

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI

AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ BİLİM DALI

EVLİ BİREYLERİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN  
EVLİLİK YAŞAM DOYUMU VE AİLE YILMAZLIĞINA  
ETKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Vasfiye Nur YENEL

İstanbul

Şubat-2023

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

EVLİ BİREYLERİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN  
EVLİLİK YAŞAM DOYUMU VE AİLE YILMAZLIĞINA  
ETKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Vasfiye Nur YENEL

Tez Danışmanı  
Doç. Dr. Durmuş ÜMMET

İstanbul

Şubat – 2023

# TEZ ONAYI



## **BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ**

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Evli Bireylerin İletişim Becerilerinin Evlilik Yaşam Doyumu ve Aile Yılmazlığına Etkisinin İncelenmesi**” adlı çalışmadaki tüm bilgi ve belgeleri akademik etik kurallara uygun bir şekilde elde ettiğimi, yazılı, görsel ve işitsel ulaştığım tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kuralları çerçevesinde sunduğumu, kullandığım verilere herhangi bir zarar vermediğimi, yararlandığım kaynaklara etik kurallara uygun şekilde atıf yaptığımı, tezimin gösterilen kaynaklar dışında özgün bir şekilde yazıldığını, tezimin Doç. Dr. Durmuş Ümmet danışmanlığında tarafımdan üretildiğini ve İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Yazım Kılavuzuna uygun şekilde yazıldığını beyan ederim.

**İmza**

**Vasfiye Nur YENEL**

## ÖN SÖZ

Araştırma konumu seçerken evliliklerin iyi günde ve kötü günde devam edebilmesinde, süreci anlamlı kılacak bir değer olan iletişim becerilerinin katkısını görmek istemem oldu. İyi günler evlilikten alınan doyum ile güzelleşirken, kriz zamanları ise ailenin sahip olduğu yüksek yılmazlık düzeyine ihtiyaç duymaktadır. İletişim becerilerinin, evlilik doyumu ve aile yılmazlığına olan katkılarını araştırabilmiş olmak benim için çok kıymetli...

Öncelikle yüksek lisans eğitimim ve tez yazım sürecimde değerli görüşlerini ve desteğini hiç eksik etmeyen, sorularımı içtenlikle cevaplayan; samimiyeti ve mütevaziliği ile örnek bir akademisyen olan, tüm bunların yanında titiz çalışmalarıyla bilime değer katan çok kıymetli hocam Doç. Dr. Durmuş ÜMMET'e en içten saygılarımı ve teşekkürlerimi sunarım. Şimdiye kadar bilim adına yapılan tüm çalışma sahiplerine, araştırmamda kullandığım tüm kaynak sahiplerine ve araştırmama katılan 422 kişiye ayrıca teşekkürü bir borç bilirim.

Okuma sevgisini ve kitaplarla olan yakınlığını örnek aldığım rahmetli büyükbabam İsmet CAN'a, hayatım boyunca her zaman olduğu gibi yüksek lisans sürecimde de beni her zaman cesaretlendiren ve güvenen sevgili babam Osman CAN'a, dualarıyla her zaman yanımda hissettiğim sevgili annem Tayyibe CAN'a, beni her zaman destekledikleri için sevgili kayınpederim Lütfü YENEL ve sevgili kayıvalidem Azime YENEL'e, dünyada sahip olunacak en sıcak kardeşler olan ve her zaman beni güçlendiren Merve PEKTANIR, Memune YALAVUÇ, Kübra ÇAKIR ve Ahmet CAN'a, onlarla ilgilenmem gereken zamanlarda bile ders çalıştığım ve kendimi araştırmama verdiğim halde, bana her zaman anlayışla yaklaşan ve yetmezmiş gibi her zaman bana olan güvenleriyle beni cesaretlendiren Rabbimin lütfü sevgili evlatlarım Sude YENEL, Kerem YENEL ve Sare YENEL'e ve bu süreçte maddi-manevi her zaman yanımda olan, tıkanıp yerde desteğini esirgemeyen, gücüm bittiğinde beni tekrar şarj eden, yüzüm her düştüğünde beni güldürecek enerjiye sahip olan, her zaman yanımda olan hayat arkadaşım, canım eşim Fatih YENEL'e sonsuz, sevgi, saygı ve teşekkürlerimi sunuyorum.

Gönlümden geçen güzellikleri bana yaşatan Rabbime sonsuz hamd ve şükürler olsun.

**Vasfiye Nur YENEL**

## ÖZET

# EVLİ BİREYLERİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN EVLİLİK YAŞAM DOYUMU VE AİLE YILMAZLIĞINA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Vasfiye Nur YENEL

Yüksek Lisans, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Durmuş ÜMMET

Şubat, 2023 – 119 Sayfa

Bu araştırmanın amacı evli bireylerin iletişim becerileri, evlilik yaşam doyumu ve aile yılmazlık düzeyleri arasındaki ilişkileri ortaya koymak ve bu değişkenlerin cinsiyet, yaş, eğitim durumu, yıllık gelir, evlenme yöntemi, evlilik süresi ve çocuk sayısı değişkenlerine göre farklılaşp farklılaşmadığını incelemektir. Bu çerçevede evli bireylerin iletişim becerilerinin evlilik yaşam doyumu düzeyleri ve aile yılmazlık düzeylerini yordayıp yordamadığı da araştırılmıştır.

Araştırmada ilişkiisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul ilinde yaşayan 422 evli birey (291 kadın, 131 erkek) oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak katılımcıların iletişim becerilerini ölçmek için İletişim Becerileri Ölçeği, evlilik doyumlarını ölçmek için Evlilik Yaşam Ölçeği ve ailelerin yılmazlık düzeylerini ölçmek için Aile Yılmazlık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilmiş olan veriler için betimleyici analizler, korelasyon analizleri, çoklu doğrusal regresyon analizleri ve ilgili fark testleri yapılmıştır.

Araştırmanın sonuçlarına göre evlilikte iletişim becerileri, aile yılmazlığı ve evlilik yaşam doyumu değişenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Ayrıca iletişim becerilerinin hem aile yılmazlığını hem de evlilik yaşam doyumunu yordadığı görülmüştür. Yapılan analizler incelendiğinde; cinsiyet, yaş, gelir durumu, evlenme biçimi ve evlilik süresi değişkenlerine göre bazı anlamlı farkların olduğu ancak çocuk sayısı ve eğitim durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılıkların olmadığı görülmüştür. Elde edilen bulgular alan bilgisi ve başka araştırmalara göre tartışılmış ve bazı öneriler getirilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** İletişim Becerisi, Evlilik Doyumu, Aile Yılmazlığı

## ABSTRACT

### INVESTIGATION OF THE EFFECT OF COMMUNICATION SKILLS ON LIFE SATISFACTION AND FAMILY RESILIENCE

Vasfiye Nur YENEL

Master, Family Counseling and Education

Thesis supervisor: Assoc. Prof. Dr. Durmuş ÜMMET

February, 2023 – 119 Pages

The aim of this research is to reveal the relationships between communication skills, marital life satisfaction and family resilience levels of married individuals and examine whether these variables differ according to gender, age, education level, annual income, marriage method, duration of marriage and number of children. In this context, it was also investigated whether the predict of the communication skills of married individuals on marital life satisfaction and family resilience levels.

Correlational survey model was used in this research. The study group of the research consists of 422 married people (291 women, 131 men) who live in Istanbul. As data collection tools in the research, the communication skills scale was used to measure the communication skills of the participants. To measure of marriage satisfaction, marital life scale was used. To measure of family resilience level, family resilience scale and personal information form was used. Descriptive analyzes, correlation analyzes, multiple linear regression analyzes and related difference tests were performed for the data obtained from the research.

According to the result of the research, there are positive and significant relationships between the variables of communication skills, family resilience and marital life satisfaction in marriage. In addition, it was observed that communication skills predicted both family resilience and marital life satisfaction. When the analyzes are examined; it was observed that there were some significant differences according to the variables of gender, age, income status, marriage type and duration of marriage but there were not significant differences according to the variables of the number of children and educational status. The obtained findings were discussed according to the field knowledge and other studies. Also some suggestion were developed.

**Keywords:** Communications Skills, Marital Satisfaction and Family Resilience.

# İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI .....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ .....	ii
ÖN SÖZ .....	iii
ÖZET .....	iv
ABSTRACT .....	v
İÇİNDEKİLER .....	vi
TABLolar LİSTESİ .....	xi
KISALTMALAR LİSTESİ .....	xii
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. <i>Problem Durumu</i> .....	1
1.2. <i>Araştırmanın Amacı</i> .....	4
1.2.1 Alt Amaçlar .....	4
1.3. <i>Araştırmanın Önemi</i> .....	4
1.4. <i>Araştırmanın Varsayımları</i> .....	5
1.5. <i>Araştırmanın Sınırlılıkları</i> .....	6
1.6. <i>Tanımlar</i> .....	6
İKİNCİ BÖLÜM.....	7

<b>KURAMSAL ÇERÇEVE.....</b>	<b>7</b>
<b>2.1 İletişim Becerisi.....</b>	<b>7</b>
<b>2.1.1. İletişim Becerileri ve Tanımı .....</b>	<b>8</b>
2.1.2.İletişimin Öğeleri.....	10
2.1.2.1.Kaynak ve Hedef .....	10
2.1.2.2. Mesaj ve İleti.....	10
2.1.2.3. Kanal .....	10
2.1.2.4. Geri Bildirim .....	11
2.1.3. Kişilerarası İletişim .....	11
2.1.3.1. Sözlü İletişim .....	12
2.1.3.2. Sözsüz İletişim.....	13
2.1.3.3. Beden Dili, Mimik, Jestler ve El-Kol Hareketleri .....	13
2.1.3.4. Dokunma.....	13
2.1.4. İletişim Engelleri.....	13
2.1.4.1. İletişimin Kişisel Engelleri.....	14
2.1.4.2. İletişimin Psikolojik Engelleri.....	14
2.1.5. İletişim Engellerini Aşma ve Etkili İletişim.....	15
2.1.5.1. Etkin Konuşma .....	16
2.1.5.2. Etkin Dinleme.....	16
2.1.5.3. Kendini Tanıma .....	16
2.1.5.4. Empati.....	16
2.1.5.5. Ben Dili.....	17
<b>2.2 Evlilik Yaşam Doyumu.....</b>	<b>17</b>
2.2.1. Evlilik Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler .....	19
2.2.2. Evlilik Yaşam Doyumunu Etkileyen Değişkenler.....	21
2.2.2.1. Cinsiyet .....	21
2.2.2.2. Yaş.....	22
2.2.2.3. Eğitim Düzeyi .....	23

2.2.2.4. Çalışma ve İş.....	23
2.2.2.5. Benlik Saygısı.....	24
2.2.2.6. Evlilik ve Aile .....	24
2.2.3. Aile Sistemi .....	27
2.2.4. Evlilikte Çatışma ve Problem Çözme.....	28
2.3. Aile Yılmazlığı.....	30
2.3.1. Yılmaz Bireylerin Özellikleri.....	31
2.3.2. Yılmazlığı Etkileyen Faktörler .....	32
2.3.2.1 Risk Faktörleri .....	32
2.3.2.2. Koruyucu Faktörler .....	33
2.3.3. Aile Yılmazlığı .....	34
2.3.4. Aile Yılmazlığı ile İlgili Kavramlar.....	36
2.3.4.1. Stresle Başa Çıkma ve Yılmazlık .....	36
2.3.4.2. Benlik Saygısı ve Yılmazlık .....	37
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>39</b>
<b>ARAŞTIRMA YÖNTEMİ .....</b>	<b>39</b>
3.1 Araştırmanın Modeli.....	39
3.2. Çalışma Grubu .....	39
3.3. Veri Toplama Araçları .....	41
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu .....	41
3.3.2 İletişim Becerileri Ölçeği.....	41
3.3.3 Evlilik Yaşamı Ölçeği.....	41
3.3.4. Aile Yılmazlık Ölçeği .....	42
3.4. Verilerin İstatistiksel Analizi.....	42
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>45</b>

<b>ARAŞTIRMA BULGULARI .....</b>	<b>45</b>
4.1 <i>İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği İçin</i> <i>Betimleyici İstatistikler .....</i>	45
4.2 <i>İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanlarının</i> <i>Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular.....</i>	47
4.3. <i>İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanları</i> <i>Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular.....</i>	62
4.4. <i>İletişim Becerileri Ölçeği'nin Kendini İfade Etme, Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan</i> <i>Becerileri Anlama, İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutları Puanlarının Evlilik Yaşamı</i> <i>Doyumunu Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....</i>	65
4.5. <i>İletişim Becerileri Ölçeği'nin Kendini İfade Etme, Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan</i> <i>Becerileri Anlama, İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutları Puanlarının Aile Yılmazlığını</i> <i>Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları .....</i>	66
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM .....</b>	<b>68</b>
<b>TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>68</b>
5.1. <i>Sonuç ve Tartışma.....</i>	68
5.1.1. <i>İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının cinsiyet değişkenine göre</i> <i>farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme .....</i>	68
5.1.2. <i>İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının yaş grupları değişkenine</i> <i>göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme .....</i>	70
5.1.3. <i>İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının eğitim durumu değişkenine</i> <i>göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme .....</i>	71
5.1.4. <i>İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının yıllık gelir durumu</i> <i>değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme .....</i>	73
5.1.5. <i>İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının evlilik yöntemi değişkenine</i> <i>göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme .....</i>	75

5.1.6.İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının evlilik süresi değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme .....	76
5.1.7.İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme .....	77
5.1.8.İletişim Becerileri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Evlilik Yaşamı Doyumuyla İlişkinine ve Yordamasına İlişkin Tartışma .....	79
5.1.9. İletişim Becerileri Ölçeğinin Alt boyutlarının Aile Yılmazlığı ile ilişkisine ve Yordamasına Dair Tartışma .....	80
5.2 Öneriler.....	81
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>84</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>98</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>107</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	39
Tablo 3.2: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği İçin Cronbach's Alfa Güvenirlik Analizi Sonuçları.....	43
Tablo 4.1: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler.....	45
Tablo 4.2: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları.....	47
Tablo 4.3: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği Puanlarının Yaş Gruplarına Göre İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	49
Tablo 4.4: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	51
Tablo 4.5: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği Puanlarının Yıllık Gelir Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	53
Tablo 4.6: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği Puanlarının Evlilik Yöntemine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	56
Tablo 4.7: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği Puanlarının Evlilik Süresine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	58
Tablo 4.8: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısına Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	60
Tablo 4.9: İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşam Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	63
Tablo 4.10: İletişim Becerileri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Evlilik Yaşam Doyumunu Yordama Düzeyine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	66
Tablo 4.11: İletişim Becerileri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Aile Yılmazlığını Yordama Düzeyine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	67

## KISALTMALAR LİSTESİ

SPSS : (Statistic Packets For Social Sciences) Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi)

İBÖ: İletişim Becerileri Ölçeği

EYÖ: Evlilik Yaşanı Ölçeği

AYÖ: Aile Yılmazlık Ölçeği

Akt: Aktaran

Ark: Arkadaşları

ev: Çeviren

Ed: Editör

s: Sayfa

vd: Ve Diğerleri

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Bu bölümde tez konusu ile ilgili genel bir giriş bulunmaktadır. Araştırmanın problem durumu, araştırmanın amacı ve alt amaçları, önemi, varsayımlar, sınırlılıklar ve tanımlar ele alınmaktadır.

### 1.1.Problem Durumu

İletişim, iki kişinin karşılıklı konuşması, sohbet etmesi, iyi ilişkiler içerisinde olması, söyleneni anlayabilme ve uygun geri dönüş sağlayabilmesi gibi tanımlarla birlikte aslında çok daha fazlasını içermektedir. İletişim, insanla başlayıp insanla devam etmekte ve konusu insan olduğu müddetçe de varlığını koruyarak hayatımızda yer almaktadır. İnsanlığın var olmasından beri çevre ve doğa koşulları sebebiyle insanlar iş birliğinde olmak zorunda kalmıştır. Bu süreç kişileri iletişim kurma mecburiyetinde bırakmıştır (Güngör, 2011: 36).

İnsanlar iletişim yoluyla birbirlerini anlayabilmekte ve aynı zamanda sosyalleşmektedir. Bu sebeple toplumda yaşayan her birey iletişim becerilerini kullanmak ve hatta geliştirmek ihtiyacı içindedir (Erigüç, Eriş ve Şener, 2013: 46-47). İletişimin asıl amacı ortak bir anlayış oluşturmaktır. Duygu ve düşüncelerimizi anlatmak, heyecan, istek ve ihtiyaçlarımızı karşımızdaki kişiyle paylaşmak yani mesajı iletmeektir. Bir mesaj karşı tarafa kısmen ya da tamamen ulaştığı zaman iletişim gerçekleşmiş denilmektedir (Baymur, 1990: 17).

