeti ve uyumu bildirdiğini göstermektedir.

Örneğin, Ulu ve Ertunç (2022: 226-227), sağlık sorunları olmayan bireylerin sağlık sorunları olanlara kıyasla önemli ölçüde daha yüksek düzeyde evlilik uyumu sergilediğini bulmuştur.

Bu bulgu, evlilik kalitesinin fiziksel ve ruhsal sağlıkla yakından bağlantılı olduğunu öne süren ve genel refah için sağlıklı bir evlilik ilişkisini sürdürmenin önemini vurgulayan literatürle tutarlıdır. Örneğin, Zerach vd. (2013: 223), iyi evlilik uyumunun daha yüksek öz saygı ve daha büyük genel refah ile ilişkili olduğunu vurgulayarak, sağlık sorunları ortaya çıktığında bu dengeyi bozabileceğini ve daha kötü evlilik sonuçlarına yol açabileceğini öne sürmüştür.

Ayrıca, çalışmalar kanser gibi kronik hastalıkların, hastalık ve tedavisiyle ilişkili psikolojik sıkıntı nedeniyle evlilik uyumunu önemli ölçüde etkileyebileceğini göstermiştir (Ruiz-Marin vd., 2021: 1-2). Bu sıkıntı, yaşam kalitesinin düşmesi ve evlilik çatışmasının artması olarak kendini gösterebilir ve ilişkinin dinamiklerini daha da karmaşık hale getirebilir. Dahası, depresyon gibi ruh sağlığı sorunlarının varlığı, evlilik çatışmalarını şiddetlendirebilir ve evlilik uyumunun daha da bozulmasına yol açabilir (Ranjan ve Gupta, 2018: 92-93).

Kronik sağlık sorunları evlilik uyumunu olumsuz etkileyebilir. Sağlık sorunlarıyla uğraşan çiftler genellikle çatışmalara ve memnuniyetsizliğe yol açabilen ek stresle karşı karşıya kalırlar (Ruiz-Marin vd., 2021: 1-2; Khaira vd., 2012: 317)

2.3.1.15. Kısırlık ve Aile Planlaması

Kısırlık, evlilik uyumunu ve aile planlamasını önemli ölçüde etkileyen çok yönlü bir sorundur. Kısırlıkla ilişkili psikolojik sıkıntı, çeşitli duygusal bozukluklara yol açarak çiftlerin yaşam kalitesini ve evlilik memnuniyetini etkileyebilir.

Araştırmalar, kısırlığın genellikle ilişkileri zorlayabilen ve genel refahı azaltabilen artan kaygı, depresyon ve evlilik çatışması düzeyleriyle bağlantılı olduğunu göstermektedir (Iordăchescu vd., 2021: 98; Kareem vd., 2023: 372; Sharma ve Shrivastava, 2022: 1-2).

Duygu Odaklı Çift Terapisinin (EFCT), kısırlık yaşayan çiftlerin duygusal düzenlemesini iyileştirmede etkili olduğu ve böylece evlilik uyumunu ve yaşam kalitesini artırdığı gösterilmiştir (Faghih ve Kazemi, 2019: 32; Simionescu vd., 2021: 1-2; Brigance vd., 2020: 72). Bu tür terapötik müdahaleler, çiftlerin kısırlıkla ilişkili duygusal çalkantılarda yol almalarına yardımcı olarak eşler arasında daha iyi iletişim ve duygusal destek sağlayabilir.

Yapılan çalışmalar, kısırlık tedavisi sırasında psikolojik danışmanlık alan çiftlerin daha düşük düzeyde sıkıntı yaşadıklarını ve ilişkilerinde daha yüksek memnuniyet duyduklarını göstermiştir (Simionescu vd., 2021: 1-2; Brigance vd., 2020: 72; Bright vd., 2020: 1-3).

2.3.1.16. Beklentiler ve Gerçekler

Evlilik uyumu, bireylerin ilişkiye dair beklentilerinin uyumlu bir şekilde sürdürülmesiyle doğrudan ilişkilidir. Beklentiler, yaşam tarzımızı belirleyen önemli unsurlar arasında yer alır ve bu beklentiler, bireylerin yetiştirilme koşulları, kişisel benlik yapıları, korkuları, ihtiyaçları ve özlemleri gibi birçok faktörden etkilenebilmektedir. Zamanla gelişen bu süreç, bireylerin düşünce ve davranış kalıplarını otomatik hale getirerek "beklenti zengini fakir bireyler" olmalarına yol açabilmektedir (Koç, 2018: 23-24). Bu durumda, bireyler, sahip oldukları kaynaklar ve fırsatlarla sınırlı kalırken, aynı zamanda daha fazla beklenti geliştirebilirler. Özellikle, maddi ve manevi tatmin arayışında olan bireyler, yüksek beklentilerle ilişkilerinde hayal kırıklığı yaşayabilirler.

Evlilikte, bu yüksek beklentiler ve sınırlı kaynaklar, çatışmalara ve iletişim sorunlarına neden olabilir. Çiftler, beklentilerini yönetemezse, bu durum evlilik uyumunu zayıflatabilir. Öte yandan, beklentilerin açıkça ifade edilmesi ve karşılıklı anlayış geliştirilmesi, evlilikte sağlıklı bir uyum sağlamak için kritik öneme sahiptir.

Araştırmalar, gerçekçi olmayan beklentilerin evlilikler içinde memnuniyetsizliğe ve çatışmaya yol açabileceğini, gerçekçi beklentilerin ise daha yüksek düzeyde evlilik memnuniyeti ve istikrarı ile ilişkili olduğunu göstermektedir (George vd., 2014: 7-8; Ali vd., 2020: 9). Ayrıca, yetişkinliğe geçiş, bireylerin evlilikle ilgili beklentilerini oluşturduğu kritik bir dönemdir.

Arocho'nun araştırması, genç yetişkinlerin genellikle arkadaşlık arzusu ve evliliğin yaşam hedeflerine ulaşmak için gerekli olduğuna olan inançları tarafından yönlendirilen evlilik için yüksek özlemlere sahip olduğunu göstermektedir (Arocho, 2019: 217). Ancak, ekonomik koşullar bu beklentileri azaltabilir, çünkü bireyler istikrarlı bir istihdam ve mali güvenlik olmadan evliliğe hazır hissetmeyebilirler

(Arocho ve Dush, 2018: 1-2). Özlemler ve ekonomik gerçeklikler arasındaki bu etkileşim, evlilik beklentilerinin karmaşıklığını ve bireylerin evliliğe girerken bu zorlukların üstesinden gelme gerekliliğini vurgular.

Ayrıca, cinsiyet rolleri ve toplumsal normlar evliliklerdeki beklentileri önemli ölçüde şekillendirmektedir. Ali vd., eş rolü beklentilerinin evlilik çatışmasına nasıl yol açabileceğini araştırarak, erkeklerin ve kadınların evlilik içindeki rollerine ilişkin farklı bakış açılarını vurgulamaktadır (Ali vd., 2020: 9). Bu, roller ve sorumluluklarla ilgili beklentilerin uyumlu bir ilişki kurmak için çok önemli olduğunu vurgulayan Fallahchai ve Fallahi'nin bulgularıyla da örtüşmektedir (Fallahchai ve Fallahi, 2019: 43).

Evlilik beklentileri ile evlilik hayatının gerçekliği arasındaki tutarsızlıklar da tatminsizliğe yol açabilir. Gerçekçi beklentileri olan ve bunları etkili bir şekilde ileten çiftler daha iyi uyum sağlama eğilimindedir (Be vd., 2013: 728; Bradbury vd., 2000: 964).

2.3.1.17. Ebeveynlik Tarzları

Ebeveynlik stilleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki, aile dinamiklerini ve çocuk gelişimini önemli ölçüde etkileyen karmaşık bir etkileşimdir. Araştırmalar, ebeveynlerin benimsediği ebeveynlik stilinin, evlilik memnuniyetleri ve genel aile işleyişi üzerinde derin etkileri olabileceğini göstermektedir. Özellikle, yetkili ebeveynliğin evlilik uyumu ile pozitif ilişki gösterdiği, otoriter ve izin verici stillerin ise daha düşük derecelerde evlilik memnuniyeti ve istikrar ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Greenlee vd., 2021: 955; Onyekuru, 2015: 137-138). Sıcaklık ve duyarlılık ile uygun davranış şekillerinin birleşmesiyle karakterize edilen yetkili ebeveynlik, evlilik uyumunu artıran destekleyici bir ortam yaratır. Bu durum, yetkili ebeveynlik uygulayan çiftlerin daha yüksek düzeyde evlilik memnuniyeti ve etkili ortak ebeveynlik bildirdiğini gösteren çalışmalarda özellikle belirgindir (Young vd., 2017: 331; Yu ve Gamble, 2008: 774-775). Evlilik uyumunun ebeveynlik üzerindeki etkisi, evlilik çatışmasının çocukların duygusal ve davranışsal sonuçları üzerindeki etkilerini inceleyen çalışmalarda daha da vurgulanmaktadır. Araştırmalar, yüksek evlilik çatışması olan ailelerden gelen çocukların genellikle içselleştirme sorunları

sergilediğini ve bu durumun uyumsuz ebeveynlik stilleriyle daha da kötüleşebileceğini göstermektedir (Xiao vd., 2021: 1761-1762).

2.3.1.18. Yaşam Geçişleriyle Başa Çıkma

Yaşam geçişleriyle başa çıkmak, özellikle hastalık, hamilelik veya diğer stres faktörleri gibi önemli yaşam olayları sırasında eşlerin bu süreci nasıl yönettikleri evlilik uyumunu etkilemektedir. Araştırmalar, çiftlerin birlikte stresle başa çıkma şekli olarak tanımlanan ikili başa çıkmanın, bu geçişler sırasında evlilik kalitesini ve memnuniyetini artırmada önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Örneğin, çalışmalar, her iki eşin de destekleyici davranışlarda bulunduğu etkili ikili başa çıkma stratejilerinin evlilik uyumu ile pozitif ilişkiye sahip olduğunu, olumsuz başa çıkma stratejilerinin ise ilişki üzerinde zararlı etkilere yol açabileceğini göstermiştir (Cai vd., 2020: 459).

2.3.1.19. Çatışma Sıklığı ve Yoğunluğu

Evlilik ilişkilerindeki çatışmaların sıklığı ve yoğunluğu, evlilik uyumunu etkileyen kritik faktörlerdir. Araştırmalar, evlilik çatışmasının dinamiklerinin, memnuniyet ve istikrar da dahil olmak üzere ilişkinin genel kalitesini önemli ölçüde etkileyebileceğini göstermektedir. Çalışmalar, yüksek düzeyde çatışma yaşayan çiftlerin, özellikle çatışmalar sık ve yoğun olduğunda, memnuniyetsizlik ve boşanma riskinin daha yüksek olduğunu göstermiştir (Birditt vd., 2010: 1200-1202).

Ayrıca, evlilik çatışmasının taşma etkisi çiftin ötesine uzanarak çocukları ve aile dinamiklerini etkileyebilir. Mastrotheodoros vd., evlilik çatışmasının yoğunluğunun ebeveyn-ergen ilişkilerine yansıyabileceğini ve evlilik etkileşimlerinin kalitesinin aile işleyişi için çok önemli olduğunu vurgulamaktadır (Mastrotheodoros vd., 2021: 354-356). Bu, yüksek düzeyde evlilik anlaşmazlığına maruz kalan çocukların uyumsuz davranışlar geliştirebileceğini ve bunun da aile içinde bir çatışma döngüsünü sürdürebileceğini gösteren bulgularla desteklenmektedir (Lindahl vd., Malik, 2011: 194).

2.3.1.20. Cinsiyet Rolleri

Cinsiyet rolleri, evlilik uyumunu önemli ölçüde etkiler, ilişki dinamiklerini ve eşlerin refahını şekillendirir. Geleneksel ve gelişen cinsiyet rollerinin etkileşimi, evlilikler

içinde hem zorluklar hem de fırsatlar yaratabilir. Çiftler özellikle karar alma ve finansal yönetimde net roller ve sorumluluklar belirlediklerinde, ilişkilerinde daha fazla uyum ve memnuniyet yaşama eğiliminde olmaktadırlar. Loscocco ve Walzer, geleneksel cinsiyet farklılaşmasının evlilik memnuniyetini baltalayabileceğini ve kocaların duygusal emeğe katılıp ev sorumluluklarını paylaştıklarında, bunun eşlerinin psikolojik refahını artırdığını öne sürmektedir (Loscocco ve Walzer, 2013: 8-10).

Ono yaptığı araştırmada, kadınların ekonomik katkılarının, özellikle belirgin cinsiyet rolü farklılaşmasının olduğu bağlamlarda, evliliklerde gerginliğe yol açabileceğini göstermektedir (Ono, 2003: 279-280). Cinsiyet rollerinin daha az eğitimli kadınların evliliklerinde eşitlikçi idealleri sürdürmede daha büyük zorluklarla karşılaştıklarını ve bunun potansiyel çatışmalara yol açtığını Pessin çalışmasında vurgulamıştır (Pessin, 2017: 37-39). Geleneksel cinsiyet rolleri evlilik dinamiklerini etkileyebilir. Rolleri ve sorumlulukları daha eşit bir şekilde müzakere eden çiftler genellikle evliliklerinde daha yüksek memnuniyet bildirmektedir (Tazkiya ve Puspitawati, 2022: 197-198).

Toplumsal cinsiyet rolleri, ilişkideki dinamikleri etkileyen önemli bir faktördür. Kadınlar genellikle ilişkide samimi bir yakınlık ve paylaşım ararken, erkekler becerikli ve güçlü olma hissini önemsemektedir. Bu farklılıklar, erkeklerin tatmin ve doyumlarını başarı üzerinden elde etmelerine, kadınların ise değer görme ve önemsenme ihtiyacına dayanmaktadır (Yalom, 2002: 12).

Cinsiyet farklılıkları üzerine yapılan çalışmalar, erkek ve kadın katılımcıların evliliğe dair algılarında önemli farklılıklar olduğunu ve bu doğrultuda kadınların geleneksel olarak evlilik ve aile rolüne daha fazla düşünerek ve hazırlık yaparak yaklaştıklarını göstermektedir (Stinnett, 1971'den akt., Larson, 1988: 7-9).

2.3.1.21. Çocukların Varlığı

Evlilikte çocukların varlığı evlilik uyumunu önemli ölçüde etkilediği hem evlilik ilişkisinin kalitesini hem de çocukların gelişimsel sonuçlarını şekillendirdiği düşünülmektedir. Araştırmalar, uyumlu bir evlilik ilişkisinin çocuklara duygusal ve psikolojik gelişimleri için çok önemli olan destekleyici bir ortam sağladığını

göstermektedir. Oematan aile uyumunun bireysel gelişim için temel bir unsur olduğunu ve çocukların hem şimdiki hem de gelecekteki yaşam sonuçlarını etkilediğini vurgulamaktadır (Oematan, 2022: 159-160).

Çocukların varlığı, çocukların ebeveynleri arasındaki istikrar ve olumlu etkileşimlerle karakterize edilen ortamlarda geliştiği için böyle bir uyuma olan ihtiyacı artırabilir. Örneğin, Young ve arkadaşları, evliliklerinde iyi uyum sağlayan çiftlerin daha olumlu ortak ebeveynlik ilişkileri deneyimleme eğiliminde olduklarını, bunun da aile bütünlüğünü artırdığını ve çatışmayı azalttığını bulmuştur (Young vd., 2017: 333-334).

Araştırmalar, çiftler yeni roller ve sorumluluklar arasında gezinirken, ilk çocuğun doğumundan sonra evlilik memnuniyetinin sıklıkla azaldığını göstermektedir (Wang, 2023: 135). Ancak, ortak ebeveynliğin kalitesi bu etkiyi aracılık edebilir ve olumlu ortak ebeveynlik uygulamaları daha yüksek evlilik memnuniyetiyle ilişkilendirilir (Liu ve Wu, 2016: 210). Ancak, engelli bir çocuğun doğması, anne ve babalar için duygusal bir travma yaratabilir. Bu durum, ebeveynlerin yaşadığı duygusal süreçleri karmaşık hale getirir ve kaygı, üzüntü ve bazen de suçluluk gibi olumsuz duyguların ortaya çıkmasına yol açabilir.

Ayrıca, engelli bir çocuğun bakımı, ebeveynlerin yaşamlarında önemli değişiklikler gerektirebilir. Bu değişiklikler, aile dinamiklerini, ebeveynlerin psikolojik sağlığını ve evlilik uyumunu etkileyebilir. Ebeveynlerin, çocuklarının ihtiyaçlarını karşılamak için gösterdikleri çaba, bazen ilişkilerinde gerginliklere neden olabilir (Solmuş, 2010: 417).

2.3.1.22. Empati

Empati, evlilik uyumuna ve memnuniyetine katkıda bulunan önemli bir faktördür. Alanyazında empati kavramı ile ilgili çok sayıda tanım bulunmaktadır. En genel olarak empati, bir bireyin kendisini başkasının yerine koyarak o kişinin perspektifinden olayları değerlendirmesi ve onun duygularını, düşüncelerini derinlemesine anlamaya çalışmasıdır. Bu süreç, karşıdaki kişinin hislerini ve

deneyimlerini hissetmeyi, bu anlayışı etkili bir şekilde iletmeyi içerir (Taş, 2023: 152-155).

Empati, sadece başkalarının hislerine duyarlılık göstermekle kalmaz, aynı zamanda bu anlayışla ilişkileri derinleştiren ve güçlendiren bir bağ kurma yoludur. Çiftler birbirlerine karşı empati deneyimleyebildiklerinde ve ifade edebildiklerinde, bu ilişki içinde duygusal yakınlığı, samimiyeti ve desteği arttırır. Empati, eşlerin birbirlerini daha iyi anlamalarına, duygularını açıkça paylaşmalarına ve onaylama ve özenle yanıt vermelerine yardımcı olur. Çalışmalar, daha yüksek empati düzeylerinin daha fazla evlilik doyumu ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Hyun ve Shin, 2009: 505-507).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma yöntemi ele alınmaktadır. Araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama yöntemi ve görüşme soruları, verilerin analiziyle ilgili ayrıntılı bilgiler bu bölümde yer alacaktır.

3.1.Araştırmanın Modeli

Çalışmada boşanmış kadınların evlilik uyumuna yönelik deneyimlerinin fenomenolojik bir araştırma deseni doğrultusunda analiz edilmesi amaçlanmıştır. Bu çerçevede evliliklerde yaşanan uyumsuzluklara sebep olan faktörlerin sebepleri ve sonuçlarını belirleyebilmek için, nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenoloji deseni uygulanmıştır.

Nitel araştırmalar, insanların deneyimlerini derinlemesine anlamak ve toplumsal yapıları keşfetmek için önemlidir. Aynı zamanda nitel araştırmalar, insana ilişkin düşünce ve davranışları toplumsal gerçeklikte ve doğal ortamlarda derinlemesine inceleme ve bütüncül bir bakış açısına da sahip olma olanağı tanır (Merriam ve Grenier, 2019: 37).

Fenomenoloji ise, günlük deneyimlerimizin anlamı veya doğası hakkında derinlemesine bir anlayışın kazanılmasını amaçlar (Patton, 2014: 104). Fenomenoloji, günlük yaşamımızda farkında olduğumuz ancak genellikle ayrıntılı bir şekilde anlamadığımız olgulara odaklanır. Bu olguları daha derinlemesine incelemek ve anlamak için fenomenolojik araştırma yöntemleri kullanır. Bu yaklaşım, bireylerin deneyimlerini anlamamıza ve yeni anlamların keşfedilmesine katkıda bulunur (Yıldırım ve Şimşek, 2016: 69).

3.2.Çalışma Grubu

Çalışmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olan kritik durum örneklemesi uygulanmıştır. Kritik durum örneklemesi, kritik bir durum veya durumların varlığını gösteren “bu burada oluyorsa, başka benzer durumlarda kesinlikle olur” veya tam tersi “bu burada olmuyorsa, başka benzer durumlarda kesinlikle olmaz” şeklinde ifade edilir (Patton, 1987’den akt., Yıldırım ve Şimşek, 2013: 138). Bu doğrultuda

boşanmış kadınların evlilik uyumuna dair deneyimlerini incelemek amacıyla yaş aralıkları 39-60 arasında olan 13 katılımcı araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Katılımcılara ait demografik özellikler aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

Tablo 3.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Cinsiyet	Yaş	Evlilik Yılı	Çocuk Varlığı	Çalışma Durumu
K1	43	11	1	Çalışmıyor
K2	44	12	1	Çalışıyor
K3	43	12	1	Çalışıyor
K4	42	9	1	Çalışıyor
K5	44	12	1	Çalışıyor
K6	60	20	2	Çalışmıyor
K7	56	15	1	Çalışmıyor
K8	58	23	2	Çalışmıyor
K9	41	5	2	Çalışıyor
K10	52	33	2	Çalışıyor
K11	41	11	2	Çalışıyor
K12	43	15	1	Çalışıyor
K13	39	11	1	Çalışıyor

*Katılımcıların isimleri gizlilik esasına dayanarak belirtilmemiştir. Katılımcıları belirtmek için "K1 ile K13" arasında kısa kodlar verilmiştir**.**

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenolojik desen uygulanmıştır. Verilerin toplanması araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formundaki soruların katılımcılara yöneltilmesi ile

gerçekleştirilmiştir. Yarı-yapılandırılmış görüşme, belirli bir konu hakkında katılımcılardan benzer türde bilgiler elde etmek için gerçekleştirilen bir görüşme biçimidir. Bu tür görüşmeler, önceden hazırlanmış sorularla yönlendirilirken katılımcılara da düşüncelerini ifade etme fırsatı sunar. Yarı yapılandırılmış görüşmede aynı zamanda, "Benim sormadığım ama sizin aklınıza gelen, sormam gerektiğini düşündüğünüz, eklemek istediğiniz şeyler varsa lütfen belirtin?" gibi genel bir toparlayıcı soru ile sonlandırılabilir (Rubin ve Rubin, 2012' den akt. Polat, 2022: 177). Bu yaklaşım, görüşmecinin katılımcıya önemli bulduğu eksik noktaları dile getirme fırsatı sunarak, kendi öznel bakış açısını ve yorumlarını da vurgulamasını sağlar. Ayrıca, görüşmenin aniden sona ermesindense, karşılıklı bir iş birliği ile anlatının daha zengin bir şekilde tamamlanmasına olanak tanır (Roberts, 2020'den akt. Polat, 2022: 177). Çalışmada boşanmış kadınların evlilik uyumuna dair deneyimlerini ele almak amaçlandığı için bu yöntemin kullanılmasının amaca ulaşmayı sağlayacağı düşünülmüştür.

3.4. Verilerin Toplanması

Görüşme formundaki sorular, boşanmış kadınların evlilik uyumuna ilişkin deneyimlerini baştan sona bütüncül biçimde anlamayı hedeflemesi bakımından tercih edilmiştir. İlk sorular evliliğin kuruluş aşamasındaki temel uyum alanlarına ve uyumun korunup güçlendirilmesine odaklanarak katılımcıların evlilik sürecindeki deneyimlerini tanımlamasına fırsat vermektedir. Sonraki sorular uyumsuzlukların ortaya çıkış nedenlerinden yönetim biçimlerine ve nihayetinde boşanmaya nasıl evrildiğine ışık tutmayı amaçlamaktadır. Boşanma kararı ve sonrası sosyal adaptasyon hakkındaki sorular ise katılımcıların karar mekanizmalarını ve boşanma sonrası karşılaştıkları zorlukları veya kolaylaştırıcı etkenleri derinlemesine ortaya koymaya yöneliktir. Bu şekilde, fenomenolojik araştırmanın gerektirdiği tüm aşamaları kapsayan, katılımcının yaşantısını kronolojik ve tematik açıdan ayrıntılı şekilde incelemeye elverişli bir çerçeve oluşturulmak istenmiştir. Bu kapsamda, yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan sorular aşağıdaki gibidir:

- Aile birliğinin kurulabilmesi için eşlerin asgari hangi konularda uyumlu olması gerekir?
- Evlilik uyumunu devam ettirmek ve bu uyumu güçlendirmek için neler yapılmalıdır?
- Evlilikteki uyumsuzluklar hangi durumlarda / şartlarda ortaya çıkmaktadır?
- Evlilikteki uyumsuzluklar nasıl yönetilmelidir?
- Evlilikteki uyumsuzluklar hangi aşamadan/durumdan sonra boşanmayla sonuçlanmaktadır?
- Boşanma kararlarını olumlu/olumsuz yönde etkileyen faktörler nelerdir?
- Boşanma sonrası sosyal hayata adaptasyonu zorlaştıran faktörler nelerdir?
- Boşanma sonrası sosyal hayata adaptasyonu kolaylaştırmak için neler yapılmalıdır?

