

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

EVLİ BİREYLERİN İLETİŞİM BECERİLERİ
EVLİLİK UYUM VE YAŞAM DOYUMLARININ
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Burcu SAĞIR

İstanbul
Haziran-2024

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

EVLİ BİREYLERİN İLETİŞİM BECERİLERİ
EVLİLİK UYUM VE YAŞAM DOYUMLARININ
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Burcu SAĞIR

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Latife KABAKLI ÇİMEN

İstanbul
Haziran-2024

TEZ ONAYI

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

Danışman Doç. Dr. Latife ÇİMEN KABAKLI

Üye Prof. Dr. Sefa BULUT

Üye Doç. Dr. Besra TAŞ

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Evli Bireylerin İletişim Becerileri, Evlilik Uyum ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Burcu SAĞIR

ÖN SÖZ

Bu çalışmada benden desteklerini esirgemeyen değerli tez danışmanım Doç. Dr. Latife KABAKLI ÇİMEN'e desteklerini esirgemeyen aileme araştırmamda kullandığım tüm kaynak sahiplerine ve araştırmama katılan 410 kişiye ayrıca teşekkürü bir borç bilirim.

Burcu SAĞIR

İstanbul-2024

ÖZET

EVLİ BİREYLERİN İLETİŞİM BECERİLERİ EVLİLİK UYUM VE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ

Burcu SAĞIR

Yüksek Lisans. Aile Danışmanlığı ve Eğitimi

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Latife KABAKLI ÇİMEN

Haziran 2024-123sayfa

Çalışmanın amacı evli bireylerin iletişim becerileri, evlilik uyum ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama kullanılmıştır. Çalışma grubu ise Bağcılar ve Bakırköy semtlerinde ikamet eden evli bireyler den oluşturmaktadır. Bu ilçelerin büyüklüğü ve ulaşımın zorluğu sebebiyle araştırma grubu 410 evli bireyle sınırlandırılmıştır. Verilerin toplanmasında “Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği” “Yaşam Doyumu Ölçeği” “Etkili İletişim Becerileri Ölçeği” kullanılmıştır. Veriler SPSS de analiz edilmiş. İlk olarak demografik veriler analiz edilmiş, yapı geçerliliği için açımlayıcı faktör analizi yapılmış. Sonrasında normallik testi ikili değerlendirmelerde dağılım normal olduğundan t testi, ikiden çok değişken gruplarının incelenmesinde tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Değişkenler arası ilişki gücüne bakmak için Pearson Korelasyon Analizi, değişkenlerin birbirine bağımlılığına bakmak için Regresyon Analizi uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda katılımcıların İletişim Becerileri Çift Uyumlarının ortalamadan yüksek düzeyde, Yaşam Doyumlarının orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların iletişim becerilerinin, cinsiyete, yaşa, eğitim düzeyine, çalışma durumuna, gelir düzeyine, evlenme yaşına, evlenme şekline, evlenme süresine, çocuk sayısına, oturduğu semt açısından incelendiğinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Katılımcıların evlilik uyumu; yaşa, çalışma durumuna, gelir düzeyine, evlenme yaşına, evlenme şekline, evlenme süresine, çocuk sayısına, oturduğu semt açısından incelendiğinde aralarında anlamlı farkın olduğu, eşlerinin eğitim durumlarının ise çift uyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Katılımcıların yaşam doyumu; yaşa, eğitim düzeyine, çalışma durumuna, gelir düzeyine, evlenme şekline, evlenme süresine, çocuk sayısına göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuş, cinsiyete, evlenme yaşına, oturduğu semt açısından

anlamli farklılık bulunamamıştır. Çift Uyumu ile İletişim Becerileri arasında ise negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yaşam Doyumu ile İletişim Becerileri anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yaşam doyumu çift uyumunu pozitif ve anlamlı olarak, iletişim becerisi ise negatif ve anlamlı şekilde yordamaktadır. Elde edilen veriler alan bilgisi ve başka araştırmalara göre tartışılmış ve bazı öneriler getirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Evlilik. Evlilik Uyumu. Yaşam Doyumu. İletişim Becerileri.



ABSTRACT

EXAMINATION OF THE MARITAL ADJUSTMENT LIFE SATISFACTION AND COMMUNICATION SKILLS OF MARRIED INDIVIDUALS

Burcu SAĞIR

Master's Degree. Family Counselling and Education

Thesis Advisor: Assoc. Prof. Dr. Latife KABAKLI ÇİMEN

June 2024- 123page

The aim of the study is to examine the relationship between communication skills, marital harmony and life satisfaction of married individuals. In this study, relational scanning, one of the quantitative research methods, was used. The study group consists of married individuals residing in Bağcılar and Bakırköy districts. Due to the size of these districts and the difficulty of transportation, the research group was limited to 410 married individuals. "Revised Dyadic Adjustment Scale", "Life Satisfaction Scale" and "Effective Communication Skills Scale" were used to collect data. The data were analyzed in SPSS. First, demographic data was analyzed, and exploratory factor analysis was performed for construct validity. Afterwards, the normality test was used to test the t test since the distribution was normal in binary evaluations, and one-way analysis of variance (ANOVA) was applied to examine more than two variable groups. Pearson Correlation Analysis was applied to look at the strength of the relationship between variables, and Regression Analysis was applied to look at the interdependence of variables. As a result of the research, it was determined that the participants' Communication Skills Dyadic Adjustment was at a higher than average level and their Life Satisfaction was at a medium level. A significant difference was found when the communication skills of the participants were examined in terms of gender, age, education level, employment status, income level, age at marriage, type of marriage, duration of marriage, number of children, and the neighborhood they live in. Marital adjustment of the participants; When the results were examined in terms of age, employment status, income level, age at marriage, type of marriage, duration of marriage, number of children, and neighborhood of residence, it was found that there was a significant difference between them, and that the educational status of their spouses did not have a significant effect on dyadic harmony. Life satisfaction of the participants; A statistically significant difference was found according to age, education level, employment status, income level, type of marriage, duration of marriage, number of children, but no significant difference was found in terms of gender, age at marriage, and the district of residence. It was determined that there was a negative and statistically significant relationship between Dyadic Adjustment and

Communication Skills. No significant relationship was found between Life Satisfaction and Communication Skills. Life satisfaction predicts dyadic adjustment positively and significantly, while communication skills predicts negatively and significantly. The data obtained were discussed according to field knowledge and other research and some suggestions were made.

Key Words: Marriage. Marital Adjustment. Life Satisfaction. Communicating



İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI.....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ.....	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iiv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xii
KISALTMALAR LİSTESİ	xiii
BİRİNCİ BÖLÜM	
GİRİŞ	1
1.1. Problem	2
1.2. Amaç	5
1.3. Araştırmanın Önemi	5
1.4. Varsayımlar	7
1.5. Sınırlılıklar.....	7
1.6. Tanımlar	7
İKİNCİ BÖLÜM	
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
2.1. Evlilik	9
2.1.1. Evlilik ile İlgili Tutumlar	10
2.1.1.1. Sistemsel Tutum	10
2.1.1.2. Bilişsel Tutum	10
2.1.1.3. Gelişimsel Tutum	11
2.1.1.4. Yaşantısal Aile Tutumları	11
2.1.2. Evlenme Şekilleri	11
2.2. İletişim.....	133
2.2.1. İletişimin Özellikleri	14
2.2.2. İletişimin Unsurları	15
2.2.2.1. Kaynak.....	15
2.2.2.2. Alıcı	16
2.2.2.3. Mesaj	16
2.2.2.4. Kod Açma.....	16
2.2.2.5. Gürültü.....	17
2.2.2.6. Geri Bildirim	17
2.2.3. Etkili İletişim Becerileri	17
2.2.3.1. Kendini Tanıma /Açma	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.

2.2.3.2.	Empati	Hata! Yer işareti tanımlanmamış. 8
2.2.3.3.	Ben Dili	199
2.2.4.	Etkin Dinleme	20
2.2.5.	Eşler arası İletişim.....	21
2.3.	Evli Bireylerin İletişim Becerileri ile İlgili Araştırmalar	22
2.4.	Evlilik Uyumu	24
2.4.1.	Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler	25
2.4.2.	Evlilik Uyumu ile İlgili Kuramlar.....	26
2.4.3.	Eşler Arası Uyum.....	288
2.4.4.	Evlilik Uyumuyla İlgili Yapılan Araştırmalar	30
2.5.	Yaşam Doyumu	31
2.5.1.	Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler.....	33
2.5.2.	Yaşam Doyumu Kuramları	34
2.5.2.1.	Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı.....	34
2.5.2.2.	Etkinlik Kuramı	35
2.5.2.3.	Ereksel (Telic veya Endpoint) Kuram	35
2.5.2.4.	Bağ Kuramı	36
2.5.3.	Yaşam Doyumuyla İlgili Araştırmalar	37

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ..... 40

3.1.	Araştırmanın Modeli	40
3.2.	Evren ve Çalışma Grubu	40
3.3.	Veri Toplama Araçları.....	42
3.3.1.	Bilgi Formu	43
3.3.2.	Yaşam Doyumu Ölçeği	43
3.3.3.	Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait Faktör Yapısı ve Yükleri.....	43
3.3.4.	Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği	44
3.3.5.	Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeğine Ait Faktör Yapısı ve Yükleri.....	45
3.3.6.	Etkili İletişim Becerileri Ölçeği	48
3.3.7.	Etkili İletişim Becerisine Ait Faktör Yapısı ve Yükleri.....	49
3.4.	Verilerin Toplanması.....	53
3.5.	Verilerin Çözümlemesi.....	53
3.6.	Verilerin Yorumlanması.....	54
3.6.1.	Yapı Geçerliliği/Açımlayıcı Faktör Analizi.....	54

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

4.1.	Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler	52
4.2.	Pearson Momentum Çarpımı Korelasyon Analizi	72
4.3.	Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi	73

BEŞİNCİ BÖLÜM

DEĞERLENDİRME TARTIŞMA ve SONUÇ.....75

5.1.	Genel Değerlendirme ve Tartışma.....	75
5.2.	Araştırmanın Anlattıkları	84
5.3.	Sonuç.....	85

KAYNAKÇA.....	86
EKLER.....	100
ÖZGEÇMİŞ.....	109



TABLolar LİSTESİ

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Tablo 3. 1: Kişisel Bilgiler I.....	40
Tablo 3.2: Araştırmanın Katılımcılarının Kişisel Özellikleri	41
Tablo 3.3: Yaşam Doyum Ölçeğine Ait Faktör Yapısı ve Yükleri.....	44
Tablo 3.4: Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği Faktör Yapısı ve Yükleri	46
Tablo 3.5: YÇUÖ'nin Faktöre Ait Maddelerinin Karşılaştırılması	488
Tablo 3.6: İletişim Becerileri Ölçeğine Ait Faktör Yapısı ve Yükleri.....	51
Tablo 3.7: EİBÖ'nün Faktörlerine Ait Maddelerinin Karşılaştırılması	53
Tablo 3.8: Ölçeklere Ait Normallik Test Sonuçları.....	55
Tablo 3.9: YÇUÖ. YDÖ. EİBÖ Ait Güvenilirlik Sonuçları.....	56

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Tablo 4.1: YDÖ EİBÖ YÇUÖ' ne dair Temel Betimleyici İstatistikler.....	588
Tablo 4.2: EİBÖ YDÖ YÇUÖ' lerinin Cinsiyet ve Semte Göre Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları	59
Tablo 4.3: Çift Uyumu Ölçeğinin Sosyo-demografik Özelliklere Göre ANOVA Testi Sonuçları	61
Tablo 4.4: Yaşam Doyumun Sosyo-demografik Verilere Göre ANOVA Sonuçları. 65	
Tablo 4.5: İletişim Becerisinin Sosyo-demografik Verilere Göre ANOVA Sonuçları	68
Tablo 4.6: Pearson Momentum Çarpımı Korelasyon Analizi.....	72
Tablo 4.7: İletişim Becerisi ve Yaşam Doyumunun Çift Uyumuna Üzerine Etkisi.....	73

ŞEKİLLER LİSTESİ

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Şekil 3.1: YÇUÖ'ye Ait Yamaç-Birikinti Grafiği 46

Şekil 3.2: İBÖ'ye Ait Yamaç Birikinti Grafiği 50



KISALTMALAR LİSTESİ

AFA	: Açımlayıcı faktör analizi
Akt	: Aktaran
İBÖ	: Etkili İletişim becerileri ölçeği
SPSS	: (Statistic Packets For Social Sciences) Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi
Tv	: Televizyon
TSSB	: Travma sonrası stres bozukluğu
VIF	: Variance Inflation Factor
Vb	: ve benzeri
YÇUÖ	: Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği
YDÖ	: Yaşam Doyum Ölçeği



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Diğer varlıklara göre, genel anlamda üstün özelliklerle donatılmış, kendine özgü doğuştan getirdiği özellikleri olan ve çeşitli ihtiyaçlara sahip, bilinçli bir şekilde çevresini şekillendiren bio-psikososyal bir varlıktır insan. Bu noktadan incelendiğinde insanlar içinde değişiklik olması ile, bütün insanlar tutumlarına ve kim olduğuna değinilmeksizin esas itibariyle biricik ve kıymetlidir (Akkoyun, 2011: 5).

Kişinin doğumundan ölümüne süren hayatının her döneminde ve anında mevcut bulunan iletişim, kompleks ve çok yönlü bir süreç özelliği göstermektedir. İnsan biyolojik bir varlık olmasının yanında aynı zamanda kültürel de bir varlıktır. Bireyin sağlıklı iletişim içinde bulunması edinilen tecrübelerin diğer kuşaklara nakledilmesi elzemdir (Güler, 1990: 479-487).

İletişim hususunda birçok tanım öne sürülmüştür. Bu tanımlara göz atmak gerekirse ilk olarak iletişim “...e görelilere” göre şekillendiği belirtilmiş (Erdoğan, 2002:13). Bıçakçı ise “karşılıklı olarak ortamlardaki objeler, olaylarla alakalı varyasyonları haber veren, bunlarla alakalı bilgilerini birbirlerine ileten, aynı vakalar, objeler, problemler karşısında benzer yaşam olaylarından oluşan, benzer duyguları hissedip bunları ifade eden bireylerin oluşturduğu topluluk ya da sosyal yaşam içinde gerçekleştirilen fikir, his, yargı, tutum bildirimleridir” diye tanımlamıştır (Bıçakçı, 2000: 22).

Her birey kendini anlamada, izah etmekte, karşısındakinin hislerini ve fikirlerini anlamlandırmada kısaca iletişim de aktif bulunmayı diler. İletişimde aktif olmanın koşulu halkın içinde var olmaktır. İster farklı bireylerle olabilmek, isterse daha evvel olan neslin oluşturduğu bilgilerden faydalanabilmek sebebiyle haberleşme gibi benzersiz özelliğe maliktir insan (Önder, 2003: 11). Bireyin halkın arasında uyum sağlayabilmesi var olabilmesi, kendisinde var olan iletişim niteliğini benzersiz ve etkili şekilde kullanmasına bağlıdır (Başaran, 1999: 17).

Evlilik, bireylerin bir yaşam sürdürmek için birleşerek hayatlarını paylaştığı, birlikte karar aldığı, belli ihtiyaçlarını karşıladığı evrensel bir kuruluştur (Emrahoğlu, 2021:1). Sungur'a (2021) göre evlilik; beraberliğin yalnızlığa zaferidir. Kişiler evlenerek birey olmanın en tartışmasız niteliklerinden olan bağ kurma gereksinimi, toplumsal ve hukuki olarak tasdiklenen, güvenli bir biçimde gidermektedirler. Sungur, 20 Evlilik birbirini etkileyen iletişimsel bir sistemdir. Çiftlerin mental, toplumsal, psikolojik ihtiyaçlarını birbirlerine iletebilmeleri için birbirleriyle iletişim halinde olmaları gerekir. Doğru iletişim uyumlu evlilik ile doğru orantılıdır. Çiftler arasında meydana gelen iletişimin niteliği, evliliklerinin de niteliğini oluşturmaktadır. Sözü geçen koşullarda iletişimin sağlıklı oluşması durumunda evlilik hasara uğrayabilmekte ve uyumlu evliliğin devam etmesi güçleşmektedir (Özgüven, 2000: 20-39).

Kubilay (2015) evlilik uyumunu; birlikteliğin huzurlu halde devam etmesi olarak ifade etmektedir, aynı zamanda evlilik uyumu çiftlerin zamanla ilişkiye göre değişmesi, günlük yaşamlarına uyum sağlamaları olarak açıklanmaktadır (Kubilay, 2015: 26).

Kişilerarası iletişim ve etkileşimler yakınlık ihtiyacını gidermekle birlikte, evlilik içinde oluşan problemler kişide negatif hallerin oluşmasına neden olabilmektedir (Fincham, Paleari, Regalia, 2002: 27-37).

Bireylerin hayatlarında mesut olmaları ve hayatlarının mana ifade edebilmesi sebebiyle gereken temel öğelerin başında yaşam doyumu gelmektedir. Ayrıca yaşam doyumu, insanlığın yüzyıllarca ilgisini çekmiş başlıklardandır (Diener, 1984: 550).

Yaşam doyumunun karar süresi, bireyin var olduğu şartları yerinde kriterlerle kıyaslamasına bağlıdır. Kişilerin ne kadar doyum sağladıkları ile alakalı öngörülerinin, mevcut durum ile kişinin kendi için belirlediği standartların değerlendirilmesine bağlı olduğuna dikkat çekilir (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985: 71).

1.1. Problem

Evlilik her kültüre göre değişiklik arz etse de evrensel bir müessesedir. Bu müessese toplumların vazgeçilmez bir ögesidir ve kişinin yaşamındaki en mühim olaylardandır. Toplum hayatının düzenini oluşturan evlenmeyle oluşan aile, halkın etik, geleneksel, sosyal sürekliliği açısından önemlidir (Çelik ve Yazgan İnanç, 2009: 247-269).

Evliliğe; kişinin kendi kişiliğini karşısındaki kişinin kişiliği ile birleştirme süreci, keyifli ve afiyetle olmasına en çok eşlik eden müessesedir ve şahsi ve toplumsal açıdan bütün değildir (Fowers. 1993: 124-136).

Evlilik değişik yaşam öyküleri olan iki bireyin bir noktada buluşup yeni bir yapılanma ile çiftlerin uyum içerisinde münasebet oluşturmalarının zorlayıcı olabildiği bireysel davranışlarından meydana gelen problemlerin ortaya çıkabileceği bir kurumdur. Birlikte olan iki bireyin çocukluk deneyimleri ile yalnızca iki bireyin yaşamından söz edilemez. Bu sebepten partnerlerin sağlıklı ilişki oluşturabilmeleri elzemdir (Ateş, 2019).

Evlilik, bireylerin kişisel dünyasında karşılıklı olan duygularını, kendi dünyalarından çıkararak aşklarını, toplumsal çevrede de göstererek yasal ortamda bütünleştirmektir (Waite, 2000).

Yaşam, kişinin dünyaya gelmesi ile başlayan dünyadan ayrılması ile son bulan zamana denir. Doyumsa bireyin yaşamda ulaşmak istediklerini elde etmesiyle duyumsadığı tatmin hissidir. Kişinin deneyimlemek istedikleri, ulaşmak istedikleri ve düşleri diyebiliriz. Yaşam doyumunu araştırıldığında kişinin tüm yaşamı göz önüne alınarak kişinin benliğine ekledikleri incelenerek deneyimlenen tatmindir diyebiliriz. Alan yazın incelendiğinde değişik durumların birleşerek yaşam doyumuna ulaşılabilir (Yılmaz ve ark., 2010).

Evlilikte yaşam doyum seviyesi yüksek olan eşlerin, iyi arkadaşlık kurdukları, fikir alışverişinde buldukları, boş vakitlerini paylaştıkları, çatışmalarda ılımlı tavır içinde oldukları, arzuyu önemsedikleri olumlu iletişim becerileri uyguladıkları bilinmektedir (Canel, 2007).

Kişilerin evlilik ile ilgili düşünceleri evlilik tatmini hakkında öznel analizlerinden oluşmaktadır. Evlilik tatmini üzerine yapılan öznel analizlerin yalnızca karşılıklı iletişim, cinsellik, etkileşimle gerçekleşebileceğine dikkat çekmiştir. Buna ek olarak cinsellik, evlilik tatmini, iletişim vb. etkenlerin subjektif yaşantısının değerlendirilmesi olduğu tespit edilmiştir (Bodenmann, 2000).

Evlilikler de iletişim problemleri, birlikteliğin doyumunu azaltan aynı zamanda şiddeti körükleyen etkenlerdir. Evlilik terapisi için müracaat eden eşlerle yapılan inceleme sonuçları iletişimde görülen problemlerin en çok karşılaşılan problem olduğunu belirtmektedir (Litzinger ve Gordon 2005, Miller ve ark. 2003: 395-401).

İletişim sorunlarının birçok sebebi olabileceği gibi çiftlerin iletişim tekniklerinin yeteri kadar olgunlaşmamış olması ilişkilerini negatif yönde etkileyen unsurlardandır. Savunmacılık, inatçılık, çatışmacı tavırlar iletişimi negatif etkilemektedir (Eskin, 2012).

Evlilik ilişkisinin niteliği ve davranışları sosyal bilimlerde ilgi çeken bir mevzu haline dönüşmüştür. Yurt dışındaki araştırmalara bakıldığında, evlilik uyumuyla ilgili değişkenlerin açıklamasının önemsendiği ve birçok değişkenin incelendiği görülmektedir. İncelenen unsurların arasında empati, iletişim, çatışmalar problem çözme yöntemlerini de içeren araştırmaların uygulandığı bilinmektedir (Addis ve Bernard. 2002; Ebeuwa-Okoh. 2008; Elliott. 1982; Gordon. Baucom, Epstein. Burnett ve Rankin. 1999; Heene. Buysse ve Oost. 2007; Koerner ve Fitzpatrick, 2002; Shollenberger. 2001; Stanley, Markman ve Whitton, 2002).

Türkiye’de 2000’ler den beri evlilik uyumu incelemelerinin artarak çoğaldığı görülmektedir (Akar, 2005; Erbek ve diğ. 2005; Malkoç, 2001; Özen, 2006; Sardoğan ve Karahan, 2005; Şener ve Terzioğlu, 2008; Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002; Uğurlu, 2003).

Çiftler üzerinde evlilik uyumu etkisi araştırılmış ve uyumun azalması ile ruhsal sağlığın azalması arasında korelasyon bulunmuştur (Kumar, Mori ve Patel, 1989; akt. Shek, 1999).

Evliliğe tesir eden birçok etken bulunmaktadır bu etkenlerin en mühimlerinden biri yaşam doyumudur. Araştırma sonuçları bireylerin psikolojik iyi oluş durumlarının onların yaşam doyumlarına tesir ettiğini vurgulamaktır. Aynı zamanda eğitim, sağlık, gelir, yaş gibi etkenlerin psikolojik iyi olma seviyesine etki ettiği ve psikolojik sağlık seviyesinin ise kişinin genel yaşam doyumunun yükselmesi ya da azalmasında önemli bir role sahip olduğu açıklanmaktadır (Lykken ve Tellegen, 1996).

Kişilerin evlilikte yaşam tatmini düşünceleri evliliğin dinamiğine tesir edebilir. Bu sebeple evliliğin dinamiği çiftler arasındaki ilişkinin sıhhatli ilerlemesi ve o ilişkideki bütün kişilerin mutluluğu elde etmesi ile belirlenmekte ve evliliğin birtakım ihtiyaçlardan oluştuğu zannedilmektedir (Brüchner, 2011).

1.2. Amaç

Çalışmanın asıl amacı evli çiftlerin iletişim becerileri, evlilik uyum ve yaşam doyumlarının incelenmesidir. Ayrıca araştırmamızda aşağıdaki alt amaçlara yanıt aranmıştır:

1. Evli bireylerde iletişim becerileri evlilik uyumu ve yaşam doyumunu düzeyleri nasıldır?
2. Evli bireylerin iletişim becerileri evlilik uyumu, ve yaşam doyumunu: cinsiyete, yaşa, eğitim düzeyine, çalışma durumuna, gelir düzeyine, evlenme yaşına, evlenme şekline, evlenme süresine, çocuk sayısına, oturduğu semt açısından değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmakta mıdır?
3. Evli bireylerde iletişim becerileri, evlilik uyumu ve yaşam doyumunu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
4. Evli bireylerde iletişim becerileri ile yaşam doyumunu evlilik uyumunu anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Ademoğlunun geçmişi kadar eskiye dayanan evlilik ailenin oluşmasının bir basamağı olup, tüm kültürlerde yaşamın en mühim unsuru ve toplumsal konusu olarak kabul görmüştür. Evlilik, zamanımıza kadar niteliğini korumuştur (Ondaş, (2007).

Başarılı evlilik gerçekleştiğinde evli çiftlerin yaşamlarına önemli katkılar sağlamaktadır. Evlilik, kişilerin hayatlarına anlam ve nüfuz sağlamasının yanında, araştırma sonuçlarına binaen kişilerin yaşam doyumunu, fiziksel mental iyi oluşuna olumlu etki sağlamaktadır. Güçlü evlilikler gerçekleştiğinde ve muhafaza edildiğinde, kişilere, aile mefhumuna ve topluma eksiksiz olarak yarar sağlamaktadır (Kahraman, 2011).

Öncelikle iletişimi incelediğimizde iletişimin maksadı kişilerin birbirleriyle olan etkileşimini oluşturmaktır. Etkin bir iletişim oluşması için, kaynağın

gönderdiği iletilerin hislerin ve fikirlerin kaynağın hedeflediği biçimde alınıp gönderenin talep ve arzularını kapsayacak şekilde tavır ve hareketler sergilemesidir. Buna ek olarak sıhhatli iletişim oluşturabilmek, alıcı ve kaynağın çevre şartları ve kişilik oluşumları tamamıyla incelenmelidir. İletişime karşı bu yönelim sözsüz ve sözlü iletileri bulunduran tüm tavır ve hareketler içerisinde, tamamlayıcı ve kapsayıcı değerlendirme ile sağlanabilmektedir (Köknel,1997).

İletişim bireylerin sohbet etmesi, pozitif ilişkiler oluşturması, kendisine iletilenleri anlamlandırabilmesi, dönüt verebilmesi vb. tanımlamalarla beraber asıl olarak daha çoğunu kapsamaktadır. Bireyle başlayıp bireyle devam eden iletişim, içeriği birey olduğu sürece varlığını devam ettirerek yaşamımızda bulunmaktadır. İnsanoğlunun varlığından itibaren çeşitli doğa ve çevre şartlarından dolayı kişiler anlaşmayı gerekli görmüşlerdir. Bundan sebep bireyler iletişim kurmak zorunda kalmıştır (Güngör, 2011: 36).

Evlilikte huzuru anlatan evlilik uyumu, bireyin partneriyle mesut bir biçimde yaşam sürdürme halini ızdırıp ve hüsranın azalması ile nitelendirilmektedir (Herawati, 2016:1).

Evlilikte uyum, ayrı kişiliklere ve yaşantılara sahip çiftlerin hayat şartlarına uymaları, karşılıklarına çıkan problemleri sulh içinde çözümlenmeleri, iletişimi kesmemeleri ve mutlu bir şekilde aynı maksada yürürken birlik olmaları biçiminde tarif edilmektedir (Spanier, 1976:17).

Eşlerin cinsel ve fikirselsel yakınlık, eş tutum ve çift taraflı anlayışı beraberinde evlilik uyumunu sağlamaktadır (Russel, 1983:82).

Bireyin hayatından memnuniyet duyup duymaması ile ilgili değerlendirmesi yaşam doyumunu ifade etmektedir (Heller et al...2006).

Birçok değişken yaşam doyumuna tesir edebilmektedir. Evlilik hayatı negatif ilerleyen eşler olumsuz duygular deneyimleyebilmektedir. Bu sebeple evlilikten kazanılan tatmin, çift uyumu ve evliliğin niteliği mesut olma durumunu tayin etmektedir (Yıldız ve Baytemir, 2016).

Araştırma daha önce incelenmeyen üç değişken arasındaki ilişkiyi araştırarak evlilik kurumunda katkı sağlamayı planlamamaktadır. Evlilik kurumu toplumun temel taşlarından. Evli bireyler arasındaki iletişim aile mefhumu

için önem arz etmektedir. Evlilik uyumu daha önce araştırılmıştır ancak iletişim becerileri ve yaşam doyumu arasındaki bağlantı incelenmemiştir. Araştırma literatüre bu üç önemli konuyu inceleyerek katkı sağlamayı hedeflemektedir.

1.4. Varsayımlar

1. Çalışmaya katılan bireylerin veri toplama araçlarına nesnel yanıt verdikleri varsayılmıştır.
2. Çalışmada yer alan çalışma grubu evren için uygundur.

1.5. Sınırlılıklar

Araştırma İstanbul ili Avrupa Yakasındaki Bakırköy, Bağcılar semtlerinde oturan evli bireylerle sınırlandırılmıştır.

1.6. Tanımlar

İletişim: Türkçede iletişim ve beraberinde kullanılan anlamdaş kelimelerin hepsi kültürün, bireyin, objenin, bilginin, bir mekândan başka bir mekâna taşınması manasına gelmektedir (Köknel, 1997: 414).

İletişim Becerileri: Türlü iletişim çeşitlerinde defalarca tekrar edilerek meydana gelen iletişim fiilleri sonucu, iletişimde girdi çıktı rollerini oynayanların kazandığı yetenekler ya da geliştirerek çıkarıma dönüştürdükleri beceriler olarak anlamdılar (Açıkgöz, 2005: 81).

Evlilik: Evlilik, bir ilişkiler dinamiği, kök salmış bir yol, iki cinsi “karı-koca” sıfatıyla birbirlerine kenetleyen, meydana gelen çocuklara bir konum sağlayan, toplumsal açıdan “devletin” idare, hak ve yetkisi mevcut olan birliktelik şeklidir (Özgüven, 2001: 60)

Evlilik uyumu: Kişinin evlilik birlikteliğindeki ihtiyaçlarını giderme derecesiyle alakalı algısıdır. Mevcut evlilikte karşılanan genel doyumu anlattığı gibi evlilikteki cinsel ilişkiden, arkadaşlıktan elde edilen doyum gibi daha hususi durumları da anlatmaktadır (Spanier, Lewis, 1980: 42)

Yaşam doyumu: Kişinin hayatıyla ilgili pozitif analizlerinin negatif analizlerle kıyaslandığında daha yüksek gözükmesi yaşam niteliğinin de yüksek olduğunu belirtmektedir (Myers ve Diener, 1995:7).

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Evlilik

Sosyal olgu, kuruluş olan evlilik genel manada, ergin erkek ile ergin kadın arasında sosyal olarak tanınmış ve bazen de hukuki olarak onay almış birlikteliktir (Jary e Jary 1995: 387).