İletişim kavramını nasıl değerlendirirsek değerlendirelim fazlasıyla karmaşık ve birçok boyutu olan bir kavramdır. İnsanlar yaşamları boyunca bilinçli veya bilinçsiz de olsa kendileriyle ve çevresindekilerle iletişim halinde olmaktadır. Karşımızdaki kişilerle sağlıklı ve etkili bir iletişim kurmak istiyorsak bu konuda kararlı olmamız gerekmektedir (Açıl, 2013: 10). Yaşamımızdaki bütün aşamalarda iletişim kaçınılmaz ve vazgeçilmezdir. Bu doğrultuda kendimizi doğru ifade ettiğimizde ve sağlıklı iletişimler kurduğumuzda hayatımız daha kolay ve anlaşılır hale gelmektedir (Kellecioğlu, 2019: 26).

Çakır ve Ünal (2019) iletişimi etkileyen faktörleri, empati, benlik algısı, tutum ve sosyal etkileşim yönlerindeki beceriler olarak tanımlamaktadır. İletişim becerileri konusu ile alan yazın incelendiğinde Sarıkaya (2021)'nın yaptığı araştırmada, düzenlenen psiko-eğitim programının, öğretmenlerin sahip oldukları iletişim becerilerini arttırdığı ve pozitif yönde etkilediği belirtilmektedir. Çağlar (2019)'ın anne ve babaların iletişim becerileri hakkında yaptığı araştırmasının sonucunda ise bu becerilerin 60-66 aylık çocukların iletişim becerilerini pozitif yönde yordadığı görülmektedir. Teker (2021) sınıf öğretmenlerinin sahip olduğu iletişim becerileri ve öz yeterlilikleri arasındaki ilişkiyi araştırdığı araştırmasında, bu iki kavram arasında pozitif yönde olmakla birlikte düşük düzey bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşmaktadır. Höl (2017) araştırmasının bulgularına göre, annenin çocuğuna karşı olan iletişim mesajlarının, çocukların iletişiminde anlamlı ve pozitif yönde bir etkiye sahip olduğunu belirtmektedir. Yılmaz (2020)'ın araştırma bulguları, evli bireylerin iletişim becerileri ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Kara ve Ümmet (2021) evli bireylerin iletişim becerileri ve evlilik uyumları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır. Evlilikte iletişim becerileri arttıkça evlilik uyumlarının da yükseldiği görülmektedir.

Kişinin evlilik yaşamı da dahil olmak üzere tüm hayatı, kurmuş olduğu iletişim deseniyle şekillenmektedir. Evlilik gibi yakın bir ilişkide eş, en temel öge gibi görünse de evlilikten alınan doyumun ve kaliteli bir evlilik ilişkisinin en önemli aracısı iletişimidir (Çağ, 2020: 214).

Evlilik doyumunu, evlilikten elde edilen tatmin ile bireylerin evlilikleriyle ilgili ihtiyaçlarının ne kadarının karşılanmış olduğuna göre farklılık gösterebilen bir kavram olmaktadır. Bu yüzden kişinin evlilik beklentilerinin ve evliliğin karşılamasını beklediği ihtiyaçlarının hangi ölçüde karşılandığı, evlilik doyumunun bir kıstasını oluşturmaktadır. Evlilik doyumunu kavramı, çiftlerin, ilişkilerine objektif bir bakış açısıyla bakmasına sebep olmaktadır. Evlilik sayesinde elde edilen doyum arttığında kişiler daha olumlu bir hale gelmektedir (Tuzcu, 2017: 23).

Evlilik yaşamından alınan doyum hakkında literatür taraması yapıldığında, Çam (2021) yaşamdan alınan doyum ile kişilerin stres seviyesi kavramlarının negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki oluşturduğunu, yine yaşamdan alınan doyum ve yaşamın hissedilen kalitesi kavramlarının arasında da anlamlı ve olumlu bir bağlantı olduğunu belirtmektedir. Sipahi (2020) ise evlilikten alınan doyum ve kişilerarasındaki bilinçli

farkındalık kavramlarının arasındaki ilişkinin olumlu ve anlamlı bir ilişki olduğuna değinmiştir. Öziş (2016) evlilik yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılık, algılanan ebeveynlik ve dinsel inanç gücü kavramlarının birbirleriyle ilişkilerinin anlamlı seviyede olduğunu saptamıştır. Çelik (2012) ise cinsel özgüven ve evlilik yaşam doyumu kavramlarının birbirleriyle pozitif yönlü bir ilişki içinde olduklarını belirtmektedir.

Alan yazın incelendiğinde evlilik yaşamından sağlanan doyum yükseldikçe, hayattan da daha fazla doyum alındığını gösteren araştırmaların olduğu bilinmektedir (Yıldız ve Baytemir, 2016: 76). Evlilikten alınan yaşam doyumu, bireylerin kendilerinin sağlıklı olmaları bir yana aynı zamanda aile birliklerinin daha kuvvetli olmasına destek olmaktadır. Güçlü aileler artıkça, toplum olarak da daha güçlü olabileceğimiz bir gerçektir (Orathinkal ve Vansteenwegen, 2006'dan akt. Balcı Arvas, 2017: 4). Hem literatürdeki bilgilere hem de günlük yaşamımızdaki deneyimlerimize göre, evliliklerdeki iletişimin kaliteli olması, evliliğimizdeki uyuma ve doyuma olumlu tesir etmektedir (Çağ, 2020: 213).

Hayatın içindeki akış her zaman aynı şekilde gitmemekte ve bazen uymakta zorlandığımız yeni olaylar karşımıza çıkmaktadır. Alışık olmadığımız bu olaylar kimimizi daha çok, kimimizi daha az olacak şekilde, bireysel dayanıklılıklarımız nispetinde etkilemektedir (Yazıcı, 2019: 1). Hayatta karşımıza çıkan bu zorluklar karşısında kimi aileler güçlü bir şekilde ayakta kalmakta ve adeta yaşanan bu olumsuz olayların içinden daha da güçlenmiş bir şekilde çıkmaktadırlar. Bu zorluklarla beraber ailenin her durumda güçlü kalma durumunu açıklamak üzerine aile yılmazlığı kavramı kullanılmaktadır (Aydoğan, 2019: 155).

Alan yazın incelendiğinde Pekşen (2020)'in araştırmasında, aile yılmazlığı kavramının evlilik doyumunu yordadığı sonucuna ulaşılmaktadır. Aydın (2018)'in evli çiftlerin evlilik ilişkilerinden aldıkları doyumun ve aile yılmazlıklarının yüksek seviyede olmasının, 5-6 yaş dönemindeki çocukların hem sosyal hem de duygusal uyum süreçlerine olumlu katkılar sunduğunu ifade etmektedir. Yazıcı (2019) ailenin sahip olduğu değerler ile ailenin yılmazlığı konularının olumlu ve anlamlı bir ilişki içinde olduklarını söylemektedir.

Bu anlamda araştırma konusu olarak, evli bireylerin sahip olduğu iletişim becerilerinin evliliklerinden aldıkları yaşam doyumuna ve ailelerindeki yılmazlık seviyesine

etkisinin olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan literatür araştırması sonucunda bu üç kavramın birbiriyle ilişkili olduğu görülmektedir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu tezin amacı, evli bireylerin sahip oldukları iletişim becerilerinin, evlilik hayatındaki uyum ve doyum konularıyla alakalı olarak karşımıza çıkan evlilik yaşam doyumu kavramı ve bir evliliğin uzun süre sürdürülebilmesine katkısı olan bir başka önem arz eden kavram olarak karşımıza çıkan aile yılmazlığına etkisinin olup olmadığının incelenmesidir.

### **1.2.1 Alt Amaçlar**

Bu durumda, araştırmanın genel amacı yönünde cevap aranacak alt amaçlar şunlardır:

- i) Evli bireylerin iletişim becerileri, evlilik yaşam doyumu ve aile yılmazlığı düzeyleri nedir?
- ii) Evli bireylerin iletişim becerileri, evlilik yaşam doyumları ve aile yılmazlıkları, cinsiyetlerine, yaşlarına, eğitim durumu, gelir durumu, evlenme şekli, çocuk sayısı ve evlilik süresi değişkenlerine göre anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
- iii) Evli bireylerin sahip olduğu iletişim becerileri, evlilik yaşam doyumu ve aile yılmazlığı kavramlarının birbiriyle bir ilişkisi var mıdır?
- iv) Evli bireylerin sahip oldukları iletişim becerileri, evlilik yaşam doyumu ve aile yılmazlığı düzeylerini anlamlı olarak yordamakta mıdır?

## **1.3. Araştırmanın Önemi**

Toplumda en küçük birim olarak yer alan aile, adeta kişilik gelişimimizin başlangıç noktasıdır. Çocuk, doğumla birlikte hayata gelir ve ilk iletişim tecrübesini ailesi ile yaşar. Her ne kadar çevresel faktörlerin önemi büyük olsa da çocuğu etkileyen ilk etmenin aile içindeki ebeveyn tutumları ve aile ile yaşanan etkileşim olduğu bilinmektedir. Ailenin çocuğa karşı olan bu tutumları, çocuğun gelecekteki sosyal yaşamı ve insanlarla kuracağı etkileşimde büyük bir önem teşkil etmektedir (Karaman, 2019: 1). Anne-babaların evlatlarını anlayabilmeleri için onlarla doğru bir iletişim

şekli kullanmaları elzemdir (Özel ve Zelyurt, 2016: 16). Anne-baba arasındaki iletişim aynı zamanda çocukların gelişimlerini de etkilemektedir. Dolayısıyla iyi bireyler yetiştirmenin bir önemi de evli çift arasındaki uyumdur (Horn ve ark., 1988'den akt. Erkılınç, 2020: 2). Konu evlilik uyumu olduğunda ise aile içi iletişimin kalitesinin önemli olduğu bilinmektedir (Soylu ve Kağnıcı, 2015: 50). Literatür incelemesi yaptığımızda iletişim becerileri, evlilik yaşam doyumu ve aile yılmazlığı'nın ilişkili kavramlar olduğu söylenebilmektedir. Son zamanda toplum içindeki boşanma oranlarının artmasıyla birlikte evliliğin kalitesini etkileyen değişkenlerin mercek altına alınıyor olmasının, aile kurumuna ve toplumumuza katkı sağladığı düşünülmektedir (Buluş ve Bağcı, 2016: 139). Bu konular toplum açısından kıymetli olmakta ve araştırmamızın önemi hakkında bize bilgi vermektedir. Araştırmamızın bir diğer önemi de İstanbul'da yaşayan farklı kültürlerin fazla olmasının ülkemizi daha doğru temsil edebilecek güce sahip olmasından kaynaklanmaktadır.

Şimdiye kadar yapılan araştırmalar incelendiğinde, evli bireylerin sahip oldukları iletişim becerileri, evlilik yaşam doyumu ve aile yılmazlığı kavramlarının birlikte kullanıldığı tek araştırmaya rastlanmakta (Buluş ve Bağcı, 2016), bununla birlikte evli kişilerin sahip oldukları iletişim becerilerinin, evlilik yaşam doyumu düzeylerini ve aile yılmazlığı düzeylerini yormayıp yordamadığı konusunda bir araştırma bulgusuna rastlanmaması, bu araştırmanın özgünlük değerini arttırmaktadır. İletişim becerilerinin güçlü olmasının, evliliğin ve aile bağlarının güçlenmesine destek olacağı göz önünde bulundurularak, toplumdaki ailelerin birbirlerine daha bağlı olmasına, birbirine daha bağlı ailelerin bir araya gelerek daha güçlü bir topluma ulaşmamıza etkilerinin büyük olacağı düşünülmektedir. Tüm bunlarla birlikte konunun özgünlüğüne ve önemine dair bir işaret de aile danışmanlarının, seanslarda ailelere iletişim becerileri konusundaki bilgilendirmelerinin, seans kalitesini yükseltecek olmasıdır.

#### **1.4.Araştırmanın Varsayımları**

1. Anketlere katılan bireylerin soruları içten, samimi ve doğru cevapladıkları varsayılmaktadır.

## 1.5.Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırma 2021-2022 yılı içerisinde yapılmıştır.
2. Bu araştırma İstanbul ilinde yaşayan evli bireyleri kapsamaktadır.
3. Araştırmamıza katılanların büyük çoğunluğunu üniversite mezunu bireyler oluşturmaktadır.
4. Araştırmadan elde edilen bulgular, ilgili ölçme araçlarının ölçme niteliğiyle sınırlı olmaktadır.

## 1.6. Tanımlar

**Evlilik:** İki kişinin ortak bir hayat paylaşmak amacıyla yaşamlarını birleştirmeleri sonucu oluşan ilişkiler sistemidir (Topçu, 2020: 6).

**İletişim:** Kişilerin doğrudan ya da dolaylı olarak düşünce ve duygularını bireyden bireye, bireyden gruba, gruptan bireye, gruptan gruba, toplumdaki gruba ya da gruptan topluma, konuşma, yazma veya görsel iletişim sayesinde bilinçli bir şekilde aktardığı ve bir bağ kurulmasına sebep olan dinamik bir mesaj alıp verme sürecidir (Batu, Kalaman, 2018: 28).

**Evlilik Yaşam Doymu:** Evlilik doymu kişinin yaşadığı evlilik ilişkisindeki ihtiyaçlarının karşılanmasına yönelik algısı olarak tanımlanmaktadır (Tezer, 1996).

**Aile Yılmazlığı:** Ailenin, yaşadığı stres veren durumlarla mücadele edebilme yeteneği ve ailenin kendisini stres öncesi duruma getirebilme becerisidir (McCubbin ve McCubbin, 1988: 247).

## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde araştırmada ele alınan değişkenlerle ilgili yapılan literatür taramasına yer verilmiştir.

#### 2.1 İletişim Becerisi

İnsanlar arasında geçen her çeşit duygu, düşünce ve bilgi alışverişine iletişim adı verilmektedir. İletişim ancak iki ve daha fazla kişi olduğunda gerçekleşir. Hatta bu iki kişinin de iletişime katılması şartı vardır. Sadece bir kişinin konuşup, diğerinin dinlediği bir duruma iletişim diyememekteyiz. Karşılıklı olarak bilgi, duygu ve düşüncelerin değiştirilmesi gerekmektedir (Işık, 2018: 14). İletişim ve etkileşim kavramları birbirine bağlı kavramlardır. İletişim varsa etkileşim vardır ve etkileşim varsa iletişim vardır diyebiliriz. Etkileşim içinde olduğumuz canlı veya cansız tüm varlıklarla iletişim halindeyizdir. Cansız varlıklar iletişim için bir vasıta olarak görülürken, canlı varlıklar iletişimin hedefini oluşturmaktadır. İnsanların aralarında iletişim kurmalarının sebebi duygu ve düşüncelerini ifade edebilmek yani anlatabilmektir. İletişimi başlatan kişi kendi hislerini ve düşüncelerini karşısındaki kişiye açıklayarak yani anlatarak anlaşılacak istemektedir (Kıran, 2008: 33).

Doğada yaşayan tüm canlılar kendi aralarında iletişim kurmaktadır. İnsan haricindeki diğer varlıkların kurdukları iletişim türü daha çok güdüye ve iletaye dayanmaktadır. Sadece insanların karşılıklı iletişim ve etkileşimlerini eylemlere dönüştürdüğü bilinmektedir. İnsan, bu sayede, sadece biyolojik bir varlık olmaktan çıkmakta, toplumsal bir varlık olarak hayatını devam ettirmekte ve kendini gerçekleştirmesi gerekmektedir (Orta, 2009: 6).

Toplumsal bir yapısı bulunan insan, sürekli olarak birileriyle iletişim halindedir. Farkında olsa da olmasa da karşısındaki kişilerle ister sözcüklerle isterse jest ve mimiklerle iletişim kurmaktadır. Bireyler iletişim kurarak birbirlerini anlayabilmekte ve birbirlerine aktarımda bulunabilmektedir. Bu sebeple iletişim kavramı insan hayatının en önemli merkezi olmaktadır (Kırık, Sönmez, 2017: 15). İnsanlar ancak iletişim sayesinde varlıklarını sürdürebilmektedir. Bu yaşamsal bir ihtiyaç olmasıyla

birlikte, yaşam boyu da devam etmesi beklenen bir süreçtir. İnsanoğlunun gelişimiyle birlikte iletişimin de gelişmekte olduğu bilinmektedir (Üstünel, 2011: 12).