İlgili alanyazında yapılmış olan çalışmalarda, evlilik uyumuna yönelik görüşlere başvurulurken benzer kapsam ve bağlamlarda sorular yöneltildiği anlaşılmaktadır. Örneğin, Güven ve Köroğlu (2023: 7) yapmış oldukları çalışmada katılımcılara şu soruları yöneltmişlerdir: *"İlk geçimsizlik süreciniz nasıl ve ne zaman başladı?", "Boşanma kararı vermenizdeki nedenler neler olmuştur?", "Boşanma sonrası sizde ve çocuklarınızdaki değişimler nelerdir?"*

Benzer şekilde İlhan ve Işık (2019: 1436) da yapmış oldukları çalışmada katılımcılara şu soruları yöneltmişlerdir: "*Evlendikten sonra evlilik yaşamına nasıl uyum sağladınız?", "Evlilik yaşamına uyum sağlamada zorluk çektiğiniz / sorun yaşadığınız konular oldu mu? Oldu ise nelerdir?"*

3.5. Verilerin Analizi

Nitel analizlerde güvenilirlik, elde edilen verilerin ve sonuçların tutarlılığı ile geçerliliğini sağlamak açısından önemlidir. Bu bölümde, araştırmada kullanılan veri analizi yöntemleri ve güvenilirlik sağlama stratejileri ele alınacaktır.

Araştırma verileri içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiştir. İçerik analizinde, elde edilen veriler kapsamlı bir şekilde incelenir ve bu süreçte temalar, kodlar ve kategoriler belirlenir. Elde edilen bu temalar, kodlar ve kategoriler doğrultusunda yorumlanır

(Yıldırım ve Şimşek, 2021). Bu doğrultuda, Şekil 4.1 de gösterilen tema ve alt temalara, bulgular kısmında detaylıca yer verilmiştir.

Sonuçların güvenilirliği, katılımcıların ifadelerinin derinlemesine incelenmesi ve elde edilen temaların karşılaştırılması ile güçlendirilmiştir. Araştırmanın bulguları, katılımcıların deneyimlerini yansıtacak şekilde sunulmuştur.

Ayrıca, araştırmanın güvenirliliği açısından genel bir ilke olarak, farklı kodlayıcılar tarafından analiz edilen verilerin benzerlik oranı oldukça önemlidir (Fidan ve Öztürk, 2015a' dan akt. Baltacı, 2017: 8). Bu oran, nitel araştırmanın güvenilirliğini belirleyen önemli bir faktördür. Miles ve Huberman' ın modelinde içsel tutarlılık olarak adlandırılan bu benzerlik, kodlayıcılar arasındaki fikir birliği ile ilişkilendirilir ve şu formülle hesaplanır: $\Delta = C \div (C + \partial) \times 100$. Burada, Δ güvenilirlik katsayısını, C üzerinde uzlaşma sağlanan konu veya terim sayısını, ∂ ise üzerinde uzlaşma sağlanamayan konu veya terim sayısını temsil eder.

Kodlama sürecinde içsel tutarlılığın sağlanabilmesi için kodlayıcılar arasında görüş birliğinin en az %80 olması beklenir (Miles ve Huberman, 1994; Patton, 2002' den akt. Baltacı, 2017: 8). Bu doğrultuda çalışmada, araştırmacının yanısıra alanda çalışan bir akademisyen de ikinci kodlayıcı olarak tüm çalışmayı derinlemesine okuduktan sonra katılımcı görüşlerini kodlamıştır. Miles ve Huberman güvenirlik formülü kullanılmış ve çalışmanın güvenirlik oranı %89,4 çıkmıştır.

Bu veri analizi süreci, nitel araştırmanın güvenilirliğini artırarak, elde edilen bulguların hem akademik hem de pratik alanda geçerli ve güvenilir olmasını sağlamıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amacına yönelik olarak geliştirilen görüşme formuyla yapılan yüz yüze ve telefon görüşmeleri neticesinde katılımcıların verdikleri cevaplarla elde edilen verilerin bulguları yer almaktadır. Katılımcılarla yapılan görüşmelerin içerik analizi sonucunda Tablo 4.1'de verilen temalar ve alt temalara ulaşılmıştır.

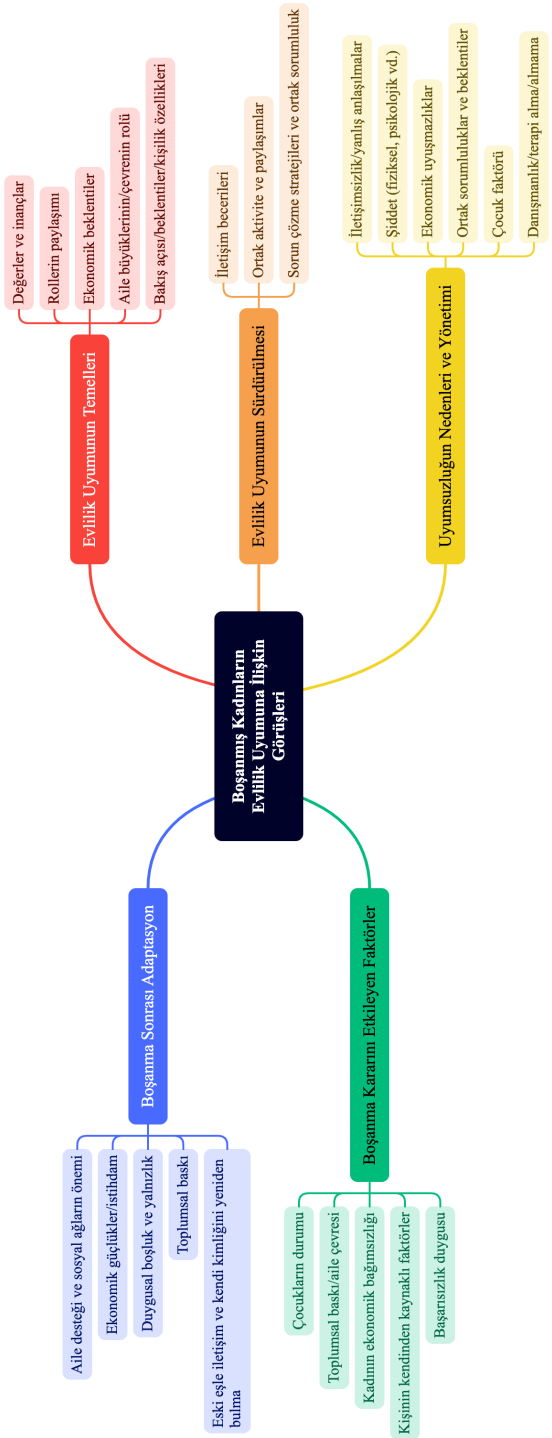
Tablo 4.1: Katılımcı Görüşlerinden Ulaşılan Tema ve Alt-temalar

Temalar	**Evlilik uyumunun temelleri**	**Evlilik uyumunun sürdürülmesi**	**Uyumsuzluğun nedenleri ve yönetimi**	**Boşanma kararını etkileyen faktörler**	**Boşanma sonrası adaptasyon**
Alt-temalar	Değerler ve inançlar	İletişim becerileri	İletişimsizlik/yanlış anlaşılmalar	Çocukların durumu	Aile desteği ve sosyal ağların önemi
	Rollerin paylaşımı	Ortak aktivite ve paylaşımlar	Şiddet (fiziksel, psikolojik vd.)	Toplumsal baskı/aile çevresi	Ekonomik güçlükler/istihdam
	Ekonomik beklentiler	Sorun çözme stratejileri ve ortak sorumluluklar	Ekonomik uyuşmazlıklar	Kadının ekonomik bağımsızlığı	Duygusal boşluk ve yalnızlık
	Aile büyüklerinin/çevrenin rolü		Ortak sorumluluklar ve beklentiler	Kişinin kendinden kaynaklı faktörler	Toplumsal baskı
	Hayata bakış açısı/Beklentiler/kişilik özellikleri		Çocuk faktörü	Başarısızlık duygusu	Eski eşle iletişim ve kendi kimliğini yeniden bulma
			Danışmanlık/terapi alma/almama		

Analiz sonucunda 5 tema belirlenmiştir. Bunlar "Evlilik Uyumunun Temelleri", "Evlilik Uyumunun Sürdürülmesi", "Uyumsuzluğun Nedenleri ve Yönetimi", "Boşanma Kararını Etkileyen Faktörler" ve "Boşanma Sonrası Adaptasyon" dur.

Şekil 4.1. Boşanmış Kadınların Evlilik Uyumuna İlişkin Görüşleri

Boşanmış kadınların evlilik uyumuna ilişkin görüşlerinin yer aldığı Şekil 4.1' de belirtilen tema ve alt temalar aşağıda katılımcı görüşleri ile detaylıca açıklanmıştır.



4.1. Evlilik Uyumunun Temelleri

Değerler ve inançlar alt temasında katılımcılar, eşlerin kültür, değerler ve yaşam tarzı açısından uyumlu olmalarının gerekliliğini ifade etmişlerdir. Bireyler yetiştikleri ailedeki davranış örüntülerini kendi kurdukları ailede de devam ettirme eğiliminde olacağı için aile faktörü önemlidir. Bu durum, aile birliğinin sağlıklı bir şekilde kurulmasına ve sürdürülmesine yardımcı olmaktadır.

> *Sosyoekonomik ve sosyokültürel olarak uyumlu olmaları gerekiyor. Kişisel gelişim anlamında, kendilerini geliştirme noktalarında, farkındalıklı hayata bakışları noktasında, uyumlu olmaları gerekiyor. Yetiştiriliş biçimlerinin uyumlu olması gerekiyor. Yani hani bu uyumlu derken birebir aynı olması tabii ki mümkün değil. Şimdi hiç bilmiyorum ama belli bir noktada uzlaşma sağlanıyor olması uyum için çok önemli bence. Kök ailelerin belli bir denklik içerisinde olması gerekiyor. Çünkü bir hayat görüşünü paylaşmaları gerekiyor bence. O çok temel bir şey. Birçok şeye olan bakış açısını etkiliyor insanın. (K13)*

> *Yani mesela ikimiz de üniversite mezunuyduk ama yetiştiğimiz aile kültürü bakımından ikimiz de çok farklıydık. Daha sonrasında aynı evin içine girdiğimizde o kültür farklılıkları ortaya çıkmaya başladı. Çünkü sen ailenden farklı görgü görüp almışsın o farklı almış ve böyle olunca çatışma yaşanıyor evin içinde. Yani ona normal gelen şeyler size normal gelmiyor. Size normal gelen ona normal gelmiyor. Ben köyde büyüdüm, yetiştim. Benim için aile, büyükler çok önemliydi. Benim daha böyle geleneksel bir yapım vardı. O daha Avrupa'yı mı diyeyim? Çok fazla böyle hani akraba, eş, dost bilmeyen, tanımayan…yani bayramlarda mesela, en basiti Kurban Bayramı, Ramazan Bayramı, o bu tatillerde, tatile gitmeyi düşünürken, ben bu tatillerde ailemle, büyüklerimle, akrabalarımla geçirdiğim için hep evlenmeden önce bu değerlerin daha önemli olduğunu düşünüyordum. O yüzden de ben tatile gitmeyi uygun görmüyordum mesela. (K4)*

> *Yetişilen aile durumları ve ortamlarının da benzer olması çok önemli.(K9)*

Rollerin paylaşımı ve ekonomik beklentiler alt kategorisinde katılımlar, maddi güvenceden çocuk bakımı gibi konularda ortak kararların alınmasının önemli olduğunu belirtmişlerdir.

Maddi güvence ve çocuk bakımı ile ilgili ortak kararlar yani çocuğun geleceği ile ilgili o çocuk yetiştirmekle ilgili ortak kararlar. Bunlar kıymetli. (K12)

Ekonomik olarak, karşıdaki kişiyle birbirine yakınsa, arada çok büyük farklar yoksa, zaten gezip tozduğun yerler bile aynıdır. O zaman bir uyumu sağlayabilirsin. Yani şöyle söyleyeyim, akşam eğlencesine çıktığın zaman Taksim'e çıkmak vardır, Bebek'e gitmek vardır. Onu demek istiyorum. Sen hep Taksim'e alıştıysan Taksim'e gidersin. Ama hep bebeğe alıştıysan, iki seferden sonra Taksim'e gitmek istemezsin. (K6)

Eğer bütçeler ayrı değilse ki ayrı olsa bile bence maddi anlamda uyum önemli. Şöyle yani bütçenin nasıl yönetileceği. Biri 100 kazanıyordur, biri 5 kazanıyordur ama bunu yönetme konusunda ortak karar alabilmek lazım. Bütçe tek mi olacak? Ayrı ayrı mı olacak? O konuda ortak karar almak lazım. (K2)

Aile faktörü de evlik uyumunu önemli derecede etkileyen bir başka alt temadır. Katılımcılar ailelerin gelenek ve göreneklerinin, hayata bakış açılarının birbirine yakın olması gerekliliğini vurgulamışlardır. Bu ailelerinin birbirlerinin davranışlarını anlamlandırabilmek adına önemlidir. Ayrıca, ailelerin evliliği onaylayıp onaylamaması ve çocuklarının evliliklerine müdahale etmesi de evlilik uyumu için önemli olan bir başka unsurdur.

Bazı aileler çocuklarını, özellikle erkek çocuklarını hala bir çocuk gibi görüp onların evliliklerinin içinde yaşıyorlar. Mesela en basiti. Bir yere gitmelerine bile karışıyorlar. Gezmelerine karışıyorlar. Sürekli arayıp kontrol ediyorlar. Sonra ne zaman çocuk yapacaklarına karışıyorlar. Sadece karı koca arasına girmiyorlar. Erkek annesi babası kadının annesi babasıyla tartışıyor. Çünkü o kadar çok içinde oluyorlar ki her şeyin. (K3)

Bir kere ailelerin birbirlerine uyumlu olması gerekiyor. Yani kız tarafı, erkek tarafı. İlk önce zaten olay orada başlıyor. Eğer onlar uyumlu olursa, süreç kolay gidiyor, uyumlu oluyor. Yani mesela ben diyeyim şimdi, kızımdan örnek vereyim. Kızım farklı

bir mezhepten birisi ile evli. Yani senin erkek tarafını, erkek tarafının da senin kızını sevip sayması lazım. (K8)

Yani eşinin ailesi de senin ailenin de uyumlu olması gerekiyor. Uyumsuzluk varsa muhakkak bir yerde bence fire veriyor. Yani istedikleri kadar işte aileler görüşmüyor olsun, sonuçta o başka bir ailede yetişti, sen başka bir ailede ve o genetikleri taşıdığın için eşinle de bir yerlerde çatışıyorsun. Bazı insanlar aynı memlekette olup anlaşamayabiliyor da ama yine de memleket falan değil, görgü ve bence eğitim düzeyi de aynı olmalı. Yaşam, hayata bakış açısı, siyasi görüş. Mesela benim ailemle eski eşimin ailesi siyasi görüşü olarak da hiç birbirlerine uymuyorlardı. Bir araya geldikleri zaman özellikle iki tarafta o konuyu açmamaya çalışıyordu çünkü gerginlik çıkıyordu. (K1)

Onlar beni hiç istemedi. Biz nişanlandık. Bir hafta sonra beni öylesine istemeye gelmişler. Çocuklarının gönlünü yapmışlar. Nasıl olsa nişanı atar diye düşünmüşler. Beni hiç istemediler. Oğullarını reddettiler hatta. (K1)

Mesela siyasi görüşlerinin bile aynı olması gerekiyor bana sorarsan. Siyasi görüşlerinin, eğitim seviyelerinin, anne babalarının eğitim seviyelerinin... Yani ben demiyorum ki biri yüksek lisanslıysa annesi, öbürünün de annesi yüksek lisanslı olsun ama birinin annesi yurt dışında okuduysa öbürünün annesi ilkokul mezunu, ortaokul mezunu olmasın mesela. Biz bu ortam içerisinde büyüdük ya, normallerimiz içinde büyüdüğümüz ortam oluyor. Onun normali o oluyor, benim normalim bu oluyor. Aşk, sevgi işte ne bileyim ne dersiniz, cinsel çekim, kadın erkek arasındaki farklı çekimler bir yerden sonra yeterli olmuyor. Bir yerden sonra bireylerin normalleri farklılaştıkça ona göre o çok normalken bana göre başka bir şey çok normal olduğunda bir yerde buluşmak daha zorlaşıyor. (K13)

Hayata bakış açısı, beklentiler ve kişilik özellikleri alt temasında katılımcılar, eşlerin ortak hedeflere sahip olmalarının evlilik uyumunu etkileyen önemli bir faktör olduğunu dile getirmişlerdir. Gelecek hedeflerinin uyumlu olması, çiftlerin hayatlarını birlikte planlamalarına ve bu süreçteki çatışmaları azaltmalarına yardımcı olur.

İnsanların öncelikli olarak maddi düzeylerinin, kültürel ve aile yapılarının ya da eğitim düzeylerinin birbirine eşit olması beklense de ben aslında ilk uyumun gerçekten karşılıklı çekime dayalı olduğuna inanıyorum. Bazen hiç anlamsız ve insanların sizi uygun görmediği kişilerle siz ruhi olarak bir buluşma hissedebilirsiniz. Bir yakınlık hissedebilirsiniz. Dolayısıyla gerçekten gönlünüzün koşulsuz olarak seçtiği biriyle zor bir süreç olan evlilikte yürümek daha kolay. (K9)

Şimdi... Benim evliliğimde biraz kaçış oldu çünkü benim çocukluktan ergenlik dönemime kadar çok rahat geçmedi ailemin içinde. Sanki bir kaçış olarak görenler de var evliliği. Yani seviyorsun sevgisizliği yaşadığın için onun sana verdiği sevgiyi böyle sahtede görmüyorsun çok şey görüyorsun. Soğan ekmekte yerim diyorsun. Ama öyle olmuyor. Öyle olmuyor. Kesinlikle öyle olmuyor. (K11)

Kendini ifade edemiyordu yani. Annesinin babasının yanına ben geldim ilk evlendiğimizde. Kendini ifade edemiyordu eşim. Hani benim şu anki yeni nesle diyeceğim, ayakları üzerinde kendi duran bir erkekle bu yola çıksınlar. Anne babası himayesi altında olmadan kendi ayakları üzerinde duran bir insan eşine de her türlü sahiplik yapar. Mesela ben kayınvalidemin yanında olduğum için eşim bana kendi duygularını açamıyordu. Ya da istediği bir yemeği söyleyemiyordu. Annesi müdahale ediyordu. (K10)

Birbirlerini tanıyor ve bu konularda birbirlerini destekliyorlarsa evliliğin başında o gerekir yani. Bunlar uyumsuz olsa bile bunları bilmeleri, kabul etmeleri ve bu yönde hareket edeceklerine dair birbirlerine söz vermeleri uyumlu olmalarını sağlar. (K2)

4.2. Evlilik Uyumunun Sürdürülmesi

İletişim becerileri alt temasında katılımcılar, sorunların birlikte çözülmesi gerektiğini ve tarafların birbirlerini dinleme yeteneğine sahip olmaları gerektiğini vurgulamışlardır. İletişimde empati kurmak, duygusal bağların güçlenmesine yardımcı olurken, karşılıklı saygıyı da artırmakta olduğu vurgulanmıştır. Evlilikte etkili iletişim, sorunların çözülmesi ve karşılıklı anlayışın sağlanması için kritik öneme sahiptir. Katılımcılar, kadınların duygusal ihtiyaçlarının ve beklentilerinin erkekler tarafından doğru anlaşılamadığını ifade etmişlerdir. K4'ün belirttiği gibi, kadınların yalnızca

anlaşılmak istedikleri ve bu anlayışın sağlanamaması durumunda iletişim kurmaktan vazgeçtikleri görülmektedir. Bu noktada, empati ve karşılıklı hoşgörünün evliliği ayakta tutan unsurlar olduğuna dikkat çekilmektedir.

K2 ise, açık iletişimin yanı sıra anlayışın da önemli olduğunu vurgulamaktadır. Evliliğin bir sorumluluk olarak algılanması, tarafların ilişkilerini yönetmelerinde yardımcı olmaktadır. Açık iletişim, sorunların çözümüne yönelik bir zemin oluştururken, karşılıklı destek de bu sürecin sağlıklı yürütülmesine katkı sağlamaktadır. Katılımcılara ait bazı görüşler aşağıda yer almaktadır.

> *Acık iletişim. Sorunları çözebilme becerisini geliştirmek gerekiyor. Ve bence bir dengesini sağlamak gerekiyor. (K12)*

> *Sonuçta kadınlar ve erkekler farklıdır. Çünkü mesela üzülürüz. Sadece bir sarılsın isteriz. Bizim problemimizi çözmesin. Sadece bizi anlasın falan diye böyle bir duygusal şeyimiz vardır ya bizim. Bunu isteriz. Ama o, ona bunu anlattığında işte sen de şöyle diyorsun böyle diyorsun falan filan der. Hiç seni anlamaya çalışmaz falan. Bence bir evliliği ayakta tutan şey iletişim, empati, işte karşılıklı hoşgörü. Biz kadınlar karşımızdaki bizi anlamadığını düşündüğümüz zaman artık konuşmaktan vazgeçiyoruz. Konuşuyoruz, konuşuyoruz sonra bakıyoruz ki karşımızdaki bizi dinlemiyor ya da dinliyor gibi yapıyor ama anlamıyor. Sonra artık vazgeçiş başlıyor kadın için. Ya diyor boşver artık bu böyle, bunu böyle kabul edelim. Ama yolumuza bu şekilde de devam ediyoruz. (K4)*

> *Değerli olduğunu hissettirebilmek. Sadece kişinin kendini değerli hissetmesi yetmiyor. Öyle bir şey ki sen ne kadar değerli hissedersen hisset, karşı taraf bunu manipülasyon olarak ama bilerek ama bilmeyerek, isteyerek ya da kendindeki değersizlik duygusu yüzünden karşı tarafı değersizleştiriyor. Bu sefer kişi ne kadar böyle güzel noktalarda olsa da muhteşem bir noktada olsa da ister istemez insanın beyni o manipülasyona uğruyor. (K11)*

> *İletişim çok önemli. Karşılıklı ama anlayış da lazım. Yani iletişim kuruyorsun ama karşıdaki bunu anlıyor mu, ne kadar anlıyor. Ondan anladığından da emin olmak lazım. Önce evliliğe devam etme niyeti de olması lazım ki uyumsuzluklar çözülebilsin. Evliliği hayatında bir yük olarak değil de bir hayat yoldaşı, arkadaşı*

olarak görürsen yönetebiliyorsun ama açık iletişim şart. Yani evliliği bir sorumluluk gibi alıyorsun mesela. Sağlığıyla ilgili bir sorun oldu diyelim. Bu durumda o zor dönemi geçirmesi için ona karşılıksız destek olunmalı. (K2)

Ortalama şeyden bahsediyorum ama şunu iyi biliyorum ki kadın isterse barışçıl, huzurlu, sevgi dolu bir ortam yaratabilir. Bunun için ne lazım? Hocam kibirlenmeyecek, fıtratımızı bilecek, biraz sakin kalacak, zamana bırakacak ve kaçmaya meyilli olmayacağız. Bu işin mücadele içinde olduğunu bildiğimiz sürece de evimizi, evliliğimizi ayakta tutmak için elimizden geleni yapmak gerekiyor. Dediğim gibi hoşgörü, anlayış, sadakat ben kadının sorumluluklarını önemsiyorum. Bunlar her ne kadar azımsanmış olsa da kadının sorumlulukları konusunda hassasiyet göstermesini önemli buluyorum. (K9)

Ortak ve bireysel vakit geçirme teması altında katılımcılar, çiftlerin birlikte hoşlarına gidebilecek aktiviteleri yapmalarının evlilikteki monotonluğu önleyeceğini dile getirmişlerdir. K10'un ifade ettiği gibi, günlük rutinlerden kaçınmak ve küçük sürprizler planlamak, ilişkiye heyecan katmaktadır. Bu bağlamda, her iki tarafın da bireysel vakit geçirmesi gerektiği, ancak birlikte geçirilen zamanın da korunması gerektiği belirtilmiştir.