Canel, (2012: 21) evliliğin maksadı bireyin sevme sevilme, sosyal bir statü edinme ve evrene yeni nesiller getirme, yarınlara güvenle bakabilme, birbirine destek olma, güven duyma aynı zamanda cinsel hayatın sıhhatli düzenli bir şekilde devam etmesiyle biyolojik, psikolojik, sosyal gereksinimlerin giderilmesidir.

Evlilik kadın ve erkeği buluşturan bir kurum olarak bakıldığında niteliği açısından beşer tarihi kadar eskidir. Tarihsel açıdan incelendiğinde dön bin yıllık bir geçmişe sahip olan evlilik; diğer sosyal olgular gibi zamanla değişime uğrayan, değişik şekiller alabilen, iki cinsin beraberliği ile meydana gelen eski bir müessesedir. Dünden bugüne incelendiğinde evlilik; medeni olarak sözleşme özelliği ve dini niteliği uzun zaman münakaşa konusu oluşturmuş, bazı kültürlerde nikah yalnızca dini olarak uygulanırken bazı toplumlarda resmi nikah kabul edilmiştir (Akpınar ve Kırılıoğlu, 2020: 23).

Tutarel-Kışlak'a göre modern anlamda evlilik; eş kararında, birliktelikte hür olmak ve cinsel hayatta denklik ve yakın ilişki kurmak vb. niteliklerle betimlenebilir (Tutarel-Kışlak 1999: 7).

Evlilik en çok sosyal yönü ile dikkat çekmektedir, bireyi anlamlı kılan olguların başında diğer bireylerle bütünleşmesi gelmektedir, bunu gerçekleştirmenin de en sağlam, en evrensel hali, tek sosyal kabulü olan müessesedir evlilik (Sakarya, 2018: 10).

Farklı cemiyetler de iki farklı türün hayatta kalabilmek için birleşerek ortak bir akit üzerine inşa ettikleri kurum olan evlilik, yalnızca kadın ve bir erkeğin hayatlarını bölüşmek için gerçekleştirdikleri ikili bir sözleşme gibi gözükse de asıl olarak resmîyet, ahlak ilkeleri, dini vecizleri ve cemiyet tarafından belirlenerek denetim altında tutulmaktadır (Ekşi, Kahraman 2012: 131).

Evlilik, aslında sosyal olarak kabul gören erkek ve kadın arasında gerçekleşen bir yaşayış tarzını anlatmaktadır. İlişkinin sosyal açıdan kabul görmesi ve belli sınırlar içinde var olması da evliliğin sosyal ve toplumsal bir olgu olarak araştırılmasını sağlamaktadır (Aktaş, 2009: 34).

Evlilik vasıtasıyla iki birey arasındaki ilişkinin sosyal olarak onaylanması ve beraberinde bu ilişkinin onlara hem sosyal hem de kişisel haklar sağlaması, evlilik birlikteliğinin sosyal bilim bakış açısından bakıldığında diğer önemli niteliklerindedir. Aynı zamanda evliliğin her evresinde evvelce toplum tarafından tayin edilmiş olan söz, nişan, törenleri gibi ritüeller ve çoğalan akrabalık münasebetleriyle, sosyal normların düzenleyiciliği bilinmekte olduğundan evlilik yalnızca kişisel bir süreç, bir biyolojik üreme ve cinsel beraberlik olarak görülmemektedir (Beşpınar, 2014: 234-276).

2.1.1. Evlilik ile İlgili Tutumlar

2.1.1.1. Sistemsel Tutum

Bu yaklaşım açısından incelendiğinde aile örtük bir birim olarak kabul edilmektedir. Tersine aile içinde varlığını sürdüren değişik birimlerden oluşan, (ailedeki kişiler, çevresinde bulunan bulunan aile yakınları, birlikte çalıştığı kişiler, arkadaşlar vs.) ve bölümlerle iletişim kuran dışarıda oluşan (yaşanılan toplum, ekonomik buhran gibi) tesir etmektedir ve bu tesir ilişkinin evlilikteki uyumun seviyesini de etkilemektedir (Çelik, 2006).

Ruhsal rahatsızlıklar, çocuklarda sorunlar, evlilik içindeki ihtilaflar ve evlilik teki doyumsuzluk gibi hallerle evlilik sistemi içerisindeki olumsuzlukların ilişkili olduğuna vurgu yapmaktadır. Bu nedenle eşlerin birbirine nasıl baktığı, evlilik uyumunu öngörmede faydalanılacak en mühim meseledir (Framo, 1992).

2.1.1.2. Bilişsel Tutum

Yaklaşımın ana teması çiftler arasındaki duygusal problemlerin ve tatminsizliğin sebebinin vakaların nasıl gerçekleştiği değil, kişilerin vakaları mantıksız inançlar çerçevesinde anlayış şekilleri olduğunu bildirmektedir (Yeşiltepe, 2011: 19).

Yaklaşımın amacı, çiftlerin mantık dışı görüşlerini fark etmelerini sağlamak ve bu görüşlerin nasıl değişeceğini öğretmek, kişilerin bu inançlarla başa çıkabilmelerine yardım edebilmek ve problem yaşamadan aileleriyle nasıl alakadar olacaklarını onlara aktarmaktır (Dattilio, Bevilacqua, 2000).

2.1.1.3. Gelişimsel Tutum

Veriler incelendiğinde birden parametrenin evlilik doyumuna etki ettiği söylenebilir. Bu parametreler arasında çiftlerin sorumlulukları dikkat çekmektedir. Bu sorumluluklar karşılıklı sevgi ve merhamet duygularını birbirine aktarabilmek, çiftler arasındaki iletişimi ilerletebilmek, ev içi konforu sağlamak, maddi ihtiyaçların giderilmesi için düzenli bir iş edinmek, beraber karar alabilme becerisi geliştirmek, birbirini desteklemek olarak sıralanabilir (Gerson, 1995).

2.1.1.4. Yaşantısal Aile Tutumu

Yaşantısal aile yaklaşımına göre evlilik ailenin ilk adımıdır. Çiftler ve aile bireyleri arasında sözel ve sözel olamayan iletişimin yaşama aktarılması önemlidir. Bu yaklaşımın amacı aile üyelerinin kendi benlikleriyle alakalı bilinçlendirmektir. Yaşantısal aile yaklaşımı bireyin yetilerini önemser. Aile de bulunan kusur kişinin yeteneklerinin farkında olmamasından meydana gelmektedir. Bundan dolayı oluşan sorunları çözmek için çiftlerin yetilerini fark etmeleri ve hayata geçirebilmeleri sağlıklı aile için önemlidir (Goldenberg ve Goldenberg. 1996. akt. Yeşiltepe. 2011: 20).

2.1.2. Evlenme Şekilleri

Evlilikle birlikte oluşan bireylerarası ilişkilerde iletişimin esası eşler arasındaki ilişkidir. Kuşkusuz evlilik, tek yönlü değil çift taraflı bir iletişim ve etkileşim mekanizmasıdır. Çiftlerin temel gereksinimlerini karşılayan bir durum olan evlilik ilişkisinde, eşlerin aralarındaki etkileşimi oldukça önemlidir. Çünkü gereksinimlerin sağlıklı bir biçimde söylenmesi ve partnere ifade edilmesi elzemdir (Ersanlı ve Kalkan. 2008; Yılmazçoban. 2008).

Evlilikle alakalı sınıflandırma uygulanırken değişik ölçütlerin uygulandığı görülmektedir. Birtakım araştırmalar evlilikleri kategorilere ayırırken evlilik tipleri olarak alsalar da geneli evlilik biçimleriyle alakalı yapılmış araştırmalardır. Kategorilere ayrılırken evlilik biçimi, hane halkı mevcudu, ikametgâh adresi, maddi durum, kültür, kişilerin sosyal ilişkiler açısından bağımlı ya da bağımsız olması olarak açıklanabilir. Bu sınıflamalar açıldığında otuz üç tür evlenme şekli saptanmıştır.

Bunlar, kız kaçırma, görücü usulü, oturak alma evliliği, taygeldi evlilik, başlık parası ile evlenme, beşik kertme evliliği, kuma getirme, başörtüsü kaçırma ile berder (bedel), para karşılığı, içgüveyi, metres edinme, kepir (yaban değişimi), yetim evliliği, çok eşli evlilik, ölen kardeşin karısıyla evlenme, dul evliliği, oldu bitti evliliği, baldızla evlilik, yakın akraba evliliği, muta evliliği, farklı mezhep evliliği, kan parası karşılığı, yabancı ile evlilik, televizyon evliliği, hileli evlilik, oç alma karşılığı evlenme, tercihli evlilik, dış güvey evliliği, tanışıp anlaşarak, ilan yoluyla eş bulma (Gürel, 1996; Sezen, 2005).

Türkiye’de yapılan araştırmalarda en çok rastlanan evlilik çeşitlerinin geleneksel, görücü usulü, flört (anlaşarak) ederek evlilik, modern evlilik olduğunu bildirmektedir (Geçtan, 2016; İmamoglu, 1992; Özgüven, 2014).

Evlilik çeşitleri kategorize edilirken evlenecek olan kişiler ya da aileler üzerinde toplumsal cinsiyet görevleri ve modern-geleneksel değerlerin etkisi baz alınmıştır. Görücü usulü evlilik; iki çeşit olarak incelenmektedir. Görücü usulü zor kullanarak; bu tür evlilik töre kültürünün sürdüğü bölgelerde sıklıkla rastlanılan evlilik çeşididir. Bu türde evlilik erkeğin ailesi ve çocukları tarafından evleneceği kişinin tespit edilmesiyle başlatılmaktadır. Zorla kavramı ile anlatılmak istenen evlenecek kişilerin birinin ya da her ikisinin kadın veyahut erkek rızası olmadan izdivacı kabul etmesidir. Görücü usulü razı olarak evlenme, kültürel değerlerin ağırlıkta olduğu fakat modern değerlerin de belirli seviye etkili olduğu alanlarda karşımıza çıkmaktadır. Bu tip evliliklerde eş adaylarını aileleri tespit eder, fakat evlenecek olan kişilerin de rızası vardır (Gül, 2016).

Modern evlilik çeşidinde eşler arasında arkadaşlık ve beraber karar verme öne çıkmaktadır. Bu nedenle çatışma olasılığı yüksektir. Fakat eşler arasında uyumun yüksek olduğu görülmektedir. Erkek ve kadının dünyası, ilişkileri hemen hemen aynıdır. Birbirlerinin mesuliyetlerine dahil olabilirler. Duygularını dile getirme ve düşüncelerini aktarma hakkına malik olmaları belirgindir (Geçtan, 2018).

Flört ederek evlenme; çağdaş değerlerin kültürel değerlere nazaran daha etkin görüldüğü bölgelerde etkindir. Evlenecek olan kişilerin ailelerden bağımsız bir sosyal ortamda tanışmaları, birlikteliği başlatmaları ve akabinde evlenmeye karar vermelerine bağlı bir evlilik biçimidir (Gül, 2016).

Geleneksel evlilik şeklinde, çiftler arasında görevler çok iyi tanımlanmıştır. Erkek, hanenin geçimini üstlenirken, dış dünya ile alakalı sorumluluklar ona aittir. Bu evlilik şeklinde kararları alan erkek olarak gözükmese de kadının kararda etkinliği ilgi çekicidir. Kadın annelik görevini ve ev içi sorumluluğu üstlenmiştir. Kadın ilişkilerini hemcinsleriyle devam ettirirken, erkek de ilişkilerini erkekler dünyasında sürdürür. Çocuk yetiştirme sorumluluğu kadının vazifesi olarak kabul edilmekte ve erkek-kadın kendi sorumluluk alanlarına karışmamaktadırlar (Geçtan, 2018).

İmamoğlu (1993) araştırmasında evlilik şekillerine bağlı olarak anlaşarak ve görücü usulü evlilikleri karşılaştırmış. Anlaşarak evliliklerde çağdaşıktan bahsederken, görücü usulü evliliklerde sıklıkla geleneksel değerlerden söz etmektedir. Araştırma sonuçları anlaşmalı evliliklerde eşler arasındaki arkadaşlığın, dostluğun, birlikte zaman geçirmenin güvenin ve paylaşımın yüksek olduğunu; çiftlerin karşılıklı olarak daha anlayışlı olduklarını göstermektedir. Görücü usulü izdivaçlarda ise eşlerin partnerlerinin arkadaşlarını pek tanımadıklarını, ikisinin de kendi alemlerinde kendi hemcinsleriyle paylaşım içerisinde oldukları ve karşılıklı olarak iletişim kurmakta zorlandıklarını ortaya koymuştur.

2.2. İletişim

İnsan toplumsal bir varlık olarak etrafındakilerle bilinçli, bilinçsiz düzenli, düzensiz iletişim süreci içine girmektedir. Modern insan için elzem bir öge olan iletişim, beraberinde hayata anlam katan önemli bir olgudur. Kişiler etraflarında olup biten olaylardan, birbirlerinin etkinliklerinden iletişim kurarak haberdar olurlar. İnsanoğlunun varlığından itibaren haberleşme ve iletişim devam eden bir süreçtir. Kişiler kendilerini ispat etmek, denetim sağlamak için iletişim yöntemlerini kullanırlar. Bu sayede birçok konuda doyum sağlarlar (Yanık, 2010: 6).

İletişim yaşamın olmazsa olmazlarından biridir. Öyle ki sözel iletişim bizi diğer yaratılanlardan ayıran en büyük özelliktir. İletişim hislerin, fikirlerin veya malumatların yapılabilecek her türlü şekilde karşı tarafa iletilmesidir (Baltaş, 2007:19). Düşüncelerin, bilgilerin hislerin, yeteneklerin semboller yardımıyla aktarılmasıdır. İletişim için bir amaca ulaşma gayesidir de denilebilir.

Tutar (2002:6) iletişim için semboller vasıtasıyla, bireyden ve yahut topluluktan muhatap alınan kişi ya da topluluklara bilginin, fikrin ya da duygunun anlatılmasıdır demiştir. İletişimin kişisel açıdan ihtiyaçları giderme, hedeflere varma, farklılık sağlama, şartları değiştirme, kişinin benliğini analiz etmesi, tatmin oluşturmaya ilişkin oyun fonksiyonları vardır (Çalapkulu, 2015: 19).

Kağıtçıbaşı iletişimin amacına yönelik; iletilen kişide yeni bir tutum oluşturmak, var olan davranışın seviyesini arttırmak ya da alıcının davranışı değiştirmeyi hedefler (Kağıtçıbaşı,1999:180) demiştir.

İletişimin belirli talebi meydana getirmeye bağlı bir süreç olduğu kabul edilmektedir. Gerek kitle iletişimi gerekse kişilerarası iletişim fark etmeksizin amaca tabidir. Maksat karşı tarafı etkilemek, onu bir amaca çekmek ya da kendi isteklerini gerçekleştirmek olabilir (Gökçe, 2001: 35).

2.2.1. İletişimin Özellikleri

Bu bölümde iletişim terapisi kuramı incelenecektir. Kuram insanların uydukları iletişim kurallarını tespit etmeyi amaçlamış ve başarılı iletişimi bu kurallara uyulmasına başarısız iletişimi ise bu şartlara uyulmamasından kaynaklandığını söylemiştir (Yanık, 2010:9-10).

Bu kurallar şunlardır.

- İletişim kurmamak mümkün değildir.
- İletişimde mesajlar sözlü ya da sözsüz olarak iki türdedir.
- İletişim iki yönlüdür bir ilişki bir içerik yönü vardır.
- İletişimde bulunan bireyler eşit ya da eşit olmayan konumda olabilir.
- İletişim ilişkilerini belirleyen iletişimin yapısı ve yapılandırma şeklidir (Gökçe, 2006: 20).

Bu özelliklerden ilkini incelemek gerekirse, insanların iletişimsiz yaşamayacağını iletişimle kapsanmış olduğunu aktarmaktadır. İnsanlar hayatları boyunca mesajlar üretirler. Şuurlu ya da şuursuz üretilen mesajlar, toplumsal ilişki ağlarını düzenler. Çevresindekilerle iletişim kurmak istemeyen birey bile bunu iletmek için sözlü ya da sözsüz mesaj gönderir (Yanık, 2010: 10).

İkinci kural iletişimde mesajlar sözlü ya da sözsüz olarak iki türdür. İletişimde sözlü mesajları konuşarak iletiriz ancak bir de beden dili ve onunla verilen mesajlar vardır ki çoğu zaman beden dili sözlü mesajın önüne geçmektedir. Örneğin: Bir kişiyle iletişim kurarken onunla hiç göz teması kurmadan elimizde telefon, tablet varken ya da televizyona bakarak cevap verirken karşı taraf bizim onu başımızdan savmak istediğimizi düşünecektir. Söylediklerimizin onu onaylayan cümleler olması bu durumu değiştirmez. Üçüncü maddede ilişki ve içerik boyutu ele alınmıştır. Buna göre; kişiler iletişim kurarken kullandıkları kelimeler, sergiledikleri tavırlar, mimik ve jestler sadece mesajın içeriğini anlatmaz aynı zamanda kişilerin kendi aralarındaki ilişkilerinin şekli biçimi sınırları hakkında bilgi verir (Yanık, 2010: 10).

Dördüncü madde iletişimde konum faktörünü ele almıştır. İletişim kurarken otorite figürleri ile karşılaşırız ve bu otorite figürleri iş sahibi, müdür, aile büyüğü herhangi bir konuda yetkili olabilir) ile iletişim kurarken onların statü beklentilerine uygun iletişim yolları ve cümleleri kullanırız. Ya da biz müdür, iş sahibi aile büyüğü olabiliriz o zamanda karşımızdakinden konumumuza uygun davranmasını bekleriz. Son maddeyi, iletişim de aktif tarafların algılama şekli, iletişim hareketini, davranış aşamalarına bölümlendirme sırasına dönüştürmektir (Gökçe,1998: 33).

2.2.2. İletişimin Unsurları

Bu bölümde iletişimin unsurları ele alınacaktır. Bunlar kaynak, kodlama, mesaj, kod açma, kodlama, alıcı, gürültü, geribildirimdir.

2.2.2.1. Kaynak

İletişimi başlatan kaynak gönderici olarak tanımlanabilir, ne içerikli bir ileti göndereceğine, bu iletinin içeriğine hangi yöntemle gönderileceğini kaynak seçer (O’Hair ve Diğerleri, 2005: 6).

Kaynak iletişimdeki ilk unsurdur. Dolayısıyla nasıl ne şekilde iletildiği alınan dönütü etkileyeceğinden önemlidir. Kaynaktan gönderilen mesajlar ve içerik karşı tarafa nasıl yanıt verilmesi konusunda ipuçları da verir. İletişim yapı itibarıyla, kişi ya da kişilerin fikirlerini, hislerini. Bilgi ya da ihtiyaçlarını iletmeyi arzu eden bir kaynak gerektirir. Her iletişim sürecinde bir kaynak mevcuttur (Uztuğ, 2009:197-218).

2.2.2.2.Kodlama

Kaynaktan gönderilen mesajların anlaşılır hale gelmesi için kullanılan sembol ya da kavramlar denilebilir.

Bir fikrin, duygunun iletişim için oluşturulması bir mesaj haline getirilmesidir (Demiray, 2006: 14). İletin gönderilmesi için çeşitli semboller kullanılır ve kodlanır.

İnsanlar için anlam ifade eden bir şekilde uygulanan simgeler grubuna kod denir (Uztuğ, 2009: 197-218).

2.2.2.3. Alıcı

Kaynaktan kodlanıp gelen iletinin sahibi ya da muhatap alınan kişi diyebiliriz.

Gelen mesajı algılayan ve anladığını göstermek için ortak paylaşım sağlamaya uğraşan kimsedir (Gökçe, 2006: 28).

Alıcı gelen iletiyi kendi algılarına ve birazda çıkarlarına göre yorumlar. Pasif konumdayken aldığı iletiyle aktif konuma geçmiş olur. Alıcının başarılı olması gelen mesajı nötr değerlendirmesine bağlıdır, ikili diyaloglarda ise iyi bir dinleyici olması gerekmektedir (Sabuncuoğlu, Tüz, 1996: 26).

2.2.2.4. Mesaj

Kişinin duygu ya da düşüncelerini kaynaktan yani gönderenden gönderilene iletilen semboller ya da sözcükler bütününe denir.

Kaynaktan alıcıya iletilen bir fikir,bir his, bir bilginin yazan tarafından kodlanmış halidir (Demiray, 2006: 12).

Mesajı: iletişimde hedef ve kaynak arasında bağlantı sağlayan ve iletişimin başarısını etkileyen iletidir (Gökçe, 2006: 28).

2.2.2.5. Kod Açma

Gelen mesajların alıcı tarafından işlenerek okunarak ya da düşünerek yorumlanmasıdır.

Gelen bir uyarının ya da mesajın yorumlanarak anlamlı bir şekle dönüştürülmesidir (Demiray, 2006: 15).

İletilerin kodlanması sonucunda ortaya çıkan bilgilerin, düşüncelerin, hislerin başka bir deyişle alınan iletinin taşıdığı manaların, hedef tarafından anlaşılaraq yorumlanmasına kodların çözülmesi denmektedir (Gürgen, 2003: 32).

2.2.2.6. Gürültü

İletişimin aksamasına sebep olan dikkati dağıtan unsurlardır.

İletişimde iletilen ileti esnasında oluşan farklılığa sebebiyet veren olan iletişimsel simgelere ya da bu simgelerin sembolleştirme hatasıdır (Demiray, 2006: 22).

Gönderilen mesajlarda hedef, kaynak tarafından fark edilmeyen etkileşimin bozulmasına sebep olan öğeleri ifade eder (Gökçe, 2006: 36).

2.2.2.7. Geri Bildirim

Alıcıya ulaşan mesajların cevaplandırılarak kaynağa iletilip iletişim devam etmesini sağlayan faktör denebilir.

Hedefin anlamlandırdığı ve yorumladığı mesajlara, sözsüz veya sözel olarak tepki vermeyi içerir. Kişiler arası iletişimde kaç çatma, baş sallama, çevirme, susma, el,kol işaretleri gibi sözsüz mesajlar geri bildirim içerisinde yer alır (Gökçe, 2006: 35).

2.2.3. Etkili İletişim Becerileri

Genel manada beceri bir fiili başarmak ve bu fiili tekrar ederek başarıyı yeteneğe, otomatik eyleme çevirmek olarak tarif edilebilir. İletişim becerisi ise farklı iletişim çeşitlerinde birden çok tekrar edilerek ortaya konan iletişim fiilleri sonucunda, iletişimde hedef ve kaynak konumundakilerin kazandığı yetenekler veya ilerletip kazanıma çevirdiği yeteneklerdir (Açıkgöz, 2005: 81).

Her kişi çocukluk çağından itibaren iletişim yeteneklerini doğal bir ortamda ilerletmeye uğraşır. Çünkü iletişim hayatın devam edebilmesi için gereklidir, iletişim kurmak temel bir gereksinimdir. Sağlıklı, etkili iletişim için, kişinin karşısındakini doğru algılayarak, idrak ettiğini karşı tarafa iletmesi, anlaşıldığını ve anladığını hissetmesiyle oluşabilmektedir. İletişim rastgele bir zaman ve mekânda kişilerarasında, bireyin kendi içinde sözsüz veya sözlü olarak meydana gelmektedir. Bu istikamette iletişim becerilerinin sağlıklı ve etkin bir iletişim süreci ve sonrasında da yaşam doyumu için gereklidir (Açıkgöz, 2005: 81).

Bundan sonraki bölümde etkili iletişim becerilerinin alt başlıkları ele alınacaktır.

2.2.3.1. Kendini Tanıma/Açma

İletişimde kişinin belirlediği sınırlar dahilinde kendinden söz etmesi açıklaması ya da anlatmasına kendini açma diyebiliriz. Kendini tanıma ise bize sınırlarımızı öğretir kime ne kadar kendimizi açmalı ya da açmamalıyız bunu kendimizi tanıyarak gerçekleştirebiliriz. Kendini tanıyan kişinin, gerçek fikir ve hislerinin ayırında olması beklenmektedir. Daha açık şekliyle, kişi, karşısındaki kişiyi başarısı sebebiyle tebrik edecekse kişinin elini sıkarken aslında kışkırtıldığını fark etmesi gerekmektedir. Kendini tanımayan kişi ise gerçek hislerinin ayırında olmaz. Kişinin elini sıkarken yüzüne gülerken, kişinin daraldığının ayırında belki varabilir. Fakat bu duygunun sebebinin farkında olmaz. Böyle durumlarda benliğini tanımayan kişiler huzursuz olurlar, akılları karışır. Genel anlamda yakın çevresi başta olmak üzere etrafına saldırganca tavırlar sunma yöneliminde oldukları söylenebilir. Kendini tanımayan kişi hayatını yönetmede zorluk çekebilir ve etrafındaki bireylerden ne şekilde etkilendiğini ve kendisinden etrafının nasıl etkilendiğini anlamakta zorluk çekebilir (Cüceloğlu, 2012: 95).

Bireyin kendini tanıması benliğini diğer kişilere ne kadar açabildiğini önemli derecede etkilemektedir. Bu bağlamda benliğini açma ve tanıma güçlü bir ilişki içerisinde. Kendini bilen kişi, kendisiyle ilgili; şahsi bilgilerini, fikirlerini ve hislerini diğer insanlara iletirken kendini açmaktadır. Bu durum bireyin fizyolojik, psikolojik sağlığını devam ettirmesi için son derece elzemdir. Birey öznel, yani kendine ait olan hayatını kendisi izin verdiği kadar diğer insanlarla paylaşır. Bireyin psikolojik sağlığının bekası ve kişisel ilişkilerin ilerletilmesi için yeteri kadar kendini açma davranışının devam etmesi gerekmektedir (Jourard, 1971; akt. Üstündağ, 2006: 47).

2.2.3.2. Empati

Her insanın ruh dünyası ve yaşadıkları diğerlerinden farklıdır her insan biriciktir. Biz ancak o acaba neden böyle konuşuyor ve düşünüyor diye düşünürsek onu anlamaya başlayabiliriz. Empati, iletişim esnasında bireyin karşısındaki kişinin hislerini, fikirlerini anlayarak hassas bir yaklaşım içinde bulunmasını temin eder. Empati ile dinleyen bireyler iyi dinleyici olmanın yanında karşı tarafın söze dökmediği duyguları hissedebilirler. Anlatanın konuya bakışını daha net görebilir ve çok daha fayda sağlarlar. Empatik dinleyici, konuşmacı ile özdeşleşerek onun niteliklerini şahsında bulup, beden dilini çözerek hislerini yaşayabilmeyi hedefler (Doğan, 2013: 250).

Empatinin üç ögesi bulunmaktadır. Bunlar, bireyin kendini karşı tarafın yerine koyması, evrene onun gözüyle bakması ilk ögedir. İkinci öge bireyin hem hislerini hem fikirlerini kavramaktır. Bu his ve fikirleri empati kurulan bireye iletmek ise son ögedir (Güven, 2013: 23).

2.2.3.3. Ben Dili

İnsan ilişkilerinde iletişimde bilgi noksanlığı ya da yaşanan bazı iletişim çatışmaları sebebiyle zorluklar yaşanmaktadır. Bireyin bu zorluklara karşı kendini uygun bir dille aktarması, his ve fikirlerini uygun bir şekilde ortaya koyması için gereklidir. Bu şartlarda bireyin kendi his ve fikirlerini karşısındakine etkin bir halde aktarmasının belli şekilleri vardır. Bu şekil ve yollar iletişimde; öfke, gerginlik, kızgınlık ve benzeri negatif hislerin iletişimi bozmadan, muhatabı sorumlu tutup incitmeden bireyin kendini ifade edebilmesine imkân oluşturmaktadır. Bu çeşit iletişim “Ben Dili” olarak ifade edilmektedir (Kocahöyük, 2012: 80. Önder, 2003: 63).

İletişimde ben dili konuşma şekilleri hususi iletişim biçimidir ve sıkı hisler yaşanmadığı zamanlarda bireyin kendisini anlatması için kullanılır. Bu sebepler dikkate alındığında birtakım nitelikler göze çarpmaktadır. Birey özellikle olumsuz duygular ortaya çıkınca bu mesajları iletmelidir. Ayrıca olumsuz hislerin yaşandığı bireye ilk olarak davranış tanımlanmalı sonrasında bu fiil veya olaydan nasıl etkilendiği anlatılmalıdır. En sonunda da birey bu olaydan nasıl etkilendiğini neler deneyimlediğini anlatmalıdır. Ben dilini kullanmak bireyin kendini anlatması ya da yüceltmesi değildir. Ben dili, istenmeyen fiili sergileyen bireyin tanımını yapan, bu tavırların onu nasıl etkilediğini ve ne tür olumsuz hisler yaşanıldığını ifade eden, dürüst, sorumlu tepkilerin ifade edilmesidir (Kocahöyük, 2012: 80; Kasapoğlu, 2008; Whirter ve Voltan-Acar, 2005; Kalkınç, 2004).

Başka açıdan sen dili ifadeleriye problemler önünde bireyin şahsına yönelmiş negatif ithamları kapsayan mesajlardır. Etkileşimi engelleyen, negatif tesir eden mesajlarla karşılaşmaktan kişiler hoşnut olmamaktadır ve çatışmalara sebebiyet vermektedir. Şu sebeple ki bu tür mesajlar şahsa yöneliktir. Bu sebeple karşı tarafta savunmaya ve kutuplaşmaya neden olur. Dolayısıyla birey kendisini kabahat işlemiş olarak görür. Böyle mesajlar karşı tarafa saygısızlık yapıldığını belirtmektedir. Kişinin kendisine duyduğu saygıyı zedeleyebilir, bireyin hissiyatını incitebilmektedir. Bu çeşit aktarımlar genellikle ceza veren konuşmalar olarak ifade edilir. Hatırlanması lüzum gösteren konu ise ben dili ile iletişim ilerletirken sen diliyle ise hasara uğratmaktadır (Kocahöyük, 2012: 78; Kasapoğlu, 2008).

2.2.4. Etkin Dinleme

Etkin dinleme karşı tarafı dinlerken ancak gerçekten orda olarak gerçekleşebilir. Yani onu dinlerken aklımızdan başka şeyler geçirerek ve onları düşünerek dinleme işlevini gerçekleştirirsek o zaman içeriği ya da o zaman yansıtılmayan çalışılan duyguyu kaçırabiliriz bu da bizim karşı tarafı anlamamamızı doğal olarak empati kurmamızı zorlaştırır ve dönütlerimiz uygun olmayabilir bu durumda iletişimin akışı olumsuz etkilenir. Etkili dinleme, anlatıcıdan edinilen bilginin sadece anlaşılması ve özümsemesi değil beraberinde anlatıcıyı anlatması için teşvik etmek ve alakadar olduğunun göz önüne serilmesi demektir. Dinleme hem fiziksel iletişimi hem de içsel düşünme süreçlerini içeren bir davranış şeklidir. Etkili bir dinleme gerçekleşmesi için takip etme, katılma ve yansıtma yeteneklerinin uygun biçimde işlenmesi gerekmektedir (Güven, 2013: 20).