Toplum; bir arada yaşayan insanların aynı ortam içinde birlikte yaşamaları sebebiyle, benzer duygu, düşünce ve yargı kalıplarıyla, benzer toplumsal tecrübeleriyle oluşmuş bir olgudur. Toplumu oluşturan kişilerin bu benzerlikleriyle kurdukları karşılıklı ilişkiler, iletişim olarak tanımlanmaktadır. İletişimin temel hedefi bir konuda ya da bir alanda bağ kurmaktır. Kurulan bağ, mesajın iletilmesiyle gerçekleşmektedir. İletişimin etkili bir şekilde gerçekleştiği hedefin alıcısına yani hedef kitleye doğru bir şekilde ulaşmış, hedeflediğimiz sonuca ulaştığımızda anlaşılabilir. Bu etkinin sağlanabilmesinde, iletinin açık olması, uygun bir şekilde kodlanması, alıcının gereksinimini karşılaması ve alıcının değerlerinin tanınması kavramları oldukça etkili olmaktadır. Kişilerle kurduğumuz güzel ilişkiler onları etkileme ve iş birliği kurma açısından bize oldukça yardımcı olmaktadır. Yani etkili iletişim, iki kişi arasında kurulan özel bir ilişki ile, güvenle dolu sağlam bir bağ ile, bireyselliklere, özel gereksinimlere saygıya ve gelişime hassasiyet göstererek desteklenebilmektedir (Doruk, 2017: 8).

Kısaca iletişim süreci, insanlar arasındaki bir anlam değiş tokuşu olarak açıklanabilmektedir. Bu süreç, farklılıklarla birlikte yaşayan insanoğlunun, karşılıklı olarak birbirlerinin farklılıklarına saygı göstermeyi ve bu farklılıklar arasındaki benzerlikleri bulmayı amaçlamaktadır. Bir başka açıdan bakılırsa, bireylerin karşılıklı olarak aynı olayla ilgili, birbirlerinin düşüncelerini öğrenebilmeyi içermektedir. İletişimin amacı da sonucu da çözüm olarak hedeflenmektedir (Özer,1995: 151).

### **2.1.1. İletişim Becerileri ve Tanımı**

İletişim kavramı, kişilerin karşılıklı olarak düşüncelerini izah etmek için kullanılan bir kavramdır. İletişim insanların karşılıklı olarak birbirlerine sözlü ve sözsüz mesajları alıp verme sürecini ifade etmektedir. Alınan ve verilen mesajlar sonuç olarak bir etkileşim meydana getirmektedir. Kişilerin duygusal zekâlarının yüksek, çözüm odaklı ve kendinden emin kişiler olmalarının etkili iletişim becerilerinin gelişimine katkı sunduğu düşünülmektedir. Ayrıca iletişim becerileri yüksek olan kişilerin iletişim kurduklarında karşı taraf üzerinde olumlu izlenim bıraktığı gözlemlenmektedir (Avcı, 2019: 199).

Diğer kişilerle sağlıklı iletişim kurma becerisine sahip olan insanlar, paylaşmayı daha iyi bileceklerinden dolayı sevgi, saygı ve anlayış çerçevesinde sorunlarını daha kolay çözebilmektedirler. Başkalarının acı, keder ve sevinçlerini paylaşarak daha sağlam dostluklar kurabilmektedirler. Öte yandan duygu ve düşüncelerini ifade etmekten çekinen, utangaç bireyler ise iletişim kurmakta da zorluk çekmektedirler. Duygu ve düşünce alışverişinde zorlandıklarından dolayı kendilerini toplumdan soyutlama ve yalnız kalma sorunlarıyla karşılaşabilmektedir (Işık, 2018:19). Karşımızdakine onun ihtiyaçlarına yönelik sözler söylemek, güzel davranışlarını takdir etmek, ilgi alanları ve kişisel etkinlikleri ile ilgili sorular sormak, sevgi sözcükleri kullanmak ve karşımızdaki kişileri oldukları gibi kabul etmek sağlıklı iletişimin temel kurallarındandır (Urban, 2007: 122).

Kişi hayatı boyunca kurduğu tüm sosyal ilişkilerde karşı tarafı doğru anlayabilmesi ve düşüncelerini doğru anlatabilmesi için etkili iletişim becerilerine ihtiyaç duymaktadır (Kellecioğlu, 2019: 1). İletişim becerisi, karşı karşıya kalınan durumlarla ilgili olarak, olayları tek bir yönden değerlendirmeyip farklı bakış açılarıyla bakabilme, ifadeleri araştırma, soruşturma ve bunların hepsini bütünleştirebilme yeteneklerinden oluşmaktadır (Özer, 1995: 56).

İçine doğduğumuz toplum ve o toplumun sahip olduğu kültür, bizi biçimlendirmede ve benliğimizi oluşturmada büyük rol oynamaktadır. Davranışlarımızı, değerlerimizi, giyim-kuşamımızı ve hatta nasıl konuşacağımızı şekillendirmektedir. Bu durum hem kendimizle hem de başkalarıyla kurduğumuz iletişim kalıplarını etkilemektedir. Bu arada diğer insanlarla kaliteli ve doyurucu bir ilişki kurmak için ise nitelikli iletişim becerilerine ihtiyaç duyulmaktadır (Üstün, 2005: 89).

En yakın iletişimde olduğumuz kişiler ailemizdir ve etkili iletişim becerilerinin kuvvetli olması demek, aile birlikteliğini devam ettirme hususunda da daha güçlü olmamız demektir. Dolayısıyla iletişim becerilerimizin kuvvetli olmasının, aile birliğimizi sağlıklı bir şekilde devam ettirebilmemiz noktasında bize destek olduğu söylenebilmektedir. (Önder, 2003' den akt. Atan, 2016: 13). İletişim becerilerimizin yüksek olması önce kendimizle iletişimimizde sonra da ailemiz ve çevremizdekilerle iletişimimizde bize çeşitli katkılar sağlamaktadır.

## **2.1.2.İletişimin Öğeleri**

İletişim bir süreçtir ve beş aşamadan meydana gelmektedir. İletişim için öncelikle iletişimi başlatacak bir kaynak gerekmektedir. Bu kaynağa gönderici veya verici de denilmektedir. Kaynağın gönderisine ileti veya mesaj adı verilmektedir. Bu mesajın gönderildiği kişiye hedef, mesajı hedefe ileten taşıyıcıya ise kanal denilmektedir. Hedef kanal sayesinde mesajı aldığı anda bir eyleme geçer ve bu eylemden kaynağa gelen bilgiye de dönüt ya da geribildirim adı verilmektedir (Yağcı, Uçar, 2018: 144).

### **2.1.2.1.Kaynak ve Hedef**

Kaynak iletişimin başlangıcı olarak ortaya çıkmaktadır. Mesajı ileten kişi ya da mesajın çıkma noktası kaynak olarak tanımlanmaktadır. Mesajın kodlayıcısı olarak iletilmek istenilen mesajı kodlamaktadır. Kodlama, kaynaktan gelen mesajı dil, rakam, nota, beden dili, alfabe gibi sembollere dönüştürmektedir. Başarılı bir iletişim için kaynağın uygunluğu önem arz etmektedir. Karşı tarafın yani alıcının algılaması gerekmektedir. Çünkü alıcı kodu çözen konumdadır ve alıcının algılamadığı bir mesaj hiçbir anlam ifade etmemektedir (Küçükaslan, 2014: 17).

### **2.1.2.2. Mesaj ve İleti**

Kaynaktan hedefe gönderilen davranış, uyarı ya da bilginin kaynak tarafından çeşitli simgeler kullanarak kodlanmasına mesaj adı verilmektedir (Küçükaslan, 2014: 19). Simge ya da ses şeklinde olabilmektedir. Gönderici bir mesaj oluşturmakta ve bu mesaj hem gönderici için hem de alıcı için anlamlı olmaktadır (Erol, 2012: 17).

### **2.1.2.3. Kanal**

İletişim sürecinin başarılı bir şekilde ilerlemesinin şartı olan kanal, göndericiden gelen mesajın alıcıya ulaştığı yol veya gönderilen araçlar olarak tanımlanmaktadır. Her kaynağın alıcıya ulaşmak için bir kanala ihtiyacı vardır. İletişim kanallarını beş duyumuz olarak düşünebiliriz. Alıcı kanal vasıtasıyla gelen mesajın kodunu açmak için beş duyumuzdan yararlanmaktadır (Küçükaslan, 2014: 23).

#### **2.1.2.4. Geri Bildirim**

Geribildirim yani dönüt, hedefteki alıcının kaynak yoluyla gelen mesaja verdiği yanıt olarak adlandırılmaktadır. Başka bir deyişle, hedefin mesaja verdiği tepkidir. İletişim sürecinin son aşaması olan geribildirim, iletişimin başarılı olup olmaması konusunda kaynağa bilgi vermektedir (Küçükaslan, 2014: 26).

#### **2.1.3. Kişilerarası İletişim**

İnsanlar arasındaki ilişkiler, iletişim vasıtasıyla kurulmaktadır. İletişim karşılıklı kurulduğu için bir etkileşime yol açmaktadır. Gönderdiğimiz iletilerle karşımızdakini etkilediğimiz gibi, karşımızdan gelen iletilerde de etkilenen durumda olmaktadır (Baymur, 1990:16). İletişim dediğimiz kavram, kişilerin duyu organları yoluyla algıladıkları ve anladıkları sözlü ve sözsüz mesajlara karşı geliştirdikleri duygunun, karşılıklı bir şekilde etki ve tepki olarak paylaşılması süreci olarak ifade edilebilmektedir (Gökdağ, 2016: 39). İletişim özelde bireysel olmakla birlikte genel olarak düşündüğümüz de toplumsal bir fenomendir. Toplum ile kurduğumuz ilişki kendi duygularımızın bir uzantısı olarak sergilenmektedir. Öz iletişimimizin olumlu yapıda olması toplum ile de olumlu bir iletişim kurmamıza olanak sağlamaktadır. Dolayısıyla insan bireysel olarak geliştikçe toplumda da doğal bir gelişim izlenmektedir. Böylece yaşamımız ve toplum doğru orantıda ve aynı süreçte gelişim gösterecektir. İnsanlarla kurduğumuz ilişki biçimleri kendi yaşamımızın niteliğini belirleyebilecek güçtedir. İletişim konusunda ne kadar başarılı olursak, yaşam doyumumuzda da bir o kadar artış olacaktır. Kişilerle doğru iletişim kurabiliyor olmamızın sonucunda, en büyük amacımız olan yüksek yaşam doyumuna ulaşabilmemiz kolaylaşacaktır. (Cüceloğlu, 2002: 13-14). İnsanlar toplumda yaşamaları sebebiyle kendi dışındakilerle ilişki içindedir. Kişinin bedeninin dışında kalan her şey onun fiziksel ve toplumsal olarak çevresini oluşturmaktadır. İnsanlar kendilerini ve çevresindekileri tanımlarıyla birlikte kişiler arası faaliyetlere başlarlar. Çevremizdeki kişilerle kurduğumuz iletişim, kişilerarası iletişim olarak adlandırılmaktadır. Aile, akrabalık, komşuluk, annelik, babalık, çocukluk gibi kavramlar, toplum içinde kişilerin birbiriyle bağlantılı olduğunu göstermekte ve kişilerarası iletişimin birer örneği olarak görülmektedir. Kişinin kendisiyle iletişim

kapasitesinin güçlenmesi demek, kişilerarası iletişiminin de güçlenmesi demektir (Erdoğan, 2011: 267).

Sözel iletişim kavramı, dil iletişimi ve dil ötesi iletişim olmak üzere ikiye ayrılır. Dil iletişimi derken konuşulan sözcüklerden bahsedilmektedir. Dil ötesi iletişim ise kullandığımız sözcüklerin niteliğidir. Yani sesimizin tınısı, şiddeti, tonu gibi özellikler dil ötesi olarak adlandırılmaktadır. Sözel olmayan iletişimde ise konuşma yoktur fakat iletişim vardır. Bunlar beden dili, yüz ifadeleri, el hareketleri, bedensel temas (el sıkma, el öpme), fiziksel olarak karşımızdakine yakın veya uzak olmamızı da içeren çeşitli süreçlerden oluşmaktadır. Bunlarla birlikte sözsüz iletişimin sözlü iletişimi destekleyebilecek özellikte olduğu bilinmektedir (Dökmen, 2005: 27-34).

### **2.1.3.1. Sözlü İletişim**

Sözlü iletişim, kişiler arasındaki konuşma dili olarak da adlandırılabilir. Çünkü sözlü iletişim dil sayesinde gerçekleştirilmektedir. Dilin konuşma üzerindeki fonksiyonu, sosyal iletişimi kurmak için gerekli olan tüm fonksiyonları kapsamaktadır. Bu bağlamda dil, sosyal iletişim için vazgeçilmez bir araç olarak kullanılmaktadır. İletişim sürecinde konuşma yapısı kelimeler, anlamlar ve semboller olarak ayrılmaktadır. Konuşmanın yanında jest, mimik ve beden hareketleri de kullanılabilir. Kişilerin ister sözcük kullanarak ister de beden diliyle kurdukları iletişim, kişiler için toplumsal bir ihtiyaçtır (Telman, Uzunkoca, 2018: 123).

Sözlü iletişim, dil iletişimi ve dil ötesi iletişim olarak iki bölümde incelenmektedir. Dil iletişimi karşılıklı konuşma olarak adlandırılmaktadır. Kişinin karşısındakine ne söylediği ile yani semantik öğeler ile ilgilenilmektedir. İsteyerek ve farkında olarak söylediğimiz her söz “niyet edilmiş dil davranışı” olarak adlandırılmaktadır. Konuşma esnasında yaşanan dil sürçmeleri veya konuşurken farkında olmadan sesimizin titremesi ise “niyet edilmemiş dil davranışı” olarak tanımlanmaktadır. Kimi sözleri bastırarak söyleme, korkutmak amaçlı bağırma örnek olarak verilebilmektedir. Dil ötesi iletişim konusunda ise sesin niteliği, hızı, tonu, şiddeti ve vurgulanan kelimelerle yani kelimelerin nasıl söylendiği ile ilgilenilmektedir. Karşımızdaki kişiyle iletişimimizde dil ötesi iletişim, dil iletişiminden daha çok önem kazanmaktadır (Doruk, 2017: 29).

### **2.1.3.2. Sözsüz İletişim**

Sözsüz iletişim, konuşma dışında gerçekleşen, dilsel olmayan işaretler aracılığıyla ifade edilen iletişim biçimidir. İnsanlarla sözlü iletişim kadar sözsüz de iletişim kurulabilmektedir (Telman, Uzunkoca, 2018: 163). Maalesef sözsüz iletişim, sözlü iletişim kadar üzerinde durulan bir kavram olmamaktadır. Buna rağmen iletişimin çok önemli bir kısmını sözsüz iletişim oluşturmaktadır (Açıl, 2013: 17). Hatta insanlar genellikle sözsüz iletişime, sözlü iletişimden daha çok anlam yüklemektedirler.

### **2.1.3.3. Beden Dili, Mimik, Jestler ve El-Kol Hareketleri**

Önceleri iletişim denilince akla ilk olarak bilgi aktarılması olayı gelmekteydi. 1990 yıllarından sonra, sözsüz iletişimin bir bölümünü oluşturan “Beden Dili” kavramı gündeme gelmeye başlamıştır. Beden dili, karşımızdaki kişinin davranışlarını çözebilmemiz ve analiz edebilmemize katkısı olduğundan dolayı önemli bir iletişim yolu olarak değerlendirilmektedir. Beden dili, iletişimde büyük bir etkiye sahip olmakla birlikte, beden dili denince akla ilk olarak mimik, jest ve el-kol hareketleri gelmektedir (Tarhan, 2010: 60).

### **2.1.3.4. Dokunma**

İletişim içindeki kişiler, paylaştıkları ilişkinin yapısına ve duygusal boyutuna göre birbirlerine dokunurlar. Dokunma, sözsüz iletişimin bir çeşididir. Kişiler arası sevgi, yakınlık, güç ya da kültürel öğelerle bağlantılı şekilde gelişmektedir (Küçükaslan, 2014: 111).