K13'teki metaforik anlatım, bireylerin birbirlerine alan tanırken aynı zamanda birlikte var olmalarının önemini ortaya koymaktadır. Evlilik, iki farklı bireyin birbirini desteklediği bir sistem olarak tanımlanabilir; bu denge sağlandığında, ilişkinin sürdürülebilirliği artmaktadır. Katılımcılara ait görüşlere aşağıda yer verilmiştir.

Yani adamın sabah kalkıp işe gidip, akşam eve gelip, yemeğini yiyip, uzanıp, kumandasını alıp, televizyonu izleyip, sabah tekrar işe gitmemesi gerekiyor. Burada kadına da çok iş düşüyor, erkeğe de çok iş düşüyor. Güzel küçük küçük sürprizler yapılmalı. Çalışıyorsa iki çift haftanın bir günü ikisi çocukları da varsa ya da ikisi birlikte çocukları olmadan bir yemek yenilebilir ya da o evin dışında farklı bir yerde kalmak bir ortam değişikliği bir heyecan olmalı kesinlikle, heyecan bitti mi ...o heyecanı bitirmemeleri lazım. Onları haftada bir olsa da, ayda bir olsa da kendi iç dünyalarından çıkmaları lazım. (K10)

Yani kadın ve erkek tek başına hareket etmemeli çok fazla. Tabii ki özel şeyler olabilir kadının kendince arkadaşlarıyla, adamın kendince arkadaşlarıyla vakit geçirmesi gibi…(K7)

Tabii, sık olmamak şartıyla jestler yapmak gerekiyor evliliğin içerisinde. Kadının da erkeğin de. Bence cinsel ilişkinin de çok sıkça olmaması gerekiyor. Yani o bile vakitli olmalı. Yani nasıl sabah, öğle, akşam yemek yiyorsan onun da bir vakti olmalı bence. Çünkü böyle her istediğinde, ulaştığında artık kadının da erkeğin de böyle bir hissizleşiyorsun artık. Onun için her şey vaktinde olmalı. Ama sen kadını ne kadar değersizleştirirsen cinselliğin muhteşem olursa olsun. Bir insanı değersizleştirirsen o cinsellik biter. Yani kadında da istek kalmaz. Belki erkekte de istek kalmayabilir. (K11)

Mesela ben bir yere gitmek istediğimde işte artık hayatımda biri var, ben bir yere çıkamam, gidemem. Kısıtlanmanın olmaması. Tabii erkekte de böyle. Ama tabii ki güven verebilmek gerekiyor ki bu kısıtlanmalar, yani daha doğrusu güven duyması gerekiyor vermekten ziyade. Güven duyması gerekiyor. (K11)

Çok paylaşılmalı, çok paylaşıldığı kadar da ayrı hayatlar yaşanmalı. Ben bunu şeye benzetiyorum. Birer gezegen olmalıyız, her birimiz evli olmamıza rağmen birer gezegen olmalıyız. Yörüngeleriniz olmalı. O bir güneş sisteminin içerisinde bir uyumla kendi yörüngelerimizde birlikte dans ederek bir uyum içerisinde olmalıyız. Yani kendi sınırlarımızı çok iyi koruduğumuz gibi bir anlamda da her koşulda birbirimiz için var olduğumuzu da hissettirebilmeliyiz. Yani ben buradayım, senin yanındayımı hissettirirken boğmamalıyım. Ama işte ben seni özgür bırakıyorum derken de aynı ev içerisinde iki farklı hayatta yaşamamalıyım. Bu bir denge. Kurulabilir de bir denge. Ve bence kurulursa evliliği çok sürdürebilir yapan bir denge. Zaten ilk 5-10 sene içerisinde, 7-8 sene içerisinde belki bunlara ihtiyaç olmaz ama bir zaman sonra özellikle 10 seneden sonra Ayrı ayrı hayatlar olmalı ama birlikte olan hayat da kaybedilmemeli, korunmalı. (K13)

Sorun çözme stratejileri ve ortak sorumluluklar temasında, sorun çözme, evlilikte karşılaşılan zorlukların üstesinden gelinmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Katılımcılar, her iki tarafın da sorunları birlikte çözme isteğinin önemli olduğunu

belirtmişlerdir. K9'un ifadesine göre, tarafların beklentilerini objektif bir şekilde değerlendirmeleri, sorunların daha sağlıklı bir şekilde ele alınmasına olanak tanır.

> *Günümüzde maalesef kadınlara da çok şey atfediliyor. Sürekli kadınların gönlü alınmalı ve tatmin edilmeliymiş gibi, oysa erkek mantığı yerinde sayıyor. Kadınlar yüceltilmesine rağmen erkek mantığı aynı yerde hocam. Dolayısıyla makas açılıyor yani. Beklentilerin tamamen sıfırlanması, meselenin zorluğu konusunda herkesin objektif olarak meseleye yaklaşması gerekiyor bence. (K9)*

K5'in vurguladığı gibi, evlilikte iş birliği yapmak, her iki tarafın da yükünü paylaşması açısından önemlidir. Eşlerin birbirlerinin sorumluluklarını anlaması ve destek olması, çatışmaların çözümünde etkili bir strateji oluşturmaktadır.

> *Ben yemeği yaparken, o da salatayı yapsa mesela. Ama sürekli oturduğun yerden ben her şeyi yaparken hem iş hayatı hem çocuk, evin işi, yemek, çamaşır, bulaşık oturduğun yerden çay getir, kuru yemiş getir, otur olunca insan kendini değersiz hissediyor. Evlilikte iş birliği yapmak, yardımlaşmak çok önemli. (K5)*

Evlilikteki ortak sorumluluklar, her iki tarafın da ilişkiye katkıda bulunmasını gerektirir. K9'un belirttiği gibi, kadınların geleneksel rollerinin göz ardı edilmemesi ve bu rollerin üzerine inşa edilmesi, ev içindeki dengeyi sağlamak için önemlidir. Eşlerin sorumlulukları paylaşması, evlilikteki uyumu artırmakta ve her iki tarafın da kendini değerli hissetmesini sağlamaktadır.

> *Kadının fıtraten evin içindeki sorumlulukları konusunda hassasiyet göstermesini ve görevlerini yapmaya gayret göstermesini önemli buluyorum. Çünkü hala ataerkil bir toplumda yaşıyoruz. Kadına bazı roller ve görevler atfedilirken iş hayatında sanki evdeki işleri hafiflettilmiş ya da ortadan kaldırılmış gibi duruyor. Ama kadın aynı zamanda kaynanasıyla, görümcesiyle ve eltisiyle mücadele etmeye devam ediyor. Kadın her gün yemek yapmaya, çocuk için çaba sarf etmeye devam ediyor. Bu roller görmezden gelinmemeli. Kadın da rollerini unutmadan, elinden geldiği kadar anaç bir rolle bence görevini üstlenmeli diye düşünüyorum. (K9)*

K7 ve K4'ün görüşleri, evliliğin yönetilmesinin çift taraflı bir süreç olduğunu göstermektedir. Eşlerin birbirlerine olan destekleri, karşılıklı olarak hissettikleri değer

ile doğrudan ilişkilidir. Bu bağlamda, sorunların ailelere yansıtılmadan çözülmesi gerektiği, evliliğin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi için önemlidir. Katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

Tek taraflı yönetmek olmuyor tabii yani. Çift taraflı yönetilmesi lazım. Her iki tarafın da yükün altına girmesi lazım. (K7)

Anlayışlı olmak gerekir. Yani hep tek taraflı olmaz. Ama hep tek taraflı bencil olunursa bu iş yürümez. (K4)

Hocam, artık boşanmaya ve ayrı dünyalara gitmeye yaklaşım çok daha kolaylaştırıldı. Bu konuda insanların meseleyi sürdürmeye gönüllülüğü çok önemli. Bir insan eğer bırakmak, gitmek, vazgeçmek, yoluna dönmek istiyorsa her şeyi yıkmaya muktedir. Kadın da erkek de. Bunun için yüzlerce sebep bulunabilir. Ancak kişilerin uyuma yatkınlığı bence en önemlisi. Ne kadar bu işin içinde kalmak istiyorsun? Ne kadar bu işi devam ettirmek istiyorsun? Bu önemli bence. (K9)

Bir insan isterse o evlilik yürür. Ama bir yere kadar yürüyor. İki tarafın istemesi gerekiyor. Bir de bunları tabii ki ailelere yansıtmadan çözmek gerekiyor. En önemlisi bu. Çünkü sıkıntılar ailelere yansıdıkça aileler de geriliyor. Ortam geriliyor.(K3)

Yönetmek için iki tarafın da istekli olması lazım. Herhalde istekli olmadığı için bir taraf bu sefer yürüyemiyor. (K4)

Onun ufak hatalarını tolere edebilirken yüzüne vurdum ben de. Mesela ufak yalanlarını hep yüzüne vurdum. Ve bunu insanların yanında da yaptım ben. Yani bu dürüstlük değildi ki, bu patavatsızlıktı. Şimdi mesela tekrar evlenmiş olsam, onun yalanını bilsem de gittikten sonra söylerim. Eşini övmek gerekirken ben övülmesi gereken yerde de sessiz kaldım. Ama yalanlarında hiç sessiz kalmadım…(K1)

4.3. Uyumsuzluğun Nedenleri ve Yönetimi

İletişimsizlik alt temasında katılımcılar, evliliklerdeki sorunların en büyük nedenlerinden birinin iletişimsizlik olduğunu vurgulamışlardır. İletişim eksikliği, eşlerin duygusal ihtiyaçlarını karşılamada zorluk yaşamasına ve çatışmaların birikmesine neden olmaktadır. Örneğin K11, sorunları konuşmak yerine içe attığını ve zamanla bu durumun ilişkisini olumsuz etkilediğini belirtmektedir. Eşlerin duygusal ihtiyaçlarını ifade edememesi, ilişkide biriken sorunların çözümünü zorlaştırmakta ve zamanla boşanma düşüncelerini artırmaktadır. Katılımcı görüşlerinin bazılarına aşağıda yer verilmiştir.

> *Yani bazen ilişkide söylemiyorsun mesela şeyi, hani kısıtlanıyorsun, başka şeyler oluyor, kırılıyorsun falan. Bunlar hep birikiyor, birikiyor, birikiyor ama sen hep gülüyorsun, hep her şey yolunda gibi davranıyorsun. Kadınlar hep böyle oluyor. Ondan sonra erkek de öyle oluyor. Erkek belli etmeden dışarıya düşüyor ama kadın dışarıya düşmüyor, evin içinde sabrediyor ve sonra bitiriyor. Bu sefer erkek de neye uğradığını şaşırıyor. Ne oldu? Her şey güzel gidiyordu. Nasıl oldu bu birdenbire? Çok basit bir nedenle. (K11)*

> *Evlilikte dürüstlük çok önemli. Benim eski eşim dürüst değildi, çok oyuncuydu. Ben de ona göre çok daha fazla dürüsttüm ve biz bu yüzden çok çatışıyorduk. (K1)*

> *Benim boşanma sebebimin yüzde sekseni yalanları. Benim tavsiye edeceğim şey, zaten karşınızdaki kişi dürüstse size sonrası zaten çok güzel geliyor yani. Dürüstlük diyorum.* (K10)

Şiddet alt temasında katılımcılar, fiziksel ve duygusal şiddetin, ilişkilerin sona ermesinde etkili olduğunu belirtmektedir. Şiddet, sadece fiziksel bir tehdit değil, aynı zamanda düşünce ve özgürlük kısıtlamaları şeklinde de kendini göstermektedir. K8, saygısızca hakaretler ve küfürlerin evliliğini nasıl bitirdiğini açıklamaktadır. Bu tür davranışlar, eşlerin birbirine olan saygısını ve sevgisini yok etmekte, dolayısıyla boşanma kararını tetiklemektedir.

Belirtilen sorunlar fazlalaştıkça, çözülmeyince, her iki tarafta artık kendi kendine evde yaşamaya başladıysa ya da dışarıda, ondan sonra tabii boşanma düşünülmeye başlıyor. Şiddet de varsa, düşünce özgürlüğünü kısıtlamada bir şiddet, sosyal olmayı kısıtlama da şiddet. Bunlar da varsa tabii. Daha çok düşünülmeye başlanıyor boşanmak. Özgür olmak istiyor insanlar beynen. Fiziksel her türlü özgür olmak istiyor. (K7)

Yani saygısızca sana hakaret ediyor, küfrediyor, namusuna laf söylemeye başlıyor, onu sonra bitiriyorsun zaten kafanda. Benim evliliğim öyle bitti yani. (*K8)*

Kendi başına hareket edebilme. Özgür olacağım düşüncesi, şiddetten kurtulacağım düşüncesi. Gerek sosyal şiddet, fiziki şiddet, düşünce şiddeti, aile şiddeti. Aile derken yani onun ailesinin baskı kısımdan kurtulacağım gibi şeyler boşanmayı olumlu yönde düşündürüyor.(K7)

Bu arada ben evliliğimde şiddet de gördüm, küfür de… (K9)

Ekonomik uyuşmazlıklar alt temasında katılımcılar, parasızlık ve maddi yükümlülüklerin evlilikteki uyumsuzlukları artırdığını ifade etmektedir. Özellikle, bir tarafın maddi sorumlulukları üstlenmesi, diğer tarafın üzerindeki yükü artırmakta ve ilişkide dengesizlik yaratmaktadır. Bu durum, eşler arasında hoşnutsuzluk ve gerilim yaratmakta, maddi sorunların çözülmemesi ise ilişkiyi derinlemesine etkilemektedir.

Parasızlıkta. Yani maddiyat, maddiyatsızlık araya girdiği anda uyumsuzluklar başlıyor. İşte, borcunu ödeyemiyorsun. Yeri geliyor, oturup faturanı ödeyemiyorsun. O adama sevgiyle, saygıyla yaklaşamıyorsun. Adam gözünde küçülüyor. Sonra adam sen mücadele verirken o da verse de adam yarın öbür gün normal maddiyat düzenine geçtiği anda da o saygı bitmiş olduğu için eskiyi yakalayamıyorsun. (K1)

Yani her kadının bir dayanma son noktası olduğunu düşünüyorum. Hatta bazen dayanma sınırının çok çok üstüne geliyor bazı şeyler. Hani sabreder, sabreder, kadın. Aslında yapısı gereği hiç sabredecek bir karakter değildir ama yine de aile düzenini bozmamak için, ailesini korumak için her türlü mücadeleyi sonuna kadar götürür bir kadın. Bakar ki karşı tarafta... Hiçbir tepki yok. Hep aynı hatalar.

Özür dilemeler, tekrar aynı hatalar. Tabii şöyle de bir şey var. Mesela maddi kayıplar bizim ilişkimizi bitiren sebeplerden. Maddi kayıp derken hani bir erkek işi yapar, maddi olarak kayıplara uğrar. Ama keyfine kayıplar olunca... ...bizim evliliğimizi bitiren şey buydu zaten. (K3)

Kesinlikle uyumsuzluk maddiyattan başlıyor bir kere. Eğer eş çalışmıyorsa, ev kiraysa kirayı ödememe, dış etkenler, ev sahibinin mesela araması ya da elektrik faturasının geç ödenmesi ya da evde nasıl diyeyim sana her akşam aynı şeylerin yenilmesi ya da ben haftada bir eşimle dışarıda yemek istiyorum ama eşimin maddi durumu yok. Ama birçok arkadaşım bunu yapıyor mesela. Bu ne oluyor bu sefer? İşte arkadaşımın eşi, arkadaşım yemeğe gitti. Ya da onu eşine diyemiyorsan içine atıyorsun. İçine attıkça attıkça şey bitiyor. Sabır bitiyor. Eşine karşı sevgin azalıyor. Ya da o sesin yükseliyor. Sabırlı olmaktan çıkıyorsun. Yaptıkları şeyler gözüne batmaya başlıyor. Çünkü sana bir şey yaşatamıyor ya. (K9)

Ortak sorumluluklar ve beklentiler alt temasında katılımcılar, evdeki sorumlulukların eşit bir şekilde paylaşılmadığında, bir tarafın yükünün artacağını ve bunun da ilişkiyi zorlayacağını belirtmektedir. K3, tüm sorumlulukların kendisinde toplandığını ve bu durumun kendisini nasıl mutsuz ettiğini dile getirmektedir. Ortak beklentiler ve sorumlulukların net bir şekilde paylaşılmaması, evliliklerde çatışmaları artırmaktadır.

Sorumluluklar tek tarafa yüklendikçe birinin alanı genişliyor, birinin alanı daralıyor. Yani bir taraf sorumluluğu üstleniyor, gidiyor. Öteki taraf sorumluluğu bıraktıkça diğer taraf taşıyamıyor artık ve sorun çıkıyor işte. İki tarafta aynı eşit derecede, istekli bir şekilde sorumluluk almalı diye düşünüyorum. Benim yaşam alanım daraldı. Çocuğun her şeyi, her sorumluluğu bende. Ev bende, yemek bende, çamaşır bende, her şey bende. Ama onun sorumluluğuna bakıyorsun ki adam çok rahat ya. Çok rahat yani. O zaman nasıl mutlu olabilirsin? Nasıl mutlu edebilirsin? (K3)

Sorumluluğunu yerine getirmemesi. Mesela kartını ödememesi, eve haciz gelmesi... Cinsiyet rolleri tamam okey ben yemeği yapayım tamam ama bir şeyin ucundan da birileri oturduğu yerden de ahkam keserek hayat ilerlemiyor. Ben hem eve para getireyim hem her şeyi ben yapayım. Yani aslında belli şeyleri tolere ediyorsun ama ortak bir payda da ilerlemediğin sürece işte hep senden bir şeyler gidiyorsa, hep

özverili olan sen oluyorsan, bir süre sonra artık yeter diyorsun yani. Her şeye evet dediklerini, hayır dediğin zaman bu sefer diyor ki ooo sen değişmişsin… (K5)

Hocam erkekler aslında çok zor değiller. Sadece kadınlardan belli şeyler bekliyorlar. Dediğim gibi evleriyle ilgili, çocuklarıyla ilgili, kendileriyle ilgili hassasiyetler. Kadın da kendi rollerini ve görevlerini bilip sabırla ve gayretle bunları tamamladığı sürece... Her şey her zaman dönüştürülebilir hocam. (K9)

Bir başka bir şey de hayattaki tutumun mesela birisi hayatını daha mesela stabil götürmek istiyor olabilir. Daha belli bir standartta işte işe girdim, terfi ettim, çocuk yaptım, ev aldım, araba aldım da gitmek istiyor olabilir. Diğeri daha deneyimlemeye açtır mesela. Hayatı daha derinlemesine yaşamakla ilgili merak sahibidir. Keşfetme açlığı vardır. Diğerinde bu yoksa daha böyle sabah kalktık, akşam yattık. O yaşama sevinçlerinin de bir yerde buluşuyor olması lazım. Bunlar sonra evlenip tekrar çatırdatan şeyler. (K13)

Umut... İnsanın içinde bir umut oluyor. O sorunların düzelebileceğine dair. O umut yok olduğu zaman. çatışma varsa o çatışmadan çıkmak için iki taraflı bir emek gerekir. Sizin için de o umut, o tahammül kalmadığı zaman o emeği verecek motivasyonunuz da kalmamış oluyor. Ve dışarıdan bir güç dahi gelse artık o sorun çözülecek bir sorun olmamış oluyor. (K13)

Cinsellik çok çok önemli bir evlilikte. Ama önce seni kırarsa, seni incitirse ya da o güne kadar istediklerinin bir tanesi olmamışsa orada da eşler mutmain olmazlar. (K9)

Çiftler uyumlu değilse çocuk yetiştirme alanında işte parayla ilgili konularda tartışmalar yaşanıyor. Parayla ilgili konularda ve bu paraya içinde hani oturulacak ev de girer, satın alınacak araba da girer, ailenin mali kararlarında ve çocuk yetiştirmekle ilgili kararlarda hatta bazen bir seyahat kararında dahi uyumsuzluk ortaya çıkabiliyor çünkü ne bileyim birinin ihtiyacı sadece işte uyumak, uyanmak, alkol almak, oturmak olabilirken birinin tatil ihtiyacı daha önce görmediği bir yeri keşfetmek, daha aktif hareketli bir tatil yaşamaksa mesela bu çok ciddi bir çatışma konusu olabiliyor. (K13)

Aile olmanın ailedeki kadın ve erkek rollerinin o kök aileden gelen kültüre göre şekillenmesi aslında işte örnek veriyorum onun annesi çok hizmet eden bir kadındı ve sürekli hizmet bekleyen biriydi hani o işte atıyorum kadın yapar bunu. Yemeği kadın yapar, temizliği kadın yapar, çocuğa kadın bakar, ben altını almam, atıyorum. Niye? Zaten o kültür olarak, o değer olarak yetiştiği ailede gördüğü geliyor ya ailenin içerisine. Dolayısıyla da orada şeyi etkiliyor. Aile birliğindeki o farklı bakış açıları etkiliyor. Yani benim babam hiç hizmet almayan, aksine hizmet eden, evde her işi yapan biriydi. Ama onun babası hiç işte iş yapmayan, her şeyi ayağına bekleyen biriydi. Doğal olarak o kültürle buraya geldiği için, benim de beklentim tam tersi olduğu için orada çatışma çıkıyordu. (K12)

Çünkü çocuk büyüdükçe anne çocuğa daha fazla zaman ayırıyor. Baba ilgisiz kalıyor. Bu sefer baba dışarıya yönelebiliyor. Eve geç gelebiliyor. Başlıyor geç gelmeler, ufak tefek yalanlar. İşte anne evde hep ben çocukla ilgileniyorum. Baba eve geldiğinde çocukla ilgilenmemesi. Yani sen annesin, sen bakacaksın. Görevini anneye yüklemeleri, anneye tek başına bir çocuğun yüklenmesi diyelim, bakımını. Babadan hiçbir destek almaması diyelim. Bu, bunlar kadını yoruyor. (K9)

İhtiyaçlarla eşlerin birbirini anlamadıklarında, duygusal ihtiyaçlarını. fiziksel ihtiyaç da olabilir. İşte benim şu an çok uykum var ve hani bir ihtiyacım var ya da şu an çok yalnız hissediyorum, şu an kendimi çok çaresiz hissediyorum diye çiftlerden biri kendini ifade etsin, diğeri de onun o ihtiyacını karşılamak için elinden gelenin en iyisi. (K13)

Çocuk faktörü temasında katılımcılar, çocukların psikolojik sağlığını koruma isteği nedeniyle boşanmayı erteleyebildiklerini belirtmektedir. Ancak, ebeveynlerin mutsuz bir evlilik sürdürmeleri, çocukların ruhsal gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir.