İletişimde etkin dinleme, bu eyleme katılım gerektiren bir süreç olduğundan, anlamını tam olarak idrak edebilmek için soru sorma, geribildirim verme gibi denetimleri gerektirir. İletişimde karşılıklı iş birliği sağlamaları, etkin dinlemenin en bariz sonucudur (Doğan, 2013: 250).

Etkin katılımlı dinleme karşı tarafı dinlemek söylediklerini önemsemek, anlamak, analiz etmek ve karşı tarafı anladığımıza dair geri bildirimler oluşturarak dinlemekle olur. Bilhassa çocuk gelişiminde onları sıhhatli biçimde dinlemeye anlamaya çalışan büyüklerinin varlığı önemlidir. Yeteri kadar dinlenilmeyen çocukların hislerinden habersiz, daha kaygılı ve şiddet yanlısı olmaları mümkündür. İster yetişkinlerle ister çocuklarla konuşalım içeriğin idraki doğru anlaşılması etkin bir dinleme ile mümkündür. Konuşma da etkin katılımlı dinleme ve anlama aracı rol üstlenmektedir. Aktif dinleyen konuşma esnasında, içtenlikle dinlemesi, dinleme esnasında herhangi farklı bir şeyle uğraşmıyor olması, kelime hazinesinin yeterli bulunması, endişeli kırgın olmaması, duyarlı ve saygılı olması, seçici dinlememesi, dinlerken notlar alması gerekmektedir. Aynı zamanda etkin dinlemede temel unsurlardan birisi de sıhhatli etkin geri bildirim vermektir. Anlatan bireyin şahsına değil değişebilen tavırlarına odaklanmaya; şahsın yalnızca güçsüz yönlerine değil güçlü taraflarını da önemsemeye incelenen davranışın ardından bildirim vermeye; bu süre içinde kısa ve öz bir tavır gösterip karşılıklı düzgün şekilde birbirlerini anlayana kadar sürenin devamına itina edilmelidir (Doğan ve Doğan. 2011: 188; Açıkgoz. 2005: 88; Cüceloğlu. 2012: 138; Korkut. 1996: 19).

2.2.5. Eşler Arası İletişim

Dünyaya geldiği andan itibaren hayatının bütün kademelerinde zatına özgü yaşantıları hasebiyle bütün insanlar biriciktir diyebiliriz. Bu insanlığın esas niteliklerindedir. Kişiler biricik var olma niteliğinin şartlarından dolayı, hayatları süresince diğerleriyle ilişkiyel yakınlaşmaya uğraşır. Tamamıyla kendi kendisiyle yetinen bir erkek ya da bir kadın yoktur. Kişilerin hayatın önemli bir kısmını oluşturan kişilerarası romantik ilişkileri, ebeveyn ve çocuklar arasında oluşan ilişkiler ve arkadaşlık ilişkilerinin tamamını kapsamaktadır. Bu ilişki ağını diğerlerinden farklı kılan temel özellik, ilişkinin yakınlık derecesine göre etkileşimlerin değişiklik göstermesidir (Prager, 1995. Akt. Çalapkulu, 2015: 59).

Evliliğin gerçekleşmesi ile çiftler açısından; aynı evi paylaşma, ortak hayatı yaşama, birbirlerinin huylarına alışma, yeni huylar edinme, toplumun arasında evlilikle beraber edinilen görevler ihtiyaçları karşılama mevzu bahistir (Terzioğlu ve Şener, 2002: 1).

Evliliğin ilk dönemleri, eşlerin arasının daha yakın olduğu, mutluluk duygusunun yoğun görüldüğü, romantikliğinin yüksek, sevgi sözcüklerinin söze döküldüğü yıllardır. Oluşturulan çalışmalar evlilikte ilk zamanların, geleceğine üzerinde tesir edebilecek derecede elzem olduğuna işaret etmektedir. İlişkinin ilk dönemlerinde nişanlılık ve yeni evlilik zamanlarında yoğun hissedilen ve yansıtılan sevgi, yaşam rutinleri devam ederken sıradanlaşırsa eşler birbirlerine sevgilerini yeteri kadar sunmamaya, bu konuda yeterli özeni göstermemeye başlarlar (Canel, 2011: 26)

Evlilikte sorun çıkarabilecek bilinçaltına yer etmiş beş çeşit yansıtma mevcuttur. Bunlar, ayna vazifesi, başka birinin yerine koyma, yoldaş vazifesi, ideal ben, olumsuz ben vazifesidir. Ayna vazifesinde aile içinde baskın karakterli aile üyesinin diğer bireylerin kendisi gibi olmasını istemesidir. Diğer üyeleri şekillendirmeye çalışması çatışma oluşturabilir. Başka birinin yerine koyma birey geçmişte yaşadığı olumsuzlukları ilişkide bulunduğu başka bir birey üzerinde yeniden deneyimler.

Örneğin daha önceki hayat deneyimlerinde annesi ile problem yaşayan birey eşini annesinin yerine koyarak eşiyile sorun yaşayabilir. Yoldaş vazifesinde çiftlerden biri kendi yüklediği sorumlulukları eşinin de yüklenmesini isteyerek yoldaşlık vazifesi yükleyebilir. Bu hayalini gerçekleştirmek için eş seçerken bu tercihinin uygun birini seçecektir. İdeal ben vazifesinde kendi hayalini gerçekleştirememiş aile bireyi, diğer aile üyelerinden birini kendi hayalini gerçekleştirmeye zorlar. Olumsuz ben vazifesinde birey, benliğindeki kötü nitelikleri diğer aile bireylerine aksettirir. Bunu iki şekilde yapabilir, günah keçisi vazifesi ya da zayıf tarafın üstlenilmesi vazifesidir. Günah keçisi vazifesinde çiftlerden biri kötü niteliklerini diğerine atarak onu suçlamaya çalışır. Eşlerden birinin güçsüz taraflarını diğerine yükleyerek kendini güçlü atfetmesidir (Eriki, 2017: 22-23).

2.3. Evli Bireylerin İletişim Becerileri ile İlgili Araştırmalar

Evli bireylerin iletişim becerileri ile ilgili araştırmalara göz atmak gerekirse; Buluş ve Bağcı (2016) yaptıkları araştırma da evlilik doyumu aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerini incelemiştir. Çalışmaya 208 erkek 208 kadın katılım göstermiş, araştırmada evlilik yaşam ölçeği, etkili iletişim becerileri ölçeği, aile yılmazlık ölçeği kullanmışlardır. Yapılan analiz neticesinde kadın erkek yılmazlık seviyeleri ve iletişim becerilerinin evlilik doyum değişkenini yordadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Uçar, Yıldız, Baştemur (2021) ise evli bireylerde iletişim becerileri evlilik süresi ve sevilmezlik konusunu araştırmışlardır. 400 evli katılımcı ile çalışılmış, cinsiyet faktörüne göre evlilik yıllarına göre ilişkilerin inancının, ilişkilerin inancına göre iletişim becerisinin anlamlı düzeyde farklılaştığını tespit etmiştir.

Kara ve Ümmet (2021) ise evli kadınlarda evlilik uyumları ve iletişim becerileri ilişkiyi incelemişler İstanbul'daki danışmanlık merkezinden terapi desteği alan bireylere, kişisel bilgi formu, çift uyum ve iletişim becerileri ölçeği tatbik edilmiştir. Sonuç olarak iletişim becerileri ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna ek olarak iletişim becerisinin, evlilik uyumunu yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tozoğlu, (2022) “Öğretmen Adaylarının İletişim Becerileri ile Narsist Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi” isimli çalışmasını Atatürk Üniversitesi'nde 468 öğrenci ile gerçekleştirmiştir. Çalışma sonucunda öğretmen adaylarının ebeveyn meslekleri, ailesi, cinsiyet, ikamet yeri spor faaliyetleri yapmaları ile narsist özellikleri ve iletişim becerileri seviyelerinde anlamlı değişiklik bulunduğu, narsist özellikler ile “iletişim becerileri ve duygusal davranışsal alt boyutlar” ilişkisinde olumlu anlamlı bağlantı bulunmuştur.

Kıymaz, (2023). “Enformasyon çağında aile olgusu temelinde evlilik iletişimi ve sosyal medya kullanımı” isimli çalışmada 30 açık uçlu sorularla birlikte görüşme gerçekleştirilmiş. Sonuç olarak “sosyal medyada özel hayatın paylaşılmasının normalleştiğini, katılımcıların eşleriyle sosyal medya uygulamaları üzerinden bir iletişim dili geliştirdiklerini ve sosyal medyanın evlilik iletişimine entegre olduğunu göstermektedir.” Ayrıca evlilik ilişkisinde sosyal medyanın pozitif ve negatif etkisi olduğu fakat tayin edici olmadığı bulunmuştur.

Ayer Darcan, (2016) “Evlilik doyumunun, eş desteği, evlilik iletişim şekilleri ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisi” adlı çalışmada 180 kişiye anket uygulamış, “Araştırma sonuçlarına göre, evlilik doyumu ve eş desteği arasında güçlü pozitif bir ilişki saptanırken, evlilik doyumu ve psikolojik iyi oluş arasında zayıf bir pozitif ilişki bulunmuştur. Algılanan eş desteği ile evlenme biçimi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.”

2.4. Evlilik Uyumu

İnsanın huzur ve saadete ulaşması için en temel davranışlarından birisi uyumdur. İnsanın mental bir iyi oluş ve mesut hayat sürmesi için dünyayla, çevresiyle, diğer bireylerle düşünsel, duygusal ve davranışsal bir ahenk ve bütünlük içinde olması gerekir. Yine bununla beraber kişiler arası sürdürülebilir birlikteliklerin en önemli faktörü uyumdur denilebilir (Dönmez 2019: 23).

Evlilik uyumu, evlilikte mutluluğun ve sağlıklı biçimde sürmesini anlatan mühim kavramlardan biridir. Her şeyden önce evlilik yaşantısında üstünde konuşulan asıl husus, kişilerin çift taraflı olarak birbirlerini mesut etmeleridir (Kubilay, Oktan. 2015: 26).

Evlilik uyumu, kişiler de evlilikleriyle alakalı olumlu ilişki şeması mevcut olması, eşiyile alakalı olumlu hislere ve düşüncelere sahip olması, partneriyle iyi iletişim kurabilmesi, çatışmalara çözüm üretebilmesi, beraber yapılan etkinliklerden zevk almasıdır. Evli kişilerin öznel değerlendirmesini kapsamaktadır (Şafak Öztürk, 2014).

Uyumlu evliliğe göre şekillenen evlilik doyumu ve evlilik mutluluğu, bireyin yaşamında önem arz etmekte ve evli kişilerin psikolojik sağlığında etkin olmaktadır. Evlilik uyumu yitirmeye başladığında bu tablo, aile içinde travmaya ya da yaşam krizine evrilmektedir. Bu durum mutsuz veya mutlu evlilik ögesini de meydana çıkarmaktadır. Uyumlu evlilik kişilerin evlilikten elde ettiği tatmini, evlilik saadetine tesir ederken, başka parametrelerle beraber günden güne kötüleşen şartlar karşısında kişilerin mental sıhhati de koruma altına almaktadır. Evlilikte çiftlerin mutluluk süreçlerinin yüksek olması ve hem evlilikten hem de birliktelikten hoşnut olarak tatmin sağlanması evlilikte uyumu da sağlamaktadır (Fidanoğlu, 2007: 17).

Evlilik uyumu farklı bir bakış açısıyla, eşlerin birbirlerine karşı olumsuz duygu ve davranışlarının hemen hemen hiç olmaması, olumlu his ve tutumlarının ise epey yüksek olması, eşlerin ilişkiden yüksek doyum elde etmesi ile açıklanabilir (Ünal ve Akgün. 2022: 322-330).

Kişinin yaşamında iki önemli olay vardır; bunlar eş ve meslek seçimidir. Bireyin bu konuda en isabetli kararı vermesi, saadeti için hayati önem taşımaktadır. Evlilikte doğru karar almak vermek kadar evliliğe yüklediği anlam, evlilikten beklentisi de fazlasıyla önemlidir. Çünkü eşlerin uyum tayin edicilerinden en önemlisi, evlilikten beklentisidir. Evlilikte uyumun kalitesini beklentilerin gerçek dünya ile olan bağlantısı ve eşlerin beklentilerinin aynı noktada kesişip kesişmemesi evlilik uyumundaki kaliteyi oluşturur. Beklentiler ne kadar birbirini karşılırsa, uyum da o kadar zahmetsiz gerçekleşir (Tarhan, 2019: 18).

2.4.1. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler

Alan yazın incelendiğinde evlilik uyumunu tanımlamak için gerçekleştirilen araştırmalar sonucunda evlilik uyumuna tesir eden etkenlerle alakalı farklı görüşler bulunmaktadır. Araştırmacılar eşlerin iletişim tarzlarının sosyal yeterlilik düzeylerinin evlilik süresince ilişkiye olumlu katkıları olduğunu aynı zamanda eşler arasında oluşan uyumsuzluğa neden olan çatışmaları analiz etmede etkin olduğunu söylemektedir (Erdinç, 2018: 20).

Evliliklerin temeli incelendiğinde evlilik uyumunun eşleri bir arada tutan etkenlerden biri olduğu söylenebilir.

Gottman (1996) evli eşlerle yaptığı çalışmalarda, eşlerin evliliklerinde uyumu ve birlikteliklerindeki mutluluğu oluşturan yapıları araştırmış ve bunları; altı başlıkta incelenmiştir. Bütün taşları dökmek; sorun çıktığı zamanlarda akıllarına gelen bütün sözleri sarf etmeyen eşlerin daha mutlu oldukları sonucuna varmıştır. Yumuşak tartışmalar: Eşler arasında çatışmaların başlamasının ilk nedeni çoğunlukla eşlerin problem yaşadıkları mevzuda konuşurken eleştirilerinde seslerini yükseltmelerinin sebep olduğunu aktarmıştır. Eleştirilerini daha nazik bir ses ve karşısındaki bireyi suçlamadan yapan kişiler, çatışmaların kavgaya dönüşmesini engellemektedir. Esnek planlar: Araştırmalarında kadınların planlarını eşlerinin işlerine göre tasarlamakta daha esnek olduğunu bulmuştur. Birliktelikte bireyler ne kadar esnerlerse o kadar mutlu hissetmektedirler. Prensipten olmak: Mutlu eşlerin evlilikte bazı prensipleri olduğunu belirlemiştir. Mutlu birlikteliği olan eşlerin yeni evli ya da âşık olsalar dahi karşı taraftan gelecek kırıcı ya da aşağılayıcı en hafif bir hareketi kabul etmedikleri görülmüştür. Beraberliğin başlangıcından itibaren olumsuz davranışlara izin vermemek, uzun müddette mutlu bir beraberliğin habercisidir. Bakım onarım

çalışmaları; evli bireylerle yaptığı araştırmalarında başarılı eşlerin büyük problemleri nasıl çözeceklerini bildiklerini aktarmıştır. Mutlu çiftler çatışma büyümeden negatif durumu nasıl düzeltereklerini bilirler. Mutlu eşlerin çatışma esnasında uyguladığı müdahalelerden bazıları; çatışılan mevzuyu başka konu ile değiştirmek, mizah kullanmak, çatışmanın karşı tarafı güç durumda bıraktığını anladığını söylemek, çatışmayı bu bizim sorunumuz gibi cümlelerle ortak noktaya çekmektedir.

2.4.2. Evlilik Uyumu ile İlgili Kuramlar

Evlilik uyumunu izah eden birçok teori bulunmaktadır. Bu teoriler incelendiğinde; “Sevginin Evrimi Kuramı. Biyolojik Kökenli Bağlanma Kuramı. Kişiler arası İletişime Dair Sosyal Biliş Kuramı. Uyumlu Evlilik Modeli. Romantik Aşk Kuramı. Stuart’ın Pekiştirme Modeli. Evlilikte Yükleme Kuramı. Sosyal Öğrenme Modeli” gibi teoriler vardır (Ersanlı & Kalkan, 2008).

Sevginin evrimi teorisi sevgiyi şöyle açıklamaktadır; üç güdüden meydana gelmektedir. Bunlar; cinsel eğilim, koruma ve korunmadır. Korunma iç motivasyonuna göre partnere bağımlı hareket korunma gereksiniminden oluşmaktadır. Bu konum da ilk çocukluk dönemlerinde ebeveyn tarafından korunmanın sürdürülmesi kapsamındadır. Bu sebeple bilhassa erkekler anneleri gibi kadınları seçmeye yönelirler. Koruma motivasyonu ise çiftlerin eşlerini yetişkin olarak görmekle beraber çocuk gibi görmeleri ve karşılıklı olarak koruma ihtiyacı duyumsamalarıdır. Cinselliğin maksadı ise türemektir (Akt.. Hortaçsu, 2012).

Bireylerarası iletişime dair sosyal biliş teorisi kişilerin diğer kişilerin nasıl düşündükleriyle alakalı izahlarda bulunmuştur. Kişiler bilgi bankası diye isimlendirdikleri insanlara ilişkin tutum, bilgi ve görüşleri kapsayan birikimler vasıtasıyla iletişimlerini devam ettirirler. Çiftler arasındaki proste bu şekilde oluşmaktadır. Partnerini olduğu gibi benimseyen ve kültürel rollere göre yargılamayan eşlerin evlilik tatminlerinin ileri seviyede bulunduğu partnerin şahsi niteliğiyle benimsendiği bu durumun da eşit bir tutum olarak görüldüğünü varsayar (Gökmen, 2001).

Romantik aşk teorisi ise hisleri adlandırma aşkı sosyal öğrenmeyle izah etmiştir. Bireyler tv'ler, dergiler, gazeteler ve türlü iletişimsel faktörlerden toplumsal araçlardan ne şekilde ve kimlere âşık olunacağını kavrarlar. Kişi etrafında âşık olunabilecek emsale uygun birey varsa, hislerinin sebebini ondan bilecek ve o kişiye âşık olduğuna inanacaktır (Hortaçsu. 2012).

Biyolojik kökenli bağlanma teorisine göre evlilik uyumunda psikoseksüel gelişim önemli bir faktördür. Bu teoriye göre bir evrede oluşan yetersizlik diğer evrelerde telafi edilmediği için evlilik hayatında da tesirini göstermekte ve uyum seviyesini azaltmaktadır. Sağlıklı ve mutlu küçüklük yaşamış, psikoseksüel evreleri sıhhatli bir biçimde çözmüş kişilerin evlilik uyumu güçlüdür. Sıhhatli ve mesut küçüklük geçirmiş ve psikoseksüel dönemleri iyi biçimde geçirmiş kişilerin uyumları da yüksektir. Bu dönemde güvenli yakın ilişkiler kurmuş kişilerin yetişkinlik evresi duygusal ilişkilerinde de olumlu özellikler ortaya koyarlar (Akt. Ersanlı & Kalkan, 2008).

Sosyal öğrenim kişilerarası birlikteliklerde alışkanlıkları izah etmektedir. Sosyal öğrenim teorisi birliktelikten duyulan tatmin ile birlikteliğe bağımlı olmak içerik olarak ayrı tanımlardır. Birey yüksek tatmin alamadığı birlikteliği bağımlılığı fazla olduğundan dolayı yürütebilir. Bu olay “değerlendirme düzeyi için değerlendirme düzeyi ve seçenekler” diye adlandırılmıştır. Değerlendirme seviyesi, yapılan gözlemler ve bireysel yaşantılarla bağlantılı olacak şekilde şekli için doyumsuzluk-doyum halindeki şeffaf durumu belirtmektedir. Herhangi bir birliktelikten alınan sonuç nötr çizginin üzerinde ise birliktelik tatmin edici, nötr çizginin aşağısında ise tatmin edici olmayan birliktelik olarak isimlendirilir. Karşılaştırma seviyesi için seçeneklerde ise kişinin var olan birlikteliklerini, olası başka kişilerle deneyimlemesi halinde sağlayacağı doyumla alakalı tahminlerin orta çizgisidir. Bu teoriye göre kişiler, birlikteliği devam ettirip ettirmeyecekleri hususunda karara varırken opsiyonlar için karşılaştırma seviyesini baz almaktadırlar. Bir başka teori “Evlilikte Yükleme Kuramı”dır. Kişilerin neden sorusuna verdikleri cevaplarla ilgilenen bir teoridir. Kişilerin yükleme yaparken tavırlarına dışsal ve içsel sebepler oluşturduğu ve bu yaygınlık, istikrarlı ile ilgili bilgiyi dikkate aldığını açıklamaktadır. İki tanımlama üzerinde durur. Bu tanımlar kişinin yaptıklarından mesul tutulabileceği ve bireyin kime karşı, niçin sorumluluk duyduğunu bilmesi gerektiğidir. Bu teoriye göre evlilikte doyumu ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arasında sıkı bir ilişki vardır. Pekiştireç modelinde uyumsuz, uyumlu eşlerin davranışları incelenmiş uyumsuz

eşlerin partnerlerini memnuniyetini sağlayacak az tavır sergiledikleri ve genellikle birbirlerine karşı olumsuz tavırda buldukları ve boş vakitlerini pek fazla birlikte geçirmediği tespit edilmiştir (Hovardaoğlu, 1996).

Spainer ve Lewis (1980) tarafından, evlilik ile ilgili birçok inceleme yapılmış ve bu incelemelerde birçok faktör araştırılarak uyumlu evlilik modeli meydana getirilmiştir. Bu model üç etkenden söz etmektedir. Bunlar; kişisel ve sosyal kaynaklar, evlilik de kazanılan ödüller ve hayat tarzındaki memnuniyettir. Bireysel kaynaklar, sosyalleşme bireyin evlenerek getirdiği sağlık, özgüven ile ruhsal ve bedensel yeteneklerdir. Hayat tarzındaki pozitif durum, aile ve arkadaş desteği, sosyal statü gibi kaynaklardır. Çiftlerin birbirleri ile iletişiminden kazanılan faydalar ise etkili iletişim sonucunda oluşan kazanımlardır. Bu kaynaklar eşlerin uyumlarını anlamada faydalı olduğu için ve günlük yaşama tesir ettiği için önemlidir (Spainer ve Lewis. 1980 akt. Topçu. 2020: 42).

2.4.3. Eşler Arası Uyum

Sıhhatli bir cemiyetin sıhhatli yuvalardan kurulabileceği, düşüncesiyle sıhhatli aile kurmanın en mühim şartlarından bireyin şahsına münasip kişiyi bulabilmesidir. Bu sebepten dolayı her şeyden önce; kendini her açıdan iyi bilmesi ve ifade edilen beş öncü özelliğin uyumu için önem göstermektedir. Bu nitelikler şunlardır; kişiler birbirine fiziksel açıdan makul bulunmalı eşlerini fizik bakımından çekici bulmalıdır. Eşlerine uygun yaşlarda bulunmaları, çok genç yaşlarda bulunmamaları önemlidir. 18-25 yaşlar arası evlenmek için çok elverişli yaşlar olarak görülmemektedir. O yıllarda kişiler sevgi, şefkat ve cinsel işlev yönünden evliliğe hazır bulunurken, bunları organize edecek soyut fikirlerin olgunluğu yönünden evlenmeye uygun bulunmamaktadırlar. Kişilerin cinsellik açısından partnerlerini cazip görmeleri önemlidir. Partnerlerinin heyecansal ve dürtüsel ihtiyaçlarına cevap verebilecek konumda olmalıdırlar. Kişilerin estetik ve duygusal beğeniler yönünden birbirlerine göre olmaları elzemdir. Kişilerin mana alemleri, yaşamsal hedefleri, idealleri, inançları açısından mutabık olmaları çok önemlidir. Kişiler entelektüel ve zihinsel uygunluk ve kendini gerçekleştirme şekilleri bakımından da uygun bulunmalı olarak belirtilebilir (Çalapkulu, 2015).

Fowers ve Olson (1993) yaptığı çalışmada eşleri, uyumlu, geleneksel, canlı, hayat dolu olarak 4 grupta incelenmiştir. Enerjisiz, çatışan ve halsiz çiftler diyerek beş tür ilişki şeklini tanımlamıştır. 6267 çiftle çalışılmış ve her evlilik türü için özgün nitelikler belirtmeye özen göstermişlerdir (Fowers ve Olson ,1993).

Canlı, yaşam dolu eşler; partnerlerinin karakter ve davranışlarından gayet razı gözükümler. Problemleri çözümlemede başarılı ve iletişim problemleri azdır. Bu gruptakiler diğer gruplara göre evliliği daha uzun sürdüren ve daha yaşlı eşlerden meydana geldiği gözükümler. Yaşam dolu olarak tanımlanan eşler, evlilik tatmininin tüm aşamalarında yüksek ölçüler kazanan çiftlerdir. Birlikte zaman geçirme sevgi, cinsellik ve maddi hususlarda eşleriyle uyumludurlar. Dini hususlar ve anlayışlarda ortak bakış açısına sahiptirler. Uyumlu eşlerin; evlilikte müşterek etkileşimle alakalı ölçümlerden yaygın olarak yüksek puan elde ettikleri görülmektedir. Bu grup en az çocuk sahibi olanlardır. Uyum sağlayan eşlerse evlilikte orta seviyeden biraz yüksek uzlaşmaya varmışlardır.

Uyumlu eşler karşılıklı olarak olumlu paylaşım ilişki oluştururlar. Karşılıklı olarak arkadaşlarıyla ve aileleriyle olan temasları sorunsuzdur. Tatminlerinin azalmasının asıl nedeni olarak evlilikleri üzerine asılsız beklentileri ve çocuklardan oluşan bazı sorunlar olarak saptanmıştır. Geleneksel çiftlerin, evlilik içerisinde aldıkları tatminin ortalamasının altında bulunduğu gözlenmektedir. Oluşturulan kümeler arasında ebeveynlik ve çocuk büyütme sorunlarının üstesinden gelen ve puanı en yüksek seviyede olan kümedir. Geleneksel eşlerde tatmin düzeyi biraz daha az olmakla birlikte, ayrılma seviyeleri en düşük düzeyde olan kümeyi meydana getirmektedir. Çatışmalı çiftlerin, evlilikte eşitlikle ilgili kısımlardan genel olarak düşük puan sağlamıştır. İletişim ve çatışma çözümleme hususunda türlü zorlukları gözlenmiştir. Evlilik tatmin ölçütlerinin tüm aşamalarından az puan almaktadırlar. Stres düzeyi en güçlü olan, boşanma yönelimi en güçlü olan gruptur. Enerjisiz cansız çiftler; evlilik tatmin ölçütlerinden en düşük puana erişen gruptur. Genel olarak evliliklerinden yüksek tatmin sağlayamamaktadırlar. Evlilik tatmininin az olduğunun belirtisi olan bir takım kişisel niteliklere bu grupta daha çok bulunmaktadır. Statüsü az meslekleri olan, genç, etnik kökenleri az eğitilmiş, gelir düzeyi düşük, erkeğin iki işe birden gittiği, kişisel niteliklerle daha çok karşılaşmaktadır. Grupta genel olarak karşı tarafı yeteri kadar tanımadan kısa zamanda izdivaç kararı almış eşlere daha çok rastlanmaktadır (Canel, 2011).

2.4.4. Evlilik Uyumuyla İlgili Yapılan Araştırmalar

Özden (2013) yaptığı araştırmada önceden (mizaç) ve sonradan edinilmiş nitelikler (tutum, ayrışma-bireyleşme, kendisin toparlama gücü) ile evlilik uyumu arasındaki korelasyonu incelemiştir. Çalışma yaşları 20-45 aralığındaki 135 çifte uygulanmıştır. Çalışma sonucunda evlilik uyumu ile dışadönüklük ve gelişmeye açıklık arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiye ulaşılmıştır. Duygusal dengesizlikle eş uyumu arasında olumsuz ilişki bulunurken, erkeklerin eş uyumu ile yumuşak başlılık arasında anlamlı ilişki sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerin kendini toparlama yetisi çoğaldıkça, uyumları artmaktadır. Ayrıca ayrışma bireyleşmeyi başaramayan eşlerin uyum düzeylerinin de düştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Bağımsızlıkları anneleri tarafından onaylanan erkeklerin evlilik uyum seviyeleri yüksek bulunurken, annelerinin manipülasyonlarına maruz kalan ya da sarsıcı bir psikolojik takip altında bulunan erkeklerin ise evlilik uyum seviyeleri düşük bulunmuştur. Aynı zamanda babalarının psikolojik kontrolüne maruz kalan erkeklerin de evlilik uyumları düşük bulunmuştur. Babaları ilgili, sevecen olan ve bağımsızlıkları babaları tarafından kabul gören erkeklerin çift uyumları yüksek seviyede çıkmıştır. Sonuçlar incelendiğinde eşlerin aile üyelerinden aldıkları desteğin evlilik uyum seviyeleri açısından önemli bir faktör olduğunu söyleyebiliriz (Özden, 2013:190-214)

Şendil ve Kokut (2008) un yaptığı çalışmada 171 kişiye anket uygulamış ve evlilik uyumunu kişisel özellikler açısından incelemiştir. Çalışma sonucunda eğitim ve ekonomik düzeyin düşük olmasının, çift uyumunu düşürdüğü ve görücü usulü evlenenlere göre anlaşarak evlenenlerin çift uyumlarının yüksek çıktığı sonucuna varmıştır. Çocuk sayısındaki yükselişin ve evlilik çatışmasının çift uyumundaki düşüşü etkilediği bulunmuştur (Şendil, Korkut, 2008: 15-35).

Er, (2023). *“Evlilik uyumu ve ortak ebeveynlik ilişkisinin çocuklarda dışadönük problem davranışları yordama durumunun incelenmesi* “adlı çalışmasını 6-11 yaş grubu çocuğu olan kişilerle gerçekleştirmiş. Sonuç olarak evlilik uyumunun, anne babanın cinsiyeti, çocuk yetiştirme hususunda diyalog halinde olmaları, çalışıp çalışmamaları, çocukların cinsiyetine göre değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca partnerlerin anne baba rollerinin, çocuk yetiştirme hakkında konuşabilme, büyük anne babaların çocuk yetişmesine karışması, evlatların yaşları ile anlamlı seviyede değiştiğini tespit etmiştir.

Buna ek olarak anne baba algısına göre evlatlarda sorun davranışların anne baba cinsiyeti, evlat yetiştirmede büyük anne baba karışmasına göre anlamlı seviyede değiştiği sonucuna ulaşmıştır.