### **2.1.4. İletişim Engelleri**

İletişimin beklendiği gibi gerçekleşmemesine sebep olan her çeşit etken bir iletişim engeli olarak kabul edilmektedir. Başka türlü ifade etmek gerekirse, mesajın iletilmesine, hedefe ulaşan iletinin doğru bir şekilde algılanmasına veya anlamlandırılmasına mâni olan her şey iletişim engeli olarak değerlendirilmektedir. Mesajın elverişli, yerinde ve yeterli sembollerle kodlanmamış olması, gereksiz söz tekrarları, yapılan yazım hataları, ifade bozuklukları ve cümle düşüklükleri sebebiyle iletişimin içeriğinin değişmesi veya bozulması, mesajın doğru iletilmesine engel olan

her türlü aksaklık, hedefin mesajı yanlış şekilde anlamlandırması gibi durumların tümü iletişim engellerini oluşturmaktadır (Certel, 2008: 135). İletişim sorunları deyince kişiler arasında yaşanan ilişkiler ve bu ilişkilerin doğası ile ilgili vazgeçilmez bir parçasından bahsedilmektedir. Yani insanlar arası ilişkilerin olduğu her yerde iletişim sorunlarının da olabileceği kabul edilmektedir. Asıl sorun doğru söz söyleme, vücut dili, etkili yazım ve konuşma, empatiyle davranma gibi durumlardan çok kişinin kendisini anlaması ve ilişkilerini doğru bir şekilde düzenlemesi ve yürütmesiyle ilgili bireysel sorunları kapsamaktadır (Erdoğan, 2011: 91)

#### **2.1.4.1. İletişimin Kişisel Engelleri**

İletişimin kişisel engelleri, mesajı alan ve mesajı gönderen kişilerin dil ve anlatım zorlukları, dinleme ve algılama farklılıkları, statü farklılığı, cinsiyet ve kültürel farklılıklar gibi konulara gerekli özeni göstermemeleri sonucunda oluşmaktadır (Akca, 2006: 24). Bir başka deyişle, alıcı yani hedef, kendisine gönderilen iletiyi, kendi geçmiş deneyimleri, ilgi alanları, yaşam değerleri açısından değerlendirerek yorumlamaktadır (Yazıcı, Gündüz, 2010: 41). İletişimin beklendiği gibi gerçekleşmesine engel olan etkenlerden bir tanesi de sözcüklere boğulmaktır. Kaynak, alıcıya iletmek istediği iletiyi, alıcının anlayabileceği şekliyle göndermediği zaman bir tür kişisel iletişim engeli oluşturmuş olmaktadır. Bir başka kişisel iletişim engeli de anlamı tam olarak bilinmeyen ya da anlamları kolaylıkla karıştırılabilen sözcükler kullanılmasından dolayı oluşmaktadır. Konuların karşımızdakinin ilgi alanına girmemesi, gürültü, ortamın sıcak veya soğuk oluşu, çevresel rahatsız edici durumların bulunması da iletişim engellerinden sayılabilmektedir. Bazen de çok hızlı ve peş peşe gelen sık iletiler, anlamada kopukluk oluşturarak kişisel iletişim engeline sebebiyet vermektedir (Orta, 2009: 124).

#### **2.1.4.2. İletişimin Psikolojik Engelleri**

İletişim sürecinde taraflar içinde buldukları psikoloji sebebiyle duygularını doğru ifade edemeyeceklerini ya da genellikle karşıdaki kişi tarafından doğru anlaşılacaklarını düşünmektedirler. Kaynak ya da hedef, iletilen mesajı kendi psikolojik durumuna göre değerlendireceğinden dolayı, mesajın doğru aktarılamama ya da doğru anlaşılama engeli oluşabilecektir. İletişimin bazı engeller sonucu yanlış

başlamış olması aynı şekilde yanlış devam edeceğini de göstermektedir (Gürüz, Temel Eğinli, 2018: 284).

### **2.1.5. İletişim Engellerini Aşma ve Etkili İletişim**

İnsanın diğer canlı varlıklardan ayrılması ve hatta diğer canlılardan üstün tutulması, öğrenme ve gelişme sonucunda mühim bir iletişim aracı olan dil vasıtasıyla iletişim kurabilmesinden ve kurduğu bu iletişimi beden dili desteğiyle de zenginleştirecek yeteneğe sahip olmasından kaynaklanmaktadır. İletişim, bireyin hayatında her zaman ihtiyaç duyduğu ve her alanda kullandığı yegâne araç olmaktadır. Ancak iletişimin etkili ve sağlıklı bir şekilde gerçekleşmesi her zaman mümkün olmamakta ve bazı engellerle karşılaşılmaktadır (Certel, 2008: 127).

İletişim engelleri, karşımızdaki kişilerle kurduğumuz iletişimi olumsuz etkiler, bozar, yıkar ya da tamamen yok eder. Emir vermek, uyarmak, ahlak dersi vermek, olayı küçümsemek, nutuk çekmek, yargılamak, suçlamak, ahkâm kesmek, eleştirmek, alay etmek, sorgulamak, oyalamak, konuyu saptırmak, niyet okumak bazı iletişim engelleridir. İletişim engelleri hakkında bilgi edinip, neler olduğunu öğrenip, bunları kullanmak için çaba sarf etmek ve kendi duygularını olduğu gibi net ve eksiksiz bir şekilde ifade etmeye çalışmak, bu sorunun üstesinden gelinmesini kolaylaştırmaktadır (Canel, 2012: 16).

İletişimde bir engel olduğunu biliyorsak, iletişim engellerini ortadan kaldırmanın en önemli adımı öncelikle hangi iletişim engelini sahip olduğumuzu saptamaktır. Daha sonrasında ise bu engelleri ortadan kaldırmak için yapıcı adımlar atılması gerektiğini bilmek ve ona göre hareket etmektir (Elgüner, Fener, 2011: 38). Karşımızdaki kişinin olayla ilgili bakış açısı, tutumu, duygu ve düşünceleri anlaşılmasa kişiler arasında iletişim sorunları yaşanmaktadır. Bu sebeple ilişkide olduğumuz kişilerle etkili bir iletişim kurmak istiyorsak ilk adım olarak, karşımızdaki kişinin bakış açısını anlamaya istekli olmamız ve çaba göstermemiz gerekmektedir (Cihangir Çankaya, 2015: 2). İnsanlarla etkili bir iletişim gerçekleştirmek istiyorsak etkin ve empatik bir dinleme, kendini açıkça ifade etme ve kendini açma kavramları önem arz etmektedir (Şahin, Aral, 2012: 61).

### **2.1.5.1. Etkin Konuşma**

Konuşma, duygu ve düşüncelerin seslerden oluşmuş dil vasıtasıyla aktarılması olarak tanımlanmaktadır. İnsanlar arasındaki en mühim iletişim aracı olarak konuşma yer almaktadır. Konuşma insanların temel gereksinimlerindedir (Telman, Uzunkoca, 2018: 126).

### **2.1.5.2. Etkin Dinleme**

Sağlıklı bir iletişim kurmak için, en az konuşmak ve anlatmak kadar önemli olan bir diğer kavram da dinlemektir. Etkin dinleme iletişim için önem arz etmektedir. Karşımızdaki kişinin sözlerine odaklanmak, gözlerinin içine bakmak, can kulağıyla dinlemek, ilgili ve dikkatli olmak, söz kesmeden sabırla dinlemek etkin dinlemenin unsurları arasında sayılabilmektedir (Tarhan, 2010: 189). Etkin dinleme, kişilerin birbirlerini doğru anlamalarını ve sorunlarını kendilerinin çözmelerini sağlamaktadır. Etkin dinleme sayesinde konuşan kişinin anlaşılma duygusu tatmin edildiği için, kişiler arası sıcak ilişki kurulmasına destek olmaktadır. Etkin bir şekilde dinlenen kişi, savunmaya geçme ihtiyacı hissetmeden duygu ve düşüncelerini daha fazla inceleme ve tekrar gözden geçirme fırsatı bulmaktadır. Anamlı ve karşılıklı iletişimin zemin noktasını oluşturmaktadır (Cihangir Çankaya, 2015: 46).

### **2.1.5.3. Kendini Tanıma**

Kendini tanıma kavramı, kişinin kendi duygu, düşünce ve davranışlarının farkında olması olarak açıklanmaktadır. Daha geniş anlamıyla ise kişinin kendisini güdüleyen ruhsal süreçlerinin, bilinçli ve bilinçdışı hallerinin farkındalığına ulaşması anlamını taşımaktadır. Bu süreçleri anlamak kolay olmadığı için ancak kendimizi tanımaya karşı geliştirdiğimiz özel bir dikkat ile çözümleyebileceğimiz bir durum olmaktadır (Erol, Öztep, 2017: 169).

### **2.1.5.4. Empati**

Empati kelimesi yunanca bir kelime olup “empathia” kelimesinden türemekte ve “içini hissetmek” anlamına gelmektedir. Daha açık olarak ise empati, ilişki ve iletişim içinde olduğumuz kişinin duygu, düşünce ve his dünyasını olabildiğince anlamaya

çalışmak olarak tanımlanabilmektedir. Empati yeteneğinin gelişmesi için kişinin önce kendi iç dünyasını anlaması gerekmektedir. Ancak bu şekilde karşımızdaki kişinin ses tonu, sessizliği, duruşu, bakışı ve seçtiği kelimeleri anlamlandırmaya çalışmamız mümkün olmaktadır (Erol, Öztep, 2017: 178). Empati, konuları başkasının bakış açısıyla görebilme, onun gibi düşünebilme ve bu düşüncelerden hareketle davranabilme yeteneğidir. Empati kendiliğinden oluşan bir duygu olmaktan çok, her insanın yaradılışında halihazırda olan bir potansiyel olarak bulunan bir eğilimdir (Tarhan, 2018: 101).

#### **2.1.5.5. Ben Dili**

Ben dili, kişinin karşı karşıya kaldığı davranış veya durum sonucunda kişisel tepkisini, kendi düşünce ve duygularını anlatan cümleler kurarak ifade etmesiyle gerçekleşmektedir. Buradaki amaç karşımızdaki kişiyi rencide etmek ya da suçlamak değil, kendi mesajımızın karşımızdaki kişiye ulaşmasını hedeflemektir. Örneğin, “Sen hatalısın” yerine “Bu davranış beni incitti, üzüldüm” şeklinde kendi duygularımızı anlatmaya odaklanmamızı sağlamaktadır (Sayım, 2017: 189).

Bahsedildiği üzere iletişim, sosyal bir varlık olan insanın yaşamının her alanında ve yaşamı boyunca doğal olarak ihtiyaç duyduğu bir olgudur. İnsanın sağlıklı iletişime ihtiyaç duyduğu etkileşim süreçlerinden biri de hiç kuşkusuz birçok duygusal paylaşımın da olduğu evlilik sürecidir. Bu bağlamda araştırmanın bu kısmında evlilik ve araştırmanın bir diğer değişkeni olan evlilik yaşam doyumu kavramları anlatılacaktır.

#### **2.2 Evlilik Yaşam Doyumu**

Bu başlık altında evlilik ve evlilik yaşam doyumunu tanımlamadan önce kişisel iyi olma duygusunun bilişsel yönü olarak ifade edilen yaşam doyumu kavramı açıklanmıştır.

Yaşam doyumu kavramını en basit şekliyle ifade etmemiz gerekirse, bireyin hayata karşı olan genel tutumu ve yaşadığı olaylara karşı göstermiş olduğu duygusal tepki şeklinde ifade edilebilmektedir. Fakat yaşam doyumu kavramını tek bir cümle ile açıklamak pek de mümkün olmamaktadır. Mutlu olma hali, iyi yaşama ve moral gibi

birçok değişken, bireylerin kendi yaşamlarını değerlendirmelerinde etkili olmaktadır. Kişiler yaşamlarını istek ve beklentileriyle uyumlu olarak yaşamak istemektedirler. Bu sebeple yaşam doyumu kavramı 1950’li yıllardan beri birçok farklı disiplin için ilgi odağı olmakta, 1970’li yıllarla birlikte ise sosyal bilimler alanında ve birçok farklı çalışma alanlarında üzerine araştırmalar yapılan bir konu olarak literatürde yer almaktadır (Mamur, 2014: 4).

İnsanlar, hayatları boyunca birçok şeyi elde etmek istemişlerdir. İstediklerinin bir kısmına sahip olmakla birlikte bir kısmına da sahip olamamaktadırlar. Yaşam doyumu, kişinin istediğı ile sahip olduğunu karşılaştırması sonucu elde ettiğı durumdur. Bu durumlar kişilerin yaşam doyumlarını etkilemektedir. Yaşam doyumunu etkileyen diğer kavramlar kişinin ruhsal ve fiziksel olarak iyi olma hissini olmasındır (Erdinç, 2018: 42). Yaşamın tümünü içine alan yaşam doyumu kavramı, kişilerin nasıl bir ruh haline sahip olduklarını gösteren mühim bir göstergedir. Kişinin yaşamında meydana gelen çeşitli engellenmeler, birdenbire gerçekleşen olumsuz değişimler, çatışmalar ve zorlanmalar yaşam doyum düzeyinin düşmesine sebep olabilmektedir (Demirel, Canat, 2004: 6).

Yaşam doyumu yüksek olan kişilerin sahip oldukları özellikler şu şekildedir: (Neugarten vd., 1961; Akt. Ümmet, 2012: 55).

- Günlük hayatlarında yaptıkları etkinliklerden zevk alırlar
- Yaşadıkları hayatın bir anlamı olduğuna inanırlar
- Hayatlarında amaç belirler ve o amaçlara ulaşırlar
- Kendilerine karşı olumlu bir ben imgesine sahiptirler
- Hayatlarına karşı genel anlamda pozitif bakma eğilimi içerisindedirler.

Ayrıca mutlu bir evliliğe sahip olan kişilerin yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu gözlenmektedir.

Aile, toplumun temel yapı taşı olmakta ve evlilik birliğinin kurulması sebebiyle oluşmaktadır. Evlilik, bireyin kişisel ihtiyaçlarının en doğal şekilde karşılanması, kişisel ve sosyal mesuliyetlerinin bir uyum içerisinde yerine getirilmesi ve hem madden hem de manen bir doyum yaşamak açısından çok önemli bir etkidir (Çelik, 2006: 1). Evlilik yaşam doyumu, devam eden başarılı ve sağlıklı bir evlilikte, evliliğin devam ettirilmesi açısından önem arz etmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013: 13). Bireylerin evliliklerinden doyum almaları sonucunda hissettikleri güven ve sevgi

bağları sağlamlaştırmakta, birbirlerine verdikleri değer artmaktadır. Bunun neticesinde ise birbirleri için ifade ettikleri anlam yükselmektedir (Körük, 2019: 49).

Evlilikler kimi zorunlu ve kimi de gönüllü olarak yıllarca devam edebilmektedir. Bu durum eşlerin evlilikteki ilişkilerini nasıl tanımladıklarıyla ilişkilidir. Eşler her ne kadar birlikteliklerini gönüllü bir evlilik olarak tanımlasa da her evlilikte ister gelenek ve görenekler ister yasal konularla ilgili olsun zorunlu özellikler bulunmaktadır. Evlilik ilişkisinin içindeki zorunlu ve gönüllü devam eden kavramlar bir dengeye ulaştığında evlilik sağlıklı bir formda ilerlemeye ve eşler birlikteliklerinden doyum sağlamaya başlarlar (Haley, 1988: 188). Kişinin öznel yaşam doyumunun yüksek olması, evlilikten aldığı doyumunu da arttırmakta ve evlilikten aldığı doyumun yüksek olması da öznel yaşam doyumunu arttırmaktadır.

Yaşam doyumunu ve evlilik arasında bir ilişki bulunmaktadır. Yapılan araştırmalardan görüldüğü üzere, evliliğin yaşam doyumunu üzerinde yüksek derecede etkisi bulunmaktadır. Evli çiftler hayatta karşılaştıkları zorluklarla birlikte mücadele etmektedirler. Bu mücadelecilik, evlilikleri boyunca mutlu olan çiftlerin belirgin özelliklerindedir. Sonuç olarak da evlilik ve yaşam doyumunu kavramlarının arasında negatif ya da pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir (Erdoğan, 2018: 45).

Evlilik doyumunun duygusal yönü incelendiğinde kişilerin hem kendileriyle hem de eşleriyle yaşadıkları etkileşimin önemli olduğu belirtilmektedir. Özetle evlilik doyumunu eşler arasındaki etkileşime odaklanılarak incelenmektedir (Çelik, 2012: 52).

### **2.2.1. Evlilik Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler**

Bir evlilik ilişkisinin sağlıklı ilerleyebilmesi için evli bireylerin iletişim becerilerinin zengin olması yeterli olmamaktadır. Temel evlilik gereksinimlerinden en önemlisi eşlerin karşılıklı güven duygusu içerisinde olmalarıdır. Bir ilişkide karşılıklı güven duygusu olmadığında eşler birbirlerine kendilerini tam olarak açamaz ve gizleme ihtiyacı hissederler. Güven duygusu paylaşılan ortak değerlerle gelişme göstermektedir. Ortak değerlere sahip olan çiftler ilişkilerinde “biz” duygusunu daha net hissetmektedirler (Cüceloğlu, 2018: 159).

