

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

EVLİ ÇİFTLERDE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU
ŞEMALAR İLE EVLİLİK UYUMU İLİŞKİSİNDE
BENLİĞİN AYRIMLAŞMASININ VE KİŞİLERARASI
İLİŞKİ BOYUTLARININ ROLÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Esra DALKILIÇ

İstanbul

Şubat-2024

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

EVLİ ÇİFTLERDE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU
ŞEMALAR İLE EVLİLİK UYUMU İLİŞKİSİNDE BENLİĞİN
AYRIMLAŞMASININ VE KİŞİLERARASI İLİŞKİ
BOYUTLARININ ROLÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Esra DALKILIÇ

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Yıldız BİLGE

İstanbul

Şubat -2024

TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Doç. Dr. Yıldız Bilge

(İmza)

Üye Prof. Dr. Ahmet Öztürk

(İmza)

Üye Dr. Öğr. Üyesi Gülşah Balaban

(İmza)

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

İmza

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

“Evli Çiftlerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Evlilik Uyumu İlişkisinde Benliğin Ayrışmasının ve Kişilerarası İlişki Boyutlarının Rolü” adlı yüksek lisans tez çalışmamda başlangıçtan son aşamaya kadar tüm süreçte elde ettiğim bütün bilgileri akademik kurallara uygun şekilde raporlaştırdığımı, başka çalışmalardan yararlanılması durumlarının tamamında bilimsel çerçeveye uygun atıfta bulunduğumu, atıfta bulunduğum her eseri kaynak olarak gösterdiğimi beyan ederim.

Esra DALKILIÇ

ÖNSÖZ

Bireysel anlamda ve evliliklerine dair mahremiyete yönelik sorular içermesine karşın ölçeklere yanıt vererek araştırmaya katılım sağlayan tüm çiftlere sağladıkları katkıdan dolayı teşekkürlerimi sunuyorum.

Süreç boyunca bilgi ve desteğini esirgemeyen ve araştırmanın her aşamasında katkı sağlayan tez danışmanım Doç. Dr. Yıldız BİLGE'ye teşekkürlerimi iletiyorum. Tezin benim için en zor aşaması olan veri toplama sürecinde bana destek olan tüm iş arkadaşlarıma ve hem meslektaşlarım hem de en yakın arkadaşlarım olan sevgili Sena AYCAN ve Hilal KARSAVRAN'a tez sürecindeki tüm desteklerinden ötürü şükranlarımı sunuyorum. Bugüne kadar ki tüm maddi ve manevi destekleri için ve eğitim hayatımın önünü her zaman açtıkları için sevgili annem ve babama minnet ve şükranlarımı sunuyorum.

Esra DALKILIÇ

ÖZET

**EVLİ ÇİFTLERDE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU
ŞEMALAR İLE EVLİLİK UYUMU İLİŞKİSİNDE BENLİĞİN
AYRIMLAŞMASININ VE KİŞİLERARASI İLİŞKİ
BOYUTLARININ ROLÜ**

Esra DALKILIÇ

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Yıldız BİLGE

Şubat, 2024 - 110 Sayfa

Araştırmada erken dönem uyum bozucu şemalar ile evlilik uyumu ilişkide benliğin ayrımlaşması ve kişilerarası ilişki boyutlarının rolünün incelenmesi hedeflenmektedir. Çalışmanın örneklem grubu 23-45 yaş aralığında ve yaş ortalamaları 34,14'tür (S=5,521). Örneklem grubu 55'i kadın, 55'i erkek olmak üzere birbiriyle evli 55 çift ve toplam 110 kişiden oluşmuştur. Araştırmada demografik bilgi formu, Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3), Benliğin Ayrımlaşması Ölçeği, Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği ve Evlilikte Uyum Ölçeği kullanılmıştır. Kadınların ve erkeklerin puan ortalamaları farklarına bakmak için yapılan bağımlı örneklem t-test ve non-parametrik Wilcoxon analizleri sonuçlarına göre cinsiyet değişkenine göre YŞÖ-KF3 ölçeğinin yalnızca duyguları bastırma alt boyutunda kadın ve erkeklerin farklılaştığı ve erkeklerin anlamlı düzeyde kadınlardan daha fazla duygularını bastırdığı, BAÖ için duygusal tepkisellik alt boyutu ile toplam BAÖ puanının farklılaştığı ve erkeklerin toplam BAÖ puanı ile duygusal tepkisellik puanının kadınlardan yüksek olduğu, KBÖ için yalnızca empati alt boyutunun anlamlı olarak farklılaştığı ve kadınların empati puanının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini görmek üzere uygulanan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre bağımsız değişkenler Evlilik Uyum Ölçeğinin %16,9'unu açıklamaktadır. YŞÖ-KF3 yüksek standartlar alt boyutu puanı anlamlı ve pozitif yönlü, terk edilme alt boyutu puanı anlamlı ve negatif yönlü, kendini feda alt boyutu puanı anlamlı ve pozitif yönlü; BAÖ "ben" pozisyonu alt boyutu puanı anlamlı ve negatif yönlü; KBÖ duygu farkındalığı alt boyutu puanı anlamlı ve pozitif yönlü olarak Evlilik Uyum Ölçeği

puanını yordamaktadır. Elde edilen sonuçlara göre, araştırmada yer alan değişkenlerin puan ortalamalarının kısmi olarak cinsiyetler arasında farklılaştığı ve evlilik uyumuna etkide bulunduğu görölmektedir.

Anahtar Kelimeler: Erken dönem uyum bozucu Şemalar, benliğin ayrımlaşması, kişilerarası ilişkiler, evlilik uyumu



ABSTRACT

**THE ROLE OF DIFFERENTIATION OF THE SELF AND
INTERPERSONAL RELATIONSHIP DIMENSIONS IN THE
RELATIONSHIP BETWEEN EARLY MALADAPTIVE
SCHEMAS AND MARITAL ADJUSTMENT IN MARRIED
COUPLES**

Esra DALKILIÇ

Master, Clinical Psychology

Thesis Advisor: Assoc. Prof. Dr. Yıldız BİLGE

February, 2024 - 110 Pages

The aim of the study is to examine the role of self-differentiation and interpersonal relationship dimensions in the relationship between early maladaptive schemas and marital adjustment. The sample group of the study consisted of 55 married couples, 55 women and 55 men, aged between 23-45 (34.14 ± 5.52) and a total of 110 people. Demographic information form, Young Schema Scale-Short Form 3 (YŞS-SF3), Differentiation of Self Scale, Interpersonal Relationship Dimensions Scale and Marital Adjustment Scale were used in the research. According to the results of dependent sample t-test and non-parametric Wilcoxon analyses, which were conducted to examine the differences in mean scores of men and women, there was no difference between men and women in terms of marital adjustment scores, while women and men differed only in the emotional suppression sub-dimension, one of the early maladaptive schemas, and men differed significantly from women they suppress their emotions more, the emotional reactivity sub-dimension and the total self-differentiation score differ in terms of the differentiation of self-variable, and the total scale score and emotional reactivity score of men are higher than women, only the empathy sub-dimension differs significantly for the interpersonal relationship dimensions variable, and the empathy score of women is higher than that of men was found to be high. According to the results of multiple linear regression analysis, in which the stepwise method was used to see the effect of the independent variable on the dependent variable, it was determined that the independent variables explained

16.9% of marital adjustment. The high standards sub-dimension score of early maladaptive schemas was significant and positive, the abandonment sub-dimension score was significant and negative, the self-sacrifice sub-dimension score was significant and positive; the score of the "I" position sub-dimension of self-differentiation is significant and negative; It was determined that the emotional awareness sub-dimension score of the interpersonal relationship dimensions significantly and positively predicted the marital adjustment score. According to the results, while men and women did not differ in marital adjustment, it was found that emotional suppression and emotional reactivity were higher in men and empathy was higher in women. Additionally, early maladaptive schemas, self-differentiation, and interpersonal relationships have been shown to predict marital adjustment. As a result, although being a woman or a man does not determine marital harmony, it can be said that early maladaptive schemas, differentiation of self and interpersonal relationships have effects on marital harmony.

Keywords: Early maladaptive schemas, differentiation of self, interpersonal relationships, marital adjustment

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
KISALTIMA LİSTESİ.....	xiv
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ	1
1.2. Amaç	3
1.3. Araştırmanın Önemi	3
1.4. Varsayımlar	3
1.5. Sınırlılıklar	4
1.6. Tanımlar	4
İKİNCİ BÖLÜM.....	6
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	6
2.1. Şema Tanımı.....	6
2.1.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar.....	6
2.1.1.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Kökenleri.....	7
2.1.2. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar.....	9
2.1.2.1. Alan 1: Kopukluk ve Reddedilme.....	9
2.1.2.2. Alan 2: Zedelenmiş Otonomi.....	11
2.1.2.3. Alan 3: Zedelenmiş Sınırlar.....	12

2.1.2.4. Alan 4: Başkası Yönelimlilik	13
2.1.2.5. Alan 5: Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama.....	14
2.2. Evlilik Uyumu.....	15
2.2.1. Evlilik Kavramı ve Evlilik Uyumu.....	15
2.3. Benliğin Ayrışması	19
2.3.1. Bowen Aile Sistemleri Kuramına Göre Aile İşleyişi.....	19
2.3.2. Benliğin Ayrışması	20
2.4. Kişilerarası İlişkiler.....	25
2.4.1. Kişilerarası İlişki Boyutları.....	29
2.5. İlgili Literatür	30
2.5.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Evlilik Uyumu	31
2.5.2. Benliğin Ayrışması ve Evlilik Uyumu	32
2.5.3. Kişilerarası İlişkiler ve Evlilik Uyumu.....	34
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	36
YÖNTEM.....	36
3.1. Örneklem.....	36
3.2. Veri Toplama Araçları	36
3.2.1. Demografik Bilgi Formu	36
3.2.2. Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3).....	36
3.2.3. Evlilikte Uyum Ölçeği	37
3.2.4. Benliğin Ayrışması Ölçeği.....	37
3.2.5. Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği	37
3.3. İşlem.....	38
3.4. Verilerin Analizi	38
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	40
BULGULAR	40
4.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular	40

4.2. Çalışmadaki Ölçeklerin ve Ölçek Alt Boyutlarının Güvenirlik Katsayıları, Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Basıklık-Çarpıklık Değerleri	41
4.3. Ölçeklerin ve Alt Boyutların Kadın – Erkek Farklarının Mevcut Araştırmadaki Güvenirlik Katsayıları, Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Basıklık-Çarpıklık Değerleri.....	43
4.5. Değişkenlerin Gelir Düzeyine Göre Karşılaştırılması	47
4.6. Değişkenlerin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	49
4.7. Değişkenlerin Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırması	52
4.8. Değişkenlerin Evlilik Uyumu Gruplarına Göre Karşılaştırılması.....	55
BEŞİNCİ BÖLÜM	67
TARTIŞMA.....	67
5.1. Değişkenlerin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi ile İlgili Analizlerin Sonuçlarının Değerlendirmesi.....	67
5.1.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi	67
5.1.2. Evlilik Uyumunun Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması ile İlgili Analizlerin Sonuçlarının Değerlendirmesi.....	69
5.1.3. Benliğin Ayrışmasının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması ile İlgili Analizlerin Sonuçlarının Değerlendirmesi	72
5.1.4. Kişilerarası İlişki Boyutlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması ile İlgili Analizlerin Sonuçlarının Değerlendirmesi	75
5.2. Evlilik Uyumu Gruplarına Göre Değişkenlerin Karşılaştırılmasının İncelenmesi	76
5.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Benliğin Ayrışması, Kişilerarası İlişki Boyutları ve Evlilik Uyumu Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi	78
5.4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Benliğin Ayrışması Kişilerarası İlişki Boyutlarının Evlilik Uyumunu Yordayıcı Etkilerinin İncelenmesine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçlarının Değerlendirilmesi.....	82

5.5. Sınırlılıklar ve Öneriler	83
KAYNAKÇA.....	85
EKLER.....	101
ÖZ GEÇMİŞ.....	110



TABLolar LİSTESİ

Tablo 2.1: Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları ve Şemalar	9
Tablo 4.1: Sosyodemografik Bilgiler Tablosu.....	40
Tablo 4.2: Normallik Varsayımı Analizi ve Güvenilirlik Analizi.....	41
Tablo 4.3: Kadın – Erkek Farkları Normallik Varsayımı Analizi ve Güvenirlik Analizi	43
Tablo 4.4: Cinsiyet Değişkeni Bağımlı Örneklem T-Test/Wilcoxon Tablosu	44
Tablo 4.5: Gelir Düzeyi Değişkeni Mann-Whitney U Test Tablosu	47
Tablo 4.6: Çalışma Durumu Değişkeni Mann-Whitney U Test Tablosu.....	49
Tablo 4.7: Eğitim Durumu Değişkeni Kruskal Wallis-H Analizi.....	52
Tablo 4.8: Evlilik Uyumu Değişkeni Mann-Whitney U Test Tablosu	55
Tablo 4.9: Korelasyon Analizi.....	58
Tablo 4.10: Evlilik Uyumunun Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi	65

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1: Bowen'ın Benliğin Farklılaşması Aralığı.....	23
---------------------------------------------------------	----



KISALTMA LİSTESİ

YŞÖ-KF3	: Young Şema Ölçeği Kısa Form 3
BAÖ	: Benliğin Ayrışması Ölçeği
KİBÖ	: Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği
EUÖ	: Evlilikte Uyum Ölçeği
TDK	: Türk Dil Kurumu
N	: Örneklem
α	: Cronbach Alfa Değeri
Ort.	: Ortalama
Ss.	: Standart Sapma
Akt	: Aktaran
Çev	: Çeviren
Ed	: Editör
Vd	: Ve Diğerleri

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Aile, toplum yapısı içerisinde çekirdek niteliğinde yer alan en mühim yapılardan birisidir (Ay, 2000). Aile kurumunun kişilerin psikolojik ve sosyal yaşantılarına etki ettiği bilinmektedir (Menaghan ve Parcel, 1991: 419). Aile sistemi içerisinde yer alan evlilik ise kişilerarası ilişkileri anlamlandırmakta oldukça önemli olan (Özabacı ve Körük, 2018: 73) ve kişileri biyolojik, sosyal ve psikolojik açılardan tatmin etmeyi hedefleyen bir yapıdır (Tufan Çetin, 2010: 3-8). Kişileri birçok yönden etkileyen bu yapıya, evlilik uyumu açısından bakıldığında da insan hayatında önemli bir yer teşkil ettiği söylenebilir. Uyumlu bir evlilik, karı kocaların problemlerine olumlu şekillerde çıkış yolu bulabildiği, aile ile evlilik hususlarında görüşlerini bir noktada birleştirebildikleri ve birbirleriyle etkileşebildikleri bir evlilik olarak tanımlanmıştır (Erbek ve ark., 2005: 40). Bir bütün olarak bakıldığında uyum, bireylerin karşılıklı yakınlıklarından aralarındaki bağları yok etmeye dek ele alınabilir. Evlilik uyumu kavramı oldukça geniş bir kavramdır ve bu açıdan bakıldığında açıklanması tek bir değişkene indirgenemeyecek olup, birçok farklı değişkenle ilişkilidir (Soylu ve Kağnıcı, 2015: 45).

Çocukluk döneminde kişinin kendisine ve dünyaya dair katı inançları olarak ortaya çıkan ve hayat boyu sürmeye meyilli olup kişilerin duygu-düşünce-davranış üçlüsünü etkileyen şemalar bu bağlamda bakıldığında insanların diğerleriyle ilişki oluşturma şekillerini biçimlendirir (Young ve Klosko, 2013: 22-27). Young ve arkadaşları (2003: 30-33) erken dönemde oluşan bu şemaların kişilerin ileriki hayatlarında çeşitli ilişkiler içerisinde aktif hale gelebileceğini ve bu yolla bazı davranışları oluşturarak ilişkileri olumsuz yönde etkileyebileceğini belirtmişlerdir. Şemalar, kişi diğerleri ile olan ilişkisini sürdürürken erken dönemde edindiği bilgilerle uyumsuz beklentiler ve işlevsiz döngüleri oluşturarak kişilerarası ilişkileri bu anlamda şekillendirir (Safran, 1990). Yetişkinlik hayatında ortaya çıkan ilişkisel güçlüklerin bu açıdan bakıldığında, çocukluğun erken dönemlerinde yaşanan olumsuz deneyimler ve bunlar neticesinde oluşan yapılar ile bağlantılı olarak ortaya çıktığı düşünülmektedir (Rafaeli ve ark., 2013: 17-19).

Bowen (1978: 285) tarafından aile sistemleri kuramı içerisinde ele alınan benliğin ayrımlaşması kavramı ise ilişkide kişinin hem kendi tercihleri doğrultusunda bağımsız olarak işlevleri yerine getirmesi hem de o ilişkide duygusal açıdan var olması ve ilişkiye bağlı olması olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram kişinin özerklik/bağımsızlık ile birliktelik/bağlılık düzeylerinin açıkça ifadesi olan, aynı zamanda kişinin benlik duygusuna erişme ve ötekilerle ilişki bağlarını saklayabilme becerisi olarak açıklanmıştır (Skowron, 2000). Bu anlamda bakıldığında kişilerin ailelerinden sağlıklı olarak kendilerini ayırabilmeleri ve artık bir birey olarak var olabilmelerinin özellikle genç yetişkinlik döneminde kurulan romantik ilişkilere pozitif yönde katkı sağladığı görülmektedir (Kurt ve Gündüz, 2020). Aynı zamanda evlilik içerisinde eşlerin hem karşılıklı olarak yakınlıklarını sürdürmeleri hem de özerkliklerini muhafaza etmelerinin önemli olduğu (Skowron,2000) dolayısıyla benliğin ayrımlaşma düzeyinin eşler arasındaki uyumu artırdığı bilinmektedir (Bowen,1978: 419). Ayrımlaşma süreci ile bireylerin yetişkinlik hayatlarında kuracakları ilişkilere hazırlandığı ve bu ayrışma düzeyinin ilişkilerdeki doyum sürecine katkıda bulunduğu görülmüştür (Yılmaz ve Gündüz, 2021: 347-348).

Tez çalışması toplamda beş bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm giriş niteliği taşıyor olup bu bağlamda problem, araştırmanın amacı ve önemi ele alınmıştır.

Tez çalışmasının ikinci bölümünde genel bilgiler adı altında, ele alınan konu hakkında teorik bir çerçeve sunmak amacı ile geniş bir literatür taramasına yer verilmiştir. Bu kapsamda araştırmaya konu olan erken dönem uyumsuz şemalar, kişilerarası ilişki boyutları, benliğin ayrımlaşması ve evlilik uyumu kavramları ve değişkenler hakkında ilgili literatür üzerinde durulmuştur.

Üçüncü bölüm, araştırmada kullanılan gereç ve yöntemler adı altında ele alınarak, burada araştırmanın modeli, katılımcılar ve veri toplama araçlarına ayrıntılı bir biçimde yer verilmiştir.

Çalışmanın dördüncü bölümünde veri toplama araçları yoluyla edinilen veriler ve araştırma yöntemleri ile analizi yapılan bulgular yer almaktadır.

Tez çalışmasının son bölümü olan beşinci bölüm ise tartışma başlığı altında, ölçekler ile elde edilmiş ve analizleri yapılmış bulguların değerlendirilmesi ve bu bulguların araştırmanın başında elde edilen literatür bilgileri kapsamında tartışılmasından

oluşmaktadır. Son olarak tüm araştırmadan elde edilen bilgiler bu bölümde sonuç olarak verilmiştir.

1.1. Problem

Bireylerin çocukluk döneminde yaşadığı olumsuz deneyimler sonucu edindikleri uyum bozucu şemaların, ayrılmış bir birey olabilme düzeyinin ve kişilerarası ilişki boyutlarının birbirleriyle nasıl bir ilişkide olduğu ve evlilik uyumu üzerindeki yordama düzeyi araştırmanın ana problemini oluşturmaktadır. Bu problem doğrultusunda erken dönem uyum bozucu şemalar, benliğin ayrımlaşması, kişilerarası ilişki boyutları arasındaki ilişkiler ve bu değişkenlerin evlilik uyumunu yordama düzeyi belirlenecek ve kadın erkek gruplarının değişkenler açısından farklılaşma düzeyleri incelenecektir.

1.2. Amaç

Araştırmada kişilerin erken dönemde edindiği olumsuz deneyimleri kapsayan uyum bozucu şemaların evlilik uyumu ile ilişkisinde benliğin ayrımlaşması ve kişilerarası ilişki boyutlarının rolünün incelenmesi hedeflenmektedir. Bu açıdan bakıldığında araştırmadan elde edilecek sonuçların klinik alanda gerek bireysel gerek çift terapilerinde bilgi kaynağı olarak kullanılmasının ve bundan sonra bu alanda yapılacak çalışmalara da bilgi sağlamasının mümkün olduğu düşünülmektedir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Literatür incelendiğinde erken dönem uyum bozucu şemalar ve evlilik uyumunun çeşitli değişkenlerle ilişkisinin araştırıldığı birçok çalışma göze çarpmakla birlikte bu araştırmada ele alınacak olan değişkenlere bütün olarak bakıldığında hepsinin bir arada ele alındığı herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ayrıca evli kişilerle yapılan çeşitli çalışmalar olmasına karşın evli çiftlerle yapılan araştırmaların da az sayıda olduğu görülmüştür. Bu anlamda bakıldığında hem araştırmada ele alınacak değişkenlerin bir bütün halinde çalışılması hem de evli çiftlerle çalışılacak olmasının araştırmayı önemli kıldığı ve bu anlamda literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4. Varsayımlar

- 1) Ölçeklerin katılımcılar tarafından içtenlikle ve en doğru biçimde yanıtlandığı varsayılmaktadır.

- 2) Araştırmada kullanılan “Demografik Bilgi Formu”, “Young Şema Ölçeği Kısa Form (YŞÖ-KF3)”, “Benliğin Ayrışması Ölçeği (BAÖ)”, “Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği (KİBÖ)” ve “Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)” ölçeklerinin araştırmanın amacına uygun olduğu ve araştırmada ele alınan problemleri ölçtüğü varsayılmaktadır.
- 3) Araştırmanın örneklem grubunun evreni temsil ettiği kabul edilmektedir.

1.5. Sınırlılıklar

- 1) Çalışma sonucu elde edilen veriler, 18-45 yaş aralığında bulunan ve en az 1 yıldır evli çiftlerle sınırlıdır.
- 2) Elde edilen veriler araştırmaya katılım gösteren katılımcıların öznel değerlendirmeleriyle sınırlıdır.
- 3) Araştırma 100 kadın ve 100 erkeğe çift şeklinde ulaşmayı ve veri elde etmeyi hedeflese de çiftlere bir arada ulaşmanın güçlüğü sebebiyle çalışma 55 kadın ve 55 erkek olmak üzere 110 kişi ve 55 çift ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar: Gelişim sürecinde oldukça erken dönemlerde başlayan, hayat boyu tekrarlamaya meyilli, öz yıkıcı bilişsel ve duygusal kalıplardır (Rafaeli ve ark., 2013: 19).

Benliğin Ayrışması: Kişinin hayatındaki önemli ötekilerle olan duygusal bağının yanında özerk tercihler yaparak bağımsız kalabilmesi durumudur (Bowen,1978).

Evlilik: Hukuki bir anlaşma ile kadınlarla erkekleri birbirlerine bağlayan, içerisinde evlat sahibi olma, bir arada olma ve iletişim kurmak gibi amaçları taşıyan devletin kontrolü altındaki yasal birlikteliktir (Özgüven, 2001: 10)

1.7. Tezin temel soruları

- 1) Evli çiftlerde erken dönem uyum bozucu şemalar, benliğin ayrışması, kişilerarası ilişki boyutları ve evlilik uyumu arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
- 2) Evli çiftlerde, erken dönem uyum bozucu şema puanları, benliğin ayrışması ve kişilerarası ilişki boyutları puanları evlilik uyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

- 3) Evli çiftlerin erken dönem uyum bozucu şemaları ve evlilik uyum düzeyleri arasındaki ilişkide benliğin ayrımlaşması rol oynamakta mıdır?
- 4) Evli çiftlerin erken dönem uyum bozucu şemaları ve evlilik uyum düzeyleri arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki boyutları rol oynamakta mıdır?

Tezin temel sorularına bağlı olarak alt sorular şunlardır:

- 1) Evli çiftlerin erken dönem uyumsuz şema puanları cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
- 2) Evli çiftlerin evlilik uyumu puanları cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
- 3) Evli çiftlerin benliğin ayrımlaşması puanları cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
- 4) Evli çiftlerin kişilerarası ilişki boyutları puanları cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Tezin kuramsal alt yapısını oluşturan “şema” “evlilik uyumu” “benliğin ayrılaşması” “kişilerarası ilişkiler” kavramları ve ilgili diğer kavramlar bu bölümde tanımlanacaktır.

2.1. Şema Tanımı

Şema kavramı yapısal olarak bakıldığında birçok alanda yer almakla birlikte, terim olarak "iskelet, taslak" anlamlarını taşır (Young, vd., 2019: 29). Kompleks tecrübe ve uyaran girdilerinde düzenleyici işlev üstlenen şemalar, bu anlamda bir çerçeve görevi görmektedir (Rafaeli, vd., 2013: 13-19). Bilişsel gelişim bağlamında ise şema; dış dünyadaki gerçekleri ele alma, anlamlandırma ve bunlara tepki verme noktasında bireylere rehber işlevi gören bir kılavuz ve aynı zamanda somut olmayan bir bilişsel tasarımıdır. Bu anlamda bakıldığında şema bilişsel bir taslak olarak ele alınabilir (Beck, 1964; Young, vd., 2019: 26-30).

Psikoloji bağlamında ele alındığında ise şemalar, bireylerin dünya ve kendilerine dair algılarını tutarlı (Rafaeli, vd., 2013: 29-30) ve değişime direnç gösteren biçimde sürdürmelerine olanak sağlayan kalıplar olarak ele alınabilir (Bricker ve Young, 2012: 3-13). Kişiler bu bağlamda hem şemalarıyla tutarlı bilgileri seçici olarak işlemeye, hem de sisteme yeni dahil olan bilgileri şemalarına uygun olarak kavramaya meyilli olurlar (Arntz, 1994 akt. Günaydın, 2016: 14). Kişinin büyük oranda inandığı doğrulara hızlıca erişimi ve karşı karşıya kalınan her detay üzerine düşünme ihtiyacından tasarrufu sağlayan bu kısıyollar, zaman zaman işlevsel ve uyum sağlayıcı olsalar da bazı durumlarda da hatalı ve çarpık olabilmektedir (Rafaeli, vd., 2013: 17-22).

2.1.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

Gelişimin erken dönemlerinde başlayan ve çocuğun temel duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması ve özellikle olumsuz şekilde süregelen çocukluk yaşantıları sonucu oluşan şemaların, çeşitli kişilik bozukluklarının ve Eksen 1-2 bozukluklarının temelini oluşturabileceği öne sürülmektedir (Young, 1999: 13-32). Bu bağlamda gelişen erken dönem uyum bozucu şemalar, bireyin

kendisine ve diğerklerine dair algılarını yaygın bir biçimde etkileyen hisler, fiziksel duyular ve hatıralardan oluşur. Hayat boyu tekrar etmeye meyilli bu yapılar (Young, vd., 2009: 31) yaşam boyu, deneyimleri seçici olarak filtreler.

Çocukluk döneminde çocuğun çevre koşullarını idrak edebilmesi ve idare edebilmesi adına bir araç olarak kullanılan şemalar ve buna karşılık gelişen baş etme tepkileri, yetişkinlik süresince farklılaşmış çevresel şartlara rağmen süregelmesi sebebiyle uyum bozucudur (Murriss, 2016: 410-412; Schmidt, vd., 1995: 295-321). Uyum bozucu davranışlar, şemanın bir parçası olmaktan ziyade şemalar tarafından güdülenen baş etme yollarıdır (Rafaeli, vd., 2013: 19; Young, vd., 2019: 31). Psikanalitik psikoterapinin varsayımlarında “tekrarlama zorlantısı” olarak geçen ve esasen kendilik anlayışının temelinde yer alan bu kalıpları yeniden oluşturma yöntemi olan şemalar, kişiye güven verir. Dolayısıyla şemaları arkada bırakmak, kişinin kendisine ve ötekine dair öngörülerini ve aynı zamanda bununla gelen kontrol ve rahatlama hissiyatını arkada bırakmakla eşdeğerdir (Young ve Klosko, 2011: 26-27).

2.1.1.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Kökenleri

Şemaların temelini aldığı yerlerin “çekirdek duygusal deneyimler” “erken yaşam deneyimleri” ve “duygusal mizaç” olduğu kabul edilmektedir.

Çocukluk döneminin ana ihtiyaçlarından olan toplamda beş adet çekirdek duygusal deneyimin giderilmemesi şemalara kaynak oluşturmaktadır. Bunlar: “ötekilere güvenli bağlanma” “otonomi, yeterlilik, kimlik algısı” “duyguları ifade ve ihtiyaçlarda özgürlük” “oyun ve kendiliğindenlik” ve “gerçekçi sınırlar ve otokontrol” olarak sıralanmaktadır. Kimi insanlarda daha şiddetli olmakla birlikte evrensel olan bu gereksinimlerin mizaç ve çevresel koşullar arası etkileşim ile erken dönemde bazı engellenmelerle karşılaşması sonucunda, kişinin yetişkinlik hayatında bu ihtiyaçlarını karşılama noktasında uyumlu yollar bulmakta zorlandığı bilinmektedir (Young, vd., 2009: 34).

Kişinin yaşamın ilk yıllarında içinde bulunduğu aileye ait dinamikler, aynı zamanda ve çoğunlukla kişiye ait dünyanın dinamiklerini de oluşturarak en güçlü şemaların kökenini oluşturmada birincil rol üstlenirler (Young, vd., 2019: 35). Bu açıdan bakıldığında yetişkinlik hayatında benzer deneyimlerle

tetiklenen şemalar, aslında erken dönem deneyimleriyle eşleşen bir an ile bu anın kişiye yaşattığı duyguları aktive etmektedir (Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009). Yetişme döneminde kişinin çevresine dahil olan insanların ve grupların da çeşitli şemaların oluşması ve gelişmesinde etkili olduğu bilinmekle birlikte, çoğunlukla erken dönemde gelişmiş şemalar kadar etkili olmadığı bilinmektedir.

Şemalara kaynak olan ve edinimini hızlandıran erken dönem yaşam deneyimlerinin toplamda dört başlık altında ele alındığı görülmektedir. İhtiyaçların giderilmesinin tahrip edici biçimde engellenmesi, bu deneyimlerin ilkidir. Çocuğun yetiştiği çevrede olan birtakım kısıtlılıklar ile “iyi olan şeylerden” az edinebilmesi söz konusudur. Çocuğun zihin dünyasında bu noksanlıklar bir yer edinerek (Rafaeli, vd., 2013: 20) “Terk Edilme” ve “Duygusal Yoksunluk” gibi şemaların edinimine yol açar (Young, vd., 2019: 35). Şema edinimini tetikleyen ikinci tip erken dönem yaşam deneyimi, “travma” bir başka deyişle kurban edilmedir. Bu tip bir deneyimde zarar gören ve bunun sonucunda mağdur olan çocuk, güvenlik ihtiyacını karşılayamamakta ve tam tersi yönde “Güvensizlik” “Kusurluluk/Utanç” gibi şemalar geliştirmektedir. Üçüncü türde ise ilkinin aksine “iyi olan şeyden çok deneyimleme” söz konusudur. Burada çocuğa kötü muamelenin çok az olduğu bilinmekle birlikte ebeveynlerin çocuğa karşı aşırı koruyucu olduğu, fazla ilgili olduğu ya da sınırsız bir özerklik alanı tanıyor olabilecekleri düşünülmektedir. Dolayısıyla bu tutumlar sonucu temel gereksinimlerden olan “gerçekçi sınırlar” ve “özerklik” ile ilgili çocukta sağlıklı bir süreç işlememektedir. Son ve dördüncü tür olan yaşam deneyimi ise “seçici içselleştirme ve özdeşimdir.” Seçici olarak özdeşim kurulan ve içselleştirilen şey, çoğunlukla çocuğun ebeveyni olan kişilerin davranış, düşünce, duygu ve deneyimlerinden oluşur. Rol model alma ile de açıklanabilen bu deneyim aynı zamanda şemaların kökenini aldığı üçüncü yapı olan “duygusal mizaç” faktörü ile de etkileşim içerisindedir.

“Duygusal mizaç” açısından bakıldığında her çocuğun varoluşsal olarak farklı yapıda olduğu bilinmekle birlikte, bu faktör çevresel deneyimlerle daimî bir etkileşim içerisindedir. Farklı mizaçlar aynı yaşam şartlarından, çocukların benzer olmayan biçimlerde etkilenmesini mümkün kılmanın yanında, aynı

zamanda farklı yaşam şartlarına maruziyeti de içerirler. Dolayısıyla aynı ebeveyn tarafından büyütülmüş iki çocuğun mizaç olarak benzer davranış biçimlerine farklı karşılık vermeleri mümkün olmakla birlikte, farklı iki mizaca sahip iki çocuğa aynı ebeveynin değişik şekillerde davranması da mümkündür (Rafaeli vd., 2013: 21-23; Young vd., 2019: 35-38).