Ökten, (2022) “Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı’nın Evlilik Öncesi Eğitim Programlarının Evlilik Uyumu Açısından Değerlendirilmesi” isimli çalışmasında Türkiye’de verilen evlilik öncesi eğitimlerin evlilik uyum sürecine tesirini araştırmış. 28 bireyle görüşme gerçekleştirmiş. Sonuç olarak verilen eğitimin evlilik uyumuna olumlu tesir ettiği ancak istenilen düzeyde olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Ünlü, (2022) “Erkeklik algısı ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide çatışma çözme biçimlerinin rolü” adlı çalışmasını Sivas’da gerçekleştirmiştir. Çalışmada nicel nitel yöntem bir arada kullanılmış olup nicel 417 nitel 20 kişi ile sınırlandırılmıştır. Sonuç olarak evlilik uyumuna dair “kadın-erkek” eşitliğine gönderme yapılmıştır. Yine evlilik uyumu kısmında “bütçe yönetimi” ele alınmış ortak yönetilmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Demirci, Kulaber, (2019) “Evli bireylerin öznel iyi oluş düzeyleri ile mizah tarzları, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve evlilik uyumu arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi “adlı çalışmasını Yalova’da 2018 yılında ikamet eden 698 evli kişi ile gerçekleştirmiştir. Çalışma sonucu olarak “uyumsuz mizah” ve “öznel iyi oluş” arasındaki münasebette “evlilik uyumunun” ve “psikolojik ihtiyaç doyumunun” “tam aracı rolü olduğu” buna ek olarak “uyumlu mizah tarzları” ve “öznel iyi oluş” ilişkisinde “evlilik uyumu” ile “psikolojik ihtiyaç doyumunun” “tam aracı rolü olduğu” tespit edilmiştir. Ayrıca uyumlu mizah şekilleri evlilik uyumunu psikolojik ihtiyaç tatminini olumlu, uyumsuz mizah şekilleri evlilik uyumunu ve psikolojik ihtiyaç tatminini olumsuz şekilde etki altına almaktadır.

2.5.Yaşam Doyumu

İnsanların hayatlarında mutlu hissedebilmeleri ve hayatlarının bir anlam bulabilmesi için yaşam doyumuna sahip olmaları gerekmektedir. Yaşam doyumuna, asırlarca insanlığın ilgisini çeken mevzulardan biridir (Dağlı, Baysal 2016: 1251).

Hayatın bir anlamı ve çizgisi olduğu görüşünü paylaşan kişilerin, belirli seviyede yaşam doyumu olan kişiler olduklarından bahsedilebilir. Çok kolay ve net biçimde tarif edilen yaşam doyumunu, açıklamak kolay değildir. Bundan sebep yapılan çalışmalarda yaşam doyumuna ait değişik tanımlar bulunmaktadır. Yaşamın süregelen bir durum olması ve kişilerin değişik ihtiyaç, beklentileri ve tercihlerinin oluşması da tanım farklılıklarını açıklar özelliğindedir. Yaşam doyumunu, kişinin iş hayatından hariç oluşan duygusal dönütleridir diyebiliriz. Kısaca yaşama alınan tavrıdır (Özdevecioğlu, 2003: 697).

Yaşam doyumunu iki öge meydana getirmektedir. Yaşam, kişilerin iş ve iş haricinde harcadığı zamanı, doyum ise kişinin boş zaman, iş ve diğer etkinliklerinde hayata sergilediği duygusal reaksiyon ya da yanıt (Dikmen, 1995: 117-118).

Yaşam doyumunun öznel içeriği, araştırmacıların tek bir tanımlamada birleşememelerine sebep olmuştur. Bu durum, kavramın içeriği ve kuramcılarının perspektifinden kaynaklanan iki ana sebepten meydana gelmektedir. Bilişsel teoriye göre, bireyin genel yaşam ve yaşam alanlarında sağlanan doyumdan elde edilen haz olarak tanımlanırken, duyuşsal teoriye göre ise kişilerin haz duyumları, ruh halleri pozitif ya da negatif duygu durumları olarak tanımlanmıştır (Gül, 2016: 41-43).

Kaynaklarda yaşam doyumunu ile çalışılan ve çoğunlukla birbirinin yerine geçen tanımlar bulunmaktadır. Bu kavramlar mutluluk, iyi olmak, psikolojik iyi olmak, öznel iyi olmaktır. Mutluluk nitelikten çok akılsal bir süreçtir. Mutlu olmak, kişinin hayatını bütünüyle değerlendirerek kişisel anlamda beğenmesi, hoşnut kalması olarak tanımlanabilir (Grinde, 2002; akt: Sahranç,2007: 99).

İyi-oluş: Yaşantı ve psikolojik işlevsellik açısından en uygun seviyede kalabilmek manasındadır (Ryan ve Deci. 2001; akt: Sahranç. 2007: 97).

Psikolojik iyi-oluş: Bedensel ve mental açıdan sıhhatli kalmayı kapsayan, öznel iyi oluşun aksine haz almaktan öte insanın kişisel gelişimini elde etmesi ve kendi ideallerini hayata geçirmesidir. Özet olarak psikolojik iyi-olmak psikososyal buna ek olarak biyolojik sıhhate vurgu yapmaktadır (Sahranç. 2007: 99).

Öznel iyi-oluş: Kişi tarafından yaşanan tecrübenin, haz elde etmek, acıdan kaçınma üzerine kurulan hedonistik iyi-olmak başlangıcında, yaşam doyumunun, pozitif duygu halinin mevcudiyeti, negatif duygu halinin olmaması ebatlarını kapsayan ve mesut olmakla aynı manayı taşıyan, kişinin aktardığı iyi- olmak halidir (Ryan ve Deci 2001. Bostic ve Ptacek 2001; akt: Sahranç. 2007: 98).

2.5.1. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler

Kişilerin yaşam doyumuna tesir eden öğeler şunlardır (Schmitter. 2003; akt: Keser, 2005: 80).

Gündelik hayatta mutlu hissetmek.

- Yaşamı manalı algılamak
- Amaçlara varma hususunda uyum.
- Pozitif şahsi kendilik.
- Fiziksel açıdan bireyin kendini iyi duyumsaması.
- Sosyal açıdan, ekonomi ve güven.

Hayatın tamamını içeren yaşam doyumunu bireyin ne çeşit bir mental durumun içinde bulunduğunu belirten mühim bir kaynaktır. Hayatta oluşacak türlü zorlanmalar, çatışmalar, engellemeler ve aniden oluşan negatif değişimler yaşam doyumunu seviyesinin azalmasına sebep oluşturabilir (Demirel ve Canat; akt: Gümüşbaş, 2008: 35)

Flanagan (1978) ise yaşam doyumuna etki eden unsurları 15 madde de incelemiştir. Bu maddeler (Aydın, 2004).

- Kişisel güven ve sağlık.
- Araçsal konfor.
- Başkalarına yardımda bulunma, başkalarını gözetme.
- Çocuğu olması ve onu yetiştirmek.
- Yakın akran ilişkileri.
- Evlilikte yakınlık.
- Baba anne ve akraba kardeşlerle ilişki kurmak.
- Öğrenmeye devam etmek.
- Kendini bilmek.
- Bir şeyler üretiyor olmak.

- Kamu faaliyetlerine, halk etkinliklerine katılma.
- Topluma uyum sağlamak.
- Eğlenceli aktivitelere katılma.
- Kendini idrak etme.
- Sinemaya gitmek, maç vb. seyretmek, kitap okumak Aydın. 2004).

2.5.2. Yaşam Doyumu Kuramları

Yaşam doyumu çok kapsamlı bir konu ve hayatın her alanında etkin olabileceği için birçok farklı kuramla anlatılmaya çalışılmıştır.

2.5.2.1. Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı

Bu kuramda yukarıdan aşağıya kişinin genetik özelliklerinin olaylara verdiği tepki biçimlerine etki ettiği varsayılmaktadır. Örneğin iyimser mizaca sahip bir birey, birçok olayı pozitif olarak değerlendirebilir. Aşağıdan yukarıya kısmında ise yaşam şartları ve kişisel niteliklerin bireylerin mutluluğuna tesir eden en mühim unsurlardan olduğu düşünülmektedir (Diener,1984:562-568 akt. Temiz, 2019: 34).

Yukarıdan aşağıya teorisine göre aynı olay üzerinde olumlu ya da olumsuz kişilik niteliklerinden biri daha üstün olan bireylerin aynı olaya verdikleri tepkiler farklıdır. Mutluluğun bir durum işlevi olduğu fikrini temel alan bu teori, yaşam tatminini bireyin kendi içinde yaptığı durum değerlendirmesine dayandırır (Çelik, 2023: 82).

Kişinin hayat şartları ve çevresel unsurlar tayin edici etkiye sahiptir. Kişiler kendilerini mutlu eden yeni deneyimlerle ilgilendikçe mutluluk seviyeleri yükselebilir. Ancak kişiyi mutlu eden deneyime zamanla alışma meydana geleceğinden, yükselen mutluluk seviyeleri alışmaya bağlı olarak yeniden normal seviyeye inebilir. Demek oluyor ki mutluluk zaman içerisinde farklılık gösterebilir (Diener, et al.. 1999: 276-302; Özbiçer, 2018: 21-22).

Yukarıdan aşağıya kuramında, kişinin genel hayatında nitelik ve nicelik bakımından mutlu olması hayatının diğer sahalarına yansımaktadır. Aşağıdan yukarıya teorisinde ise kişinin iş, meslek, sağlık ve diğer alanlardaki mutluluğun hayatının tamamına pozitif aksettirmesi beklenir (Doğan, 2015: 50).

2.5.2.2. Etkinlik Kuramı

Bu teoride yapılan faaliyet kişisel kabiliyetin birbirleri uyuşması önemlidir. Kişinin kabiliyetlerine göre kolay bir eylem ile güç bir eylemin neticeleri arzu edilen ve beklenen seviyede olmayabilir. Bu noktada bir dengenin bulunması, kabiliyet ile faaliyetin dengesi, kişinin yaşam tatmini seviyesine pozitif yansır. Bu teoride kişinin sıradanlaşması, faaliyet noksanlıkları, basit fikirler, kişisel mutluluğa tesir edebilir ve yaşam tatmini seviyesini de azaltabilir (Çelik, 2023: 83).

Kişi herhangi bir faaliyet meydana getirmeye hazırlanırken, yerine getirilen bu faaliyetin sonrasında planlı ve denetimli olmalıdır. Faaliyet sonunda oluşan haz bireyi tatmin edici seviyede olmalıdır. Ortaya konan sosyal faaliyetlerde de kişi, toplumsal açıdan kendisi belli bir düzeyde mutlu hissedebilir (Gül, 2016: 23).

Faaliyetlerin severek yapılması, monotonlaşmaması, meydana gelen etkinliklerdeki dengeyi sağlamak kişisel mutluluk için zaruridir. Kişinin kabiliyet ve kapasitesinin aksine, istenilmeyen bir çevrede uygulanan ve sıkıcı etkinliklerin, moral ve motivasyonu azaltması vazgeçilmezdir. Sonuç olarak kişi, iç alemi ile çatışabilir. Bu çeşit hayal kırıklıklarını önlemek için etkinlik öncesi risk değerlendirilmesi yapılması, gerçekçi gayelerin oluşturulması bu süreçte önemlidir (Çelik, 2023: 83).

2.5.2.3. Ereksel (Telic veya Endpoint) Kuram

Yaşam tatmini ve mutluluğun tayin edilen gereksinimler sağlanması veya amaçlara ulaşılması halinde meydana gelebileceğini savunan teoridir. Birey şahsına uygun olan bir tarafa doğru yönelirse ya da kendi için kıymetli bir hedefe varırsa yaşam tatminine ulaşabilir demektir (Batan, 2016: 16; Gül, 2016: 46; Temiz, 2019: 34).

Kişisel alanda elde edilen yaşam tatmini kişinin genel yaşam tatmini de pozitif etkileyebilmektedir. Şayet bu tatmin genele yayılabiliyorsa mutluluğa daha çabuk varılır (Şimşek, 2011: 44).

Kişilerin arzu ve hedeflerini gereksinimleri ile karşılaştırdıklarında daha şuurlu hareket etme davranışı ortaya çıkar. Kişisel hedeflere ulaşmak da mutluluk sağlar. Bazı teorisyenlere göre hedefler birbirini tutmadığında mutluluğa varmak olanaklı olmayabilir. Bu teoriye üç eleştiri yapılmıştır. Bunlar, ilk olarak bu teorinin evrensel kabulünün olması için bütün kültürlerde gereksinimler giderildiğinde mutluluk seviyelerinin aynı olması gerektiği ancak böyle olmadığı meydana çıkmaktadır. İkinci eleştirisi ise, bireylerin mizaç ve karakterleri farklıdır. Kişiler tatmine ulaşmak için değişik yöntemler seçebilirler. Üçüncüsü ise yaşamda bir gayesi olmayan kişilerin mutluluğa ve tatmine ulaşması olanaklı gözükmemektedir (Naktiyok, 2019: 64).

2.5.2.4. Bağ Kuramı

Hafıza ağları için uygulanan çalışmalarda mesut kişilerin yüksek bir pozitif ilişki çevresi, mutsuz kişilerinse sınırlı ve yalıtılmış bir ilişki ağı oluşturdukları sonucuna ulaşılmıştır. Mutlu olan kişilerde birtakım düşünceler ve olaylar mutlu hislere ve fikirlere sebep olur. Bununla beraber bu kuram da mutluluk ile klasik koşullanma ile bağlantılı bulunmuştur. Duygusal şartlanmalar sönmeye daha çok dayanıklıdır. Mutlu kişiler, günlük yaşamda karşılaştıkları birçok durumla olumlu duygusal yaşantılarını bütünleştirmişlerdir (Diener, 1984: 542-570; Doğan, 2015: 9-10).

Yaşanılan zaman ile bağdaştırılan olay pozitif, birbiriyle uyumluysa bu ilişki mutluluğu getirebilir; var olan ilişkide, yaşanılan zaman ile kişinin ilişki ve mana dünyası uyumsuzorsa beklenen mutluluk oluşmayabilir. Bellek, şartlanma ve bilişsel kurallara yaslanan teorileri kapsayan bağ kuramına göre mutluluk, kişinin pozitif olayları içsel faktörlere bağlamaları ile meydana gelmektedir. Mutluluğun ana kaynağı, kişinin yaşadığı pozitif olayları içsel sebeplere bağlamasıdır. Kişinin yaşadığı olaylarla alakalı önceki yaşantısında oluşturmuş olduğu bağ pozitif ise yaşam doyumunu yükselten bir sebep bulmuş.

Yaşanılan olay ile önceki yaşantı arasındaki oluşan bağ negatif ise yaşam doyum seviyesi bu oluşan ilişkiden negatif etkilenir. Yapılan çalışmalarda kişilerin yaşadıkları pozitif olayları daha rahat hatırladıkları saptanırken, negatif olaylarla oluşan bağları önceki yaşantısındaki vakaların daha az anımsadığını saptanmıştır (Diener, 1984: 542-565; Naktiyok, 2019: 66).

Yaşam Doyumuyla İlgili Araştırmalar

ABD’de yapılmış bir kamuoyu araştırmasında 35 milyon bireye ölçek uygulanmış evli bireylerin %40, bekarların ise %24’ünün mutlu olduğunu belirtmektedir. Maddi durum, cinsiyet farkı ve yaş farkı olmaksızın evli bireylerin daha mutlu olduğu sonucuna ulaşmıştır. Fakat mutlu kişilerin daha kolay evlendiği; mutsuz olanların ise yalnız olduğu dikkate alındığında, evlilik ile mutluluk arasında doğrudan bir korelasyon olduğu konusunda uzlaşma bulunmamaktadır (Seligman, 2007: 62).

Kurt (2021)’un gerçekleştirdiği çalışmada sosyal hizmet dairelerinde çalışan kişilerin bilinçli farkındalık seviyeleri ile algıladıkları stres seviyeleri ve yaşam doyumları arasındaki korelasyonun incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma 233 kişi ile yapılmıştır. Araştırma neticesinde bilinçli farkındalığın idrak edilen stres ile negatif amaçlı anlamlı bir bağlantı içinde olduğu, yaşam doyumunun ise bilinçli anlayışla pozitif yönlü anlamlı bir bağlantıya sahip olduğu, kişilerin kişisel niteliklerinin cinsiyet ve yaşın bilinçli anlayışla, idrak edilen stres ve yaşam doyumunu arasında herhangi bir tesir etmediği raporlanmıştır.

Plagnol ve Easterline (2008), yaşam doyumunun da yaş faktörünü ve cinsiyet farklılıklarını araştırmıştır. Araştırma bulgularına göre kadınlar yetişkinlik döneminde daha çok maddi tatmin ve aile hayatından doyum almakta olup daha mutludurlar. Kadınlarda 48 yaşında genel mutluluk seviyesi. 41 yaşında finansal doyum. 64 yaşında ise aile tatmini erkeklerle eşitlik sağlamaktadır. Bu durum sonrasında erkeklerin bu sahalardan daha yüksek tatmin sağlaması ile sürmektedir. Erkeklerin yaşam tatminindeki yükselme, yetişkinlikte karşılanmayan taleplerinin kadınlardan çok olması ileriki dönemlerde maddi durumda görülen yükselme ile açıklanmaktadır. Kadınlarda düşük tatminin sebebi olarak, eksilen aile desteği ve birlikte hayallerin gerçekleşme miktarının düşmesi (Şimşek, 2011: 75).

Yıldız (2018: 70-75) çalışmasını Konya ilini temel alarak yapmış. Çalışma sonuçları çalışan evli kadınların evlilikten duyduğu tatmin çalışmayan evli kadınlara göre evlilikten aldıkları tatmin ve yaşam tatminleri ile bahtiyarlık seviyeleri mühim seviyede yüksek bulunmuştur. Aktif olarak iş hayatında rol alan ya da almayan evli kadınlar yaşlarına göre değişiklik belirtirken yaşlarının yükselmesi tatminin düşmesi ile eşit bulunmuştur.

Evlilik şekillerinden görücü usulü evlenenlere göre görüşerek evlenen iş gücüne katılan ve katılmayan evli kadınların, anlamlı derecede değişiklik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim seviyesinde oluşan yükselişin diğer parametreler içinde arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak uzun süren evliliklerin sahip olduğu yaşam doyumu, evlilik tatmini ve mutluluk seviyelerinin, çalışan ya da çalışmayan evli kadınlarda eksildiği neticesine ulaşılmıştır.

Seligman (2007: 66) ise, öğretimin ancak alt gelir düzeyinde mutluluğu yükselttiği belirtilmektedir. Yine de öğretimin iyi olmaya ait hüküm süresinde etkin olduğu gözden kaçırılmamalıdır.

Taştekin, (2023) Instagram kullanım motivasyonlarıyla yalnızlık, öz saygı narsisizm ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiş, Türkiye’de yedi değişik bölgede yaşayan 1584 kişiye ulaşmıştır. Instagram kullananların motivasyonlarıyla yalnızlık, öz saygı, narsisizm, yaşam doyumu seviyeleri arasında anlamlı etkileşim ağı ve ilişki olduğu, Instagram kullanma güdülenmesi ile öz saygı, narsisizm ve yaşam doyum seviyelerini yükselten, yalnızlık seviyelerine ise etki etmeyen bir değişken olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çelik, (2012) evli bireylerin cinsel özgüven seviyeleri ile cinsel özyeterlik, evlilik yaşam tatmini ve cinsel utangaçlıklarını incelemiş, Çalışma İstanbul ilindeki 336 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucu olarak tanışarak evlenenlerin görücü usulü evlenenlerden, bir işe sahip kişilerin işi olmayan kişilerden yüksek düzeyde cinsel özgüveni olduğu tespit edilmiştir. Evlilikte ilk senelerde cinsel özgüven yüksek bulunmuş fakat ileriki senelerde cinsel özgüvende azalma olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çocuksuz ailelerin cinsel özgüvenlerinin çocuklu ailelerden yüksek seviyede olduğu görülmüştür. Evlilikte yaşam tatmini, evlilik süresi, cinsel çekingenlik, evlenme şekli ve cinsiyet ile çocuk sayısının evli kişilerin cinsel özgüven seviyesinde ortak tesirinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Aksoy, (2022) Evli kişilerde sosyal medya kullanımı ile evlilik yaşam tatmini arasındaki ilişkiyi incelemiş, çalışma Batman ilindeki 400 kişi ile yapılmıştır. Çalışma neticesinde 45-54 ve 35-44 yaş yaş arasındaki kişilerin 25-34 ve 18-24 yaşa göre yaşam doyum seviyeleri yüksek bulunmuştur. Ayrıca 55-54-45-44-35 yaş üstünün sosyal medya ve alt ölçeklerinden elde ettikleri puanların 25-34 ve 18-24 yaşa göre az seviyede olduğu tespit edilmiştir. Lisansüstü ve ilköğretim mezunu olan kişilerin yaşam tatmin düzeylerinin ön lisans ve ortaöğretim mezunu olanlara göre yüksek düzeyde bulunmuştur. Evlilik yaşam tatmininin sosyal medyada geçirilen zaman çoğaldıkça azaldığı görülmüştür. Yalnızca özel zamanlarda paylaşım yapan kişilerin evlilik yaşam tatmini yüksek çıkmıştır.

Barakas, (2023) “Evli bireylerde benlik ayrılaşmasının evlilik kalitesi ve yaşam doyumunu ile ilişkisinde mahremiyet bilincinin düzenleyici ve aracı rolü” adlı çalışmada 606 kişiye anket uygulamıştır. Çalışma sonuçlarına göre “yaşam doyumunu” “benlik ayrışması” ilişkisinde “mahremiyet bilincinin” düzen veren konumda olduğu tespit edilmiştir. Yüksek ve orta seviyede “mahremiyet bilinci” olan evli kişilerde “benlik ayrılaşmasının” “yaşam doyumunu” tesiri yükselmektedir. Evli kişilerin birlikteliğin “mahremiyetini koruma” şuuru yükseldikçe “benlik ayrılaşmasının” “yaşam doyumunu” tesiri çoğalmaktadır.

Kaya, S. (2023) “Evli Bireylerin Yaşam Doyumu ve Kişilerarası Bilinçli Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişki” isimli çalışmada 363 kişiye anket uygulamıştır. Çalışma sonucunda “yaşam doyumunu” ve “kişilerarası bilinçli farkındalık” aralarında olumlu yönde orta seviyede bağlantı tespit edilmiştir. Ayrıca “ilişki doyumunu” ve “kişilerarası bilinçli farkındalık” ile “sosyal çevre doyumunu”, “ilişki doyumunu”, “benlik doyumunu”, etkenlerinde olumlu orta seviyede anlamlı bağlantı bulunmuştur.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Üçüncü bölümde araştırma yöntemi incelenecektir. Çalışmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanması, çözümlenmesi gibi konulara değinilecektir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bakırköy ve Bağcılar semtlerindeki evli bireylerle “Evli bireylerin iletişim becerileri, evlilik uyum ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi” inceleyen çalışmada nicel araştırma çeşitlerinden ilişkisel tarama desenine göre incelenmiştir. İki veyahut daha fazla değişkenin birlikte değişip değişmediğini saptamayı hedef alan tarama yaklaşımına ilişkisel tarama modeli denir. İlişkisel tarama modeli şayet değişim varsa bunun nasıl gerçekleştiğini tespit etmeye çalışır (Karasar, 2011).

3.2. Evren ve Çalışma Grubu

Araştırmanın evreni İstanbul Avrupa yakasındaki evli bireylerdir. Örnekleme ise sosyo ekonomik seviyesi düşük Bağcılar ve sosyo ekonomik seviyesi yüksek Bakırköy semtlerinde ikamet eden evli bireyler ile sınırlandırılmıştır. Çalışmaya 410 evli birey 221 kadın 189 erkek katılmıştır. Semt olarak bakıldığında ise Bağcılar’ dan 231. Bakırköy’ den 179 evli birey katılım göstermiştir.

Tablo 3. 1: Kişisel Bilgiler I

		Frekans	Yüzde %	Ort.	S	Min-Mak
Cinsiyet	Kadın	221	53.9			
	Erkek	189	46.1			
Yaş	20-30	130	31.7			
	31-40	114	27.8	39.22	11.22	20-65
	41-65	166	40.5			
Eşinin Yaşı	20-30	98	23.9			
	31-40	123	30.0	40.82	11.76	24-64
	41-65	189	46.1			
Evlenme Yaşı	17-23	153	37.3			
	24-26	130	31.7	24.63	3.93	15-37
	27-37	127	31.0			
Eşinin Evlenme Yaşı	17-23	109	26.6			
	24-26	96	23.4	26.11	4.26	17-34
	27-37	205	50.0			

Eğitim Durumu	İlk-Ortaokul	112	27.3
	Lise	141	34.4
	Lisans ve Üstü	157	38.3
Eşinin Eğitim Durumu	İlk-Ortaokul	111	27.1
	Lise	162	39.5
	Lisans ve Üstü	137	33.4

Tabloda kadın ve erkek katılımcıların neredeyse eşit dağılım gösterdiği gözlemlenmektedir. Katılımcıların yaşların da ise en küçük katılımcının 20 en büyük katılımcının ise 65 yaşında ve ortalama yaşın 39 olduğu görülmektedir. Eş yaş durumununda aynı olduğu bulunmuştur. Ortalama evlenme yaşının 24 olduğu ve en büyük yaşın 37 olduğu . eşinin evlenme yaşının ortalamasının 26 olduğu ve en büyük 34 olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların eğitim durumu incelendiğinde en az ilk-ortaokul en fazla lisans ve üstü olduğu görülmektedir. Eşlerde ise bu durum en az ilk-ortaokul en fazla lise olarak gerçekleşmektedir.

Tablo 3.2: Araştırmanın Katılımcılarının Kişisel Özellikleri

		Frekans	Yüzde %
Gelir Durumu	Düşük	35	8.5
	Orta	331	80.7
	Yüksek	44	10.7
Eşinin Gelir Durumu	Düşük	32	7.8
	Orta	329	80.2
	Yüksek	49	12.0
Evlenme Şekli	Görücü usulü	104	25.4
	Sosyal medya	16	3.9
	Aşk ve sevgi	219	53.4
	Akraba evliliği	30	7.3
	Diğer	41	10.0

	Çocuk yok	74	18.0
Ailedeki Çocuk Sayısı	1 çocuk	155	37.8
	2 ve üstü çocuk	181	44.1
	0-5	126	30.7
Evlilik Süresi	6-10	87	21.2
	11-20	70	17.1
	20 ve üzeri	127	31.0
	Bağcılar	231	56.3
Semt	Bakırköy	179	43.7

Tabloda katılımcıların gelir durumu sorulduğunda %80'inin orta olduğunu beyan etmiştir. Eşinin gelir durumu sorulduğunda da aynı benzerlik bulunmaktadır. Evlenme şekilleri sorulduğunda ise %53'ünün aşk ve sevgi evliliği geçirdiğini beyan ederken. %25'i görücü usulünü beyan etmiştir. En düşük tercih edilen evlilik şeklinin ise sosyal medya tercihi olduğu görülmektedir. Katılımcıların ailedeki çocuk sayıları sorulduğunda 3 ve 4 çocuğu olanların çok az olmasından dolayı 2 ve üzeri olarak bir kategoride toplanmıştır. Böylelikle çocuğu olmayanların %18 ile en az orana sahip olurken 2 ve üzeri çocuğa sahip olanların %44 ile en fazla orana sahip olmaktadır. Katılımcıların evlilik süreleri sorulduğunda ise 0-5 yıl ve 20 yıl ve üzeri gruplarının %30 ile neredeyse eşit dağıldığı görülmüştür. 11-20 yıllık evli olanların ise en az yoğunluğu sahip grup olmuştur. Katılımcılar semtlere göre ayrıldığında ise %56 ile Bağcılardan. %43 ile de Bakırköyden katılım gerçekleştirildiği görülmüştür.

3.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmada araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, Dağlı ve Baysal (2016)'ın oluşturduğu "Yaşam Doyumu Ölçeği", Bayraktaroğlu ve Çakıcı (2017) tarafından Türk kültürüne uyarlanan "Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği", Buluş ve arkadaşlarının (2017) oluşturduğu "Etkili iletişim Becerileri Ölçeği" kendilerinden izin alınarak uygulanmıştır.

3.3.1. Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi formunda; katılımcıların cinsiyeti, yaşı, eşlerinin yaşları, evlendikleri tarih, eşlerinin evlendiği tarih, kendilerinin ve eşlerinin eğitim dőzeyi, gelir durumları evlenme şekilleri, kaç yıllık evli oldukları, ailedeki çocuk sayısı, oturdukları semt, unsurlarını kapsayan sorular bulunmaktadır.

3.3.2. Yaşam Doyumu lçeği

Çalışmada Diener ve arkadaşlarının (1985) oluşturduğu, Dağlı ve Baysal (2016)'ın geçerlik ve gővenirlik çalışmalarını gerçekleştirdiği Tőrkeye adapte edilen Yaşam Doyumu leği (YD)'den yararlanılmıştır. Orjinali tek unsur ve 5 maddeden meydana gelen ölçeğin. Dağlı ve Baysal faktör analizi çalışmasını gerçekleştirmiş akabinde 5 ge ve tek unsurlu oluşumunu kapsadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin gővenirlik çalışması, iç tutarlık (Cronbach Alpha) katsayısı ve test-tekrar test tekniği uygulanmıştır. Ölçek için (Cronbach Alpha) iç tutarlık kat sayısı 0.88 ve test-tekrar test gővenirlięi ise 0.97. toplam varyans %68.389 bulunmuştur. Likert tipi olan ölçek maddelerinin puanlanmasıyla oluşmaktadır. Çalışmada ölçeğin gővenirlięi için hesap edilen (Cronbach Alpha) iç tutarlık katsayısı 0.886 olarak tespit edilmiştir.

3.3.3. Yaşam Doyum leğine Ait Faktör Yapısı ve Yőkleri

Yaşam Doyum leğinin (YD) rneklem bőyőklőęünün yeterliliğine ilişkin hesaplanan KMO değeri 0.864 olarak bulunmuştur. Çok değişkenli normallik varsayımının sağlanmasıya yönelik test edilen Barlett Kőresellik testinin ise anlamlı olduğu ($\chi^2=1219.487$. $df=10$. $p<.0001$) sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara bakarak kazanılan veriler faktör analizine yerinde olduğusylenebilmektedir. AFA'da temel bileşenler faktörleştirme analizi ve Oblimin eğik çevirme yöntemiyle. toplam varyansın %69.82'sini tek faktör tarafından açıklandığı yapının kuramsal temele uygun olduğu grőlmőřtőr. Açımlayıcı faktör analizine ait faktör yőkleri aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 3.3: Yaşam Doyum Ölçeğine Ait Faktör Yapısı ve Yükleri

Faktör	Madde	Faktör Yükleri	Ortak Faktör Varyansı
		Tek Faktör	
Tek Faktör	M1	0.886	0.785
	M2	0.888	0.789
	M3	0.872	0.760
	M4	0.821	0.673
	M5	0.696	0.484
Açıklanan Toplam Varyans %69.82			

Tabloda görüldüğü gibi orjinalinde de tek faktör olarak belirlenen Yaşam Doyum Ölçeği bu araştırmada da tek faktörlü bir yapı sergilemiştir. Büyüköztürk (2007)'ün de önerdiğine göre, faktör yükünün 0.45 ve üzeri olmasının iyi bir ölçüm olduğunu ve az sayıda maddeler için sayının 0.30'lara kadar düşebileceğini söylemiştir. Fakat bu çalışmada madde sayısının az olmasına rağmen minimum faktör yükünün 0.69 olduğu ve iyi bir ölçme uyumuna sahip olduğunu göstermektedir.