Literatür incelemesi yapıldığında evlilik yaşam doyumunu etkileyen faktörleri inceleyen çalışmalar olduğu görülmektedir. Yıldırım H. ve Işık K. (2017)’in çalışmayan evli kadınlar ile yaptıkları araştırmada, kadınların sosyal destek

düzeylerinin orta seviyede olduğunu ve yaşamlarında orta seviyede bir memnuniyetsizlik saptandığı belirtilmektedir. Bu çalışma sonucunda sosyal desteğin yaşam doyumunu pozitif olarak etkilediği görülmektedir.

Çağ ve Yıldırım (2018) araştırmalarında, evlilik doyumunu yordayan unsurları ve bu unsurların sıralarını incelemektedirler. Evlilik doyumunu yordamayı ilk sırada yaşam doyumunu almaktadır. Yaşam doyumunu ve evliliğin kaliteli oluşu, evlilik doyumunu veya evlilik mutluluğu kavramları arasında anlamlı ve de pozitif bir ilişkinin olduğunu göstermektedir. Evlilik doyumunu ikinci sırada yordayan unsur ise iyimserlik olarak belirtilmektedir. Bireylerin iyimserlik düzeylerinin yüksek olmasının hem kişisel hayatlarını hem de evlilik hayatlarını doyum üzerinden algılamalarında oldukça etkili olduğunu söylemek mümkündür. Sonuç olarak araştırmanın bulguları, evli bireylerin evlilik doyumlarının, yaşam doyumları seviyelerini ve iyimserlik seviyelerini yordadığı yönündedir.

Eşe kendini açma evli bireyler arasında yüksek kalitede bir iletişim sağlarken, dolaylı yoldan da evlilik doyumuna olumlu katkılar sağlamaktadır. Eşler birbirlerine kendilerini açtıklarında yani duygularını açıkça ifade ettiklerinde aralarındaki samimiyet, bağlılık ve derinlik de artmaktadır. Bu sayede birbirlerine daha fazla güvenmekte ve derinliği yüksek iletişim kurabilmektedirler. Eşleri tarafından can kulağıyla dinlendiğini ve önemsendiğini hisseden eşler arasında, artan güven düzeyi ile evliliklerinden alınan doyumun arttığı söylenebilmektedir. Buna bağlı olarak eşlerine kendilerini rahatça açan bireyler, duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarını da rahat bir şekilde ifade edeceklerinden dolayı, açık bir iletişim sebebiyle, birbirlerinden sosyal destek alma imkanlarını da arttırmaktadır. Kendini açma mekanizması sosyal destek alışverişini daha fonksiyonel hale getirmektedir. Tüm bu bilgilerden sonra eş desteği olgusunun ve eşe kendini açma olgusunun varlığının, evlilik yaşam doyumunu üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olduğu görülmektedir (Çağ, 2020: 238).

Eşe kendini açma ve evlilik doyumunu kavramlarının aralarındaki ilişkinin incelendiği bir diğer araştırmaya göre, bu iki değişken arasında olumlu yönde ve hatırı sayılır bir ilişkinin var olduğu anlaşılmaktadır. Evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri ve eşlerine kendini açma düzeylerinden herhangi birisinin artması diğerinin de arttığını göstermektedir. Dolayısıyla bu durum çalışılan konu evlilik doyumunu olduğunda dolaylı yoldan eşe kendini açmanın, çalışılan konu eşe kendini açma olduğunda ise

dolaylı yoldan da evlilik doyumu konularının birlikte çalışılmış olabilecekleri anlamına gelmektedir (Gürer, 2019: 81).

Evlilik yaşam doyumu kavramı ve kişilerarası bilinçli farkındalık kavramı arasındaki ilişkiye yönelik yapılan çalışmanın bulguları incelendiğinde, kişilerarası bilinçli farkındalık ve evlilik yaşam doyumu kavramlarının arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır (Sipahi, 2020: 56).

Öztahtacı (2017)'nin evli kadınlarda evlilik doyumu, depresyon ve yetişkin bağlanma düzeyleri kavramlarının birbirleriyle ilişkisini incelemek üzerine yapmış olduğu araştırmasında, kişilerin yetişkin bağlanma stilleri ve depresyon düzeylerinin, evlilik doyumu düzeylerini yorumlamada önem taşıdığını belirtmektedir. Ayrıca çalışmada evliliklerinin ilk beş yılında olan katılımcıların, daha uzun süredir evli olanlara kıyasla daha yüksek evlilik doyum puanlarına sahip oldukları anlaşılmaktadır.

Çetin (2019) beş-altı yaş okul öncesi çocuklar, anne ve babalarla yaptığı araştırmasında, annenin ve babanın evlilik doyum düzeyleri yükseldikçe, çocuğun sosyal yetkinlik düzeyleri yükselmekte, kızgınlık ve saldırganlık düzeylerinde ise azalma görülmektedir. Ayrıca anne ve babanın yüksek evlilik doyum düzeylerine sahip olması, yetişkin ego durumlarının yüksek, asi çocuk ego düzeylerinin ise düşük olduğunu da göstermektedir. Bunlara dayanarak anne babanın evlilik doyumlarının yüksek olmasının, çocukların sosyal uyum yeteneklerini olumlu düzeyde etkilediğini göstermektedir.

Şirin (2019) evli çiftlerin spiritüel iyi oluşları ile evlilik doyumlarının arasındaki ilişkiyi incelemek için 86 evli çiftten oluşan toplam 172 kişi ile karma bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre evlilik doyumu ve spiritüel iyi oluş arasında istatistiksel anlamda değerli bir fark bulunmamaktadır. Araştırmaya katılan kişilerin evlilik doyum ölçeğinden aldıkları puanların ve spiritüel iyi oluş ölçeğinden aldıkları puanların yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

## **2.2.2. Evlilik Yaşam Doyumunu Etkileyen Değişkenler**

### **2.2.2.1. Cinsiyet**

İnsanlar cinsiyetlerine göre kadın ve erkek olarak iki ayrı gruba ayrılmaktadır. Cinsiyet insanların sesi, görünüşü gibi fiziksel farklılıklarının yanında, giysi, tutum ve

davranışlarında da farklılıklar oluşturacak etkiye sahip olmaktadır. İnsanların ayrıca cinsiyete göre kadın ya da erkek oluşu, olaylara bakış açısını, olayları değerlendirmesini ve ifade etme şekillerini de etkilemektedir (Gürüz, Temel Eğinli, 2018: 280).

Cinsiyete göre yaşam doyumu kavramları incelendiğinde, kadınlar, aile üyelerinin sağlıklı olmalarını önemli bir yaşam doyumu olarak görmektedirler. Özellikle çalışan kadınlar aile üyelerinin sağlıkları hakkında endişe ettiklerini ve yaşam doyumlarında ilk sıraya aile üyelerinin sağlıklı olmasını yerleştirdiklerini belirtmişlerdir. Ayrıca çalışan kadınlar, kendi ailelerine yakın yerde oturmayı yaşam doyumlarının ikinci sırasına yerleştirmektedirler. Bu durum çalışan kadınların yaşam yüklerini, ailelerinden sosyal destek olarak bir miktar hafifletme ihtiyacı içinde olduklarını düşündürmektedir (Ünüvar, Tagay, 2015: 38). Dikmen (1995)'in çalışan kadınlar ve çalışan erkekler ile yaptığı araştırmasında, kadınların sahip olduğu yaşam doyumu düzeylerinin, erkeklerin sahip olduğu yaşam doyumu düzeylerine göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmaktadır.

#### **2.2.2.2. Yaş**

Yaş, bir anlamda bireylerin yaşamında duygusal ve bilişsel olarak fark yaratabilen bir süreci ifade etmektedir. Kişiler aynı olaya farklı yaşlarda farklı duygusal ve bilişsel reaksiyon gösterebilmektedir. Dolayısıyla yaş faktörü iletişimi de etkileyen bir unsur olmaktadır. Gençken ani tepki ve ifade zorlukları yaşayan bir birey, ileriki yaşlarda daha sükûnet içinde ve kendini daha iyi ifade eden birisi haline gelebilmektedir (Gürüz, Temel Eğinli, 2018: 281).

Yaşam doyumu kavramının demografik özelliklerle ilgisi araştırılırken en çok karşımıza çıkan konulardan bir tanesi de yaş ve yaş grupları olmaktadır. Araştırmalarda çok yaşlı ve çok gençlerde yaşam doyumu ve yaş kavramlarının çok ilişkili olmadığı, en önemli farklılığın ise 45 yaş civarlarında olduğu, 45 yaş dolaylarındaki kadın ve erkek bireylerin çok genç ve çok yaşlı bireylere göre daha az yaşam doyumuna sahip oldukları görülmektedir. Yani çok genç ve çok yaşlıların yaşam doyumları yüksekken, orta yaş grubu bireylerde yaşam doyumu azalmaktadır. Yaşam doyumu ve yaş arasındaki ilişkiyi araştıran bazı çalışmalarda ise yaş ilerledikçe yaşam doyumunun azalmış olduğu görülmektedir. Bunun yanında yine yapılan

araştırmaların bazısında ise yaşam doyumunu ve yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki gözlenmediği belirtilmektedir (Mamur, 2014: 10).

### **2.2.2.3. Eğitim Düzeyi**

Bir toplumun kendi gelenek, görenek ve kültürünü genç nesillerine aktarması eğitim sayesinde gerçekleşir. Eğitim resmi bir şekilde eğitim kurumlarında verilirken, resmi olmayan bir şekilde ise aile, arkadaş çevresi ve sosyal gruplar sayesinde edinilmektedir. Bir toplumun gelişmişlik seviyesi eğitim düzeyi ile doğrudan alakalıdır. Eğitim düzeyi yüksek kişilerin iletişim becerileri daha yüksek ve sergiledikleri davranışların daha uygun olduğu gözükmemektedir (Gürüz, Temel Eğinli, 2018: 281).

Yapılan araştırmada evli bireylerin evlilik yaşam doyumları ve eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir (Sipahi, 2020: 67).

### **2.2.2.4. Çalışma ve İş**

Kişilerin meslekleri, sosyal ve ekonomik statüleri içinde buldukları toplum içinde ne şekilde değerlendirileceklerini etkilemektedir. Örneğin doktor veya öğretmen gibi meslekler her zaman saygınlığı yüksek meslekler statüsündedir (Gürüz, Temel Eğinli, 2018: 281).

Bireyin yaptığı işten doyum alması, yaşam doyumuna ve üretken olabilmesine önemli katkı sağlamaktadır. Kişinin yaşam doyumuna katkısı olan her türlü olumlu ve olumsuz etkenleri ortaya koyarak daha az tükenme ve daha fazla doyum yaşaması için düzenlemeler yapılabilmektedir (Ünal, Karlıdağ, Yoloğlu, 2001: 114). İş doyumunu kavramı, çalışan bireylerin işlerine karşı olan bakış açılarının değerlendirilmesidir. İş yaşamlarına olan duygusal tepkileridir. Tıpkı genel doyum kavramı gibi ihtiyaçların giderilmesine yöneliktir. Çalışan kişilerin, zamanlarının büyük bir kısmını iş ortamında geçirmekte oldukları düşünülürse, iş doyumlarının yaşam doyumları üzerinde etkisi olduğu görülmektedir (Avşaroğlu, Deniz, Kahraman, 2005:117).

Kişiler genel olarak evlerinde yaşadıkları sorunları işlerine, işlerinde yaşadıkları sorunlarını ise evlerine yansıtmaktadırlar. Evlilik süresi uzadıkça çiftler birbirlerini daha fazla tanımakta, aralarındaki evlilik bağı daha da güçlenmekte ve evlilik

sebebiyle oluşan sorunlarda daha da azalma gözlenmektedir. Evde sorunlar azaldıkça, iş hayatına olumsuzlukların yansımaları da azalmakta, böylece iş hayatı üzerindeki olumsuz etkiler de azaldığından iş doyumunu artış göstermektedir. İş doyumunun artmış olması da eve yansıtacak ve evlilik yaşam doyumunu da arttıracaktır. Bu durumda çalışan kişinin evlilik süresi arttıkça iş doyumunu ve yaşam doyumunu da artış göstermektedir (Dikmen, 1995: 135). Kısaca iş doyumunu ve yaşam doyumunu birbirleriyle ilişkili ve doğrusal yönlü kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadır.

#### **2.2.2.5. Benlik Saygısı**

Benlik saygısı, insanın kendisine verdiği değer, kendisini olduğu gibi kabullenme ve kişinin kendisine hak ettiği sevgi ve anlayışı sunmasıdır. Satir'e göre benlik saygısı insanın içini canlılıkla ve olumlu duygularla dolduran bir jeneratör musluğuğudur. Bu musluktan akan su miktarı, bireyin yaşam enerjisini etkilemektedir (Kesici, 2017: 80).

Benlik saygısı düşük olan kişiler kendini değersiz, önemsiz hisseder ve kendisinin diğer bireyler tarafından onaylanmasına ihtiyaç duyar. Hayat enerjileri düşük, yalnızlık ve umutsuzluklarla dolu, hayatın içinde bir "kurban" haline gelirler (Kesici, 2017: 81).

Yıldız ve Baytemir (2016)'in evli bireylerle yapmış oldukları araştırmalarında, evlilik doyumunun benlik saygısını pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşılmaktadır. Bu araştırmanın alan yazındaki diğer araştırmalarla da tutarlı olduğu görülmektedir.

#### **2.2.2.6. Evlilik ve Aile**

Evlilik, birbirlerinden ilgi, istek ve ihtiyaçlar olarak farklılıklar gösteren iki kişinin birlikteliğinden oluşan bir sistem, bireyin kendini geliştirmesi ve kendini gerçekleştirmesinde oldukça etkili, aynı zamanda yasa ve toplum içi kurallarla şekillendirilmiş özel bir beraberliktir (Ersanlı, Kalkan, 2008: 1). "Evlilik" kavramı "aile" kavramına kıyasla daha açık bir kavram olarak nitelendirilmektedir. Aile kavramında bir grup veya bir örgüt aklımıza gelmektedir. Evlilik kavramında ise karşı cinsten olan iki bireyin beraber yaşamak, yaşamlarını paylaşmak, birlikte çocuk yapmak ve çocukları birlikte yetiştirmek gibi hedefler ile gerçekleştirdikleri bir sözleşme olarak ifade edilebilmektedir. Evlilik, her şeyden önce bir kurum, bir ilişkiler

bütünü, bir kadın ve bir erkeği “karı-koca” şeklinde niteleyen, doğan çocuklara toplumsal olarak belirli bir statü sağlayan ve üzerinde devletin denetim, hak ve yetkisi olan yasal bir ilişki şekli olmaktadır. Karı kocanın ve çocukların hak ve sorumlulukları hem yasalar dahilinde hem de toplumsal olarak gelenek ve göreneklerle belirlenmektedir. Farklı toplumlarda evlilik kurumu her ne kadar farklı kültürler olarak karşımıza çıksa da evrensel düzeyde karşılaşılmış olmasının en güçlü sebebi çeşitli işlevleri yerine getiriyor olmasından kaynaklanmaktadır. Bu işlevler arasında soy çizgisinin devamı, cinsiyet rollerinin belirlenmesi, cinsel yaşamın sağlıklı bir şekilde yaşanması, ekonomik üretim ve tüketim konularının sistemleştirilmesi gibi temel görevlerinin olması sayılabilmektedir (Özgüven, 2020: 19).

Evli çiftlerin evliliklerinde bazı gelişimsel görevleri bulunmaktadır. Nichols (2005: 35-36) bu konuda incelemeler yapmıştır. Bu incelemelerden hareketle çiftlerin evlilik birliği içerisinde uymaları gereken görevleri şu şekilde tanımlamaktadır:

1. Bağlılık: Çiftin evliliklerinde değer verdikleri noktaların neler olduğunu, evliliklerinin devamı noktasındaki vermiş oldukları emekleri ve bu emekleri verirken ne kadar kararlı oldukları anlamına gelen kavrama bağlılık denilmektedir. Evli çiftin aralarındaki bağlılık duygusunu güçlendirmek, bağlılık noktasında atacakları ilk adımı oluşturmaktadır.
2. İhtimam: İhtimam, evli çift arasında meydana gelen duygusal bir bağlanma çeşididir. Kişilerin eşlerine ihtimam göstererek davranmaları ilişkide büyük bir rol oynamaktadır. Birbirlerine ve ilişkilerine gösterecekleri özen, evliliklerinin kaliteli devam etmesi için büyük önem arz etmektedir.
3. İletişim: Evli bireylerin aralarında yaşamış oldukları, sözlü, sözsüz ve sembollerle gerçekleşen mesajların ortak bir anlam içermesi gerekmektedir. Aralarındaki iletişim bağına oluşturmak ve kuvvetlendirmek çiftin görevlerinden biri olmaktadır.
4. Çatışma ve Uzlaşma: Tüm kısa süreli ve uzun süreli olan ilişkilerde kişilerin aralarındaki çatışma ve uzlaşma düzeyleri önem göstermektedir. Evli çiftlerin yaşamış oldukları çatışmaları yapıcı bir şekilde nasıl çözümlenebileceklerini ve orta yolda buluşabileceklerini yani uzlaşabileceklerini keşfetmeleri gerekmektedir.
5. Anlaşma: Evli bireyin, eşinin sözlü ve sözsüz mesajlarını anlayabilmesi ve beklentilerini karşılayabilmesi anlamına gelmektedir. Bu durumun

gerçekleşmesi için çiftin karşılıklı olarak beklentilerini birbirlerine açıkça ifade etmeleri ve netleştirmeleri gerekmektedir.