2.1.2. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

Young ve arkadaşları (2009) tarafından karşılanmamış temel ihtiyaçların gruplandırılması sonucu 5 şema alanı ve bunlar içerisinde yer alan 18 adet erken dönem uyumsuz şema tanımlanmıştır. Aşağıda verilen bilgilerde tablo halinde şema alanları ve içerdiği şemalar tanımlanmaktadır (A.g.e: 39-54).

Tablo 2.1: Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları ve Şemalar

ŞEMA ALANLARI	ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR
Kopukluk ve Reddedilme	Terk Edilme/İstikrarsızlık Güvensizlik/Kötüye Kullanılma Duygusal Yoksunluk Kusurluluk/Utanç Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma
Zedelenmiş Otonomi	Bağımlılık/Yetersizlik Zarar Görme ve Hastalıklar Karşısında Dayanıksızlık İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik Başarısızlık
Zedelenmiş Sınırlar	Haklılık/Üstünlük Yetersiz Öz denetim/Öz disiplin
Başkası Yönelimlilik	Boyun Eğicilik Fedakârlık Onay Arayıcılık/Kabul Arayıcılık
Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama	Karamsarlık/Kötümserlik Duyguları Baskılama Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik Cezalandırıcılık

Kaynak: Young, vd., 2009: 39-54.

2.1.2.1. Alan 1: Kopukluk ve Reddedilme

Kişinin ötekilere güvenli bağlanmasına dair temel gereksinimi karşılanmamıştır. Bu gereksinimin karşılanmamasından hareketle kişi; önemli ötekilerle doyum veren, kararlı, empatik bağlılık geliştirme ve güvenlik ile aidiyet ihtiyaçlarını karşılama noktasında oldukça zayıf bir inanca sahiptir. Bu

yapıda şemalar geliştirmiş kişilerin aile yapılarının daha soğuk ve reddedici olduğu; aynı zamanda öngörülmesi zor ve şiddet meyilli ortamlara sahip olduğu bilinmektedir (Young, vd., 2009: 39-41)

a) *Terk Edilme/Tutarsızlık*

Kişinin algısı gerçekten bağımsız olarak, terk edileceği üzerine inşa edilmiştir. Hayatında yer alan önemli ötekilerden almayı arzuladığı destek ve yakınlığın öngörülebilir ve güvenilir olmadığı inancına sahip olmakla birlikte günün birinde karşılaşacağına inandığı ölüm, ayrılık, terk edilme üzerine inançlar kişi tarafından kurgulanmaktadır. Terk edilmeye dair tetiklenen herhangi bir duygu ise kişide kaygı, korku ve öfkeye yol açmaktadır (A.g.e: 40-41)

b) *Güvensizlik/Kötüye Kullanılma*

Kişi, ötekiler tarafından bilinçli bir biçimde istismar edileceğine ve onlardan zarar göreceğine dair bir inanç taşımaktadır. Şemaya karşılık gelişen sürekli tetikte olma haliyle birlikte bireyin aldatılma, küçük düşme, kullanılma beklentileri de süregelmektedir (A.g.e)

c) *Duygusal Yoksunluk*

Kişi duygusal olarak destek ihtiyacı (koruma, empati, ilgi) olmakla birlikte bu ihtiyacın ya hiç karşılanmayacağına ya da yeterince karşılanmayacağına inanmaktadır. Bunun sonucu olarak çoğunlukla yalnız ve ötekilerden izole hissetmektedir (A.g.e).

d) *Kusurluluk/Utanç*

Kişi, içsel olarak kusurlu ve kötü olduğuna inanmaktadır. Dolayısıyla kendiliğini tam olarak ortaya koyduğunda diğer insanlar tarafından sevilmeceğini ve ötekilerin kendisinden uzaklaşacağını düşünmektedir. Kendine dair bu kusurluluk inancı utanç da beraberinde getirmekte ve ilişkiler içerisinde reddedilme, eleştiriye karşı hassasiyet ve kendine dair bir güven kaybıyla ortaya çıkmaktadır (A.g.e: 40-42).

e) *Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma*

Herhangi bir topluluğa ait hissetmeme duygusu taşıyan kişi aynı zamanda bireysel olarak ötekilerden “farklı olma” halini deneyimlemekte dolayısıyla kendisini çevreden yalıtılmış hissetmektedir (A.g.e: 39-42)

2.1.2.2. Alan 2: Zedelenmiş Otonomi

Önemli ötekilerin kişinin bireyselleşip bağımsızlaşmasında yeterince destekleyici olmadığı aile ortamlarında büyüyen kişiler, yetişkinlik hayatlarında ayrışmayı gerçekleştirerek özerkliğini elde etme ve bununla aksiyon alma noktasında güçlük yaşayan kişilere dönüşmektedirler. Bu alandaki şemalara sahip kişilerde ailelerin yapısal özelliklerinin daha korumacı ve çocuğa kendiliğini keşfetmesi noktasında gerekli alanı açmamış olduğu görülmektedir (Van Vreeswijk, Broarsen ve Nadort, 2015: 30; Young, vd., 2019: 39-43).

a) Bağımlılık/Yetersizlik

Bir öteki ve onun desteği olmadan sorumluluk üstlenerek bağımsız karar vermenin bu şemaya sahip kişilerde yoğun çaresizlik hislerine sebep olduğu bilinmektedir. Bazı durum ve kişilerde bu şema daha sınırlı bir etki alanına sahipken, bazılarında ise bu şema hayatın her alanına nüfuz eden bir yapıdadır (Rafaeli, vd., 2022: 28).

b) Zarar Görme ve Hastalıklar Karşısında Dayanıksızlık

Kişi, her an engellenmesi mümkün olmayan bir felaketin başına geleceğine dair gerçekle örtüşmeyecek oranda bir beklenti ve korku taşımaktadır. Beklenen bu felaket kaynağını dışarıdan almakla birlikte tıbbi, duygusal ya da çevresel olarak kategorize edilebilir. Kişinin ebeveynine endişe/korku gibi duygular ile aşırı duyarlılık hâkim olmakla birlikte söz konusu çocuğa aktarılan da içinde bulunulan dünyanın güvenli bir yer olmadığı üzerine inançlardır (Bricker ve Young, 2012: 7; Young ve Klosko, 2020: 250-257). Bu tarz tutumlar ile geliştirilen bu şema sonucu kişiler, temelde kaygılı bir yapıya bürünerek kendisini korumaya dair tedbirleri almaya abartılı biçimde ihtiyaç duymaktadırlar (Young ve Klosko, 2020: 260-263).

c) İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik

Çoğunlukla ebeveynlere olmakla birlikte kişinin öteki ya da ötekilere olan abartılı duygusal katılımı ve yakınlığını içermektedir (Rafaeli, vd., 2013: 28). Bunun sonucu olarak kişi kendi kimliğini geliştirme ve içsel bir yöne sahip olma noktasında sıkıntılar yaşamamanın yanında (Stiles, 2004: 6-8) bir öteki ve

ondan aldığı destek olmadan hayatı sürdüremeyeceğine ve mutluluk elde edemeyeceğine dair inançlar taşımaktadır. Yetersiz kimlik algısıyla birlikte kişi, ötekilerle etkileşimde boğulma ve onlara tamamen kaynaşma deneyimleyebilmektedir (Young, vd., 2009: 43). Çocuğun ayrı bir benlik geliştirmesi noktasında engel teşkil edebilecek kadar korumacı aile yapısı bu şemanın gelişimine sebep olmaktadır (Bricker ve Young, 2012: 7).

d) Başarısızlık

Başarısızlık şeması spor, iş ya da okul gibi alanlarda grup içerisinde yeterli olmamaya dair bir inanç ve temelde kişinin kendisine dair geliştirdiği başarısızlık inancı ile karakterizedir. Kişi zaten başarılı olamayacağına dair bir inanç düzleminde olduğundan çoğunlukla potansiyelini gerçekleştirme noktasında geri durmaktadır. Çocuğun çeşitli alanlardaki başarısızlığının ötekiler tarafından aşağılanmayla karşılanması ya da ebeveynin bu alanlarda çocuğa yeterli cesaret ve desteği sunmaması durumunda bu şemaya kaynak sağlanmaktadır (Bricker ve Young, 2012: 6).

2.1.2.3. Alan 3: Zedelenmiş Sınırlar

Kişi burada kendi içsel sınırlarından ve ötekilere yönelik sorumluluk bilincinden uzaktır. Uzun soluklu amaçlara yönelimde sıkıntı yaşayan kişi, bu şemanın kökenlerini çocuklukta sınırlardan azade olmaktan almıştır. Aile dinamiğinde çocuğa yön verme ve rehberlik etme noktasında bir eksiklik söz konusu olmasının yanında bazı durumlarda çocuk gerçekçi rahatsızlık sınırlarına dahi maruz bırakılmamıştır (Rafaeli, vd., 2013: 29).

a) Haklılık/Üstünlük

Erken dönemde sınır ile ilgili ebeveynden yeterli bakımı görmemiş çocuk, yetişkin hayatında kendisinin özel olduğuna ve ötekilerden farklı olduğuna dair bir inanç geliştirmiştir. Kişi ötekini gözetmeksizin hak edilmişlik inancı ile karakterizedir. Kendisi dışındaki insanlardan üstün olduğuna inanmanın yanında, onların gereksinim ve duyguları noktasında da bir duyarlılık taşımaz (Rodiger, 2015: 33-36). Sosyal etkileşimlerde karşılıklılık ilkesini gözetmeksizin ilerleyen kişi aynı zamanda bazı durumlarda kontrol ve güç üzerine abartılı bir odak geliştirmiştir (Rafaeli, vd., 2013: 30).

b) Yetersiz Öz denetim/Öz disiplin

Duygu ve dürtüleri üzerinde kontrolü olmayan kişi bu anlamda öz disiplinden yoksundur. Dolayısıyla ertelenemeyen gereksinimlerin yanında, rahatsızlık oluşturabilecek çatışma ve acılardan sıklıkla kaçınmaktadır (Rafaeli, vd., 2013: 30). Kişi bir hedefe yönelik hayal kırıklığını tolere edebilme noktasında sıkıntılar yaşamaktadır. Öz denetimin yetersiz olduğu bu yapılarda sıklıkla bağımlılık ve suç teşkil eden davranışlar kişilerin yaşamını kontrol altına almaktadır. Kendi üzerine kontrolü zayıf olan ve benzer biçimde çocuklarını yetiştirirken de onları yeterli disiplinden mahrum bırakan ebeveynlik tarzları, bu şemanın gelişime zemin hazırlamaktadır (Bricker ve Young, 2012: 6).

2.1.2.4. Alan 4: Başkası Yönelimlilik

Ailesel temelini koşullu kabulden alan bu alanda çocuk; onay alabilmek, sevgi ve ilgiden mahrum kalmama adına kendiliğini bastırmak durumunda kalmıştır. Ebeveyn çocuğa kendi ihtiyaçlarının çocuğunun önünde olduğu mesajını çocuğa iletmiştir. Kişi kendi benliğine ait eğilim ve duygularına dair farkındalıkta bir eksiklik yaşamaktadır. Dolayısıyla yetişkinlik yaşamında da etkileşimi sürdürmek ve çocukluk yaşamındaki gibi onay ve sevgiyi alabilme adına benliğini arkada bırakma pahasına ötekilerin gereksinim, duygu, istek ve tepkilerine abartılı bir odak sağlamaktadır (Young, vd., 2019: 44)

a) Boyun Eğicilik

Kişi, ötekinin kontrolüne boyun eğmeye dair bir zorunluluk inancı taşımaktadır. Kontrolü kabul etmedikleri zaman, olumsuz bazı sonuçlar doğabileceği inancıyla (“öfke, misilleme, terk edilme”) çoğunlukla kendi arzu ve duygularını reddederler (Bricker ve Young, 2012: 7). Boyun eğicilik iki temel biçimde ortaya çıkar:

a) ihtiyaçlar bakımından boyun eğme

b) duygular bakımından boyun eğme

Aile temelini daha kontrolcü ve cezalandırıcı yapılardan alan bu şemaya sahip kişi, uzun vadede aşırı uyumlanmanın sonucu olarak ise öfke patlamaları yaşayabilmektedir (Young, vd., 2019: 45).

b) Fedakârlık

Kişi kendisinden daha zayıf olduğuna inandığı ötekilerin gereksinimlerini karşılama noktasında bir gönüllülük taşımaktadır. Kendi gereksinimlerini odağa aldığı anda ise suçlu hissetmekte ve bunun sonucu olarak ötekilerin ihtiyaçlarına öncelik vermede abartılı bir efor sarf etmektedir. Bunların bir sonucu olarak ise kişi bazen de ihtiyaçlarının ötekiler nezdinde bir karşılık bulmadığı izlenimine kapılarak bakım verenlere karşı kızgınlık yaşayabilmektedir (Bricker ve Young, 2012: 7; Rafaeli, vd., 2013: 31-32).

c) Onay Arayıcılık/Kabul Arayıcılık

Kişinin benliği, ötekilerin onayı ve kabulü üzerine kurulmuştur. Kişinin gerçek kendiliğine başkalarından ilgi görme ve onlara uyum sağlama baskın gelmektedir. Reddedilmeye dair aşırı duyarlılık dolayısıyla bu şemaya sahip birey kendisi için tatmin edici olmayan kararlar vermektedir (Young, vd., 2019: 46).

2.1.2.5. Alan 5: Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama

Kişi; çocukluk dönemini esnemez kuralların olduğu, baskın ve zaman zaman da cezalandırıcı bir aile ortamında geçirmiştir. Kendiliğindenlik, spontanlık baskı altında olmakla birlikte içselleştirilmiş katı kurallara sahip bir benlik gelişmiştir. Tetikte olma ve dikkati sürdürmede yetersizliğin kendilerini dağıtabileceği kaygısını taşımakta olan bu kişiler, haz alma/ rahatlama/ mutluluk duymayı arkada bırakma pahasına birçok noktada abartılı bir kural sistemini davranışları aracılığıyla yürütmektedirler (Rafaeli, vd., 2013: 32-33).

a) Karamsarlık/Kötümserlik

Kişi yaşamın olumlu taraflarına dikkat kesilmeyi en aza indirgeyerek, hayatında abartılı biçimde olumsuz taraflara yoğunlaşmaktadır. Gelecek muhtemel sorunlar ve yaşamın ayrıntıları kişinin o kadar odağındadır ki halihazırda iyi ilerleyen meselelerle yeterince ilgilenmekte zorluk yaşamaktadır (Bricker ve Young, 2012: 10). Muhtemel olumsuz sonuçların abartılması sebebiyle de şemaya sahip birey sürekli olarak kaygı, kararsızlık, tetikte olma halleri ile karakterize olarak tanımlanabilir (Rafaeli vd., 2013: 33).

b) Duyguları Baskılama

Önemli ötekilerin reddinden kaçınmak, utanç yaşamamak ve dürtülerini kontrol noktasında bir kayıp yaşamama adına kişi; duygularını, kendi doğal hareket ve etkileşim akışını baskılamaktadır. Baskılama; a) öfke ve agresyon b) olumlu dürtüler (cinsel heyecan, oyun, neşe) c) duygu, gereksinimler ve kırılganlığın serbest aktarımı d) duyguyu baskılarken, akılcılığa abartılı vurgu şeklinde ortaya çıkmaktadır (Young, vd. 2009: 47).

c) Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik

İçselleştirilmiş yüksek standartlara sahip olan kişi, eleştiriden korunmak adına daimî bir çaba içerisinde. Abartılı bir çabaya rağmen yapılan herhangi bir şey kişi için “yeterince iyi” olmamakta ve her zaman daha çok çabalamayı gerektirmektedir (Bricker ve Young, 2012: 8; Van Vreeswijk, vd., 2015: 31). Temelini yüksek beklentilere sahip ebeveyn figürlerinden alan bu şemada, çocuk çoğunlukla beklentileri yerine getirmek koşuluyla sevgiyi alabildiği ve karşılayamadığı beklentiler sonucunda da yetersiz ve kusurlu hissettiği bir ortamda yetişmiştir (Young ve Klosko, 2011: 392).

d) Cezalandırıcılık

Bu şemada birey kendisi de dahil olmak üzere yapılan hatalar için insanların cezalandırılmalarına dair kuvvetli bir inanç taşımaktadır. Göz ardı edilebilecek durumların varlığı ya da insanın kusurlu bir varlık olması gerçeğini kabul etme noktasında istek barındırmayan kişi aynı zamanda empati gibi noktalarda da isteksizdir. Affetmeyi zorlaştıran bu şema yapısına sahip olan kişi, kendi standart ve beklentilerini gerçekleştirme konusunda yetersiz kalan kişilere öfke dolu ve cezalandırıcı, tahammülsüz olma eğilimindedir (Rafaeli, vd.,2013: 34).

2.2. Evlilik Uyumu

2.2.1. Evlilik Kavramı ve Evlilik Uyumu

Geçmişten bugüne değişip dönüşmekle birlikte aynı zamanda temel özelliklerini sürdüren evlilik kurumu, dört bin yıllık bir tarihi olduğu varsayılan toplumsal bir yapıdır. Kişilerin mutlu ya da mutsuz bir yaşam sürmelerinde önemli bir kaynak olan evlilik, aynı zamanda toplumun en küçük birimi olma

özelliğini de taşımaktadır (Özügurlu, 1990: 201). Terimsel ve yapısal olarak var oluşu dünyanın var oluşu kadar eski olan bu yapı, toplumların kalıcı hale gelerek sürdürülen yapılar olması ilkesi üzerinden devam etmektedir (Wimalasena, 2016: 166-170). Bu açıdan bakıldığında evlilik, iki ayrı bireyin birlikteliğinden doğan, sonraki kuşakları yetiştirmede ve aile temellerinin atılmasında kaynak olan en temel insan ilişkisi olma özelliği taşımaktadır (Larson ve Holman, 1994: 228-237). Tarihsel süreçte fonksiyonel ve yapısal olarak çeşitli değişimlere uğramakla birlikte bütün toplumlarda devamlılığını sürdüren evlilik kurumu (Koçinoğlu, 1991: 101) en anlamlı kişilerarası ilişki biçimi olmayı birçok birey için sürdürmektedir (Morell ve Apple, 1990: 387-402).

Alanyazına bakıldığında evlilik teriminin, çeşitli yönlerine yapılan vurgularla farklı biçimlerde tanımlandığı görülmektedir. Saxton (1982: 216) evliliği iki kişinin kalıcı olarak bir araya gelme hedefiyle kurduğu bir aile ve nesillerin devamlılığını sağlayan evrensel bir kurum; kişilerin birbirlerine karşı mesuliyetlerini yerine getirme noktasında ortak bir anlaşmaya vardıkları birbirine bağlı bir sistemler bütünü olarak tanımlamaktadır. Özgüven'e (2000: 19-20) göre ise evlilik, iki bireyin beraber yaşayarak çocuk sahibi olma ve onları yetiştirme gibi çeşitli hedeflerle bir araya geldikleri bir çeşit sözleşmedir. Biyolojik olarak birleşmeyi, ekonomik ve sosyal olarak entegrasyonu ve kültürel anlamda etkileşimi sağlayan evlilik; aynı zamanda kişilerin karşılıklı olarak doyum sağlamasını, yaratıcılıklarını ve kişisel gelişimlerini destekleyen, dışsal tehlikelerden kişileri koruyarak beraberliği sağlayan ve bu anlamda toplumsal gelişimin yapı taşı olan bir kurumdur (Gülsün ve Bozkurt, 2009: 70-71). Farklı iki geçmiş yaşantıdan gelen iki kişinin beklenti ve gereksinimleriyle birlikte uyumlu yaşamaları olarak da tanımlanan evlilik (Sungur, 2009) karşılıklı entegrasyonun yeterli düzeye ulaşmadığı durumlarda ise bireyler için çeşitli sıkıntıların kaynağını oluşturabilmektedir (Gülsün ve Bozkurt, 2009: 70-71).

Bir kişinin yetişkin hayatındaki kişisel gelişim sürecinde en mühim sorumluluklardan birisi; tatmin eden, kalıcı ve yakın ilişkiler kurma ve devam ettirme becerisidir (Blatt ve Blass akt., Açık, 2008: 24). Evlilik temel bir yakın ilişki biçimi olmakla birlikte (Larson ve Holman, 1994: 228-237) psikolojik

sıkıntılar ve başvuru psikolojik yardım süreçlerine, evlilikte yaşanan uyumsuzluk süreçlerinin önemli bir kaynak oluşturduğu görülmekte ve evlilik ilişkilerini odağa almanın bu bağlamda önemli olduğu düşünülmektedir (Tutarel-Kışlak, 1999: 51).

Evlilik kalitesini ölçme amacıyla gerçekleştirilen en eski çalışmalarda evlilik uyumu, evlilik doyumu, evlilikte mutluluk ve evlilik başarısı kavramları bir arada ele alınsa da ilerleyen çalışmalarda farklı kavramlar olarak ele alınmıştır (Kastro,1998). Özellikle evlilik doyumu ve evlilik uyumu arasında korelasyonun yüksek olması dolayısıyla bu iki kavramın eş anlamlı kullanımı ve karıştırılması yaygın olmakla birlikte araştırmacıların bazıları evlilik doyumu ve evlilik uyumunun farklı iki kavram olduğunu vurgulamaktadır. Evlilik doyumu evlilik hakkında kişinin öznel algısını tanımlarken, evlilik uyumu ise daha kapsamlı ve genel bir kavram olarak ele alınmakta ve iki kişi arasındaki ilişkinin niteliğine vurgu yapmaktadır. Bu bağlamda evlilik kalitesinin değerlendirilmesinin amaçlandığı çalışmalarda evlilik uyumu ile çalışmak daha uygun görülmektedir. (Erbek ve ark, 2005: 40). Bu bilgiler ışığında, çalışma kapsamında Tutarel-Kışlak (1999) tarafından ülkemize uyarlanan “Evlilikte Uyum Ölçeği” kullanılmıştır.

Evlilik için kişileri teşvik eden üç yapı olduğu görülmektedir: İlki; toplumsal talep, yasa ve kabul görmüş değerlere uygun biçimde yaşıyor olmanın getirdiği haz ile güven hissi olan “sosyal motivasyon”, ikincisi; karşı cins ile istekleri doğrultusunda beraberlik kurma, onun tarafından sevilme, beğenilme ve seçilmeyle gelen haz ve güven hissi olan “psikolojik motivasyon”, üçüncüsü ise; kişinin kendisi ve ötekiyle bir aradalığı korumak bakımından öteki ile birlikte yaşama ve üreme arzusu ile, karşı cins ile ilişkisindeki haz olan “biyolojik motivasyondur” (Boran, 2003: 9-10).

Bir kişinin evliliğe getirdiği sabit niteliklerin öteki kişinin tepkilerine ve evlilik sürecinin kendisine etkide bulunduğu bilinmektedir (Caspi, akt. Fidanoğlu, 2007). Bu açıdan bakıldığında evlilik uyumu, süreç boyunca kişilerin birbirlerine uygun şekilde değişim sağlaması ve aynı zamanda günlük hayat ve başkalaşan şartlara uyum göstermeleri bakımından ele alınmaktadır (Spainer, 1976: 25).

Evlilik uyumu birbirine uygun iki bireyin karşılaşması sonucu doğan bir kavram ve yapı olmaktan ziyade, her iki kişinin bu yapı içerisinde bütünleşme becerisine bağlı olarak gelişen bir kavramdır. Kişilerin ortak birtakım amaçlar doğrultusunda, bir arada faaliyet gösterebilme becerileri uyumun gerçekleşmesinde önemli etkenler olarak görülmektedir (Hayırlı, 2018: 67). Dolayısıyla başından itibaren birbirine uygun olan değil, süreç içerisinde birbirlerine uyum geliştirebilen çiftlerde, kişinin kendisine ve hayata dair farkındalığının önemli olduğu düşünülmekte (Hayırlı, 2018: 67, Özabacı, 2009: 48-60) ve bu bağlamda kişilerin karşı tarafı seçerken aynı zamanda kişisel gereksinimlerini tamamlayacak olan kişi olması noktasında seçimler yaptıkları bilinmektedir. Eş seçimi noktasında bilinen iki ilke olmakla birlikte bunlardan ilki; benzer birtakım nitelikler kapsamında karşıdaki kişinin eş olarak seçildiğini varsayan “benzerlik ilkesi”, ikincisi ise zıt olan niteliklerin ve dolayısıyla farklı kişilerin birbirlerine çekildiği varsayımına dayanan “bütünleme ilkesidir” (Onur, 2004).

Rogers (1972) için evlilik uyumunun kaynağını aldığı yer olan ortak evlilik kavramı; kişilerin beklentilerinin karşılıklı bulunduğu, tatmin ve mutlu oldukları bir alan olarak tanımlanmaktadır. İlişkide her iki taraf karşılıklı olarak birbirlerinin “evlilik kavramını” özümlediğinde burada oluşan açıklıkla problemler daha az yaşanmaktadır, aksi durumda ise sorun çıkması daha olası görülmektedir (Menacherry akt. Erbek ve ark, 2005: 73). Uyumlu bir evlilikte; evlilikte yer alan en mühim alanlarda daha az problem yaşandığı, yaşanan problemlerin iki kişiyi de memnun edecek biçimde çözülebildiği ve genel anlamda eşlerin karşılıklı iletişimi sürdürebildiği bilinmektedir (Sabatelli, 1988:911-913).

Özügürlü (1985) ise evlilikte eşlerin etkileşimi ve iletişiminin değişik boyutlarda uyum sağlayabilmesini “bütüncül uyum” olarak tanımlamakta ve uyum boyutlarını;

- Kişiler arası ilişkilerde uyum
- Ruhsal yaşantıda uyum
- Sosyal yaşantıda uyum
- Davranışlar ve tutumlarda uyum

- Entegrasyon ve birbirlerini tamamlamada uyum
- Cinsel hayatta uyum olarak ele almaktadır.

Bu bağlamda bakıldığında kişilerin evlilikte bu boyutlarda olan uyumuyla birlikte “ben” ve “sen” yerine “biz benliğine” geçişi, “bütüncül uyumu” evliliğe getirerek mutlu bir evliliğe zemin hazırlamaktadır (Özügürlü 1985; akt: Aktaş, 2009: 40).

Evlilik uyumu sabit bir durum olmanın aksine, daimî bir dönüşümü içerisinde barındıran dinamik bir “süreç” olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda evlilik uyumu süreci; evliliğin işleyişi, eşlerin bağlılığı, evlilik doyumu, çiftin arasındaki gerilimler ve kişisel endişeler, evlilik ile ilgili problem oluşturabilecek farklılıklar sonucunda işleyen bir yapıdır (Spainer ve Cole, 1976: 126-129)

2.3. Benliğin Ayrışması

2.3.1. Bowen Aile Sistemleri Kuramına Göre Aile İşleyişi

Kişiler kök aile ilişkilerinde edindikleri ilişki örüntüleri, beceriler, davranış, tutum ve değerleri kendi çocuklarına aktararak aslında temelde tecrübe ettiği kişiler arası ilişki ve aile içi etkileşimleri kendi ilişkilerine de yansıtmaktadırlar (Çoğalan, 2017: 64). Bunu açıklayan çeşitli kuramlar bulunmakla birlikte (A.g.e: 13), bunlardan bir tanesi de duygusal temelde ailelerin birbirine bağlı olduğunu ve bunun kuşaklar arası bir şekilde aktarıldığını iddia eden Bowen aile sistemleri teorisidir (Kerr, 2000).

Ebeveyn çocuk etkileşimlerine özellikle önem veren ve kişilerin yaşamlarının ilk yıllarını sağlıklı atatabilmelerinin hayati öneme sahip olduğunu vurgulayan Freud kişiyi ve kişilik gelişimini aile düzleminde açıklamaktadır (Fenell ve Weinhold, 1992). Freud’un kuramını aile düzlemine en iyi şekilde yerleştiren kuramcılardan birisi olan Bowen’ın aile ilişkileri bağlamında tekrar eden kalıpları kavramsal olarak ele aldığı bilinmektedir (Gladding, 2015: 234). Gladding’e (2015: 235) göre özellikle duygusal açıdan birbirlerine abartılı ilgileri olan ya da tamamen duygusal ilişkilerin sonlandırıldığı aile ve kuşaklarda, kişilerin farklı kişilerarası etkileşimlerinde kök ailedeki örüntülerin tekrarlama ihtimali söz konusu olmaktadır. Aile sistemleri kuramında benliliğin

farklılaşması, üçgenler, kardeş konumu, kuşaklar arası aktarım, duygusal ilişki kesme, çekirdek ailenin duygusal süreci, aile yansıtma süreci ve toplumda duygusal süreç olmak üzere sekiz temel kavram yer almaktadır (Nazlı, 2009: 83).

Çekirdek ailenin ilk adımının evlilikle ilgili olduğu ve kuram bazında kuşaklar arası bazı davranışsal kalıpların tekrar ettiği düşünüldüğünde aslında kişilerin evlilik hayatlarına kök ailelerinden getirmiş oldukları farklılaşma ile başladıkları görülmektedir. Bu bağlamda eşlerin farklılaşma seviyelerinin davranışlarını etkilediği bilindiğinden farklılaşmanın az olmasının sıkıntılarının fazlalığına işaret edebileceği vurgulanmaktadır (Bowen,1978).

2.3.2. Benliğin Ayrışması

Dünyada var olmaya başladığı andan itibaren insan ve dolayısıyla bebekler kendilerine dışarıdan bir gözle bakmamaktadırlar. Dış dünyayı ve kendiliğini içselleştirmeye sürekli olarak ihtiyaç duyan insan yavrusu, bu içselleştirmeyi annenin gözünü bir ayna olarak kullanarak yapmakta ve kendiliği ile buna dair algısını oradan gördüğü haliyle inşa etmektedir (Özakkaş ve Çorak, 2016: 201-204). Bu açıdan bakıldığında kendilik algısı, başlangıcını bebeklik döneminden almakla birlikte yaşama yayılan ve devam eden bir süreç olarak ifade edilmektedir (Kohut, 2020: 152-156).

Kendilik algısı ve kişiliğin yapı taşlarından olan benlik kavramı, bireyin kendine dair algısını ve aynı zamanda zihinsel bağlamda kendiliğinin temsilini ifade etmektedir. Kişinin önceki hayatı, geleceğe dair temennileri ve toplumsal bağlamdaki rollerinin zihinsel temsili de bir bütün olarak kişinin kendilik algısını ve dolayısıyla benlik kavramını oluşturmaktadır (Aydın, 1996: 41-47). Hem etraftan edinilen bazı girdiler hem kişinin kendisinden filizlenen bazı uyaranlarla kişide kendisine dair anlam içeren ve aynı zamanda biri ötekiyle bağlantılı olan algılar bütünü olarak hayat boyu devam eden bir “benlik kavramı” gelişmektedir (Tuzcuoğlu,2000: 267-268). Kişiliğin öznel tarafı olarak ifade edilen benlik, bu bağlamda köklerini hem kişisel algılar ve bakış açılarından hem de önemli ötekilerden almaktadır (Yavuzer, 2011:24-26).

Erikson'un bakış açısından ise benlik, kişiliğin bağımsız ve güçlü bir kısmını temsil etmekte olup birincil fonksiyonu kişinin kimlik duygusunu oluşturmak

ve aynı zamanda oluşturulan bu kimliği sürdürmektir. Bu açıdan bakıldığında benlik, kişinin geçmiş ve gelecek noktasında bir bütünlük hissini yanı sıra kimlik açısından biricik olma ve bireysellik hislerini de kapsayan karmaşık içsel bir durumdur (Burger, 2006: 163-164).

Kendiliği aile bağlamında ele alan Bowen (1978) ise Kuşaklararası Aile Terapisi olarak adlandırılan kuramında ve buna bağlı geliştirdiği terapisinde, aile içerisindeki etkileşimlerin kişinin kendiliğine dair algı, işlev ve davranış şekillerine temel oluşturduğunu ifade etmektedir (Gladding, 2015: 235). İnsanlar arasında etkileşimlerin, birliktelik ve bireysellik uçları arasında var olması beklenen denge üzerinden sürdürüldüğünü ifade eden Bowen, kişinin birbirine zıt olan bu iki uç ihtiyacı dengede tutabilmesinin bu açıdan önemli olduğunu ve bunun da kişinin benliğinin ayrılaşmasına bağlı bir faktör olduğunu iddia etmektedir (Nichols,2013).

Duygusal olarak sağlıklı bir birey olmanın ilk işareti sayılan benliğin ayrılaşması, kişinin, ötekilerin kontrolü olmaksızın bağımsız ve kendi yönelimli olarak faaliyete geçebilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Bowen,1978: 113). Titelman (2014) tarafından birliktelik ve bireyselliğin kişinin iç dünyasında yer alan iki zıt güç olduğu ve bu güçlerin dengelenmesinde düşüncelere oranla duyguların baskın gelme düzeyinin fazla olmasının kişinin ayrılaşma düzeyinin az olduğu şeklinde bir çıkarım yapılmaktadır. Bireylerin zaman zaman etrafındakilerden ayrı ve özgür olmayı arzulaması, zaman zaman da ötekilerle bir arada ve temas halinde olmayı arzulaması zıt görünümüne rağmen sağlıklı ve doğaldır. Bu noktada ayrılaşmasını sağlıklı bir oranda gerçekleştirmiş bireylerin doğal olarak var olan bu iki zıt gücü dengede tutmakta da başarılı olduğu gözlenmektedir (Charlton, 2012). Benliğin ayrılaşmasının evrensel bir gelişimsel amaç olduğu göz önüne alındığında, bütün bireylerin hem ötekilerle ilişki içerisinde olduğu hem bağımsızlığını koruduğu bu dengeleme sürecinin önemi dikkat çekmektedir (Lampis, 2016: 305-314).