Çocuk olana kadar her şey güllük gülistanlık oluyor. Çocuktan sonra sosyal yaşantı bitiyor. Çünkü şimdi ben çalışan biriydim evlendiğimde ama çocuğum olunca işi bırakmak zorunda kaldım. Çocuğuma bakacak kimse olmadığı için. Birincisi çalışamadığım için maddi açıdan sıkıntıya düştük. Tek maaşa düştük. İkincisi de

orada burada gezmelerimiz, sosyal hayatımız, yaşantımız bitti. Tamamen eve kapandık. Bu da psikolojik olarak da insanı hem maddi açıdan etkiliyor çocuk hem de psikolojik olarak da sosyal olarak da etkiliyor. (K4)

Çocuk, çocuk gelince denge bozuluyor. Orada tekrar yeni bir düzen kurulması gerekiyor. Çocuktan sonra o düzen kurulamayınca yine uyumsuzluk büyüyor. (K12)

Çocuk olduğu zaman hamile kaldı mı eş zaten bir sorun var, orada bir başlıyor. Anne bir gergin oluyor, hassas oluyor. Erkek, eş hamile olduğu için bazen mutlu olmak istediği anlarda mutlu olamıyor özel hayatında. Bu sefer çocuk doğuyor, tamam çocuğun sevgisi başlıyor. Maddiyat yine çocuğun doğumuyla eğer maddiyat sıkıntılıysa çocukla beraber maddiyat sıkıntısı artıyor. Çünkü çocuğun masrafıdır, çocuğun okulu başlıyor, anaokul eğitimi başlıyor, kreşi başlıyor, kursu başlıyor. Masraf çoğaldıkça bu sefer baba yetişemiyor, anne çalışamıyor. (K9)

Danışmanlık alma alt temasında katılımcılar, danışmanlık almanın ilişkiye olumlu katkılar sağladığını belirtmektedir. Ancak, danışmanlık sürecinin başarısı, çiftlerin bu sürece ne kadar açık ve istekli olduklarına bağlıdır. Bazı katılımcılar, danışmanlık almakta gecikmeler yaşandığını ve bu durumun sorunların büyümesine neden olduğunu ifade etmektedir.

Aile danışmanına da gittik. Ama onun psikolojik problemleri vardı. Onu tek çağırmaya başladı falan. Madde kullanımı vardı. Bu iş yürümedi. Danışman zaten onu tek çağırdı daha sonra. Çocukluk travmaları varmış ve yürümedi, bitti. (K4)

Yani şimdi benim eşim mesela devlet hastanesinden psikologdan bir randevu almak için bir ay bekledi. Bu şekilde ulaşım açısından anladım. Ulaşım mesela danışman yok. Psikolog yok. Sayı az. Sorun çok. Kişi sorunu çok ama şey yok. Alternatif çok az. (K9)

İki karşılıklı oturup konuşulup çözülebilecek meselelerde yine açık iletişim içerisinde olup birlikte çözmek, En azından buna adım atmak. Ama hani hala baktın olmuyor, tartışma devam ediyor, çözümsüzlük devam ediyor, o zaman bir uzmandan destek almak iyi olabilir. (K12)

Bence kesinlikle aile danışmanına başvurulmalı. Evlilik danışmanlarına…ki benim yeğenim evlilik terapistlerine falan gitti. Bayağı da işe yaradı. (K9)

Uzmandan destek almak gerekiyor. Ve gerçekten aile, kardeş ve arkadaş desteği çok önemli. Manevi destek çok önemli. Bence yalnız kalmamak gerekiyor. (K1)

Çevresel faktörler alt temasında katılımcılar, özellikle ailelerin çiftlerin ilişkisine müdahalesine vurgu yapmışlardır. Katılımcıların ifadeleri, ailelerin evlilik üzerindeki etkilerini çok çeşitli açılardan ele alırken, bu müdahalelerin olumlu ya da olumsuz olabileceğini göstermektedir.

K8'in belirttiği gibi, ailelerin çiftlerin ilişkisine karışmaması gerektiği vurgusu, genç çiftlerin kendi dinamiklerini oluşturmalarının önemini ortaya koymaktadır. Ailelerin dışarıdan müdahalesi, özellikle şiddet ve hakaret gibi olumsuz durumlar söz konusu olmadığında, çiftlerin kendi sorunlarını çözme yeteneklerini zayıflatabilir. Bu bağlamda, evlilikte sevgi ve saygının varlığının, ilişkilerin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesinde belirleyici olduğu anlaşılmaktadır.

Aileler çiftlerin ilişkisine karışmamalı. Çünkü onlar genç, onlar her türlü birbirine ayak uydurabilir ki yani işin içinde şiddet olmadığı sürece küfür, hakaret olmadığı sürece yani öyle düşünüyorum. Bir evlilikte sevgiyle saygı varsa zaten gerisi geliyor ama bir evlilikte sevgiyle saygı bittiyse yani saygı bittiyse sevgi de bitiyor hiçbir şey kalmıyor zaten. (K8)

Öte yandan, K9'un ifade ettiği sosyal medya baskısı, modern evliliklerin karşılaştığı zorlukları gözler önüne sermektedir. Evliliğin mükemmel olduğu algısı, çiftler üzerinde büyük bir baskı oluşturmakta ve bu durum, gerçek hayattaki zorluklarla

yüzleşmelerini zorlaştırmaktadır. Kadınların sosyal medya etkisiyle daha fazla beklenti içine girmesi, ilişkilerde hayal kırıklıklarına yol açabilir. Evli bireylerin, bu beklentileri anlaması ve duygusal güçlüklerle başa çıkabilmesi için gerçekçi bir bakış açısına sahip olmaları gerekmektedir. Evlilikte sadece sevgi değil, aynı zamanda emek ve özveri de gereklidir.

> *Evlilik ile ilgili kişilere özellikle son zamanlarda dayatılan bir sosyal medya baskısı var. Evliliğin mükemmel olduğu. ...evliliğin sorunsuz olduğu, hayat arkadaşlığını tamamlayıcı nitelikte olduğu. Bilakis evlilik zor bir müessese aslında. Dolayısıyla çok iyi şeyler atfederek evliliğe başlamak... ...büyük hayal kırıklıklarına ve üzgünlüklere ve küskünlüklere yol açabilir. Özellikle duygusal kişi olan kadın tarafından. Erkek tarafından da bu şuna sebep oluyor. Ne istiyorsun ya? Her şeyin var. Çünkü kadın gezmek istiyor sosyal medya şeyiyle. Kadın sürekli hediyelere boğulmak istiyor. Kadın hayatın akışı içinde, kolaylıklar içinde olmak istiyor. İş yapmak istemiyor çünkü sosyal medyada böyle bir manzara yok. Fakat hayatın içinde bunlar var. Dolayısıyla zorluklar işin gerçeğini samimi olarak bilmekle bence aşılabilir. Bu iş zor bir iş. Bu iş sadece sevgiyle, gayretle ve emekle aşılabilir bir iş. Biri sinirli olduğunda, biri susmalı. Biri yüksek olduğunda, biri hatrı için alttan almalı. Biri küstüğünde, biri normalde yapmayacak bile olsa gönlünü almak için çabalamalı. Ve bu sadece kadına ya da erkeğe yüklenmemeli.* (K9)

K2'nin vurguladığı maddi ve manevi krizler, ailelerin evlilik dinamikleri üzerindeki etkisini bir başka açıdan ele almaktadır. Aile üyelerinin sağlık sorunları veya beklentilerin uyuşmaması gibi durumlar, evlilikteki krizin sebepleri arasında yer almaktadır. Bu tür krizler, çiftlerin birbirlerine karşı duyduğu güveni sarsabilir ve psikolojik yük oluşturabilir. Dolayısıyla, çiftlerin bu tür zorluklarla başa çıkabilmeleri için sağlam bir destek sistemine ihtiyaçları vardır.

> *Maddi, manevi krizler. Ailelerinin evliliğin içine dahil olması, fikirlerini beyan etmesi, çok karışıyor olması gibi manevi krizler oluyor. Mesela aile üyelerinden birinin sağlığının olumsuz yönde etkilenmesi ve bakıma ihtiyaç duyması o da bir kriz yaratıyor. Ya beklentilerin uyuşmaması, evlilikle ilgili beklentilerin uyuşmaması bir kriz yaratabilir. İşte ben evlendiğimde şöyle şöyle olur diye düşünmüştüm ama olmadığı gibi. Yani bir tarafın huysuz olması. (K2)*

Son olarak, K10'un belirttiği gibi, ailelerin çiftlerin yaşamlarına müdahalesi, özellikle kadın ve erkek arasındaki ilişkilerde derin etkiler yaratmaktadır. Kadınların annelerine karşı daha duyarlı olması ve erkeklerin kendi annelerine karşı çekinceleri, evlilikteki iletişim eksikliklerine yol açabilir. Bu durum, eşler arasında kopukluk ve güvensizlik hissi yaratabilir. Ailelerin bireyleri yalnız bırakmaması gerektiği düşüncesi, evliliklerde sağlıklı bir iletişim ve destek mekanizmasının oluşturulmasına yardımcı olabilir.

> *Ailelinin evliliklere müdahalesi. Yani kadının annesinin, erkeğin annesinin kendilerine ve çocuklara müdahalesi. Kesinlikle bu çok etkiliyor. Erkekten çok, ben hemcinslerimi kınıyorum bu konuda, genelde bayanlar daha anneci oluyor. Yani bayanlar daha, mesela kendi annesi geldiği zaman laf etmiyor ama eşinin annesi geldiği zaman surat asabiliyor. Bu da kocasının gördüğü, yaşadığı, yani annesine bir şey diyemiyor, karısına bir şey diyemiyor. Bunlar da bir kopukluk sebebi. Yani çocuklara müdahale, işte eşlere, oğluna müdahale ya da kızına müdahale diyelim biz bunu. Ailelerin bireyleri yalnız bırakmaması.* (K10)

Evliliklerde karşılaşılan zıtlaşmalar ve uyumsuzluklar, çiftlerin ilişkilerini derinden etkileyebilir. Katılımcıların ifadeleri, bu tür durumlarla başa çıkma stratejilerinin önemini vurgulamaktadır. K11, çatışmaların ortaya çıktığı durumlarda sessiz kalmanın ve bir süre kenara çekilmenin gerekli olduğunu belirtmektedir. Bu yaklaşım, çiftlerin duygusal olarak sakinleşmelerine ve düşüncelerini netleştirmelerine olanak tanır. Empati kurma ve kendini değerlendirme süreci, ilişkilerdeki sorunların daha sağlıklı bir şekilde ele alınmasına katkı sağlar. Eşlerin, birbirlerini anlamak için kendilerini düşünmeleri, çatışmanın temel nedenlerine ulaşmalarına yardımcı olabilir.

> *Bence ciddi anlamda zıtlaşmalar ve uyumsuzluklar başladığında biraz sessiz kalmak gerekiyor. Tamam. Sessiz kaldıktan sonra biraz yani kenara çekilmek gerekiyor. Biz biraz mesela ya aynı evde ya ayrı evde ya ayrı odalarda, dargın değil, arkadaş gibi. Fakat eş gibi değil.*

Bir sakinleşelim. Bir bakalım. Bir empati yapalım. Bir düşünelim. Kendimizi düşünelim. Yani seni düşüneyim, kendimi düşüneyim. Bakayım nerede, ne yaptım. Başı ne bunun, neden bu noktaya geldi diye bir sakinleşip sessizleşmek lazım diye düşünüyorum. (K11)

K13 ise, çiftlerin bazen anlaşamayacakları konusunda uzlaşmayı öğrenmeleri gerektiğini vurgulamaktadır. Bu, ilişkilerdeki zıtlaşmaların doğal bir parçası olarak kabul edilmelidir. Anlaşmazlıkların sürdürülmesi yerine, alternatif bir yol seçmek, ilişkideki gerilimi azaltabilir. Bu durum, çiftlerin karşılıklı saygı ve anlayış çerçevesinde sorunları çözme yeteneklerini geliştirmelerine olanak tanır.

Bazen anlaşamayacakları konusunda anlaşmayı öğrenmeliler mesela. Bu konuda biz anlaşamıyoruz deyip, o çatışmayı uzatmak yerine bir B seçeneğine gitmeliler mesela. (K13)

Bu iki perspektifin birleşimi, evliliklerde sağlıklı iletişim kurmanın ve uyumsuzlukları yönetmenin önemini ortaya koymaktadır. Çatışmalar kaçınılmazdır, ancak bu durumların nasıl ele alındığı, ilişkinin geleceğini belirler. Sessiz kalmak ve düşünmek, duygusal bir tepki yerine mantıklı bir çözüm yolu sunar. Ayrıca, çiftlerin birbirlerine karşı duyduğu empatiyi artırarak, ilişkilerinde karşılıklı anlayış geliştirmelerine yardımcı olabilir.

4.4. Boşanma Kararını Etkileyen Faktörler

Çocukların durumu alt temasında katılımcılar, boşanma kararında en önemli etkenlerden birinin çocuklarını olduğunu ifade etmişlerdir. Ebeveynler, çocuklarının psikolojik sağlığını koruma isteğiyle boşanmayı erteleyebilmektedir. Katılımcılar, çocukların huzur içinde büyüyebilmesi için ebeveynlerin mutlu olması gerektiğini vurgulamaktadır. Örneğin K4, “Eğer çocuğumuz olmasaydı ben belki evlendikten bir iki yıl sonra boşanırdım" diyerek çocukların, evliliği sürdürme konusunda nasıl bir engel oluşturduğunu ifade etmektedir. Diğer yandan, çocukların ebeveynler arasındaki gerginliği hissedebilmeleri, boşanmayı olumlu bir seçenek haline getirebilir.

Birincisi çocuk. Eğer çocuğumuz olmasaydı ben belki evlendikten bir iki yıl sonra boşanırdım. Bunu göze alabilirdim. Ama çocuktan sonra özellikle bir kız çocuğu olduğu için ben dedim ki yok. Ölene kadar. Bir de kız çocukları babaya aşıktır. Mesela eşim evi terk ettiği zaman çocuğum bana senin yüzünden terk etti babam gibi karşı şeye geçti. Evin kötü polisi bendim. Erken yatman lazım, ödevlerine çalışman lazım. Ama baba daha böyle yumuşak. İstediğini alıyor. Onun prensesiydi benim kızım. O yüzden de sanki biz ayrıldık, benim yüzümden ayrıldık gibi düşünüyordu. Ona aksettirmediğim için konuları. (K4)

En başta çocuk, daha sonra aile, sonra maddiyat boşanma kararını etkiliyor. Bu konuda zaten boşanmaktan sonra ve öncesinde aile çok önemli bir kadın için. Ailenin desteği. Maddiyattan önce manevi destek gerekiyor bir kadına. Manevi destek olduktan sonra maddi olarak çözebileceğini zaten kadın düşünüyor. Yapabileceğini de biliyor zaten. Sadece manevi desteğe ihtiyacı var. Başarılı bir kadının her türlü kendi ayakları üzerinde durabileceğini düşünüyorum. Ama arkasında bir aileye ihtiyacı var. Özellikle çocuğu varsa. Hani çocuğun bakımı vs. için. (K3)

Olumlu anlamda şunu göze aldım ben, işte huzursuz, güvensiz ve keyifsiz bir ailede çocuğumun büyümesi mi? Yoksa annesinin ve babasının daha sağlıklı iletişimde olduğu, daha mutlu olduğu, evet çocuk için her türlü zor ama en azından o gergin ve mutsuz atmosferde büyümemesi seçeneklerden biri oldu yani. Yani çocuğu düşündüğün için uzun bir süre ayrılmıyorsun aslında. Hani çocuk var ve işte hani tamam daha aile yıkılmasın, işte annesi babası ayrı olmasın, yuva yıkılmasın diye uzun bir süre bekliyorsun. Ama sonra son geldiğin noktada da yine de o çocuğun da daha iyi sağlıklı bir tarafla desteklenebileceğini bilerek de kararı verebiliyorsun. (K12)

Çocuk faktörü olumlu ve olumsuz iki yönde de etkiliyor. Hem çocuk bu kavga gürültünün içinde büyüyeceğine sakin bir hayat yaşasın istiyorsunuz, bu boşanma için olumlu faktör.

Hem de çocuğun bir aile ortamında baba sıcaklığı ile büyüyememesi, arkadaşlarının sosyal çevresinin içinde anne babanın ayrı olmasının üzüntüsünü yaşaması da olumsuz faktör, insan bu anlamda çok arada kalıyor. Maddiyat da çok önemli tabi…(K5)

Tek kelime ile söylüyorum, sevgi bitiyor. Yıpranıyor insanlar. Tamamıyla sevgi bitiyor. Ve iki tarafında şartları varsa boşanıyor. Eğer şartlar müsait değilse o sevgisizlikle de devam ediliyor ama. Şartlar müsaitse tamamıyla sevgi bittiği için boşanılıyor. (K1)

Kadın umudunu kaybedince bitiriyor. Yani artık o kadar çok şans veriyorsun, veriyorsun. Paran var, gücün var, çalışıyorsun, mesleğin var. Karşıdakini de sevmiyorsun ve düzelteceğine de inanmıyorsun artık. Neden devam ettiresin? Ettirmiyorsun. Bu devirde hiç ettirmiyorsun artık. (K1)

Toplumsal baskı ve aile çevresi temasında katılımcılar özellikle küçük yerlerde boşanmanın zorluklarını dile getirirken, bu durumun kadınlar üzerindeki olumsuz etkilerini de vurgulamaktadır. Kadınların boşanma düşüncelerini gerçekleştirmeleri, toplumun normları tarafından kısıtlanabilir. K2, "Küçük yerlerde kadın için boşanmak daha zor" diyerek bu toplumsal baskının etkisini ortaya koymaktadır. Aile desteği ise bu noktada önemli bir rol oynamaktadır; manevi destek, kadınların boşanma kararı alırken hissettikleri gücü artırmaktadır.

Yani maddi anlamda güçlüyse boşanma kararını olumlu etkileyebilir. Çevre desteği, aileden, arkadaş çevresinden aldığı maddi manevi destek. İçinde bulunduğu toplum yapısı. Mesela şehirlerde boşanmak kolay ama küçük yerlerde kadın için daha zor olduğunu düşünün. Özellikle bazı çevrelerde boşanma hiç iyi karşılanmıyor. Kadına öyle bir müsaade bile yok. Boşanmanın "b" sini bile aklından geçiremiyor. Bunlar olumsuz etkiliyor. (K2)

Aileler bir düğün, bir dernek işini ne kadar çok masraf etmiş, gelini ya da damadı ne kadar çok istemişlerse boşanmanın olmaması konusunda o kadar çok çaba sarf ediyorlar. Ama aileler bu evlilikle ilgili herhangi bir maddi şeyde bulunmamışlar, bu evlilik kişilerin kendi tasarrufunda bir araya gelmiş ve kurulmuş, çok da anaya babaya sorulmamış ve şey olmamış, aynı şekilde aynı rollsüzlük durumu ailede devam ediyor ve kişiler kendi kararlarına bırakılıyor. Bu işin olumsuz bir yanı diyebilirim. (K9)

Aile desteği çok çok önemli. Aileden ya da arkadaş desteği. Dışarıdan destek almak" (K12)

Kadının ekonomik bağımsızlığı alt temasında ortaya çıkan düşünce kadınların ekonomik bağımsızlığı, boşanma kararını olumlu yönde etkilemektedir. Ekonomik bağımsızlık, kadınların kendi ayakları üzerinde durabilme yeteneklerini artırmakta ve bu da boşanma kararını kolaylaştırmaktadır.

Direkt çocuklar! Ben çocuklarıma bakabilir miyim diye düşünüyor. Kadın bunu düşünüyor. Ben bakabilir miyim? Ben çalışabilir miyim? Ya da iyi bir nafaka alabilir miyim? En başta düşünülen şey bu. Zaten bunu çözdün mü... Gerisi ben size söyleyeyim hiç önemli değil. (K6)

Ama bir de mesela erkek, varlıklı bir erkekse, kadın onu bırakmıyor. Bu da kötü bir şey. Kadının başka seçeneği kalmayabiliyor bazen. Kadın bırakmıyor çünkü aynı şartlara, hani huzur mu, para mı? Para. (K11)

Bir boşandıktan sonra evin ihtiyaçlarını karşılayabilecek bir maddi gelirinin olması. Olumlu anlamda hani bu varsa daha güçlü hissediyor kendini. (K12)

Kişinin kendinden kaynaklı faktörler alt başlığında, kişisel mutluluk, boşanma kararında önemli bir unsurdur. Katılımcılar, sevginin ve umudun sona erdiği durumlarda boşanmanın kaçınılmaz hale geldiğini ifade etmektedir. Ayrıca, aldatma da boşanma kararını etkileyen bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır. Katılımcılar,

aldatmanın genellikle sevgi eksikliğinden kaynaklandığını ve bu durumun ilişkilerin sonlanmasına yol açtığını belirtmektedir.

> *Yani karşı taraf bu uyumsuzluğu artık uyumsuzluk olarak görmeyip normali olarak karşılamaya başladığında, yani bu adamın karakteri bu şekilde artık ben bu uyumsuzluğu uyumsuzluk olarak görmüyorum onun karakteri olarak görüyorum diye kendini ikna ederse boşanmaya gitmez ama yine bunu uyumsuzluk olarak görüp yine rahatsız olmaya devam ederse o zaman o boşanmaya gider. (K2)*

> *O kişilik yapısıyla ilgili ve o benim değiştirebileceğim işi de onu kendi üzerinde çok yoğun çalışması gerekiyor. Yani o karşıdaki kişiyle ilgili. Hani evlilikle ilgili değil. O karşıdaki kişinin yaptığı davranışın bedelini ailenin ödemesi. Sürekli telefon alıp telefon satması. Gizli bir şeyler olması. Sürekli arkadan bir ekstra borç çıkması, bilmediğin…* (K12)

> *Şunları görüyoruz hocam. Evli olmasına rağmen yanlış ilişkiler sürdüren erkekler ve kadınlar. Bakın, eğer bu yapılacaksa yine çocuklarınız var. Bunları yaparken de çocuklarınız var. Şimdi insanlar çocuklar dolayısıyla bir arada olduklarını söylerlerken meclis içinde, işin arka planında, kapalı duvarlar arkasında, kendileri için başka şeyler içindeler. Maalesef ki durumda bu yönüyle evlilik bozmamak. Ve dağıtmamak adına. Ve bu sadece erkek aldatması değil, kadınlar için de maalesef ki bitmiş. Hocam, erkeğin şöyle bir yaklaşımı var. Aldatmaya aslında çok mutlu olsa da maalesef ki müsait görüyorum. Ama kadının aldatması hakikaten sevgisizlikten kaynaklanıyor ve çok gözü kara oluyor hocam. Çok gözü kara oluyor. Evet. Dolayısıyla toplumun yapısını, toplumun normlarını bozacak şekilde hareketler ve durumlar söz konusu ne için? Çocuklarım için. Böyle bir durum sürecekse eğer çocuklar için sürmesin yani. (K9)*

Başarısızlık duygusu alt temasında belirtilen durum, kişilerin boşanma kararının oluşturduğu başarısızlık hissiyle de ilişkilidir. Katılımcılar, dışarıdan gelecek yargıların, boşanma kararını almada etkili olduğunu dile getirmektedir. K13,

"Başaramadı, sürdürmedi evliliğini diyecekler dışarıdan" diyerek, toplumsal yargıların bireyler üzerindeki baskısını ifade etmektedir. Bu durum, bireylerin boşanma kararını almalarını zorlaştırabilir.

> *Başarısızlık hissi. Çünkü hani başaramadı, sürdüremedi evliliğini diyecekler dışarıdan. (K13)*

4.5. Boşanma Sonrası Adaptasyon

Aile desteği ve sosyal ağların önemi alt temasında katılımcılar, boşanma sonrası dönemde aile desteğinin kadınların duygusal ve sosyal açıdan toparlanmasında önemli bir rol oynadığını ifade etmişlerdir. Katılımcılar, ailelerinin sağladığı manevi desteğin önemini vurgulamakta, bunun yanı sıra arkadaş çevresinin de destekleyici bir rol oynadığını belirtmektedir. K13 "Ailemden çok destek aldım" diyerek, güçlü bir aile desteğinin sağladığı güven duygusunu ifade etmektedir. Bu destek, kadınların boşanma sonrası yeni bir yaşam kurarken hissettikleri yalnızlık hissini azaltmakta ve duygusal iyilik hallerini güçlendirmektedir.

> *Ben erkek arkadaşımın yanına gideceğim. Eski eşim bunu fark ettiğinde işte ben çok kötüyüm bakamıyorum çocuğa hemen gel al bunu buradan diye aradığı zaman ben babamı aradım. Ben dedim gidiyorum ve alamayacağım lütfen sen gidip ondan oğlumu alır mısın dedim. Ben ailemden çok destek aldım. Türkiye'de kaç kadın ailesinden bu kadar destek alabiliyor? (K13)*

> *Manevi destek önemli. Gerek ailenin gerek arkadaş çevresi, sosyal çevre de önemli. (K7)*

Ekonomik güçlük /istihdam temasında, Kadınların boşanma sonrası ekonomik bağımsızlıkları, sosyal hayata adaptasyonlarında önemli bir rol oynamaktadır. Katılımcılar, ekonomik olarak güçlü olmadıklarında sosyal hayata katılımın

zorlaştığını belirtmektedir. Ekonomik bağımsızlık, yalnızca maddi güvenlik sağlamakla kalmayıp, aynı zamanda sosyal ilişkilerin yeniden yapılandırılmasında da önemli bir etken olmaktadır.