Evlilik bir ilişki kurumu olması sebebiyle, evliliğin sağlıklı bir şekilde ilerleyebilmesi için evlenen bireylerin evlilik olgunluğuna sahip olmaları gerekmektedir. Kişinin kendini tanıma, diğerini tanıma ve içinde bulunduğu sistemi tanıma kavramlarına haiz olarak öncelikle olgun insan kimliğine bürünmesi gerekmektedir. Evlenme olgunluğunda da aynı sorumlulukların oluşmuş olması beklenmektedir (Cüceloğlu, 2018: 60).

Evlilik kurumu sadece çift arasındaki ilişkiyi değil, birbiri ile irtibatlı pek çok ilişkiyi kapsamaktadır. Bu bağlantılar sebebiyle bir çiftin ilişkisi bozulduğunda bir diğerine de yansiyabilmektedir. Bu yüzden çiftlerin, duygu ve düşüncelerini birbirlerine ifade etmekte, beraber geçirdikleri boş vakitlerinde, çocuk konusunda olduğu gibi ortak karar vermeleri gereken diğer konularda ve cinsel yaşamlarında uyum içinde olmaları beklenmektedir. Bu ilişkilerden her biri evlilik kurumu için büyük öneme sahip olmaktadır (Kartal, 2020: 50).

Aile, karşı cinsten yetişkin iki kişinin yasal ve geleneksel bağlara riayet ederek kurmuş oldukları biyolojik, psikolojik ve sosyolojik fonksiyonları bulunan bir kurum olarak tanımlanmaktadır. Aile kurumu toplumun en küçük ve en temel birimi olmak üzere yerini korumaktadır. Ailenin yapısı kişinin ve toplumun ihtiyaçları olan barınma, korunma, cinsel ihtiyaçlar, üreme, sevmeye-sevilme, sevginin paylaşılması, ait olma, güven duyma, kendini gerçekleştirme, çocuk bakımı ve çocukların eğitimi, toplumsal ideallere uyma, kazanılan mal varlığının sonraki nesillere aktarımı gibi pek çok görevi yerine getirmekte ve bu sayede de kişilerin birçok ihtiyacına cevap verebilmektedir. Aile, karı-kocanın yasal olarak evlenmeleriyle, anne-baba ve çocuklar ise kan bağları sebebiyle birbirlerine bağlanmaktadır. Ailenin üyeleri aynı evde yaşayan, aynı geliri paylaşan, iş bölümü ve dağıtılan sorumluluklarla hayatı kendilerine ve birbirlerine kolaylaştıran, duygusal bağlarla birbirine bağlı olan ve bir düzen içinde yaşayan kişiler olarak açıklanmaktadır (Özgül, 2020: 24-25).

Son zamanlarda aile yapısında ciddi değişimler yaşandığı gözlenmektedir. Gelişmiş addedilen toplumlarda aile kurma, çocuk sahibi olma konularına bakış açısı yaş ve cinsiyete göre değerlendirildiğinde farklılıklar görülmekte ve özellikle doğum oranlarında hızlı bir azalma eğilimi belirlenmektedir. Aile yapısı daha kopmaya müsait

bağlarla kurulmakta ve dünyanın her yerinde boşanma olgusu daha fazla görünerek, bu durum farklı aile yapılarının da ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Oktik, 2018:1).

Çağdaş olan toplumların bozulmakta olan sisteminde aile kurumu, bu kurumun doğru işlenmesi ve sağlam yapıda olması tüm zamanlardan daha kaçınılmaz bir duruma gelmektedir. Bu sebep doğrultusunda devlet kademelerinin ve toplumbilimcilerin iş birliği yaparak, ailenin özel yapısını korumaya ve desteklemeye yönelik politikalar üzerinde çalışmaları, daha sağlıklı bir insanlık oluşturmak adına önem arz etmektedir. Aksi halde istemsiz bir şekilde oluşan bu toplum evriminin büyük olumsuzluklar oluşturacağı öngörülmektedir. Nesillerin devamı konusunda en büyük görev ailede olduğu gerçeğini kavramakla birlikte aileyi bu sorumlulukla baş başa bırakmanın doğru olmadığı da yadsınamaz bir gerçeklik olmaktadır (Aslan, 2002: 32).

### **2.2.3. Aile Sistemi**

Aile sistemi kan bağı veya niyetle, biyolojik ve sosyal bir olgu olarak yapılandırılmaktadır. Aile üyeleri karşılıklı olarak birbirleriyle ilişki içerisinde olmakta ve bu roller sayesinde etkileşimde kalmaktadırlar. Aile sistemi doğrultusunda aile üyeleri birbirleriyle ilişki içine girmektedir (Oktik, 2018: 13).

Sistem denildiği zaman, tamamlanmış bir bütünden bahsedilir. Yani Gestalt anlayışıdır. Ailenin tek tek bireylerden oluşmuş bir bütünden çok daha fazlası olduğunu anlatan bir kavramdır. Aile sistemini alt sistemler oluşturmaktadır. Çekirdek aile mekanizmasında en az üç tane alt sistem vardır. Bunlar; eş alt sistemi, ebeveyn alt sistemi ve kardeş alt sistemidir. Eş alt sisteminin güçlü olması demek, ailenin istikrarının güçlü olması demektir. Ebeveyn alt sistemi, çocukların her türlü maddi ve manevi ihtiyacını karşılama sorumluluğunu ve hiyerarşik basamağın güç konumunu temsil etmektedir. Kardeş alt sistemi, hayatta ilk kez öğrenilen, kardeşler arasındaki birbirini desteklemenin, korumanın ve paylaşmanın öğrenildiği sistemdir (Nazlı, 2020: 60). Bu alt sistemler yani rollerin tam olarak belirlenememesi ve iş bölümünün tam olarak paylaşılamaması, bireylerin ailesiyle sorunlar yaşamasına sebep olabilmektedir (Kartal, 2010: 27).

Aileler sistemik bir doğaya sahiptirler. Farklı zaman ve farklı durumlara göre sağlıklı oldukları konular değişebilmektedir. Genel anlamda sağlıklı aileler, kriz ve zorluklarla

karşı karşıya kaldıklarında yapılarını ve kurallarını esnetmek suretiyle yeni düzene uyum sağlayabilmektedir (Keklik, 2012: 48).

İşlevsel ilişki tarzını benimseyen aileler, sorunlarına gerçekçi değerlendirmelerle yaklaşırlar ve farklı çözüm yolları ararlar. İşlevsel olmayan ailelerde ise bireylerin özgüvenleri düşüktür, birbirlerine yeterince güvenmezler ve gerçekçi olmayan hayaller peşinde koşarak enerjilerini tüketirler (Nazlı, 2020: 74). Enerjileri tükenen çiftler ise evlilikte daha çok çatışma yaşamaya başlamaktadır.

#### **2.2.4. Evlilikte Çatışma ve Problem Çözme**

Çatışma, hayatın her döneminde ve her yerinde karşımıza çıktığı gibi, evlilik müessesesinde de ciddi bir yer kaplamaktadır. Kişiler arası yaşanmış olan çatışmaların sebepleri giderek ailevi boyutlarda ortaya çıkmaktadır. Bunun üzerine bir de evli çiftin köken ailelerinin ilişkiye katılmasıyla birlikte, çatışma konuları daha da büyüme ve farklılaşmaktadır. Evli bireylerinin uyumlarının ve ilişkilerinin yaşadıkları çatışmadan etkilenip zarar görmemesi için evli bireyler bu çatışma sürecini yapıcı bir şekilde yönetmelidir (Kartal, 2020: 29).

Evlilikte çatışma çıkarıcı en önemli konulardan bir tanesi uyulması gereken kurallardır. Kuralların kim tarafından koyulacağı, bu kuralların nasıl yürütüleceği gibi konulardan oluşmaktadır. Çift bu konuyu bir güç ve statü konusu olarak görebilmektedir. Bir diğer konu da evliliğin ilk zamanları genellikle daha hoşgörülü olan çiftlerin, birbirlerinin hatalı davranışlarını görseler bile karşı tarafı üzmemek için söylememeleridir. Fakat zaman ilerledikçe birbirlerinin hatalarını daha fazla görmeye başladıklarında biriken bu hatalarla birlikte ani patlamalar ve şiddetli kavgalar baş gösterebilmektedir. Sorunlarını saydam bir şekilde konuşamayan çift ortak noktalarının da azalmasıyla, birbirlerinden soğumakta ve giderek yalnızlaşmaktadır. Evlilik ilişkisi içerisinde çatışma çıkabilecek birçok sayıda konu bulunabilmektedir. Bunlardan bir tanesi de cinsel çatışmalardır. Çiftlerin cinsel duygularını paylaşmaları, cinsel ilişkiden hoşlanmaları ve doyum sağlamaları açısından önemli bir yere sahip olmaktadır. Karı-kocanın birbirlerine isteklerini açıkça ifade etmeleriyle çatışmanın çözümleri daha kolay olmaktadır (Özgüven, 2020: 115-116).

Evlilik ilişkisinin, kişilerin yaşamlarında oldukça fazla etkisinin olduğu söylenebilmektedir. Evlilik ilişkisinde yaşanan sorunlar sebebiyle çiftlerin ruh sağlıkları bozulabilmektedir (Gürer, 2019: 12).

Doyum alınan bir evlilik ilişkisi kişilerin sağlıklarını korurken, doyum alınamayan bir evlilik ilişkisinde kişiler pek çok riskle karşı karşıya kalabilmektedir. Evlilikte problemlerin yaşanması, stresli durumlarla karşı karşıya kalınması veya çözüme ulaşamayacağı düşünülen çatışmalar yaşanması çiftlerin bir ömür mutsuz olmalarına hatta kurmuş oldukları evlilik birliğinin yıkılmasına sebep olabilmektedir. Çiftlerin çatışmaları ele alış biçimleri ve çatışma sırasında verdikleri tepkiler hem çiftlerin kendilerini ve hem de kurmuş oldukları aileyi etkilemektedir. Çatışmaların çoğunlukla, şimdiye gelene kadar çözülmemiş ve çözüme kavuşturulmamış sorunlardan oluştuğu düşünüldüğünde, çiftlerin çatışma çözme konusunda bilgilendirilmesi gerekmektedir. Çatışmaların doğru bir şekilde çözülmesi, sorun ve stresle baş edilmesi sağlıklı bir evlilik için önem kazanmaktadır. Tüm bu bilgiler ışığında sağlıklı bir evlilik ilişkisinin devamı için evlilik doyumu ile ilişkili olan problem çözme konusuna önem verilmesi gerekmektedir (Kavak, 2018: 6-7).

Canel (2007)'in ailede problem çözme ve evlilik doyumu ile ilgili, araştırmacının geliştirdiği, problem çözme becerilerini geliştirerek evlilik doyumunu artırma konulu grup çalışmasında, uygulanan çalışmanın, evli kişilerin evlilik doyumlarını ve buna istinaden evlilik uyumlarını, ilişkilerindeki mutluluklarını ve eşlerine yakınlık düzeylerini arttırdığı görülmektedir. Ayrıca eşleriyle yaşadıkları çatışmaların ve eşlerine karşı hissettikleri öfke duygusunun azaldığı, stresle başa çıkma düzeylerinin ise arttığını belirtilmektedir.

Türkiye'de evlilik doyumu konusu ile ilgili sınırlı araştırma bulunmaktadır. Çiftler arasındaki ilişkiyi güçlendirmeye yönelik az bir araştırma olmakla birlikte evlilik doyumunu yükseltmek adına yapılmış herhangi bir grup çalışmasına rastlanmamaktadır. Evlilik yaşamından alınan doyumunu yükseltmek için yapılan çabalar, evli kişilerin aile içindeki ilişkilerini ve evlilikten aldıkları doyumunu arttırmalarına katkı sağlamasının yanında dolaylı olarak da sağlıklı gelişimi olan çocukların yetiştirilmesine katkı sağlamaktadır. Bu sebeple evli bireylerin aralarındaki ilişkinin kalitesini arttırmaya, oluşması muhtemel problemlerin çözülmesini kolaylaştırmaya ve evlilikten alacakları doyumunu arttırmaya yönelik çalışmaların tasarlanmasının, bireylerin ruh sağlıklarını olumlu bir şekilde etkileyeceği

düşünülmektedir. Türk insanının evliliği devam ettirme çabasının desteklenmesi önem arz etmektedir (Canel, 2007: 35).

Evliliği devam ettirme konusundaki kararlık bize aile yılmazlığı kavramına önem verilmesi gerektiğini göstermektedir.

### **2.3. Aile Yılmazlığı**

Pozitif psikolojinin önemli kavramlarından biri olan ve orijinali “resilience” olarak literatürde var olan yılmazlık kavramının farklı şekillerde kullanıldığı görülmektedir. Yılmazlıkla eş anlamlı kullanılan kavramların sıklıkla psikolojik sağlamlık, psikolojik dayanıklılık ve kendini toparlama gücü şeklinde olduğu görülmüştür. Bu araştırmanın değişkeni aile yılmazlığı olduğu için yılmazlık kavramı tercih edilmiştir.

Yılmazlık, yetişkin bireylerin zor veya beklenmedik yaşam durumlarıyla karşı karşıya kaldıklarında kullandıkları başa çıkma mekanizmalarını açıklamak için kullanılmış bir kavramdır. Yılmazlık aynı zamanda kişinin içsel ve dışsal kaynaklarını doğru bir şekilde kullanabilmesini kapsamaktadır (Özbay, Aydoğan, 2013: 130). Yılmazlık, bireylerin sahip olması gereken bir ihtiyaç olmakla birlikte aynı zamanda aile yapısının da ihtiyacı olan bir olgu olarak görülmektedir. Aile yılmazlığı kavramı pozitif bakış açısına dayanmakta ve aileyi birbirleriyle güçlü bir etkileşime sahip bireylerden oluşan kolektif bir yapı olarak ele almaktadır. Ailenin sahip olduğu etkileşimler, kişilerin stresli zamanlardaki başa çıkma potansiyellerini ortaya çıkarmakta, hayatlarını kaliteli bir şekilde yaşamalarına olanak sağlayarak ve tüm pozitif çabaları için destek vererek kişilerin yılmazlık düzeylerini arttırmaktadır (Günaydın, Akaroğlu, 2022: 94).

Yılmazlık kavramı ile ilgili yapılan tanımlara bakarak şu şekilde söyleyebiliriz: Kişilerin hayatları boyunca karşı karşıya kaldıkları stres ve risk içeren durumlara karşı gösterdikleri dayanıklılık ve uyum gösterme süreci yılmazlık olarak anlatılmaktadır. Bu süreçte kişinin hem kendi kişisel özelliklerinden hem de ait olduğu aile ve toplum yapısından etkilendiği bilinmektedir. Buradan yola çıkarsak yılmazlık kavramı, yaşam boyu edinilmiş olan deneyimlerin bir bütünüdür (Karabulut, Balcı, 2017: 197).

Yılmazlık kavramı bireylerin karşı karşıya kaldıkları zorluklara tahammül etme, pozitif ve destekleyici duygularla fonksiyonel bir şekilde hayatına devam etme kapasitesini göstermektedir. Sistem bakış açısına göre, bir sisteminin sağlıklı bir şekilde ayakta kalabilmesi için sorunlarla baş etme stratejilerinin güçlü olması

gerekmektedir. Bu süreç aile üzerinden incelendiğinde “aile yılmazlığı” (family resilience) olarak değerlendirilmektedir (Pak Güre, 2021: 40).