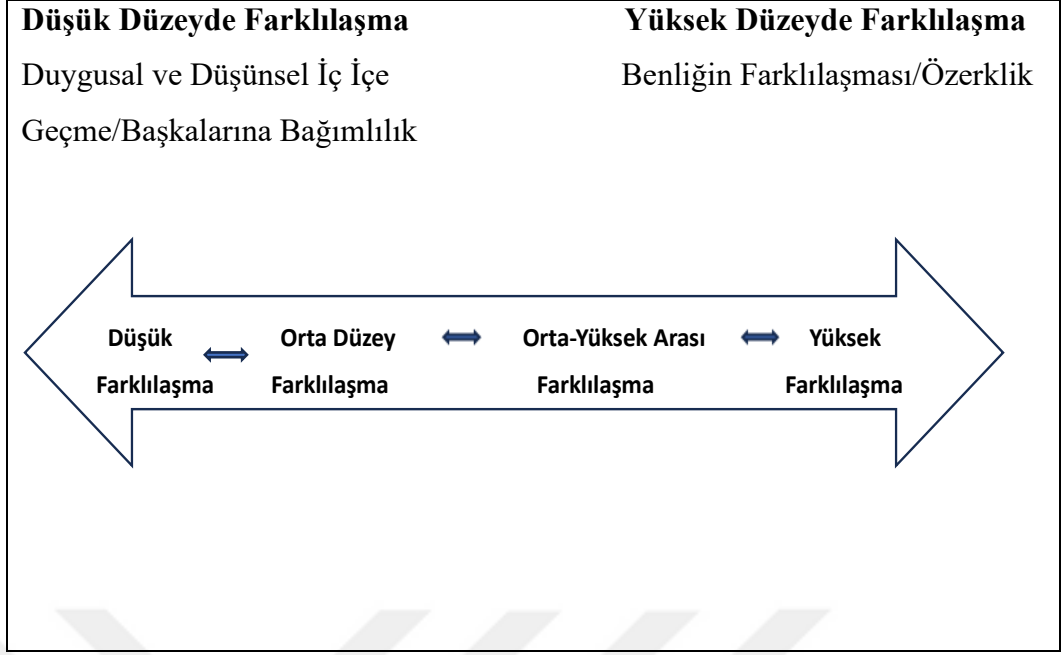
Benliğin ayrılaşması kavramı Bowen (1978: 339) tarafından çok boyutlu değerlendirilmekte ve iki ana boyut şeklinde ele alınmaktadır. Kişilerarası ilişkiler ve intrapsişik (iç ruhsal) boyutlar olarak ikiye ayrılan ayrılaşma kişinin benliğini dengede tutan bir kavram şeklinde de ele alınmaktadır.

Kişilerarası bağlamda bakıldığında ayrımlaşma hem özerkliğin korunduğu hem ilişkilerin sürdüğü bir boyutken; intrapsişik bağlamda ise ayrımlaşma düşünceler ve duyguları birbirinden ayırt etme ve düzenleme yeteneği ile ötekilerden gelen istekler karşısında zihinsel akıl yürütmeleri kullanabilmekle ilişkilendirilen bir kavramdır (Bowen, 1978: 339).

Kişisel ayrımlaşmanın sağlıklı gerçekleştiği süreçlerde, bireyde kaygı oluşturabilecek durumlarda dahi duygusal otomatik tepkilerden ve geri çekilmelerden ziyade duygusal olarak ilişkide kalma ve bunun getirdiği kontrole sağlıklı tercihlerin yapılmasının olası olduğu görülmektedir (Kerr ve Bowen,1988: 107-126). Yani kişi dürtüsel olarak eyleme geçmek yerine iç dünyasında zihinsel bir düşünme süreci sonrası pozisyon almaktadır (Carr, 2006). Kişilerarası ayrımlaşma ele alındığında ise grup içerisinde yer almanın yanı sıra özerkliğin korunması da vurgulanmaktadır (Kerr ve Bowen, 1988: 60-63).

İntrapsişik boyut, “Duygusal Tepkisellik” ve “Ben Pozisyonu Alma” olmak üzere birbirinden farklı iki alt boyutu içerisinde barındırırken, kişilerarası ilişkiler ise “Duygusal Kopma” ve “Başkalarına Bağımlılık” alt boyutlarından oluşmaktadır (Kerr ve Bowen,1978: 107-109). Burada duygusal tepkisellik stresörler söz konusu olduğunda düşünceler yerine duyguları ön plana almayı vurgularken, ben pozisyonu alma tepkiselliğinin tersi olarak duygusal bir reaksiyona göre eyleme geçmeksizin kendiliğinden özerk şekilde sergilenmesi olarak ifade edilmektedir. Bunun yanı sıra duygusal kopmada kişi kaygı veren durumu duygusal açıdan azaltabilmek adına kendisini ötekilerden geri çekerken, başkalarına bağımlılıkta kişi ilişki içerisinde kendi kimliğini kaybetmeye meyilli olarak ötekilerle iç içe geçme ve yakınlık yüksek derecede gözlenmektedir (Kerr ve Bowen,1988: 97-110).

Birey bazlı bakıldığında insanların çoğunun yetişkinlik yaşlarına dek gerçek bağlamda benlik ayrımlaşması yaşamadığını ifade eden, ayrımlaşmayı bir doğru düzlemde ele almaktadır (Bowen, 1978: 533). Bu doğruda bir uç özerkliği temsil ederken, öteki uç ise farklılaşmayı ifade etmekte ve aşağıdaki tabloda gösterilmektedir (Gladding,2015: 237).



Şekil 2.1: Bowen'ın Benliğin Farklılaşması Aralığı

Kaynak: Gladding, 2015: 237.

Düşük seviyede ayrılaşma yaşayan kişiler düşünce ve duygularını ayırt etmekte sıkıntı yaşamamanın ve duygularıyla eyleme geçmenin yanı sıra süregelen bir kaygı içerisindedirler (Kerr ve Bowen,1988: 112). Ötekilerin duygu ve düşüncelerine uyum göstermelerinin altında kabul görme ihtiyacı yatmakta ve kişi ebeveynleriyle yaşamında edindiği yaşam tarzını sonraki ilişkilerinde de “bağımlı” şekilde sürdürmeye meyilli olmaktadır (Bowen, 1978: 565). Aynı zamanda bu kişilerin hem psikolojik hem fiziksel rahatsızlıklar noktasında daha çok sıkıntı yaşadığı bilinmektedir (Peleg ve Zoabi, 2014).

Ayrılaşmayı orta seviyede sağlayabilmiş kişilerde yine görece daha zayıf bir benlik yapısı gözlenmekle birlikte, kişilerde ayrılaşmaya dair bir kapasite ve bununla eyleme geçme durumları da gözlenmektedir. Yani kişinin uyumlanan bir tarafı olmakla birlikte ayrılaşmaya dair bir çaba gösteren yanı da bulunmaktadır (Kerr ve Bowen,1988: 105-106).

Yüksek düzeyde ayrılaşma yaşamış kişiler, kaygı verici durumlarla baş edebilme ve bu süreçte işlevselliği sürdürebilme bakımından düşük seviyede ayrılaşma yaşamış kişilerden ayrılmaktadır. Savunmacı bir tutum ya da karşı tarafa saldırı olmaksızın inançlarını ifade etmekte sorun yaşamayan bu kişiler

eş ve ilişki seçimlerinde de ayrılaşmayı gerçekleştirmiş kişileri aramaktadırlar (Bowen,1978: 599).

İki uç noktaya bakıldığında ise aslında hem çok düşük düzeyde ayrılaşmanın hem çok yüksek düzeyde ayrılaşmanın sağlıklı olmadığı ifade edilmektedir. Ayrılaşmayı çok yüksek düzeyde yaşayan kişilerin duygusal kopmayı daha çok yaşaması öngörülürken, ayrılaşmayı çok düşük yaşayan kişilerin ise başkalarına bağımlılık pozisyonunda fazla kaldıkları söylenmektedir (Glading,2015: 237).

Kişilerin benlik ayrılaşmalarının derecesinin ilerlemesi kendiliğinden ve otomatik bir süreçken, aynı zamanda kişilerin kendi çabalarıyla da bu farklılaşmanın ilerlemesini değiştirebilecekleri bilinmektedir (Titelman, 2014). Bowen, sağlıklı şekilde sürdürülebilir ve sağlam kurulabilmiş ilişkilerin niteliğinin farklılaşma düzeyi tarafından değiştirebileceğini ifade etmekte bunun yanında kuramda kişilerin problem ve eylemlerini tek bir sebep sonuca bağlamaktan ziyade bunlara çeşitli şekillerde bakıldığı vurgulanmaktadır (Karababa ve ark., 2018).

Bireyin benliğinin ayrılaşma düzeyine göre sahte ben ve tutarlı ben olmak üzere iki benlik türü tanımlanmıştır. Ayrılaşma düzeyi yüksek olan benlik “tutarlı ben” olarak tanımlanırken, füzyon geliştiren yani ötekiyle duygusal bir iç içe geçme halini deneyimleyen ben ise “sahte ben” olarak adlandırılmaktadır (Bowen,1978: 145-146). Tutarlı ben aslında kişinin farklı koşullara ve değişen duygusal durumlara rağmen kişisel prensiplerini, kararlarını ve bu doğrultuda yaptığı seçimleri içerisinde barındırmaktadır. Bu bağlamda bakıldığında tutarlı ben fenomeninde kişi devam eden yaşam süresince entelektüel anlamda bir değerlendirme ile aldığı karar ve uyguladığı eylemlerde seçimlerinin sorumluluğunu da üstlenmektedir (Bowen, 1978: 146). Bu yapılarda, kişinin kök ailesinde özerkliğe dair attığı adımlar noktasında yüreklendirildiği ve kişisel görüşlerinin aile açısından önemli olduğu bilinmektedir (Kerr ve Bowen,1988).

Sahte bende ise bunların karşıtı olarak kişi, duygusal olarak bir sıkışmışlık içerisinde bulunduğu grup ya da grupların etkisi altındadır. Kök aile de kişinin özerk olma girişimlerinin değersiz kılınmasının yanında bir aradalığa olan

vurgu kişinin benlik gelişimini olumsuz etkilemekte ve bağımsız benlik ile kabul edildiğini hissedemeyen kişi “sahte ben” içerisine sıkışarak, varoluşunu güvenli bölgede sürdürmekte ve içsel durumlarını bastırmaktadır (Gibson ve Donigian, 1993). Etrafında yer alan farklı gruplara uyum gösterebilmek adına sonradan edinilen sahte ben, bu açıdan bakıldığında temelini farklı yerlerden alması sebebiyle tutarsız ve taklit bir görünüm sergilemektedir. Kişinin duygusal anlamda bu tutarsızlık karşısında bir rahatsızlığı olabilmekle birlikte, düşünsel anlamda bu noktada bir farkındalığı olmadığı bilinmektedir (Bowen,1978: 146).

2.4. Kişilerarası İlişkiler

“İnsanlar hiç değilse, en az sayıda, kalıcı, olumlu ve anlamlı kişilerarası ilişkiler geliştirmek ve sürdürmek için yaygın bir güdüye sahiptir.” (Leary ve Baumeister, 1995: 497). En azından birkaç insanla sık ve duygusal açıdan iyi olarak tanımlanabilecek etkileşim ile bu etkileşimin zaman içinde sabit kalması olarak iki yönden ele alınabilecek olan kişilerin ait olma ihtiyacı, bireyler için bir seçim olmaktan ziyade bir gereksinim ve aynı zamanda bir talep olmaktan ziyade bir ihtiyaçtır (A.g.e). Kişilerarası ilişkiler terimi içerisinde davranış, duygu ve düşünce üçlüsünü barındırmasının yanı sıra “karşılıklık” ve “duygular” kavramlarını da temel almaktadır. Hem çevresini etkisi altına alan hem de onlardan etki alan bir yapı olan insan, temel gereksinimlerini karşılama ve aynı zamanda varoluşunu devam ettirmeyi ilişkileri üzerinden gerçekleştirmektedir. Bu bağlamda kişilerarası ilişki terimi, “iki ya da daha fazla insan arasında gelişen, farklı ihtiyaçlardan kaynağını alan, tanışıklıktan samimiyete kadar farklı yoğunlukta yaşanan, karşılıklı duygusal etkileşim ve davranımlar” şeklinde tanımlanmaktadır (İmamoğlu ve Aydın, 2009: 40).

Kişilerarası ilişkilere “sürekli bir dizi” olarak bakıldığında, dizinin bir ucunda kişisel ilişkiler yer alırken diğer ucunda kişisel olmayan ilişkiler yer almaktadır. Kişisel ilişkilerde ötekiyle gerçek anlamda özel ve eşsiz bir ilişki söz konusu olmakta ve asıl önemli olanın ilişkide olmaktan ziyade “o kişiyle ilişkide olmak” olduğu göze çarpmaktadır. Diğer taraftan kişisel olmayan ilişkilerde, bir gereksinimin karşılanması ya da çeşitli hedeflere erişmek noktasında bir görevi üstlenmek söz konusu olmakta ve kişinin öznelliğinden ziyade hedefler

doğrultusunda bir rol üstlenmesi ve bunu nitelikli olarak yapıyor olması önem kazanmaktadır (LaFollette, 1997: 24).

Yaşamın ilk yıllarında bağlanmanın gerçekleştirildiği insanların kişinin ruhsal hayatında herhangi başka bir şeyle kıyaslanamayacak derecede ehemmiyetli olduğu Freud tarafından ifade edilmektedir (Tükel, 2014: 45). Psikanalitik teori kapsamında ele alınan psikoseksüel gelişim evrelerinde kişilik üzerine çalışırken dolaylı olarak kişilerarası ilişkiler de ele alınmaktadır. İçinde bulunulan gelişim evresinin sağlıklı olarak geçirilip geçirilememesi bu bağlamda kişiliği ve kişilerarası ilişkileri etkilemektedir (İmamoğlu, 2021: 25). İlk evre olan oral dönemde temel gereksinimlerin karşılanması kişide temel güven duygusuna zemin oluştururken bu dönemde yaşanabilecek sıkıntıların gelecek yaşamda tümüyle etkili olduğu ileri sürülmektedir. İhtiyaçların gereğinden az giderilmesi ya da aksi şekilde fazla doyumun gerçekleştiği durumlarda kişide; ilişkilerde kazancı gözetme, ötekilerin kişi hakkında olan düşünceleri çerçevesinde kendisine saygı duyma ya da duymama, bağımlılık, fazla beklenti, abartılı iyimserlik ve kendine dair beğenmişlik gibi anormal bazı kişilik özellikleri gelişmektedir (Geçtan, 1998: 35). Oral dönemde edilgin olarak var olmaktan çıkarak dışkıyı tutmak/boşaltmak üzerinden etkin olmayı üstlenen çocuk, bu esnada ortaya çıkabilecek anlaşmazlıkların neticesinde hem bağımlılık hem de bağımsızlaşma ve ayrılma/bireyleşme duygularını bir arada yaşamaktadır. Tuvalet eğitiminde çocuğun dışkısına dair denetimini kaybetmesi ya da tutmakta ısrarcı olması ebeveyn tarafından abartılı şekilde cezalandırıldığında veya ayıplandığında; çocuğun bazı uyumlu olmayan karakter özellikleri gösterebileceği ve aynı zamanda oral döneme ait ilkel davranışsal kalıplara gerileyebileceği görülmektedir. Bu dönemin anne çocuk açısından uyumlu geçirildiği örneklerde suçluluk duygusu olmaksızın daha bağımsız tercihler yapabilen, kararlılıkla faaliyete geçip bunların sorumluluklarını üstlenebilen ve fazla ödün verme/inat etme uçlarına evrilmeden ötekilerle iş birliği sağlayabilen bireysel yapıların oluşmasının aksine bu süreci çatışmalarla geçiren anne çocuk örneklerinde çocuğun cimrilik, inatçılık, abartılı düzenli olma hali gibi eğilimleri gözlenmektedir (Geçtan, 1998: 36-37). Üç yaş ile başlayıp beş yaş ile sonlanan fallik dönemde ise cinselliğe abartılı bir merak söz konusu olmakla birlikte, erkek çocuklar

Oedipus kompleksi yaşarken kızlar ise elektra karmaşasını deneyimlemekte ve bu anlamda aynı cinsten olan ebeveynine düşmanca hisler barındırmaktadırlar (Selçuk, 2012). Bu dönemde ilk kez çocuğun libidosunun kendi bedeni dışında bir nesneye yönelmekte olduğu görülmekte ve çocuk, anne-çocuk, baba-çocuk gibi tekli etkileşimlerden anne-baba-çocuk gibi daha karmaşık etkileşim örüntülerine doğru gelişmektedir (Geçtan, 1988: 38). Ebeveynlerin bu evrede reddedici davranış biçimleri ya da çocuğa karşı aşırı uyarıcı ve baştan çıkarıcı davranış eğilimleri çocuğun sağlıklı olarak fallik dönemi geçirmesini engellemekte; kişide daha histerik yönelimli bir karakter yapısının oluşmasına neden olmaktadır (McWilliams, 2010: 32). Fallik evrenin sonlanma aşamasında hemcins ebeveyniyle özdeşim kuran çocuk latent evrede bu özdeşimi güçlendirmenin yanı sıra cinsiyetine dair rollerini güçlendirmekte ve ötekilerle daha etkin iletişim ağları geliştirmektedir. Latent dönemin sağlıklı geçirilmediği örneklerde kişi iki uç deneyim olarak ya dürtülerini hiç denetleyemeyip var olan enerjisini gerekli yerlere yöneltememekte ya da abartılı bir denetlemeyle daha obsesif bir yapıya evrilmektedir (Geçtan, 1988: 41). Genital dönem ise psikanalitik kuramda bir çalkantı dönemi olarak görülmekte olup, çeşitli hormon değişiklikleriyle birlikte gizil dönemde edinilmiş olan dengenin burada bozulmakta olduğu ve ergenin “psişik bir kriz” dönemine girerek yeniden bir denge arayışına girdiği ifade edilmektedir (Steinberg, 2007: 29-30). Bu dönemin sağlıklı bir şekilde atlatılamamasının bir sonucu olarak ise kişi “kimlik bunalımı” çözümlenmesinde başarısız olarak kimliğine dair bir içselleştirmeden yoksun bir boşluk duygusuyla çeşitli sapmalar deneyimlemektedir. Ergenlik yıllarına denk düşen bu evrede gelişen kişilerarası ilişkiler, dönemin temel problemi olan “kimlik bunalımının” aşılmasında ana etken olarak rol oynamaktadır (Geçtan, 1988: 43).

Erikson; tanımladığı psikoseksüel evreler içerisinde “yakın ilişkilere karşı soyutlanma” döneminin kişi için sağlıklı olarak tamamlanması durumunda bireyin kimliğini kaybetmekten korkmaksızın ötekilerle ilişki kurabildiği bir yapıya dönüştüğünü ifade etmektedir. Aksi durumlarda ise kişi kimlik bütünlüğünü korumak noktasında yaşadığı problemler dolayısıyla, yakın ilişkilere dahil olma süreçlerinde kaçınma yaşamakta ve içerisinde bulunduğu

toplumsal yapılardan soyutlanmaktadır (Erikson, 1982 akt. İmamoğlu, 2021: 27).

Bireylerin hem duygusal hem fiziksel anlamda birbirlerine bağılılıkları eski dönemlerden beri bilinmekle birlikte (Hendrcik, 2016: 5) bağlanma üzerine araştırmalar John Bowlby'nin yetim olan ya da başka sebeplerle ailelerinden ayrılmış çocuklar üzerine çalışmaları ile başlamış ve uzun çalışmalar sonucu "bağlanma kuramı" ortaya çıkmıştır (Bowlby, 1973, 1980). Bağlanma, fiziksel yakınlık, ilişkide sabitlik ve tutarlı bir etkileşimi içermektedir (Hendrcik, 2016:4). Anne çocuk arasındaki en temel olan o ilk ilişkinin, hayatın sonraki dönemlerinde oluşacak olan bağlanmalara temel oluşturduğu (Williams, 2003: 60-61), bebeklerin kendilerine birincil bakım veren kişiyle gerçekleştirdiği bağlanma üzerinden "içsel olarak işleyen modeller" geliştirdiği ve gelecek ilişkilerinde bununla birlikte edindiği duygusal ve bilişsel şemaları kullanarak ilişkilerini geliştireceği öne sürülmektedir (Bowlby, 1980). Bu modelde, kişi ve bağlandığı nesne arasında var olan etkileşimler bir harita şeklinde kişinin zihninde yer almaktadır. Bu bağlamda çocuk-anne etkileşiminde, "değerli ben" ve "güvenilir o" olmak üzere hem birbirini tamamlar hem de birbirini doğrular şekilde iki ana şemanın gelişmekte olduğu ve bu şemalarda kişilerin yakın ilişkilerinde ortaya çıkan kaçınma eylemleri, mesafe koruma ve bağlanma noktasında kaygı deneyiminin tecrübe edildiği ifade edilmektedir (Kesebir ve ark, 2011: 327). Edindiği bilgiler ışığında, kendine ve ötekilere ait zihinsel şemalar geliştiren çocuk; eğer kabul edilir biçimde, tutarlı olarak temel gereksinimlerinin karşılanıp aynı zamanda kendini değerli hissettiği bir ilişki biçiminde yetişirse "olumlu benlik" ve "olumlu başkaları" modellerini geliştirirken, reddedici bir tutumla ve aynı zamanda ihtiyaçların giderilmesinde ciddi ihmal olan bir ebeveyn figürüyle yetişirse bu; çocukta nesnesinden erkenden kopmasına sebep olarak "olumsuz benlik" ve "olumsuz başkaları" modellerinin gelişimine zemin hazırlayacaktır (Main,1990: 56-57). Dolayısıyla ilişkilere bu açıdan bakıldığında, geçmişte olduğu gibi gelecekte de bireyin kendisini algılayış biçimi ve karşısındakiyle birlikte beklentileri ilişkilerde başlangıç, sürdürme ve sonlandırmaya temel teşkil etmektedir (Duck, 1993: önsöz).

Kişilerarası ilişkiler teorisi temellerini psikodinamik kurama dayandırmakla birlikte (İmamoğlu, 2021: 27) Sullivan teorisinde iletişimi ve kişilerarası ilişkiyi temel alarak varsayımsal bir yapı olarak ifade ettiği kişiliğin ancak bu kavramlar üzerinden açıklanabileceğini ifade etmektedir. Kişilerarası ilişkileri tekrar eden, karakterize ve nispeten kalıcı yapılar olarak tanımlayan Sullivan, bireylerin en iyi davranışları yoluyla tanınabileceğini iddia etmektedir (Sullivan, 2013: giriş). Kimlik gelişiminin temelini yakınlık olduğu öne sürülmekle birlikte aslında çocuklar arasında kişilerarası ihtiyaçların farklılaşması dolayısıyla birbirlerine bir yakınlık sağladıkları ifade edilmektedir. Gereksinimlerin giderilmesi olarak ifade edilen “güvenlik ihtiyacı” ve gereksinimlerin giderilememesi sonucu ortaya çıkan “kaygı” ana kavramlar olarak tanımlanan bu süreç doğumdan ergenliğe dek sürmektedir. İhtiyaçlar ise; bebeklikte fiziksel temas, ilk çocuklukta yetişkin desteği, orta çocuklukta akran onayı, ön ergenlikte yakınlık, ilk ergenlikte karşı cins ile arkadaşlık ve cinsel temas ve ergenliğin sonlarında ise toplumun bir parçası olmaktadır (Sullivan 1953; akt. Bayhan ve Işıtan, 2010: 34)

2.4.1. Kişilerarası İlişki Boyutları

Kuramsal temelini yanı sıra kişilerarası ilişkiler alt boyutları açısından ele alındığında İmamoğlu ve Aydın (2009: 48) bu boyutları “onay bağımlılık” “empati” “duygu farkındalığı” ve “güven” olmak üzere dört faktör açısından ele almaktadırlar.

Ben ve öteki kavramsallaştırmasında, kişi tarafından “ben” kavramının yok sayılarak ötekilere odaklanıldığı ve bireysellik ile “ben değerini” arka plana atarak diğer insanların değer, tutum ve fikirlerinin önemsendiği yapılar “onay bağımlılık” boyutu ile değerlendirilmektedir. Kişilerarası düzlemde ele alındığında ise bağımlılık, kişilerin kendi idare edebilecekleri meseleler karşısında dahi ötekilerden destek ve yardım arayışıyla ve aynı zamanda başkalarından gelecek önerilere abartılı bir gereksinim duyma ile karakterizedir (Bornstein, 1992).

Empati ise bir ötekiyle var olma şekli olmakla birlikte; ötekinin eşsiz algı dünyasına dahil olarak onunla tamamıyla beraber olmak, o kişinin hissettikleri değiştikçe bunlara duyarlı kalmak ve kalıcı olmayan biçimde o kişinin hayatını

yaşayarak ona nazikçe yaklaşmak anlamlarına gelmektedir. Bu açıdan bakıldığında empati; sorumluluk gerektiren, karışık, kolayca anlaşılmayan nazik bir var oluş biçimidir (Rogers ve Akkoyun, 1993: 107).

Duygu kavramında net bir tanım üzerine anlaşılmamış olunmakla birlikte temelde duygular insan deneyiminin ana bileşeni olmasının yanı sıra kişilere gerekli bilgileri sağlayıp davranışsal açıdan meyil ve güdülenme yaratan yapılardır. Duygular aynı zamanda herhangi bir şeyin iyi ya da kötü şeklinde nitelendirilmesi noktasında işlev görmekte yani insanların temel anlamlandırma sistemini oluşturmaktadır (Greenberg ve Goldman, 2021: 60-61). Duygu farkındalığı ise İmamoğlu ve Aydın tarafından (2009: 51) ilişki esnasında kişilerin duygularını baz alarak duyguların bu süreçte belirleyici rol oynaması şeklinde değerlendirilirken; duygusal farkındalığın oluşabilmesiyle öncelikle deneyimlenen duyguyu kabul etmekten geçmektedir (Greenberg, 2010). Duyguyu sahiplenerek kabul eden kişi bu sayede kendiliğine dair yeni var olma şekilleri geliştirerek, ötekilerle daha farklı ilişki biçimleri de geliştirmekte ve daha adaptif yaşamsal hikayeler oluşturabilmektedir (Angus ve Greenberg, 2011: 40-41).

Terim olarak “korku, çekinme ve kuşku duymadan inanma ve bağlanma duygusu; emniyet, itimat” anlamına gelen (TDK, 2023) “güven” kavramı, kaynağını hem kişinin kendisinden hem de ötekilerle olan ilişkilerinden almaktadır (İmamoğlu, 2021: 89). Erikson kuramında çocukluk deneyiminde ihtiyaçları karşılanmış olan bebeklerin dünyanın iyi, insanların sevecen olduğu üzerine bir temel güven duygusu gelişip ötekilere yaklaşmak bu çocuklar için sakıncalı bulunmazken; diğer taraftan yeterli sevgi ve ilgiyi görememiş çocuklar temel güvensizlik duygusu geliştirerek kendilerine yabancılaşmayla birlikte bir içe kapanma yaşayarak kendilerine ve ötekilere karşı bir güvensizlik yaşamaktadırlar (Burger, 2006: 165).

2.5. İlgili Literatür

Bu bölümde tezin ana değişkenleri olan erken dönem uyum bozucu şemalar, benliğin ayrımlaşması, kişilerarası ilişki boyutları ile evlilik uyumu ilişkilerini inceleyen çalışmalar sunulacaktır.

2.5.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Evlilik Uyumu

Evli kişilerle yapılan ve erken döneme ait aile yaşantılarıyla evlilik uyumu ilişkisinin incelendiği bir çalışmada evlilik doyumundaki en önemli etkenin kadınlarda ve erkeklerde erken dönem aile yaşantısına dair algılar olduğu bulunmuştur (Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003: 166-167).

Evlilik doyumunu ve erken dönem uyumsuz şemaların ilişkisinin incelendiği Romanya’da yürütülen bir başka çalışmada ise erken dönem uyumsuz şemalarındaki artışın çiftlerin doyum seviyesinin düşmesiyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Sosyal izolasyon, boyun eğicilik, kusurluluk/utanç, terk edilme/istikrarsızlık, bağımlılık/yetersizlik, hastalıklara ve tehditlere karşı dayanıksızlık, boyun eğicilik, karamsarlık, duygusal yoksunluk ve onay arayıcılığın çift doyumunu yordayan erken dönem uyumsuz şema boyutları olduğu belirlenmiştir (Dumitrescu ve Rusu, 2012: 72).

Şema terapinin ilişki doyumunu ve ilişki kalitesine olan etkisinin incelendiği bir çalışmada 30 kadın kontrol grubu ve test grubu olarak ikiye bölünmüştür. Haftalık 2 kez 45 dakikalık şema terapi seanslarının uygulandığı test grubu ve kontrol grubu sonrasında karşılaştırılmıştır. Araştırma neticesinde şema terapisi uygulanan test grubunun evliliklerinde ilişki doyumunda ve ilişki kalitesinde artış saptanmıştır (Khatamsazi, Forouzandeh ve Ghaderi, 2017: 13-15).

Örneklemini yaşları 25 ve 45 arasında değişen 100 kadın ile 100 erkeğin oluşturduğu bir çalışmada evli çiftlerin erken dönem uyumsuz şemaları ile ilişki doyumunun ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda duygusal yoksunluk, güvensizlik/ istismar, terk edilme/istikrarsızlık, kuşkuculuk/utanç ve duygusal inhibisyon ile ilişki doyumunu arasında istatistiksel açıdan anlamlı ve negatif yönde bir ilişki saptanmıştır (Abbas, 2016: 666-672).

Yoosefi ve ark. (2010: 276) boşanma amaçlı mahkemeye başvuran 150 çift ve kontrol grubu olarak 155 evli çiftin örneklemini oluşturduğu araştırmalarında toplam 610 kişi ile çalışılmıştır. Kontrol grubu ile karşılaştırıldığında boşanma amacı ile mahkemeye başvuran kişilerin daha fazla erken dönem uyumsuz şemaya sahip olduğu saptanmıştır. Boşanma niyetli kişilerdeki en yüksek şema güvensizlik/suistimal edilme iken, kontrol grubunda ise hastalık/zarar görme karşısında dayanıksızlık şeması en yüksek düzeyde tespit edilmiştir.

Örneklemini 120 evli çiftin oluşturduğu ve erken dönem uyumsuz şemalar, ilişkide yüklemeler, evlilikte başa çıkma yolları, ilişkilerde bilişsel çarpıtmalar ile evlilik uyumunun ilişkisinin çalışıldığı bir araştırmada uyumsuz evlilik grubuna dahil olan katılımcıların erken dönem uyumsuz şema puan ortalamaları da uyumlu gruba göre daha yüksek olarak saptanmıştır. Aynı zamanda çiftlere eşler olarak bakıldığında eşlerin evlilik uyumlarının öteki eşin erken dönem şemasıyla ilişkisi bulunmuştur (Kargın, 2014: 82-83). Kargın (A.g.e: 95-96) tarafından yapılan araştırma sonucunda erken dönem uyumsuz şemalar ve evlilik uyumu arasındaki ilişkide; kadınlarda yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar, zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanlarıyla evlilik uyumları arasında negatif yönlü ilişki saptanmıştır. Erkeklerde ise diğeri yönelimlilik, zedelenmiş sınırlar, zedelenmiş otonomi ve kopukluk ile evlilik uyumları arasında negatif yönde bir ilişki görülmüştür. Erkeklerin zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar ve kopukluk şema alanları ile eşlerinin evlilik uyumları arasında anlamlı negatif bir ilişki saptanırken; kadınların zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile eşlerinin evlilik uyumları arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur.

2.5.2. Benliğin Ayrışması ve Evlilik Uyumu

Yaşanan problem ve çatışmalarda kendi duygusal sistemlerini stabilize etmekte güçlük yaşayan kişiler, ilişkilerde de işlevsel olmayan bir bireysellik mesafesi ya da fazla yakınlık talebi ortaya çıkartmakta ve bu da bu kişilerin benlik ayrışma düzeyinde düşük seviyede olduğunu göstermektedir (Kerry ve Bowen,1988). Bu bağlamda kişilerin problemlerde duygusal sistemlerine göre hareket etmeleri sonucu aile sistemleri risk altına girmektedir (Fişek,2018).

Alanyazın incelendiğinde benliğin ayrışmasının ilişki doyumu, evlilik kalitesi, evlilik uyumu, evlilik doyumu gibi çeşitli değişkenlerle çalışıldığı görülmüştür (Barakas, 2023; Timmy ve Keiley, 2011; Yener Acar, 2023) Yurt içi ve yurtdışında yapılan çeşitli çalışmalarda yüksek seviyede ayrışmış bireylerin evlilik uyumu ve evlilik doyumunun, düşük seviyede ayrışmış bireylerin evlilik uyum ve doyumundan daha yüksek olduğu saptanmıştır (Friedlander ve Tuason, 2000; Polat, 2022: 49-50; Işık ve İnce 2021: 11).