3.3.4. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği

Özgün hali Spanier tarafından 1976 tarihinde geliştirilmiştir. 34 maddelik bu hali 1995'te Busby ve arkadaşları tarafından yalınlaştırılmış son halidir. Türkçe'ye çevirerek 2007 yılında Gündoğdu tez çalışması için kullanmıştır. Gündoğdu çalışmasında ölçeği Türk kültürüne uyarlamadığı ve psikometrik değerlerini hesaplamadığı için Bayraktaroğlu ve Çakıcı 2017 bu çalışmayı gerçekleştirmiştir. Çalışmada ölçekte bulunan maddeler özgün kalsa da alt ölçek maddelerinde farklılığa gidilmiştir. Busby ark. (1995)'nin analiz neticelerinde 1.-2.-3.-4.-5.-6. numaralı öğeler doyum unsuruna, 10.-9.-8.-7. öğeler uzlaşım unsuruna ve 14. 13.12.11. öğeler ise görüş birliği unsuruna ait olduğu vurgulanırken, Çakıcı ve Bayraktaroğlu (2017) analizi neticesinde ise 13.-12.-11.-9.-7. doyum unsuruna, 6.-5.-4.-3.-2.-1. görüş birliği unsuruna 14.- 10.-8. öğelerin ait olduğunu saptamışlardır (Bayraktaroğlu ve Çakıcı, 2017:113-119).

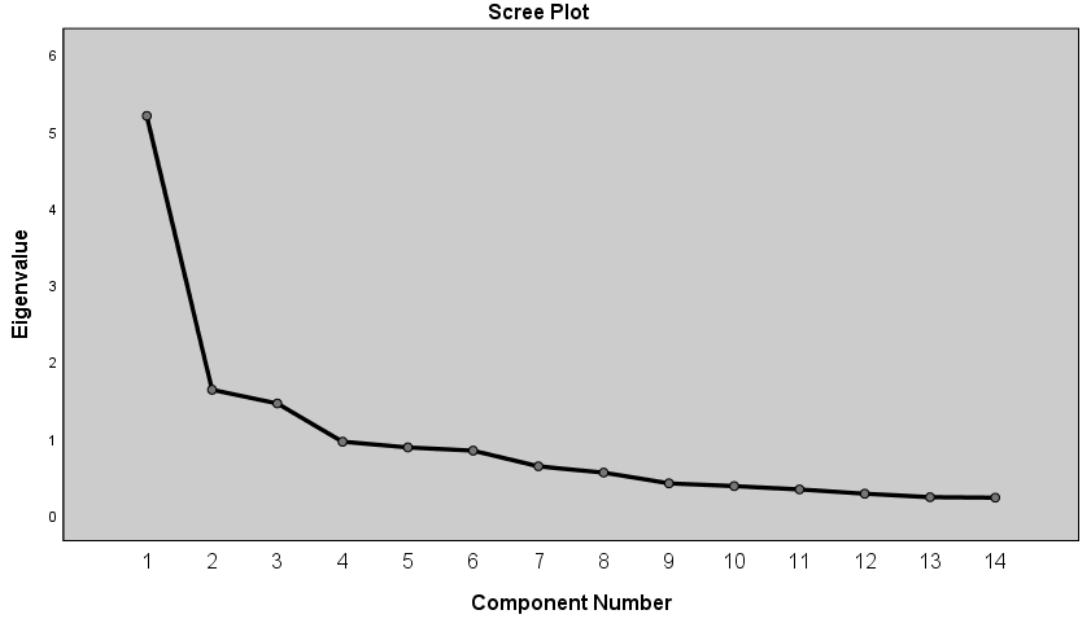
Ölçek, ikili ilişkilerin evlilik ya da benzeri ilişkinin kalitesini ölçmek maksadıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin 10. 9. 8. 7. öğeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekten en fazla 70 puan alınabilmektedir, testten kazanılan puan ilişki kalitesini belirtmektedir (Bayraktaroğlu, Çakıcı 2017:113-119).

Yenilenmiş çift uyum ölçeği üç alt boyutludur. İç tutarlılık katsayısı (Cronbach alfa) katsayısı toplam puan 87. doyum 80. uzlaşım 80. görüş birliği 74'tür. Ölçeğin Evlilikte Uyum Ölçeği ölçüt-bağımlı geçerliliği için kullanılmış ve bağlantısı pozitif olarak .68 ($p<0.01$) saptanmıştır (Busby ve ark. 1997). Çakıcı, Bayraktaroğlu (2017: 113-119). Ölçek (Cronbach alfa) iç tutarlılık katsayısı .88 olarak tespit edilmiştir.

3.3.5. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeğinin Faktör Yapısı ve Yükleri

YÇUÖ ölçeğinde örneklem büyüklüğünün yeterliliğine ilişkin hesaplanan KMO değeri 0.806 olarak bulunmuştur. çok değişkenli normallik varsayımının karşılanmasına yönelik test edilen Bartlett küresellik testinin ise anlamlı olduğu ($\chi^2=2449.807$. $df=9$. $p<.0001$) sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara göre. kazanılan bilgilerin faktör analizine uygunluktan bahsedilebilir. AFA'da temel unsurlar faktörleştirme yöntemi ve Oblimin eğik döndürme yöntemi neticesinde. toplam varyansın %59'unu izah eden 3 unsurlu yapının teorisel temele göre olduğu görülmüştür. Yapının faktör sayısının belirlenmesinde yararlanılan yamaç-birikinti grafiği Şekil 3.1 göstermiştir.

Şekil 3.1: YÇUÖ'ye Ait Yamaç-Birikinti Grafiği



Ölçeğin orijinal çalışmasında özdeğer (eigenvalue) değeri 1 olarak hesaplandığında 3 faktör ortaya çıkmıştır. Ayrıca birden fazla faktöre yüklenen maddelerin faktör yük farkları 0.1'in altında olduğunda çıkarılmıştır. Bu çalışmada çapraz yükleme maddesinin bulunmamasından dolayı ölçekten herhangi bir madde çıkartılmamıştır. Ölçekdeki tüm maddeler 0.43'ün üzerinde olduğu görülmektedir. Oluşan faktörler sırasıyla; Uzlaşım (Consensus), Görüş Birliği (Conflict) ve Doyum (Satisfaction). Ölçme aracının açıklayıcı faktör analizine ait detaylı bilgiler aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 3.4: Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği Faktör Yapısı ve Yükleri

Faktör	Madde	Faktör Yükleri			Ortak Faktör Varyansı
		Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3	
Faktör 1 (Uzlaşım)	M5	0.814	-0.142	-0.116	0.658
	M6	0.759	0.000	-0.035	0.558
	M1	0.742	0.303	-0.058	0.55
	M3	0.628	-0.275	0.061	0.56

	M2	0.525	-0.153	0.308	0.552
	M7	0.495	-0.371	0.242	0.613
	M4	0.432	0.006	0.250	0.327
Açıklanan Varyans %37.11					
Faktör 2 (Görüş Birliği)	M8	0.359	-0.756	-0.038	0.767
	M10	0.105	-0.722	0.158	0.629
	M11	0.471	0.622	0.118	0.55
Açıklanan Varyans %11.65					
Faktör 3 (Doyum)	M12	-0.083	0.252	0.873	0.718
	M13	-0.076	-0.094	0.768	0.582
	M14	0.062	-0.104	0.684	0.532
	M9	0.314	-0.184	0.475	0.679
Açıklanan Varyans %10.65					
Açıklanan Toplam Varyans %59.13					

Bayraktaroğlu ve Çakıcının (2017)'nin yaptığı Türkçe'ye uyarlama çalışmasında yapı geçerliliğini test ederken yapmış olduğu faktör yükleri ile bu çalışmada ortaya çıkan faktör yükleri arasındaki ilişki aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 3.5: YÇUÖ'nin Faktöre Ait Maddelerinin Karşılaştırılması

Alt Faktörler	Bayraktaroğlu ve Çakıcı	Bu Çalışma
Uzlaşım	1.2.3.4.5.6	1.2.3.4.5.6.7
Görüş Birliği	8.10.14	8.10.11
Doyum	7.9.11.12.13	9.12.13.14

Tabloda da bazı küçük farklarla benzer sonuçların ortaya çıktığı bulunmuştur. Bu çalışmada Uzlaşım alt faktörünün toplam açıklanan varyansın %37.11'ini açıkladığı. Görüş Birliği alt faktörünün %11.65'ini açıkladığı. Doyum alt faktörünün ise %10.65'ini açıkladığı gözlemlenmiştir. Böylelikle ölçme aracının toplam açıklanan Varyansı %59.13 bulunmuştur.

3.3.6. Etkili İletişim Becerileri Ölçeği

Buluş, Atan ve Sarıkaya (2015) 'nın geliştirdiği Etkili İletişim Becerileri Ölçeği, erişkinlerde bireyler arasındaki iletişim becerilerini ölçmek için oluşturulmuştur. Ölçek 34 madde ve beşli likert tipi derecelerden oluşmaktadır. Ölçekte 33. 32. 28. 16 ve 15 numaralı öğeler tersten puanlanmaktadır. Ölçek için uygulanan geçerlik ve güvenirlik analizlerinin, madde-toplam bağlantılarının .60 ile .32 arasında değişiklik gösterdiği bulunmuştur.

Ölçeğin 34 öge üzerinden unsur yapısı temel-bileşenler tekniğini kullanarak analiz edilmiştir. Varyansın %51'ni oluşturan 1'in üstünde öz değeri olan 5 faktör tespit edilmiştir. Bu alt boyutlar şunlardır:

1. Egoyu Geliştirici Dil: Bahse konu olan dil, 1. 2. 3. 4. 5. 6. rakamlı öğelerden meydana gelmektedir. Bireyler arası iletişimde önemlidir. Bu alt boyut ölçeğin madde toplam korelasyon katsayıları .32 ve üzerinde tespit edilmiştir. Egoyu Geliştirici Dil bölümünün iç tutarlılık katsayısı (Cronbach's Alpha) .72'dir.

2. Etkin Dinleme: Karşı tarafı düzgün ve tamamıyla ölçen maddeler 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. bu öğelerden meydana gelmektedir. Bu ölçek için iç tutarlılık katsayısı (Cronbach's Alpha) .84 bulunmuştur. Bu ölçek için madde toplam korelasyon katsayısı .52 ve üzerinde hesaplanmıştır.

3. Kendini Tanıma-Kendini Açma: kişinin iletişim süresinde kendisini tam manası ile tanıyıp karşısındaki bireylere düzgün doğru biçimde açmasını ölçmektedir. 15.16.17.18.19 sayılı maddelerden meydana gelmektedir. Bu ölçek için iç tutarlılık katsayısı (Cronbach's Alpha) .76 bulunmuştur. Madde toplam korelasyon katsayısı bu alt ölçek için .51 olarak tespit edilmiştir.

4. Empati: Kendini karşısındakinin yerine koymak anlamına gelen empati. 20. 21.22. 23.24.25. 26. 27 maddelerinden oluşmaktadır. Bu ölçek için iç tutarlılık katsayısı (Cronbach's Alpha) .85 olarak tespit edilmiştir. Madde toplam katsayısı bu alt ölçek için .55 ve üzerindedir.

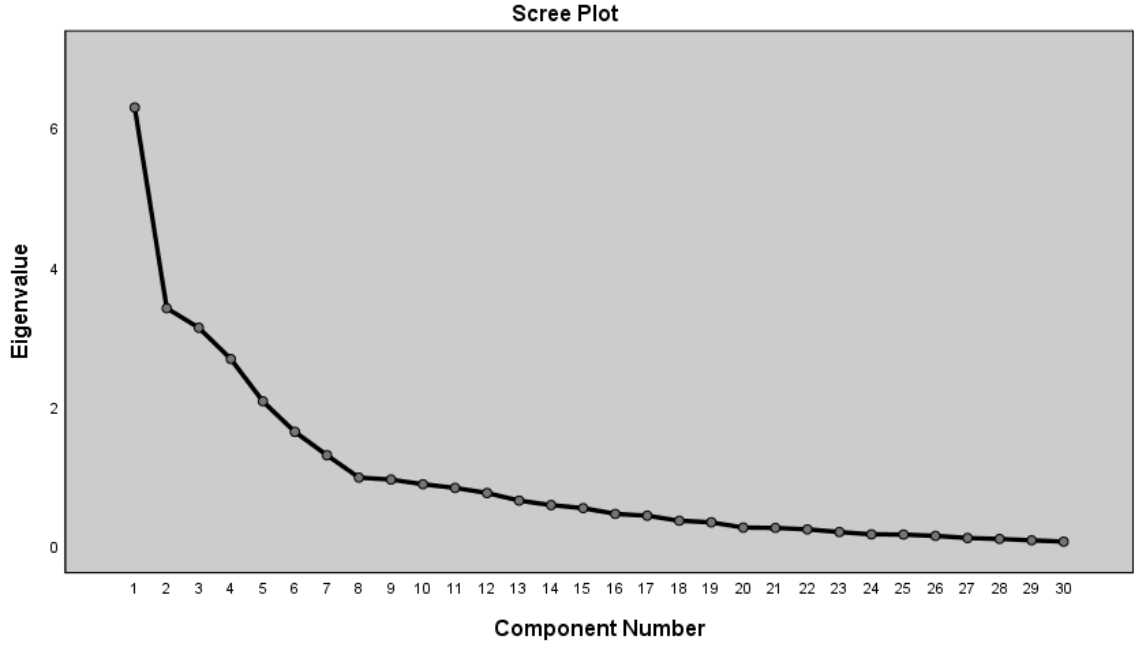
5. Ben Dili: Kişinin yaşadığı durumu halini karşısındakinin incitmeden aktaran ölçek 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34 sayılı öğeler hesaplanarak tespit edilmektedir. İç tutarlılık katsayısı (Cronbach's Alpha) .83 olarak bulunmuş. Madde toplam korelasyon katsayıları bu alt ölçek için .42 ve üzerinde tespit edilmiştir.

Ölçek alt boyutlar üstünden puanlanacak biçimde oluşturulmuştur. Sonuç olarak alt ölçeklerden alınan puanlar çoğaldıkça iletişim becerilerini uygulama seviyesi de çoğalmaktadır (Atan, 2016: 52-53).

3.3.7. İletişim Becerileri Ölçeğine Ait Faktör Yapısı ve Yükleri

İBÖ ölçeğinin örneklem büyüklüğünün yeterliliğine ilişkin hesaplanan KMO değeri 0.742 olarak bulunmuştur. çok değişkenli normallik varsayımının karşılanmasına yönelik test edilen Bartlett küresellik testinin ise anlamlı olduğu ($\chi^2=8242.634$, $df=435$, $p<.0001$) sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar incelenerek, kazanılan dataların faktör analizine elverişli bulunduğu söylenebilmektedir. AFA'da unsurlar faktörleştirme yöntemi ve Oblimim eğik döndürme yöntemiyle, toplam varyansın %64.03'ünü açıklayabilen 5 öğeli yapının teorisel temele göre olduğu görülmüştür. Yapının öğe sayısının belirlenmesinde yararlanılan yamaç-birikinti grafiği Şekil 2'de gösterilmiştir.

Şekil 3.2: İBÖ'ye Ait Yamaç Birikinti Grafiği



Ölçeğin orijinal çalışmasında özdeğer (eigenvalue) değeri 1 olarak hesaplandığında 5 faktör ortaya çıkmıştır. Fakat bu çalışmada özdeğer 1 olarak belirlendiğinde 9 alt faktör ortaya çıkmaktadır. Bundan dolayı özdeğer 2'ye çıkartılarak 5 alt faktörde toplanması sağlanmıştır. Ayrıca ölçek sorularından 4 (6.17.19.33) maddenin yük farkları 0.1'in altında kalmasından dolayı ölçekten çıkartılmıştır. Ölçekdeki tüm maddeler 0.42'nin üzerinde olduğu görülmektedir. Oluşan faktörler sırasıyla; Etkin Dinleme (ED). Empati. Beden Dili Kullanma (BDK). Egoyu Geliştirici Dil (EGD). Kendini Tanıma (ET) şeklindedir. Ölçme aracının açımlayıcı faktör analizine ait detaylı bilgiler aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 3.6: İletişim Becerileri Ölçeğine Ait Faktör Yapısı ve Yükleri

Faktör	Madde	Faktör Yükleri					Ortak Faktör Varyansı
		Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3	Faktör 4	Faktör 5	
	M11	0.853	-0.040	-0.054	-0.054	-0.017	0.700
	M8	0.830	-0.042	0.017	0.053	0.101	0.749
	M7	0.772	-0.068	0.148	0.174	0.023	0.736
Faktör 1 (Etkin Dinleme)	M9	0.759	-0.117	0.039	0.056	0.141	0.688
	M10	0.725	0.103	-0.121	-0.044	0.186	0.569
	M12	0.725	0.141	-0.166	0.023	-0.096	0.671
	M13	0.667	0.080	0.139	0.051	-0.126	0.702
	M14	0.503	0.161	0.106	0.029	-0.292	0.624
Açıklanan Varyans %20.96							
	M22	-0.095	0.851	0.107	0.012	0.067	0.622
	M24	0.005	0.822	-0.082	0.091	0.031	0.704
Faktör 2 (Empati)	M21	0.001	0.816	0.154	-0.043	-0.008	0.672
	M23	0.032	0.815	-0.059	-0.029	-0.125	0.605
	M25	-0.012	0.786	-0.124	0.086	-0.020	0.766
	M20	-0.017	0.543	0.059	-0.074	0.298	0.660
Açıklanan Varyans %13.35							
Faktör 3 (Beden Dili Kullanma)	M30	-0.193	-0.013	-0.776	0.022	-0.016	0.566
	M29	-0.066	0.012	-0.771	-0.022	0.052	0.423
	M27	0.161	-0.001	-0.724	-0.080	-0.005	0.697

M31	-0.163	-0.238	-0.664	0.052	0.043	0.740
M26	0.199	0.197	-0.420	0.023	-0.176	0.711

Açıklanan Varyans %11.42

M3	-0.141	0.026	-0.015	0.861	0.030	0.704	
Faktör 4 (Egoyu Geliştirici Dil)	M2	0.003	-0.061	0.154	0.853	-0.010	0.648
	M1	0.083	0.005	0.254	0.752	-0.216	0.325
	M4	0.120	0.053	-0.165	0.725	0.217	0.596
	M5	0.166	0.072	-0.249	0.632	0.006	0.722

Açıklanan Varyans %9.93

M15	0.032	0.014	-0.093	0.067	0.873	0.710	
M16	0.187	0.123	-0.034	-0.043	0.774	0.544	
Faktör 5 (Kedini Tanıma)	M28	-0.028	0.019	0.356	0.009	0.535	0.604
	M34	-0.079	0.175	-0.023	0.104	0.787	0.577
	M32	-0.088	-0.063	0.151	0.061	-0.639	0.486
	M18	0.335	0.043	0.093	-0.131	0.619	0.690

Açıklanan Varyans %8.34

Açıklanan Toplam Varyans %64.03

Tablo 3.7: EİBÖ'nün Faktörlerine Ait Maddelerinin Karşılaştırılması

Alt Faktörler	Buluş vd.	Bu Çalışma
Egoyu Geliştirici Dil (EGD)	1.2.3.4.5.6	1.2.3.4.5
Etkin Dinleme (ED)	7.8.9.10.11.12.13.14	7.8.9.10.11.12.13.14
Kendini Tanıma (KT)	15.16.17.18.19	15.16.18.28.32.34
Empati	20.21.22.23.24.25.26.27	20.21.22.23.24.25
Beden Dilini Kullanma (BDK)	28.29.30.31.32.33.34	26.27.29.30.31

Tabloda bazı alt faktörler hariç benzer sonuçların ortaya çıktığı gözlemlenmiştir. Bu çalışmada EGD alt faktörünün toplam açıklanan varyansın %11.42'sini açıkladığı. ED alt faktörünün %20.96'sını açıkladığı. KT alt faktörünün ise %8.34'ünü açıkladığı. Empati alt faktörünün %13.35'ini açıkladığı ve son olarak da BDK alt faktörünün %11.42'sini açıkladığı gözlemlenmiştir. Böylelikle ölçme aracının toplam açıklanan Varyansı %64.03 bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Veriler Bakırköy ve Bağcılar semtlerinde gönüllük esasına dayanılarak evli bireylere uygulanmıştır. 411 veri toplanmış bir tanesi geçersiz sayılmış 410 tanesi kullanılmıştır.

3.5 Verilerin Çözümlemesi

Ölçme araçlarından kazanılan veriler SPSS programıyla analiz edildi. Ölçeğin ilk kısmıyla alakalı verilerle frekans ve yüzde dağılımı alınmıştır, evli bireylerin iletişim becerileri ile evlilik uyum ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi saptamak için aritmetik ortalama, standart sapma, aradaki değişikliği bulmak için ikili değişkenlerde (cinsiyet, yaş aralığı) dağılım sonucuna göre "t" testi, ikiden çok değişkenin analiz edilmesinde (çocuk sayısı, yaşam doyumu) dağılıma uygun olarak tek yönlü varyans analizi (ANOVA), farkın anlamlı olması halinde Tukey testi . Çift uyumu ile yaşam doyumu ilişkilerini belirlemek için Pearson momentum çarpımı korelasyon analizi uygulanmıştır. Fikirler içinde bir farklılık olup olmadığı $\alpha < 0.05$ anlamlılık seviyesinde incelenmiştir. Bağımsız değişken iletişim becerisinin yaşam doyumu ve çift uyumunu ne derece yordadığına bakmak için Çoklu doğrusal regresyon kullanıldı.

3.6 Verilerin Yorumlanması

3.6.1. Yapı Geçerliliği/Açımlayıcı Faktör Analizi

Davranış bilimleri gibi sosyal bilimlerde duyuşsal özellikleri ve kişilik analizleri gibi birçok özellikleri ölçmeye yarayan ölçüm araçlarının yapı geçerliliği faktör analizi ile yapılmaktadır (Büyüköztürk, 2002: 470). Açımlayıcı faktör analizinin yapılabilmesi için toplamda 4 varsayımın sağlanması gerekmektedir. Koralasyon matrisinin faktörlenebilmesi (factorability of the correlation matrix), doğrusallık (linearity), örneklem büyüklüğü (sample size) ve uç değerlerden (outliers) arındırılmış olması gerekmektedir. Bu çalışmada ölçekler için bu varsayım testleri yapıldığında Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) için uygun olduğu gözlemlenmiştir.

Çalışılan veri grubunun yeterli örneklem büyüklüğünün incelenmesi sebebiyle Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) değeri çok değişkenli normalliğin incelemek için Bartlett testi varsayımları test edilmelidir. KMO değerlerinin 0.60 seviyesinden yüksek bulunması ve Bartlett testi istatistiksel açıdan anlamlı bulunması örneklem sayısının uygun ve veriler için faktör analizinin yerinde yapılabilir olduğuna işaret etmektedir. (Büyüköztürk, 2018). Faktör yapısının oluşturulmasında önemli belirleyicilerinden olan temel bileşen analizi kullanılarak faktör yapıları ortaya çıkartılmıştır. Bunun yanı sıra faktör yüklerinin ayrıştırılmasında dik döndürme (Varimax) ve eğik döndürme (Oblique) kullanılmaktadır.

Her iki döndürme arasındaki temel fark; birincisinde (dik döndürme) faktörlerin ilişkisiz olması beklenirken, ikincisinde (eğik döndürme) faktörler arası ilişkinin olması beklenmektedir. Bu çalışma sosyal bilimlerde yapılan bir çalışma olmasından dolayı faktör yükleri arasında bir ilişki beklenmektedir ve bundan dolayı eğik döndürme tekniği olan Oblimim tercih edilmiştir. Açımlayıcı faktör analizinden elde edilen sonuçların yorumlanmasında ise faktör alt sınırı literatüre uygun şekilde 0.32 olarak belirlenmiştir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012). Bu değer altında kalan her madde yükü ölçme aracından çıkarılacaktır. Faktör yapılarının oluşturulmasında ortak faktör varyansına da (communalities) dikkat edilmiştir. Ortak faktör varyansı, faktör yüklerinin kareleri toplamı olarak hesaplanmaktadır ve düşük olmaları durumunda ölçekten çıkarılmaları uygun görülmektedir (Kalaycı, 2010).

Thompson (2004) yaptığı çalışmaya göre ortak varyansın en küçük değerinin 0.50 olması gerekmektedir. Tabachnick ve Fidell (2007)'e göre ise, ortak faktör varyansının 0.20'den küçük olması durumunda maddelerin birbirinden farklı yapıları ölçtüğü söylenilebilmektedir.

3.6.2. Ölçeklere Ait Normallik Testi

Tablo 3.8: Ölçeklere Ait Normallik Test Sonuçları

Ölçek	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk			Skewness	Kurtosis
	D	df	P	W	df	p		
Çift Uyum	0.174	410	0.000	0.914	410	0.000	-1.041	0.817
Yaşam Doyum	0.106	410	0.000	0.959	410	0.000	-0.54	0.45
İletişim Becerisi	0.082	410	0.000	0.980	410	0.000	-0.119	-0.034

Araştırmaya başlamadan önce ölçeklere ait normallik varsayımlarının bulunması için Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri gerçekleştirilmiştir. Yukarıdaki veriler incelendiğinde ilk etapta her iki test için de normallik varsayımlarının ihlal edildiği ($p < 0.05$) görülmektedir. Bu durum örneklemin büyük olduğu sosyal bilim araştırmalarında sıklıkla görülebilen bir durumdur. Sosyal bilim araştırmaları çoğunlukla negatif veya pozitif çarpıklık gösterebilmektedir (Pallant, 2017: 75-76). Bundan dolayı Histogram ve Q-Q Plot grafiklerine bakarak da normal dağılım varsayımı incelenmiştir. Ayrıca Tabachnick and Fidell (2013) çarpıklık ve basıklık sonuçlarının -1.5 ile +1.5 aralığında değiştiğinde normallik varsayımının kabul edildiği bilinmektedir. Yukarıdaki tabloda da görüldüğü üzere tüm ölçme araçlarına ait çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) sonuçlarının belirtilen aralıkta olduğu görülmektedir. Hem Histogram ve Q-Q Plot grafiklerinden hem de çarpıklık ve basıklık değerlerinden verilerin normal dağılıma göre olduğu ve parametrik testlerin yapılabileceğini göstermektedir.

3.6.2 Ölçme Araçlarına Yönelik Güvenilirlik Testi

Tablo 3.9: YÇUÖ. YDÖ. EİBÖ Ait Güvenilirlik Sonuçları

Ölçek	Faktör	Soru Sayısı	Cronbach's Alpha	CR
Çift Uyum		14	0.854	0.85
	Uzlaşım	7	0.821	0.65
	Görüş Birliği	3	0.298	0.27
	Doyum	4	0.746	0.41
Yaşam Doyum		5	0.886	0.71
İletişim Becerisi		30	0.792	0.98
	Etkin Dinleme	8	0.892	0.79
	Empati	6	0.871	0.69
	Beden Dili	5	0.748	0.51
	Ego Geliştirici	5	0.837	0.59
	Kendini Tanıma	6	0.429	0.46

Ölçme araçlarının güvenilirliğini ölçmek için iki temel yöntem bulunmaktadır. Bunlardan birincisi farklı zamanlarda test ve tekrar test yapılarak farklı zamandaki sonuçların karşılaştırılmasıdır. Aslında ölçme aracına güvenmek farklı zaman dilimlerinde aynı sonucu vereceğini bize göstermektedir. Diğer bir yöntem ise ölçme aracının iç tutarlılığının test edilmesidir. Bunu gerçekleştirmek için ise üç farklı yöntem bulunmaktadır. Birincisi; ifadelerin toplam ve kendi arasındaki korelasyonlara bakmak. ikincisi; güvenilirlik katsayısına bakmak ve bunlardan en çok kullanılanı Cronbach Alpha katsayısı. üçüncüsü; birleşik güvenilirlik (composite reliability) değerine bakılmasıdır (Yaşlıoğlu, 2017:78). Güvenilirlik ölçümü hatadan arındırılmış olmalı ve ikinci bir ölçümde de yakın bir sonucu vereceğinin kanıtlanmasıdır. Birleşik güvenilirlik ise (CR) sayısınınca çok fazlaca ve birbirine benzeyen anlatımların güvenilirlik sonuçları ölçmek amacıyla kullanılmıştır.

Cronbach's Alpha (CA) değeri değişken sayısı arttığında yüksek değer verme eğilimdedir. Bundan dolayı birleşik güvenilirlik (CR) Cronbach's Alpha değeri için kontrol aracı olarak kullanılabilir. Her iki değerin de 0.70'den yüksek olması güvenilir olduğunu göstermektedir (Yaşlıoğlu. 2017:82). Bu çalışmada da yapılan güvenilirlik analizleri sonucunda tüm ölçeklerin CA ve CR değerlerinin güvenilir olduğu görülmektedir.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

Dördüncü bölümde toplanan verilerin analiz edilmesiyle ortaya çıkan sonuçlar paylaşılacaktır.

4.1 Ölçklere Ait Betimsel İstatistikler

Bu bölümde Etkili İletişim Becerileri Ölçeği, Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Yaşam doyumu ölçeğine ilişkin betimleyici istatistik sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 4.1: YDÖ EİBÖ YÇUÖ' ne dair Temel Betimleyici İstatistikler

Ölçek	Alt Boyut	Soru Sayısı	Ort.	S	Min.	Mak
Çift Uyum		14	54.93	8.16	28	68
	Uzlaşım	7	29.74	4.65	13	35
	Görüş Birliği	3	10.59	2.01	6	15
	Doyum	4	14.60	3.07	4	20
Yaşam Doyum		5	15.58	4.26	5	23
İletişim Becerisi		30	110.45	12.35	75	139
	Etkin Dinleme	8	19.38	4.05	5	25
	Empati	6	31.52	6.05	14	40
	Beden Dili	5	19.12	3.82	12	30
	Ego Geliştirici	5	22.96	4.83	7	30
	Kendini Tanıma	6	17.47	4.03	7	25

Tablodaki ölçeklerden elde edilen ortalama puanlar, standart sapmaları ve ölçekten elde edilen minimum ve maksimum puanlar verilmiştir. Tüm ölçme araçları: Çift Uyum Ölçeği, Yaşam Doyum Ölçeği ve İletişim Becerileri ölçeği 5 likert tipinde hazırlanmıştır. Bundan dolayı Çift Uyum Ölçeğinden alınabilecek puanlar 15 ile 70 arasında değişirken ortalama puan 54.93 bulunmuştur. Ölçeğin orta noktası 42 olduğundan ortalamadan yüksek bir puan alındığı söylenilebilmektedir. Yaşam doyum ölçeğinden alınabilecek puanlar 5 ile 25 arasında değişirken ortalama alınan puan 15.58 olmuştur. Ölçeğin orta puanı 15 olmasından dolayı ölçekten alınan puanın orta düzeyde olduğu söylenebilir. İletişim Becerileri ölçeğinden alınabilecek puanlar 30 ile 150 arasında değişmektedir ve ölçekten alınan ortalama puan 110.45 olmuştur. Ölçeğin orta noktası 90 olduğundan dolayı ölçekten elde edilen puanın ortalama üstü düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. Böylelikle sonuç olarak ölçek puanlarına bakarak katılımcıların Yaşam Doyum puanı orta olarak değerlendirilebilirken, Çift Uyum ve İletişim Becerileri puanlarının ortalamadan yüksek düzeyde olduğu söylenebilir.