Yılmazlık konusunda yapılan tanımlar incelendiğinde, yaşam koşullarının olumsuz olması, çeşitli stres durumlarına maruz kalınması, yoksunluk gibi değişkenlerin dikkat çekici olduğu görülmektedir. Ayrıca yılmazlık konusunda başarılı olmanın kişisel faktörleri içerdiği de belirtilmektedir (Çelik, 2013: 222).

Buradan yola çıkarak kişinin yılmazlık düzeyinin yüksek olması, sahip olduğu kişilik özellikleriyle de bağlı olduğunu bize göstermektedir.

### **2.3.1. Yılmaz Bireylerin Özellikleri**

Yılmazlıkla ilgili çalışmalar incelendiğinde, bunun geliştirilebilir bir özellik olduğunun altı çizilmekte ve bireylerin yılmaz (resilient) olabilecekleri belirtilmektedir. Bununla birlikte doğuştan gelen kişisel beceriler, yetiştirilme tarzı, genetik faktörler, aile, arkadaşlık ve toplum ilişkilerinde sosyal destek alabiliyor olmanın yılmazlık düzeyi ile ilişkili olduğu görülmektedir. Kısaca ifade etmek gerekirse yılmazlık, hem doğuştan gelen kişilik özelliklerini barındırmakta hem de sonradan öğrenilen unsurlar içermekte ve zaman içerisinde gelişme gösterebilmektedir. Bunun yanında kişilerin yılmazlık düzeyleri, hayatlarındaki her alan için aynı düzeyde etki göstermemekte, başka bir ifade ile bazı konulardaki stresli durumlarla daha kolay başa çıkabilirken, bazı durumlarda da bu kadar başarılı olunamayabileceğini göstermektedir (Pak Güre, 2021: 38).

Yılmazlık, kişinin zorlu yaşam şartlarının üstesinden gelerek yeniden toparlanması için gerekli olan kişilik özelliği olarak açıklanmaktadır. Kişilerin, özgüven sahibi, geleceğe karşı umut besleyen ve iyimser kişiler olmalarının, yılmazlık düzeylerini olumlu şekilde etkilediği görülmektedir (Demir Polat, 2018: 20).

Yılmazlık düzeyi yüksek kişiler, davranışlarını sadece seçmekle kalmaz, aynı zamanda davranışın çok önemli olduğuna da inanmaktadır. Kendilerine olan güven duygusu yüksek, zorluklarla baş edebilen, durağanlığı değil değişim içinde bir hayatı kabullenebilen, stres içeren yaşam olaylarını; güvenliği tehdit edebilecek olan bir unsur olarak görmeyip, kişilik gelişimlerine katkı sağlayan bir olay ve öğrenmeleri için ihtiyaçları olan bir basamak olarak görebilme yetisine sahip bireyler olarak tanımlanabilmektedir (Öztörel, 2018: 20).

Mücadeleci kişiliğe sahip olan bireyler hastalık ya da stres içeren durumlar yaşadıklarında bu olayları gelişimleri için bir fırsat olarak görmektedir. Mücadeleci kişiler herhangi beklenmedik bir olayla karşılaştıklarında, yeni durumu kontrol altına almaya çalışmalarının, yaşama bağlılıkları sebebiyle olduğu söylenebilmektedir (Karaoğlan, 2020:25).

Kişi açısından bakıldığında yaşadığı sıkıntılı durumlardan kurtulmak için gösterdiği mücadele zorluklarla dolu olabilmektedir. Ama aynı zamanda gösterdiği bu mücadele bireyin kişisel olarak gelişmesine büyük katkı sunmaktadır. Bu mücadele, kişiye kendini geliştirmesi için bir olanak sağlamakta ve sonuç olarak da başarılı olduğunu gördüğünde, diğer hedeflerine ulaşmak için gereken motivasyonunu arttırmasında büyük anlam taşımaktadır. Yılmazlık konusunda güçlü kaynakları olan kişiler zorluklarla mücadelede daha başarılı olmaktadır (Çelik, 2013: 225).

Harrisson ve arkadaşları (2002)'ın yaptığı araştırma, yaş ve cinsiyet değişkenlerinin yılmazlık düzeyi üzerinde etkili olmadığını göstermektedir. Yine aynı araştırmanın sonuçlarına göre yılmazlık düzeyi ve mesleki düzey arasında bir ilişki olmadığı ortaya çıkmaktadır.

### **2.3.2. Yılmazlığı Etkileyen Faktörler**

Olumsuz durumlar karşısında güçlü kalabilmek olarak ifade edebileceğimiz yılmazlık kavramı kişilerin hayatında çok önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Resilience (yılmazlık), sorunlu bir olayla karşılaştığında, risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin bir araya gelmesi sonucunda, kişinin yaşamında oluşan değişime uyum gösterebilmesini içermektedir. Yılmazlık kavramı, risk karşısında gösterilen uyuma işaret etmektedir. Stresli durumların oluşmasına sebep olan risk faktörleri ile bu riskin negatif etkisini azaltacak koruyucu faktörler, insanların yılmazlık olarak adlandırdıkları gelişim süreçlerine katkıda bulunmaktadır (Kararımak, 2006: 129).

#### **2.3.2.1 Risk Faktörleri**

Yılmazlık kavramı, olumsuzluklara yani yüksek risk faktörlerine rağmen hâli hazırdaki zorlukları aşabilen ve tahminlerden daha iyi başarı gösteren kişilerin ayakta kalmalarına sebep olan özellik veya öznel bir yeteneğe sahip oldukları inancını ifade

etmek üzere kullanılmaktadır. Zor hayat koşullarında yetişmesine karşın başarı veya ün sahibi olmuş bireylerin hayat hikayelerine rastlanmaktadır. Yüksek risk yaşayarak büyüyen çocuklarla yapılan, risk altında yaşayan grupların, sonucunda başarı elde edebileceği değişkenleri ortaya çıkarmayı hedef alan yılmazlık çalışmaları da bu tanımla uyum göstermektedir (Turan, 2014: 66).

Risk ve yıprandırıcı hayat olayları içerisinde yetişen bireylerin, gelişimlerini tehdit eden tüm bu negatif şartlara rağmen başarılı olmalarının altındaki sebepleri ve psikolojik olarak nasıl sağlıklı kaldıklarını anlayabilmek, benzer riskler altında büyüyen tüm bireylere yönelik yapılacak olan koruyucu çalışmalara yol göstermektedir. Türkiye’de bu konu ile ilgili araştırmalar son yıllarda ele alınmaya başlamaktadır. Bu çalışmaların artması konunun önemine dikkat çekmek ve bakış açısı kazandırmak açısından önem arz etmektedir (Gizir, 2007: 114).

### **2.3.2.2. Koruyucu Faktörler**

Masten (1999)’e göre koruyucu faktör kavramı, oluşan risk faktörlerinin ortaya çıkardığı olumsuz etkiyi yumuşatan, azaltan ya da yok eden, bireyin yeterlilik düzeyini en üst seviyeye çıkaran durumlar olarak tanımlanmaktadır.

Koruyucu faktörler, kişinin karşılaştığı risk bileşenleri ve bunun sonucunda yaşadığı yoğun strese rağmen kendisinin daha iyiye doğru gitmesine sebep olan faktörlerdir (Yokuş Yılmaz, 2019: 10).

Gizir (2007) araştırmasında, koruyucu faktörleri bireysel faktörler, ailesel faktörler ve aile dışındaki faktörler olarak üç kısma ayırmıştır.

- Bireysel koruyucu faktörler: benlik saygısı, zekâ, sağlık, farkındalıklı olma, akademik başarı, olumlu mizaç, iyimserlik, problem çözme yeteneği
- Ailesel koruyucu faktörler: ebeveynlerden alınan destek, çocuktan gerçekçi beklentiler
- Çevresel koruyucu faktörler: akranlarından destek görme, sosyal kaynakların etkin kullanımı, olumlu insan ilişkileri

### 2.3.3. Aile Yılmazlığı

Yılmazlık, zorluklar karşısında mücadele edebilme yetimizi ve bu olaylar karşısında gösterdiğimiz dayanıklılığı ifade eden kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Aile yılmazlığı ise bu zorluklarla aile birliği çatısı altında ve aile üyeleri olarak direnç gösterebilmeyi ifade etmektedir. Bu direncin kuvvetli olması demek, aile bireyleri arasındaki iletişim tarzının, ailece birlikte adım atabilme kabiliyetlerinin, finansal anlamda ihtiyaçların karşılanabilmesinin ve bu konuda yeterli hissedebilme becerilerinin yüksek olması demektir (Turan, 2017: 1).

Aileler birçok kez, çok çeşitli faktörlerin sebep olduğu, oldukça zor deneyimler yaşayabilmekte, ciddi kriz durumlarıyla karşı karşıya kalabilmektedir. Aile içerisinde sorunlar baş gösterdiğinde, aile üyelerinin karşılıklı olarak birbirlerinden nasıl destek alıp verdikleri büyük önem teşkil etmektedir. Ailenin içinde buldukları sorunları nasıl çözüme ulaştırdıkları ve bu zorlu geçişten sonra yaşamlarını nasıl tekrar inşa ettiklerini anlamak gerekmektedir. Bu sebeple aile yılmazlığı kavramı, ailenin ne şekilde kenetleneceğini anlayabilmek ve açıklayabilmek için önem arz etmektedir (Günaydın, Akaroğlu, 2022: 93).

Aile yılmazlığı demek yaşanan bunca olumsuz olay karşısında olumlu tepkiler verebilme yeteneğimizi yüksek seviyede tutabilmek ve hatta bu olumsuz deneyimlerden tabiri caizse güçlenerek çıkabilmek demektir. Zorluklar bazı aileleri daha az bazı aileleri daha fazla etkilemekte ve her aile yaşadıkları zorluklara güçleri nispetinde dayanabilmektedir. Bazı aileler de bu zorluklar karşısında dayanıklılık gösteremeyip boşanma kararı alabilmektedir. Ailelerin sahip oldukları yılmazlık düzeyleri, yaşadıkları zorluklara ve sahip oldukları kaynaklara göre değişiklik göstermektedir. Bu olumsuzluklar aile içinde yaşanan kayıp olabileceği gibi, aile üyelerinden birinin kronik bir hastalığa yakalanması, engelli bir aile üyesine sahip olmak ya da ani yaşanan kazalar olarak ifade edilebilir. Her aile o kadar biriciktir ki aynı olayı yaşayan iki farklı aile bile aynı tepkiyi vermeyecek, kendi özelliklerinde bir sonuç geliştirecektir. Aile üyeleri arasındaki kardeş ilişkilerinin güzel olması, aile olarak, zorluk yaşayan üyeye duygusal destek verilmesi, aile içerisinde paylaşılmış iş bölümü, dini ve manevi inanç konusunda birlikte hareket edebilme, yakın çevreden ve hatta toplumdan görülen destek gibi pozitif dinamikler aile yılmazlığı düzeyimizi arttıran etmenler olarak karşımıza çıkmaktadır (Aydoğan, 2019: 154-162).

Aile demek tüm insanlık boyunca yaşanan ve yaşanabilme potansiyeli olan sorunların bağlamı demektir. Bütün insan topluluklarında olduğu gibi, aile içinde de beklenmeden ortaya çıkan durumlar gelişir (Nichols, 2013: 75). Evlilik ilişkisinde de zaman zaman yolunda gitmeyen olaylarla karşılaşılabilir. Bu zorluklar bazen kısa sürede çözümlenebilecek güçlükler olarak bazen de çözümü için daha fazla zamana ihtiyaç duyduğumuz krizler olarak hayatımıza girebilmektedir.

Her ailenin kendine özel bir yapısı bulunmaktadır. Bununla birlikte her ailenin krizle başa çıkma durumları da gelişim süreçleri de farklılık göstermektedir (Özbay, Aydoğan, 2013: 132). Aile, bir kriz ile karşı karşıya kaldığında bu stresle baş etmeye çalışırken bazı aşamalardan geçmektedir. Ailede ilk başta bir karışıklık oluşmakta ve aile bu süreç içerisinde hayli zorlanabilmektedir. Zor kriz döneminin bitmesiyle iyileşme süreci başlamaktadır. Ailenin bu süreçten ne kadar etkili bir şekilde çıkacağı, kaynaklarına ve o kaynakları kullanma şekillerine bağlı olmaktadır (Keklik, 2012: 44).

Aile yılmazlığında önemli etkenler bulunmaktadır. Bu etmenler, ailenin yaşanan kriz durumuna uyum sağlayabilmesine ve kriz öncesindeki eski hallerine geri dönebilme becerisine odaklanmaktadır. Uyum sağlayabilme ve eski işlevselliğe geri dönebilme özelliği, ailenin bu konuda çeşitli stratejiler geliştirebilmesi ve sahip olduğu kaynakları kullanabilmesi sebebiyle gerçekleşmektedir (Önem, 2020: 9).

Bazı etkenler aile yılmazlık düzeyinin artmasına katkı sağlamaktadır. Bu etmenlerden en önemlilerinin sosyal destek görmek, yüksek maneviyat, pozitif bakış açısına sahip olmak, aile üyelerinin birbirlerine hissettiği bağlılık, esnek olmak, kişisel ve ilişkisel olarak özgün olmak olduğu görülmektedir (Palancı, 2018: 227).

Alan yazın incelemesi yapıldığında Özbay ve Aydoğan (2013)'ın engelli çocuk sahibi olan ailelerin aile yılmazlık süreçlerini inceledikleri araştırmada, ailelerin yılmazlık kaynaklarının önemli bir kısmını sosyal destek mekanizmasının oluşturduğu görülmektedir. Toplum, komşu, dost, akrabadan alınan destek süreçleri ve eşlerin birbirlerine gösterdikleri destek, ailenin başa çıkma mekanizmasını sağlıklı bir şekilde oluşturmalarına ve pozitif gelişim göstermelerine katkı sağlamaktadır.

Pak Güre (2021) nadir hastalığı olan aile üyelerinin bulunduğu ailelerde, aile yılmazlığını etkileyen faktörlerin neler olduğunu araştırmıştır. Bu araştırmanın nicel ve nitel bulguları incelendiğinde aile yılmazlığını etkileyen faktörlerin neler olduğu ortaya çıkmaktadır. Bu çalışma aile yılmazlığını etkileyen faktörlerin aile üyelerinin

yaşı, eğitim düzeyleri, nadir hastalığa ait yeteli bilgi sahibi olunması, sağlıklı bir ruh hali, yüksek sosyal değerlendirme, sahip olunan etkili problem çözme becerisi ve bir sivil toplum kuruluşuyla ilişki içinde olmanın önemli olduğunu göstermektedir.

Hassamancığlu ve ark. (2020) özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin, aile içi rollerinin ve çocuklarını tanıma konusundaki becerilerinin aile yılmazlıklarına nasıl bir etkisi olduğunu görmek için yaptıkları araştırmada, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin sağlıklı bir aile yapısına sahip oldukları, yılmazlık düzeyleri yüksek olan bireyler oldukları ve ebeveynlerin özel gereksinimli çocuklarını gayet doğru tanıdıkları görülmektedir. Ulaşılan bu sonuçlar, ailelerin özel gereksinimli çocukları olmaları sebebiyle, zorluklarla baş etmede özel çaba harcadıklarını, ebeveyn sorumluluklarının farkında olduklarını, çocuklarına daha fazla özel destek vermeleri münasebetiyle daha fazla bir arada olduklarını ve bu sebeple de çocuklarını daha iyi tanıdıklarını, çocuklarının gelişimlerinde yüksek destek sağlayabilmek için gayret ettiklerini düşündürmektedir.

Yazıcı (2019) aile değerleri ve aile yılmazlığı arasında bir ilişkinin olup olmadığını incelediği araştırmasında bu iki kavramın arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmaktadır. Araştırmanın bulguları, evli bireylerin sahip olduğu değerlerin aile yılmazlık düzeylerini etkilediğini göstermektedir.

#### **2.3.4. Aile Yılmazlığı ile İlgili Kavramlar**

İnsanlar doğumlarından ölümlerine kadar olan zaman boyunca çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık gibi dönemlerden geçmekte ve bu dönemlerden geçerken biyolojik ve psikolojik birçok değişkenle yüzleşmek zorunda kalmaktadır. Kişiler yaşadıkları süre içerisinde stres, hastalık, doğal afet, riskli durum, eğitim sürecindeki akademik değerlendirme için yapılan sınav, meslek seçim sürecinde yaşanan sıkıntı gibi birçok zorlukla karşılaşabilmektedir (Çelik, 2013: 222).

##### **2.3.4.1. Stresle Başa Çıkma ve Yılmazlık**

Stres, bireyin problemleriyle baş etme kabiliyetini aşan veya sınırlarını zorlayan bir durumla karşı karşıya kalındığında gösterilen tepki olarak yorumlanmaktadır.