Skowron ve Friedlander (1998: 242-243) yaptıkları araştırmada benliğin ayrımlaşma seviyesinin evlilik doyumunu pozitif yönde yordadığını bulunurken, alt boyutlardan duygusal kesmenin ise evlilik doyumunu ile negatif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır.

Yener Açar'ın (2023: 66) bağlanma stilleri ve evlilik doyumunu ilişkisinden benliğin ayrımlaşmasının aracı rolünü incelediği çalışmasında evli bireylerin evlilik doyumlarıyla benliğin ayrımlaşması arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Çalışma sonuçlarına bu açıdan bakıldığında benliğin ayrımlaşma düzeyindeki artış evlilik doyumunu düzeyinde de artış ile ilişkili bulunmuştur.

Barakas'ın (2023: 78) rneklemini en az 2 yıldır evli olan 606 evli bireyin oluşturduğu çalışma sonuçlarına göre benliğin ayrımlaşması ve evlilik kalitesi arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre benlik ayrımlaşma düzeyi arttıka kişilerin algıladıkları evlilik kalitesi de artmaktadır

En az 1 yıllık evli 205 yetişkinle evlilik doyumunu, benliğin ayrımlaşması, yetişkin bağlanması, cinsel iletişim ve cinsel doyum arasında ilişkilerin incelendiği Timm ve Keiley 'in (2011: 215) araştırma sonuçlarına göre benliğin ayrımlaşmasının evli itlerde cinsel iletişim ve evlilik doyumunu açısından etkin bir değişken olduğu saptanmıştır.

Boldaz Telli (2019: 66) alışma sonuçlarında göre ayrımlaşma düzeyi yüksek olan kişilerin evlilik hayatlarında daha yüksek seviyede uyum ve doyuma sahip oldukları tespit edilmiştir. Rodriguez-Gonzalez ve arkadaşlarının (2016: 18-19) 118 heteroseksüel çift ile yaptığı araştırma ve elde ettikleri sonuçlara göre benliğin ayrımlaşma düzeyinin artması eşler arası evlilik uyumunu da artırmaktadır.

Evli bireylerde algılanan sorun çözme becerileri ile benliğin ayrımlaşmasının evlilikte çift uyumu ile ilişkisini incelediği çalışmasında Polat (2022) ift uyumu ve benliğin ayrımlaşması arasında pozitif yönde, orta seviyede anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Elde edilen sonuçlara göre benliğin ayrımlaşma seviyesi arttıka evlilikte çift uyumunun da artacağı öngörülmektedir (Polat, 2022: 60) rneklemini 161 evli çiftin oluşturduğu ve benliğin ayrımlaşmasıyla

evlilik doyumu arasında beş sevgi dilinin aracı rolünün İnce ve Işık (2022: 11) tarafından araştırıldığı çalışma sonucunda, benlik ayrılaşmasının evlilik doyumunu yordadığı saptanmıştır.

Gubbins (2010: 390-394) tarafından evlilikte çatışma kalıpları ve eşlerin kök ailelerinden ayrılaşma düzeyleri arasındaki ilişkisinin araştırıldığı çalışma sonuçlarında bireylerin köken ailelerinden ayrılaşma düzeyleri ve evlilikte memnuniyet seviyeleri arasında ilişki tespit edilmiştir. Aynı zamanda bireylerin bireysellik/birliktelik dengesi kurma yetenekleri, net düşünebilmeleri ve evlilik kalitesi düzeyleri arasında ilişki saptanmıştır.

Yakın ilişkiler açısından benliğin ayrılaşmasının incelendiği Friedlander ve Tuason (2000) tarafından yapılan çalışmada eşlerin bir arada olma ve bağımsızlığı aynı anda deneyimlemeleri, aynı zamanda bu iki deneyim arasında denge oluşturabilmeleri vurgulanmıştır. Bu açıdan bakıldığında bireylerin hem özerkliklerini koruduğu hem de birlikteliği sürdürebildikleri bir dengede daha sağlam ilişkiler deneyimledikleri ifade edilmiştir.

2.5.3. Kişilerarası İlişkiler ve Evlilik Uyumu

Kişilerarası ilişkiler boyutları açısından ele alındığında “kişilerarası ilişki boyutları” ve “evlilik uyumu” ölçekleri üzerinden literatürde herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu iki değişken için daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmasının yanı sıra tezin konusu kapsamında ilgili araştırmalar “kişilerarası ilişkiler” ve evlilik uyumu, evlilik doyumu, ilişki doyumu değişkenleri üzerinden ele alınmıştır.

Yiğit ve Çelik (2016: 81-85) tarafından 17-54 yaş aralığında 434 evli ve romantik ilişkisi olan katılımcıyla yapılan çalışmada; ilişki doyumunun kişilerarası tarzlar, kendilik algısı ve erken dönem uyum bozucu şemalar tarafından yordanıp yordanmadığı incelenmiştir. Araştırmada Demografik Bilgi Formu, İlişki Doyumu Ölçeği, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, Kişilerarası Tarzlar Ölçeği ve Young Şema Ölçeği-KF3 kullanılmıştır. Elde edilen regresyon analizi sonuçlarına göre evli kişilerde kopukluk şema alanı ve ilişki süresinin, romantik ilişkisi olan kişilerde yalnızca kopukluk şema alanının ilişki doyumunu yordadığı görülmüştür. İlişki doyumunda etken bir değişken olarak öngörülen kişilerarası ilişki tarzları istatistiksel açıdan anlamlı bir sonuç

vermemiştir. Yalnızca kişilerarası ilişki tarzlarından besleyici tarzın ilişki doyumu ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu fakat güçlü olmadığı saptanmıştır.

Çelebi ve Odacı'nın (2018) yaptığı çalışmada evlilik uyumunun kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları, bilişsel çarpıtmalar ve bağlanma stilleri tarafından yordandığı yordanmadığı araştırılmıştır. Araştırmanın örneklemini Trabzon ilinde yaşayan 423 evli bireyden oluştururken katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Kişilerarası Tarz Ölçeği, Eysenk Kişilik Anketi, İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri ve Evlilik Uyumu Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre kişilerarası ilişki tarzları alt boyutlarından küçümseyici alaycı tarz ve öfkeli tarzın evlilik uyumu ile anlamlı düzeyde ve negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bunun yanı sıra ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtma alt boyutlarından yakınlıktan kaçınma, bağlanma alt boyutlarından kaçınma ve kaygı, kişilik özelliklerinden ise nörotizm evlilik uyumu ile ilişkili bulunmuştur. Regresyon analizinden elde edilen sonuçlara göre ise kişilerarası ilişki tarzlarının evlilik uyumunu yordamadığı saptanmıştır.

Özmen Süataç'ın (2010: 64-117) 90 evli çiftle yaptığı çalışmada kişilerarası tarz alt boyutlarından duyarsız tarz ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.. Buna göre evlilik uyumu düşük olan çiftlerin evlilik uyumu yüksek olan çiftlere oranla daha fazla duyarsız tarz geliştirdikleri saptanmıştır.

Malkoç (2001 :36-64) tarafından evli bireylerin evlilik uyumları ve iletişim şekilleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada 200 evli birey ile çalışılmıştır. İletişim şekillerini anlayabilmek adına İletişim Şekilleri ölçeğinin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan çalışmada elde edilen verilere bakıldığında; evli bireylerin iletişim şekilleri ve evlilik uyumları arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Elde edilen sonuçlarda evlilik uyumu düşük kişilerin evlilik uyumu yüksek kişilere oranla daha yüksek oranda yıkıcı ve daha az oranda yapıcı iletişim şekilleri kullandığı bulunmuştur

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Örneklem

Çalışmanın örneklem grubu 23-45 yaş aralığında bulunan 110 evli çiftten oluşmaktadır. Katılımcıların 55'i erkek, 55'i kadın olmakla birlikte yaş ortalamaları 34,14'dür.

3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada örneklem grubunun sosyodemografik bilgilerinin edinilmesi amacıyla demografik bilgi formu, erken dönem uyumsuz şemalarını ölçebilmek amacıyla Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3), benliğin ayrılaşmasının düzeyinin ölçülebilmesi amacıyla Benliğin Ayrılaşması Ölçeği (BAÖ), kişilerarası ilişkilerin boyutlarının belirlenebilmesi için Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği (KİBÖ) ve son olarak çiftlerin evlilikte uyum düzeylerinin anlaşılabilmesi adına Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ) kullanılmıştır.

3.2.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyi, medeni durum, evlilik yılı ve çocuk sayısı bilgisini sorgulayan araştırmacı tarafından hazırlanmış bir formdur.

3.2.2. Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3)

Şema Terapi temel alınarak Young tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Soygüt ve arkadaşları (2009) tarafından yapılmıştır. Ölçek toplam 90 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Maddeler 6'lı likert şeklinde (1=benim için tamamıyla yanlış, 6=beni mükemmel şekilde tanımlıyor) derecelendirilmektedir. Türkçe uyarlama çalışmasında beş şema alanı zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, kopukluk, diğer yönelimlilik ve yüksek standartlar olarak belirlenmiştir. Bu şema boyutları içerisinde duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar olmak üzere 14 şema alt alanı da yer almaktadır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayıları şema alanları için 0.66-0.83, şema boyutları için 0,66-0,82 arasındadır. Ölçeğin iç tutarlılık

katsayıları ise şema alanları için 0,53-0,81, şema boyutları için 0,66-0,78 olarak bulunmuştur (Soygüt ve ark., 2009).

3.2.3. Evlilikte Uyum Ölçeği

Locke ve Wallace (1959) tarafından evli kişilerin evlilik uyumlarını belirlemek için geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tutarel Kışlak (1999) tarafından yapılmıştır. Ölçekte toplam 15 madde yer almaktadır. Ölçeğin puan aralığı 0 ve 58 arasında ölçülmektedir. Ölçekte bir tane genel evlilik uyumu sorusu, sekiz tane olası anlaşma alanlarını ölçen soru ve altı tane iletişim tarzını ölçen soru bulunmaktadır. Ölçekten alınan puanın artışı evlilik uyum düzeyinin de artışı göstermektedir. Aynı zamanda kesme puanı 43,5 olarak belirlenen ölçekte kesme puanının üzerinde puan alınan evlilikler uyumlu olarak belirtilmektedir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği 0,57, iki yarım test güvenilirliği 0,84 olarak saptanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ise 0,90 olarak bulunmuştur (Tutarel Kışlak, 1999).

3.2.4. Benliğin Ayrışması Ölçeği

Ölçek benliğin ayrışma düzeyini ölçmesi amacıyla Skowron ve Friedlander (1998) tarafından geliştirilmiştir. Revize edilmiş hali ise Skowron ve Schmitt (2003) tarafından çalışılmıştır. Ölçek Işık ve Bulduk (2015) tarafından Türkçe 'ye uyarlanmıştır. Ölçekte toplam 20 madde yer almaktadır. Ölçekte bulunan 4 alt boyut ise duygusal tepkisellik, ben pozisyonu alma, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılık şeklinde belirtilmiştir. Maddeler 6'lı likert şeklinde (1=benim için tamamıyla yanlış, 6=beni mükemmel şekilde tanımlıyor) derecelendirilmektedir. Benliğin ayrışma seviyesinin yüksekliği hem alt ölçeklerin hem toplam puanın yüksekliğine işaret etmektedir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,74 olarak bulunurken, iç tutarlılık katsayılarının 0,74-0,81 arasında değiştiği görülmüştür.

3.2.5. Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği

Ölçek İmamoğlu ve Aydın (2009) tarafından Türk toplumuna uygun olarak hem kişilerarası ilişkilerin incelenmesi hem de ilişki boyutlarının saptanması amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek toplam 53 maddeden oluşmaktadır ve 5'li likert (1-Hiç tanımlamıyor, 5-Tamamen Tanımlıyor) olarak değerlendirilmektedir. Dört faktörlü bir yapıdan oluşan ölçekte faktörler onay bağımlılık, empati, başkalarına güven, duygu farkındalığı olarak isimlendirilmiştir. Alt boyutlardan alınan yüksek puan,

kişinin puan aldığı alt boyutun ölçtüğü niteliğe daha yüksek düzeyde sahip olduğu anlamına gelir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,62 ile 0,96 arasında değişmekte olup, iç tutarlık katsayılarının 0,78 ile 0,85 arasında değiştiği saptanmıştır.

3.3. İşlem

İlk olarak İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'na araştırma yazılı olarak iletilerek etik kurallara uygunluğu değerlendirilmiştir. Veri toplama işlemine geçilmeden etik kurul onayı alınarak akabinde katılımcılara hem kâğıt kalem yoluyla hem de Google Forms aracılığıyla ulaşılmış ve veriler bu şekilde elde edilmiştir. Kâğıt kalem yoluyla edinilen veriler, doğru bilgi alma olasılığını artırmak amacıyla kapalı zarfta teslim alınmıştır. Aynı zamanda hem Google Forms hem kâğıt kalem aracılığıyla dağıtılan ölçeklerde katılımcılardan isim alınmamış, eş olan katılımcılar takma isim ya da sayı aracılığıyla eşlenmiştir. Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleşmekle birlikte herhangi rahatsızlık durumunda çalışmanın bırakılabileceği, elde edilen verilerin gizli tutulacağı ve yalnızca araştırma amaçlı kullanılacağı katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu aracılığıyla iletilmiştir. Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3), Benliğin Ayrışması Ölçeği, Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği ve son olarak Evlilikte Uyum Ölçeği katılımcılar tarafından doldurulmuştur. Yaklaşık 25 dakikada tamamlanan ölçekler sonucu elde edilen verilerde araştırma koşuluna uymayan yaş kriterine (18-45) ve evlilik süresine (en az 1 yıl) sahip olmayan katılımcılar ve eşleri çalışmanın güvenilirliği kapsamında değerlendirmeye alınmamıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Veriler SPSS-27 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Sosyodemografik sorular için frekans tablosu oluşturulmuştur. Değişkenlerin grup ortalamalarındaki farklılıkları görebilmek için 2 gruplu değişkenlerde bağımsız örneklem t-test, parametrik testler için yeterli gözlem sayısı olmadığında 2 gruplu değişkenlerde non-parametrik Man Whitney-U analizi, 3 ve daha fazla gruplu değişkenlerde ise non-parametrik Kruskal Wallis-H analizi uygulanmıştır. Kadınların ve erkeklerin Evlilik Uyum puan ortalamaları farklarına bakmak için bağımlı örneklem t-test ve non-parametrik Wilcoxon analizleri uygulanmıştır. Ölçeklerin birbirleri arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü tespit edebilmek için Pearson korelasyon analizi

uygulanmıştır. Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini gormek üzere doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Analizler $\alpha=0,05$ seviyesinde uygulanmıştır.



DÖRDÜNDÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Tablo 4.1: Sosyodemografik Bilgiler Tablosu

Değişkenler	Grup	n	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	55	50.0
	Erkek	55	50.0
Eğitim Durumu	İlk/Ortaokul/Lise	20	18.2
	Üniversite	54	49.1
	Yüksek Lisans /Doktora	36	32.7
Çalışma Durumu	Evet	86	78.2
	Hayır	24	21.8
Gelir Düzeyi	Düşük	2	1.8
	Orta	89	80.9
	Yüksek	19	17.3
Medeni Durum	Evli	110	100.0

Yapılan çalışmada toplum örnekleminde alınan 110 kişi 55 çift olarak tasarlandığından cinsiyet değişkenine göre dağılımının 55 (%50) kadın; 55 (%50) erkek olduğu saptanmıştır. Çalışmanın örneklemini evli çiftlerin oluşturması dolayısıyla katılımcıların medeni durumlarına göre dağılımının 110 (%100) evli olduğu belirlenmiştir.

Katılımcılar eğitim durumu açısından incelendiğinde 20 (%18.2) kişinin ilk/ortaokul/lise; 54 (%49.1) kişinin üniversite; 36 (%32,7) kişinin ise yüksek lisans/doktora seviyesinde bir eğitime sahip oldukları belirlenmiştir. Çalışma durumuna göre incelendiğinde katılımcıların 86'sının (%78,2) çalışan kişiler olduğu saptanırken; 24'ünün (%21,8) çalışmayan kişiler olduğu belirlenmiştir. Gelir düzeyine

ilişkin dağılımlarda ise 2 (%1,8) kişinin düşük; 89 (%80,9) kişinin orta; 19 (%17,3) kişinin yüksek kategorisinde yer aldığı belirlenmiştir.

4.2. Çalışmadaki Ölçeklerin ve Ölçek Alt Boyutlarının Güvenirlik Katsayıları, Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Basıklık-Çarpıklık Değerleri

Tablo 4.2: Normallik Varsayımı Analizi ve Güvenilirlik Analizi

Ölçek	n	Ort.	SS	Kolmogorov Smirnov (p)	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach's Alpha
Duygusal Yoksunluk Alt Boyutu	110	8.45	3.52	.000	1.245	1.239	.708
Başarısızlık Alt Boyutu	110	11.10	4.81	.000	1.049	.334	.837
Karamsarlık Alt Boyutu	110	10.42	5.02	.000	.878	.060	.850
Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyutu	110	14.75	5.86	.004	1.029	1.403	.830
Duyguları Bastırma Alt Boyutu	110	10.48	4.68	.000	.944	.208	.792
Onay Arayıcılık Alt Boyutu	110	18.41	5.71	.044	-.068	-.699	.767
İç İçe Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	110	14.82	5.76	.000	1.263	1.839	.795
Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	110	20.33	6.74	.200*	.039	-.437	.741
Kendini Feda Alt Boyutu	110	13.71	5.05	.063*	.198	-.479	.761
Terk Edilme Alt Boyutu	110	8.45	3.74	.000	1.337	1.468	.692
Cezalandırılma Alt Boyutu	110	18.47	5.96	.200*	.231	-.070	.780
Kusurluluk Alt Boyutu	110	9.13	3.57	.000	1.306	.969	.772
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Boyutu	110	10.41	4.65	.000	1.045	.912	.761
Yüksek Standartlar Alt Boyutu	110	7.96	3.57	.002	.413	-.672	.731
Duygusal Tepkisellik Alt Boyutu	110	17.82	5.46	.200*	-.070	-.158	.798
“Ben” Pozisyonu Alt	110	17.95	4.96	.055*	-.336	.189	.686

Boyutu								
Duygusal Kopma Alt Boyutu	110	25.48	4.01	.000	-.936	.413	.716	
Başkalarına Bağımlılık Alt Boyutu	110	24.39	4.00	.001	-.566	-.493	.693	
Toplam Benliğin Ayrışması	110	85.64	11.14	.108*	-.378	-.308	.748	
Onay Bağımlılık Alt Boyutu	110	40.87	9.41	.200*	.291	-.299	.797	
Empati Alt Boyutu	110	35.13	5.28	.000	-.842	1.075	.842	
Başkalarına Güven Alt Boyutu	110	52.48	9.47	.004	-.462	.940	.840	
Duygu Farkındalığı Alt Boyutu	110	46.51	9.18	.105*	-.130	.156	.815	
Genel Uyum Alt Boyutu	110	22.66	11.67	.000	.502	-1.078	.921	
İlişki Tarzı Alt Boyutu	110	9.34	2.08	.000	-1.162	1.071	.623	
Evlilik Uyumu Ölçeği	110	32.00	11.95	.000	.646	-1.016	.871	
Yaş Değişkeni	110	34.14	5.52	.200*	.521	1.583	-	
Evlilik Yılı Değişkeni	110	7.27	4.21	.004	.606	-.379	-	
Çocuk Sayısı Değişkeni	110	1.20	.83	.000	.190	-.580	-	

* p < 0,05

Kolmogorov-Smirnov Analizi incelendiğinde ayrıcalıklık /yetersiz özdenetim alt boyutu, kendini feda alt boyutu, cezalandırılma alt boyutu, duygusal tepkisellik alt boyutu, “ben” pozisyonu alt boyutu, toplam benliğin ayrışması, onay bağımlılık alt boyutu, duygu farkındalığı alt boyutu ve yaş değişkeninin normal dağılım gösterdiği saptanmıştır ($p > 0,05$). Bunlar dışındaki ölçeklerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin -2; +2 sınırını aşmaması sebebiyle analizlerde parametrik testler kullanılmıştır (George ve Mallery, 2010). Ölçeklerin güvenilirlikleri yeterli düzeydedir. Cronbach Alpha katsayısının 0,60 ile 0,80 arasında olması ölçeğin orta güvenilir, 0,80 ile 1,00 arasında olması ise ölçeğin yüksek güvenilir olduğunu göstermektedir (Kayış, 2009; Kılıç, 2016)

4.3. Ölçeklerin ve Alt Boyutların Kadın – Erkek Farklarının Mevcut Araştırmadaki Güvenirlik Katsayıları, Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Basıklık-Çarpıklık Değerleri

Tablo 4.3: Kadın – Erkek Farkları Normallik Varsayımı Analizi ve Güvenirlik Analizi

Ölçek	n	Ort.	SS	Kolmogorov Smirnov (p)	Çarpıklık	Basıklık
Fark Duygusal Yoksunluk Alt Boyutu	55	-.31	4.15	.040	.905	2.211
Fark Başarısızlık Alt Boyutu	55	1.56	6.29	.049	.221	.745
Fark Karamsarlık Alt Boyutu	55	-.45	7.11	.023	-.129	1.266
Fark Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Boyutu	55	-1.02	8.19	.032	-1.308	3.005
Fark Duyguları Bastırma Alt Boyutu	55	-2.02	6.22	.172	-.021	-.342
Fark Onay Arayıcılık Alt Boyutu	55	.15	7.33	.048	.028	.629
Fark İç İç Geçme/Bağımlılık Alt Boyutu	55	-1.05	7.92	.003	-.665	1.277
Fark Ayrıcalıklık/Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	55	-1.87	8.38	.040	.125	1.103
Fark Kendini Feda Alt Boyutu	55	.31	7.16	.200*	-.498	1.265
Fark Terk Edilme Alt Boyutu	55	-.71	5.34	.003	-.598	.219
Fark Cezalandırılma Alt Boyutu	55	-1.31	7.55	.200*	-.481	.336
Fark Kusurluluk Alt Boyutu	55	-.62	4.95	.017	-.180	.834
Fark Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Boyutu	55	-.98	6.10	.024	-.505	1.498
Fark Yüksek Standartlar Alt Boyutu	55	-1.20	5.16	.200*	-.180	-.224
Fark Duygusal Tepkisellik Alt Boyutu	55	-3.02	6.84	.200*	.655	.990
Fark Ben/Pozisyonu Alt Boyutu	55	-.47	6.36	.003	-.017	1.045
Fark Duygusal Kopma Alt Boyutu	55	-.05	5.16	.042	.198	.768
Fark Başkalarına Bağımlılık Alt Boyutu	55	-1.18	5.18	.200*	.333	.369

Fark Toplam Benliğin Ayrışması	55	-4.73	15.68	.029	.787	2.925
Fark Onay Bağımlılık Alt Boyutu	55	2.62	13.85	.200*	-.276	.343
Fark Empati Alt Boyutu	55	2.00	5.17	.200*	-.450	.698
Fark Başkalarına Güven Alt Boyutu	55	2.60	14.22	.030	1.019	1.412
Fark Duygu Farkındalığı Alt Boyutu	55	1.49	12.86	.200*	.673	1.460
Fark Genel Uyum Alt Boyutu	55	-.15	5.56	.019	-.785	1.038
Fark İlişki Tarzı Alt Boyutu	55	-.55	2.35	.024	-1.170	2.591
Fark Evlilik Uyumu Ölçeği	55	-.69	5.96	.200*	-.472	1.225

* p < 0.05

Kolmogorov-Smirnov Analizi incelendiğinde kendini feda alt boyutu, cezalandırılma alt boyutu, yüksek standartlar alt boyutu, duygusal tepkisellik alt boyutu, başkalarına bağımlılık alt boyutu, onay bağımlılık alt boyutu, empati alt boyutu, duygu farkındalığı alt boyutu ve evlilik uyumu ölçeği farklarının normal dağılım gösterdiği görülmektedir ($p > 0,05$). Sosyal izolasyon/ güvensizlik alt boyutu, toplam benliğin ayrışması puanı ve ilişki tarzı alt boyutları hariç ölçeklerin basıklık ve çarpıklık değerleri -2; +2 sınırını aşmadığından bağımlı t-test analizlerin parametrik testler kullanılacaktır. Sosyal izolasyon/ güvensizlik alt boyutu, toplam benliğin ayrışması, ilişki tarzı alt boyutu farklarının -2; +2 sınırını aştığından bağımlı örneklem analizi için non-parametrik Wilcoxon analizi uygulanmıştır (George ve Mallery, 2010).

4.4. Değişkenlerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Tablo 4.4: Cinsiyet Değişkeni Bağımlı Örneklem T-Test/Wilcoxon Tablosu

Ölçek	Grup	n	Ort.	SS	Fark	t/w	Sd	p
Duygusal Yoksunluk Alt Boyutu	Kadın	55	8.31	3.39	-.309	-.552	54	.583
	Erkek	55	8.60	3.68				
Başarısızlık Alt Boyutu	Kadın	55	11.89	5.08	1.564	1.844	54	.071
	Erkek	55	10.32	4.42				
Karamsarlık Alt Boyutu	Kadın	55	10.20	4.54	-.455	-.474	54	.637

	Erkek	55	10.65	5.48					
Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyutu	Kadın	55	14.25	5.12	-1.018	w=-.395	54	.693	
	Erkek	55	15.26	6.53					
Duyguları Bastırma Alt Boyutu	Kadın	55	9.47	3.74	-2.018	-2.405	54	.020*	
	Erkek	55	11.48	5.32					
Onay Arayıcılık Alt Boyutu	Kadın	55	18.49	5.32	.145	.147	54	.884	
	Erkek	55	18.33	6.13					
İç İç Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Kadın	55	14.29	4.48	-1.055	-.987	54	.328	
	Erkek	55	15.35	6.81					
Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Kadın	55	19.40	6.15	-1.873	-1.658	54	.103	
	Erkek	55	21.26	7.22					
Kendini Feda Alt Boyutu	Kadın	55	13.87	4.82	.309	.320	54	.750	
	Erkek	55	13.55	5.32					
Terk Edilme Alt Boyutu	Kadın	55	8.10	2.85	-.709	-.984	54	.329	
	Erkek	55	8.81	4.46					
Cezalandırılma Alt Boyutu	Kadın	55	17.82	5.42	-1.309	-1.285	54	.204	
	Erkek	55	19.12	6.44					
Kusurluluk Alt Boyutu	Kadın	55	8.82	3.40	-.618	-.926	54	.359	
	Erkek	55	9.44	3.74					
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Boyutu	Kadın	55	9.93	4.37	-.982	-1.193	54	.238	
	Erkek	55	10.90	4.91					
Yüksek Standartlar Alt Boyutu	Kadın	55	7.36	3.48	-1.200	-1.725	54	.090	
	Erkek	55	8.56	3.59					
Duygusal Tepkisellik Alt Boyutu	Kadın	55	16.31	5.305	-	-	54	.002*	
	Erkek	55	19.33	5.228	3.018	3.273			
“Ben” Pozisyonu Alt Boyutu	Kadın	55	17.71	4.589	-.473	-.552	54	.584	
	Erkek	55	18.18	5.330					
Duygusal Kopma Alt Boyutu	Kadın	55	25.45	3.94	-.055	-.078	54	.938	

	Erkek	55	25.51	4.12				
Başkalarına Bağımlılık Alt Boyutu	Kadın	55	23.80	3.86	-1.182	-1.691	54	.097
	Erkek	55	24.98	4.09				
Toplam Benliğin Ayrışması	Kadın	55	83.27	11.03	-4.727	w=-2.803	54	.005*
	Erkek	55	88.00	10.83				
Onay Bağımlılık Alt Boyutu	Kadın	55	42.18	9.21	2.618	1.402	54	.167
	Erkek	55	39.56	9.52				
Empati Alt Boyutu	Kadın	55	36.13	4.65	2.000	2.870	54	.006*
	Erkek	55	34.13	5.71				
Başkalarına Güven Alt Boyutu	Kadın	55	53.78	9.40	2.600	1.356	54	.181
	Erkek	55	51.18	9.44				
Duygu Farkındalığı Alt Boyutu	Kadın	55	47.25	8.94	1.491	.860	54	.394
	Erkek	55	45.76	9.43				
Genel Uyum Alt Boyutu	Kadın	55	22.59	11.97	-.145	-.194	54	.847
	Erkek	55	22.73	11.47				
İlişki Tarzı Alt Boyutu	Kadın	55	9.07	2.35	-.545	w=-1.408	54	.159
	Erkek	55	9.62	1.76				
Evlilik Uyumu Ölçeği	Kadın	55	31.66	12.41	-.691	-.859	54	.394
	Erkek	55	32.35	11.58				

*p<0.05

Cinsiyet açısından bakıldığında çift olarak kadın ve erkek gruplarının araştırmadaki ana değişkenlerden alınan puanlar açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için bağımlı örneklem t-test/wilcoxon analizi kullanılmıştır.

Analiz sonucunda erkeklerin duyguları bastırma alt boyutu puanlarının kadınların duyguları bastırma alt boyutu puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksek olduğu ($p=,020<0,05$); erkeklerin duygusal tepkisellik alt boyutu puan ortalamasının kadınların duygusal tepkisellik alt boyutu puan ortalamasından istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde yüksek olduğu ($p=,002<0,05$); erkeklerin toplam benliğin ayrışması puan ortalamasının kadınların toplam benliğin ayrışması puan

ortalamasından istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksek olduğu ($p=,005<0,05$); kadınların empati alt boyutu puan ortalamasının erkeklerin empati alt boyutu puan ortalamasından istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksek olduğu ($p=,006<0,05$) saptanmışken başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon /güvensizlik, onay arayıcılık, iç içe geçme /bağımlılık , ayrıcalıklık /yetersiz özenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar, “ben” pozisyonu, duygusal kopma, başkalarına bağımlılık, onay bağımlılık, başkalarına güven, duygu farkındalığı, genel uyum, ilişki tarzı alt boyutları puanları ve evlilik uyumu toplam puanının cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur($p>0,05$).