Tablo 4.2: EİBÖ YDÖ YÇUÖ' lerinin Cinsiyet ve Semte Göre Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları

Ölçek	Değişken	N	Ort.	S	t	P	η^2	
Çift Uyum	Cinsiyet	Kadın	221	54.79	8.61	-0.374	0.709	0.000
		Erkek	189	55.09	7.62			
	Semt	Bağcılar	231	57.87	6.24	9.101	0.000	0.169
		Bakırköy	179	51.12	8.77			
Yaşam Doyum	Cinsiyet	Kadın	221	15.76	3.87	0.957	0.339	0.002
		Erkek	189	15.35	4.68			
	Semt	Bağcılar	231	15.79	3.66	1.127	0.243	0.003
		Bakırköy	179	15.30	4.93			
İletişim Becerisi	Cinsiyet	Kadın	221	108.69	12.51	-3.157	0.002	0.024
		Erkek	189	112.51	11.86			

	Bağcılar	231	106.29	9.63			
Semt					-8.037	0.000	0.137
	Bakırköy	179	115.81	13.38			

**p<0.001 . *p<0.05

Tablodaki t testi verilerine göre çift uyumunun cinsiyet ile istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olmadığı $t(408)=0.709$. $p>0.05$ görülmektedir. Semtlere göre aralarında anlamlı bir farkın $t(408)=9.101$. $p<0.001$ olduğu gözlemlenmektedir. Bağcılar bölgesinde bulunan katılımcıların çift uyumlarının (Ort.=57.87. $S=6.24$) Bakırköydekilere göre (Ort.=51.12. $S=8.77$) yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Etki büyüklüğü incelendiğindeyse ($\eta^2=0.169$) yüksek düzeyde bir etkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğü gruplar arasındaki farkın etki gücü hakkında bilgi vermektedir. Etki büyüklüklerinde 0.01 küçük. 0.06 orta düzey. 0.14 ise büyük etki düzeylerini göstermektedir.

Katılımcıların yaşam doyumu incelendiğinde cinsiyete ve semtlere göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. İletişim becerileri ve cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığın $t(408)=-3.157$. $p<0.05$ olduğu tespit edilmiştir. Erkek katılımcıların iletişim becerilerinin (Ort.=112.51. $S=11.86$) kadınlara göre (Ort.=108.69. $S=12.51$) daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\eta^2=0.024$) küçük düzeyde bir etkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların iletişim becerileri semtlere göre incelendiğinde $t(408)=-8.037$. $p<0.001$ istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu bulunmuştur. Bakırköy ilçesinde ikamet edenlerin (Ort.=115.81. $S=13.38$) Bağcılar ilçesinde ikamet edenlere göre iletişim becerilerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\eta^2=0.137$) yüksek düzeyde bir etkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4.3: Çift Uyumu Ölçeğinin Sosyo-demografik Özelliklere Göre ANOVA Testi Sonuçları

	N	Ort.	S	F	p	Fark	ω^2
--	---	------	---	---	---	------	------------

	20-30	130	60.37	5.25			1>2 ^c	
Yaş	31-40	114	51.79	8.28	71.724	0.000^{a**}	1>3	0.205
	41-65	166	52.82	7.88				
	20-30	98	60.78	5.61			1>2 ^c	
Eşinin Yaşı	31-40	123	55.69	5.95	61.922	0.000^{a**}	1>3	0.207
	41-65	189	51.40	8.66			2>3	
	17-23	153	54.65	8.57				
Evlilik Yaşı	24-26	130	56.19	8.22	2.558	0.079		0.007
	27-37	127	53.96	7.47				
	17-23	109	56.64	6.68			1>3 ^c	
Eşinin Evlenme Yaşı	24-26	96	56.07	8.62	7.283	0.001^{a**}	2>3	0.027
	27-37	205	53.48	8.43				
	İlk-ortaokul	112	54.64	7.09				
Eğitim	Lise	141	54.81	9.14	0.194	0.824		0.003
	Lisansüstü ve üstü	157	55.24	7.99				
	İlk-ortaokul	111	54.08	7.80				
Eşinin Eğitimi	Lise	162	55.16	8.67	0.834	0.435		0.002
	Lisans ve üstü	137	55.34	7.83				
	Düşük	35	47.66	7.73			3>1 ^b	
Gelir	Orta	331	55.17	7.64	21.166	0.000^{**}	2>1	0.089
	Yüksek	44	58.91	8.89			2>3	
	Düşük	32	45.84	8.08	24.917	0.000^{**}	3>1 ^b	0.104

Eşinin Geliri	Orta	329	55.49	7.57			2>1	
	Yüksek	49	57.08	8.46				
Evlenme Şekli	Görücü usulü	104	52.61	9.09			2>1 ^c	
	Sosyal medya	16	59.88	2.60			3>1	
	Aşk ve sevgi	219	55.54	7.48	12.331	0.000^{a**}	4>1	0.031
	Akraba evliliği	30	56.13	3.82			2>3	
	Diğer	41	54.73	11.11			2>4	
Evlilik Süresi	0-5	126	59.95	6.57			1>2 ^c	
	6-10	87	53.38	6.79			1>3	
	11-20	70	51.33	9.65	31.31	0.000^{a**}	1>3	0.168
	20 ve üzeri	127	52.98	7.28			1>4	
Çocuk Sayısı	Yok	74	57.65	6.19			1>3 ^c	
	1	155	56.97	8.57	24.182	0.000^{a**}	2>3	0.093
	2 ve üstü	181	52.07	7.63				

**p<0.001. *p<0.05. a=Welch istatistiği. b=Tukey testi. c=Games-Howell

Tablo incelendiğinde çift uyumu ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür $F(2, 407) = 71.724$, $p < 0.001$. Varyanslar homojen dağılmadığında Welch istatistiği kullanılmıştır. Grup farklılıklarını tespit etmek için kullanılan Post-Hoc testlerinde Varyanslar homojen dağıldığında Tukey homojen dağılmadığında ise Games-Howell tercih edilmiştir. Buna göre yaşı 20-30 arasında olan (Ort.=60.37, $S=5.25$) katılımcıların hem 31-40 yaş arasına (Ort.=51.79, $S=8.28$) göre hem de 41-65 yaş arasına (Ort.=52.82, $S=7.88$) göre anlamlı bir farkın olduğu bulunmuştur. Yaşa göre çift uyumları önce düşme sonra tekrar yükselme göstermiştir. Omega kare etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.204$) oldukça yüksek bir etki büyüklüğünün olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların eşlerinin yaşlarının çift uyumu üzerinden değerlendirildiğinde $F(2, 407) = 61.922$. $p < 0.001$ anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Buna göre yaşı 20-30 arasında olan (Ort.=60.78. $S=5.61$) katılımcıların hem 31-40 yaş arasına (Ort.=55.69. $S=5.95$) göre hem de 41-65 yaş arasına (Ort.=51.40. $S=8.66$) göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca 31-45 yaş arasındakilerin 41-45 yaş arasındakilere göre yüksek çift uyumu olduğu görülmektedir. Böylelikle eş yaşının artmasıyla çift uyumunun düştüğü söylenebilmektedir. Omega kare etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.207$) oldukça yüksek bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Evlenme yaşı ile çift uyumu arasında $F(2, 407) = 2.558$. $p > 0.05$ anlamlı bir ilişkinin olmadığı fakat eşinin evlenme yaşıyla çift uyumu arasında $F(2, 407) = 7.283$. $p < 0.001$ sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum da evlenme yaşı ile çift uyumunun istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu göstermektedir. Eşi 17-23 arasında (Ort.=56.64. $S=6.68$) evlenenlerin hem 24-26 yaşında (Ort.=56.07. $S=8.62$) evlenenlerden hem de 27-37 yaşında (Ort.=53.48. $S=8.43$) evlenenlerden anlamlı bir şekilde ortalamalarının yüksek olduğu görülmüştür. Böylelikle eşi erken evlenenlerin çift uyum seviyelerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.027$) düşük ve orta arasında bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların ve eşlerinin eğitim durumlarının çift uyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Katılımcıların gelir durumu incelendiğinde ise gelire göre çift uyumlarında $F(2, 407) = 21.166$. $p < 0.001$ istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur. Yüksek gelirin (Ort.=58.91. $S=8.89$) hem düşük gelire (Ort.=47.66. $S=7.73$) göre hem de orta gelire (Ort.=55.17. $S=7.64$) göre daha yüksek çift uyumunun olduğu görülmektedir. Aynı zamanda orta gelir de düşük gelire göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Böylelikle gelir durumu arttıkça çift uyumlarının da arttığı gözlemlenmektedir. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.089$) orta bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların eşlerinin gelir durumuna göre çift uyumuna bakıldığında ise benzer şekilde $F(2, 407) = 24.917$. $p < 0.001$ sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum da eşlerin gelir durumu ile çift uyumunun istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu göstermektedir. Hem yüksek gelirin (Ort.=57.08. $S=8.46$) hem de orta gelirin (Ort.=55.49. $S=7.57$) düşük gelire (Ort.=45.84. $S=8.08$) göre anlamlı bir şekilde

yüksek çift uyumuna sahip olduğu gözlemlenmiştir. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.104$) orta ve yüksek arasında bir etki büyüklüğünün olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların evlenme şekilleri ile çift uyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında ise aralarında $F(4, 407)= 12.331$. $p<0.001$ anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Görücü usulünün (Ort.=52.61. $S=9.09$) tüm diğer evlenme şekillerinden daha düşük bir çift uyumuna sahip olduğu. En yüksek çift uyumuna sahip olan grubun ise sosyal medya şekli (Ort.=59.88. $S=2.60$) olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.031$) düşük ve orta arasında bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların evlilik süreleriyle çift uyumu arasında $F(3, 407)= 31.310$. $p<0.001$ sonucuna ulaşılmış yani istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. Genel olarak bakıldığında evlilik süresi arttıkça önce çift uyum puanlarının düştüğü sonrasında da tekrar yükseldiği görülmüştür. Evlilik sürelerinde en yüksek çift uyumuna sahip olan grubun 0-5 yıl (Ort.=59.95. $S=6.57$) olduğu tespit edilmiştir. En düşük çift uyumuna sahip olan grubun ise 11-20 yıl (Ort.=51.33. $S=9.65$) olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.168$) yüksek bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların sahip olduğu çocuk sayılarıyla çift uyumu incelendiğinde aralarında anlamlı bir farkın olduğu $F(2, 407) = 24.132$. $p<0.001$ tespit edilmiştir. Çocuğu olmayanların (Ort.=57.65. $S=6.19$) ve 1 çocuğu olanların (Ort.=56.97. $S=8.57$) 2 ve üstü çocuk sahibi olanlara (Ort.=52.07. $S=7.63$) göre daha yüksek çift uyumlarının olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.093$) orta ve yüksek arasında bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 4.4: Yaşam Doyumun Sosyo-demografik Verilere Göre ANOVA

Sonuçları

	N	Ort.	S	F	p	Fark	ω^2
Yaş	20-30	130	17.99	2.67	52.062	1>2 ^c	0.156
	31-40	114	15.12	4.19		1>3	

	41-65	166	13.99	4.50			2>3	
Eşinin Yaşı	20-30	98	17.61	2.23			1>2 ^c	
	31-40	123	16.20	5.10	45.972	0.000^{a**}	1>3	0.111
	41-65	189	14.11	3.95			2>3	
Evlilik Yaşı	17-23	153	15.78	3.82				
	24-26	130	16.04	4.01	2.336	0.099		0.008
	27-37	127	14.86	4.91				
Eşinin Evlenme Yaşı	17-23	109	15.71	4.14				
	24-26	96	16.30	2.93	3.212	0.042^{a*}	2>3 ^c	0.006
	27-37	205	15.17	4.79				
Eğitim	İlk-ortaokul	112	14.07	2.78			3>1 ^c	
	Lise	141	15.14	5.30	29.043	0.000^{a**}	3>2	0.078
	Lisansüstü ve üstü	157	17.04	3.61				
Eşinin Eğitimi	İlk-ortaokul	111	13.84	3.49			2>1 ^c	
	Lise	162	15.74	4.83	21.339	0.000^{a**}	3>1	0.068
	Lisans ve üstü	137	16.79	3.64				
Gelir	Düşük	35	7.46	2.95			3>1 ^b	
	Orta	331	15.97	3.47	130.187	0.000^{**}	2>1	0.386
	Yüksek	44	19.09	2.48			3>2	
Eşinin Geliri	Düşük	32	8.06	4.10			2>1 ^c	
	Orta	329	16.18	3.52	58.729	0.000^{a**}	3>1	0.259
	Yüksek	49	16.41	4.32				

	Görücü usulü	104	13.86	4.90			2>1 ^c	
	Sosyal medya	16	18.00	2.31			3>1	
Evlenme Şekli	Aşk ve sevgi	219	16.14	4.01	34.625	0.000^{a**}	2>4	0.123
	Akraba evliliği	30	12.67	1.88			3>4	
	Diğer	41	18.10	2.70			4>1	
	0-5	126	18.13	2.47			1>2 ^c	
Evlilik Süresi	6-10	87	14.98	5.20			1>3	
	11-20	70	13.40	5.21	44.177	0.000^{a**}	1>4	0.168
	20 ve üzeri	127	14.65	3.06				
	Yok	74	16.09	4.98				
Çocuk Sayısı	1	155	16.41	4.47	8.738	0.000^{a**}	2>3 ^c	0.033
	2 ve üstü	181	14.65	3.54				

**p<0.001. *p<0.05. a=Welch istatistiği. b=Tukey testi. c=Games-Howell

Tabloda yaşı yaşam doyumu üzerinde $F(2, 407) = 52.062$, $p < 0.001$ istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Buna göre yaşı 20-30 arasında olan (Ort.=17.99. $S=2.67$) katılımcıların hem 31-40 yaş arasına (Ort.=15.12. $S=4.19$) hem de 41-65 yaş arasına (Ort.=13.99. $S=4.50$) göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. 31-40 yaş arasındakilerin de 41-65 yaş arasındakilere göre daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu, yaş arttıkça yaşam doyumlarının da azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.156$) yüksek bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların eşlerine göre yaşam doyumu incelendiğinde ise benzer bir şekilde $F(2, 407) = 45.972$. $p < 0.001$ istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin bulunduğu, eşlerinin yaşları arttıkça yaşam doyumlarının da azaldığı tespit edilmiştir. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.111$) orta ve yüksek arasında bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların evlilik yaşları ile yaşam doyumu arasında $F(2, 407) = 2.336$, $p > 0.05$ istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fakat eşlerinin evlilik yaşlarına göre yaşam doyumunda $F(2, 407) = 3.212$, $p < 0.05$ istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. 24-26 yaş arasında evlenenlerin (Ort.=16.30, $S=2.93$) 27-37 yaş arasında evlenenlere (Ort.=15.17, $S=4.79$) göre daha yüksek bir yaşam doyumunun olduğu bulunmuştur. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.006$) çok düşük bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların eğitim durumları ile yaşam doyum puanları arasındaki ilişki incelendiğinde ise aralarında $F(2, 407) = 29.043$, $p < 0.001$ istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Lisans ve üstü eğitim durumuna sahip bulunanların (Ort.=17.04, $S=3.61$) hem ilk-ortaokul (Ort.=14.07, $S=2.78$) hem de lise eğitim durumuna sahip olanlara (Ort.=15.14, $S=5.30$) nazaran yüksek seviyede yaşam doyumuna sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Genel olarak bakıldığında eğitim seviyesi arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı söylenebilmektedir. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.078$) orta düzey bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir. Katılımcıların eşlerinin eğitim durumlarına göre yaşam doyumları hemen hemen benzer bir ilişkinin ve etki büyüklüğünün var olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gelir durumları ile yaşam doyumları incelendiğinde ise $F(2, 407) = 130.187$, $p < 0.001$ aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Yüksek gelire sahip olanların (Ort.=19.09, $S=2.48$) hem düşük gelir (Ort.=7.46, $S=2.95$) hem de orta gelir seviyesine (Ort.=15.97, $S=3.47$) göre daha yüksek bir yaşam doyumuna ulaşılmıştır. Ayrıca yüksek gelir seviyesinde olanlar orta gelir seviyesinde olanlara göre daha yüksek yaşam doyumuna sahiptir. Genel olarak bakıldığında gelir seviyesi arttıkça yaşam doyumunun da arttığı görülmektedir. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.386$) oldukça yüksek düzeyde bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir. Katılımcıların eşlerinin gelir durumuna göre yaşam doyumları incelendiğinde ise benzer sonuçların ortaya çıktığı bulunmuştur.

Katılımcıların evlenme şekilleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki incelendiğinde ise $F(4, 407) = 34.625$, $p < 0.001$ istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Evlilik türlerinden sosyal medya (Ort.=18.00, $S=2.31$) ve diğer seçenekleri seçen

(Ort.=18.10, S=2.70) katılımcıların yaşam doyum puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Akraba evliliği (Ort.=12.67, S=1.88) ve görücü usulünü seçenlerin (Ort.=13.86, S=4.90) en düşük yaşam doyumuna sahip olduğu bulunmuştur. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.123$) yüksek düzeyde bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Evlilik süreleriyle yaşam doyum ilişkisinin de ise $F(3, 407)=44.177$, $p<0.001$ sonucuna ulaşılmış yani istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. 0-5 yaş arasında evlilik süresine sahip olanların (Ort.=18.13, S=2.47) diğer tüm yıllardan anlamlı bir şekilde farklılaştığı gözlemlenmiştir. Evlilik süresi uzadıkça önce yaşam doyum seviyesi düşmekte 20 ve üzeri yıldan sonra tekrardan artmaktadır. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.168$) yüksek düzeyde bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların çocuk sayılarıyla yaşam doyum ilişkisine bakıldığında ise aralarında $F(2, 407)=8.738$, $p<0.001$ sonucuna ulaşılmış, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. 1 çocuğa sahip olanların (Ort.=16.41, S=4.47) 2 ve üstü çocuğa sahip olanlara (Ort.=14.65, S=3.54) göre yaşam doyum puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.033$) düşük ve orta düzey arasında bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 4.5: İletişim Becerisinin Sosyo-demografik Verilere Göre ANOVA

Sonuçları

		N	Ort.	S	F	p	Fark	ω^2
	20-30	130	111.65	11.34				
Yaş	31-40	114	108.64	11.44	2.191	0.114		0.004
	41-65	166	110.75	13.57				
Eşinin Yaşı	20-30	98	109.72	9.68				
	31-40	123	110.79	12.23	0.315	0.730		0.003
	41-65	189	110.60	13.63				
	17-23	153	108.29	13.53	4.854	0.008^{a*}		0.017

Evlilik Yaşı	24-26	130	112.71	10.30			2>1 ^c	
	27-37	127	110.74	12.43				
Eşinin Evlenme Yaşı	17-23	109	110.62	12.28				
	24-26	96	107.75	12.63	3.262	0.039*	3>2 ^b	0.011
	27-37	205	111.62	12.11				
Eğitim	İlk-ortaokul	112	103.61	12.71			2>1 ^c	
	Lise	141	110.05	11.81	36.562	0.000^{a**}	3>1	0.149
	Lisansüstü ve üstü	157	115.69	9.91			3>2	
Eşinin Eğitimi	İlk-ortaokul	111	104.72	9.24			2>1 ^c	
	Lise	162	110.05	14.07	38.815	0.000^{a**}	3>1	0.111
	Lisans ve üstü	137	115.56	10.08			3>2	
Gelir	Düşük	35	112.77	11.73				
	Orta	331	110.49	12.96	2.675	0.076		0.001
	Yüksek	44	108.30	6.56				
Eşinin Geliri	Düşük	32	114.19	7.63				
	Orta	329	110.51	12.97	5.815	0.005*	1>3 ^b	0.008
	Yüksek	49	107.61	9.69				
Evlenme Şekli	Görücü usulü	104	106.04	12.82			1>2 ^c	
	Sosyal medya	16	100.56	4.53			3>1	
	Aşk ve sevgi	219	113.04	11.30	58.593	0.000^{a**}	1>4	0.205
	Akraba evliliği	30	98.53	7.32			3>2	
	Diğer	41	120.37	7.68			3>4	

	0-5	126	113.22	11.38			1>2 ^b	
Evlilik Süresi	6-10	87	107.03	11.34	5.396	0.001**	1>4	0.031
	11-20	70	112.09	12.39			3>2	
	20 ve üzeri	127	109.13	13.25				
	Yok	74	115.38	11.93			1>2 ^c	
Çocuk Sayısı	1	155	110.41	10.22	8.163	0.000***	1>3	0.035
	2 ve üstü	181	108.46	13.61				

**p<0.001. *p<0.05. a=Welch istatistiği. b=Tukey testi. c=Games-Howell

Tablo incelendiğinde yaşı ve eşinin yaşının iletişim becerileri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkisinin olmadığı bulunmuştur.

Katılımcıların evlilik yaşları ile iletişim becerileri arasında $F(2, 407) = 4.854$, $p < 0.05$ istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre 24-26 yaşlarında evlenenlerin (Ort.=112.71, $S=10.30$) 17-23 yaşlarında evlenenlere (Ort.=108.29, $S=13.53$) göre yüksek iletişim becerisine sahip olduğu tespit edilmiştir. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.017$) düşük bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir. Katılımcıların eşlerinin evlilik yaşlarına göre değerlendirirsek ise 27-37 (Ort.=111.62, $S=12.11$) yaş arasında evlenenlerin 24-26 yaş arasında evlenenlere (Ort.=107.75, $S=12.63$) göre daha yüksek bir iletişim becerisinin olduğu görülmektedir. Etki büyüklüğü ise ($\omega^2=0.011$) ile düşük bir etki büyüklüğüne sahiptir.

Katılımcıların eğitim durumları ile iletişim becerileri arasında $F(2, 407) = 36.562$, $p < 0.001$ sonucuna ulaşılmıştır. Yani istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna varılmıştır. Eğitim seviyesi arttıkça iletişim becerisinin de arttığı söylenebilmektedir. Etki büyüklüğü ise ($\omega^2=0.149$) yüksek bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir. Katılımcıların eşlerinin eğitim durumu ise hem anlamlılık düzeyi hem de etki büyüklüğü olarak benzer bir sonuç oluşturmuştur.

Katılımcıların gelir dağılımları ile iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakat eşlerinin gelir durumlarıyla iletişim becerisi arasında $F(2, 407) = 5.815$, $p < 0.05$ anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Eşlerinin düşük gelire sahip olanların (Ort.=114.19, $S=7.63$) yüksek gelirli olanlara (Ort.=107.61,

S=9.69) göre daha yüksek bir iletişim becerisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğün de ise ($\omega^2=0.008$) oldukça düşük bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların evlenme şekilleri ile iletişim becerilerine bakıldığında ise aralarında F (4. 407) = 58.593. $p<0.001$ sonucuna ulaşılmıştır. Yani istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna varılmıştır. Akraba evliliğini seçenlerin (Ort.=98.53. S=7.32) iletişim becerisi en düşük olurken diğer seçeneği seçenlerin (Ort.=120.37. S=7.68) ise en yüksek iletişim becerisine sahip olduğu görülmektedir. Tüm grupların birbirleri ile anlamlı bir farklılığa sahip olduğu görülmektedir. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.205$) oldukça yüksek bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların geçirdikleri evlilik süresi ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise aralarında F(3. 407)= 5.396. $p<0.001$ istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin var olduğu görülmektedir. 0-5 yıl arasında evlilik süresi olanların (Ort.=113.22. S=11.38) hem 6-10 yıl arasındakilere (Ort.=107.03. S=11.34) göre hem de 20 yıl ve üzeri olanlara (Ort.=109.13. S=13.25) göre anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca 11-20 yıl arasında evli kalanların 6-10 yıl arasında evli kalanlardan daha yüksek bir iletişim becerisine sahip olduğu görülmüştür. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.031$) düşük ve orta düzey arasında bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

Katılımcıların çocuk sayıları ile iletişim becerileri arasındaki ilişki incelendiğinde ise aralarında F(2. 407)= 8.163. $p<0.001$ istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Çocuğu olmayan bireylerin (Ort.=115.38. S=11.93) hem bir çocuğu olanlara (Ort.=110.41. S=10.22) göre hem de 2 ve üzeri çocuğu olanlara (Ort.=108.46. S=13.61) göre iletişim becerilerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise ($\omega^2=0.035$) düşük ve orta düzey arasında bir etki büyüklüğünün olduğu gözlemlenmiştir.

4.2. Pearson Momentum Çarpımı Korelasyon Analizi

Tablo 4.6: Pearson Momentum Çarpımı Korelasyon Analizi

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Çift Uyumu	1										
Uzlaşım	.919**	1									
Görüş Birliği	.717**	.559**	1								
Doyum	.796**	.561**	.405**	1							
Yaşam Doyumu	.514**	.420**	.198**	.600**	1						
İletişim Becerisi	-.153**	-.211**	-.211**	0.052	0.033	1					
Etkin Dinleme	0.012	0.000	-.098*	0.096	.244**	.528**	1				
Empati	-.243**	-.311**	-.149**	-0.076	-.197**	.721**	.279**	1			
Beden Dili	-0.019	-0.029	-.196**	.123*	.119*	.437**	0.083	.119*	1		
Ego Geliştirici	-0.089	-.118*	-0.068	-0.014	-0.072	.640**	.114*	.268**	.248**	1	
Kendini Tanımı	0.009	-0.012	-0.056	0.077	.124*	.269**	-0.021	-0.005	-.169**	0.013	1

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

Tabloda inceleme yapıldığında Çift Uyumu ile Yaşam Doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. Yine elde edilen veriler Çift Uyumu ile Yaşam Doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ($r = 0.514$, $p < 0.01$) olduğunu ortaya koymaktadır. Çift Uyumu ile İletişim Becerileri arasında ise negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ($r = -0.153$, $p < 0.01$) olduğu tespit edilmiştir. Son olarak da Yaşam Doyumu ile İletişim Becerileri arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu da elde edilen bulgular arasındadır. Ancak istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin var olmadığı ($r = 0.033$, $p > 0.05$) da ortaya koyulmaktadır.

4.3.Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

İletişim Becerisinin ve Yaşam Doyumunun Çift Uyumu üzerinde yordayıcı bir etkisinin var olduğu hipotezinden hareketle çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bağımsız değişken olan iletişim becerisinin ve yaşam doyumunun çift uyumunu ne derece yordadığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Regresyon analizine geçilmeden önce regresyon varsayımları sırasıyla sınanmıştır. Burada hataların (residual) doğrusal ilişki oluşturması, normal dağılımı, eş varyanslılık (homoscedasticity) ve uç değerlerden arındırılmış olması gerekmektedir. Uç değerlerden arındırılması için Mahalanobis ve Cook uzaklık değerleri kullanılmış ve uç değer tespiti yapılan iki örneklem çıkartılmıştır. Bunun yanı sıra analizde çoklu doğrusallık (multicollinearity) sorununu önlemek adına korelasyon analizi yapılmıştır ve 0.80 üzerinde bir değer bulunamamıştır. Aynı zamanda varyans şişirme faktörü (VIF-Variance Inflation Factor) de dikkate alınmıştır ve VIF değeri 3'ün altında olduğu görülmüştür. Bundan dolayı analizde çoklu doğrusallık sorunu yaşanmadığı görülmüştür. Hataların birbirinden bağımsızlığı varsayımını sağlamak için ise Durbin-Watson katsayısına bakılmış ve 1 ile 3 arasında olduğundan dolayı bu varsayım da sağlanmıştır. Bu varsayımlar doğrultusunda hipoteze ait çoklu doğrusal regresyon sonucu aşağıda verilmektedir.

Tablo 4.7: İletişim Becerisi ve Yaşam Doyumunun Çift Uyumu Üzerine Etkisi

Bağımsız Değişkenler	Sabit	B	%95 GA	SH	B	t	P
Yaşam Doyumu		1.077	0.932 - 1.222	0.074	0.582	14.594	0.000**
	49.923						
İletişim Becerisi		-0.105	-0.154 - -0.055	0.025	-0.165	-4.127	0.000**
R ² _{Adjusted}	0.358						
F (2.407)	113.66						

Not: *p<0.05. **p<0.001

Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda anlamlı bir regresyon modeli $F(2.407) = 113.66$. $p < 0.001$ bulunmuş olup bağımlı değişkendeki varyansın %35.8'inin ($R^2_{\text{Adjusted}} = 0.358$) bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı görülmüştür. Buna göre, bağımsız değişkenlerden yaşam doyumu çift uyumunu pozitif ve anlamlı olarak ($B = 1.077$, $t = 14.594$, $p < 0.001$) yordamaktadır. Diğer bağımsız değişken olan iletişim becerisinin etkisine bakıldığında ise negatif ve anlamlı ($B = 0.105$, $t = -4.127$, $p < 0.001$) şekilde yordamaktadır.



BEŞİNCİ BÖLÜM

DEĞERLENDİRME TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırmaya ilişkin sonuçlara, tartışmalara ve bulgular üzerinden düzenlenen önerilere yer verilmiştir.

5.1. Genel Değerlendirme ve Tartışma

Bu çalışmada, evli bireylerin iletişim becerileri ile evlilik uyum ve yaşam doyumlarının arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu başlık altında, araştırma da elde edilen verilerin analizi ile ulaşılan araştırma bulgularına ilişkin tartışma sonuçları yer almaktadır.

a. Evli bireylerde iletişim becerileri, evlilik uyumu ve yaşam doyumu düzeyleri nasıldır? Sorusuna ait tartışma ve yorumlar;

Katılımcıların İletişim Becerilerinin ortalamadan üst düzeyde, Çift Uyumları ortalamadan yüksek düzeyde, Yaşam Doyumlarının orta düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Göncü, (2014) evlilik ilişkilerini geliştirme programına katılan evli bireylerin evlilik uyum düzeylerinin yükseldiği sonucuna ulaşmıştır.