> *Maddi, maddi, maddi. Yani ayrılacağım diyorsun, nasıl geçineceğim diyorsun, ben ne yapacağım diyorsun, ayaklarımın üstünde İstanbul gibi yerde durabilecek miyim diyorsun. Yani zaten o esnada da çocukların sana bir nevi destek olmaya çalışıyor. Yani tabii boşanmada ilk senin aklına gelen çocukların ama ikinci olaraktan da para.(K8)*

Duygusal boşluk ve yalnızlık alt temasında, boşanma sonrasında yaşanan duygusal boşluk, katılımcıların en büyük sıkıntılarından biri olarak öne çıkmaktadır. K11, "En büyük sıkıntı duygusal boşluk" diyerek, boşanmanın ardından hissettiği yalnızlığı ifade etmektedir. Bu yalnızlık, fiziksel olarak bir partnerin olmamasından kaynaklandığı gibi, duygusal destek arayışında yaşanan zorluklarla da ilişkilidir. Katılımcılar, boşanmış bir kadın olarak bir erkeğin desteğini hissetmenin önemine değinmekte, ancak aynı zamanda bu desteği bulmanın zorluğuna da dikkat çekmektedir.

> *En büyük, ben de dahil olmak üzere, en büyük sıkıntı duygusal boşluk ve hemen başkasına gitme. Bunu kendimde yakaladım. Kendime koçluk yaptım diyeyim. Böyle bence mesela evliliğin son yıllarında da mesela, ben ilişki kendimde tamamen bitti dediğimde görselde bitmez yani nasıl diyeyim resmiyette bitmese de bende bitiyor ya, mesela o anda nasıl oluyorsa bir duygusal boşluğa düşüyorsun. (K11)*

> *Her türlü sorunla sen baş etmek zorundasın. Erkeğin bir destek olduğu noktayı arıyorsun yani. Keşke yanımda bir erkek olsa. Ya da eşim olsa. Yani şunu da o yapsa, bu erkek işi onu yapması gerekiyor dediğin anlar çok oluyor. Hayat seni tek başınasın, yoruyor artık her şeye sen koşturduğun için. Yani çalışmak zorundasın, çalıştığın evde de yoruluyorsun, işten yorgun geliyorsun. Çocuklar varsa, küçük çocukların ki ben kendi şahsımca örnek vereyim, bazen yalnız da kalıyorsun evinin*

içinde bazen eş de arayabiliyorsun yani. Yalnızlık, dışarıda ne kadar da gitsen, otursan, eğlensen eve geldiğinde nihayetinde yalnızsın. Yalnız bir yatağa yatıyorsun, yalnız oturuyorsun, yalnız televizyon seyrediyorsun. Yani yanında bir eş anlaştıktan sonra çok güzeldir aslında. Ne olduktan sonra? Anlaşabildikten sonra. Ruh ikizim, ben evlilik hayatını çok seven bir insandım normalde. Ruh ikizim olsaydı yani evlilik çok güzel bir şey. Her akşam düşünsene senin ruhunun ikizi geliyor ya. Ya o kadar hoş ki oturup yani sohbet edebileceksin. Seni dinleyebilecek, senin onu dinleyebileceksin. Yalnızlık Allah'a mahsustur yani. Tabii ki dışarıda hayat güzel ama evin içine geldiğinde eş arıyorsun kendine, bir nefes arıyorsun yani. Yalnız kalabiliyorsun. O da sayfanın öbür tarafı yani. (K9)

Herkese bunu açıklamaya çalışmak bir kez çok zor. Boşanmayı istemeyen taraf olduğum için bana çok zor geldi anlatmak, ben boşandım hani başarısızlık, yenilmişlik, devam ettirememiş olmak, çocuğum için acaba ona acıyorlar mıdır diye insanlara bakmak… mesela benim boşandığımda, en zorlandığım şey başıma bir şey geldiğinde ilk ona anlatıyordum. Anlatacak kimseyi bulamadım. Hala mesela onu bu konuda çok arıyorum (Katılımcı ağlayarak ifade etti). Üzüldüğümde, mutlu olduğumda ilk ona anlatıyordum. Şimdi anlatamıyorum… (K1)

Ben haftanın belirli günlerinde çocuğum olmadan uyanıyorum ve bu çok acı verici bir şey. Zaten babası çok daha uzun bir süre çocuğunun olmadığı bir evde yaşıyor. Bu çok acı verici bir şey. ...boşanmak ve geçmeyecek bir acı günün sonunda. Onun için alışmak gerekiyor. Bu çocuk için de geçerli. Çocuk ya annesini özlüyor ya babasını özlüyor. Ve bununla yaşamayı öğrenmek gerekecek. Bu acıyla yaşayabilmeyi göze almak gerekiyor. Bu benim için önemli bir sebepti yani. Ya babasını özleyecek ya annesini özleyecek çocuk. (K13)

Boşanmayı istemeyen tarafsan o dünyayı yıkamıyorsun yani. Senin kurduğun dünyayı karşı taraf yıkmış oluyor ama sen onun yıkılmasını kabullenemeyebiliyorsun. Bu senin boşanmayı kabul edip normal hayatına devam etmeni zorlaştırıyor. (K2)

Toplumsal baskı temasında katılımcıların ifadelerinde, boşanmış kadınların toplumsal baskılarla karşılaştıkları ve ön yargılara maruz kaldıkları sıkça vurgulanmaktadır. K5, "Dul bir kadın sokağa çıkamaz, kocası olmadan bir yere gidemez" diyerek, toplumun dul kadınlara karşı olan olumsuz bakış açısını dile getirmektedir. Bu ön yargılar, kadınların sosyal hayatlarını kısıtlamakta ve yalnızlaşmalarına neden olmaktadır. Katılımcıların çoğu, boşanmanın ardından sosyal çevrelerinin değiştiğini, eski arkadaşlıkların zayıfladığını ve yeni bir sosyal çevre oluşturmanın zorluklarını yaşadıklarını belirtmektedir.

> *Ülkemizdeki yanlış bakış açıları…dul bir kadın sokağa çıkamaz, kocası olmadan bir yere gidemez. Hani o dul etiketi yiyorsun ya…Ben ailemden onu görmedim. Kendim de o psikolojiye kendimi sokmadım ama genel bir yargı var. E tabii, ister istemez arkadaş çevresi değişiyor. Hani evli insanlarla tabii görüşüyorum ama dostlarımla, şeylerimle. Ama o eski şey olmuyor. Daha çok arkadaşlarım bana geliyor. Eşleri gelmiyor veya işte ben onlara yettiğim zaman biz yukarıda oturuyoruz, bir odada oturuyoruz, onlar bir odada oturuyor gibi. Yani birazcık daha kendimi o ortamdan soyutladım. (K5)*

> *Bir kadın eşi olmadan birçok şeyden menedilmiş oluyor. Bu kadar basit. Yaz tatiline bile hocam bir kadın tek başına yanında iki tane çocuğuyla rezervasyon yapıp gidemez. Maalesef hala böyle bir toplumdayız. Yaşadım yani. Toplumun bu tarz kadınları tamamlamak eksiklerini gidermek noktasındaki yaklaşımı cinsel yönde hocam. Yani bir kadının paraya ihtiyacı olup olmaması işe ihtiyacı olup olmaması sadece cinsel eksikliğiyle değerlendiriliyor. Ya da yani, of ya…yani bu kadıncağız filan. Hocam kesinlikle toplumun bakış açısı maalesef bu. Sosyal medyada biri size yazıyor hocam. Evliyim diyorsunuz. "Çok affedersin abla "diyor. Bakın sadece bir tek kelime dahi mevzunun uzamaması için ye- ti- yor, ortada adam yok! Hiçbir şey yok. Evliyim dediğiniz anda abla oluyorsunuz. (K9)*

> *Bir kere bizim toplumumuzda dul kadın olmak zor. Erkeklerin bakış açısı. Mesela ben çalışmıyorum da gittim bir iş arıyorum. Yeni işe gireceğim. Sana önce soruyor evli misin? Erkekse bakış açısı farklı oluyor. Yani biraz da alımlı bir kadınsan biraz*

gösterişin duruşun varsa çok çok farklı oluyor. Yani sokakta nasıl diyeyim sana evli bir kadına nasıl saygın bakıyorlar ama dul bir kadına saygın bakmıyorlar bence. Yani bu hele de evliysen 12'de de gelsen sorun yok ama dul bir kadınsan 12'de eve gelsen kim bilsin nereden geliyor gibi. Yani ön yargı. Bunun zorluklarını yaşayabiliyorsun. (K9)

Yani önceden gidip geldiğin arkadaşların da nasıl diyeyim ben size mesela akşam toplantılarına artık çağrılmadığını göreceksin. O zaman bazı evli kadınlar kocalarını kıskanıyorlar bu anlamda. Bazen işte böyle kayınvalideler falan ya bu ne gelip gidiyor bu eve boşanmadı mı falan… ister istemez sosyal çevre değişiyor bir kısmı kendi gibi olanlardan, işte kendi gibi bekar arkadaşlarıyla geziyor. (K6)

Kadınlar özgürlüğünün daha iyi bir yer olduğunu düşünüyorlar, oysa değil. Yani hocam toplumda her ne kadar boşanma oranı artsa da maalesef ki biz kadınlar için hala istenilen medeni niteliklerde bir bakış açısı söz konusu değil. Bu gerek çalışma ortamında gerek sosyal hayatta. Mesela hocam, dul bir kadın kendine kolay kolay ev bulamaz, ben dulum dediği zaman. Kendine kolay kolay bir yerde iş bulamaz. Bu maalesef böyle, yaşadığım için söylüyorum. Hala var yani bu. Benim fikrim kesinlikle artarak devam ediyor. Çünkü ne dedim hocam en başta? Aslında erkek mantığı aynı. Kadınlara bazı haklar veriliyormuş gibi gösterilmesine karşın, kadınlar bunu yapmaya cesaretlendiriliyor olmasına karşın, toplumda ve piyasadaki erkeklerin mantığı aynı. Hala aynı. Sadece bir gaza getirme oluyor galiba bu sosyal medyada insanlar arasında. Evet hocam, evet. Yani şahane, özgürleştim, mükemmelim. Hocam hiçbir şekilde hayat O çok bakın çok istisnai şeyler var. Ben boşanmış bir kadın olarak anlatıyorum. Ama hayat dışarıda öyle gösterildiği kadar yaşasın ben özgürleştim bu iş bitti falan böyle bir durum yok. Birçok şeyi yanınızda eşiniz olmadığınız sürece ciddiye alınarak yapamıyorsunuz. (K9)

Eski eşle iletişim ve kendini kimliğini bulma temasında, boşanma sonrası kadınların kendi kimliklerini yeniden keşfetmelerine engel olan durumlar ve kadınların sosyal hayata uyum sağlamalarının önemi vurgulanmıştır. Bu adaptasyonu zorlaştıran

nedenlerden birine örnek olarak K3'ün eski eşinin sürekli bahaneler üreterek kendisini rahatsız ettiğini dile getirmesi verilebilir.

Katılımcılar, boşanmanın ardından kendilerine yeni hobiler edinmek, sosyal çevrelerini genişletmek ve kişisel gelişimlerine odaklanmak gerektiğini ifade etmektedir. K11 "Kendimle inatlaşmadan bir hamur gibi şekillenebilmek gerekiyor" diyerek, bu sürecin dönüşüm ve yeniden doğuş anlamına geldiğini vurgulamaktadır. Kadınların, boşanma sürecinde yaşadıkları zorlukları aşabilmeleri için kendilerine zaman ayırmaları ve destek arayışında olmaları gerektiği sonucuna varılmaktadır. Aşağıda bazı katılımcılara ait görüşlere yer verilmiştir.

Bir ayrılık esnasında kişi şundan çok emin olmalı ve yola şöyle çıkmalı. O adam öldü. Hocam o adam öldü. O adam öldü. O adam o çocukları hiç almayabilir. Bak alırsa ne âlâ. Bir nafaka lütfederse ne âlâ. Ama almazsa hiç almayacak zaten. Bunun için de kendi psikolojinizi, çocuklarınızın psikolojisini bozmaya gerek yok. Herkesin bu işe bu nazarla girmesini istiyorum. Böyle bir, asla böyle bir sözleşme ve anlaşma yok. Hocam anlaşılabilseydi evlilik sürecekti ya bu insanlar. Hocam anlaşamadığınız için ayrılıyorsunuz zaten. Bilakis adam şöyle yapıyor. Ben şimdi çocukları aldığımda gezecek tozacak almıyorum. Lütfen cumartesi çocukları alır mısın? Hocam alacağı var adamın, siz dışarıya çıkmayın diye almıyor. Bakın psikolojik mücadeleye bakın. Yokmuş gibi, ölmüş gibi bu farz-i zihnili hocam. Çünkü zaten anlaşmazlık dolayısıyla ayrılıyorsunuz. Bir anlaşma yok. kimse hukuki hiçbir anlaşmaya güvenmesin. (K9)

Boşanıyor ama kadın kurtulamıyor maalesef kocasının baskılarından. Eski kocasının. Bırakmıyor. Onu özgürleştirmiyor. Bu sorunları da kadınlar yaşıyor maalesef. Sosyalleşmesine engel oluyor. Sürekli, çünkü çocuğu bahane ederek işte araması, sorması. Hayatını kontrol etmeye çalışıyor hala. (K3)

Zaten eski eşim benim çocuklarımı hiç almadı. Yani bizde de böyle bir durum vardı. Hatta çok zorlandığım zamanlar oldu çünkü çocuklarımın ilk yıllarda baba diye ağladığını biliyorum yani. (K9)

Çocuğunun bakımını karşılayacak birileri varsa bir kadının çalışması gerekiyor. Çalışmalı ve sosyal hayata arkadaşlara işte tiyatro, sinema vs. konser gibi hani çıkabiliyorsa ne kadar sosyalleşebiliyorsa bir kadın sosyalleşmeli ve yaşadığı bütün olumsuzlukları geride bırakarak önüne bakması gerekiyor. (K3)

Dinlenmesi gerekir ve çekilmesi gerekir. Herkesten, her şey, yani herkesten, bir gözlemlemesi gerekir. Yani arkadaşla sosyalleşmektense sosyal medyayla sosyalleşmesi bence aslında insanı en çok geliştiren sosyalleştiği arkadaşları değil çünkü kendi benzerlerini çekecektir muhakkak karşısına ki eksik yanlarını dengesizliğini görsün bunu zaten evlilikle görememiş insan sosyal hayatında da kolaylıkla göremez çok acı çeker. Yani kendini öyle sosyalleştirerek geliştirmesi gerekiyor. Gerçekten o zaman insan hem çok farklı bakıyor hem çok farklı şeyleri gözünden kaçanları görüyor artık ve gözünden kaçanları gördüğünde de hayatını güzel idam ettirebilirsin. Sadece zayıf noktalarını gerçekten artık değiştirmen gerektiğini, şekillenmen gerektiğini kendinle inatlaşmadan bir hamur gibi bence şekillenebilmek gerekiyor. (K11)

Kişi kendi sınırlarını ve çevresini çok net belirlemeli. Yani çok geniş bir çevremizin olmasına gerek yok hocam. Bizi anlayabilecek, bizi yargılamayacak, bizi üzmeyecek çünkü yeterince üzüldük. Bizi üzmeyecek küçük, Kaliteli, benzer zihinsel yapıda bir çevre gerçekten psikolojik anlamda insanı çok mutlu ediyor. Çünkü yeni çevrelere girmek, büyük yeni yargılar, bu yargılarla mücadele edecek bir psikolojik dayanıklılık gerektiriyor. Bu da zor bir iş. Bu yüzden çevresini makul, mantıklı, kabul ettiği ve kabul edilebilir bir çevreden seçerek Bu çevre içinde en mutlu şekilde ve en özgür şekilde yaşamalı. Yani bu çevre içinde kişi tatile de gidebilir, iş de yapabilir, birinin omzunda ağlayabilir de bu da buna dahil. Ama yargılanmayacağı, ben çok yeni denemeleri sevmem bu anlamda. Yeni sosyal açılımları çok sevmem açıkçası. Tabii bu benim karakterimle de ilgili olabilir. Ama bunun dediğim gibi insanın psikolojik yorgunluğunun en az minimal düzeyde olması için steril bir çevre tavsiye ediyorum ben herkese. Belli steril bir çevre. (K9)

Birlikte aynı şüreçten geçmiş, aynı dönemden, öyle ya da böyle benzer hikayelerden yani boşanma sürecinden geçmiş kadınların bir araya gelerek birbirleriyle paylaşım yapması ama bu böyle hani şey gibi değil, ders anlatma gibi değil. Hani görüldükleri, duyuldukları, yalnız olmadıklarını bildikleri bir ortamda olmaları ya da online buluşma her neyse yani bir çemberde olmaları ve kendilerinin sadece hani o süreçlerdeki yasını da atlatırken aslında bir yas süreci oluyor, eş kimliğinden ayrılıyor, bekar olmaya başlıyor, hani ailelerin şeyi var. Hani oradaki o süreçlerinde destek şeylerinin oluşturulması ve sinir sistemlerini tanıyarak kendilerine iyilik hallerini güçlendirecek kaynaklara ulaşmaları sağlanmalı. Kaynak oluşturulmalı yani aslında. (K12)

Hiçbir şekilde her şeye rağmen hayattan kopmamak hocam. Çünkü psikolojik olarak sıkıntılı bir dönemde oluyorsunuz. Terk edilmiş olabilirsiniz. Tercih edilmemiş olabilirsiniz, hakaretler duymuş olabilirsiniz, şiddet görmüş olabilirsiniz. Burada ben kendim için ne yapabilirim? Her zaman kişinin şunu bilmesi lazım. Ben iyi olursam çevrem iyi olacak. Ben iyi olursam çocuklarım iyi olacak. Ben iyi olursam geleceğim iyi olacak. Bunun için nerede ve nasıl olmasını gönlü istiyorsa, ben mesela hocam şu an Okuyorum, yazıyorum. İnsanlar bana diyorlar ki ya sana rahat mı batıyor? Çok özür diliyorum. Ama ben orada kendim olmak için bir çaba sarf ediyorum. Ve kendime bir yatırım yapıyorum. Başarabileceklerimi görmek ve zorlamak istiyorum. (K9)

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma ve Sonuç

Bu bölümde, araştırmanın tartışma, sonuç ve önerileri sunulmaktadır. Araştırma kapsamında, boşanmış kadınların evlilik uyumuna yönelik deneyimlerinden elde edilen bulgular derinlemesine ele alınmıştır. Elde edilen bulgular, alanyazında yer alan mevcut çalışmalar ışığında değerlendirilmiş ve yorumlanmıştır. Bu bağlamda, çalışmanın sonuçları doğrultusunda çeşitli öneriler geliştirilerek, konuya ilişkin literatüre katkı sağlanması amaçlanmıştır.

5.1.1. Evlilik Uyumunun Temelleri Teması

Katılımcıların evlilik uyumu konusundaki deneyimleri detaylı bir şekilde incelenmiş ve elde edilen bulgular, evlilik uyumunun dinamiklerini ve uyumsuzlukların eşler üzerindeki çok boyutlu etkilerini ortaya koymaktadır.

Genellikle eşler arasında karşılıklı anlayış, saygı ve duygusal destek durumu olarak tanımlanan evlilik uyumu, bireylerin ve ailelerin genel refahında kritik bir rol oynamaktadır. Evlilik uyumu, bireylerin psikolojik sağlığı, sosyal ilişkileri, ekonomik durumu, karşılıklı saygı, sağlıklı iletişim ile doğrudan bağlantılı bir olgudur. Katılımcıların vurguladığı gibi, evlilik uyumu ve sürekliliği birçok faktörün etkileşimiyle şekillenmektedir. Bu uyumun sağlanamadığı durumlarda çatışmalar kaçınılmaz olmaktadır.

Alanyazın incelendiğinde araştırmalar evlilik uyumunun sadece çifti etkilemediğini, aynı zamanda çocuk gelişimi üzerinde de önemli etkileri olduğunu ortaya koymuştur.

Cummings ve Davies (2012: 1703-1715), çocuklarda duygusal güvenliğin evlilik ilişkilerinin kalitesinden nasıl etkilendiğini tartışarak, evlilik çatışmasının çocuklarda duygusal ve davranışsal sorunlara yol açabileceğini öne sürmüştür. Evlilikteki uyumsuzlukların çocukların uyum sorunlarıyla ilişkili olduğunu belirten ve çocuğun refahı adına evlilik kalitesinin ele alınmasının önemini vurgulayan Papp vd. (2004: 368-384) çalışmalarındaki bulgularıda bu durumu desteklemektedirler.

Boşanma, evlilikteki uyumsuzluğun en belirgin sonuçlarından biridir. Boşanma süreci, bireyler üzerinde derin psikolojik etkiler bırakabilir. Boşanma sürecinin uzaması, çocuklarda da olumsuz etkiler yaratmakta ve çocukların sosyal uyumlarını zorlaştırmaktadır (Bilici, 2014; Erdim ve Ergün, 2016).

Katılımcılar, evlilikten önce eşlerin birbirlerini iyi tanımalarının önemini vurgulamışlardır. Evliliğin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi, eşlerin birbirlerinin geleceğe dair gayelerini anlayıp ve bu konuda birbirlerine destek olmasına ve karşılıklı biyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına bağlıdır. Bu ihtiyaçların sağlanması, evlilikteki uyum için oldukça önemlidir (Gökmen, 2001'den akt. Zhumgalbekov ve Efilti, 2023: 2).

Eşlerin birbirlerini iyi tanımaları, karşı tarafın beklentilerini, hoşgörülerini ve hayata bakış açısını anlamaya yardımcı olur. Özellikle K2'nin belirttiği gibi, bu kıstaslar uyumlu bir ilişki kurma sürecinin temelini oluşturur. Böylece eşlerin olası çatışmaları daha kolay aşmalarını sağladığı için daha uyumlu bir evliliği teşvik ettiği varsayılmaktadır. Bu faktörün önemi, evlilik öncesi eğitim veya danışmanlığa katılan çiftlerin daha yüksek memnuniyet seviyeleri ve daha düşük boşanma oranları bildirme eğiliminde olduğunu gösteren araştırmalarla desteklenmektedir (Qian, 2016: 209-225). Dolayısıyla eşlerin, birbirlerinin değer yargılarını ve yaşam hedeflerini bilmesi, yalnızca çatışmaları önlemekle kalmaz, aynı zamanda derin bir bağ kurmalarına da yardımcı olur.

Katılımcılar, kültürel değerlerin ve ailelerin geleneklerinin uyumunun evlilikteki uyumu büyük ölçüde etkilediğini belirtmişlerdir. K4, farklı aile kültürlerinin aynı evin içinde çatışmalara neden olabileceğini ifade etmiştir. Bu durum, bireylerin ailelerinden edindikleri davranış kalıplarının, kendi kurdukları ailede nasıl bir etki yaratabileceğini gözler önüne sermektedir. Bu durum eşlerin genellikle köken ailelerinden gelen davranış kalıplarını kendi evliliklerinde de kopyaladıklarını öne süren sosyolojik araştırmalardaki bulgularla örtüşmektedir (Park ve Lee, 2017: 187-200).

Katılımcıların vurguladığı gibi, aile geçmişinin evlilik uyumundaki rolü oldukça kritiktir. Aile gelenekleri, görenekleri ve yaşam tarzı benzerlikleri, eşlerin birbirlerinin davranışlarını anlamalarına ve bu davranışları daha iyi yorumlamalarına yardımcı olabilir. Her birey, aile ortamında edindiği değerler ve normlarla şekillenir; bu nedenle, benzer aile geçmişine sahip eşler, karşılıklı anlayış ve empati geliştirmekte daha avantajlı olabilirler.