4.5. Değişkenlerin Gelir Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Tablo 4.5: Gelir Düzeyi Değişkeni Mann-Whitney U Test Tablosu

Ölçek	Grup	n	Ort.	SS	z	Sd	p																																																																																
Duygusal Yoksunluk Alt Boyutu	Orta	89	8.48	3.47	-.514	108	.607																																																																																
	Yüksek	19	8.26	4.01				Başarısızlık Alt Boyutu	Orta	89	11.20	4.86	-.523	108	.601	Yüksek	19	10.63	4.79	Karamsarlık Alt Boyutu	Orta	89	10.22	4.70	-.333	108	.739	Yüksek	19	11.37	6.46	Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyutu	Orta	89	14.15	5.20	-1.521	108	.128	Yüksek	19	17.35	8.12	Duyguları Bastırma Alt Boyutu	Orta	89	10.16	4.61	-1.316	108	.188	Yüksek	19	11.84	5.13	Onay Arayıcılık Alt Boyutu	Orta	89	18.25	5.88	-.671	108	.502	Yüksek	19	19.42	5.12	İç İçe Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Orta	89	14.53	5.44	-.373	108	.709	Yüksek	19	15.79	7.29	Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Orta	89	19.87	6.47	-1.365	108	.172
Başarısızlık Alt Boyutu	Orta	89	11.20	4.86	-.523	108	.601																																																																																
	Yüksek	19	10.63	4.79				Karamsarlık Alt Boyutu	Orta	89	10.22	4.70	-.333	108	.739	Yüksek	19	11.37	6.46	Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyutu	Orta	89	14.15	5.20	-1.521	108	.128	Yüksek	19	17.35	8.12	Duyguları Bastırma Alt Boyutu	Orta	89	10.16	4.61	-1.316	108	.188	Yüksek	19	11.84	5.13	Onay Arayıcılık Alt Boyutu	Orta	89	18.25	5.88	-.671	108	.502	Yüksek	19	19.42	5.12	İç İçe Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Orta	89	14.53	5.44	-.373	108	.709	Yüksek	19	15.79	7.29	Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Orta	89	19.87	6.47	-1.365	108	.172	Yüksek	19	22.63	7.92								
Karamsarlık Alt Boyutu	Orta	89	10.22	4.70	-.333	108	.739																																																																																
	Yüksek	19	11.37	6.46				Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyutu	Orta	89	14.15	5.20	-1.521	108	.128	Yüksek	19	17.35	8.12	Duyguları Bastırma Alt Boyutu	Orta	89	10.16	4.61	-1.316	108	.188	Yüksek	19	11.84	5.13	Onay Arayıcılık Alt Boyutu	Orta	89	18.25	5.88	-.671	108	.502	Yüksek	19	19.42	5.12	İç İçe Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Orta	89	14.53	5.44	-.373	108	.709	Yüksek	19	15.79	7.29	Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Orta	89	19.87	6.47	-1.365	108	.172	Yüksek	19	22.63	7.92																				
Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyutu	Orta	89	14.15	5.20	-1.521	108	.128																																																																																
	Yüksek	19	17.35	8.12				Duyguları Bastırma Alt Boyutu	Orta	89	10.16	4.61	-1.316	108	.188	Yüksek	19	11.84	5.13	Onay Arayıcılık Alt Boyutu	Orta	89	18.25	5.88	-.671	108	.502	Yüksek	19	19.42	5.12	İç İçe Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Orta	89	14.53	5.44	-.373	108	.709	Yüksek	19	15.79	7.29	Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Orta	89	19.87	6.47	-1.365	108	.172	Yüksek	19	22.63	7.92																																
Duyguları Bastırma Alt Boyutu	Orta	89	10.16	4.61	-1.316	108	.188																																																																																
	Yüksek	19	11.84	5.13				Onay Arayıcılık Alt Boyutu	Orta	89	18.25	5.88	-.671	108	.502	Yüksek	19	19.42	5.12	İç İçe Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Orta	89	14.53	5.44	-.373	108	.709	Yüksek	19	15.79	7.29	Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Orta	89	19.87	6.47	-1.365	108	.172	Yüksek	19	22.63	7.92																																												
Onay Arayıcılık Alt Boyutu	Orta	89	18.25	5.88	-.671	108	.502																																																																																
	Yüksek	19	19.42	5.12				İç İçe Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Orta	89	14.53	5.44	-.373	108	.709	Yüksek	19	15.79	7.29	Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Orta	89	19.87	6.47	-1.365	108	.172	Yüksek	19	22.63	7.92																																																								
İç İçe Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Orta	89	14.53	5.44	-.373	108	.709																																																																																
	Yüksek	19	15.79	7.29				Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Orta	89	19.87	6.47	-1.365	108	.172	Yüksek	19	22.63	7.92																																																																				
Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Orta	89	19.87	6.47	-1.365	108	.172																																																																																
	Yüksek	19	22.63	7.92																																																																																			

Kendini Feda Alt Boyutu	Orta	89	13.72	4.87	-303	108	.762
	Yüksek	19	13.74	6.22			
Terk Edilme Alt Boyutu	Orta	89	8.43	3.75	-335	108	.738
	Yüksek	19	8.68	3.96			
Cezalandırılma Alt Boyutu	Orta	89	18.12	5.89	-930	108	.353
	Yüksek	19	20.00	6.46			
Kusurluluk Alt Boyutu	Orta	89	8.91	3.40	-1.052	108	.293
	Yüksek	19	10.11	4.36			
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Boyutu	Orta	89	10.10	4.53	-1.330	108	.184
	Yüksek	19	11.68	5.23			
Yüksek Standartlar Alt Boyutu	Orta	89	7.55	3.44	-2.444	108	.015*
	Yüksek	19	9.89	3.74			
Duygusal Tepkisellik Alt Boyutu	Orta	89	17.80	5.47	-.036	108	.971
	Yüksek	19	17.47	5.61			
“Ben” Pozisyonu Alt Boyutu	Orta	89	17.94	4.92	-.109	108	.913
	Yüksek	19	18.16	5.37			
Duygusal Kopma Alt Boyutu	Orta	89	25.85	3.74	-1.574	108	.115
	Yüksek	19	24.00	5.02			
Başkalarına Bağımlılık Alt Boyutu	Orta	89	24.54	3.88	-.652	108	.515
	Yüksek	19	23.63	4.74			
Toplam Benliğin Ayrışması	Orta	89	86.13	10.54	-.521	108	.603
	Yüksek	19	83.26	14.09			
Onay Bağımlılık Alt Boyutu	Orta	89	40.92	9.09	-.097	108	.923
	Yüksek	19	41.26	11.13			
Empati Alt Boyutu	Orta	89	35.16	5.30	-.259	108	.796
	Yüksek	19	35.26	5.51			
Başkalarına Güven Alt Boyutu	Orta	89	53.02	8.49	-.658	108	.510
	Yüksek	19	49.32	12.80			
Duygu Farkındalığı Alt Boyutu	Orta	89	46.91	9.065	-.941	108	.347

	Yüksek	19	44.21	9.84			
Genel Uyum Alt Boyutu	Orta	89	22.36	11.65	-.162	108	.872
	Yüksek	19	22.65	11.88			
İlişki Tarzı Alt Boyutu	Orta	89	9.42	2.05	-1.196	108	.232
	Yüksek	19	8.93	2.29			
Evlilik Uyumu Ölçeği	Orta	89	31.78	11.81	-.222	108	.824
	Yüksek	19	31.58	12.68			

*p<0.05

Gelir düzeyi durumunun araştırmadaki ana değişkenlerden alınan puanlar açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için Mann-Whitney U T Test analizi kullanılmıştır.

Analizler sonucunda gelir düzeyi yüksek olan bireylerin yüksek standartlar puan ortalamasının gelir durumu düşük olan bireylerden istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklı ve büyük olduğu tespit edilirken(p=,015<0,05) duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon /güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme /bağımlılık, ayrıcalıklılık /yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, duygusal tepkisellik, “ben” pozisyonu, duygusal kopma, başkalarına bağımlılık, onay bağımlılık, empati, başkalarına güven, duygu farkındalığı, genel uyum, ilişki tarzı alt boyutları ile toplam benliğin ayrımlaşması puanı ve evlilik uyumu ölçeği puanı gelir düzeyi açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur (p>0,05).

4.6. Değişkenlerin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Tablo 4.6: Çalışma Durumu Değişkeni Mann-Whitney U Test Tablosu

Ölçek	Grup	n	Ort.	SS	z	Sd	p
Duygusal Yoksunluk Alt Boyutu	Evet	86	8.69	3.69	-1.134	108	.257
	Hayır	24	7.63	2.73			
Başarısızlık Alt Boyutu	Evet	86	10.70	4.63	-1.720	108	.085
	Hayır	24	12.54	5.25			
Karamsarlık Alt Boyutu	Evet	86	10.54	5.19	-.084	108	.933

	Hayır	24	10.00	4.37			
Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyutu	Evet	86	14.98	6.14	-.540	108	.589
	Hayır	24	13.92	4.75			
Duyguları Bastırma Alt Boyutu	Evet	86	10.70	4.79	-.861	108	.389
	Hayır	24	9.67	4.24			
Onay Arayıcılık Alt Boyutu	Evet	86	18.12	5.76	-1.098	108	.272
	Hayır	24	19.46	5.52			
İç İç Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Evet	86	14.93	6.03	-.029	108	.977
	Hayır	24	14.42	4.78			
Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Evet	86	19.80	6.72	-1.685	108	.092
	Hayır	24	22.25	6.58			
Kendini Feda Alt Boyutu	Evet	86	13.41	4.86	-1.168	108	.243
	Hayır	24	14.79	5.67			
Terk Edilme Alt Boyutu	Evet	86	8.52	3.84	-.095	108	.924
	Hayır	24	8.21	3.41			
Cezalandırılma Alt Boyutu	Evet	86	18.30	6.00	-.656	108	.512
	Hayır	24	19.08	5.89			
Kusurluluk Alt Boyutu	Evet	86	9.38	3.75	-1.146	108	.252
	Hayır	24	8.25	2.72			
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Boyutu	Evet	86	10.55	4.58	-.800	108	.424
	Hayır	24	9.92	4.98			
Yüksek Standartlar Alt Boyutu	Evet	86	7.87	3.46	-.367	108	.714
	Hayır	24	8.29	4.01			
Duygusal Tepkisellik Alt Boyutu	Evet	86	18.49	5.10	-2.408	108	.016*
	Hayır	24	15.42	6.11			
“Ben” Pozisyonu Alt Boyutu	Evet	86	17.58	4.94	-1.553	108	.120
	Hayır	24	19.25	4.91			
Duygusal Kopma Alt Boyutu	Evet	86	25.37	3.97	-.771	108	.440
	Hayır	24	25.88	4.21			
Başkalarına Bağımlılık Alt Boyutu	Evet	86	24.24	4.12	-.679	108	.497
	Hayır	24	24.92	3.57			
Toplam Benliğin Ayrışması	Evet	86	85.69	11.49	-.192	108	.848
	Hayır	24	85.46	9.99			
Onay Bağımlılık Alt Boyutu	Evet	86	40.78	9.54	-.355	108	.723
	Hayır	24	41.21	9.12			

Empati Alt Boyutu	Evet	86	34.66	5.41	-2.039	108	.041*
	Hayır	24	36.79	4.50			
Başkalarına Güven Alt Boyutu	Evet	86	52.16	9.37	-.558	108	.577
	Hayır	24	53.63	9.92			
Duygu Farkındalığı Alt Boyutu	Evet	86	46.36	9.43	-.199	108	.842
	Hayır	24	47.04	8.40			
Genel Uyum Alt Boyutu	Evet	86	23.83	11.57	-2.206	108	.027*
	Hayır	24	18.48	11.31			
İlişki Tarzı Alt Boyutu	Evet	86	9.37	2.08	-.210	108	.833
	Hayır	24	9.24	2.15			
Evlilik Uyumu Ölçeği	Evet	86	33.20	11.94	-2.144	108	.032*
	Hayır	24	27.72	11.23			

*p<0.05

Çalışma durumunun araştırmadaki ana değişkenlerden alınan puanlar açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için Mann-Whitney U T Test analizi kullanılmıştır.

Analiz sonucunda; çalışma durumu değişkeni gruplarına göre duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon /güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme /bağımlılık, ayrıcalıklılık /yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar, “ben” pozisyonu,, duygusal kopma, başkalarına bağımlılık, onay bağımlılık, başkalarına güven, duygu farkındalığı, ilişki tarzı alt boyutları ve toplam benliğin ayrımlaşması puanı istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık göstermemiştir (p>0,05).

Çalışma durumu değişkeni gruplarına göre çalışmayan bireylerin empati alt boyutu puan ortalamasının çalışan bireylerin empati alt boyutu puan ortalamasından istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklı ve büyük olduğu (p=,041<0,05); çalışan bireylerin genel uyum alt boyutu puanı ortalamasının, çalışmayan bireylerin genel uyum alt boyutu puanı ortalamasından istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklı ve büyük olduğu (p=,027<0,05); çalışan bireylerin duygusal tepkisellik alt boyutu puanı ortalamasının, çalışmayan bireylerin duygusal tepkisellik alt boyutu puanı ortalamasından istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklı ve büyük olduğu(p=,016<0,05); çalışan bireylerin evlilik uyumu ölçeği puanı ortalamasının, çalışmayan bireylerin evlilik uyumu ölçeği puanı ortalamasından istatistiksel açıdan

anlamli bir sekilde farkli ve buyuk olduğu(p=,032<0,05) saptanmıştır.

4.7. Değişkenlerin Eğitim Durumuna G6re Karşılaştırması

Tablo 4.7: Eğitim Durumu Değişkeni Kruskal Wallis-H Analizi

6lçek	Grup	n	Ort.	SS	SD	H	p
Duygusal Yoksunluk Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	7.35	2.72	2	2.577	.276
	Üniversite	54	8.34	3.11			
	Y.Lisans /Doktora	36	9.24	4.33			
	Toplam	110	8.45	3.52			
Başarırsızlık Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	10.90	4.59	2	.027	.986
	Üniversite	54	10.90	4.49			
	Y.Lisans /Doktora	36	11.53	5.44			
	Toplam	110	11.10	4.81			
Karamsarlık Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	9.95	4.45	2	.107	.948
	Üniversite	54	10.34	5.12			
	Y.Lisans /Doktora	36	10.81	5.23			
	Toplam	110	10.42	5.02			
Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	13.35	5.09	2	2.257	.324
	Üniversite	54	14.49	5.49			
	Y.Lisans /Doktora	36	15.92	6.68			
	Toplam	110	14.75	5.86			
Duyguları Bastırma Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	9.70	4.19	2	1.745	.418
	Üniversite	54	10.06	4.37			
	Y.Lisans /Doktora	36	11.53	5.29			
	Toplam	110	10.48	4.68			
Onay Arayıcılık Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	18.55	6.57	2	.009	.995
	Üniversite	54	18.46	5.85			
	Y.Lisans /Doktora	36	18.25	5.12			
	Toplam	110	18.41	5.71			
İç İçe Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	14.50	4.77	2	.079	.961
	Üniversite	54	14.57	4.98			
	Y.Lisans /Doktora	36	15.36	7.28			
	Toplam	110	14.82	5.76			
Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	18.65	6.85	2	2.220	.330
	Üniversite	54	21.40	7.08			
	Y.Lisans /Doktora	36	19.67	6.02			

	Toplam	110	20.33	6.74			
Kendini Feda Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	12.40	5.83	2	1.917	.384
	Üniversite	54	14.10	4.98			
	Y.Lisans /Doktora	36	13.86	4.72			
	Toplam	110	13.71	5.05			
Terk Edilme Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	8.55	4.24	2	1.040	.595
	Üniversite	54	8.11	3.52			
	Y.Lisans /Doktora	36	8.92	3.84			
	Toplam	110	8.45	3.74			
Cezalandırılma Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	17.20	7.22	2	1.521	.467
	Üniversite	54	18.57	5.79			
	Y.Lisans /Doktora	36	19.01	5.51			
	Toplam	110	18.47	5.96			
Kusurluluk Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	9.25	3.88	2	.398	.820
	Üniversite	54	8.85	3.27			
	Y.Lisans /Doktora	36	9.48	3.88			
	Toplam	110	9.13	3.57			
Tehditler Karşısında Dayanaksızlık Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	9.80	5.05	2	1.105	.575
	Üniversite	54	10.14	4.04			
	Y.Lisans /Doktora	36	11.17	5.28			
	Toplam	110	10.41	4.65			
Yüksek Standartlar Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	7.40	3.53	2	1.080	.583
	Üniversite	54	7.91	3.60			
	Y.Lisans /Doktora	36	8.36	3.59			
	Toplam	110	7.96	3.57			
Duygusal Tepkisellik Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	18.45	7.74	2	.393	.822
	Üniversite	54	17.39	5.17			
	Y.Lisans /Doktora	36	18.11	4.39			
	Toplam	110	17.82	5.46			
“Ben” Pozisyonu Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	18.40	7.42	2	.738	.692
	Üniversite	54	17.52	4.49			
	Y.Lisans /Doktora	36	18.33	3.93			
	Toplam	110	17.95	4.96			
Duygusal Kopma Alt Boyutu	İlk/Ortaokul/Lise	20	26.65	3.62	2	3.840	.147
	Üniversite	54	25.80	3.38			
	Y.Lisans /Doktora	36	24.36	4.84			
	Toplam	110	25.48	4.01			
Başkalarına Bağımlılık Alt	İlk/Ortaokul/Lise	20	24.70	4.80	2	2.047	.359

Boyutu	<u>Üniversite</u>	54	24.76	3.55			
	<u>Y.Lisans /Doktora</u>	36	23.67	4.18			
	<u>Toplam</u>	110	24.39	4.00			
Toplam Benliğin Ayrışması	<u>İlk/Ortaokul/Lise</u>	20	88.20	11.71	2	2.970	.227
	<u>Üniversite</u>	54	85.46	10.03			
	<u>Y.Lisans /Doktora</u>	36	84.47	12.43			
	<u>Toplam</u>	110	85.64	11.14			
Onay Bağımlılık Alt Boyutu	<u>İlk/Ortaokul/Lise</u>	20	42.15	9.72	2	1.173	.556
	<u>Üniversite</u>	54	39.81	9.10			
	<u>Y.Lisans /Doktora</u>	36	41.75	9.78			
	<u>Toplam</u>	110	40.87	9.41			
Empati Alt Boyutu	<u>İlk/Ortaokul/Lise</u>	20	33.80	6.81	2	.060	.970
	<u>Üniversite</u>	54	35.39	5.38			
	<u>Y.Lisans /Doktora</u>	36	35.47	4.06			
	<u>Toplam</u>	110	35.13	5.27			
Başkalarına Güven Alt Boyutu	<u>İlk/Ortaokul/Lise</u>	20	52.20	8.06	2	.257	.879
	<u>Üniversite</u>	54	52.04	9.92			
	<u>Y.Lisans /Doktora</u>	36	53.31	9.68			
	<u>Toplam</u>	110	52.48	9.47			
Duygu Farkındalığı Alt Boyutu	<u>İlk/Ortaokul/Lise</u>	20	45.80	6.03	2	.305	.859
	<u>Üniversite</u>	54	46.44	9.40			
	<u>Y.Lisans /Doktora</u>	36	47.00	10.40			
	<u>Toplam</u>	110	46.51	9.18			
Genel Uyum Alt Boyutu	<u>İlk/Ortaokul/Lise</u>	20	12.76	4.70	2	20.072	.000*
	<u>Üniversite</u>	54	24.14	12.13			
	<u>Yüksek Lisans /Doktora</u>	36	25.94	10.91			
	<u>Total</u>	110	22.66	11.67			
İlişki Tarzı Alt Boyutu	<u>İlk/Ortaokul/Lise</u>	20	9.55	1.79	2	.351	.839
	<u>Üniversite</u>	54	9.25	2.07			
	<u>Yüksek Lisans /Doktora</u>	36	9.36	2.29			
	<u>Total</u>	110	9.34	2.08			
Evlilik Uyumu Ölçeği	<u>İlk/Ortaokul/Lise</u>	20	22.31	3.81	2	19.278	.000*
	<u>Üniversite</u>	54	33.39	12.47			
	<u>Yüksek Lisans /Doktora</u>	36	35.31	11.56			
	<u>Total</u>	110	32.00	11.95			

*p<0.05

Eğitim durumunun araştırmadaki ana değişkenlerden alınan puanlar açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için Kruskal Wallis-H Analizi kullanılmıştır.

Analiz sonucunda; eğitim durumu değişkeni gruplarına göre duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon /güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, i içe geçme /bağımlılık, ayrıcalıklılık /yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar, duygusal tepkisellik, “ben” pozisyonu, duygusal kopma, başkalarına bağımlılık, onay bağımlılık, empati, başkalarına güven, duygu farkındalığı, ilişki tarzı alt boyutları ile toplam benliğin ayrımlaşması puanının istatistiksel aından anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur ($p>0,05$).

Eğitim durumu değişkeni gruplarına göre niversite mezunu bireyler ile yüksek lisans/doktora mezunu bireylerin genel uyum alt boyutu puanı ortalamasının, ilk/orta/lise mezunu bireylerin genel uyum alt boyutu puanı ortalamasından istatistiksel açıdan anlamlı bir Şekilde farklı ve büyük olduğu($p=,000<0,05$); niversite mezunu bireyler ile yüksek lisans/doktora mezunu bireylerin evlilik uyumu leği puanı ortalamasının, ilk/orta/lise mezunu bireylerin evlilik uyumu leği puanı ortalamasından istatistiksel açıdan anlamlı bir Şekilde farklı ve büyük olduğu ($p=,000<0,05$) saptanmıştır.

4.8. Değişkenlerin Evlilik Uyumu Gruplarına Göre Karşılaştırılması

Tablo 4.8: Evlilik Uyumu Değişkeni Mann-Whitney U Test Tablosu

Ölçek	Grup	n	Ort.	SS	z	Sd	p
Duygusal Yoksunluk Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	8.68	3.81	-.555	108	.579
	Uyumlu Evlilik	26	7.73	2.31			
Başarısızlık Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	11.41	5.10	-.813	108	.416
	Uyumlu Evlilik	26	10.12	3.59			
Karamsarlık Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	10.71	5.27	-.732	108	.464
	Uyumlu Evlilik	26	9.50	4.01			
Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	15.10	6.41	-.578	108	.563
	Uyumlu Evlilik	26	13.62	3.43			
Duyguları Bastırma Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	10.90	4.93	-1.508	108	.132
	Uyumlu Evlilik	26	9.12	3.50			
Onay Arayıcılık Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	18.43	5.72	-.063	108	.949
	Uyumlu Evlilik	26	18.33	5.79			

İç İç Geçme /Bağımlılık Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	15.15	6.03	-.941	108	.347
	Uyumlu Evlilik	26	13.73	4.74			
Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	20.50	7.14	-.201	108	.841
	Uyumlu Evlilik	26	19.79	5.28			
Kendini Feda Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	13.67	5.27	-.240	108	.811
	Uyumlu Evlilik	26	13.85	4.37			
Terk Edilme Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	8.74	4.00	-.937	108	.349
	Uyumlu Evlilik	26	7.54	2.58			
Cezalandırılma Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	18.56	6.17	-.095	108	.924
	Uyumlu Evlilik	26	18.17	5.32			
Kusurluluk Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	9.50	3.85	-1.469	108	.142
	Uyumlu Evlilik	26	7.92	2.06			
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	10.54	4.95	-.049	108	.961
	Uyumlu Evlilik	26	10.00	3.58			
Yüksek Standartlar Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	7.79	3.48	-.915	108	.360
	Uyumlu Evlilik	26	8.54	3.87			
Duygusal Tepkisellik Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	17.57	5.81	-.902	108	.367
	Uyumlu Evlilik	26	18.62	4.14			
“Ben” Pozisyonu Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	18.55	5.14	-2.487	108	.013*
	Uyumlu Evlilik	26	16.00	3.76			
Duygusal Kopma Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	25.15	4.28	-1.118	108	.264
	Uyumlu Evlilik	26	26.54	2.79			
Başkalarına Bağımlılık Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	24.23	4.31	-.293	108	.770
	Uyumlu Evlilik	26	24.92	2.77			
Toplam Benliğin Ayrışması	Uyumsuz Evlilik	84	85.50	12.06	-.092	108	.927
	Uyumlu Evlilik	26	86.08	7.63			
Onay Bağımlılık Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	40.96	9.92	-.158	108	.874
	Uyumlu Evlilik	26	40.58	7.69			
Empati Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	34.92	5.43	-.621	108	.535
	Uyumlu Evlilik	26	35.81	4.78			
Başkalarına Güven Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	52.01	9.93	-.828	108	.408
	Uyumlu Evlilik	26	54.00	7.77			
Duygu Farkındalığı Alt Boyutu	Uyumsuz Evlilik	84	45.73	9.39	-1.409	108	.159
	Uyumlu Evlilik	26	49.04	8.12			

*p<0.05

Evlilik uyumu değişkeni gruplarının araştırmadaki diğer değişkenlerden alınan puanlar açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için Mann-Whitney U T

Test analizi kullanılmıştır.

Analiz sonucunda evlilik uyumu değişkeni gruplarına göre duygusal yoksunluk, başarısızlık karamsarlık, sosyal izolasyon /güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme /bağımlılık, ayrıcalıklık /yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar, duygusal tepkisellik, duygusal kopma, başkalarına bağımlılık alt boyutu puanı ,onay bağımlılık, empati, başkalarına güven, duygu farkındalığı ve toplam benliğin ayrımlaşması puanı istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklılaşmazken; evlilik uyumu değişkeni grupları açısından bakıldığında “ben” pozisyonu alt boyutu puanı istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği ($p=,013<0,05$) uyumsuz evlilik grubunda yer alan bireylerin “ben” pozisyonu alt boyutu puanı ortalamasının, uyumlu evlilik grubunda yer olan bireylerin “ben” pozisyonu alt boyutu puanı ortalamasından anlamlı bir şekilde farklı ve büyük olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.9: Korelasyon Analizi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
2	.47**	1																						
3	.37**	.52**	1																					
4	.48**	.55**	.62**	1																				
5	.55**	.47**	.56**	.73**	1																			
6	.23	.43**	.44**	.57**	.44**	1																		
7	.49**	.70**	.61**	.64**	.60**	.34**	1																	
8	.17	.28**	.34**	.57**	.55**	.68**	.31**	1																
9	.35**	.37**	.53**	.60**	.48**	.54**	.46**	.48**	1															
10	.50**	.57**	.68**	.57**	.59**	.39**	.72**	.26**	.41**	1														
11	.17	.28**	.45**	.59**	.41**	.63**	.28**	.55**	.58**	.31**	1													
12	.48**	.51**	.59**	.57**	.59**	.36**	.58**	.28**	.27**	.72**	.27**	1												
13	.30**	.47**	.66**	.67**	.57**	.53**	.48**	.40**	.54**	.53**	.58**	.47**	1											
14	.22*	.27**	.44**	.61**	.40**	.57**	.27**	.54**	.45**	.40**	.50**	.33**	.52**	1										
15	.22*	.41**	.47**	.39**	.24*	.52**	.41**	.14	.30**	.42**	.31**	.36**	.35**	.24*	1									
16	-.33**	-.24*	-.21*	-.16	-.35**	.05	-.38**	-.08	.03	-.25**	.22*	-.27**	-.09	-.05	-.08	1								
17	-.31**	-.37**	-.45**	-.70**	-.48**	-.39**	-.46**	-.41**	-.37**	-.38**	-.37**	-.42**	-.48**	-.37**	-.47**	.24*	1							
18	-.15	-.43**	-.41**	-.45**	-.37**	-.58**	-.44**	-.48**	-.24*	-.33**	-.34**	-.35**	-.36**	-.44**	-.49**	.36**	.56**	1						
19	.03	-.23*	-.37**	-.33**	-.08	-.64**	-.16	-.40**	-.41**	-.21*	-.46**	-.21*	-.29**	-.33**	-.51**	-.29**	.19	.40**	1					
20	-.16	-.20*	-.26**	-.04	.02	.14	-.22*	.25**	-.02	-.21*	.18	-.17	-.08	-.02	-.29**	.34**	.21*	.11	-.16	1				
21	-.45**	-.48**	-.41**	-.55**	-.58**	-.26**	-.48**	-.32**	-.34**	-.37**	-.29**	-.39**	-.41**	-.19*	-.21*	.30**	.35**	.36**	.17	-.13	1			
22	-.23*	-.52**	-.50**	-.44**	-.38**	-.49**	-.48**	-.27**	-.38**	-.37**	-.31**	-.36**	-.36**	-.29**	-.61**	.07	.38**	.50**	.53**	.12	.50**	1		
23	.05	-.07	-.01	.12	.07	.05	-.04	.13	.22*	-.07	.08	-.07	.10	.22*	-.02	-.03	-.07	.05	.09	-.22*	-.01	.02	1	
24	-.43**	-.37**	-.15	-.32**	-.27**	-.07	-.27**	-.17	-.17	-.22*	-.01	-.31**	-.18	-.02	-.11	.32*	.24*	.22*	.03	.13	.38**	.15	.05	1
25	-.02	-.14	-.03	.06	.02	.04	-.08	.10	.18	-.11	.07	-.12	.06	.21	-.04	.03	-.03	.09	.09	-.19	.06	.04	.99**	.22*

**p<0.01 *p<0.05

1: Duygusal Yoksunluk Alt Boyutu, 2: Başarısızlık Alt Boyutu, 3: Karamsarlık Alt Boyutu, 4: Sosyal İzolasyon /Güvensizlik Alt Boyut, 5: Duyguları Bastırma Alt Boyut, 6: Onay Arayıcılık Alt Boyutu, 7: İç İç Geçme /Bağımlılık Alt Boyu, 8: Ayrıcalıklık /Yetersiz Özdenetim Alt Boyutu, 9: Kendini Feda Alt Boyu, 10: Terk Edilme Alt Boyutu, 11: Cezalandırılma Alt Boyutu, 12: Kusurluluk Alt Boyu, 13: Tehditler Karşısında Dayanaksızlık Alt Boyu, 14: Yüksek Standartlar Alt Boyutu, 15: Onay Bağımlılık Alt Boyutu, 16:Empati Alt Boyutu, 17:Başkalarına Güven Alt Boyutu, 18:Duygu Farkındalığı Alt Boyutu, 19: Duygusal Tepkisellik Alt Boyutu, 20: “Ben” Pozisyonu Alt Boyutu, 21:Duygusal Kopma Alt Boyutu, 22:Başkalarına Bağımlılık Alt Boyutu, 23:Genel Uyum Alt Boyutu, 24:İlişki Tarzı Alt Boyutu, 25: Evlilik Uyumu Ölçeği

4.9. Korelasyonel Bulgular

Katılımcıların erken dönem uyumsuz şemalar, evlilik uyumu, kişilerarası ilişki boyutları ve benliğin ayrımlaşması toplam puan ile alt boyutları arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile hesaplanmıştır. $p < 0.001$

YŞÖ- KF3 alt boyutlarından duygusal yoksunluk alt boyutunun sırasıyla YŞÖ-KF3 alt boyutlarından başarısızlık ($r = .472$; $p < 0.001$), karamsarlık ($r = .372$; $p < 0.001$), sosyal izolasyon /güvensizlik ($r = .481$; $p < 0.001$), duyguları bastırma ($r = .548$; $p < 0.001$), onay arayıcılık ($r = .227$; $p = .017$), iç içe geçme /bağımlılık ($r = .491$; $p = .000$), kendini feda ($r = .349$; $p < 0.001$), terk edilme ($r = .497$; $p < 0.001$), kusurluluk ($r = .479$; $p < 0.001$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r = .297$; $p = .002$), yüksek standartlar ($r = .222$; $p = .020$) ile pozitif yönlü; BAÖ alt boyutlarından sırasıyla duygusal kopma ile negatif yönlü ($r = -.452$; $p < 0.001$), başkalarına bağımlılık ile negatif yönlü ($r = -.225$; $p = .018$) KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık ile pozitif yönlü ($r = .217$; $p = .023$), empati ile negatif yönlü ($r = -.328$; $p < 0.001$), başkalarına güven ile negatif yönlü ($r = -.305$; $p = .001$); EUÖ alt boyutlarından İlişki Tarzı ile negatif yönlü ($r = -.428$; $p = .000$) anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından başarısızlık alt boyutu sırasıyla YŞÖ- KF3 alt boyutlarından karamsarlık ($r = .519$; $p < 0.001$), sosyal izolasyon /güvensizlik ($r = .546$; $p = .000$), duyguları bastırma ($r = .471$; $p < 0.001$), onay arayıcılık ($r = .432$; $p < 0.001$), iç içe geçme /bağımlılık ($r = .701$; $p < 0.001$), ayrıcalıklık /yetersiz özdenetim ($r = .284$; $p = .003$), kendini feda ($r = .367$; $p < 0.001$) terk edilme ($r = .573$; $p < 0.001$), cezalandırılma ($r = .279$; $p = .003$), kusurluluk ($r = .512$; $p < 0.001$). tehditler karşısında dayanıksızlık ($r = .468$; $p < 0.001$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r = .272$; $p = .004$); BAÖ alt boyutlarından sırasıyla duygusal tepkisellik ile arasında ($r = -.233$; $p = .014$), “ben” pozisyonu ile arasında pozitif yönlü ($r = -.204$; $p = .032$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r = -.477$; $p < 0.001$) başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r = -.524$; $p < 0.001$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık alt boyutu arasında pozitif yönlü ($r = .413$; $p < 0.001$), empati alt boyutu arasında negatif yönlü ($r = -.244$; $p = .010$), başkalarına güven alt boyutu arasında negatif yönlü ($r = -.365$; $p < 0.001$), duygu farkındalığı alt boyutu arasında negatif yönlü ($r = -.425$; $p < 0.001$); EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı alt boyutu arasında negatif yönlü ($r = -.373$; $p < 0.001$) anlamlı seviyede ilişkilerin olduğu saptanmıştır.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından karamsarlık alt boyutunun sırasıyla YŞÖ-KF3 alt boyutlarından sosyal izolasyon /güvensizlik ($r=,623$; $p<0.001$), duyguları bastırma ($r=,559$; $p<0.001$), onay arayıcılık ($r=,438$; $p=,000$), iç içe geçme /bağımlılık ($r=,613$; $p<0.001$), ayrıcalıklık /yetersiz özdenetim ($r=,341$; $p<0.001$) kendini feda ($r=,526$; $p<0.001$), terk edilme ile arasında pozitif yönlü ($r=,682$; $p<0.001$), cezalandırılma ($r=,450$; $p<0.001$), kusurluluk ($r=,593$; $p<0.001$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,659$; $p=,000$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,438$; $p<0.001$); BAÖ alt boyutlarından sırasıyla duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,369$; $p<0.001$), “ben” pozisyonu ile arasında negatif yönlü ($r=-,261$; $p=,006$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,408$; $p=,000$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,499$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,466$; $p<0.001$), empati ile arasında negatif yönlü ($r=-,209$; $p=,029$), başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,450$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,406$; $p<0.001$) anlamlı seviyede ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından sosyal izolasyon/ güvensizlik alt boyutunun sırasıyla YŞÖ-KF3 alt boyutlarından duyguları bastırma ($r=,728$; $p<0.001$), onay arayıcılık ($r=,567$; $p<0.001$), iç içe geçme /bağımlılık ($r=,639$; $p<0.001$), ayrıcalıklık /yetersiz özdenetim ($r=,568$; $p<0.001$), kendini feda ($r=,602$; $p<0.001$), terk edilme ($r=,568$; $p<0.001$), cezalandırılma ($r=,588$; $p<0.001$), kusurluluk ($r=,568$; $p<0.001$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,673$; $p<0.001$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,608$; $p<0.001$); BAÖ alt boyutlarından sırasıyla duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,329$; $p<0.001$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,545$; $p<0.001$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,443$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,390$; $p=,000$) başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,703$; $p<0.001$) duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,453$; $p<0.001$); EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı ile arasında negatif yönlü ($r=-,320$; $p=,001$) anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından duyguları bastırma alt boyutunun sırasıyla YŞÖ-KF3 alt boyutlarından onay arayıcılık ($r=,438$; $p<0.001$), iç içe geçme /bağımlılık ($r=,603$; $p<0.001$), ayrıcalıklık /yetersiz özdenetim ($r=,546$; $p<0.001$), kendini feda ($r=,483$; $p<0.001$), terk edilme ($r=,592$; $p<0.001$), cezalandırılma ($r=,413$; $p<0.001$),