Kalkan, (2002). Evlilik ilişkisini geliştirme programının evlilerin evlilik ilişkisi geliştirme programına katılanların evlilik uyumlarında farklılık tespit etmiştir.

Bilen, (2019) Suriyeli mültecilerde travma sonrası stres bozukluğu ve yaşam doyumu düzeyinin çeşitli değişkenlere göre incelediği yaşam tatmini seviyesi ile çalışma durumu, psikiyatrik tanı alma, medeni hali ilişkisinde ise anlamlı değişiklik tespit edilmiştir.

b. Evli bireylerin iletişim becerileri, evlilik uyumu ve yaşam doyumu: cinsiyete, yaşa, eğitim düzeyine, çalışma durumuna, gelir düzeyine, evlenme yaşına, evlenme şekline, evlenme süresine, çocuk sayısına, oturduğu semt açısından değerlendirildiğinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmakta mıdır? Sorusuna ait tartışma ve yorumlar;

- **Katılımcıların iletişim becerileri; cinsiyete, yaşa, eğitim düzeyine, çalışma durumuna, gelir düzeyine, evlenme yaşına, evlenme şekline, evlenme süresine, çocuk sayısına, oturduğu semt açısından,**

İletişim becerileri ve cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Erkek katılımcıların iletişim becerilerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Dilber, (2023) Evli kişilerde ilişki özyeterlik, evlilik tatmini ilişkisi ve etkili iletişim becerilerinin aracı rolü üzerine gerçekleştirdiği çalışmada cinsiyete, yaşa, çalışma durumuna, evde hayvan olma durumuna evlilik süresine, flört süresine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar bulmuştur.

Katılımcıların iletişim becerileri semtlere göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu bulunmuştur. Bakırköy ilçesinde ikamet edenlerin Bağcılar ilçesinde ikamet edenlere göre iletişim becerilerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaşın ve eşinin yaşının iletişim becerileri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulunmuştur. Katılımcıların evlilik yaşları ile iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre 24-26 yaşlarında evlenenlerin 17-23 yaşlarında evlenenlere göre yüksek iletişim becerisine sahip olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların eşlerinin evlilik yaşlarına göre değerlendirirsek ise 27-37 yaş arasında evlenenlerin 24-26 yaş arasında evlenenlere göre daha yüksek bir iletişim becerisinin olduğu görülmektedir.

Büyük (2020)'ün üniversite öğrencilerine uyguladığı ölçekler öğrencilerin sahip oldukları iletişim becerileri ve yaş değişkenleri arasında da anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

Çağlar (2019) anne-babaların iletişim becerileri arasındaki farkı ve etki eden faktörleri ölçmek için yaptığı araştırmasındaki analiz sonuçlarına göre çocukların annelerinin iletişim becerileri ve yaş değişkenleri anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Sonuçlar 30 yaş üzerindeki annelerin 30 yaş altındaki annelerden daha yüksek iletişim becerisi puanlarına sahip olduğunu göstermektedir. Bunun yanında babaların iletişim puanları ile yaş değişkenleri anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Katılımcıların eğitim durumları ile iletişim becerilerine bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna varılmıştır. Eğitim seviyesi arttıkça iletişim becerisinin de arttığı söylenebilmektedir. Katılımcıların eşlerinin eğitim durumu ise hem anlamlılık düzeyi hem de etki büyüklüğü olarak benzer bir sonuç oluşturmuştur. Katılımcıların gelir dağılımları ile iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakat eşlerinin gelir durumlarıyla iletişim becerisi arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Eşlerinin düşük gelire sahip olanların yüksek gelirleri olanlara göre daha yüksek bir iletişim becerisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların evlenme şekilleri ile iletişim becerilerine bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna varılmıştır. Akraba evliliğini seçenlerin iletişim becerisi en düşük olurken diğer seçeneği seçenlerin ise en yüksek iletişim becerisine sahip olduğu görülmektedir. Tüm grupların birbirleri ile anlamlı bir farklılığa sahip olduğu görülmektedir.

Kıymaz, (2023) “katılımcıların eşleriyle sosyal medya uygulamaları üzerinden bir iletişim dili geliştirdiklerini ve sosyal medyanın evlilik iletişimine entegre olduğunu göstermektedir.”

Ayer Darcan, (2016) evlilik doyumu ve eş desteği arasında güçlü pozitif bir ilişki saptanırken, evlilik doyumu ve psikolojik iyi oluş arasında zayıf bir pozitif ilişki bulunmuştur. Algılanan eş desteği ile evlenme biçimi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Katılımcıların geçirdikleri evlilik süresi ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin var olduğu görülmektedir. 0-5 yıl arasında evlilik süresi olanların hem 6-10 yıl arasındakilere göre hem de 20 yıl ve üzeri olanlara göre anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca 11-20 yıl arasında evli kalanların 6-10 yıl arasında evli kalanlardan daha yüksek bir iletişim becerisine sahip olduğu görülmüştür. Katılımcıların çocuk sayıları ile iletişim becerileri arasındaki ilişki incelendiğinde ise aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Çocuğu olmayan bireylerin hem bir çocuğu olanlara göre hem de 2 ve üzeri çocuğu olanlara göre iletişim becerilerinin yüksek olduğu bulunmuştur.

Ceylan ve Kılıç Mocan (2017) araştırmasında okul öncesi öğretmenlerinin çocuk sayısının iletişim becerilerini anlamlı bir biçimde etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır.

- **Katılımcıların evlilik uyumu; cinsiyete, yaşa, eğitim düzeyine, çalışma durumuna, gelir düzeyine, evlenme yaşına, evlenme şekline, evlenme süresine, çocuk sayısına, oturduğu semt açısından,**

Katılımcıların çift uyumunun cinsiyet ile istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Semtlere göre aralarında anlamlı bir farkın olduğu gözlemlenmektedir. Bağcılar bölgesinde bulunan katılımcıların çift uyumlarının Bakırköydekilere göre yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

Çift uyumu ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre yaşı 20-30 arasında olan katılımcıların hem 31-40 yaş arasına göre hem de 41-65 yaş arasına göre anlamlı bir farkın olduğu bulunmuştur. Yaşa göre çift uyumları önce düşme sonra tekrar yükselme göstermiştir. Buna karşın Yeşiltepe (2011), Hamamcı (2005), Çınar (2008), Akbaş (2008) ve Çetin (2010) da araştırmalarında bireylerin yaşlarına göre evlilik uyumları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını belirlemişlerdir. Bu araştırma sonuçlarıyla çelişmektedir çalışmaların yapıldığı tarihler arasında yaşanan değişimlerden kaynaklanabilir.

Katılımcıların eşlerinin yaşlarının çift uyumu üzerinden değerlendirildiğinde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre yaşı 20-30 arasında olan katılımcıların hem 31-40 yaş arasına göre hem de 41-65 yaş arasına göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca 31-45 yaş arasındakilerin 41-45 yaş arasındakilere göre yüksek çift uyumu olduğu görülmektedir. Böylelikle eş yaşının artmasıyla çift uyumunun düştüğü söylenebilmektedir. Evlenme yaşı ile çift uyumu arasında bir ilişkinin olmadığı fakat eşinin evlenme yaşıyla çift uyumu arasında bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum da evlenme yaşı ile çift uyumunun istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu göstermektedir. Eşi 17-23 arasında evlenenlerin çift uyum düzeylerinin hem 24-26, hem de 27-37 yaşında evlenenlerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Böylelikle eşi erken evlenenlerin çift uyum seviyelerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların ve eşlerinin eğitim durumlarının çift uyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Katılımcıların gelir durumu incelendiğinde ise gelire göre çift uyumlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur. Yüksek gelirin hem düşük gelire göre hem de orta gelire göre daha yüksek çift uyumunun olduğu görülmektedir. Aynı zamanda orta gelir de düşük gelire göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Böylelikle gelir durumu arttıkça çift uyumlarının da arttığı gözlemlenmektedir.

Tynes ise (1990), çalışmasında, evlilik uyumunun eğitim durumu faktörüne göre farklılaştığını, eğitim seviyesi yüksek çiftlerin, eğitim seviyesi düşük çiftlere nazaran yüksek evlilik uyumuna ulaştıkları tespit etmiştir.

.Bulut (1991), kadınların eğitim seviyeleri arttıkça evliliklerini kötü olarak tanımlama oranının arttığını belirtmiştir.

Katılımcıların eşlerin gelir durumu ile çift uyumu istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Hem yüksek gelirin hem de orta gelirin düşük gelire göre anlamlı bir şekilde yüksek çift uyumuna sahip olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların evlilik uyumları gelir seviyesine göre farklılaşmaktadır. Yapılan çalışmalar bu bulguyu desteklemektedir (Bulut, 1991; Doğan,1998; Güler, 2021; Yalçın, 2014). Çalışma sonuçlarını genel değerlendirdiğimizde kadınların gelir seviyeleri arttıkça evliliklerini ‘iyi’ olarak değerlendirme seviyelerinin arttığı söylenebilir.

Katılımcıların evlenme şekilleri ile çift uyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında ise aralarında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Görücü usulünün tüm diğer evlenme şekillerinden daha düşük bir çift uyumuna sahip olduğu en yüksek çift uyumuna sahip olan grubun ise sosyal medya şekli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Cingisiz (2010) yaptığı bir araştırmada daha önce birbirlerini tanıyarak evlenen ve görücü usulü ile evlenen kişilerin evlilik uyumunu değerlendirmiştir. Elde edilen bulgular flört ederek evlenenlerin görücü usulüne göre daha fazla evlilik uyumuna sahip olduğunu göstermektedir.

Çimen (2007) ise çalışmasında görücü usulü evlenme şekliyle evlenen kişilerin evlilik uyum seviyelerini değerlendirmiştir. Araştırma sonuçları görüşerek evlenen kişilerinin evlilik uyumlarının diğerlerinden anlamlı biçimde yüksek düzeyde bulunduğunu açıklamıştır. Çelik (2006) de görücü usulüyle gerçekleştirilen evlilikler ile ilgili yapmış olduğu bir çalışmada, okul yöneticilerinin evlilik uyumlarının görücü usulüyle evlenenlerde yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Katılımcıların evlilik süreleriyle çift uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. Genel olarak bakıldığında evlilik süresi arttıkça önce çift uyum puanlarının düştüğü sonrasında da tekrar yükseldiği görülmüştür. Evlilik sürelerinde en yüksek çift uyumuna sahip olan grubun 0-5 yıl olduğu tespit edilmiştir. En düşük çift uyumuna sahip olan grubun ise 11-20 yıl olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların sahip olduğu çocuk sayılarıyla çift uyumu incelendiğinde aralarında anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir. Çocuğu olmayanların ve 1 çocuğu olanların 2 ve üstü çocuk sahibi olanlara göre daha yüksek çift uyumlarının olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarıyla benzer şekilde Yılmaz (2009) ve Ödemiş (2008) 'de çocuk sahibi olmayan evli bireylerin evlilik uyumunun anlamlı biçimde yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde Akbaş (2008), Çınar (2008), Tutarel-Kışlak (2002), Gürsoy (2004), Fışıloğlu (1992), Hatipoğlu (1993), evlilik uyumuyla çocuk sahibi olmama arasında anlamlı bir fark tespit etmemiştir.

- **Katılımcıların yaşam doyumu ; cinsiyete, yaşa, eğitim düzeyine, çalışma durumuna, gelir düzeyine, evlenme yaşına, evlenme şekline, evlenme süresine, çocuk sayısına, oturduğu semt açısından;**

Katılımcıların yaşam doyumu incelendiğinde cinsiyete ve semtlere göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yaşın yaşam doyumu üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Buna göre yaşı 20-30 arasında olan katılımcıların hem 31-40 yaş arasına hem de 41-65 yaş arasına göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. 31-40 yaş arasındakilerin de 41-65 yaş arasındakilere göre daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu, yaş arttıkça yaşam doyumlarının da azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların eşlerine göre yaşam doyumu incelendiğinde ise benzer bir şekilde istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin bulunduğu, eşlerinin yaşları arttıkça yaşam doyumlarının da azaldığı tespit edilmiştir. Katılımcıların evlilik yaşları ile yaşam doyumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fakat eşlerinin evlilik yaşlarına göre yaşam doyumunda istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. 24-26 yaş arasında evlenenlerin yaş arasında evlenenlere göre daha yüksek bir yaşam doyumunun olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların eğitim durumları ile yaşam doyum puanları arasındaki ilişki incelendiğinde ise aralarında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Lisans ve üstü eğitim durumuna sahip bulunanların hem ilk-ortaokul hem de lise eğitim durumuna sahip olanlara nazaran yüksek seviyede yaşam doyumuna sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Genel olarak bakıldığında eğitim seviyesi arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı söylenebilmektedir. Katılımcıların eşlerinin eğitim durumlarına göre yaşam doyumları hemen hemen benzer bir ilişkinin ve etki büyüklüğünün var olduğu görülmektedir.

Aksoy, (2022) Lisansüstü ve ilköğretim mezunu olan kişilerin yaşam tatmin düzeylerinin ön lisans ve ortaöğretim mezunu olanlara göre yüksek düzeyde bulunmuştur. Evlilik yaşam tatmininin sosyal medyada geçirilen zaman çoğaldıkça azaldığı görülmüştür. Yalnızca özel zamanlarda paylaşım yapan kişilerin evlilik yaşam tatmini yüksek çıkmıştır.

Katılımcıların gelir durumları ile yaşam doyumları incelendiğinde ise aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Yüksek gelire sahip olanların hem düşük gelir hem de orta gelir seviyesine göre daha yüksek bir yaşam doyumuna ulaşılmıştır. Ayrıca yüksek gelir seviyesinde olanlar orta gelir seviyesinde olanlara göre daha yüksek yaşam doyumuna sahiptir. Genel olarak bakıldığında gelir seviyesi arttıkça yaşam doyumunun da arttığı görülmektedir. Katılımcıların eşlerinin gelir durumuna göre yaşam doyumları incelendiğinde ise benzer sonuçların ortaya çıktığı bulunmuştur.

Barakas, (2023) Yüksek ve orta seviyede “mahremiyet bilinci” olan evli kişilerde “benlik ayrılaşmasının” “yaşam doyumunu” tesiri yükselmektedir. Evli kişilerin birlikteliğin “mahremiyetini koruma” şuru yükseldikçe “benlik ayrılaşmasının” “yaşam doyumunu” tesiri çoğalmaktadır. Benzer şekilde çalışmasında Şahin (2010) öğretmenlerin duyumsadıkları sosyal ve ekonomik seviyeye bağlı bir şekilde yaşam doyumunda farklılık ortaya çıktığını ileri sürmektedir. Öğretmenler yaşamdan elde ettiği doyumun, sosyal ve ekonomik düzeyin düşüşüyle anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur. Sosyal ve ekonomik seviyeye bağlı bir şekilde algısı değişen öğretmenin yaşam doyumunu da azalmaktadır. Ayrıca öğretmenin ihtiyaç ve beklentileri hudutlu karşılandığı vakit düşük sosyal ve ekonomik düzey algısında, herhangi bir beklenti karşılandığında dahi mutluluk sağlanmaktadır. Ortaya çıkan bu durum ise öğretmenlerin haz ve tatmin elde etmesine yardımcıdır.

Easterlin (2003) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmaya göre bireyin var olduğu zaman süresince, belli bir yaşa gelinceye dek sosyal ve ekonomik düzeyinde yaşanan yükselmenin yaşamdaki genel mutlulukla ve bununla ilişkili olarak yaşam doyumunda olumlu tesiri söz konusu olmaktadır. Farklı bir şekilde ifade etmek gerekirse ekonomik konum arttığı doğrultuda, yaşam tatmini seviyesinde de yükselme görülmektedir (Gülcan, 2014).

Katılımcıların evlenme şekilleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki incelendiğinde ise istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Evlilik türlerinden sosyal medya ve diğer seçenekleri seçen katılımcıların yaşam doyum puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Akraba evliliği ve görücü usulünü seçenlerin en düşük yaşam doyumuna sahip olduğu bulunmuştur.

Evlilik süreleriyle yaşam doyum ilişkisinin de ise sonucuna ulaşılmış yani istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. 0-5 yaş arasında evlilik süresine sahip olanların diğer tüm yıllardan anlamlı bir şekilde farklılaştığı gözlemlenmiştir. Evlilik süresi uzadıkça önce yaşam doyum seviyesi düşmekte 20 ve üzeri yıldan sonra tekrardan artmaktadır.

Yıldız (2018: 70-75) uzun süren evliliklerin sahip olduğu yaşam doyumunu, evlilik tatmini ve mutluluk seviyelerinin, çalışan ya da çalışmayan evli kadınlarda eksildiği neticesine ulaşılmıştır. Çalışma belli bir süre belirtmediği için destekler ya da çelişir olduğu belli değildir.

Çelik, (2012) Evlilikte yaşam tatmini, evlilik süresi, cinsel çekingenlik, evlenme şekli ve cinsiyet ile çocuk sayısının evli kişilerin cinsel özgüven seviyesinde ortak tesirinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Farklı değişkenler kullanıldığı için çalışma sonuçları farklı olabilmektedir.

Katılımcıların çocuk sayılarıyla yaşam doyum ilişkisine bakıldığında ise anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. 1 çocuğa sahip olanların 2 ve üstü çocuğa sahip olanlara göre yaşam doyum puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

c. Evli bireylerde iletişim becerileri, evlilik uyumu ve yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır? Sorusuna ait tartışma ve yorumlar;

Çift Uyumu ile Yaşam Doyumu arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Çift Uyumu ile İletişim Becerileri arasında ise negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yaşam Doyumu ile İletişim Becerileri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Baran (2013) ise evli kadınların evlilik doyum seviyelerini iletişim çatışmaları eğitiminin pozitif yönde etkilediğini; Seider, Hirschberger, Nelson ve Levenson (2009) çiftlerin uyum ve iletişimlerinde biz dilini tercih etmelerinin evlilik ilişkisinde oluşan sorunların çözümünü ve hızlandırdığını evlilik ilişkisindeki mutluluk seviyesini arttırdığını; Noller ve Fitzpatrick (1990) evlilik doyumu ile çiftler arasındaki iletişim şekli arasında bir ilişki olduğunu; Burleson ve Denton (1997) evlilik doyumu ve iletişim becerileri ile alakalı değerlendirmelerin problemsiz çiftlerde daha pozitif olduğunu, problem yaşayan eşlerin değerlendirmelerinin ise daha negatif olduğunu; Young ve Long (1998) evlilik doyumunda çiftlerin sorumluluk alma, açık iletişim oluşturmada destekleyici olma ve empatik bakış açısıyla ilerleme gibi niteliklerinin yol gösterici rol üstlendiğini vurgulamaktadırlar.

d. Evli bireylerde iletişim becerileri ile yaşam doyumu evlilik uyumunu anlamlı düzeyde yordamakta mıdır? Sorusuna ait tartışma ve yorumlar;

Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda bağımsız değişkenlerden yaşam doyumu çift uyumunu pozitif ve anlamlı olarak yordamaktadır. Diğer bağımsız değişken olan iletişim becerisinin etkisine bakıldığında ise negatif ve anlamlı şekilde yordamaktadır.

Dilber, (2023) Evli kişilerde ilişki özyeterlik, evlilik tatmini ilişkisi ve etkili iletişim becerilerinin arasındaki ilişkiyi incelemiş, evlilik doyumu ve ilişki özyeterliğinin arasında olumlu anlamlı ilişki tespit etmiştir. İletişim becerisinin de evlilik doyumu ve ilişki özyeterlik arasında etkili olduğu bulunmuştur.

5.2. Araştırmanın Anlattıkları

1-Araştırma sonuçlarında Yaşam Doyumu orta olarak bulunmuş. Çift Uyum ve İletişim Becerilerinin ortalamadan yüksek olduğu tespit edilmiştir. Günümüzde teknoloji hızla gelişmekte tüketim artmaktadır. Tüketim ürünlerine ulaşmak kolaylaşsa da onu karşılamak için olması gereken maddi gereçler yetersiz kalmakta bu da mutsuzluğa sebep olmaktadır. Günümüz insanlarına değer eğitimleri verilerek eskiden olduğu gibi değerlerimiz kıymetlendirilerek maddi gereçlerle mutluluğu aramak yerine değerleriyle mutlu olan bir toplum oluşabilir.

2- Çift uyumunun cinsiyet ile istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Semtlere göre aralarında anlamlı bir farkın olduğu gözlemlenmektedir. Bağcılar bölgesinde bulunan katılımcıların çift uyumlarının Bakırköydekilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşam doyumu incelendiğinde cinsiyete ve semtlere göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. İletişim becerileri ve cinsiyet arasında anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir. Erkek katılımcıların iletişim becerilerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Etki büyüklüğüne bakıldığında ise küçük düzeyde bir etkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların iletişim becerileri semtlere göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu bulunmuştur. Bakırköy ilçesinde ikamet edenlerin Bağcılar ilçesinde ikamet edenlere göre iletişim becerilerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır .

İletişim öğrenilebilir geliştirebilir bir kavram iletişim becerileri ilgili belediyelerle görüşülüp düzenli halkın katılabileceği seminerler. organizasyonlar. afişlerle desteklenebilir. Kadın kolları ve Aile Bakanlığı bu konuda çalışmalar yürütebilir. Okullarda velilere seminerler verilebilir.

3- Çift Uyumu ile Yaşam Doyumu arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Çift Uyumu ile İletişim Becerileri arasında ise negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Son olarak da Yaşam Doyumu ile İletişim Becerileri arasında pozitif yönlü fakat istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin var olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.Sonuçlara bakıldığında çift uyumunun yaşam doyumunu destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Bu durumda uzlaşamayan çiftlerimiz için çift terapileri tavsiye edilebilir. Böylelikle yaşam doyumlarına katkı sağlanmış hem de aile müessesesi korunmuş olur.

4- Bağımsız değişkenlerden yaşam doyumu çift uyumunu pozitif ve anlamlı olarak yordamaktadır. Diğer bağımsız değişken olan iletişim becerisinin etkisine bakıldığında ise negatif ve anlamlı şekilde yordamaktadır.

Yaşam doyumu çift uyumu ilişkisini desteklemek için kişilerin bireysel anlamdaki yaşam doyum kavramı değerlendirilebilir. Kişilerin bireysel anlamda olan bu doyumsuz tatminsizliği çift ilişkisine de yansıtacağından bu durumda ne yapılabilir onu değerlendirmek gerekir. Yani kişisel olarak hayattan beklentimiz neler neden yaşam doyumuna ulaşamıyoruz çok uç istekler ya da ideallerse bu durumda ne yapabiliriz bunu ölçmek gerekmektedir. Depresif bir durumumuz çözemediğimiz ilişki ağlarında psikoterapi almak önemlidir. Onun dışında sosyal çevre aile desteği de kişiyi yaşamda doyuma ulaştıran yaşamı anlamlı kılan sebeplerdir. Çeşitli kurslara katılmak yeni aktivite bir dil öğrenmek, spor yapmak, hobilerimizi arttırmak, düzenli yürüyüşler yapmak da ruh sağlığı dolayısıyla yaşam doyumu üzerinde pozitif etki sağlayacaktır.

5.3. SONUÇ

Araştırma gerçekleştirilmiş sonuçlar paylamıştır. Bu bölümde diğer araştırmalar için bazı öneriler de bulunulacaktır.

1. Bu çalışma İstanbul ili Avrupa yakasındaki iki semt ile sınırlı kalmıştır. Aynı çalışma farklı bir ilde gerçekleştirilip sonuçlar değerlendirilebilir.
2. Bu çalışma ön test son test yöntemi kullanılarak katılımcılara belli eğitimler verilerek aradaki fark araştırılabilir.

KAYNAKÇA

- Açıkgöz, H. M. (2005). *Etkili iletişim*. Ankara: Elis.
- Addis, J. ve Bernard, M. E. (2002). Marital Adjustment and Irrational Beliefs. *Journal Of Rationalemotive & Cognitive-Behavior Therapy*. 20(1): 3-13.
- Akbaş, M. (2008). *Endüstri meslek liselerinde görev yapan öğretmenlerin evlilik uyumları ile öğretmenlik tutumları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akdemir, A. Karaoğlan, A. Karakaş, G. (2006). *Çift terapisi. Türkiye’de Psikiyatri*. 28 (2): 122-8.
- Akkoyun, F. (2011). *Transaksiyonel analiz: Psikolojide İşlemsel Çözümleme Yaklaşımı* Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Akpınar, B. Kırılıoğlu, M. (2020). Bazı değişkenler açısından evlilik uyumunun incelenmesi ve toplumsal cinsiyet rolleri tutumunun evlilik uyumuna etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*. 23(2):736-46.
- Aksoy, S. (2022). *Evli Kişilerde Sosyal Medya Kullanımı İle Evlilik Yaşam Tatmini Arasındaki İlişkinin İncelenmesi- Batman İli Örneği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Yalova Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yalova.
- Aktaş. S. (2009). *Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Atan, A. (2016). *Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının ebeveynlerin iletişim becerilerine. çift uyumuna. evlilik doyumuna ve 5-6 yaş çocuklarının sosyal duygusal uyumuna etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Denizli.
- Ateş, F. B. (2019). Kuram ve uygulamaları ile aile danışmanlığı. T. Akbaş ve N. Ş. Özabacı (Ed.), *Aile danışmanlığı* (1. Basım) içinde (3-37). Ankara: Pegem.
- Ayer, Darcan, F. (2016). *Evlilik Doyumunun, Eş Desteği, Evlilik İletişim Şekilleri ve Psikolojik İyi Oluş ile İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Beykent Üniversitesi. Sosyal Bilimler Üniversitesi. İstanbul.

- Aydın, H. (2021). *Aile işlevselliğini geliştirmeye yönelik müdahale programının ve evlilik uyumunu arttırmaya yönelik aile ve çift terapisinin dehb'li çocukların gelişimine etkisi*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Trabzon Üniversitesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Trabzon.
- Aydın, K. (2004) *Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeyleri ve tükenmişliği etkileyen bazı faktörlerin incelenmesi Aksaray il örneği*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi. Ankara.
- Baltaş, Z. (2007). *Bedenin Dili*. İstanbul: Remzi.
- Barakas, R. (2023) *Evli Bireylerde Benlik Ayrışmasının Evlilik Kalitesi ve Yaşam Doyumu ile İlişkisinde Mahremiyet Bilincinin Düzenleyici ve Aracı Rolü* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Arel Üniversitesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.
- Baran, M. (2013). *Kadınlara verilen iletişim çatışmaları eğitiminin evlilik doyumu üzerine etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi. Erzurum.
- Başaran, İ. E. (1999). *Eğitime Giriş*. Ankara: Umut Yayın-Dağıtım.
- Beşpınar. U. F. (2014). *Toplumsal Cinsiyet ve Aile. Türk Aile Yapısı Araştırması. Türkiye Aile Yapısı Araştırması Tespitler. Öneriler. Araştırma ve Sosyal Politika Serisi. 7: 234-276*.
- Bıçakçı, İ. (2000). İletişim ve Halkla İlişkiler. *Mediacat Kitapları*. Ankara.
- Bilen, D. (2019). *Suriyeli Mültecilerde Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Yaşam Doyumu Düzeyinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Mersin.
- Bodenmann, G. (2000). *Stress und Coping bei Paaren*. Göttingen: Hogrefe.
- Bradbury, T. N. Fincham. F. D. ve Beach. S. R. H. (2000). *Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in Review. Journal of Marriage and the Family. 4(62): 964-980*.
- Brüchner, V. (2011). *Einfluss der Elterlichen Partnerschaftsqualiteat auf das prosoziale Verhalten des Kindergartenkindes*. (Diplomarbeit, Universiteit Wien), Studium für Psychologie.

- Bromley, D.G. (1997). *Presidential Adress Remembering The Future: A sociological Narrative of Crisisepisodes. Collective Action. Culture Workers And Counter Movements. Sociology of Religion* (58):105-140.
- Buluş, M. ve Bağcı, B. (2016). Evlilik Doyumu: Aile Yılmazlığı ve Etkili İletişim Becerilerinin Rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. (40): 136-152.
- Bulut, İ. (1991). *Türkiye’de Erken Evlenme*. Türk Aile Ansiklopedisi 2. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı. Ankara.
- Büyük, G. M. (2020). *Bir Grup Üniversite Öğrencisinin İletişim Becerileri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul
- Büyüköztürk, Ş. (2002). Faktör analizi: *Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*. 32. 470-483.
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (24.baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Canel, A. N. (2007). *Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Canel, N. A. (2012). *Evlilik ve Aile Hayatı*. T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. İstanbul.
- Celik, M. (2018). *The Study of Marriage Adjustment of Teachers In Terms of Life Satisfaction and The Level of Burnout*. SDU International Journal of Educational Studies. 5(2):40-52.
- Ceylan, E. A. &Kılıç Mocan. D. (2017). *Okul Öncesi Eğitim Öğretmenlerinin İletişim Beceri Düzeylerinin İncelenmesi*. Milli Eğitim Dergisi. 46(215): 111-127.
- Cingisiz, N. (2010). *Ortaöğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin duygusal zekaları ile evlilik doyumları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Cüceloğlu, D. (2012). *Yeniden İnsan İnsana*. İstanbul: Remzi: 95.