Aynı kültürel ve toplumsal bağlamdan gelen bireyler, benzer yaşam deneyimlerine ve beklentilere sahip oldukları için, evlilik içindeki çatışmaları daha kolay yönetebilirler. Aile geçmişinin etkisi, yalnızca bireylerin davranışlarını değil, aynı zamanda ilişki dinamiklerini de şekillendirir. Ailelerinden gördükleri model, bireylerin evlilikteki rollerini ve sorumluluklarını nasıl algıladıklarını etkileyebilir. Dolayısıyla, aile geçmişinin ve geleneklerinin, evlilik uyumunu güçlendiren bir temel oluşturduğu söylenebilir. Bu bağlamda, gelecekteki eşlerin, aile geçmişlerini ve değerlerini dikkate alarak birbirlerini tanımaları, daha sağlıklı ve uzun ömürlü bir ilişki kurmalarına katkıda bulunacaktır.

Ayrıca, katılımcılar ailelerin evliliği onaylamasının ve müdahale etmemesinin de önemli bir unsur olduğunu ifade etmişlerdir. Ailelerin evlilik ilişkilerine müdahale etmesi, çiftler arasında gerginliğe ve çatışmalara neden olabilmektedir. Araştırmalar, ailelerin çocuklarının evliliklerine aşırı derecede dahil olmasının, eşler arasında artan gerginliğe ve çatışmaya yol açabileceğini göstermektedir (Shafer, 2012: 1500-1501). K3'ün tecrübesi de ailelerin çocuklarının özel hayatlarına aşırı müdahalelerinin, evlilik içindeki dinamikleri olumsuz etkileyebileceğini ortaya koymaktadır.

Katılımcıların dile getirdiği diğer önemli faktörler arasında eğitim seviyesi ve ekonomik uyum bulunmaktadır. K6, benzer ekonomik geçmişlerin çiftlerin sosyal aktiviteler ve deneyimlerden daha fazla keyif almasına olanak tanıdığını belirtmektedir. Sahoo vd., (2021: 209-225) yaptıkları çalışmada ekonomik farklılıkların evliliklerde strese ve çatışmaya yol açabileceğini ve nihayetinde evlilik uyumunu olumsuz olarak etkileyebileceğini vurgulamışlardır.

Ayrıca, eğitim seviyesinin de evlilik uyumuna katkı sağladığı ifade edilmiştir. Benzer eğitim düzeyine sahip bireyler, daha iyi iletişim ve anlayış geliştirme eğilimindedir. Eğitim seviyelerinin yakın olması, çiftlerin iletişim becerilerini ve sorun çözme yeteneklerini geliştirmekte önemli bir rol oynamaktadır. K6, ekonomik benzerliklerin evlilik uyumuna katkı sağladığını belirtmiştir.

Boşanmış kadınların yaşadıkları evliliklerde en sık karşılaştıkları sorunların başında iletişim eksikliklerinin geldiği görülmektedir. İletişim, sağlıklı bir evlilik için temel bir unsurdur ve iletişim becerilerinin yetersizliği, çatışmaların çözümünde sıkıntılar yaratmaktadır. Katılımcılar, eşleriyle duygularını ve düşüncelerini açıkça ifade edemediklerini ve bu durumun zamanla duygusal mesafe ve anlaşmazlıklara yol açtığını belirtmişlerdir.

İletişim eksiklikleri, karşılıklı anlayışı zedeleyerek, boşanma kararını hızlandıran bir etken olabilmektedir. Bu bağlamda Özgüven (2010: 88-89), uyumlu evliliğin ancak sağlıklı bir iletişimle gerçekleşebileceğini vurgulamıştır. Sağlıklı bir iletişimin olmayışı, eşler arasındaki sorunların doğru bir şekilde anlaşılamaması ve çözüme kavuşturulamaması ile eşler arasında uzlaşılamayan konuların birikmesine ve neticede işlevsiz tartışmalara sebep olmaktadır.

K1'in ifadesiyle, dürüstlük evlilikte önemli bir yere sahiptir; dürüst olmayan bir eşle yaşanan çatışmalar, evliliği tehdit edip boşanmayla sonuçlanmasına sebep olabilmektedir. Ayrıca, katılımcılar zor günlerde destek olmanın, sorunlar karşısında birlikte çözüm aramanın ve empati kurmanın önemine de dikkat çekmişlerdir. Bu, destekleyici bir evlilik ilişkisini teşvik etmede karşılıklı saygı ve anlayışın rolünü vurgulayan mevcut literatürle uyumludur (Horwitz ve Neiderhiser, 2011: 8-10)

Bu unsurlar, sağlıklı bir evlilik dinamiği için gereklidir. Eşlerin birbirlerinin farklılıklarını kabul etme becerileri, çatışmaların üstesinden gelmelerine yardımcı olur.

K8, evlilikte sevgi ve saygının varlığının, ilişkilerin sağlıklı bir şekilde devam etmesi için elzem olduğunu belirtmiştir. Bu, evlilik uyumunu artırmada etkili iletişimin ve saygının rolünü vurgulayan araştırmalarla da örtüşmektedir (Saudah vd., 2023: 325-333). Saygı kaybolduğunda, evlilikte sevgi de zayıflamakta ve bu durum ilişkinin sürdürülebilirliğini tehdit etmektedir.

Bu bağlamda, katılımcıların vurguladığı gibi, karşılıklı anlayış ve destek, evliliğin sağlıklı bir şekilde devam etmesi için kritik öneme sahiptir. Kadınlar, evliliklerinde rollerin ve sorumlulukların adil bir şekilde paylaşılmasının önemine vurgu yapmaktadır.

Geleneksel cinsiyet rollerinin ve toplumsal beklentilerin etkisi, birçok kadının evlilikte hissettiği uyumsuzluk ve tatminsizlik duygularını artırmaktadır. Boşanmış kadınlar, eşlerinin ev içindeki sorumlulukları paylaşma konusundaki tutumunun, evlilik uyumunu doğrudan etkilediğini belirtmişlerdir. Eşitlikçi bir yaklaşım hem kadınların hem de erkeklerin daha tatmin edici bir ilişki deneyimi yaşamalarına olanak tanıyacağı düşünülmektedir.

5.1.2. Evlilik Uyumunun Sürdürülmesi Teması

Katılımcıların ifadesine göre, çocuk sahibi olma evlilikte uyumsuzluklara sebep olabilmektedir. Çünkü çocukla beraber yeni düzene alışmak, sosyal hayatın kısıtlanması, annenin iş hayatına ara vermesiyle gelirin azalması ve maddi anlamda ek harcamaların yapılması ve evdeki iş sorumluluklarının artması gibi durumlar eşler arasında gerginliğe sebep olabilmektedir.

Örneğin, K4, bir çocuğun gelişinin sosyal yaşamda ve finansal istikrarda ciddi bir azalmaya yol açabileceğini ve bunun da evlilik ilişkisini zorlayabileceğini belirtmiştir. Bu durum, çiftlerin ebeveynliğe eşlik eden durumlara hazırlıksız olduğunda artan strese ve azalan evlilik memnuniyetine yol açabileceğini öne süren literatürde de örtüşmektedir (Lavner vd., 2020: 283). Çocuk sahibi olmanın getirdiği sorumluluklar, çiftlerin birbirlerine olan destek ve anlayışlarını zorlayabilir. Sosyal

yaşamın kısıtlanması ve finansal yükümlülüklerin artması, çiftlerin ilişkilerindeki tatmin seviyesini olumsuz etkileyebilir. Bu bağlamda, ebeveynlik sürecine hazırlıklı olmak ve gerekli destek mekanizmalarını oluşturmak, çiftlerin evliliklerindeki uyumu korumalarına yardımcı olacaktır. Dolayısıyla, ebeveynlik öncesinde ve sırasında yapılacak planlamalar, çiftlerin ilişkilerini güçlendirecek ve zorluklarla başa çıkma becerilerini artıracaktır.

Katılımcılar, yalan söyleme, maddi sıkıntılar, ailelerin evliliğe müdahale etmesi ve aldatma gibi faktörlerin uyumsuzluklara yol açabileceğini belirtmişlerdir. Örneğin K1, ekonomik zorluklar nedeniyle ilişkideki saygının nasıl zedelendiğini ve daha sonra ekonomik durum düzeldiğinde saygıyı kaybettikleri için tekrar eskisi gibi olmadıklarını ve ilişkilerinde çatışmaların arttığını dile getirmiştir. Mali sıkıntının duygusal bedeli yetersizlik ve kızgınlık duygularına yol açarak, ilişkinin dinamiklerini daha da karmaşık hale getirebilir (Cohen vd., 2010: 732-734). Uyumsuzlukların yönetilmesi, sağlıklı iletişim ve empati ile doğrudan ilişkilidir.

K4, duygusal ihtiyaçların karşılanmadığı durumlarda kadınların nasıl iletişimi kesme eğiliminde olduğunu vurgulamıştır. Bu durum, iletişim eksikliğinin ilişkide nasıl derin yaralar açabileceğini gösterir. Eşler birbirlerinin duygusal ihtiyaçlarını anlayamadıklarında, bu iletişimde bozulmaya yol açabilir (Cohen vd., 2010: 732-734).

K2'nin belirttiği gibi, evliliği bir yük olarak değil, bir arkadaşlık olarak görmek, sorunların üstesinden gelinmesinde önemli bir adım olabilir. Katılımcılar, evlilikte sorumlulukların eşit şekilde paylaşılmasının gerekliliğine de değinmişlerdir.

K3 ifadesinde, evlilikte sürekli bir tarafın sorumlulukları üstlenmek zorunda kalması diğer tarafın da hiçbir sorumluluğu almaması durumunda, bir tarafın alanı daralırken diğer tarafın ise genişlediği konusuna vurgu yapmıştır. Bir eş aşırı yüklenilmiş hissettiğinde, bu durum ihmal ve tatminsizlik duygularına yol açabilir ve bu da ilişkide eleştiri veya geri çekilme olarak ortaya çıkabilir. Bu durumda alanı daralan

eşin (kadının) sorumluluklar altında kalması sonucu stres seviyesinin artmasıyla gerginliklerin oluşmasına sebebiyet verdiğini belirtmiştir. Bu tutarsızlık, evlilikteki memnuniyetsizliğin önemli bir kaynağıdır. Bu tespit, evlilik uyumunun sürdürülmesinde eşit iş bölümünün önemini vurgulayan çalışmalarla desteklemektedir (Cohen vd., 2010: 732-734). Eşlerin iş birliği yapması ve yardımlaşması, ilişkilerin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi için kritik öneme sahiptir.

5.1.3. Uyumsuzluğun Nedenleri ve Yönetimi Teması

Boşanma, genellikle tarafların birbirlerine karşı duyduğu sevgi ve saygının bitmesi, iletişimin kesilmesi ve evliliğin sürdürülemez hale gelmesi gibi durumların sonucunda gerçekleşmektedir. Katılımcılar, boşanmayı tetikleyen çeşitli faktörleri ve bu süreçte yaşanan zorlukları ortaya koymuşlardır. Özellikle madde bağımlılığı, psikolojik problemler, aldatma ve şiddet gibi unsurlar, evliliklerin sona ermesinde belirleyici rol oynamaktadır.

K4'ün ifadesine göre, psikolojik problemleri olan bir eşle ilişkide yaşanan zorluklar, evliliğin sürdürülebilirliğini tehlikeye atmaktadır. Psikolojik problemi ve bağımlılığı olan eşin durumu kabul etmemesi ya da bu durumun düzeltilmesi için herhangi bir çapa sarf etmemesi diğer eşi de çok yoracağından bir süre sonra çatışmaların artarak devam etmesine sebep olarak boşanmayla sonuçlanabilmektedir. Cranford vd., 2011: 220) tarafından yapılan çalışma da bu sonucu desteklemektedir.

K2 ise ifadesinde, eğer taraflar uyumsuzlukları kabul eder ve bunu normalleştirirse boşanmanın erteleneceğini ancak sorunlar devam ederse boşanmanın gerçekleşebileceğinden bahsetmiştir. K7, fiziksel ve sosyal şiddetin özgürlük arayışını tetikleyebileceğini, özellikle düşüncede kişisel özgürlüğün kısıtlanmasının ise sıkışmışlık duygularına yol açarak boşanma isteğini artırabileceğini belirtmiştir. Bu, aile içi şiddet ile psikolojik problemler arasında güçlü bir ilişki olduğunu ve bunun da nihayetinde evliliğin dağılmasına yol açabileceğini gösteren mevcut literatürle uyumludur (Lamela vd., 2015: 722; Tullius vd., 2021: 975).

K8, hakaret ve kötü muamelenin hâkim olduğu saygıdan yoksun bir ortamda evlilik uyumunun olmayacağını vurgulamıştır. Bu muamelelerin, evlilik ilişkilerinde yüksek düzeyde çatışma ve saygısızlığın boşanmanın önemli sebeplerinden olduğunu gösteren araştırmalarla da desteklenmektedir (Lamela vd., 2015: 221; Potter, 2010: 937). Duygusal destek de boşanma kararlarını etkileyen kritik faktörlerden biri olarak ortaya çıkmıştır. Katılımcılar, mali zorlukların evlilik sorunlarını daha da kötüleştirdiğini ve boşanma düşüncesine katkıda bulunduğunu belirtmişlerdir.

Ekonomik stres, çiftlerin iletişimlerini zorlaştırır ve iş birliğini engelleyebilir. Bu durum, zaten var olan çatışmaları daha da derinleştirir ve saygı eksikliğini artırır. Duygusal destek, bu noktada kritik bir faktör olarak öne çıkmaktadır; sağlıklı bir destek mekanizması, çiftlerin zorlukları aşmalarına yardımcı olabilir. Dolayısıyla, evlilikteki saygı, duygusal destek ve iletişim, boşanma kararlarını etkileyen temel unsurlar olarak değerlendirilmeli ve bu unsurların güçlendirilmesi hedeflenmelidir. Eşlerin birbirlerine karşı saygılı ve destekleyici bir tutum sergilemesi, sadece evlilik uyumunu artırmakla kalmayacak, aynı zamanda ilişkilerinin sürdürülebilirliğine de katkıda bulunacaktır.

K3, özellikle boşanmayı düşündüğünde güçlü bir aile desteğine ihtiyaç duyan kadınlar için duygusal desteğin önemini vurgulamıştır. Bu, kadınları uyumsuz bir evliliği bitirme kararı almak için öne sürülen bulgularla tutarlıdır (Ashenafi ve Ayenew, 2021: 79; Esmaeili vd., 2011: 250). Mali sıkıntı ve duygusal destek arasındaki etkileşim ç k önemlidir, çünkü ekonomik imkansızlıklar evlilikler içinde artan çatışmaya yol açabilir ve boşanmaya ilişkin karar alma sürecini daha da karmaşık hale getirebilir (Esmaeili vd., 2011: 250; Potter, 2010: 934).

Boşanma karar alma sürecinde çocukların rolü de çok önemlidir. K4'ün de belirttiği gibi ebeveynler çocuklarının psikolojik iyiliğini korumak için boşanmayı geciktirebilirken, ebeveyn mutluluğunun çocukların mutluluğu için elzem olduğu düşüncesi de göz ardı edilemez.

K5, istikrarsız bir ev ortamının boşanmayı daha elverişli bir seçenek haline getirebileceğini belirtmiştir. Araştırmalar bu görüşü destekleyerek, yüksek çatışmalı ortamlara maruz kalan çocukların ebeveyn ayrılığından gelebilecek istikrardan faydalanabileceğini göstermektedir (Esmaeili ve Yaacob, 2011: 257; Lamela vd., 2015: 718; Tullius vd., 2021: 976). Ancak, boşanmış ailelerin çocukları sıklıkla davranış sorunları ve akademik zorluklar gibi zorluklarla karşılaştıkları için boşanmanın çocukların gelişimi üzerindeki etkisiyle ilgili endişeler yaygın olmaya devam etmektedir (Ashenafi ve Ayenew, 2021: 79; Galluzzo, 2021: 14; Zhou, 2023: 221). Bu nedenle, ebeveynler başlangıçta çocukları uğruna boşanmaktan çekinebilirler ancak çatışma dolu bir evlilikte kalmanın uzun vadeli etkileri hem ebeveynler hem de çocuklar için zararlı sonuçlara yol açabilir.

5.1.4. Boşanma Kararını Etkileyen Faktörler Teması

Katılımcıların ifadeleri, boşanma kararlarının arkasında yatan en önemli etkenlerden birinin çocuklar olduğunu açıkça ortaya koymaktadır. Ebeveynler, çocuklarının psikolojik ve duygusal sağlığını koruma arzusuyla boşanmayı erteleyebilmekte ve bu durum, evlilik dinamiklerini derinden etkileyebilmektedir. Örneğin, K4, çocuk olmasaydı boşanmayı daha erken düşünmüş olabileceğini belirtmektedir. Bu durum, çocukların varlığının evliliği sürdürme konusunda nasıl bir engel oluşturduğunu gösterirken, aynı zamanda ebeveynlerin sorumluluklarını da vurgulamaktadır. Yapılan bazı çalışmaların da bu durumu desteklediği görülmektedir (Ryan, 2012: 1085-1090).

K12'nin ifadesi, huzursuz ve güvensiz bir aile ortamında büyümenin etkilerine dikkat çekmektedir. Ebeveynlerin kendi mutluluklarının çocukların gelişimindeki rolü, boşanma kararını etkileyen önemli bir faktördür. Çünkü mutluluk düzeyi yüksek olan ebeveynler, çocuklarıyla daha sağlıklı ilişkiler kurarak onların duygusal ve sosyal gelişimlerine katkısı bulunmaktadır (Bahrami, 2017: 2-4) Eğer ebeveynler mutlu değilse, çocukların da sağlıklı bir gelişim göstermesi zorlaşabilir. Bu nedenle, ebeveynler arasındaki ilişkinin sağlığı, çocukların psikolojik iyilik halleri açısından kritik bir öneme sahiptir.

Ekonomik bağımsızlık ise, kadınların boşanma kararlarını olumlu yönde etkileyen önemli bir faktördür. K6'nın belirttiği gibi, kadınlar boşanma sürecinde çocuklarına bakıp bakamayacaklarını düşünmekte ve bu nedenle ekonomik durumlarını göz önünde bulundurmaktadır. Özellikle boşanmanın ardından yaşanan ekonomik zorluklar, çocukların eğitimlerinin olumsuz etkilenmesine sebep olmaktadır (Esmaeili vd., 2011:120-122). Kadının maddi olarak güçlü olması, boşanma kararını kolaylaştırabilir. Ancak, K11'in vurguladığı gibi, varlıklı bir erkeğin yanında kalan kadınlar için boşanma düşüncesi, ekonomik bağımlılık nedeniyle zorlaşabilir.

Kişisel mutluluk da boşanma kararında önemli bir rol oynamaktadır. Katılımcılar, sevginin ve umudun sona erdiği durumlarda boşanmanın kaçınılmaz hale geldiğini belirtmektedir. Aldatma gibi durumlar, genellikle ilişkilerdeki sevgi eksikliğinden kaynaklanmakta ve bu da boşanma kararını etkileyen faktörlerden biri olarak ortaya çıkmaktadır. K2'nin ifadesi, uyumsuzlukların normalleşmesi durumunda boşanmanın gerçekleşmeyeceğini, ancak bu uyumsuzlukların rahatsız edici hale gelmesi durumunda kararın alınabileceğini göstermektedir.

Başarısızlık hissi de boşanma kararını etkileyen bir diğer önemli faktördür. Katılımcılar, dışarıdan gelecek yargıların bireyler üzerindeki baskısını vurgulamaktadır. K13, boşanmanın toplumda nasıl bir başarısızlık olarak görüldüğünü belirtmekte ve bu durumun bireylerin karar alma süreçlerini zorlaştırdığını ifade etmektedir. Toplumsal normlar, bireylerin boşanma düşüncelerini gerçekleştirmelerini daha zorlu hale getirebilir.

5.1.5. Boşanma Sonrası Adaptasyon Teması

Boşanma sonrası adaptasyon, bireyler için genellikle zorlu bir süreçtir. Katılımcıların ifadeleri, bu sürecin zorluklarını ve destekleyici unsurlarını derinlemesine ortaya koymaktadır. Boşanmış kadınların yaşadığı toplumsal algılar, çevresel değişiklikler, psikolojik travmalar ve maddi zorluklar, adaptasyonu zorlaştıran başlıca faktörler arasında yer almaktadır.

Katılımcılar, boşanmış kadınların toplumsal algılara maruz kaldığını ve bu durumun sosyal ilişkilerini nasıl etkilediğini vurgulamaktadır. K5, "dul" etiketiyle yaşamanın getirdiği zorluklardan bahsederken, eski arkadaş çevresinin değişmesi ve evli kadınların boşanmış kadınlarla olan ilişkilerindeki mesafeden söz etmektedir.

K6 da boşanmış kadınların bazı sosyal etkinliklerden dışlandığını ve bazı evli kadınların kocalarını kıskandığını belirtmiştir. Sosyal damgalanmanın olumsuz etkisi, boşanmış kadınların sıklıkla toplumlarından daha fazla inceleme ve yargıya maruz kaldıklarını ve bunun da sosyal olarak yeniden bütünleşme yeteneklerini engelleyebileceğini gösteren araştırmalarla da desteklenmektedir (Daoulah vd., 2017: 3; Sbarra vd., 2011: 456). Bu tür sosyal dışlanma, boşanmış bireylerin kendilerini yalnız hissetmelerine ve sosyal hayata uyum sağlamalarını zorlaştıran bir etkendir.

Boşanma süreci, bireylerde psikolojik travmalara neden olabilmektedir. K1, boşanmayı istemeyen taraf olmanın getirdiği zorlukları dile getirirken, yaşadığı duygusal karmaşa ve yalnızlık hissini aktarmaktadır. Bu durum, boşanmanın kabullenilmesini zorlaştırmakta ve bireyin yeni bir hayata adım atmasını engellemektedir. K2, boşanmayı kabullenememenin, bireyin normal yaşamına devam etmesini zorlaştırdığını ifade etmiştir. Özellikle yüksek düzeyde duygusal acı ve uyum güçlüğü yaşayan kadınlar için boşanmayla ilgili psikolojik sıkıntılar yaşanmasının kaçınılmaz olduğu literatürle de desteklenmektedir (Esmaeili vd., 2015: 250; Nikparvar vd., 2018). Bu tür duygusal zorluklar, bireylerin boşanma sonrası sosyal hayata adaptasyonunu ciddi şekilde etkiler.

Boşanma sonrası eski eşle devam eden ilişkiler, özellikle eski eşin kadını sürekli kontrol etme çabası açısından sorun yaratabilmektedir. K3, boşanmış kadınların eski eşlerinin baskılarından kurtulamadığını ve bunun sosyal hayata adaptasyonu zorlaştırdığını belirtmektedir. Eski eşin sürekli iletişimde kalması ve çocuğu bahane ederek kadını sürekli kontrol etmeye çalışması, bireylerin özgür olma isteklerini zedeleyerek kadınların yeni bir yaşam inşa etmelerini zorlaştırmaktadır. Bu, eski

eşlerle yaşanan çatışmalı ilişkilerin boşanmış kadınların duygusal iyileşmesini ve topluma yeniden entegrasyonunu nasıl engelleyebileceğini gösteren çalışmalarla örtüşmektedir (Darghouth vd., 2015: 484; Jiarui ve Amat, 2023: 216).

Katılımcılar, boşanma sonrası sosyal hayata adaptasyonu kolaylaştırmak için çeşitli stratejiler önermektedir. Uzman desteği almak, yeni hobiler edinmek ve sosyal çevreyi genişletmek gibi öneriler, bireylerin yaşadığı zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olabilir.

K1, manevi desteğin önemini vurgularken, K3 de sosyal etkinliklere katılmanın bireylerin ruh hallerini olumlu yönde etkileyebileceğini belirtmektedir. Bu tür destekleyici unsurlar, boşanmış kadınların kendilerini yeniden inşa etmelerine olanak tanır. Yeni hobiler edinmek ve çocuklarla kaliteli zaman geçirmek de faydalı stratejiler olarak belirlenmiştir (Parker vd., 2022; Yang, 2023: 12). Literatür bu bulguları desteklemekte ve sosyal desteğin ve anlamlı aktivitelere katılımın boşanmış kadınların psikolojik iyilik halini önemli ölçüde artırabileceğini göstermektedir (Chowdhury, 2023: 33; Hung, 2020: 642). Ayrıca, terapi gibi uzman desteğinin duygusal düzenlemeyi ve başa çıkma stratejilerini geliştirerek uyum sürecine yardımcı olduğu da gösterilmiştir (Cohen, 2019: 5; Newton-Levinson vd., 2014: 918).