kusurluluk ($r=,586$; $p<0.001$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,567$; $p<0.001$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,401$; $p<0.001$); BAÖ alt boyutlarından sırasıyla duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,583$; $p<0.001$) başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,378$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,236$; $p=,013$) empati ile arasında negatif yönlü ($r=-,350$; $p<0.001$), başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-483$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,371$; $p<0.001$); EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı ile arasında negatif yönlü ($r=-,272$; $p=,004$) anlamlı düzeyde ilişkiler saptanmıştır.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından onay arayıcılık alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından sırasıyla iç içe geçme /bağımlılık ($r=,342$; $p<0.001$), ayrıcalıklık /yetersiz özdenetim ($r=,680$; $p<0.001$), kendini feda ile arasında pozitif yönlü ($r=,537$; $p<0.001$), terk edilme ($r=,385$; $p<0.001$), cezalandırılma ($r=,632$; $p<0.001$), kusurluluk ($r=,356$; $p<0.001$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,533$; $p<0.001$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,572$; $p<0.001$) BAÖ alt boyutlarından sırasıyla duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,636$; $p<0.001$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,259$; $p=,006$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,486$; $p=,000$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,517$; $p<0.001$), başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,388$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,578$; $p<0.001$) anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından iç içe geçme/bağımlılık alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından sırasıyla ayrıcalıklık /yetersiz özdenetim ($r=,310$; $p=,001$), kendini feda ($r=,459$; $p<0.001$), terk edilme ($r=,715$; $p<0.001$), cezalandırılma ($r=,283$; $p=,003$), kusurluluk ($r=,582$; $p<0.001$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,480$; $p<0.001$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,274$; $p=,004$); BAÖ alt boyutlarından sırasıyla “ben” pozisyonu ile arasında negatif yönlü ($r=-,224$; $p=,018$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,484$; $p<0.001$) bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,475$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,407$; $p<0.001$) empati ile arasında negatif yönlü ($r=-,382$; $p<0.001$) başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,461$; $p<0.001$) duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,437$; $p<0.001$); EUÖ ölçeği alt

boyutlarından ilişki tarzı ile arasında negatif yönlü ($r=-,274$; $p=,004$) anlamlı ilişkilerin olduğu bulunmuştur.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından sırasıyla kendini feda ($r=,483$; $p<0.001$), terk edilme ($r=,264$; $p=,005$), cezalandırılma alt boyutu arasında pozitif yönlü ($r=,554$; $p<0.001$), kusurluluk ($r=,276$; $p=,004$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,401$; $p<0.001$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,538$; $p<0.001$); BAÖ alt boyutlarından sırasıyla duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,402$; $p<0.001$), ben” pozisyonu ile arasında pozitif yönlü ($r=,247$; $p=,009$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,322$; $p=,001$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,268$; $p=,005$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,406$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,478$; $p<0.001$) anlamlı düzeyde ilişkiler tespit edilmiştir.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından kendini feda alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından sırasıyla cezalandırılma ($r=,583$; $p<0.001$), kusurluluk ($r=,267$; $p=,005$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,540$; $p<0.001$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,446$; $p=,000$); BAÖ alt boyutlarından sırasıyla duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,406$; $p<0.001$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,339$; $p<0.001$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ve zayıf seviyede ($r=-,380$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,296$; $p=,002$), başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,369$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında pozitif yönlü ($r=-,235$; $p=,013$); EUÖ alt boyutlarından genel uyum ile arasında pozitif yönlü ($r=,217$; $p=,023$) anlamlı seviyede ilişkilerin olduğu bulunmuştur.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından terk edilme alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından sırasıyla cezalandırılma ($r=,311$; $p=,001$), kusurluluk ($r=,722$; $p<0.001$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,528$; $p<0.001$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,397$; $p<0.001$); BAÖ alt boyutlarından duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,207$; $p=,030$) “ben” pozisyonu ile arasında negatif yönlü ($r=-,206$; $p=,031$) duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,373$; $p<0.001$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,374$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,418$; $p<0.001$) empati ile

arasında negatif yönlü ($r=-,254$; $p=,007$) başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,383$; $p=,000$) duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,329$; $p<0.001$); EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı arasında negatif yönlü ($r=-,221$; $p=,020$) anlamlı düzeyde ilişkiler saptanmıştır.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından cezalandırılma alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından sırasıyla kusurluluk ($r=,274$; $p=,004$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,580$; $p<0.001$), yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,499$; $p<0.001$); BAÖ alt boyutlarından sırasıyla duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,459$; $p<0.001$) duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,288$; $p=,000$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,305$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,314$; $p=,001$), empati ile arasında pozitif yönlü ($r=,215$; $p=,024$), başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,369$; $p=,000$), duygu farkındalığı alt boyutu arasında negatif yönlü ($r=-,338$; $p<0.001$) anlamlı düzeyde ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından kusurluluk alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından sırasıyla tehditler karşısında dayanıksızlık ($r=,470$; $p<0.001$) yüksek standartlar ile arasında pozitif yönlü ($r=,330$; $p<0.001$); BAÖ alt boyutlarından duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,210$; $p=,027$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,386$; $p<0.001$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,357$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,361$; $p<0.001$), empati ile arasında negatif yönlü ($r=-,266$; $p=,005$), başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,417$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,349$; $p<0.001$); EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı ile arasında negatif yönlü ($r=-,308$; $p<0.001$) anlamlı seviyede ilişkilerin olduğu saptanmıştır.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından tehditler karşısında dayanıksızlık alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından yüksek standartlar ile pozitif yönlü ($r=,524$; $p<0.001$); BAÖ alt boyutlarından duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,293$; $p=,002$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,411$; $p<0.001$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,361$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,354$; $p<0.001$), başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,476$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,357$; $p<0.001$) anlamlı seviyede ilişkilerin olduğu bulunmuştur.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından yüksek standartlar alt boyutunun BAÖ alt boyutlarından duygusal tepkisellik ile arasında negatif yönlü ($r=-,327$; $p=,002$), duygusal kopma ile arasında negatif yönlü ($r=-,190$; $p=,046$), başkalarına bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,289$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,236$; $p=,013$), başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,370$; $p=,000$), duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,439$; $p<0.001$); EUÖ alt boyutlarından genel uyum ile arasında pozitif yönlü ($r=,219$; $p=,021$) anlamlı düzeyde ilişkilerin olduğu bulunmuştur.

BAÖ alt boyutlarından duygusal tepkisellik alt boyutunun BAÖ alt boyutlarından başkalarına bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,531$; $p=,000$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,510$; $p<0.001$), empati ile arasında negatif yönlü ($r=-,288$; $p=,002$), duygu farkındalığı alt boyutu arasında pozitif yönlü ($r=,404$; $p<0.001$) anlamlı düzeyde ilişkiler saptanmıştır.

BAÖ alt boyutlarından “ben” pozisyonu ile KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,285$; $p=,003$), empati alt boyutu arasında pozitif yönlü ($r=,341$; $p<0.001$), başkalarına güven ile arasında pozitif yönlü ($r=,209$; $p=,028$); EUÖ alt boyutlarından genel uyum ile arasında negatif yönlü ($r=-,218$; $p=,022$) anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

BAÖ alt boyutlarından duygusal kopmanın BAÖ alt boyutlarından başkalarına bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=,496$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık ile arasında negatif yönlü ($r=-,213$; $p=,025$), empati ile arasında pozitif yönlü ($r=,301$; $p=,001$), başkalarına güven ile arasında pozitif yönlü ($r=,354$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında pozitif yönlü ($r=,357$; $p<0.001$); EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı ile arasında pozitif yönlü ($r=,375$; $p<0.001$) anlamlı seviyede ilişkiler saptanmıştır.

BAÖ alt boyutlarından başkalarına bağımlılık alt boyutunun KİBÖ alt boyutlarından onay bağımlılık ile arasında pozitif yönlü ($r=-,611$; $p<0.001$), başkalarına güven ile arasında pozitif yönlü ($r=,376$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında pozitif yönlü ($r=,503$; $p<0.001$) anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla onay bağımlılık alt boyutunun KİBÖ alt boyutlarından başkalarına güven ile arasında negatif yönlü ($r=-,467$; $p<0.001$), duygu farkındalığı ile arasında negatif yönlü ($r=-,485$; $p<0.001$); empati alt

boyutunun KİBÖ alt boyutlarından başkalarına güven ile arasında pozitif yönlü ($r=,242$; $p=,011$), duygu farkındalığı ile arasında pozitif yönlü ($r=,360$; $p<0.001$); başkalarına güven alt boyutunun KİBÖ alt boyutlarından duygu farkındalığı ile arasında pozitif yönlü ($r=,556$; $p<0.001$); KİBÖ alt boyutlarından sırasıyla empati alt boyutunun EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı alt boyutu ile arasında pozitif yönlü ($r=,315$; $p=,001$), başkalarına güven alt boyutunun EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı ile arasında başkalarına güven Alt Boyutu arasında pozitif yönlü ($r=,238$; $p=,012$), duygu farkındalığı alt boyutunun EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı ile arasında pozitif yönlü ($r=,220$; $p=,021$) anlamlı seviyede ilişkilerin olduğu bulunmuştur.

EUÖ alt boyutlarından sırasıyla genel uyum ($r=,985$; $p<0.001$) ve ilişki tarzı ($r=,221$; $p=,021$) ile EUÖ arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu bulunmuştur.

4.10. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Benliğin Ayrışması Kişilerarası İlişki Boyutlarının Evlilik Uyumunu Yordayıcı Etkilerinin İncelenmesine Yönelik Doğrusal Regresyon Analizi

Tablo 4.10: Evlilik Uyumunun Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi

Yordanan	Yordayan	Std. Olm.		Std.	t	p	F	R
		B	S.H.					
	(Sabit)	23.833	8.967	-	2.658	.009	5.420 (0.000)	0.455 (0.169)
Evlilik Uyum Ölçeği	Yüksek Standartlar Alt Boyutu	1.094	.361	.327	3.032	.003*		
	Terk Edilme Alt Boyutu	-.974	.329	-.305	-2.960	.004*		
	“Ben” Pozisyonu Alt Boyutu	-.638	.217	-.265	-2.946	.004*		
	Duygu Farkındalığı Alt Boyutu	.270	.129	.207	2.088	.039*		
	Kendini Feda Alt Boyutu	.481	.241	.203	1.997	.048*		

Bağımsız değişkenler, evlilik uyumu ölçeği varyansının %16,9'unu açıklamaktadır. Yüksek standartlar alt boyutu puanı evlilik uyumu ölçeği puanını anlamlı ve pozitif yönlü ($\beta=1,094$; $p<0,05$); terk edilme alt boyutu puanı evlilik uyumu ölçeği puanını anlamlı ve negatif yönlü($\beta=-,974$; $p<0,05$); “ben” pozisyonu alt boyutu puanı evlilik uyumu ölçeği puanını anlamlı ve negatif yönlü($\beta=-,638$;

$p < 0,05$); duygu farkındalığı alt boyutu puanı evlilik uyumu ölçeği puanını anlamlı ve pozitif yönlü ($\beta = ,270$; $p < 0,05$); kendini feda alt boyutu puanı evlilik uyumu ölçeği puanını anlamlı ve pozitif yönlü yordamaktadır ($\beta = ,481$; $p < 0,05$).



BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmada erken dönem uyum bozucu şemalar ve evlilik uyumu ilişkisinde benliğin ayrımlaşması ve kişilerarası ilişkilerin rolü incelenmiştir. Bu bölümde araştırmadaki değişkenler ele alınarak yapılan istatistiksel analiz sonuçları literatürdeki araştırmalar çerçevesinde tartışılmış ve araştırma sonucu elde edilen bulgular temel alınarak sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

5.1. Değişkenlerin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi ile İlgili Analizlerin Sonuçlarının Değerlendirmesi

Çalışmanın ana değişkenlerini oluşturan erken dönem uyum bozucu şemalar, benliğin ayrımlaşması, kişilerarası ilişki boyutları ve evlilik uyumunun sosyodemografik değişkenler olan cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu ve gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair elde edilen bulgulara literatür ışığında değerlendirilerek yer verilmiştir.

5.1.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

Araştırma sonucuna göre erken dönem uyum bozucu şema alanlarından yalnızca duyguları bastırma alt boyutu puanlarının erkeklerde kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Duygusal yoksunluk, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar alt boyutları puan ortalamaları erkeklerde; başarısızlık, onay arayıcılık, kendini feda alt boyutu puan ortalamaları kadınlarda daha yüksek olduğu görülse de bu farklar istatistiksel açıdan anlamlı değildir (Tablo 4.4). Yapılan araştırmalara bakıldığında Kevlekçi (2013: 59), araştırma sonuçlarıyla paralel olarak erken dönem uyum bozucu şemalardan yalnızca duyguları bastırma alt boyutunun erkeklerde daha yüksek olduğunu, diğer şema boyutlarında ise farklılaşma olmadığını vurgulamaktadır. Çakırca (2020: 85) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre karamsarlık ve kusurluluk şemaları kadınlarda daha yüksekken, duyguları bastırma

ve yüksek standartlar şemaları ise erkeklerde daha yüksek bulunmuştur. Yıldız (2018: 41) tarafından yapılan araştırmada ise karamsarlık ve kendini feda alt boyutları puan ortalamalarının kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğu, diğer şema boyutlarında ise anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Öktem Şimşek (2021: 45-46) araştırmasında erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık alt boyutları puan ortalamalarının erkeklerde kadınlara göre daha yüksek olduğunu; buna karşın dayanıksızlık ve iç içe geçme alt boyutları puan ortalamalarının ise kadınlarda daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Sonuçlara bir bütün olarak bakıldığında çeşitli araştırmalarda farklı şemaların kadın ve erkeklerde farklılaştığı sonucuna ulaşılsa da mevcut çalışmada erkeklerde yüksek bulunan duyguları bastırma şemasının toplumsal cinsiyet rolleri ve erkeklerin kültürel anlamda toplumda varoluş biçimiyle ilgili olmuş olabileceği düşünülmektedir (Kurt ve ark., 2015: 20).

Araştırma sonucunda erken dönem uyum bozucu şema alt boyutlarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde bir farklılaşma göstermediği saptanmıştır (Tablo 4.7). Literatür incelemesinde eğitim durumu değişkeninin erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişkisine yönelik birbirinden farklı sonuçlar olduğu görülmektedir. Çakırca (2020: 94) çalışmasında eğitim düzeyi ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma olmadığı bulgusunu elde etmiştir. Bunun yanında Sağlam (2016: 67) tarafından yapılan çalışmada da erken dönem uyum bozucu şemalar ile eğitim durumu ilişkisinde herhangi anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu çalışmalar mevcut araştırma bulgularıyla paralellik göstermektedir. Bu bulguların aksine Basar (2021: 89) tarafından yapılan evli bireylerin örneklemini oluşturduğu çalışmada ilköğretim, lise ve ön lisans mezunu kişilerin duygusal yoksunluk puan ortalamasının lisansüstü mezunu kişilerin duygusal yoksunluk puan ortalamasından büyük olduğu bulunmuştur. Buna ek olarak Altunal (2019: 70) tarafından yapılan araştırmada da diğeri yönelimlilik, yüksek standartlar, zedelenmiş otonomi ve diğeri yönelimlilik şemalarının eğitim düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığı bulunmuştur. Çalışmada eğitim durumu ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasında herhangi anlamlı bir fark bulunamamasının katılımcı sayısının azlığı ve katılımcıların yoğunluklu olarak üniversite ve yüksek lisans mezunu olması kaynaklı olabileceği de düşünülmektedir.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre erken dönem uyum bozucu şema boyutlarının çalışma durumu değişkeni açısından anlamlı şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur (Tablo 4.8).

Çalışmada elde edilen verilere bakıldığında; gelir düzeyi yüksek olan kişilerin erken dönem uyum bozucu şemalardan yüksek standartlar alt boyutu puan ortalamalarının, gelir düzeyi düşük olan kişilerden anlamlı şekilde farklı ve büyük olduğu saptanmıştır. Buna karşın duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon /güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme /bağımlılık, ayrıcalıklık /yetersiz özenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık alt boyutlarının gelir düzeyi açısından farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Tablo 4.8). Altunal (2019:73) tarafından yapılan araştırmada algılanan ekonomik düzey ile erken dönem uyum bozucu şema alanları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Saygılı (2014: 49) çalışmasında sosyoekonomik düzeyin erken dönem uyum bozucu şema alanları üzerinde bir etkiye sahip olmadığını saptamıştır. Bu açıdan bakıldığında çalışmada elde edilen bulgularla literatürdeki bilgilerin kısmen örtüştüğü söylenebilir.

5.1.2. Evlilik Uyumunun Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması ile İlgili Analizlerin Sonuçlarının Değerlendirmesi

Çift olarak kadın ve erkek gruplarının cinsiyet açısından evlilik uyumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında grupların genel uyum, ilişki tarzı alt boyutları puanları ve evlilik uyumu toplam puanı noktasında anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir. Erkeklerin evlilik uyumu puanlarının daha yüksek olduğu görülse de bu fark istatistiksel açıdan anlamlı değildir (Tablo 4.4). Eşlerin evlilik uyumu birbirine benzer olup büyük çoğunluğunun (n=84) uyumsuz evliliğe sahip oldukları görülmüştür (Tablo 4.8). Literatür incelendiğinde kadın ve erkek gruplarına evli bireyler üzerinden bağımsız olarak ve çiftler üzerinden bağımlı olarak ele alan çalışmalarda hem elde edilen bulguya benzer hem de elde edilen bulgudan farklı çalışmalar bulunduğu görülmektedir. Evlilik uyumunda cinsiyete göre bir farklılık olmadığını vurgulayan çok sayıda araştırmanın bulunduğu dikkat çekmekle birlikte (Açık, 2008: 53; Beam ve ark., 2018: 215; Çelik ve Tümkaya, 2012: 230; Demiray 2006: 43; Ekşi, Güneş ve Yaman, 2018: 220; Kumcağız, Demir ve Yılmaz, 2020: 373; Tüfekçi Hoşgör, 2013: 130) araştırmada elde edilen bulgunun aksine kadın ve erkeklerin evlilik uyumlarının farklılaştığını gösteren çeşitli çalışmaların olduğu da

görülmektedir (Durmuş ve Eser, 2014: 362; Hasta, 1996 akt. Tüfekçi Hoşgör, 2013: 164; Jose ve Alfons, 2007: 78; Şener ve Terzioğlu, 2008: 11).

Kadın ve erkek evlilik uyumlarının farklı olduğu çalışmalarda elde edilen bulgular çoğunlukla erkeklerin evlilik uyumunun kadınlardan fazla olduğu şeklindedir (Atik ve Özmen, 2010: 370; İlericiler, 2015: 85; Şener ve Terzioğlu, 2008: 11; Yıldız,2012: 58). Jackson ve arkadaşları (2014: 105) tarafından yapılan derleme çalışmasında da kadınların evlilik uyumları eşleriyle kıyaslandığında erkeklerin evlilik uyum puanının daha fazla olduğu çalışmaların sayıca fazla olduğu saptanmıştır. Şener ve Terzioğlu (2008: 11) tarafından yapılan araştırmada kadınların evlilik uyumunun erkeklerden daha az bulunmasına aile içi roller, evliliğe dair beklentiler ve problemleri önemseme noktasında kadınların erkeklerden farklılaşmasının sebep olabileceği ileri sürülmüştür. Daha az sayıda olmakla birlikte literatürde kadınların evlilik uyum puanlarının erkeklerden daha yüksek olarak saptandığı çalışmalar da mevcuttur (Durmuş ve Baba, 2014: 358; Çakmak-Tolan, 2015: 81). Birbiriyle evli 245 çift ile yapılan bir araştırmada kadın ve erkekler arasında evlilik uyum puanlarında anlamlı bir fark bulunamamıştır (Akpınar, 2016: 53). Literatürdeki farklı sonuçların yanı sıra Kublay (2013: 69) evlilik uyumunun cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde farklılaşmaya dair net bir çıkarımdan kaçınmanın daha uygun olduğu görüşünü ileri sürmüştür.

Çalışmada evlilik uyumu değişkeni üzerinden katılımcılar incelendiğinde gelir düzeyi açısından farklılaşmadıkları saptanmıştır (Tablo 4.5). Gelir düzeyi açısından evlilik uyumunun farklılaşıp farklılaşmadığına literatürde bakıldığında farklı sonuçlara ulaşıldığı; bazı araştırmalarda gelir düzeyi/sosyoekonomik düzeyin evlilik uyumunda belirleyici bir etken olduğu bulunmuştur (Polat, 2006: 68; Yıldırım, 1993: 25). Taban (2002:79) tarafından yapılan bir çalışmada üst ve orta üstü gelire sahip bireylerin evlilik uyum puanlarının orta alt ve alt gelire sahip bireylerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Gelir düzeyinin evlilik uyumuna etki ettiği bilinen çalışmalarda maddi sıkıntı yaşayanların evliliklerinin çatışmalar (Gudmunson ve ark., 2007: 371; Dew, Britt ve Huston, 2012: 624-625) ve evlilik uyumunda düşmeyle (Kinnunen ve Feldt, 2004: 528-529) karakterize olduğu savunulmaktadır. Özaydınlık (2014: 88) ise bu süreci kişilerin maddi durumlarının olması sebebiyle temel ihtiyaçları karşılamanın ötesine geçerek kendilerine bireysel zaman ayırabildikleri üzerinden açıklamaktadır. Bazı araştırmalarda ise bu çalışmada elde edilen bulguyla tutarlı olarak gelir düzeyinin evlilik uyumuna etki etmeyen bir değişken olduğu saptanmıştır (Erdoğan, 2018: 61;

Kışlak ve Göztepe, 2011: 35-36). Alanyazın taramasındaki bu bulgular, çalışma sonucunda edinilen bulguları destekler niteliktedir. Araştırma sonucuna göre gelir düzeyindeki farklılaşmanın evlilik uyumuna etki etmediği bulgusu, evlilikte gelir dışında farklı birçok etkenin olması üzerinden açıklanabilir. Bunun yanı sıra çalışmada “algılanan gelir düzeyi” üzerinden çalışılması dolayısıyla sınıflandırmada “orta” kısmına yoğunlaşma (n=89) olduğu görülmekte ve aynı gelir düzeyine yönelik bu yoğunlaşmanın sonuçları etkilemiş olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada katılımcılar çalışma durumu açısından incelendiğinde evlilik uyumu değişkeninde ilişki tarzı alt boyutunda bir farklılaşma gözlenmezken, genel uyum alt boyutu ile evlilik uyumu alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmıştır. Buna göre çalışan bireyler genel uyum alt boyutunda çalışmayan bireylerden anlamlı düzeyde farklı ve yüksek puana sahiptir ve yine çalışan bireyler evlilik uyumu toplam puan ortalamaları çalışmayan bireylere göre anlamlı düzeyde farklı ve yüksek olarak saptanmıştır. Bu anlamda çalışan kişilerin çalışmayan kişilere göre evlilik uyumu puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 4.6). Literatür incelemesinde evlilik uyumu sık çalışılan bir değişken olmakla birlikte sosyodemografik değişkenler açısından ele alındığında çalışma durumunun incelendiği sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Araştırmada elde edilen bulgunun aksine literatürdeki araştırmaların bir kısmında çalışan ve çalışmayan kişilerin evlilik uyum puanında anlamlı bir fark saptanamamıştır (Kaya, 2017: 48; Özaydınlık, 2014: 68; Locke ve Mackeprang, 1949; 536-538). Tüfekçi Hoşgör (2013: 142) ise çalışan ve çalışmayan kişilerin evlilik uyum puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu saptamış olup bu anlamda mevcut araştırmayla paralellik gösterdiği görülmüştür.

Çalışmada katılımcıların evlilik uyumu değişkeninde eğitim durumu üzerinden farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında evlilik uyumu alt boyutlarından ilişki tarzında farklılaşmazken, genel uyum alt boyutu ve evlilik uyumu toplam puanında eğitim değişkeni gruplarının anlamlı düzeyde birbirlerinden farklılaştığı saptanmıştır. Buna göre üniversite mezunu ve yüksek lisans/doktora mezunu kişilerin genel uyum alt boyutu ve evlilik uyumu ölçeği puan ortalamalarının ilk/orta/lise mezunu kişilerin puan ortalamalarından farklı ve yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4.7). Literatür taraması sonucunda elde edilen bulgulara göre eğitim durumu değişkenine göre evlilik uyum puanının farklılaşmadığı sonucuna ulaşan çeşitli araştırmalar mevcuttur (Kışlak ve Çabukça, 2002: 5; Çavuşoğlu, 2011: 40). Bu sonuçların aksine ve araştırmada elde

edilen bulguyla paralel olarak eğitim durumunun evlilik uyumundaki etkenlerden birisi olduğu sonucuna ulaşan birden fazla sayıda çalışma mevcuttur (Erdoğan, 2018: 60; Hoşgör, 2013: 133; Şendil ve Korkut, 2008: 24). Eğitim seviyesindeki artışla birlikte kişilerin ekonomik anlamda özgürlüğe kavuşma ihtimalleri artmakta ve geleneksel roller azalırken eşler arasında daha eş tutumların artabileceği düşünülmektedir. Gurin, vd. (1960) ise eğitim durumuna göre kişilerin evlilik doyumunun artışı, öz eleştiri yapabilme ve içsel olarak kendini gözleme ile açıklamaktadır (akt. Yıldız, 2012: 61).

5.1.3. Benliğin Ayrışmasının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması ile İlgili Analizlerin Sonuçlarının Değerlendirmesi

BAÖ'den katılımcıların aldığı puanların yüksek olması, benlik ayrışması düzeyinin yüksekliğini belirtir. Alt boyutlarda alınan daha yüksek puan, kişinin daha yüksek "ben" pozisyonu alabilme ve daha düşük duygusal kopma, başkalarına bağımlılık ve duygusal tepkisellik gösterdiğini belirtmektedir (Işık ve Bulduk, 2015: 109).

Benliğin ayrışması değişkeni cinsiyet açısından ele alındığında erkeklerin benliğin ayrışmasının kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu elde edilmiştir. Benliğin ayrışması alt boyutlar açısından incelendiğinde ise duygusal tepkisellik alt boyutunda yine erkeklerin puan ortalamalarının kadınların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu yani erkeklerin daha düşük duygusal tepkiselliğe sahip oldukları saptanırken; buna karşın "ben" pozisyonu, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılık alt boyutlarında cinsiyetler arası anlamlı bir fark bulunmadığı tespit edilmiştir (Tablo 4.4). Literatür incelemesinde çalışmada elde edilen bulgularla paralellik gösteren cinsiyetler arası benliğin ayrışması toplam puanında farklılaşma saptayan çalışmalar olmakla birlikte (Rodríguez-González, vd, 2016: 15; Kalkan, 2018: 62) anlamlı bir farklılaşma elde etmeyen çeşitli çalışmalar da bulunmaktadır (Elieson and Rubin, 2001; Peleg, 2014: 467; Skowron ve Friedlander, 1998: 239). Polat ve İlhan (2018: 99) tarafından evli çiftlerle yapılan bir çalışmada da erkeklerin benlik ayrışma puanlarının kadınlardan anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. İzçinar (2018: 45) çalışmasında erkeklerin duygusal tepkisellik alt boyutunda kadınlardan daha yüksek bir puan ortalamasına sahip olduğu ve bu anlamda araştırmayla paralellik gösteren bir sonuca sahip olduğu görülmektedir. Elde edilen sonuçlara toplumsal cinsiyet rolleri açısından bakılacak olursa toplumsal açıdan

ataerkil bir yapının getirdiği beklentiler; kadınların daha bağımlı ve uyumlu, erkeklerinse daha özgür ve hakimiyeti elinde barındıran bir yapı olarak gelişmesini beklemektedir (Kahraman ve ark., 2014: 821). Araştırma sonuçlarına bu açıdan bakıldığında bulgular, Türk toplumunda erkeklerin bireyselleşmesine daha fazla alan açılmasıyla ilgili olarak yorumlanabilir. Ayrışma seviyesinin erkeklerde daha yüksek bulunması erkeklerin küçük yaşlardan itibaren bireyselliğe, kızların ise bir aradalığa yönlendirilmesi ve bu anlamda teşvik edilmesinin bir sonucu olarak ele alınabilir. Nitekim Mert ve Topal (2018: 77) tarafından yapılan bir araştırmada kadınların başkalarına bağımlılık alt boyutunun erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Benliğin ayrımlaşması ana değişkeni, toplam puanı ve alt boyutlarının gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı saptanmıştır (Tablo 4.5). Literatür incelendiğinde benliğin ayrımlaşması değişkeninin bazı alt boyutlarının gelir düzeyi açısından farklılaştığı sonucuna ulaşan çalışmaların sayıca fazlalığı dikkat çekmektedir (Değirmenci ve Demirli, 2019: 127; Mert ve Gülmez, 2018: 974; Mert ve Topal, 2018: 78). Mert ve Gülmez (2018: 974-975) tarafından yapılan, örneklemini üniversite öğrencilerinin oluşturduğu çalışmada öğrencilerin ailelerinin ekonomik düzeyine göre benlik ayrımlaşmaları incelendiğinde “ben” pozisyonu alma alt boyutunda farklılaştıkları görülmektedir. Buna göre sosyoekonomik düzeyi daha yüksek seviyede olan öğrencilerin “ben” pozisyonu alma puan ortalamaları da anlamlı olarak daha yüksek bulunmuş ve bu bulgu gelir seviyesi yüksek ailelerin çocuklarının bağımsızlığına daha destek olan ve daha az müdahale eden bir yapıda olmalarından kaynaklanabileceği şeklinde yorumlanmıştır (Mert ve Gülmez, 2018: 82). Mert ve Topal (2018: 83) tarafından yapılan çalışma sonucunda ise duygusal kopma alt boyutunda anlamlı bir farklılık saptanmış ve buna göre ekonomik gelir artışının bireylerin aile içerisindeki bireyselleşmesini de artıracığı çıkarımı yapılmıştır. Bu açıdan bakıldığında literatürde yer alan çalışma sonuçlarının araştırmada elde edilen bulgularla paralellik göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Benliğin ayrımlaşması değişkeni toplam puan ve “ben” pozisyonu alma, duygusal kopma, başkalarına bağımlılık alt boyutlarında çalışma durumu değişkeni üzerinden anlamlı olarak farklılaşmamaktadır (Tablo 4.6). Bunun yanı sıra duygusal tepkisellik alt boyutunda ise çalışan kişilerin puan ortalamalarının çalışmayan kişilerin duygusal tepkisellik alt boyutu puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 4.6). Aktaş (2020: 93) tarafından yapılan araştırmada benliğin

ayrımlaşması toplam puanı ve “ben” pozisyonu alma alt boyutunun çalışma değişkeni açısından farklılaşmadığı bulunurken; duygusal tepkisellik, başkalarına bağımlılık ve duygusal kopma alt boyutlarında çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buna göre çalışanların duygusal tepkisellik, başkalarına bağımlılık ve duygusal kopma puan ortalamalarının çalışmayanlardan anlamlı düzeyde farklı ve yüksek olduğu ifade edilmiştir. Duygusal tepkisellik alt boyutu, “ben” pozisyonu alma ve toplam benliğin ayrımlaşması puanı açısından bakıldığında Aktaş (2020:93) bulguları ile araştırmada elde edilen bulgu tutarlı iken, diğer alt boyutlar olan başkalarına bağımlılık ve duygusal kopmada ise çelişkili iki sonuç olduğu görülmektedir. Duygusal tepkisellik alt boyutu puanının çalışan bireylerde çalışmayan bireylere göre daha büyük olmasının, çalışan kişilerin iş hayatı ve ev hayatını aynı anda yürütüyor olmalarının verdiği birlikte etkiyle ilişkilerinde daha tepkisel davranma ihtimallerinin olacağı şeklinde yorumlanabileceği düşünülmektedir. Literatürde çalışma durumu ile benliğin ayrımlaşmasının bir arada ele alındığı daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu gözlenmiştir.

Benliğin ayrımlaşması ana değişkenine eğitim durumu değişkeni üzerinden bakıldığında toplam benliğin ayrımlaşması puanı ve duygusal tepkisellik, “ben” pozisyonu alma, duygusal kopma, başkalarına bağımlılık alt boyutları açısından farklılaşmadığı saptanmıştır (Tablo 4.7). Literatür incelemesinde benliğin ayrımlaşmasının eğitim durumu açısından farklılaştığını bulgulayan çalışmalar olmakla birlikte (Değirmenci, 2019: 97; İzçınar, 2018: 48) çalışmada elde edilen bulguyla tutarlı olarak herhangi bir farklılaşma saptamayan araştırmaların olduğu da görülmektedir (Messina, 2015: 36; Skowron ve Dendy, 2004: 346). Farklılaşma elde eden çalışmalara bakıldığında Değirmenci (2019: 86) tarafından yapılan araştırmada duygusal tepkisellik, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılık alt boyutlarında ilkökul mezunu kişilerin, yüksek lisans ve doktora seviyesindeki kişilerden daha az puana sahip oldukları gözlenmiştir. Göçmen (2018: 65) tarafından yapılan çalışmada ise kişiler eğitim durumuna göre benliğin ayrımlaşması değişkeni açısından incelendiğinde duygusal kopma alt boyutunda bir farklılaşma olduğu ve yüksek lisans mezunu kişilerin duygusal kopma puan ortalamalarının lisans mezunlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Mevcut çalışmayla tutarlı olarak Yılmaz (2020: 66) tarafından yapılan araştırma sonucunda da benliğin ayrımlaşma düzeyinin eğitim seviyesine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bowen (1978) kuramına

dair yaptığı açıklamalarda eğitim düzeyinin benliğin ayrımlaşmasında herhangi bir farklılaşmayla ilişkili olmayacağını iddia etmektedir. Bu açıdan bakıldığında elde edilen bulgular bu çalışmalarla tutarlı şekilde sonuçlar vermiştir.