- Çağlar, G. (2019). *Anne-Baba İletişim Becerilerinin 60-66 Ay Grubu Çocukların İletişim Becerilerin Etkisinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul
- Çalapkulu, Ç. (2015). *Kişilerarası iletişim sürecinde romantik eşlerde iletişim ötesi iletişim aktörlerinin kullanımı: Anadolu Üniversitesi İletişim Bilimleri Fakültesi Öğrencileri Örneği*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Anadolu Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Eskişehir.
- Çatalı, M. T. ve Melek, K. (2019). Evli Bireylerin Evlilik Değerleri. Evlilik Doyumu ve Evlilik Tipleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*. 3(6):179-186.
- Çavuşoğlu, Ş. Z. (2011). *Bağlanma stilleri evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Çelik, C.K. (2006). *Eğitim yöneticilerinin mesleki tükenmişlikleri ile evlilik doyumu arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi) Gaziosmanpaşa Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Tokat.
- Çelik, E. (2012). *Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeyleri ile Cinsel Öz-Yeterlik, Evlilik Yaşam Doyumu ve Cinsel Utangaçlıklarının İncelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi Sakarya.
- Çelik, M. ve Yazgan, İ. B. (2009). Evlilik Doyum Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. Çukurova Üniversitesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 18 (2):247-269.
- Çelik, Y. (2023) *Sıla-İ Rahim Yalnızlık Psikolojik İyi Oluş Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiler* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). On Dokuz Mayıs Üniversitesi. Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı. Samsun
- Çetin, B.T. (2010). *Evlilik doyumunun bazı değişkenlere göre yordanması*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Ege Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir.
- Çınar, L. (2008). *Evlilik doyumu: cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

- Çimen, Ş. E. (2007). *Görücü usulü ve anlaşarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Çokluk, Ö. Şekercioglu. G. ve Büyüköztürk. Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Dağlı, A. Baysal, N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe' ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 15(59):1250-1262.
- Dattilio, F.M. ve Bevilacqua. L. J. (2000). *Comperative treatments for realitionship dysfunction*. *Springer Series on Comperative Treatments for Psychological Disorders*. 1-10
- Demiray, U. (2006). *Genel İletişim*. Ankara: Pegem A.
- Demirci, Kulaber, M. (2019). *Evli Bireylerin Öznel İyi Oluş Düzeyleri ile Mizah Tarzları, Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Trabzon Üniversitesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Trabzon.
- Diener, E. (1984). *Subjective well-being*. *Psychological Bulletin*, 95, 542–57.
- Diener. E.. Emmons. R. A.. Larsen. R. J. and Griffin. S. (1985). *The Satisfaction With Life Scale*. *Journal of Personality Assessment*. 49 (1):71-75.
- Dikmen, A. A. (1995). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi. Ankara Üniversitesi. *Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*. 50 (3):115-140.
- Dilber, G. (2023) *Evli Bireylerde İlişki Özyeterlik, Evlilik Doyumu İlişkisi ve Etkili İletişim Becerilerinin Aracı Rolü Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Doğan, C. (2013). *Ailede İletişim Sanatı*. İstanbul: Kalbi Kitaplar. 250.
- Doğan, C. ve Doğan. S. (2011). *İnsanlar konuşa konuşa: Aile içi iletişim-aile sosyolojisi- eğitim ve başarı*. İstanbul: Elis.188.

- Dönmez, M. (2019). *İlişkide Bilişsel Çarpıtma. Evlilikte Problem Çözme. Evlilik Uyumu ve Tolerans Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Gaziantep.
- Ebenuwa-Okoh. E. E. (2008). Personality Variables As Correlates of Marital Adjustment Among Married Persons In Delta State of Nigeria. *Educational Research and Review*. 3(8): 275-279.
- Ekşi, H. Kahraman, Z. (2012). *Bir Evlilik ve Aile Hayatı Eğitim Programının Evli Kadınlarda Evlilik Uyumuna ve Aile Sistemine Etkisi*. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi. 36:131.
- Elliott, M. W. (1982). *Communication and Empathy In Marital Adjustment*. Home Economics Research Journal. 11(1):77-88.
- Emrahoğlu, E.F. (2021). *Bilinçli Farkındalık. Evlilikte Bilinçli Farkındalık. Empati ve Evlilikte Problem Çözmenin Evlilik Doyumu ile İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmış Tıpta Uzmanlık Tezi) Ankara. Sağlık Bilimleri Üniversitesi.
- Er, E. (2023). *Evlilik uyumu ve ortak ebeveynlik ilişkisinin çocuklarda dışadönük problem davranışları yordama durumunun incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) İnönü Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Malatya.
- Erdinç, İ. (2018). *Evlili çiftlerde. evlilik uyumu. cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek Lisans Tezi). Gelişim Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Erdoğan, İ. (2002). *İletişimi Anlamak*. Erk Yayınevi. Ankara.
- Eriki, Z. B. (2017). *Alkol kullanımının evlilikte çatışma. çatışma çözüm stilleri ve evlilik uyumu üzerindeki etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Ersanlı, K. ve Kalkan, M. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme* (Kuram ve uygulama). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Eskin, M. (2012). Evlilik terapisi için başvuran çiftlerin evlilik doyumu ve evlilik terapisiyle hakkındaki görüşleriyle ilişkili etmenler. *Klinik Psikiyatri*, 15(4), 226-237.

- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisansüstü Öğrencilerinin Evlilik Uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7: 16-23.
- Fidanoğlu, O. (2007) *Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Fincham F. D, Paleari G.ve Regalia C.(2002). *Forgiveness In Marriage: The Role of Relationship Quality, Attributions, and Empathy*. Personal Relationships, (9) 27- 37
- Fowers,BJ. (1993). *Psychology As Public Philosophy: An İllustration of Themoral Dimension of Psychology With Marital Research*. Journal of Theoretical and Philosophical Psychology. (13):124- 136.
- Framo, J. L. (1992). *Family of Origin theory: An intergenerational approach*. New York: Brunner/ Mazel.
- Geçtan, E. (2016). *İnsan olmak*. İstanbul: Metis yayınları.
- Geçtan, E. (2018). *İnsan olmak*. İstanbul: Metis yayınları.
- Gerson, R. (1995). *The family life cycle: Phases. stages and crises. integrating family therapy*. Washington. DC: American psychological Association.
- Gottman. J.ve Silver. N. (1996). *Evliliği Sürdürmenin Yedi İlkesi*. İstanbul: Varlık.
- Göncü, H. A. (2014). *Evlilik İlişkilerini Geliştirme Programının Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeyine Etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İstanbul.
- Gökçe, O. (2001). *İletişim Bilimine Giriş*. Ankara: Turhan.
- Gökçe, O. (2006). *İletişim Bilimi. İnsan İlişkilerinin Anatomisi*. Ankara: Siyasal.
- Gül, G. (2016). *Evlilik biçimleri açısından evlilik uyumu, ilişkilerde yükleme tarzları ve psikolojik dayanıklılık değişkenlerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Gül, T. (2016). *İş görenlerde iş ve yaşam doyumu ilişkisi: Çalışma sosyolojisi bağlamında bir araştırma* (Konaklama işletmeleri üzerine. Kuşadası örneği). (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Gülcan, A. (2014). *Genç Yetişkinlerde İyimserliğin Mutluluk ve Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Üniversitesi. İstanbul.
- Gürel, B. (1996). Aile evlilik türleri ve akrabalık yapısı üzerine bir çalışma ve Kacerdoğanşalı köyünde monografik bir uygulama örneği (Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Güler, K. (2021). Evli Kadınlarda Ayrılık Anksiyetesi. Evlilik Uyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*. 3(4). 272-278.
- Güler, M. (1990). *Endüstri İşletmelerinin İş Doyumu ve Depresyon. Kaygı ve Diğer Bazı Değişkenlerin Etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Güngör, N. (2011). *İletişim Kuram ve Yaklaşımlar*. Ankara: Siyasal.
- Gürgen, H. (2003). *İletişim Süreci ve Öğeleri Halkla ilişkiler ve İletişim*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Güven, A. (2013). *Çocukta benlik gelişiminde aile içi iletişimin rolü: İslam dini açısından bir inceleme*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*. 33(4). 313-328.
- Heller, D, Watson, D., & Ilies, R. (2006). "The Dynamic Process of Life Satisfaction." *Journal of Personality*, 74 (5) 1421-1450
- Herawati, N. (2016). The Influence of Couple Harmony and Marital Adjustment to Marital Happiness. *International Conference on Health and Well-Being (ICHWB)*, 21, 119–126.

- İmamoğlu, E.O. ve İmamoğlu, V. (1992). Housing and livivng environments of the Turkish Elderly. *Journal of Environmental Psychology*,12,1-9.
- İmamoğlu, O.(1993). Değişen dünyada değişen aile içi roller. *Kadın Araştırmaları Dergisi*, 1, 58-68.
- Jary, D. ve Jary J. (1995). *Collins Dictionary of Sociology*. Glasgow: Harper Collins Publishers .
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1999). *Yeni insan ve insanlar sosyal psikolojiye giriş*. İstanbul: Evrim.
- Kahraman, Z. (2011). *Bir Evlilik ve Aile Hayatı Eğitim Programının Evli Kadınlarda Evlilik Uyumuna ve Aile Sistemine Etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Kalaycı, Ş. (2010). *Faktör analizi. SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri içinde* . Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kalkan, M. (2002). *Evlilik İlişisini Geliştirme Programının, Evlilerin Evlilik Uyum Düzeyine Etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kara, A.ve Ümmet, D. (2021). Evli Kadınlarda Evlilik Uyumunu ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Academic Platform Journal of Education and Change* 4(2).
- Kasapoğlu, A. (2008). İletişimde ben-dili- "Ashabu'l-Karye" kıssasından bir kesit. *Hikmet Yurdu*. 1. 49-60.
- Kaya, A. (2005). Ruh Sağlığını Etkileyen Faktörler. *Sosyal Psikoloji Dergisi*. 25(45): 35- 50.
- Kaya, S. (2023) *Evli Bireylerin Yaşam Doyumu ve Kişilerarası Bilinçli Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.
- Keser, A. (2005). *İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama*. Çalışma ve Toplum. 4:77-96.
- Kıymaz, E. (2023). *Enformasyon Çağında Aile Olgusu Temelinde Evlilik İletişimi ve Sosyal Medya Kullanımı* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Sakarya Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya.

- Kocayörük, E. (2012). *Etkili iletişim becerileri*. İstanbul: Kriter.78-80.
- Koerner. A. F. ve Fitzpatrick.M. A. (2002). *Nonverbal Communication and Marital Adjustment and Satisfaction: The Role of Decoding Relationship Relevant and Relationship Irrelevant Affect*. Communication Monographs. 69(1):33-51.
- Korkut, F. (1996). İletişim becerilerini değerlendirme ölçeğinin geliştirilmesi: güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 2 (7):19-23.
- Köknel, Ö. (1997). *İnsanı Anlamak*. İstanbul. Altın Kitaplar.
- Kubilay. D. & Oktan. V. (2015). Evlilik Uyumu: Değer Tercihleri ve Öznel Mutluluk Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 5 (44). 25 35
- Lykken. D. & Tellegen. A. (1996). *Happiness is a Stochastic Phenomenon*. *Psychological Science*. 7(3):186- 189.
- Miller, R.B. Yorgason. JB. Sandberg, JG ve Ark. (2003): *Problems That Couples Bring To Therapy: A View Across The Family Life Cycle*. Am J Fam Their. 31:395-407.
- Myers, D.G. and Diener. E. (1995). *Who is happy?* Psychological Science. (6).1:10-16.
- Naz, N. (2019). *Otizimli çocuğu olan anne-babaların evlilik uyumu ve duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Tez). İstanbul Gelişim Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Noller. P. ve Fitzpatrick. M. A. (1990). Marital communication in the eighties. *Journal of Marriage and The Family*. 52. 832-843.
- Ondaş, B. (2007). *Üniversite öğrencilerinin evlilik ve eş seçimi ile ilgili görüşlerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ökten, B. (2022) *Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın Evlilik Öncesi Eğitim Programlarının Evlilik Uyumu Açısından Değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) İstanbul Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Önder, A. (2003). *Ailede iletişim: Konuşarak ve dinleyerek anlaşalım*. İstanbul: Morpa.

- Özden, M. S. (2013). *Önceden edinilmiş ve sonradan kazanılmış gelişim özelliklerinin evlilikte çift uyumu ile ilişkisi.*(Yayınlanmamış Doktora Tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Enstitüsü. İstanbul.
- Özdevecioğlu, M. (2003. Mayıs). *İş Tatmini ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma.* 11.Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi. Kocatepe Üniversitesi. Afyon.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve Aile Terapisi.* Pdrem Yayınları. Ankara. 20:39.
- Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede İletişim ve Yaşam.* Ankara: Pdrem Yayınları. 60.
- Özgüven İ.E. (2014). *Evlilik ve aile terapisi.* Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- Öztürk. C. Ş. ve Arkar, H. (2014). *Evli çiftlerde evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler.* Literatür ve Sempozyum. 1(3). 16-24.
- Öztürk, Ş. (2014). *Cinsel işlev bozukluğu olan çiftlerde mizaç ve karakter boyutları. evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir.
- Pallant, J.(2017). SPSS kullanma kılavuzu.Balcı, S. Ve Ahi ,B. (Çev.). 2.Basım. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Russel, B. (1983). *Evlilik ve Ahlak* (V. Eranus (Çev.) Say Yayınları.
- Sabatelli. R. M.. Bartle. S. (1995). *Survey Approaches To The Assessment of Family Functioning: Conceptual. Operational and Analytical Issues.* Journal Marriage and Family. 57(4):1025-1039.
- Sabuncuoğlu, Z. ve Tüz, M. (1996). *Örgütsel Psikoloji.* Bursa: Ezgi Kitabevi.
- Sahranç. Ü. (2007). *Stres kontrolü. genel öz-yeterlilik. durumluk kaygı ve yaşam doyumuyla ilişkili bir akış modeli* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Sakarya, E. (2018). *Evli bireylerin evlilik uyum. yaşam memnuniyeti ve yaşam bağlılıkları arasındaki yordayıcı ilişkiler* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Sayın, Ö. (1990). *Aile sosyolojisi: Ailenin toplumdaki yeri.* İzmir: Ege Üniversitesi. 25-100.

- Seider, B. H., Hirschberger, G., Nelson, K. L. ve Levenson, R. W. (2009). We can work it out: *Age differences in relational pronouns, physiology and behavior in marital conflict*. *Psychology and Aging*, 24, 604-613.
- Shek, D. T. L. (1999). Marital Quality And Health Of Chinese Couples: *A Longitudinal Study*. *Journal Of Gender, Culture, And Health*, 4(2): 83-96.
- Sezen, L. (2005). Türkiye'de evlenme biçimleri. A.Ü. *Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 27,185-194.
- Soylu, Y. ve Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik Uyumunun Empatik Eğilim, İletişim ve Çatışma Çözme Stillere Göre Yordanması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal* 5 (43):44-54.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15–28.
- Spanier, G.B. Lewis, R.A. (1980). Marital Quality: *A Review of The Seventies*. *Journal of Marriage and the Family*, 42: 825-39.
- Stanley, S. M., Markman, H. J. ve Whitton, S. W. (2002). Communication, Confl İct. and Commitment: *İnsights On The Foundations Of Relationship Success From A National Survey*. *Family Process*, 41(4):659-675.
- Sungur, M. Z. (2021). *Aşk Evlilik Sadakatsizlik*. Destek Yayınevi. İstanbul.
- Şahin, E. (2010). *İlköğretim öğretmenlerinde yaratıcılık, mesleki tükenmişlik ve yaşam doyumu* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya Üniversitesi. Sakarya.
- Şendil, G. Korkut, Y. (2008). *Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi*. İstanbul Üniversitesi Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 28 (1):15-35.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Tabachnick, B. G. And Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Boston. Pearson.

- Tarhan, N. (2019). *Mutlu Evlilik Psikolojisi: Öncesi ve Sonrasıyla Evlilik*. İstanbul: Timaş.
- Taştekin, H. (2023). *Instagram kullanım motivasyonları ile narsisizm, yalnızlık, öz saygı ve yaşam doyumu arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Selçuk Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.
- Telman, N ve Ünsal. P. (2005). *İnsan ilişkilerinde iletişim*. İstanbul: Epsilon.
- Thompson, B. (2004). *Exploratory and confirmatory factor analysis: Understanding concepts and applications*. Washington DC: American Psychological Association.
- Tozoğlu, B. (2022). *Öğretmen Adaylarının İletişim Becerileri İle Narsist Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü Erzurum.
- Tutar, H. Yılmaz. M.K. Erdönmez C. (2004). *Genel ve Teknik İletişim*. Ankara: Nobel.
- Tutarel-Kışlak S. (1997): *The Relationship Between Marital Adjustment, Causal and Responsibility Attributions*. Türk Psikoloji Dergisi.12(40):55-65.
- Tutarel-Kışlak Ş. (1999). *Evlilikte Uyum Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması*. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*. 7(1):55-65.
- Uçar, S.Yıldız.Y. ve Baştemur. Ş.(2021).Evlili Bireylerde İletişim Becerilerinin Yordayıcısı Olarak Sevilemezlik Ve Evlilik Süresi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* (52).1-16.
- Uğurlu, O. (2003). *Evlili çiftlerde cinsiyet ayrımına ilişkin tutumlar, çatışma yönetimi biçimleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Uztuğ, F. (2009). *İletişim Engel ve Etmenleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Ünal, Ö. ve Akgün. S. (2022). *Evlilikte çatışma çözme stillerinin evlilik uyumu ve doyumu ile ilişkisi*. *Dergi Park Akademik*. 14(3):322-330.
- Ünlü, S. (2022). *Erkeklik Algısı ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Çatışma Çözme Biçimlerinin Rolü* (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Sivas Cumhuriyet Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sivas.

- Üstündağ, E. (2006). *İletişim becerilerini geliştirme programının güvenlik bilimleri fakültesi öğrencilerinin kendini açma davranışlarına etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Waite, L.J. Gallagher, M. (2000). *The Case For Marriage. Why Married People Are Happier. Healthier. And Better Off Financially*. Portland: Broadway Books
- Whirter, Mc. J. ve Voltan-Acar. N. (2005). *Çocukla iletişim*. İstanbul: Millî Eğitim Bakanlığı.
- Yalçın, H. (2014). *Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki*. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi. (3)1.
- Yanık, E. (2010). *Dans ve İletişim*. (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya.
- Yaşlıoğlu, M. M. (2017). *Sosyal Bilimlerde Faktör Analizi ve Geçerlilik: Keşfedici ve Doğrulayıcı Faktör Analizlerinin Kullanılması*. İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi. 46. 74-85.
- Yavuzer, H. (2011). *Evlilik okulu*. İstanbul: Remzi.
- Yeşiltepe, S.S. (2011). *Öğretmenlerin Evlilik Uyumlarının Psikolojik İyi Oluş Ve Bazı değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Çukurova Üniversitesi. Sosyal Bilimler Üniversitesi. Adana.
- Yıldız, M. A. ve Baytemir, K. (2016). “Evlili Bireylerde Evlilik Doyumu ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracılığı.”, *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (1) 67-80.
- Yılmaz, G. Keser, A. & Yorgun, S. (2010). Konaklama işletmelerinde çalışan sendika üyelerinin iş ve yaşam doyumunu belirlemeye yönelik bir alan araştırması. *Paradoks Ekonomi, Sosyoloji ve Politika Dergisi*, 6(1), p. 87-107.
- Yılmazçoban, A.M. (2016). Türk aile yapısında evlilik öncesi süreç etkisi görücü ve flört tipi yapılanma. *Turkish Studies International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 11(2), 1317-1340
- Young, M. E. ve Long, L. L. (1998). *Counseling and therapy for couples*. Canada:Brooks/Col.
- Zıllıoğlu. M. (2010). *İletişim nedir?* İstanbul: Cem.

EKLER

EK 1

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı,

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi. Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Anabilim Dalı. Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Tezli Yüksek Lisans Programı kapsamında Doç. Dr. Latife KABAKLI ÇİMEN'in danışmanlığında yapılan bu araştırma ile evli bireylerin iletişim becerileri ile evlilik uyum ve yaşam doyumlarının incelenmesi amaçlanmaktadır. Sorulara İstanbul ilinde Bağcılar, Bakırköy semtlerinin birinde oturan evli bireyler katılacaktır. Vereceğiniz bilgiler yalnızca bilimsel amaçlı kullanılacak ve gizlilik esas alınacak olup sizlerden ad soyad bilgileri istenmemektedir. Vereceğiniz yanıtlarda doğru veya yanlış cevap yoktur. Soruları içtenlikle yanıtlamanız araştırmanın geçerli ve güvenilir olması açısından oldukça önemlidir. Değerli katkılarınız için teşekkür ederiz.

Cinsiyet : () Kadın () Erkek

	SİZİN	EŞİNİZİN
KAÇ YAŞINDASINIZ?		
KAÇ YAŞINDA EVLENDİNİZ?		
EĞİTİM DURUMUNUZ	Okuryazar değil () İlk-Ortaokul () Lise () Lisans ve Üzeri ()	Okuryazar değil () İlk-Ortaokul () Lise () Lisans ve Üzeri ()
GELİR DURUMU	Düşük () Orta () Yüksek ()	Düşük () Orta () Yüksek ()

EVLENME ŞEKLİNİZ	Görücü usulü () Sosyal medya () Aşk. sevgi ()	Akraba Evliliği () Diğer ()
Ailedeki Çocuk Sayısı	() 0 () 1 () 2 () 3 () 4 ve üstü	
Kaç Yıllık Evlisiniz?	() 0-5 yıl ve altı () 6-10 yıl () 11-20 yıl () 20 yıl ve üstü	
Hangi semtte otuyorsunuz?	Bakırköy () Bağcılar ()	

EK 2

YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki konularda eşinizle anlaşıp anlaşamadığınızı ilgili kutucuğa (X) işareti koyarak belirtiniz.

		Hiçbir zaman anlaşamayız	Nadiren anlaşırız	Bazen anlaşırız	Oldukça sık anlaşırız	Çoğu zaman anlaşırız
1	Dini konular					
2	Muhabbet-sevgi gösterme					
3	Temel kararların alınması					
4	Cinsel yaşam					
5	Geleneksellik					
6	Mesleki kararlar					

Aşağıda eşinizle ve evliliğinizle ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuyup size ne derece uygun olduğunu ilgili kutucuğa (X) işareti koyarak belirtiniz.

		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Oldukça sık	Çoğu zaman
7	İlişkinizi bitirmeyi ne sıklıkla tartışsınız?					
8	Eşinizle ne sıklıkla münakaşa edersiniz?					
9	Evlendiğiniz için pişmanlık duyar mısınız?					
10	Ne sıklıkla birbirinizin sinirlenmesine neden olursunuz?					
11	Siz ve eşiniz ev dışı etkinliklerinizin ne kadarına birlikte katılırsınız?					
12	Ne sıklıkla teşvik edici fikir alışverişinde bulunursunuz?					
13	Ne sıklıkla bir iş üzerinde birlikte çalışırsınız?					
14	Ne sıklıkla bir şeyi sakince tartışsınız?					

EK 3**YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ**

	Maddeler	Hiç katılmıyorum	Çok az katılıyorum	Orta düzeyde katılıyorum	Büyük oranda katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1	ideallerime yakın bir yaşantım vardır.					
2	Yaşam koşullarım mükemmeldir.					
3	Yaşamımdan memnunum.					
4	Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.					
5	Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim					

EK 4 ETKİLİ İLETİŞİM ÖLÇEĞİ

		Hiç Uygun Değil	Çok Az Uygun	Kısmen Uygun	Çoğunlukla Uygun	Tamamen Uygun
1	İnsanlara eksiklerini söylerken/iletirken olumlu özelliklerinden de söz ederim.					
2	İnsanlara başarısızlıklarını ifade ederken başarılı yönlerine de muhakkak değinirim.					
3	Çevremdeki insanların yanlış ya da hatalarını onları incitmeden dile getiririm.					
4	Karşımdaki insanın kişiliğini ve benliğini hedef almadığım için konuşmalarım gerginlik yaratmaz.					
5	Karşımdakine önce olumlu özelliklerinden bahsederek olumsuz yönlerini değiştirmesi için cesaret veririm.					
6	Günlük yaşamımda insanlarla iletişimimde kullandığım ifadelere ve kelimelere onları incitmemek için çok dikkat ederim.					
7	Biri benimle konuşurken onunla göz teması kurmaya çalışırım.					
8	Biri benimle konuşurken onu anladığımı gösteren iletiler veririm.					
9	Karşımdaki kişi konuşurken beden diline ve yüz ifadesine dikkat ederim.					
10	Karşımdaki kişi konuşurken. onu anlamak için kullandığı ipuçlarına dikkat ederim.					
11	Biriyle iletişim halindeyken söylediklerini bütün halinde anlamaya çalışırım.					
12	Karşımdakini anlamaya çalışırken ihtiyaç duyduğumda soru sorarım.					
13	Konuşurken etkili göz teması kurarım.					
14	Konuşmaları dinlerken arkasındaki duyguları da anlamaya çalışırım					
15	Düşüncelerimi tanımada/fark etmede/anlamada zorluk çekerim					
16	Genellikle duygularımı tanımada/fark etmede/anlamlandırmada zorluk çekerim					
17	Kendini rahatlıkla ifade edebilen bir bireyim					
18	Üzüntülerimi. endişelerimi karşımdaki insana rahatlıkla ifade edebilirim					
19	Düşüncelerimi başkalarına iletmekte zorluk çekmem					
20	Karşımdakinin duygu ve düşüncelerini doğru anlayabilirim					
21	Karşımdaki kişinin neye ihtiyacı olduğunu anlar ve onu yargılamadan bu durumu ona iletebilirim					
22	Kendimi karşımdaki kişinin yerine koyarak. olaylara onun bakış açısıyla bakabilirim					
23	Karşımdaki kişinin ne düşündüğünü fark edebilirim					
24	Karşımdaki kişinin yaşadığı duyguların neler olduğunu fark edebilirim					
25	Genellikle karşımdaki insanı anlarım					
26	Karşımdaki kişiye genellikle uygun/yerinde tepkiler veririm					
27	Karşımdaki kişinin beklentilerinin neler olduğunu fark edebilirim					
28	Karşımdakinin olumsuz davranışını değiştirmek için onu suçlayıcı bir dille uyarırım					
29	Karşımdakinin olumsuz davranışları karşısında hissettiğim duyguları ona uygun bir dille iletebilirim/yansıtabilirim.					
30	Karşımdakinin olumsuz bir davranışını. bendeki etkilerini ona yansıtarak göstermeye çalışırım					
31	Bir başkasının davranışlarının sonuçlarını görebilmesi için hissettiğim olumsuz duyguları ona iletebilirim.					
32	İnsanlar "sınırlı/huysuz/agresif" gibi özelliklere sahipse onları bu kelimelerle nitelendirilmede sakınca görmem					
33	İnsanların olumsuz davranışlarını gördüğümde hatasını düzeltmesi için gerekirse kötü konuşurum					
34	İnsanların yanlışlarını düzeltirken kişiliklerine saygı gösterilmesi gerektiğine inanırım					

EK 5

ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ

16:50 4.5G 82

← 🗑️ 📁 ⋮

HB **hüseyin bayraktaroğlu** 10 Eyl
Burcu SAĞIR ⋮

YCUO form ve bilgileri.docx
DOCX - 21 KB

YDEUO I
DOCX - 1'

🔗 2 ek (40 KB)

Merhaba,
Ölçeği çalışmanızda kullanmanıza memnuniyetle izin veririm. Ölçek formu ektedir.
Teşekkürler,
Hüseyin Bayraktaroğlu

...

BS **Burcu SAĞIR** 10 Eyl
hüseyin bayraktaroğlu ⋮

Merhaba hocam;
Çok teşekkür ederim;
İyi çalışmalar sevgiler...

[Android için Outlook'u edinin](#)

16:51

4G LTE 82%



[Android için Outlook'u edinin](#)



MUSTAFA BULUŞ
Burcu SAĞIR

27 Ağu



İLETİŞİM BECERİLERİ ÖLÇEĞİ ma...
DOCX - 18 KB



merhaba burcu

ölçeği ekte gönderiyorum. iyi çalışmalar slm ve sevgiler
prof dr mustafa buluş

2023-08-27 00:31, Burcu SAĞIR yazmış:

Merhaba hocam ;
İstanbul Sabahattin Zaim üniversitesi Aile
danışmanlığı tezli yüksek lisans öğrencisi Burcu
Sağır ben ;
Tezim için ölçeğinizi kullanmak için izninizi rica
ediyorum ve ölçeğin geçerlik güvenirliğine ulaştım
ölçeğe ulaşamadım onu da rica ediyorum.
Konum Evli Bireylerde İletişim Becerileri ile
Evlilik Uyum ve Yaşam Doyumlarının
İncelenmesi
Bilginize iyi çalışmalar dilerim

← ∨ Yanıtla



16:48

4G LTE 85%



[Android için Outlook'u edinin](#)



Abidin DAĞLI
Burcu SAĞIR

9 Eyl
⋮

Sn. Burcu SAĞIR,
Taraşımızdan Türkçeye uyarlanan "Yaşam
Doyumu Ölçeği"ni çalışmalarınızda
memnuniyetle kullanabilirsiniz. İy çalışmalar
diliyorum.
Sevgilerimle.
Doç. Dr. Abidin DAĞLI

...



Burcu SAĞIR
Abidin DAĞLI

9 Eyl
⋮

Merhaba hocam;
Çok teşekkür ederim;
Sevgiler iyi çalışmalar dilerim.

[Android için Outlook'u edinin](#)

...

← ∨ Yanıtla



EK 6

ETİK KURUL ONAYI



T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurulu Başkanlığı



Sayı : E-20292139-050.04-2400015474
Konu : Etik Kurul Kararı (Burcu SAĞIR)

29.04.2024

Sayın Burcu SAĞIR
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Aile Danışmanlığı Ve Eğitimi Yüksek Lisans Programı Öğrencisi

"Evli Bireylerin İletişim Becerileri, Evlilik Uyum ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi" başlıklı araştırmanızla ilgili başvurunuz, kurulumuzun 25.03.2024 tarihli ve 2024/02 sayılı toplantısında değerlendirilerek araştırmanızın etik açıdan uygun bulunduğu katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Kadir CANATAN
Kurul Başkanı

Ek: Burcu SAĞIR

Belge Doğrulama Kodu: 9M3P9UM

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi: <https://ubys.izu.edu.tr/ERMS/Record/ConfirmationPage/Index>

Adres: Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul

Telefon No:

e-Posta:

Kep Adresi: izu@hs01.kep.tr

Faks No:

İnternet Adresi:

Bilgi için :

Telefon No:

Direkt Hat:

Selda Şenol
Yeminli Katip



	ETİK ONAY BELGESİ	Doküman No	ET-FR-675
		İlk Yayın Tarihi	27.11.2023
		Revizyon Tarihi	22.12.2023
		Revizyon No	01
		Sayfa	1/1

Tarih	25.03.2024
Sayı	2024/02
Araştırmanın Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Araştırmanın Adı	<i>Evli Bireylerin İletişim Becerileri, Evlilik Uyum ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi</i>
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Burcu SAĞIR
Danışman Adı Soyadı	Doç. Dr. Latife KABAKLI ÇİMEN
Karar	UYGUNDUR

(İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizle ilgili etik ilkelerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amacıyla taşınmaktadır.)

(Katıldı)

Prof. Dr. Kadir CANATAN
Başkan

(Katıldı)

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ
Başkan V.

(Katıldı)

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Beytullah KAYA
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇECİK
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTCU
Üye

(Katıldı)

Av. Bilal ŞAMAT
Üye

Kurul Yeminli Kâtibi

Selda ŞENOL

Dokümantasyon Onayı Prof. Dr. İbrahim GÜNEY Yönetim Sistemleri Tem.

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: E4FADCU Belge Takip Adresi: <https://ubys.izu.edu.tr/ERMS/Record/ConfirmationPage/Index>



ÖZGEÇMİŞ

Burcu SAĞIR

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bölümü. 2024

Lisans: Nişantaşı Üniversitesi. İktisadi ve İdari Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü. 2019.