Boşanma sonrası adaptasyon süreci, bireyler için karmaşık ve zorlu bir süreçtir. Toplumsal algılar, çevresel değişiklikler, psikolojik travmalar ve eski eşle devam eden ilişkiler, bu sürecin zorluklarını artırmaktadır. Ancak, bireylerin uzman desteği alması, sosyal çevrelerini genişletmesi ve kendilerine zaman ayırması, adaptasyonu kolaylaştıran önemli unsurlardır. Boşanma sürecinin sağlıklı bir şekilde yönetilmesi, bireylerin kendilerini yeniden bulmalarına ve geleceğe umutla bakmalarına yardımcı olabilir.

5.2. Öneriler

Uygulayıcılara Yönelik Öneriler; Evlilik öncesi çiftlere evlilik uyumunu güçlendiren faktörler hakkında eğitimin verilmesi faydalı olabilir. Evlilik uyumunun belirlenmesi, uyumsuzluk ya da uyum azlığı durumunda nasıl davranmaları, neler yapmaları gerektiği konusunda psikoeğitim, evlilik ya da aile okulu şeklinde çalışmaların yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Alan Araştırmacılarına Yönelik Öneriler;

Çocuklu evli çiftlerin evlilik uyumunu arttırmaya yönelik yapılacak olan çalışmalara evlilikte iletişim, empati, saygı ve iş bölümünü geliştirmeye yönelik içeriklerin eklenmesi yararlı olabilir.

Boşanmış erkeklerin gözünden evlilik uyumunu etkileyen faktörlerin anlaşılabilmesi ve bu anlamda evlilik uyumunu güçlendirmeye yönelik yapılacak olan çalışmaların bir bütün halinde değerlendirilebilmesi için nitel ya da karma bir çalışmanın yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler; Aile ve sosyal politikalar bakanlığı bünyesinde, aile sağlığı merkezlerinde görev alacak, her ailenin bağlı olduğu bir aile danışmanının olması evlilik uyumunun arttırılması, evliliklerdeki çatışmaların önlenmesi ya da iyileştirilmesi açısından büyük fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Boşanma sonrası kadının çalışabilmesi için çocuğunun bakımını kolaylaştırabilecek kreş desteği gibi alternatiflerin oluşturulması kadın ve çocuğun hayata adaptasyonunu kolaylaştırabilir.

Boşanma sonrası babanın çocuğunu hafta sonları almayışının ya da annenin çocuğunu babaya göstermemesinin bir yaptırıma bağlanması caydırıcılık oluşturacağından çocuğun psikolojisi açısından yararlı olacağı düşünülmektedir.

Resmi nikahın yapılabilmesi için gerekli olan “Evlilik Sağlık Raporu” gibi belediyeler bünyesinde sunulacak bir “Aile ve Evlilik Danışmanlığı” hizmetine çiftlerin katılımının zorunlu tutulması, çiftlerin evlilikle ilgili olumsuz değer yargılarından arınarak ve doğru davranış şekillerini öğrenerek evlenmelerinin yaşanılacak olası uyumsuzlukları engelleyebileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Abolghasemi, J. (2024). Predictors of marital satisfaction among reproductive-age women based on personality traits: a study in iran. *Cureus.* https://doi.org/10.7759/cureus.59610

Acer, S. (2020). *Ebeveynlik Tutumunun Psikolojik Belirtilere Etkisinde Zihinselleştirmenin, Dayanıklılığın ve Çocukluk Çağı Deneyimlerinin Rolü: Nesiller Arası Bir Çalışma*. (Doktora Tezi) Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ahmadi, L., Panaghi, L., Sadeghi, M., & Zarchi, M. (2020). The mediating role of personality factors in the relationship between family of origin health status and marital adjustment. *Journal of Research and Health,* 239-248. https://doi.org/10.32598/jrh.10.4.1526.1

Ali, P., McGarry, J., & Maqsood, A. (2020). Spousal role expectations and marital conflict: perspectives of men and women. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(9-10), NP7082-NP7108. https://doi.org/10.1177/0886260520966667

Alsawalqa, R. (2019). Marriage burnout: when the emotions exhausted quietly quantitative research. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 13(2). https://doi.org/10.5812/ijpbs.68833

Aman, J., Abbas, J., Nurunnabi, M., & Bano, S. (2019). The relationship of religiosity and marital satisfaction: the role of religious commitment and practices on marital satisfaction among pakistani respondents. *Behavioral Sciences*, 9(3), 30. https://doi.org/10.3390/bs9030030

Arocho, R. (2019). Changes in expectations to marry and to divorce across the transition to adulthood. *Emerging Adulthood*, 9(3), 217-228. https://doi.org/10.1177/2167696819879008

Arocho, R. & Dush, C. (2018). Distant horizons: marital expectations may be dampened by economic circumstances.. *Couple and Family Psychology Research and Practice,* 7(1), 1-11. https://doi.org/10.1037/cfp0000095

Asfaw, L. & Alene, G. (2023). Effectiveness of a marital relationship skills training intervention on marital adjustment among individuals in hosanna town, southwest ethiopia: a randomized-controlled trial. *Journal of Marital and Family Therapy,* 49(3), 541-560. https://doi.org/10.1111/jmft.12641

Ashenafi, A. & Ayenew, E. (2021). The impact of divorce on student's academic performance in secondary school students of arba minch town, ethiopia. *Education Journal*, 10(3), 78-82. https://doi.org/10.11648/j.edu.20211003.12

Aycanoğlu, C. & Ünsal, G. (2017). Attachment styles and impacts of internet addiction to the marital adjustment. *Journal of Academic Research in Nursing.* https://doi.org/10.5222/jaren.2017.163

Aysan, Ü. (2022). *Evlilik ve Boşanma. Sosyal Bilimler Ansiklopedisi*, Tubitak Bilim Yayınları

Bacanlı, H. (2001). Eş Tercihleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (15): 7-16.

Bahrami, A. (2017). The effect of happiness on various aspects of parenting and positive parenting. *Psychology and Behavioral Science International Journal,* 4(1). https://doi.org/10.19080/pbsij.2017.04.5555627

Balalami, N., Khalilian, A., Par, M., & Zargarnataj, T. (2018). Impact of emotional intelligence skills training on marital adjustment among students of mazandaran university. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences, In Press(In Press).* https://doi.org/10.5812/ijpbs.7379

Baltacı, A. (2017). Nitel Veri Analizinde Miles-Huberman Modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (AEÜSBED).* Cilt 3, Sayı 1, Sayfa 1-15.

Be, D., Whisman, M., & Uebelacker, L. (2013). Prospective associations between marital adjustment and life satisfaction. *Personal Relationships*, 20(4), 728-739. https://doi.org/10.1111/pere.12011

Behrang, K., Koraei, A., Shahbazi, M., & Abbaspour, Z. (2021). Effects of emotionally-focused couples therapy on the marital intimacy and harmony of

maladjusted couples in behbahan, iran. *Journal of Health Reports and Technology,* 8(1). https://doi.org/10.5812/jhrt.118504

Bıçakçı, N. &Türk, R. (2023). Determining the differences of marriage compatibility between infertil and fertile women. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2), 429-441. https://doi.org/10.47115/jshs.1193629

Bilici, A. (2014). Boşanma sürecinin çocuklar üzerindeki psiko-sosyal etkileri. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi,* 18(4280), 79-110. https://doi.org/10.18505/cuifd.254667

Birditt, K., Brown, E., Orbuch, T., & McIlvane, J. (2010). Marital conflict behaviors and implications for divorce over 16 years. *Journal of Marriage and Family*, 72(5), 1188-1204. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00758.x

Bradbury, T., Fincham, F., & Beach, S. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: a decade in review. *Journal of Marriage and Family,* 62(4), 964-980. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x

Brahmana, K. (2023). The effect of marriage commitment and marriage adjustment toward marriage satisfaction of gbkp priest's wife. *Journal of Educational Health and Community Psychology*, 1(2), 349. https://doi.org/10.12928/jehcp.v1i2.25957

Brigance, C., Brown, E., & Cottone, R. (2020). Therapeutic intervention for couples experiencing infertility: an emotionally focused couples therapy approach. *The Family Journal,* 29(1), 72-79. https://doi.org/10.1177/1066480720973420

Bright, K., Dube, L., Hayden, K., & Gordon, J. (2020). Effectiveness of psychological interventions on mental health, quality of life and relationship satisfaction for individuals and/or couples undergoing fertility treatment: a systematic review and meta-analysis protocol. *BMJ Open*, 10(7), e036030. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-036030

Brons, M., Liefbroer, A., & Ganzeboom, H. (2021). Parental socioeconomic status and the timing of first marriage: what is the role of unmarried cohabitation? results

from a cross-national comparison. *Demographic Research*, 45, 469-516. https://doi.org/10.4054/demres.2021.45.15

Cai, T., Qian, J., & Yuan, C. (2020). Dyadic coping in couples with breast cancer in china. *Cancer Nursing,* 44(6), E458-E466. https://doi.org/10.1097/ncc.0000000000000884

Celenk, O. & Vijver, F. (2013). What makes couples happy? marital and life satisfaction among ethnic groups in the netherlands. *Journal of Cross-Cultural Psychology,* 44(8), 1275-1293. https://doi.org/10.1177/0022022113486003

Choi, H. & Marks, N. (2013). Marital quality, socioeconomic status, and physical health. *Journal of Marriage and Family*, 75(4), 903-919. https://doi.org/10.1111/jomf.12044

Chowdhury, S. (2023). The rise of divorce rate in bangladesh: excessive dower is major cause among muslim wives initiating divorce. *Asian Journal of Humanities and Social Studies,* 11(1).29-35. https://doi.org/10.24203/ajhss.v11i1.7169

Cihan, H. &Var, E. (2022). Developing a model on the factors affecting family resilience in the covid-19 pandemic: risk and protective factors. *Current Psychology,* 42(23), 20259-20274. https://doi.org/10.1007/s12144-022-03008-y

Cohen, O., Geron, Y., & Farchi, A. (2010). A typology of marital quality of enduring marriages in israel. *Journal of Family Issues*, 31(6), 727-747. https://doi.org/10.1177/0192513x09358566

Cohen, P. (2019). The coming divorce decline. *Socius Sociological Research for a Dynamic World*, 1-6. https://doi.org/10.1177/2378023119873497

Cranford, J., Floyd, F., Schulenberg, J., & Zucker, R. (2011). Husbands' and wives' alcohol use disorders and marital interactions as longitudinal predictors of marital adjustment. *Journal of Abnormal Psychology*, 120(1), 210-222.

Cummings, E., George, M., McCoy, K., & Davies, P. (2012). Interparental conflict in kindergarten and adolescent adjustment: prospective investigation of emotional

security as an explanatory mechanism. *Child Development,* 83(5), 1703-1715. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2012.01807.x

Çağlayan, Z. & Körük, S. (2022). The predictive role of self-esteem, attachment styles, and family of origin functions in explaining conflict resolution in romantic relationships. *International Journal of Contemporary Educational Research,* 9(3), 557-568. https://doi.org/10.33200/ijcer.1061932

Daoulah, A., Al-Murayeh, M., Alkaabi, S., Lotfi, A., Elkhateeb, O., Al-Faifi, S., … & Alsheikh-Ali, A. (2017). Divorce and severity of coronary artery disease: a multicenter study. *Cardiology Research and Practice,* 1-8. https://doi.org/10.1155/2017/4751249

Darghouth, S., Brody, L., & Alegría, M. (2015). Does marriage matter? marital status, family processes, and psychological distress among latino men and women. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 37(4), 482-502. https://doi.org/10.1177/0739986315606947

Demir, S. & Nam, D. (2019). The effect of the identities acquired through marriage on reproducing gender roles: the identity example of "bride" - "sister-in-law". *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi*, 2(1), 67-92.

Doho, S. & Setiawan, J. (2022). Role of communication and marital acceptance in marital adjustment for dual earners married under 10 years. *Makara Human Behavior Studies in Asia,* 26(1), 44-52. https://doi.org/10.7454/hubs.asia.1100322

Dupre, M., Beck, A., & Meadows, S. (2009). Marital trajectories and mortality among us adults. *American Journal of Epidemiology*, 170(5), 546-555. https://doi.org/10.1093/aje/kwp194

Eftekhari, M., Perry, J., Rajabi, G., & Aslani, K. (2021). Explaining the marital adjustment process in iranian women: a grounded theory study. *Journal of Research and Health,* 11(2), 77-86. https://doi.org/10.32598/jrh.11.2.1706.1

Erdim, L. & Ergün, A. (2016). Boşanmanın ebeveyn ve çocuk üzerindeki etkileri. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 3(1), 78. https://doi.org/10.17681/hsp.13621

Ersevim, İ. (2008). *Aile Tedavisi Örnekleriyle Türleri, Felsefesi ve Terapisi*. İstanbul: Özgür Yayınları

Erus, S. & Canel, A. (2016). Perceived problem solving skills of married couples predicting self-efficacy beliefs towards their marriages. *Kalem Uluslararasi Egitim ve Insan Bilimleri Dergisi,* 6(1), 129-159. https://doi.org/10.23863/kalem.2017.59

Esmaeili, N., Yaacob, S., Juhari, R., & Mansor, M. (2011). Post-divorce parental conflict, economic hardship and academic achievement among adolescents of divorced families. *Asian Social Science,* 7(12). https://doi.org/10.5539/ass.v7n12p119

Esmaeili, N., Yaacob, S., Juhari, R., & Schoebi, D. (2015). Predictors of psychological distress among divorced women in iran. *Journal of Divorce & Remarriage*, 56(3), 248-259. https://doi.org/10.1080/10502556.2015.1012700

Faghih, S. & Kazemi, H. (2019). Effectiveness of emotionally focused couples therapy on the control of infertile couples' emotions. *Journal of Holistic Nursing and Midwifery,* 31-36. https://doi.org/10.32598/jhnm.29.3.153

Fallahchai, R., Fallahi, M., & Randall, A. (2019). A dyadic approach to understanding associations between job stress, marital quality, and dyadic coping for dual-career couples in İran. *Frontiers in Psychology*, 10. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00487

Farsalena, S. (2022). The minangkabau women's cultural adaptation strategy in inter-ethnic marriage. *Muharrik Jurnal Dakwah Dan Sosial*, 4(02), 453-462. https://doi.org/10.37680/muharrik.v4i02.957

Fazari, M. & Amir, S. (2017). Factors predicting marital adjustment in omani society. *International Journal of Psychology & Behavior Analysis*, 3(2). https://doi.org/10.15344/2455-3867/2017/131

Fitriani, R. & Arifah, P. (2022). Working women's marital adjusment in terms of communication skills. *Dimedcom,* 1(2), 98-107. https://doi.org/10.35760/dimedcom.2022.v1i2.7151

Frech, A. & Williams, K. (2007). Depression and the psychological benefits of entering marriage. *Journal of Health and Social Behavior,* 48(2), 149-163. https://doi.org/10.1177/002214650704800204

Galluzzo, C. (2021). Parental Divorce and Children's Educational Attainment in United States of America. *Journal of Education,* 4(8), 11-19. https://doi.org/10.53819/81018102t5033

George, I., Ukpong, D., & Imah, E. (2014). Cultural diversity of marriage sustainability in nigeria: strengths and challenges. *Sociology and Anthropology*, 2(1), 7-14. https://doi.org/10.13189/sa.2014.020102

Gordon, L. (2024). "And They Shall Be Two in One Flesh": A Scotistic Exploration of Marriage, İntersubjectivity, and Interpersonality. *Religions,* 15(8), 983. https://doi.org/10.3390/rel15080983

Göriş, S., Ceyhan, Ö., Taşçı, S., & Doğan, N. (2016). Do Symptoms Related to Hemodialysis Affect Marital Adjustment?. *Sexuality and Disability*, 34(1), 63-73. https://doi.org/10.1007/s11195-016-9428-x

Greenlee, J., Piro-Gambetti, B., Putney, J., Papp, L., & Hartley, S. (2021). Marital satisfaction, parenting styles, and child outcomes in families of autistic children. *Family Process*, 61(2), 941-961. https://doi.org/10.1111/famp.12708

Gunawan, I. & Krisnatuti, D. (2022). The Relationship Between Economic Pressure, Husband-Wife Interaction, and Husband's Marital Satisfaction. *Journal of Child Family and Consumer Studies,* 1(3), 175-184. https://doi.org/10.29244/jcfcs.1.3.175-184

Günay, O. (2000). *Evlilik Uyumu ile Kişisel Düşünme Modelleri Arasındaki İlişki.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Gürel, B. & Çopur, Z. (2021). Ekonomik Faktörlerin Evlilik Kalitesine Etkisi: Bir Dyadic Model Testi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi,* 21(52), 631-668. https://doi.org/10.21560/spcd.vi.693212

Güven, N. ve Köroğlu, A. (2023). Boşanma Nedenleri ve Boşanma Sonrası Psikososyal Uyum: Trabzon İli Örneği. *ODÜ Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi.* ISSN: 1309-9302. Doi: 10.48146/odusobiad.1279194

Hill, T., Reid, M., & Reczek, C. (2012). Marriage and the mental health of low-income urban women with children. *Journal of Family Issues,* 34(9), 1238-1261. https://doi.org/10.1177/0192513x12441347

Holt-Lunstad, J., Birmingham, W., & Jones, B. (2008). Is There Something Unique About Marriage? The Relative Impact of Marital Status, Relationship Quality, and Network Social Support on Ambulatory Blood Pressure and Mental Health. *Annals of Behavioral Medicine,* 35(2), 239-244. https://doi.org/10.1007/s12160-008-9018-y

Horwitz, AV and Neiderhiser, JM (2011). "Gene-Environment Interactions, Family Relations, and Child Adjustment." Journal of Marriage and Family,73(1), 1-12.

Hs, F. (2023). Limitations on the age of marriage and its legal implications perspective of legal expediency. *Technium Social Sciences Journal*, 49(1), 63-69. https://doi.org/10.47577/tssj.v49i1.9781

Hung, S. (2020). Chinese Women Revising Meanings of Marriage and Divorce: Comparing Women Who Divorced in The 1990s and 2000s. *International Social Work,* 65(4), 638-651. https://doi.org/10.1177/0020872820920339

Hyun, S. & Shin, H. (2009). Korean pastors and their wives' marital satisfaction and its predicting factors. *Pastoral Psychology*, 59(4), 495-512. https://doi.org/10.1007/s11089-009-0199-5

Igbo, H., Grace, A., & Christiana, E. (2015). Relationship Between Duration of Marriage, Personality Trait, Gender and Conflict Resolution Strategies of Spouses. Procedia- *Social and Behavioral Sciences,* 190, 490-496. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.05.032

Iordăchescu, D., Gică, C., Vladislav, E., Panaitescu, A., Peltecu, G., & Furtuna, M. (2021). Emotional disorders, marital adaptation and the moderating role of social support for couples under treatment for infertility. *Ginekologia Polska*, 92(2), 98-104. https://doi.org/10.5603/gp.a2020.0173

Jackson, G., Krull, J., Bradbury, T., & Karney, B. (2017). Household income and trajectories of marital satisfaction in early marriage. *Journal of Marriage and Family,* 79(3), 690-704. https://doi.org/10.1111/jomf.12394

Jackson, J., Carrese, D., & Willoughby, B. (2023). The indirect effects of financial conflict on economic strain and marital outcomes among remarried couples.. *International Journal of Stress Management,* 30(1), 69-83. https://doi.org/10.1037/str0000277

Jiarui, M. & Amat, M. (2023). The experiences of parental divorce on the psychological well-being among high school students. *Journal of Public Administration and Governance,* 12(4S), 208-218. https://doi.org/10.5296/jpag.v12i4s.20814

Johnson, D. R., Amoloza, T. O. & Booth, A. (1992). Stability and developmental change in marital quality: A three-wave panel analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 582- 594.

Kareem, O., Rasheed, F., Ghafoor, M., Ijaz, B., Javaid, N., & Munir, S. (2023). The prevalence of depression and associated factors among infertile couples.. *The Professional Medical Journal,* 30(03), 371-375. https://doi.org/10.29309/tpmj/2023.30.03.7344

Kaya, F., Uluman, O., Sükût, Ö., & Balik, C. (2022). The predictive effect of self-compassion on relationship satisfaction and conflict resolution styles in romantic relationships in nursing students. *Nursing Forum,* 57(4), 608-614. https://doi.org/10.1111/nuf.12717

Kayabol, N., ÇAĞ, P., Akbaş, U., Sümer, Z., Özbay, Y., Aydın, G., … & Durmuş, E. (2023). Evlilik doyumu ölçeği'nin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalişmasi. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sbe Dergisi,* 13(1), 309-324. https://doi.org/10.30783/nevsosbilen.1198940

Kelebek-Küçükarslan, G. & Cankurtaran, Ö. (2020). Experiences of divorced women subject to domestic violence in Turkey. *Journal of Interpersonal Violence,* 37(5-6), 2443-2466. https://doi.org/10.1177/0886260520927503

Kendrick, H. & Drentea, P. (2016). Marital adjustment., 1-2. https://doi.org/10.1002/9781119085621.wbefs071

Keser, P. (2017). İş aile yayılımının bireyin iş ve yaşam tatmini üzerindeki etkilerine yönelik bir araştırma. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 72(2), 401-421. https://doi.org/10.1501/sbfder_0000002451

Khaira, A., Mahajan, S., Khatri, P., Bhowmik, D., Gupta, S., & Agarwal, S. (2012). Depression and marital dissatisfaction among indian hemodialysis patients and their spouses: a cross-sectional study. *Renal Failure,* 34(3), 316-322. https://doi.org/10.3109/0886022x.2011.647291

Khalatbari, J., Ghorbanshiroudi, S., Azari, K., Bazleh, N., & Safaryazdi, N. (2013). The relationship between marital satisfaction (based on religious criteria) and emotional stability. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 84, 869-873. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.664

Khan, A. & Ahmad, M. (2018). Social support and marital adjustment in married working women. *Education Sustainability & Society*, 05-07. https://doi.org/10.26480/ess.02.2018.05.07

Koç, M. (2018). *Hayatı "Evet Ama" Formülü ile Yaşamak.* Ankara: Vizetek Yayıncılık

Köknel, Ö. (1997). *İnsanı Anlamak*, Altın Kitaplar Yayınevi, 6. Basım, İstanbul.

Kulik, L. & Havusha-Morgenstern, H. (2010). An ecological approach to explaining women's adjustment in the initial stage of marriage. *Contemporary Family Therapy,* 32(2), 192-208. https://doi.org/10.1007/s10591-010-9114-6

Kurniadi, D., Firman, F., & Netrawati, N. (2023). Psycho education with a solution focused brief therapy approach to improve subjective well-being long-distance marriage. *Al-Ittizaan Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(1), 9-14.

Kutlubay, R. & Arıöz, A. (2021). Postpartum depresyonda evlilik uyumu ve eş desteğinin önemi. *Türkiye Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 1-10. https://doi.org/10.51536/tusbad.952511

Lamb, K., Lee, G., & DeMaris, A. (2003). Union formation and depression: selection and relationship effects. *Journal of Marriage and Family,* 65(4), 953-962. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00953.x

Lamela, D., Figueiredo, B., Bastos, A., & Feinberg, M. (2015). Typologies of post-divorce coparenting and parental well-being, parenting quality and children's psychological adjustment. *Child Psychiatry & Human Development*, 47(5), 716-728. https://doi.org/10.1007/s10578-015-0604-5

Larson, J. H. (1988). The Marriage Quiz: College Students' Beliefs in Selected Myths about Marriage. *Family Relations*, 37(1), 3–11.