5.1.4. Kişilerarası İlişki Boyutlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması ile İlgili Analizlerin Sonuçlarının Değerlendirmesi

Kişilerarası ilişki boyutları değişkeni cinsiyet açısından ele alındığında onay bağımlılık, başkalarına güven ve duygu farkındalığı alt boyutlarında kadın ve erkeklerin farklılaşmadığı bulunmuştur. Buna karşın empati alt boyutunda kadınların empati puan ortalamalarının erkeklerin empati puan ortalamalarına göre anlamlı derece yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir (Tablo 4.4). Sungur (2018: 133) tarafından örneklemini üniversite öğrencilerinin oluşturduğu araştırmada, katılımcılar cinsiyet değişkeni açısından ele alındığında onay bağımlılık, empati, başkalarına güven ve duygu farkındalığı alt boyutlarında kadın ve erkeklerin farklılaştığı; kadınların tüm alt boyutlardaki puan ortalamalarının erkeklerin puan ortalamasından anlamlı seviyede yüksek olduğu bulunmuştur. Cansaran ve Yılmaz (2018:6) tarafından yapılan çalışmada kişilerarası ilişki alt boyutlarında erkeklerin onay bağımlılık ortalama puanları kadınlara göre daha yüksek bulunurken, kadınların ise empati ve başkalarına güven boyutlarındaki puan ortalamalarının erkeklerinkine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Hemşirelik öğrencilerinin örneklemini oluşturduğu bir araştırmada ise erkek öğrencilerin duygu farkındalığı alt boyut puan ortalamalarının kız öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır (Başar ve ark., 2015: 141). Araştırma bulguları literatür bilgileriyle kısmen örtüşmekle birlikte kişilerarası ilişkilerin araştırıldığı daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.

Kişilerarası ilişki boyutları değişkeni gelir düzeyi açısından ele alındığında onay bağımlılık, empati, başkalarına güven ve duygu farkındalığı alt boyutlarında farklılaşmadığı bulunmuştur (Tablo 4.5). Literatürde kişilerarası ilişki boyutlarının gelir düzeyi açısından farklılaşıp farklılaşmadığına dair herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Kişilerarası ilişki boyutu değişkeninin empati alt boyutunun çalışma durumu gruplarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ve buna göre çalışmayan kişilerin empati puan ortalamalarının çalışan kişilerin empati puan ortalamalarından farklı ve yüksek

olduğu saptanmıştır. Buna karşılık onay bağımlılık, başkalarına güven ve duygu farkındalığı alt boyutlarında çalışma durumuna göre herhangi anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (Tablo 4.6). Literatürde kişilerarası ilişki boyutları ve çalışma durumunu bir arada ele alan ve karşılaştırma yapılabilecek herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Çalışmada elde edilen verilere göre çalışan kişilerin empati puanlarının çalışmayan kişilerden daha yüksek oluşunun, çalışmayan kişilerin kişilerarası etkileşimde kullanabilecekleri daha fazla enerji bulundurması ve daha az stres faktörüne sahip olmalarıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Araştırmada elde edilen benliğin ayrımlaşması ölçeği alt boyutlarından duygusal tepkisellik puan ortalamasının çalışan bireylerde çalışmayan bireylerden daha yüksek bulunması (Tablo 4.6) ve duygusal tepkisellik ile empati alt boyutlarının birbirleriyle negatif yönlü anlamlı ilişkiye sahip olmaları (Tablo 4.9) bu yorumu destekler niteliktedir.

Kişilerarası ilişki boyutları ana değişkeni eğitim durumu değişkenindeki gruplara göre incelendiğinde onay bağımlılık, empati, başkalarına güven ve duygu farkındalığı alt boyutlarında anlamlı bir fark bulunamamıştır (Tablo 4.7). Alanyazın incelemesinde kişilerarası ilişkiler üniversite öğrencileri (Sungur, 2018), hemşirelik öğrencileri (Başar ve ark, 2015) gibi gruplarla incelenmekle birlikte farklı eğitim niteliklerine sahip kişilerle karşılaştırmalı olarak incelenen bir çalışma bulgusuna rastlanılamamıştır.

5.2. Evlilik Uyumu Gruplarına Göre Değişkenlerin Karşılaştırılmasının İncelenmesi

Araştırmanın değişkenleri evlilik uyumu gruplarına göre kategorize edilerek uyumlu evlilik ve uyumsuz evlilik olarak bakıldığında katılımcılardan 84 kişinin uyumsuz evliliğe sahipken 26'sının uyumlu evlilik grubuna dahil olduğu gözlenmiştir. YŞÖ-KF3 alt boyutlarından hiçbirisinin bu iki grup arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Erken dönem uyumsuz şemalar ve evlilik uyumunun kadın ve erkekler için ayrı ayrı incelendiği bir çalışmada; evlilik uyumu kesme noktası üzerinden gruplara ayrıldığında uyumsuz evlilik grubundaki kadınların yüksek standartlar, tehditler karşısında dayanıksızlık, kusurluluk, terk edilme, iç içe geçme/bağımlılık, duyguları bastırma, sosyal izolasyon ve duygusal yoksunluk şema alt boyutları puan ortalamalarının uyumlu evlilik grubundaki kadınlara oranla daha yüksek olduğu; erkeklerde ise uyumsuz evlilik grubuna dahil olanların uyumlu evlilik grubundaki erkeklere göre kusurluluk, duyguları bastırma ve

başarısızlık puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Kargın, 2014: 81-84). Bu açıdan bakıldığında kadın ve erkeklerin ayrı ayrı incelendiği ve birlikte incelendiği çalışmaların oluşturulmasının literatüre anlamlı katkılar sağlayacağı ve karşılaştırmalara alan açacağı söylenebilir.

KİBÖ alt boyutlarından hiçbirisi için gruplar anlamlı şekilde farklılaşmazken; BAÖ alt boyutlarındansa “ben” pozisyonu alma alt boyutu puanının uyumlu evlilik ve uyumsuz evlilik grupları açısından anlamlı derecede farklılaştığı saptanmıştır. Buna göre “ben” pozisyonu alt boyutu puanının, uyumsuz evlilik grubunda yer alan katılımcılarda uyumlu evlilik grubunda yer alan katılımcılara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. “Ben” pozisyonu almanın uyumsuz evlilikte daha yüksek olduğu sonucuna kültürel açıdan bakılabileceği düşünülmektedir. Türkiye’de bireycilik ve toplulukçuluk ile ilgili birtakım özelliklerin beraber barındığı görülmekte olup, ABD’li ve Türkiyeli öğrencilerle yapılan bir çalışmada “kimlik bağlılığı” değişkeni açısından Türkiyeli öğrencilerin ABD’li öğrenci grubuna oranla ailelerine daha fazla bağlı olduğu saptanmıştır (İmamoğlu ve Aygün, 2007). Hofstede (1991: 260-261) tarafından yapılan bireycilik ile toplulukçuluk tanımlamaları şu şekildedir: “Bireycilik, bireyler arasındaki bağların gevşek olduğu, herkesin sadece kendine veya çekirdek ailesine bakmak zorunda olduğu kültürler için geçerlidir. Toplulukçuluk, insanların doğuştan itibaren güçlü ve sıkı gruplara bağlı olduğu ve bu bağlılığın yaşam boyunca, sorgulanmayan bir sadakat karşılığında var olduğu toplumlarda vardır.” Yani Kağıtçıbaşı (2005: 416) Türkiye’yi özerk-ilişkisel yapıda görmekte iken İmamoğlu (2003) ise örneğini üniversite öğrencilerinin oluşturduğu çalışması sonucunda, kişilerin bireyselleşme ile ilişkisel yapılarının birbirinin aksi değil tamamlayıcısı olduğu üzerine bir görüş ifade etmektedir. Toplumsal ve kültürel açıdan bakıldığında Türkiye örneği için “ben pozisyonu alma” alt boyutunun uyumsuz evlilikte puan olarak daha fazla olmasının bu açıdan bakıldığında toplumun ilişkisel tarafıyla ilintili olabileceği ve çeşitli ayrışma girişimlerinin toplum ve bireylerin bu yanına olumsuz yönde etki ettiği dolayısıyla evlilikte de uyumsuz grupta daha yüksek çıktığı düşünülmektedir.

5.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Benliğin Ayrışması, Kişilerarası İlişki Boyutları ve Evlilik Uyumu Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

BAÖ alt boyutlarından duygusal tepkisellik alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından duygusal yoksunluk ve iç içe geçme/bağımlılık alt boyutları hariç tüm alt boyutlarla negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki saptanmıştır. BAÖ alt boyutlarından “ben” pozisyonu alma alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından başarısızlık ve ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim alt boyutları ile arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilirken; karamsarlık, iç içe geçme/bağımlılık ve terk edilme alt boyutlarıyla ise negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. BAÖ alt boyutlarından duygusal kopmanın YŞÖ-KF3 alt boyutlarının tamamıyla negatif yönlü anlamlı ilişkileri tespit edilmiştir. BAÖ alt boyutlarından başkalarına bağımlılık alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarının tamamı ile arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Tönbül ve Kocayörük (2021: 18) tarafından yapılan çalışmada benliğin ayrışması ile tüm şema alanları arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler saptanmıştır. Buna göre erken dönem uyumsuz şemalardaki artışın benliğin farklılaşma seviyesindeki düşüşle ilişkili olduğu ortaya konulmaktadır.

KİBÖ alt boyutlarından onay bağımlılık alt boyutu YŞÖ-KF3 alt boyutlarından ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim alt boyutu hariç tüm alt boyutlar ile pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. KİBÖ alt boyutlarından empati alt boyutu YŞÖ-KF3 alt boyutlarından duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, kusurluluk alt boyutları ile negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişkili bulunurken; cezalandırılma alt boyutu ile pozitif yönlü ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır. KİBÖ alt boyutlarından başkalarına güven alt boyutu YŞÖ-KF3 alt boyutlarının tamamıyla negatif yönde anlamlı seviyede ilişkili bulunmuştur. KİBÖ alt boyutlarından duygu farkındalığı alt boyutunun YŞÖ-KF3 alt boyutlarından başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar alt boyutları ile arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmişken; kendini feda alt boyutu ile arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki saptanmıştır. Erken dönem uyum bozucu şemaların bireyin hem kendisi hem ötekilerle olan ilişkileriyle alakalı olduğu ve yaşam boyu kalıcı hale gelerek ciddi derecede işlev

bozucu olduğu düşünöldüğünde (Young ve ark., 2009: 30-31) kişilerarası ilişkiler boyutları açısından empati, başkalarına güven ve duygu farkındalığı gibi ilişkide olumlu sayılabilecek boyutlarla birçok şemanın negatif yönlü ilişkili çıkması; buna karşılık onay bağımlılık ile birçok şemanın da pozitif yönlü çıkması beklenir bir sonuç olarak düşünölebilir.

YŞÖ-KF3 alt boyutlarından duygusal yoksunluk, başarısızlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme ve kusurluluk alt boyutları ile EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler saptanmıştır. Bunun yanı sıra YŞÖ-KF3 alt boyutlarından kendini feda ve yüksek standartlar alt boyutlarının EUÖ alt boyutlarından genel uyum ile arasında pozitif yönlü anlamlı seviyede ilişkiler bulunmuştur. Yoosefi ve arkadaşları (2010: 285-289) yaptıkları çalışmada boşanmanın bir yordayıcısı olarak erken dönem uyumsuz şemaları belirlemiş ve boşanma davası açan eşlerin diğere çiftlere oranla erken dönem uyumsuz şemalarının daha fazla olduğunu saptamışlardır. Buna ek olarak duygusal yoksunluk şemasının boşanmış kişilerde oransal olarak daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulguyla paralel olarak Freeman (1988: 11-14) araştırmasında duygusal yoksunluk şemasına sahip bireyleri kişilerarası bir sıkıntı olarak görölen yakın olma ile ilişkili bulmuş ve boşanmaya yatkınlığın bu bireylerde daha fazla olduğunu öne sürmüştür. Başarısızlık şema boyutunda kişilerin kendilerini genel olarak başarı alanlarında temel bir biçimde yetersiz gördükleri düşünöldüğünde (Young ve ark., 2009: 43) bu kişilerin ilişkisel anlamda da yaşanan ya da yaşanabilecek sıkıntılarda kendilerini bu şekilde algılamalarının ve çözüm noktasında da kendilerine dair negatif inançlar nedeniyle herhangi bir çaba içerisine girmemelerinin mümkün olabileceği düşünölmektedir. Nitekim Clifton (1995) çalışmasında bu araştırmayla paralel olarak evlilik doyumu ve başarısızlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkiyi saptamıştır (akt. Yoosefi ve ark., 2010: 274). Kopukluk ve reddedilme şema alanına dahil olan sosyal izolasyon/güvensizlik şemasına sahip bireylerin bir grup ya da topluluğa aidiyet hisleri ile ilgili bir eksiklik olduğu bilinmektedir (Young ve ark., 2009: 40). Bu açıdan bakıldığında bu şemaya sahip kişilerin evlilik ilişkisinde de ait hissedebilmekle ilgili sıkıntı yaşayabilmeleri ve kendilerini izole hissedebilmeleri ihtimalleri ile evliliklerinde problem yaşayabilecekleri düşünölebilir. Chay ve arkadaşları (2014: 121-123) çalışmalarında evlilik uyumu ve kopukluk ve reddedilme şema alanı arasında negatif yönde anlamlı

düzyeyde ilişkiler bulmuştur. Kopukluk şema alanına dahil olan terk edilme, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk ve kötüye kullanılma şemalarına sahip bireylerin bakım görme, empati, duyguları paylaşabilme ya da korunmayla ilgili olumsuz beklentilere sahip olma eğiliminde oldukları bilinmektedir. Travmatik çocukluk deneyimleriyle birlikte ya yakın ilişkilerden tamamen izole oldukları ya da zararlı ilişkiler arasında geçişler yaşadıkları bilinmektedir (Young ve ark., 2009: 39). Bu bağlamda geçmiş dönem olumsuz yaşantıların en yakın ilişkilerden olan evlilik ilişkisinde de olumsuz yansımaları olacağı düşünülmektedir. Duyguları bastırma şemasının kişilerin hem olumlu hem olumsuz duyguları iletmedeki güçlüğü ifade ettiği ve duyguları görmezden gelerek akılcılığa başvurabileceği bilinmektedir (Young ve ark., 2009: 47). Yakın ilişkide açık iletişimden bu şema dolayısıyla kaçınılması sonucu olumlu ve olumsuz yaşantıların ifadesinde bir sınırlılık olması dolayısıyla evlilikte sıkıntılara yol açabileceği düşünülmektedir. Yüksek standartlar şeması ile genel uyum arasında pozitif uyum bulunması Stiles'in (2004: 75-81) yaptığı çalışma ile de paralellik göstermekte olup buna göre kişilerin yüksek standartlar şeması ilişkide olumlu ve yakınlık anlamında eş seçerken yardımcı bir rol üstlenmektedir.

KİBÖ alt boyutlarından onay bağımlılık ile BAÖ alt boyutlarının tamamı anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Onay bağımlılık alt boyutu, BAÖ alt boyutlarından yalnızca başkalarına bağımlılık ile pozitif yönlü ilişkili bulunmuş olup; duygusal tepkisellik, “ben” pozisyonu, duygusal kopma ile arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler saptanmıştır. KİBÖ alt boyutlarından başkalarına güven alt boyutu ile BAÖ alt boyutlarından duygusal tepkisellik alt boyutu hariç tüm alt boyutlar ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. KİBÖ alt boyutlarından empati alt boyutunun BAÖ alt boyutlarından başkalarına bağımlılık alt boyutu hariç duygusal tepkisellik, “ben” pozisyonu ve duygusal kopma ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Buna göre empati; “ben” pozisyonu ve duygusal kopma ile pozitif yönlü ilişkili bulunurken, duygusal tepkisellik ile negatif yönlü ilişkili bulunmuştur. KİBÖ alt boyutlarından duygu farkındalığı alt boyutu ile BAÖ alt boyutlarından duygusal tepkisellik, duygusal kopma ve başkalarına bağımlılık alt boyutlarının tamamıyla pozitif yönlü ilişkili bulunmuştur. Onay bağımlılık alt boyutunun kişinin ilişkilerde referans olarak ötekini aldığına işaret ediyor olmasına karşın duygu farkındalığı, empati ve başkalarına güven alt boyutları kişilerarası ilişkilerde sağlıklılığı ön plana çıkartmaktadır (İmamoğlu ve Aydın, 2009: 56). Bu açıdan bakıldığında benlik

ayrımlaşması daha yüksek düzeyde gerçekleşmiş kişilerin onay bağımlılık puanlarının düşük olmasının yani iki değişken arasında negatif yönlü bir ilişki olmasının beklenen bir sonuç olduğu söylenebilir. Empatinin ise bir öteki kişinin farklı ve aynı zamanda kimlik sahibi kıymetli bir kişi olduğu ihtiyacını onaylamak olduğunu düşündüğümüzde (Rogers ve Akkoyun, 1983: 118) kişinin kendisini ayrı bir birey olarak algılama ve duygularını ayrıştırabilirken aynı zamanda ötekini de anlayabilmek noktasında daha rahat bir duruş sergileyebileceği düşünülebilir.

BAÖ alt boyutlarından “ben” pozisyonu ile EUÖ alt boyutlarından genel uyum arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler bulunurken BAÖ alt boyutlarından duygusal kopmanın EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı ile arasında pozitif yönlü anlamlı seviyede ilişkiler saptanmıştır. BAÖ alt boyutlarına bakıldığında “ben” pozisyonu alma ve duygusal tepkisellik kişinin içsel yaşantısına işaret ederken, başkalarına bağımlılık ve duygusal kopma ise kişilerarası ilişkiler kapsamında ele alınmaktadır. BAÖ ölçeğinden toplam alınan puan ve alt boyutlar için alınan puanın yüksekliğinin benliğin ayrımlaşma seviyesindeki yüksekliğe işaret ettiği bilinmektedir (Işık ve Bulduk, 2014: 1-3). Bowen (1978) benlik ayrımlaşmasını daha yüksek düzeyde gerçekleştirmiş bireylerin evlilik ilişkilerinde de daha fazla memnuniyet duymalarının muhtemel olduğunu ve düşük benlik ayrımlaşmasına sahip kişilerin evliliklerinde daha düşük seviyede uyum ve doyum ile karakterize olduğunu belirtmektedir. Bu açıdan bakıldığında “ben pozisyonu alma” alt boyutu ile genel uyumun negatif yönlü ilişkili çıkması beklenmedik bir sonuçtur. Bunun aksine duygusal kopma ile ilişki tarzı alt boyutlarının pozitif yönde ilişkili çıkması ise literatür ile uyumlu görünmektedir. Nitekim Boldaz Telli (2019: 66), benlik farklılaşmasını çeşitli değişkenlerle ele aldığı çalışmasında evli bireylerin benlik farklılaşmasıyla ilişki uyumu arasında da pozitif yönlü anlamlı ilişkilerin olduğunu raporlamıştır.

KİBÖ alt boyutlarından empati, başkalarına güven, duygu farkındalığı alt boyutlarının EUÖ alt boyutlarından ilişki tarzı ile pozitif yönlü ilişkilerin olduğu saptanmıştır. EUÖ ölçeği iki alt boyut olarak ele alınırken son 6 maddeyi kapsayan ilişki tarzı alt boyutu; boş zaman etkinlikleri, çatışma çözme, güven gibi faktörleri barındıran bir yapıdadır (Tutarel-Kışlak, 1999: 55). İmamoğlu ve Aydın (2009: 56) tarafından empati, başkalarına güven ve duygu farkındalığı alt boyutlarının kişilerarası ilişkilerde sağlıklı değişkenler olduğu öne sürülmektedir. Evlilik uyum

ölçeğindeki puan artışının uyumlu evlilikteki artışa işaret ettiği düşünüldüğünde empati, başkalarına güven ve duygu farkındalık düzeylerinin ilişki tarzıyla yani evlilikte çatışmaları çözme, birbirlerine güven, boş zaman etkinliklerinde anlaşmaya paralel gittiği söylenebilir. Literatür incelemesinde “evlilik uyumu” ve “kişilerarası ilişki boyutları” değişkenlerini bir arada inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanamaması sebebiyle sonuçlar bir başka araştırma ile karşılaştırılamamış olup bu konuda daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğu söylenebilir.

5.4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Benliğin Ayrışması Kişilerarası İlişki Boyutlarının Evlilik Uyumunu Yordayıcı Etkilerinin İncelenmesine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Evlilik uyumunun yordanmasına ilişkin sonuçlara bakıldığında erken dönem uyum bozucu şema alt boyutlarından yüksek standartlar ve kendini feda alt boyutunun EUÖ puanını anlamlı ve pozitif yönlü yordadığı görülürken; terk edilme alt boyutunun EUÖ puanını anlamlı ve negatif yönlü yordadığı görülmektedir. (Tablo 4.10). Doğmazer (2022: 84) tarafından yapılan çalışmada EUÖ puanı için YŞÖ-KF3’ün başarısızlık, dayanıksızlık ve duygusal yoksunluk şemalarının yordayıcı olduğu görülmüştür. Esen Pekşen (2022: 72) ise şema alanlarının evlilik uyumunu yordama gücünü incelediği çalışmasında kopukluk ve reddedilmişlik şema alanının evlilik uyumunu negatif yönde anlamlı düzeyde yordadığını saptamıştır. Terk edilme alt boyutunun da kopukluk ve reddedilmişlik alanına dahil olduğu bilindiğinden (Young ve ark., 2009: 39) bu bağlamda çalışma ile literatür bilgisinin kısmen uyumlu olduğu görülmektedir. Stiles (2004: 75-81) ise bireyin yüksek standartlar şemasına sahip olması durumunda eş seçimi ve ilişkiler anlamında bu şemanın pozitif anlamda katkı sağlayacağını ifade etmektedir. Bu açıdan bakıldığında yüksek standartlar şemasının evlilik uyumunu pozitif yönlü yordamasının beklenebilir bir sonuç olarak görülebileceği düşünülmektedir.

BAÖ alt boyutlarından “ben” pozisyonu alma alt boyutu puanının EUÖ puanını anlamlı ve negatif yönde yordadığı bulgusu elde edilmiştir. Bowen’e (1978) göre düşük seviyede farklılaşma, kaygı ve evlilikte çatışmayla karakterize olmakla birlikte bu kişiler ayrılma bireyleşme kapsamında ve duygusal olgunluk noktasında da bir sınırlılığa sahiptir. Bunun aksine benlik ayrışması yüksek seviyede olan kişiler ise bireysellik ve birliktelik dengesini evlilik kurumu içerisinde daha iyi kurabilmektedir. Literatür incelemesinde birden fazla sayıda

araştırmanın bu kuramsal alt yapıyı destekler anlamda sonuçlar verdiği görülmektedir (Hollander, 2007: 75-78; Peleg, 2014: 467-468). Buna karşılık “ben” pozisyonu alma alt boyutunun evlilik uyum puanını negatif yönde anlamlı olarak yordaması literatür bilgileriyle örtüşmemektedir. Bowen’ın (1978) kuramının evrensel bir yapıya sahip olduğu ve bütün kültürler açısından genelleme yapılabileceğini öne sürmüş olmasının yanında Türkiye’nin özerk ilişkili bir benlik kurgu yapısına (Kağıtçıbaşı, 2005: 416) ve toplulukçu kültüre (Markus ve Kitayama, 1991: 227-228) sahip bir ülke olduğu düşünüldüğünde bu farklılaşmanın açıklanabileceği düşünülmektedir. Bu sebeple de Türkiye toplumunda “ben pozisyonu alma” gibi ayrılmaya yönelik davranış örüntülerinin evlilik uyumunu negatif yönlü yordaması beklenebilir.

KİBÖ alt boyutlarından duygu farkındalığı alt boyutu puanının EUÖ puanını ise anlamlı ve pozitif yönde yordadığı bilgisi araştırma sonucunda saptanmıştır. Duygu farkındalığına kişilerarası ilişkiler nezdinde bakıldığında ilişkiyi başlatma, sürdürme ve bitirme evrelerinde kişinin kendi duygularını baz alması olarak tanımlanmaktadır (İmamoğlu ve Aydın, 2009: 51). Duygu farkındalığı alt boyutunun kişilerarası ilişkilerde sağlıklı bir yapıya işaret ettiği gerçeği düşünüldüğünde (İmamoğlu ve Aydın, 2009: 56) evlilik uyumunu pozitif yönde yordamasının beklenilebilir bir sonuç olduğu düşünülmektedir.

5.5. Sınırlılıklar ve Öneriler

Erken dönem uyum bozucu şemalar, benliğin ayrımlaşması, kişilerarası ilişki boyutları ve evlilik uyumu değişkenlerinin tamamının bir arada çalışıldığı herhangi bir çalışmaya literatürde rastlanmamış olup bu çalışmanın ise bazı yönden sınırlılıkları olduğu düşünülmektedir. Araştırmada evli çiftlerle çalışılmış olması sebebiyle sınırlı sayıda katılımcıya ulaşılabilmiş olup bu çalışmanın daha geniş ve evreni daha iyi temsil edebilecek örneklerle tekrarlanması önerilebilir. Bunun yanı sıra demografik değişkenler açısından bakıldığında eğitim durumu ve gelir düzeyi açısından katılımcıların eşit düzeyde dağılım göstermediği bu anlamda temsil gücü daha yüksek örneklerle çalışılmasının literatüre anlamlı katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışmada hali hazırda evli olan çiftlerle çalışılmış olup bu araştırmanın karşılaştırmalı olarak boşanmış/evli kişiler ya da romantik ilişkisi olanlar/evlilik ilişkisi olanlar üzerinden çalışılması önerilebilir. Aynı zamanda bu çalışma 18-45 yaş aralığında ve en az 1 yıldır evli olan çiftlerle sınırlıdır. Çalışmanın

daha geniş yaş aralıklarını karşılaştırarak çalışılmasının uzun süreli ve kısa süreli evlilik anlamında bilgi sağlaması açısından literatüre bir katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Çalışmanın katılımcıların öz bildirimine dayalı olması ve ilişkisel olması dolayısıyla neden sonuca dayandırılmaması ise çalışmanın diğer sınırlılıklarıdır.

Araştırma sonuçlarında elde edilen bulgulara göre evlilik uyumunu pozitif anlamda yordayan “yüksek standartlar” “kendini feda” “duygu farkındalığı” değişkenleri ve evlilik uyumunu negatif anlamda yordayan “terk edilme” ile “ben pozisyonu alma” alt boyutlarının klinik örnekleme dikkate alınması ve terapi ve danışmanlık çalışmalarının bu yönde planlanması önerilebilir. Bunun yanı sıra “ben pozisyonu alma” alt boyutunun literatürle çelişir biçimde evlilik uyumunu negatif yönde yordamasının Türkiye özelinde ayrıca değerlendirilmeye alınarak bu konuda daha fazla çalışılması önerilebilir. Batı temelli terapi tekniklerinin bireyselleşme noktasındaki vurgusu dikkate alındığında Türkiye toplumu için bunun evlilik nezdinde sınanabilir olmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Abbas, S. P. (2016). Investigating the relationship between the early maladaptive schema & marital satisfaction among 25 to 45 years-old couples. *International Journal of Humanities and Cultural Studies*, 4(2), 665-676.
- Açık, Ö. (2008). *Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Akpınar, B. (2016). *Evli çiftlerin evlilik uyumu ile toplumsal cinsiyet rolleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Aktaş, S. (2009). *Eşlerden birini kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aktaş, S. (2020). *Genel özyeterlilik ile benliğin ayrımlaşması ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Altunal, E. (2019). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile evliliği sürdürme nedenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Angus, L. E., & Greenberg, L. S. (2011). *Working with narrative in emotion-focused therapy: Changing stories, healing lives*. American Psychological Association.
- Arntz, A. (1994). Treatment of borderline personality disorder, a challenge for cognitivebehavioural therapy. *Behavioural Research Therapy*, 32(4), 419-430
- Atik, G., & Özmen, O. (2010). Attachment styles and marital adjustment of Turkish married individuals. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 367-371
- Ay, S. (2000). *Birliktelikleri devam eden ailelerin yapı ve işlevleri ile boşanmış ailelerin yapı ve işlevlerinin karşılaştırılması* (Master's thesis). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Aydın, B. (1996). Benlik kavramı ve ben semaları. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8(8), 41-47.

- Barakas, R. (2023). *Evli Bireylerde Benlik Ayrımlaşmasının Evlilik Kalitesi ve Yaşam Doyumu İle İlişkisinde Mahremiyet Bilincinin Düzenleyici ve Aracı Rolü* (Doctoral thesis). Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Basar, S. (2021). *Evli ve yetişkin bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının ilişkiye dair inançları ve bilişsel çarpıtmalarının evlilik uyumuna etkisinin incelenmesi* (Master's thesis). İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Başar, G., Semiha, A. K. I. N., & DURNA, Z. (2015). Hemşirelerde ve hemşirelik öğrencilerinde problem çözme ve iletişim becerilerinin değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 125-147.
- Bayhan, P., & İŞİTAN, A. G. S. (2010). Ergenlik döneminde ilişkiler: Akran ve romantik ilişkilere genel bakış. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 33-44.
- Beam, C. R., Marcus, K., Turkheimer, E. & Emery, R. E. (2018). Gender differences in the structure of marital quality. *Behavior Genetics*, 48(3), 209- 223
- Beck, A. T. (1964). Thinking and depression II. Theory and therapy. *Archives of General Psychiatry*, 10(6), 561–571.
- Behary, W.T. (2017). *Narsistle ateşkes* (4. Baskı). (M. Caner, N. Azizlerli, Çev.). İstanbul: Psikonet Yayınları. (Orijinal çalışma tarihi 2008)
- Blatt, S. J., & Blass, R. B. (1995). Relatedness and self-definition: A dialectic model of personality development. In G. G. Noam & K.W Fischer (Eds.), *Development and vulnerabilities in close relationships*(pp. 309–338). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Boldaz-Telli, A. (2019). *Evli çiftlerde; benlik farklılaşmasının ilişki doyumu, ilişki uyumu, çatışma çözme tepkileri, ilişkide kıskançlık, ilişkide affedicilik ve eşe duygusal bağlılık açısından incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Boran, F. (2003). *Aşk ve evlilik*. İstanbul: Epsilon.
- Bornstein, R. F. (1992). The dependent personality: developmental, social, and clinical perspectives. *Psychological bulletin*, 112(1), 3.

- Bricker, D. C., & Young, J. E. (2012). A client's guide to schema therapy. *Schema Therapy Institute*.
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New Jersey: Jason and Aronson.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss. Volume II. Separation, anxiety and anger. In *Attachment and loss. volume II. Separation, anxiety and anger* (pp. 429-p).
- Bowlby, J. (1980). By ethology out of psycho-analysis: an experiment in interbreeding.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (Çev. İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Cansaran, D., & Yılmaz, F. (2018). Etik liderlik davranışının kişilerarası ilişki boyutları üzerine etkileri: göynücek ilçesi kamu kurumlarında bir uygulama. *Verimlilik Dergisi*, (2), 163-181.
- Charlton R. S. (2012). Cinsel terapi. Yalom, I. (Ed.). (Kotiloğlu, G, Çev). İstanbul: Prestij Yayınları.
- Chay, S. F., Zarei, E., & Pour, F. N. (2014). Investigating the relationship between maladaptive schemas and marital satisfaction in mothers of primary school children. *Journal of Life Science and Biomedicine*, 4(2), 119-124.
- Carr, A. (2006). *Family therapy: Concepts, process and practise*. New York, NY: J.Aronson.
- Caspi, A. (1987). Personality in the life course. *Journal of personality and Social psychology*, 53(6), 1203.
- Çakırca, F. (2020). *Kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları ve öfke kontrol düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çakmak-Tolan Ö, (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması* (Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). *Bağlanma stilleri evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Çelebi, G. Y., & Odacı, H. (2018). Bağlanma stilleri, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar, kişilerarası ilişki tarzları ve kişilik özelliklerinin evlilik uyumunu yordamadaki rolünün incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 18(40), 89-120.
- Çelik, M., & Tümkaya, S. (2012). Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 223-238
- Çoğalan, Y. (2017). *Evli bireylerin kök aileleriyle ilişkileri ve evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Değirmenci, E. (2019). *Çekirdek veya geniş ailede yetişen bireylerde sosyal onay ihtiyacı ile benliğin ayrımlaşması arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul.
- Değirmenci, E., ve Demirli, C. (2019). Çekirdek veya Geniş Ailede Yetişen Bireylerde Sosyal Onay İhtiyacı ile Benliğin Farklılaşması Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 2(1): 79-95.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.
- Dew, J., Britt, S. & Huston, S. (2012). Examining the relationship between financial issues and divorce. *Family Relations*, 61(4), 615-628.
- Doğmazer S., (2022). *Erken Dönem Uyumsuz Şemaların, Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Evlilik Uyumu İle İlişkinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Kent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Duck, S. (Ed.). (1993). *Individuals in relationships* (Vol. 1). Sage.
- Dumitrescu, D. ve Rusu A. S. (2012). relationship between maladaptive schemas, couple satisfaction and mate value. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 12(1), 63-76.
- Durmuş, E., & Eser, B. A. B. A. (2014). Evli çiftlerin duygusal zekâ düzeyleri ile evlilik uyumlarının karşılaştırılması. *Çukurova Üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü dergisi*, 23(1), 352-369.