Lavner, J., Weiss, B., Miller, J., & Karney, B. (2018). Personality change among newlyweds: patterns, predictors, and associations with marital satisfaction over time. *Developmental Psychology,* 54(6), 1172-1185. https://doi.org/10.1037/dev0000491

Lavner, J., Williamson, H., Karney, B., & Bradbury, T. (2020). Premarital parenthood and newlyweds' marital trajectories. *Journal of Family Psychology*, 34(3), 279-290 https://doi.org/10.1037/fam0000596

LeBaron-Black, A., Saxey, M., Totenhagen, C., Wheeler, B., Archuleta, K., Yorgason, J., … & James, S. (2022). Financial communication as a mediator between financial values and marital outcomes. *Family Relations,* 72(4), 1974-1992. https://doi.org/10.1111/fare.12786

Leong, M. & Juhari, R. (2022). Work vs. family and marital satisfaction among malaysian chinese dual-earner couples: an actor-partner interdependence model. *Psychological Thought,* 15(1), 53-80. https://doi.org/10.37708/psyct.v15i1.614

Li, P. & Wickrama, K. (2014). Stressful life events, marital satisfaction, and marital management skills of taiwanese couples. *Family Relations*, 63(2), 193-205. https://doi.org/10.1111/fare.12066

Lindahl, K. & Malik, N. (2011). Marital conflict typology and children's appraisals: the moderating role of family cohesion. *Journal of Family Psychology,* 25(2), 194-201. https://doi.org/10.1037/a0022888

Liu, C. & Wu, X. (2016). Dyadic effects of marital satisfaction on coparenting in chinese families: based on the actor-partner interdependence model. *International Journal of Psychology,* 53(3), 210-217. https://doi.org/10.1002/ijop.12274

Loscocco, K. & Walzer, S. (2013). Gender and the culture of heterosexual marriage in the united states. *Journal of Family Theory & Review*, 5(1), 1-14. https://doi.org/10.1111/jftr.12003

Manning, W. & Smock, P. (2002). First comes cohabitation and then comes marriage?. *Journal of Family Issues,* 23(8), 1065-1087. https://doi.org/10.1177/019251302237303

Maraşlı, S. (2014). *Bekarlar, Nişanlılar ve Evliler için Mutlu Evlilik Okulu*. İstanbul: Hayat Yayınları

Mare, R. & Maralani, V. (2006). The intergenerational effects of changes in women's educational attainments. *American Sociological Review*, 71(4), 542-564. https://doi.org/10.1177/000312240607100402

Masood, A. & Mazahir, S. (2015). Relational communication, emotional intelligence, and marital satisfaction. *International Journal of Research Studies in Psychology,* 4(4). https://doi.org/10.5861/ijrsp.2015.1159

Mastrotheodoros, S., Papp, L., Graaff, J., Deković, M., Meeus, W., & Branje, S. (2021). Explaining heterogeneity of daily conflict spillover in the family: the role of dyadic marital conflict patterns. *Family Process*, 61(1), 342-360. https://doi.org/10.1111/famp.12648

Matalon, C., Turliuc, M., & Măirean, C. (2022). Children's opposition, marital and life satisfaction: the mediating role of parenting stress. *Family Relations*, 71(4), 1785-1801. https://doi.org/10.1111/fare.12670

McDonald, J., Faytol, A., Grau, P., Olson, J., Goddard, H., & Marshall, J. (2020). Compassion and values influence marital quality amongst couples in three u.s. states.. *Couple and Family Psychology Research and Practice,* 9(2), 59-72. https://doi.org/10.1037/cfp0000134

McDougal, L., Jackson, E., McClendon, K., Belayneh, Y., Sinha, A., & Raj, A. (2018). Beyond the statistic: exploring the process of early marriage decision-making using qualitative findings from ethiopia and india. *BMC Women S Health*, 18(1). https://doi.org/10.1186/s12905-018-0631-z

Meadows, S., McLanahan, S., & Brooks-Gunn, J. (2008). Stability and change in family structure and maternal health trajectories. *American Sociological Review,* 73(2), 314-334. https://doi.org/10.1177/000312240807300207

Melvin, K. & Jennings, B. (2014). Strong army couples: a case study of rekindling marriage after combat deployment. *Research in Nursing & Health*, 38(1), 7-18. https://doi.org/10.1002/nur.21630

Merriam, S. B. & Grenier, R. S. (2019). Qualitative Research İn Practice: Examples For

Mirghafourvand, M., Farshbaf-Khalili, A., & Ghanbari-Homayi, S. (2018). Marital adjustment and its relationship with religious orientations among iranian infertile and fertile women: a cross-sectional study. *Journal of Religion and Health*, 58(3), 965-976. https://doi.org/10.1007/s10943-018-0566-6

Mthembu, J., Mabaso, M., Khan, G., & Simbayi, L. (2017). Prevalence of psychological distress and its association with socio-demographic and hiv-risk factors in south africa: findings of the 2012 hiv prevalence, incidence and behaviour survey. SSM- *Population Health*, 3, 658-662. https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2017.07.009

Muhlisa, N. (2023). The the relationship between sexual satisfaction and husband's infidelity intentions. *Arrus Journal of Social Sciences and Humanities*, 3(4), 452-458. https://doi.org/10.35877/soshum1885

Nadhirah, A. and Khotimah, S. (2022). Marital satisfaction among families living with parents-in-law: the role of marital adjustment and religiosity. *Humanitas Indonesian Psychological Journal,* 129-137. https://doi.org/10.26555/humanitas.v19i2.50

Nadya, N., Ameer, A., & Zaamil, Z. (2022). Emotional intelligence and conflict management capabilities in prisoners in prisons. *World Psychology*, 1(2), 54-70. https://doi.org/10.55849/wp.v1i2.94

Napitu, R., Yuspendi, Y., & Manurung, R. (2023). Marriage satisfaction among civil servants in provincial government: the role of adult attachment and religiosity. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy,* 5(1), 69-80. https://doi.org/10.51214/bocp.v5i1.490

Nazlı, S. (2011). *Aile Danışmanlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.

Nejatian, M., Alami, A., Momeniyan, V., Noghabi, A., & Jafari, A. (2021). Investigating the status of marital burnout and related factors in married women referred to health centers. *BMC Women S Health*, 21(1). https://doi.org/10.1186/s12905-021-01172-0

Neumann, A., Wagner, A., & Remor, E. (2018). Couple relationship education program "living as partners": evaluation of effects on marital quality and conflict. *Psicologia Reflexão E Crítica*, 31(1). https://doi.org/10.1186/s41155-018-0106-z

Newton-Levinson, A., Winskell, K., Abdela, B., Rubardt, M., & Stephenson, R. (2014). 'people insult her as a sexy woman': sexuality, stigma and vulnerability among widowed and divorced women in oromiya, ethiopia. *Culture Health & Sexuality,* 16(8), 916-930. https://doi.org/10.1080/13691058.2014.921838

Nikparvar, F., Stith, S., Dehghani, M., & Liang, J. (2018). The process of adjusting to divorce after leaving violent marriages: a case study of iranian women. *Journal of Interpersonal Violence,* 36(7-8), NP4468-NP4494. https://doi.org/10.1177/0886260518787210

Nikparvar, F., Stith, S., Dehghani, M., & Liang, J. (2018). The process of adjusting to divorce after leaving violent marriages: a case study of iranian women. *Journal of Interpersonal Violence,* 36(7-8), NP4468-NP4494. https://doi.org/10.1177/0886260518787210

Ningsih, D. & Herawati, T. (2017). The influence of marital adjustment and family function toward family strength in early marriage. *Journal of Family Sciences,* 2(2), 23. https://doi.org/10.29244/jfs.2.2.23-33

Nkwi, W. (2021). Azai dosi kfaang (modern or families of newness): kom families from village to coast and further diasporic spaces. *Genealogy,* 5(3), 79. https://doi.org/10.3390/genealogy5030079

Nock, S. (1998). Marriage as a social institution., *Oxford Academic,* 2023 11-42. https://doi.org/10.1093/oso/9780195120561.003.0002

Oematan, R. (2022). The effect of family harmony on juvenile delinquency at sman 3 kupang timur class of 2019. *Journal of Health and Behavioral Sciences*, 4(1), 154-162. https://doi.org/10.35508/jhbs.v4i1.5287

Ono, H. (2003). Women's economic standing, marriage timing, and cross-national contexts of gender. *Journal of Marriage and Family,* 65(2), 275-286. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00275.x

Ono, H. (2009). Husbands' and wives' education and divorce in the united states and japan, 1946-2000. *Journal of Family History*, 34(3), 292-322. https://doi.org/10.1177/0363199009337996

Onur B. (1997). *Gelişim Psikolojisi Yetişkinlik Yaşlılık Ölüm.* Ankara: İmge Kitabevi. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.

Onyekuru, B. (2015). Relationship between parenting styles and marital adjustment of married teachers in secondary schools in obio/akpor local government area of rivers state. *Global Journal of Educational Research*, 14(2), 131. https://doi.org/10.4314/gjedr.v14i2.8

Overbeek, G., Vollebergh, W., Graaf, R., Scholte, R., Kemp, R., & Engels, R. (2006). Longitudinal associations of marital quality and marital dissolution with the

incidence of dsm-iii-r disorders. *Journal of Family Psychology*, 20(2), 284-291. https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.2.284

Özad, B., Uygarer, G., Jamo, M., & Okaiyeto, S. (2020). Relationship failure and divorce among nigerian couples: a case of poor conflict resolution. *Journal of Social and Political Sciences,* 3(2). https://doi.org/10.31014/aior.1991.03.02.170

Özdemir, N., Tatli, C., Özbay, Y., Akbaş, U., Sümer, Z., Kayabol, N., … & Durmuş, E. (2023). Evlilik çatışma alanları indeksi ve çatışma çözme stilleri envanteri'nin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. Psikiyatride Guncel Yaklasimlar- *Current Approaches in Psychiatry,* 15(Supplement 1), 74-86. https://doi.org/10.18863/pgy.1219673

Özer, G. (2016). *Herkes Kendi Hayatının Kahramanı*. İstanbul: Doğan Kitap.

Özgüven, İ.E. (2000). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Ankara: PDREM Yayınları.

Özgüven, İ.E. (2001). *Ailede İletişim Ve Yaşam*. Ankara: PDREM Yayınları.

Özgüven, İ.E. (2010). *Ailede İletişim Ve Yaşam*: Ankara: PDREM Yayınları.

Padash, Z., Yousefi, Z., Abedi, M., & Torkan, H. (2021). Efficacy of gottman's marital counseling on marital satisfaction and marital adjustment of married women willing to get divorced. *The Journal of Psychological Science,* 20(104), 1423-1436. https://doi.org/10.52547/jps.20.104.1423

Paleari, F., Regalia, C., & Fincham, F. (2010). Forgiveness and conflict resolution in close relationships: within and cross partner effects. *Universitas Psychologica*, 9(1), 35-56. https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy9-1.fcrc

Papp, L., Cummings, E., & Schermerhorn, A. (2004). Pathways among marital distress, parental symptomatology, and child adjustment. *Journal of Marriage and Family,* 66(2), 368-384. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2004.00026.x

Park, H. & Lee, J. (2017). Growing educational differentials in the retreat from marriage among korean men. *Social Science Research,* 66, 187-200. https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2016.10.003

Parker, M., Diamond, R., Ledermann, T., & Tambling, R. (2022). The beginning of the end: a revised inventory of divorce initiation. *Family Relations*, 71(4), 1619-1636. https://doi.org/10.1111/fare.12660

Patton, M.Q. (2014). *Nitel Araştırma ve Değerlendirme Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.

Pessin, L. (2017). Changing gender norms and marriage dynamics in the united states. *Journal of Marriage and Family,* 80(1), 25-41. https://doi.org/10.1111/jomf.12444

Polat, A. (2022). Nitel Araştırmalarda Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Soruları: Soru Form ve Türleri, Nitelikler ve Sıralama. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 22(2),*161-182.

Potter, D. (2010). Psychosocial well-being and the relationship between divorce and children's academic achievement. *Journal of Marriage and Family*, 72(4), 933-946. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00740.x

Pusparini, W. (2017). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian perkawinan pada usia dewasa awal. JPPP- *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi,* 1(1), 29-36. https://doi.org/10.21009/jppp.011.05

Qadir, F., Khalid, A., Haqqani, S., & Medhin, G. (2013). The association of marital relationship and perceived social support with mental health of women in pakistan. *BMC Public Health,* 13(1). https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-1150

Qian, Y. (2016). Gender asymmetry in educational and income assortative marriage. *Journal of Marriage and Family,* 79(2), 318-336. https://doi.org/10.1111/jomf.12372

Ragul, L. (2023). Relationship between communication pattern and marital happiness of army couples. *Mind and Society,* 12(01), 67-73. https://doi.org/10.56011/mind-mri-121-20238

Ranjan, L. & Gupta, P. (2018). A comparison study of marital adjustment in spouses of persons with and without alcohol dependence. *International Journal of Indian Psychology,* 6(4).92-99. https://doi.org/10.25215/0604.012

Rhenardo, C. & Setiawan, J. (2019). Joint leisure time, communication, and marital satisfaction among taxi drivers. *Psychopreneur Journal*, 1(2), 106-114. https://doi.org/10.37715/psy.v1i2.843

Rhoades, G., Stanley, S., Markman, H., & Ragan, E. (2012). Parents' marital status, conflict, and role modeling: links with adult romantic relationship quality. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(5), 348-367. https://doi.org/10.1080/10502556.2012.675838

Rogers, S. & May, D. (2003). Spillover between marital quality and job satisfaction: long-term patterns and gender differences. *Journal of Marriage and Family,* 65(2), 482-495. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00482.x

Ruiz-Marin, C., Molina-Barea, R., Slim, M., & Calandre, E. (2021). Marital adjustment in patients with cancer: association with psychological distress, quality of life, and sleep problems. *International Journal of Environmental Research and Public Health,* 18(13), 7089. https://doi.org/10.3390/ijerph18137089

Ryan, R. (2012). Marital birth and early child outcomes: the moderating influence of marriage propensity. *Child Development,* 83(3), 1085-1101. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2012.01749.x

Sahoo, H., Debnath, P., Mandal, C., Nagarajan, R., & Appunni, S. (2021). Changing trends of consanguineous marriages in south india. *Journal of Asian and African Studies,* 57(2), 209-225. https://doi.org/10.1177/00219096211012017

Saleh, D. (2023). Prevalence and impact of marital sexual relationship-focused premarital counselling on sexual satisfaction among married women. *Journal of Psychosexual Health,* 5(4), 216-221. https://doi.org/10.1177/26318318231221943

Salehi, H., Moradi, O., Arefi, M., & Yarahmadi, Y. (2020). Mediating role of communication patterns in relationship between self-differentiation and sexual satisfaction. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology,* 26(2), 154-169. https://doi.org/10.32598/ijpcp.26.2.3099.1

Saudah, N., Lestari, I., Frilasari, H., Abidin, C., Sandi, Y., Setiawan, H., … & Andarini, E. (2023). Communication, information, and education on self-awareness about marriage age maturation among adolescent girls. *Jurnal Kesehatan Masyarakat,* 18(3), 325-333. https://doi.org/10.15294/kemas.v18i3.36740

Sbarra, D., Law, R., & Portley, R. (2011). Divorce and death. *Perspectives on Psychological Science,* 6(5), 454-474. https://doi.org/10.1177/1745691611414724

Scheeren, P., Vieira, R., Goulart, V., & Wagner, A. (2014). Marital quality and attachment: the mediator role of conflict resolution styles. *Paidéia (Ribeirão Preto),* 24(58), 177-186. https://doi.org/10.1590/1982-43272458201405

Shafer, K. & James, S. (2013). Gender and socioeconomic status differences in first and second marriage formation. *Journal of Marriage and Family*, 75(3), 544-564. https://doi.org/10.1111/jomf.12024

Sharma, A. & Shrivastava, D. (2022). Psychological problems related to infertility. *Cureus.* https://doi.org/10.7759/cureus.30320

Simionescu, G., Doroftei, B., Maftei, R., Obreja, B., Anton, E., Grab, D., … & Anton, C. (2021). The complex relationship between infertility and psychological distress (review). *Experimental and Therapeutic Medicine,* 21(4). https://doi.org/10.3892/etm.2021.9737

Solmuş, T. (2010). *Romantik İlişkiler, Evlilik ve Ana-Baba-Çocuk İlişkileri*.Ankara:Nobel Yayın.

Sorokowski, P., Kowal, M., & Sorokowska, A. (2019). Religious affiliation and marital satisfaction: commonalities among christians, muslims, and atheists. *Frontiers in Psychology*, 10.1-7. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02798

Soulsby, L. & Bennett, K. (2015). Marriage and psychological wellbeing: the role of social support. *Psychology,* 06(11), 1349-1359. https://doi.org/10.4236/psych.2015.611132

Sungur, M.Z. (2017). *Aşk Evlilik Sadakatsizlik*. İstanbul: Büyükada Yayıncılık.

Tan, H. (1976). Psikolojik danışma ve evlilik sorunları, *Tecrübi Psikoloji Çalışmaları*, Cilt: 12, 97-113.

Tandler, N., Krüger, M., & Petersen, L. (2021). Better battles by a self-compassionate partner? *Journal of Individual Differences,* 42(2), 91-98. https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000333

Tarhan, N. (2012). *Evlilik Psikolojisi.* İstanbul: Timaş Yayınları.

Tarhan, T. (2006). *Evlilik Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Taş, B. (2021). *Pozitif Evlilik Çok Boyutlu Perspektif.* Ankara: Nobel Yayın

Taş, B. (2023). *Genç Yetişkinlik ve Yetişkinlikte Güncel Psikolojik Kuramlar*. Ankara: Nobel Yayın

Tazkiya, D. & Puspitawati, H. (2022). Marital adjustment, gender role partnerships, and marital satisfaction during covid-19. *Journal of Child Family and Consumer Studies*, 1(3), 196-208. https://doi.org/10.29244/jcfcs.1.3.196-208

Terzi İlhan, S. ve Işık, Ş. (2019). Evliliğin ilk yıllarında evlilik yaşamı deneyimi ve evliliğe ilişkin algılar: sorunlar, zorluklar ve ihtiyaçlar. *Egitimde Nitel Arastirmalar Dergisi – Journal of Qualitative Research in Education,* 7(4), 1430-1448. doi:10.14689/issn.2148-2624.1.7c.4s.6m

Tolan, Ö. (2021). Predictive role of attachment styles and personality traits in marital adjustment. *Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi.* 6091-6118.https://doi.org/10.26466/opus.926516

Trombello, J., Post, K., & Smith, D. (2018). Depressive symptoms, criticism, and counter-criticism in marital interactions. *Family Process*, 58(1), 165-178. https://doi.org/10.1111/famp.12349

Tsai, P. & Jirovec, M. (2005). The relationships between depression and other outcomes of chronic illness caregiving. *BMC Nursing,* 4(1). https://doi.org/10.1186/1472-6955-4-3

Tullius, J., Kroon, M., Almansa, J., & Reijneveld, S. (2021). Adolescents' mental health problems increase after parental divorce, not before, and persist until adulthood: a longitudinal trails study. *European Child & Adolescent Psychiatry,* 31(6), 969-978. https://doi.org/10.1007/s00787-020-01715-0

Tutarel-Kışlak ve Göztepe, I. (2012). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2).

Tutarel-Kışlak, İ. ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*. 35 – 41.

Uddin, E. (2015). Family socio-cultural values affecting early marriage between muslim and santal communities in rural bangladesh. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 35(3/4), 141-164.

Ulu, A. & Ertunç & gt;, T. (2022). Being pregnant in covid-19: fear of giving birth, *fear of covid-19, and marital adjustment*., 4(3). https://doi.org/10.35365/ctjpp.22.3.02

Uzuntaş, A. (2013). Etkili iletişim : anlatabilmek ve anlayabilmek / Effective communication : explaining and understanding. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, Kastamonu Üniversitesi. 21(1), 11-30.

Ümmet, D. (2017). Üniversite mezunu evli bireylerin evlilik algıları üzerine metaforik bir inceleme. *Kalem Uluslararasi Egitim ve Insan Bilimleri Dergisi*, 7(1/12), 205-235. https://doi.org/10.23863/kalem.2017.81

Ünal, Ö. & Akgün, S. (2022). Relationship of conflict resolution styles in marriage with marital adjustment and satisfaction. Psikiyatride Guncel Yaklasimlar-*Current Approaches in Psychiatry*, 14(3), 322-330. https://doi.org/10.18863/pgy.1016806

Wang, P., Gan, X., Li, H., & Jin, X. (2023). Parental marital conflict and internet gaming disorder among chinese adolescents: the multiple mediating roles of

deviant peer affiliation and teacher-student relationship. *Plos One,* 18(1), e0280302. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280302

Warren, N.C. (1999). How toknowifsomeone is wortpursuing in twodatesorless. *Nashville: Thomas Nelson Publishers*.

Xiao, B., Bullock, A., Liu, J., & Coplan, R. (2021). The longitudinal links between marital conflict and chinese children's internalizing problems in mainland china: mediating role of maternal parenting styles. *Family Process,* 61(4), 1749-1766. https://doi.org/10.1111/famp.12735

Yalom, M. (2002). *Antik Çağlardan Günümüze Evli Kadının Tarihi*. İstanbul: Çitlembik Yayınları.

Yang, X. (2023). How marital events explain the suicide rate among chinese. *Plos One*, 18(10), e0286961.1-16. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286961

Yang, Y. (2023). Marital adjustment and depressive symptoms among chinese perinatal women: a prospective, longitudinal cross-lagged study. *BMJ Open,* 13(10), e070234.1-8. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-070234

Yavuzer, H. (2009). *Evlilik Okulu Projesi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2016). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri.* Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Yıldırım, A., ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık

Yıldırım, A., ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık

Yıldırım, İ. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Eş Seçme Kriterleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27): 15-30.

Büyükşahin Çevik ve Yıldız, M.A., G. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumlarının ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *International Journal of Human Sciences,* 13(1), 227-242. doi:10.14687/ijhs. v13i1.3417

Yılmaz > E. & Kağan, S. (2022). Covid-19 sürecinde evlilik uyumu ve çatışma çözme becerileri arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolü. *Necmettin Erbakan Universitesi Eregli Egitim Fakultesi Necmettin Erbakan University.* https://doi.org/10.51119/ereegf.2022.24

Yılmaz, A. (2001). EÇler arasındaki uyum: kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum Dergisi,* 1(4), 49-58.

Young, M., Riggs, S., & Kaminski, P. (2017). Role of marital adjustment in associations between romantic attachment and coparenting. *Family Relations*, 66(2), 331-345. https://doi.org/10.1111/fare.12245

Yu, J. & Gamble, W. (2008). Pathways of influence: marital relationships and their association with parenting styles and sibling relationship quality. *Journal of Child and Family Studies,* 17(6), 757-778. https://doi.org/10.1007/s10826-008-9188-z

Zerach, G., Greene, T., & Solomon, Z. (2013). Secondary traumatization and self-rated health among wives of former prisoners of war: the moderating role of marital adjustment. *Journal of Health Psychology,* 20(2), 222-235. https://doi.org/10.1177/1359105313502563

Zhang, Y. (2024). Bidirectional longitudinal relationships between parents' positive co-parenting, marital satisfaction, and parental involvement. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(7), 1892-1912. https://doi.org/10.1177/02654075241231010

Zhou, Y. (2023). Review of the impacts of parental divorce on outsprings. *Journal of Education Humanities and Social Sciences,* 22, 220-224. https://doi.org/10.54097/ehss.v22i.12423

Zhumgalbekov, A., & Efilti, E. (2023). Evli Bireylerin Evlilik Uyumu ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 1-15.

ÖZGEÇMİŞ

Gönül ŞEN

EĞİTİM

Y. Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi, 2022-2025

Lisans: İstanbul Üniversitesi, Sosyoloji, 2021 - 2025

Lisans: Anadolu Üniversitesi, İşletme, 2005 - 2009

Ön Lisans: Celal Bayar Üniversitesi, İthalat-İhracat, 2004- 2006

DENEYİM

2012 – 2015 Fiva Plastik San. ve Tic. Ltd. Şti. – İthalat Sorumlusu

2006 – 2008 Korozo Amb. San. ve Tic. Aş. – İthalat Uzm. Yrd.

2003 – 2004 Korozo Amb. San. ve Tic. Aş. – Üretim Planlama

2002 – 2003 Korozo Amb. San. ve Tic. Aş. – Staj