- Ekşi, H., Güneş, F. & Yaman, N. (2018). Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluşları ve toplumsal cinsiyet rolleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(50), 203-23
- Elieson, M.V. ve Rubin, L.J. (2001). Differentiation of self and major depressive disorders: A test of Bowen theory among clinical, traditional ve internet groups. *Family Therapy*, 28, 125-142.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., & Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erdinç, İ. (2018). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Esen Pekşen M., (2022). *Evli Bireylerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Evlilik Uyumu ve Evlilik Doyumuna Etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Fenell, D. L., & Weinhold, B. K. (1992). Research in marriage and family therapy. *Family counseling and therapy*, 331-337.
- Fidanoğlu, O. (2007). *Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Fişek, O, G. (2018). *İlişki içinde ben: Kültür, aile, bireyselleşme ve psikanalitik arayışlar* (1. Baskı). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Freeman, N. (1998). *Constructive thinking and early maladaptive schemas as predictors of interpersonal adjustment and marital satisfaction*. Biola University.
- Friedlander, M. L., Tuason, M. T. (2000). Processes and out comes in couple and family therapy. In S. D. Brown, R. W. Lent (eds.). *Handbook of counseling psychology*. 3rd edition. Hoboken, NJ: Wiley, 797-824.
- Geçtan, E. (1988). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson

- Gibson, J. M., & Donigian, J. (1993). Use of Bowen Theory. *Journal of Addictions & Offender Counseling*, 14(1), 25–35.
- Gladding, S. T. (2015). *Family therapy: History, theory, and practice*. Pearson/Merrill Prentice Hall.
- Göçmen, B. S. (2018). *Benlik farklılaşması ile cinsel benlik şemaları ve cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Greenberg L.S. & Rhonda N. Goldman, *Duygu Odaklı Terapi Klinik El Kitabı 1. Cilt* (Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, 2021).
- Greenberg, L. S. (2010). Emotion-focused therapy: A clinical synthesis. *Focus*, 8(1), 32-42.
- Gubbins, C. A., Perosa, L. M., & Bartle-Haring, S. (2010). Relationships between married couples' self-differentiation/individuation and Gottman's model of marital interactions. *Contemporary Family Therapy*, 32, 383-395.
- Gudmunson, C. G., Beutler, I. F., Israelsen, C. L., McCoy, J. K. & Hill, E. J. (2007). Linking financial strain to marital instability: Examining the roles of emotional distress and marital interaction. *Journal of Family and Economic Issues*, 28(3), 357-376.
- Günaydın, H. D. (2016). *Psikolojik danışmanların ve danışman adaylarının erken dönem uyum bozucu şemalarının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerine etkisinin incelenmesi* (Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Gülsün, M., Ak, M., & Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 68-79.
- Güner, Z. (2014). *Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, İlişkilerdeki Bilişsel Süreçler, Yükleme, Evlilikte Sorunlarla Başa Çıkma Yollarının Evlilik Uyumu ile İlişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Hendrick, S.S. (2016). *Yakın İlişkiler Psikolojisi*, çev. Ali Dönmez, Ayda Büyükaşahin Sunal Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Helm, K. M. (2014). *Family systems theory (3)*. Salem Press Encyclopedia of Health.

- Hofstede, G. (1991). *Cultures and organizations: Software of the mind*. London: McGraw-Hill.
- Hollander, S. (2007). *Differentiation of self and emerging adulthood* (Doctoral dissertation). Florida International University.
- Hoşgör, T.E. (2013). *Evlü çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Işık, E., & Bulduk, S. (2015). Psychometric properties of the differentiation of self inventory-revised in Turkish adults. *Journal of marital and family therapy*, 41(1), 102-112.
- İlericiler, N. K. (2015). *Evlilik Uyumunu Açıklamada Yakın İlişkilerde Bağlanma, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Psikolojik Travmanın Rolü*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- İmamoğlu, S. E. (2021). *Kişilerarası ilişkiler* (Vol. 6). Yeni İnsan Yayınevi.
- İmamoğlu, S. E., & Aydın, B. (2009). Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 29, 39-64.
- İnce, Ş., & Işık, E. (2022). The mediating role of five love languages between differentiation of self and marital satisfaction. *The American Journal of Family Therapy*, 50(4), 407-423.
- İzçınar, T. (2018). *Benlik farklılaşmasının ruminatif düşünce biçimleri ve duygu düzenleme gücü ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Jackson, J., Miller, R.B., Oka, M., & Henry, R.G. (2014). Gender differences in Marital satisfaction. *Journal of Marriage*, 76, 105-129.
- Jose, O., & Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction. *Journal of sex & marital therapy*, 33, 73-85.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). "Autonomy and Relatedness in Cultural Context". *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4), 403-422.

- Kahraman, L., Kahraman, A.B., Ozansoy, N., Akıllı, H., Kekillioğlu, A. ve Özcan, A. (2014). Nevşehir Hacı Bektaşı Veli Üniversitesi toplumsal cinsiyet algısı araştırması. *International PeriodicalfortheLanguages, LiteratureandHistoryof TurkishorTurkic*, 9(2), 811-831
- Kalkan, E. (2018). *Evlilik ilişki kalitesinin benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük bağlamında incelenmesi* (Master's thesis). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Kargın, Z. (2014). *Erken Dönem Uyumsuz Şemalar; İlişkilerdeki Bilişsel Süreçler; Yüklemeler; Evlilikte Sorunlarla Başa Çıkma Yollarının Evlilik Uyumu ile İlişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kastro, R. M. (1998). *Evlilik içi uyum ve depresyon: Evlilik ilişkisinin niteliği ve eşlerde semptom oluşumu hakkında bir çalışma*. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya, N. (2017). *Kırsal ve kentsel alanda yaşayan evli kadınların evlilik uyumu, evlilik doyumu ve ilişkilerde mutluluk düzeylerinin karşılaştırılması ve incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul.
- Kerr, M. E., (2000). One family's story: a primer on bowen theory. The bowen center for the study of the family. <http://www.thebowencenter.org>.
- Kerr, M.E. ve Bowen, M. (1988). *Family Evaluation: An Approach Based on Bowen Theory*. New York: W. W. Norton & Company.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., & Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Kevlekçi, M. (2013). *Erken dönem uyumsuz şemalar; tutumlar ve hatalı otomatik düşüncelerin depresif duygudurum ve intihar düşüncelerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Khatamsaz, B., Forouzandeh, E., & Ghaderi, D. (2017). Effectiveness of schema therapy on marital satisfaction and marital relationship quality in married women. *International journal of educational and psychological researches*, 3(1), 11.

- Kıslak, T., (1999). Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(1), 50- 57.
- Kıslak, Ş. T., & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 5(5).
- Kıslak,Ş. T.,& Göztepe, I. (2011). Duygu dışı vurumu empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 27-46.
- Kinnunen, U. & Feldt, T. (2004). Economic stress and marital adjustment among couples: Analyses at the dyadic level. *European Journal of Social Psychology*, 34(5), 519- 532.
- Koçinoğlu, H., & Seçkin, N. (1991). *Sosyo ekonomik düzeyi farklı ailelerin evlilik konusundaki bilgi tutum ve tavırlarının saptanması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kohut, H. (2020). *Kendiliğın Yeniden Yapılanması*. Cebeci O. (Çev.). İstanbul: Metis Yayınları.
- Kublay D, 2013. *Evlilik uyumu: değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Kumcağız, H., Demir, Y., & Yılmaz, M. (2020). Relationship between Marital Adjustment and Wellbeing of Married Individuals. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 52(52), 371-383.
- Kurt, D. G., Kızıldağ, S., Zorbaz, S. D., & Arif, Ö. Z. E. R. (2015). Psikolojik danışman adaylarının duygusal farkındalık düzeylerinin belirleyicileri. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(44), 15-24.
- Kurt, A. A., & Gündüz, B. (2020). The Investigation of Relationship Between Irrational Relationship Beliefs, Cognitive Flexibility and Differentiation of Self in Young Adults. *Cukurova University Faculty of Education Journal*, 49(1), 28-44.
- LaFollette, H., & Lekesizalın, F. (1997). *Kişisel ilişkiler: Sevgi, kimlik ve ahlak*. Ayrıntı.

- Lampis, J. (2016). Does partners' differentiation of self predict dyadic adjustment?. *Journal of Family Therapy*, 38(3), 303-318.
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 228-237.
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (1995). The need to belong. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Locke, H. J. & Mackeprang, M. (1949). Marital adjustment and the employed wife. *American Journal of Sociology*, 54(6), 536-538.
- Main, M. (1990). Cross-cultural studies of attachment organization: Recent studies, changing methodologies, and the concept of conditional strategies. *Human development*, 33(1), 48-61.
- Malkoç, B. (2001). *İletişim şekilleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253.
- McWilliams, N. (2010). *Psikanalitik tanı*. Baskı. E. Kalem, (çev.) İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları (orjinal baskı tarihi 1994).
- Menacherry. Dhambathya Marrashatiam Kottayam: Jeevan Books, Israel, 1985.
- Menaghan, E. G., & Parcel, T. L. (1991). Determining children's home environments: The impact of maternal characteristic sand current occupational and family conditions. *Journal of Marriage and the Family*, 417-431.
- Mert, A., & Gülmez, E. (2018). Özgeçmiş ile benlik ayrışması arasındaki yordayıcı ilişkinin bazı değişkenlerle incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 13(11).
- Mert, A., & Topal, İ. (2018). Benlik ayrışmasının manevi yönelimine etkisinin bazı değişkenlerle incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(14), 68-91.
- Messina, K. C. (2015). *The impact of demographic variables on differentiation of self during the course of counseling* (Doctoral dissertation). Duquesne University.
- Meta-analiz, B., Özabacı, N., & Körük, S. (2018). Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Evlilik Uyumu Arasındaki. *Tam Metin Kitabı Full Text Book*, 72.

- Morell, M. A., & Apple, R. F. (1990). Affect expression, marital satisfaction, and stress reactivity among premenopausal women during a conflictual marital discussion. *Psychology of Women Quarterly*, 14(3), 387-402.
- Murris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: relation to perceived parental rearing behaviors, big five personality factors and psychological symptoms. *Clinical Psychology Psychotherapy*, 13, 405-413.
- Nazlı, S. (2021). *Aile Danışmanlığı*. (16. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Nichols, M. P. (2013). *Aile terapisi*. (O. Gündüz, Çev). İstanbul: Kaktüs Yayınları.
- Onur, B. (2004). *Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik-Yaşlılık-Ölüm*. (6.Baskı). Ankara: İmge Kitabevi.
- Öktem Şimşek, M. (2021). *Kişilik özelliklerinde erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma stillerinin karşılaştırılması* (Master's thesis). İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Özabacı, N. (2009). Evlilik Okulu Projesi. H. Yavuzer (Ed.). Evlilik Öncesi İlişkiler (48-60). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Özakkaş, T. ve Çorak, A. (2016). Kendim Olmama Engel Olma 1. Baskı, (Ankara: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, 2016).
- Özaydinlik, Ş. (2014). *Evli çiftlerin evlilik uyumu ile kişilik özellikleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede İletişim ve Yaşam*. Ankara: Pdrem Yayınları.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Ankara: Pdrem Yayınları.
- Özmen Süataç, A. (2010). *Evlilik uyumunun kişilerarası tarz ve öfke açısından araştırılması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir
- Özüğurlu, B. (1990). *Evlilik ve aile*. Nobel Yayınları: Ankara.
- Peleg, O. (2014). The relationships between stressful life events during childhood and differentiation of self and intergenerational triangulation in adulthood. *International Journal of Psychology*, 49(6), 462-470.

- Peleg, O. ve Zoabi, M. (2014). Social anxiety and differentiation of self: A comparison of Jewish and Arab college students. *Personality and Individual Differences*, 68, 221- 228.
- Polat, D. (2006). *Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Polat, G. (2022). *Evlilikte algılanan sorun çözme becerisi ile benliğin ayrılaşmasının evlilikte çift uyumu ile ilişkisi* (Master's thesis). Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P. ve Young, J. E. (2013). *Şema terapi ayırıcı özellikler* (H.A. Karaosmanoğlu, N. Azizlerli, Çev.) İstanbul: Psikonet.
- Rodiger, E. (2015). *Şema terapi nedir?* (S. Ataman, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık.
- Rodríguez-González, M., Skowron, E. A., Cagigal de Gregorio, V., & Muñoz San Roque, I. (2016). Differentiation of self, mate selection, and marital adjustment: Validity of postulates of Bowen theory in a Spanish sample. *The American Journal of Family Therapy*, 44(1), 11-23.
- Rogers, C. R., & Akkoyun, F. (1983). Empatik olmak, değeri anlaşılmamış bir varoluş şeklidir. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 16(1), 103-124.
- Sabatelli, R. M. (1988). Measurement issues in marital research: A review and critique of contemporary survey instruments. *Journal of Marriage and the Family*, 891-915.
- Sabatelli, R. M. ve Bartle-Haring, S. (2003). Family-of-origin experiences and adjustment in married couples. *Journal of Marriage and Family*, 65, 159–169.
- Safran, J. D. (1990). Towards a refinement of cognitive therapy in light of interpersonal theory: I. Theory. *Clinical Psychology Review*, 10(1), 87-105.
- Saxton, L. (1982). Marriage: The nature of marriage; The individual. *Marriage and the Family*, 5, 216-224.

- Saygılı, G. (2014). *Erken Döneme İlişkin Gelişimsel Etmenler İle Psikolojik İyilik Hali Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolünün İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Schmidt, N. B., Joiner, T. E., Young, J. E., & Telch, M. J. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive therapy and research*, 19, 295-321.
- Selçuk, Z. (2012). *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of counseling psychology*, 45(3), 235.
- Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229-237.
- Skowron, E. A., & Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with other subscale. *Journal of marital and family therapy*, 29(2), 209-222.
- Skowron, E. A., & Dendy, A. K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. *Contemporary family therapy*, 26, 337-357.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28.
- Spanier, G. B., & Cole, C. L. (1976). Toward clarification and investigation of marital adjustment. *International journal of sociology of the family*, 121-146.
- Steinberg, L. D., & Çok, F. (2007). *Ergenlik*. İmge Kitabevi Yayınları.
- Stiles, O. E. (2004). *Early maladaptive schemas and intimacy in young adults' romantic relationships*. Alliant International University, San Francisco Bay.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A., & Çakır, Z. (2009). Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.

- Soylu, Y., & Kağmcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 44-54.
- Sullivan, H. S. (Ed.). (2013). *The interpersonal theory of psychiatry*. Routledge.
- Sungur, M. Z. (2009). *Sen, ben ve aramızdaki her şey: "şeytan üçgeni" aşk-evlilik-sadakatsizlik*. İstanbul: Goa Yayınları, 2021.
- Sungur, S. A. (2018). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri algısı ile kişilerarası ilişki boyutları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Selçuk İletişim*, 11(2), 126-138.
- Şendil, G., & Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.
- Şener, A., Terzioğlu, R.G. (2002). *Ailede eşler arasında uyuma etki eden faktörlerin araştırılması* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Taban M., (2002). *Evli Bireylerde Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarının Evlilik Uyumu Üzerindeki Etkisi: Duygusal Şemaların Aracı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi: Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Timm, T. M., & Keiley, M. K. (2011). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: A path analysis. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 37(3), 206-223.
- Titelman, P. (Ed.). (2014). *Differentiation of self: Bowen family systems theory perspectives*. Routledge.
- Tönbül, Ö., & Kocayörük, E. R. C. A. N. (2021). Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ve Benlik Farklılaşma Düzeylerinin Evlilik İlişkisi İnançlarını Yordaması. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 4(2), 1-26.
- Tufan Çetin, B. (2010). *Evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre yordanması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1999). Evlilik Uyum Ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması. 3P (*Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(1), 50-57.

- Tuzcuoğlu, S. (2013). Benlik ve mesleki benlik kavramlarının öğrenim yılları ile ilişkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(12), 267-280.
- Tüfekçi Hoşgör, E. (2013). *Evli çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Tükel, R., *Freud okumaları*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık, 2014.
- Van Vreeswijk, M., Broersen, J., & Nadort, M. (2015). *The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research, and practice*. John Wiley & Sons.
- Williams, A. (2003). Adolescents' relationships with parents. *Journal of language and social psychology*, 22(1), 58-65.
- Wimalasena, N. A. (2016). An analytical study of definitions of the term "marriage". *International Journal of Humanities and Social Science*, 6(1), 166-174.
- Yavuzer, H. (2011). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 2011.
- Yener Açar, M. (2023). *Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkide Benliğin Ayrışmasının Aracı Rolünün İncelenmesi* (Master's thesis). Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Yıldırım, İ. (1993). Farklı sosyo- ekonomik düzeydeki evli bireylerin uyum düzeyleri. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1(4), 23-29
- Yıldız, Y. (2012). *Evliliğe İlişkin İnançların Evlilik Uyumunu Yordaması* (Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- Yıldız, Ö. Z. (2018). *Evlilik doyumunun öncülleri ve sonuçları: depresyon, kaygı, erken dönem uyumsuz şemalar* (Master's thesis). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 4(4).
- Yılmaz, B., & Gündüz, B. (2021) Beliren yetişkinlik döneminde romantik ilişki doyumunun yordayıcı olarak benlik ayrışması, otantiklik ve depresyon. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (58), 334-361.

- Yiğit, İ., & Çelik, C. (2016). İlişki doyumunun erken dönem uyum bozucu şemalar, kişilerarası ilişki tarzları ve kendilik algısı açısından değerlendirilmesi. *Türk psikoloji yazıları*, 19(38), 77-87.
- Yoosefi, N., Etemadi, O., Bahrami, F., Fatehizade, M. A. S., & Ahmadi, S. A. (2010). An investigation on early maladaptive schema in marital relationship as predictors of divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51(5), 269-292.
- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Professional Resource Press/Professional Resource Exchange.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2009). *Şema terapi*. (T.V. Soylu Çev.) Litera Yayıncılık: İstanbul, 9.
- Young, J., & Klosko, J. (2013). *Hayatı yeniden keşfedin* (3. b.). (S. Kohen, D. Güler, Çev.) İstanbul: Psikonet Yayınları.

EKLER

EK-1 DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli katılımcı,

Bu çalışma yüksek lisans tezi kapsamında Sağlık Bilimleri Üniversitesi Doç. Dr. Yıldız BİLGE danışmanlığında, Sabahattin Zaim Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi Esra DALKILIÇ tarafından yürütülmektedir.

Araştırmada size verilen formlardaki soruları **eksiksiz** şekilde cevaplamanız beklenmektedir. Çalışmada kimlik bilgileriniz **istenmemektedir**. Cevaplar tamamen **gizli tutulacaktır** ve çalışmadan elde edilen veriler sadece araştırma kapsamında değerlendirilecektir. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Katılım sırasında sorulardan veya herhangi başka bir nedenden dolayı kendinizi rahatsız hissederseniz çalışmayı sonlandırabilirsiniz. Araştırmaya katılımınız için teşekkür ederiz.

Çalışmaya gönüllü olarak katılıyorum ve araştırma sonucu elde edilen bilgilerin bilimsel amaçlı kullanılmasını kabul ediyorum.

Katılımcının İmzası:

Yaş :

Cinsiyet : Kadın () Erkek ()

Eğitim durumu: İlkokul mezunu () Ortaokul mezunu () Lise mezunu () Üniversite mezunu ()
Yüksek lisans mezunu () Doktora mezunu ()

Çalışıyor musunuz? Evet () Hayır ()

Gelir Düzeyi: Düşük () Orta () Yüksek ()

Medeni durumunuz: Evli () Bekar () Boşanmış ()

Kaç yıldır evlisiniz:

Çocuk Sayısı:

EK-2 BENLİĞİN AYRIMLAŞMASI ÖLÇEĞİ

Aşağıda kendinizle ve başkalarıyla olan ilişkilerinize yönelik düşünce ve duygularınızı içeren ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen her bir ifadeyi dikkatlice okuyarak 1'den 6'ya kadar olan seçeneklerden <u>sizi en iyi ifade eden seçeneği</u> işaretlemenizdir.	Hiç uygun değil (1)	(2)	(3)	(4)	(5)	Çok uygun (6)
1. Ailemin yanındayken genellikle kendimi kısıtlanmış hissedirim.	1	2	3	4	5	6
2. Önemli bir işe ya da göreve başlarken genellikle başkalarının cesaretlendirmesine ihtiyaç duyarım.	1	2	3	4	5	6
3. İnsanlar benimle yakınlık kurmaya çalıştıklarında, kendimi onlardan uzak tutarım.	1	2	3	4	5	6
4. İnsanlar benimle yakınlık kurmaya çalıştıklarında, bundan genellikle rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6
5. Hemen hemen hayatımdaki herkesten onay alma ihtiyacı hissedirim.	1	2	3	4	5	6
6. Değiştiremeyeceğim şeyler için üzülmenin bir anlamı yok.	1	2	3	4	5	6
7. Yakın ilişkilerimde kısıtlanma kaygısı yaşarım.	1	2	3	4	5	6
8. Eleştirilmek beni oldukça rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6
9. Anne/babamın beklentilerine göre yaşamaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
10. Kendimi olduğum gibi kabul ederim.	1	2	3	4	5	6
11. Eşimle/partnerimle bir tartışma yaşarsam, tüm gün bu tartışma üzerine düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
12. Başkaları tarafından baskı altında olduğumu hissettiğim zamanlarda bile onlara "hayır" diyebilirim.	1	2	3	4	5	6
13. Yaptığım şeyin doğru olduğunu düşünüyorsam başkalarının ne dediğini pek de umursamam.	1	2	3	4	5	6
14. Bir karar alırken danışacağım birileri yoksa kolay kolay karar veremem.	1	2	3	4	5	6
15. Başkaları tarafından incitilmek beni aşırı derecede rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6
16. Eşimin/partnerimin yoğun ilgisi beni bunaltır.	1	2	3	4	5	6
17. İnsanlar üzerindeki izlenimimi merak ederim.	1	2	3	4	5	6
18. Duygularımı genellikle çevremdekilerden daha yoğun yaşarım.	1	2	3	4	5	6
19. Hayatımda ne olursa olsun, kendimle ilgili düşüncelerimden asla taviz vermem.	1	2	3	4	5	6
20. Anne/babamın fikrini almadan karar veremem.	1	2	3	4	5	6

EK-3 KİŞİLERARASI İLİŞKİ BOYUTLARI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ifadeler

“SİZİ NE KADAR TANIMLIYOR?”

Tamamen Tanımlıyor

Oldukça Tanımlıyor

Kısmen Tanımlıyor

Çok Az Tanımlıyor

Hiç Tanımlamıyor

1. İnsanların sözünde duracağına güvenirim.
2. Kendimi iyi hissetmediğim zaman, bana ilgi ve şefkat gösterilmesinden hoşlanırım.
3. Kendimi kolayca kaybedip, öfkelenebilirim.
4. İnsanların benim hakkımdaki düşünceleri, benim duygularımı etkiler.
5. Kimseye kolay kolay güvenmem.
6. Karşımdaki insana duygularımı belli etmekte zorlanmam.
7. Fikirlerimi söylemeden önce, başkalarının ne düşündüğünü bilmek isterim
8. Tartışma durumlarında konuyu kişiselleştirmem.
9. Benimle ters düşen insanlardan öç almak isterim
10. Öfkelandiğimde ağzıma geleni söylerim.
11. İnsanların hareketlerimi yanlış yorumlamalarından endişelenirim.
12. Eleştirildiğim zaman otomatikman savunmaya geçerim.
13. Bir kişi ile bir sorun yaşadığımda, sakın kafa ile düşünmeye, öfkelenmemeye çalışırım.
14. Başkalarına güvenmenin beni sıkıntıya sokacağını düşünürüm.
15. Öfkemi kolaylıkla kontrol edebilirim.

16. Başkasının, haklı da olsa, beni eleştirmesine dayanamam.
17. Bir başka insanın düşünce ve duygularından kolaylıkla etkilenirim.
18. Bana dostça yaklaşılması, o kişi ile yakın ilişki kurmamı kolaylaştırır.
19. Eğer bir insan ile geçmişte olumsuz bir yaşantım olmuş ise, o insan benim gözümde hep haksızdır.
20. Karşımdaki insanların beni inciteceklerinden korkarım.
21. Diğer insanların hedeflerini kabul etmektense, kendi hedeflerimi kendim belirlemeyi tercih ederim.
22. Sırlarımı paylaştığım insanların, sırlarımı tutacaklarına güvenirim.
23. İnsanların beni kullandıklarını düşünürüm.
24. Ailemden başka hiç kimseye güvenmem.
25. Kızdığım kişiyi kolaylıkla affedemem.
26. Hoşuma gitmese de diğerlerini memnun edecek şekilde davranırım.
27. Karşımdaki insanın bakış açısını anlamada zorluk çekmem.
28. Herkesin karşı çıkacağını bilsem de, fikirlerimi ortaya koymaktan çekinmem.
29. İnsanların beni önemsediklerini sanmam.
30. Diğer insanlardan beklediğim tepkileri alamazsam, cesaretim kırılır.
31. İnsanların iyi niyetli olmadıklarını düşünürüm.
32. Başkalarının benim hakkımdaki düşünceleri, kendimi değerlendirmemde son derece önemlidir.
33. Karşı taraftan sevgi alamazsam kendimi çaresiz hissederim.
34. Bir insanı önemseydiğimi, ona ifade edebilirim.

35. İhtiyacım olduğunda İnsanları yanımda bulacağımı biliyorum.
36. Başkalarının önerileri, nasihatleri olmadan kendi kendime hedefler koymada zorlanırım.
37. Konuşmalarım yapıcı ve olumludur.
38. İnsanların yalan söylediklerine inanırım.
39. Başkaları ile yakınlık kurmakta zorluk çekmem.
40. Önemseydiğim kişilerin beni onaylamaması, canımı acıtır.
41. Önemseydiğim kişilerin bana ne yapacağımı söylemesi, işimi kolaylaştırır.
42. Olumlu duygularımı, karşıdaki kişiyle paylaşabilirim.
43. Başkalarının benim gerçek düşüncelerimi bilmelerini istemem.
44. Diğer insanlarla yakın ilişki kurduğumda kendimi iyi hissederim.
45. Etrafımda benden daha güçlü ya da zeki insanlar olduğunda, kolaylıkla kendime güvenimi kaybederim
46. Duygularımı kontrol altında tutmak benim için oldukça zordur.
47. Tanımadığım insanlar arasında kendimi gergin hissederim
48. Karşıdaki kişinin ihtiyaçlarını, göz önüne alırım,
49. Karşıdakini olduğu gibi kabul etmede güçlük yaşarım.
50. Yeni bir ortamda bile, insanlara güvenmek gerektiğini düşünürüm
51. Bir iş yaparken, karşıdaki kişinin de duygularını hesaba katarım.
52. Problemleri durumlarda, başkalarını suçlama eğilimindeyim.
53. İnsanların sadece kendi çıkarları ile ilgilendiklerini düşünürüm

EK-5 YOUNG ŞEMA ÖLÇEĞİ (YŞÖ-KF3)

	Aşağıda, insanların kendilerini tanımlarken kullandıkları bazı ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olmadığınız sorularda neyin “doğru” olabileceğinden çok duygusal olarak ne hissettiğinize dayanarak cevap verin. Birkaç soru, anne babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri veya her ikisi şu anda yaşamıyorlarsa, bu soruları o veya onlar hayatta iken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırın. Lütfen her bir ifadeyi dikkatlice okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 6 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz.	Tamamıyla yanlış (1)	Büyük ölçüde yanlış (2)	Uyan tarafı biraz fazla (3)	Orta derecede doğru (4)	Çoğunlukla doğru (5)	Mükemmel şekilde doğru (6)
1	Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.	1	2	3	4	5	6
2	Beni terk edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.	1	2	3	4	5	6
3	İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
4	Uyumsuzum.	1	2	3	4	5	6
5	Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.	1	2	3	4	5	6
6	İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum.	1	2	3	4	5	6
7	Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6
8	Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.	1	2	3	4	5	6
9	Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaştlarım kadar, başaramadım.	1	2	3	4	5	6
10	Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
11	Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.	1	2	3	4	5	6
12	Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseydiğimi göstermek gibi).	1	2	3	4	5	6
13	Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.	1	2	3	4	5	6
14	Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.	1	2	3	4	5	6
15	Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.	1	2	3	4	5	6
16	Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.	1	2	3	4	5	6
17	Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissedirim.	1	2	3	4	5	6
18	Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.	1	2	3	4	5	6
19	Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.	1	2	3	4	5	6
20	Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.	1	2	3	4	5	6
21	İnsanlara karşı tedbiri elden bırakmam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissedirim.	1	2	3	4	5	6
22	Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.	1	2	3	4	5	6
23	Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.	1	2	3	4	5	6
24	İşleri halletmede son derece yetersizim.	1	2	3	4	5	6
25	Günlük işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.	1	2	3	4	5	6
26	Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
27	Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.	1	2	3	4	5	6
28	Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.	1	2	3	4	5	6
29	Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.	1	2	3	4	5	6
30	Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.	1	2	3	4	5	6
31	En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.	1	2	3	4	5	6
32	Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.	1	2	3	4	5	6
33	Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılmıyım ve vazgeçerim.	1	2	3	4	5	6
34	Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.	1	2	3	4	5	6
35	İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.	1	2	3	4	5	6

36	Eğer yanlış yaparsam, bunun özrü yoktur.	1	2	3	4	5	6
37	Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.	1	2	3	4	5	6
38	Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6
39	Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.	1	2	3	4	5	6
40	Bir yere ait değilim, yalnızım.	1	2	3	4	5	6
41	Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.	1	2	3	4	5	6
42	İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.	1	2	3	4	5	6
43	Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6
44	Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6
45	Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hissedebiliriz veya suçluluk duyarız.	1	2	3	4	5	6
46	İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.	1	2	3	4	5	6
47	Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.	1	2	3	4	5	6
48	İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.	1	2	3	4	5	6
49	Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.	1	2	3	4	5	6
50	İstediğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.	1	2	3	4	5	6
51	Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakârlık etmekte zorlanırım	1	2	3	4	5	6
52	Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissedirim.	1	2	3	4	5	6
53	Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider	1	2	3	4	5	6
54	Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.	1	2	3	4	5	6
55	Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarımı ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.	1	2	3	4	5	6
56	Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissedirim.	1	2	3	4	5	6
57	Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.	1	2	3	4	5	6
58	Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
59	Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6
60	İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.	1	2	3	4	5	6
61	Günlük işler için benim kararlarım güvenilemez.	1	2	3	4	5	6
62	Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6
63	Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.	1	2	3	4	5	6
64	Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.	1	2	3	4	5	6
65	Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.	1	2	3	4	5	6
66	Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.	1	2	3	4	5	6
67	Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.	1	2	3	4	5	6
68	Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
69	Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.	1	2	3	4	5	6
70	Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanmayı ve takdir görmeyi isterim.	1	2	3	4	5	6
71	Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.	1	2	3	4	5	6
72	Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.	1	2	3	4	5	6
73	Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.	1	2	3	4	5	6
74	İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.	1	2	3	4	5	6
75	Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.	1	2	3	4	5	6

76	Kendimi hep grupların dışında hissederim.	1	2	3	4	5	6
77	Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açmıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.	1	2	3	4	5	6
78	İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.	1	2	3	4	5	6
79	Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.	1	2	3	4	5	6
80	Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığım gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6
81	Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
82	Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.	1	2	3	4	5	6
83	Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.	1	2	3	4	5	6
84	Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.	1	2	3	4	5	6
85	Kendimi sorumluluktan kolayca sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.	1	2	3	4	5	6
86	Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
87	Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.	1	2	3	4	5	6
88	Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.	1	2	3	4	5	6
89	Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.	1	2	3	4	5	6
90	Ben cezalandırılmayı hak eden kötü bir insanım.	1	2	3	4	5	6

ÖZ GEÇMİŞ

Esra DALKILIÇ

EĞİTİM:

Lise: Güngören Anadolu İmam Hatip Lisesi, 2015, İstanbul

Lisans: İstanbul Ticaret Üniversitesi Psikoloji Bölümü, 2020, İstanbul

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı (Tez Aşaması)

NİTELİKLER:

EMDR 1. Düzey Eğitimi, Emre Konuk, DBE

Bütüncül Travma Eğitimi, Sinem Artemiz

Bütüncül Psikoterapi Eğitimi, A'N Psikoloji

Bütüncül Psikoterapi Süpervizyon

Dinamik Psikoterapi Süpervizyon, Sinem Artemiz

Kabul ve Kararlılık Terapisi Eğitimi, Uzm. Psk. Esra Oras

Kabul ve Kararlılık Terapisi Süpervizyon, Uzm. Psk. Esra Oras

Objektif Çocuk Testleri Uygulayıcı Eğitimi

Pedagojik Formasyon Eğitimi Öğretmenlik Sertifikası, İstanbul Üniversitesi