Kişinin stresli durumla baş etmek için kontrollü davranabilmesi önem teşkil etmektedir (Burkovik, 2017: 127).

Yılmazlık, ilk başta yıkıcı olarak düşünülen yaşamdaki zorlu koşullardan iyileşerek ve sağlam bir şekilde çıkmayı anlatan bir kavram olmaktadır. Stres veren zorluklar içerisinde, öfke, keder, yas, acı kayıp gibi zor durumlar karşısında şaşkınlığı yaşamak fakat bu durumlar sonucunda oluşan olumsuz duyguları sabit hale getirmeye izin vermemektir (Öztörel, 2018: 20).

Umut düzeyleri yüksek olan kişilerin geleceğe dair amaçlara sahip olan kişiler olmalarının yanında, bu amaçlara ulaşmak için çaba harcadıkları da bilinmektedir. Harcadıkları bu çabalardan önemli bir tanesi başa çıkma stratejileridir. Kişiler hedeflerine ulaşma yolunda ilerlerken, karşılarına çıkan zorluklar için bazı başa çıkma stratejileri kullanmaktadır. Bu stratejiler, hedeflerine ulaşmada hem kolaylaştırıcı rol oynamakta hem de olumlu bir etkiye sahip olmaktadır. Bu sayede başa çıkma konusunda başarılı olan bireylerin, hayata ve yaşamış oldukları zorluklara karşı daha dirençli yani başka bir deyişle daha yılmaz bireyler oldukları söylenebilmektedir (Çetrez İşcan, Malkoç, 2017: 123).

#### **2.3.4.2. Benlik Saygısı ve Yılmazlık**

Benlik, kişinin kendisi hakkında sahip olduğu genel görüş ve kişilik özelliklerine karşı genel algılarının tümü şeklinde ifade edilmektedir (Can, 2011: 80). Kişinin kendisini gerçekçi bir bakış açısıyla değerlendirerek, kendisini olduğu haliyle kabullenerek, kendisine karşı sevgi ve saygı duyarak kendine güvenebilmesi kavramı benlik saygısı olarak tanımlanmaktadır. Kişinin benlik saygısının yüksek olması, sağlıklı ve pozitif bir ruh haline sahip olmasında önemli bir ön koşul olarak görülmektedir. Kişinin sahip olduğu pozitif veya negatif duygu ve düşünceler bireyin hissettiği benlik saygısına önemli derecede etki etmektedir (Kımtır, 2011: 40).

Benlik saygısı yüksek olan kişi, toplumda daha sağlıklı bir ruhsal gelişimle bulunmaktadır. Kişinin benlik saygısının yüksek olması daha mutlu ve daha kaliteli bir hayat yaşamasına sebep olmaktadır. İki yönlü bir oluşum olan benlik saygısı, kişinin bazen olumlu davranışlarda bulunmasına vesile olan bir neden olmakta, bazen de davranışlarının ve toplumdan aldığı geri bildirimlerin sebep olduğu, yeterlilik ve kendini gerçekleştirme hisleri neticesinde, kendisini değerli görmesi sonucuna

ulaşmasına katkı sağlamaktadır. İster neden ister sonuç olsun, her iki yönde de bir döngü oluşturan benlik saygısı, bireyin daha kaliteli, daha huzurlu ve daha medeni bir hayat sürmesine ve bu sayede de daha mutlu nesillerin oluşmasına katkı sağlamaktadır (Yıldız ve Çapar, 2010: 106).

Yenice (2020)'nin lise öğrencileri ile yaptığı araştırmasında benlik saygısı ve yılmazlık düzeyleri arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Diğer bir deyişle bir değişken arttığında diğeri de artmakta, bir değişken azaldığında diğeri de azalmaktadır. Sarıkaya (2015)'nin 14-18 yaş arası ergenlerle yapmış olduğu çalışmada ise ergenlerin benlik saygısı ve yılmazlık kavramlarının birbiriyle ilişkili olduğu ve ergenlerin sağlıklı bir ruh haline sahip olmaları açısından önemli kavramlar oldukları sonucuna ulaşılmaktadır.

Karaoğlan (2020) şiddet gören kadınlarla yaptığı araştırmasında, düşük benlik saygısının düşük yılmazlık düzeyi ile doğru orantılı olduğu sonucuna ulaşmaktadır. Yani şiddet gören kadınların yılmazlık düzeylerinin daha düşük olduğu görülmektedir. Traş ve Aydın (2019) üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve yılmazlık düzeylerini incelediği araştırmasında, benlik saygısı düzeyleri ve yılmazlık düzeyleri arasında orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Ayrıyeten kişinin benlik saygısı düzeyi yılmazlık düzeyini anlamlı şekilde yordamaktadır.

Tüm bu bilgiler ışığında kişinin benlik saygısının yüksek olmasının hayatta karşılaştığı zorluklara ve bu zorluklarla mücadele etmede çok önemli bir etken olan yılmazlık düzeyine olumlu katkısının olduğu görülmektedir.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde araştırmanın yönteminden bahsedilmektedir. Araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, araştırmada kullandığımız ölçekler ile verilerin analizi için kullanılan istatistiksel bilgilere yer verilmektedir.

#### 3.1 Araştırmanın Modeli

Evli bireylerin iletişim becerilerinin, evlilik yaşam doyumları ve aile yılmazlıklarına etkisini nicel yönden incelediğimiz araştırmada, “İlişkisel tarama modeli” kullanılmıştır. “İlişkisel tarama modeli” sayesinde, iki ve daha fazla değişkenin aralarında olumlu ya da olumsuz bir ilişkinin bulunup bulunmadığını ölçmek için korelasyonel veya karşılıklı olarak bir inceleme yapmamıza olanak tanınabilmektedir (Karasar, 2012: 81).

#### 3.2. Çalışma Grubu

Araştırmadaki çalışma grubunu İstanbul ilimizde ikâmet eden ve araştırmaya gönüllü olarak katılan 422 evli birey oluşturmaktadır. Çalışma grubuna ait yüzde ve frekans değerlerini gösteren tablo aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 3.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri**

Değişken	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	291	69.0
	Erkek	131	31.0
Yaş	18-30	119	28.2
	31-40	170	40.3
	41-50	107	25.4
	51-60	21	5.0
	61 ve üzeri	5	1.2
Eğitim Durumu	İlkokul	5	1.2

	Ortaokul	10	2.4
	Lise ve dengi	35	8.3
	Y.okul/ Üniversite	255	60.4
	Lisansüstü	117	27.7
<b>Algılanan Yıllık Gelir</b>	Çok Düşük	4	.9
	Düşük	23	5.5
	Orta	202	47.9
	İyi	158	37.4
	Çok iyi	35	8.3
<b>Evlenme Yöntemi</b>	Görücü usulü	129	30.6
	Flört ederek	241	57.1
	Diğer	52	12.3
<b>Evlilik Süresi</b>	0-5 yıl	159	37.7
	6-10 yıl	70	16.6
	11-15 yıl	75	17.8
	16-20 yıl	60	14.2
	21 yıl ve üzeri	58	13.7
<b>Çocuk Sayısı</b>	0	116	27.5
	1	99	23.5
	2	138	32.7
	3 ve üzeri	69	16.4

Araştırmada, 291 (%69.0) kadın, 131 (%31.0) erkek katılımcı vardır. Katılımcıların 119'u (%28.2) 18-30 yaşları arasında, 170'i (%40.3) 31-40 yaşları arasında, 107'si (%25.4) 41-50 yaşları arasında, 21'i (%5.0) 51-60 yaşları arasında ve 5'i (%1.2) 61 veya daha fazla yaştaadır. 5'inin (%1.2) eğitim durumu ilköğretim, 10'unun (%2.4) ortaokul, 35'inin (%8.3) lise ve dengi, 255'inin (%60.4) yüksekokul veya üniversite, 117'sinin (%27.7) lisansüstüdür. 4'ü (%.9) gelirini çok düşük, 23'ü (%5.5) düşük, 202'si (%47.9) orta, 158'i (%37.4) iyi ve 35'i (%8.3) çok iyi olarak değerlendirmiştir. Evlenme yöntemi olarak 129 kişi (%30.6) görücü usulü, 241 kişi (%57.1) flört ederek, 52 kişi (%12.3) ise diğer yöntemleri belirtmiştir. 159 kişi (%37.7) 0-5 yıl, 70 kişi (%16.6) 6-10 yıl, 75 kişi (%17.8) 11-15 yıl, 60 kişi (%14.2) 16-20 yıl, 58 kişi (%13.7) 21 yıl ve daha fazla süredir evli olduğunu belirtmiştir. 116 kişi (%27.5) çocuğu

olmadığını, 99 kişi (%23.5) 1 çocuğu olduğunu, 138 kişi (%32.7) 2 çocuğu olduğunu ve 69 kişi (%16.4) 3 ve daha fazla çocuğu olduğunu ifade etmektedir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Verilerin toplanmasında gerekli izinler alınarak, Korkut Owen ve Bugay (2014)'ın geliştirdiği 25 maddeden oluşan “İletişim Becerileri Ölçeği” evlilik yaşam doyumunu ölçmek için Tezer (1996) tarafından geliştirilen 10 maddelik “Evlilik Yaşam Ölçeği”, ailelerin yılmazlık algılarını ölçmede kullanmak üzere Kaner ve Bayraklı (2010) tarafından geliştirilmiş olan 37 maddelik “Aile Yılmazlık Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanmış olan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

#### **3.3.1 Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmanın bağımsız değişkenleri ile ilgili bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Kişisel bilgi formu cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ailenin yıllık gelir durumu, eşlerin evlenme durumları, kaç yıllık evli oldukları ve kaç çocuklarının olduğu maddelerinden oluşmaktadır.

#### **3.3.2 İletişim Becerileri Ölçeği**

Korkut Owen ve Bugay (2014) tarafından geliştirilmiş olan İletişim Becerileri Ölçeği (İBÖ) iletişimle ilgili bazı özelliklerimizi ölçmeye yönelik hazırlanmış olan bir ölçektir. Ölçek 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçek değerlendirmesi 1-hiçbir zaman, 2-nadiren, 3-bazen, 4-sıklıkla ve 5-her zaman olmak üzere hesaplanmaktadır. Ölçekte “İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler”, “Kendini İfade Etme”, “Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim” ve “İletişim Kurmaya İsteklilik” alt boyutları ölçülmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık için Cronbach alfa kat sayısı 0.88 olarak hesaplanmıştır.

#### **3.3.3 Evlilik Yaşamı Ölçeği**

Araştırmamızda Tezer (1996) tarafından hazırlanmış olan ve evlilik ilişkisinden sağlanan doyumunu ölçmek için kullanılan Evlilik Yaşamı Ölçeği (EYÖ) kullanılmıştır. Ölçek evlilik yaşamına ilişkin sorular içeren 10 maddeden oluşmaktadır. Cevaplar

kesinlikle katılmıyorum, katılmıyorum, kararsızım, katılıyorum ve kesinlikle katılıyorum seçeneklerinden birini işaretlemek suretiyle verilmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ilk uygulama grubunda 0.91, ikinci uygulama grubunda ise 0.89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.85 olarak saptanmıştır. Bu bulgular ölçeğin yüksek güvenilirlik seviyesinde olduğunu göstermektedir.

### **3.3.4. Aile Yılmazlık Ölçeği**

Kaner ve Bayraklı (2010) tarafından hazırlanan Aile Yılmazlık Ölçeği (AYÖ) toplam 37 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte en temel yılmazlık özellikleri olarak görülen, mücadelecilik, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık ve kendini kontrol olarak dört alt boyuttan oluşmaktadır. AYÖ ölçeğinden yüksek puan almak, yılmazlık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. 1 puan beni hiç tanımlamıyor, 2 puan biraz tanımlıyor, 3 puan orta düzeyde tanımlıyor ve 5 puan beni çok iyi tanımlıyor olarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin cronbach alfa ve iki yarı güvenilirlik katsayıları sırasıyla 0.54-0.91 ve 0.53-0.87 arasında çıkmaktadır. Test-tekrar test güvenilirlik değerleri 0.33-0.80 arasında değişmekte ve hepsi anlamlı düzeydedir.

## **3.4. Verilerin İstatistiksel Analizi**

Verilerin analizinde IBM SPSS 26.0 paket programı kullanılmıştır. Temel analizler yapılmadan önce ilk olarak veri girişleri kontrol edilmiştir ve kayıp veri analizi yapılmıştır. Uç değer analizleri yapılmış ve 15 katılımcının verisi uç değer olduğu için analizlerden çıkarılarak örneklem grubu 422 kişi olarak belirlenmiştir. Sonrasında parametrik testlerin varsayımları incelenmiş ve basıklık ve çarpıklık değerlerinin + 1.5 ve - 1.5 arasında yer aldığı ve bu durumda normal dağılım gösterdiği görülmüştür (Tabachnick ve Fidell; 2007).

Araştırmada kullanılan kategorik değişkenlerin frekans ve yüzde değerleri, sürekli değişkenlerin ise ortalama ve standart sapma değerleri rapor edilmiştir. Normallik varsayımı sağlandığı için iki grup arasında anlamlı farklılığın olup olmadığını incelemek için Bağımsız Örneklem t-testi, ikiden fazla grup arasında anlamlı farklılığın olup olmadığını incelemek için ise Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) kullanılmıştır. Varyansların homojen olduğu varsayımı Levene test ile

incelenmiştir. Post hoc analizlerinde varyansların homojen olduğu durumlar için Tukey, homojen olmadığı durumlar için ise Games-Howell testi kullanılmıştır. Ölçek puanları arasındaki ilişkileri incelemek için dağılımın da normal olması sebebiyle Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır.

Katılımcıların İletişim Becerileri Ölçeği' nin alt boyutları puanlarının evlilik yaşamı doyumunu ve aile yılmazlığını yordayıp yordamadığını incelemek için iki ayrı Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi uygulanmıştır. Bulguların yorumlanmasında %95 güven aralığı değerleri ve .05 anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır.

**Tablo 3.2 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği İçin Cronbach's Alfa Güvenirlik Analizi Sonuçları**

<b>Ölçekler</b>	<b>Cronbach's Alfa</b>
<b>İletişim Becerileri Ölçeği</b>	.905
<b>İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu</b>	.774
<b>Kendini İfade Etme Alt Boyutu</b>	.779
<b>Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu</b>	.760
<b>İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu</b>	.730
<b>Aile Yılmazlık Ölçeği</b>	.950
<b>Mücadelecilik Alt Boyutu</b>	.937
<b>Öz-Yetkinlik Alt Boyutu</b>	.850
<b>Yaşama Bağlılık Alt Boyutu</b>	.867
<b>Kendini Kontrol Alt Boyutu</b>	.602
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği</b>	.925

Tablo 3.2'de İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlığı Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği için Cronbach's Alfa güvenirlik analizi sonuçları yer almaktadır.

İletişim Becerileri Ölçeği için Cronbach's Alfa güvenirlik katsayısı .905 olarak hesaplanmıştır. İletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenirlik katsayısı .774 olarak hesaplanmıştır. Kendini ifade etme alt boyutu için

Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .779 olarak hesaplanmıştır. Etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .760 olarak hesaplanmıştır. İletişim kurmaya isteklilik alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .730 olarak hesaplanmıştır. Aile Yılmazlık Ölçeği için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .950 olarak hesaplanmıştır. Mücadelecilik alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .937 olarak hesaplanmıştır. Öz-yetkinlik alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .850 olarak hesaplanmıştır. Yaşama bağlılık alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .867 olarak hesaplanmıştır. Kendini kontrol alt boyutu için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .602 olarak hesaplanmıştır. Evlilik Yaşamı Ölçeği için Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı .925 olarak hesaplanmıştır.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde çalışmada yer alan katılımcıların demografik özellikleri, araştırmanın amacı kapsamında test edilen hipotezlere ilişkin analizlerin sonuçlarına yer verilmiştir.

#### 4.1 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler

Bu bölümde İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği'ne ilişkin betimleyici istatistik sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.1 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Düzeylerine İlişkin Veriler**

Ölçekler	Min	Maks	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık
İletişim Becerileri Ölçeği	62	125	102.50	11.02	-.316	.352
İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu	25	50	41.00	4.55	-.310	.177
Kendini İfade Etme Alt Boyutu	8	20	16.52	2.56	-.698	.404
Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu	13	30	24.75	3.14	-.443	.204
İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu	11	25	20.23	2.87	-.412	.086
Aile Yılmazlık Ölçeği	67	185	143.62	20.78	-.591	.647
Mücadelecilik Alt Boyutu	25	85	62.64	11.73	-.599	.397
Öz-Yetkinlik Alt Boyutu	18	45	38.14	4.78	-.881	1.285
Yaşama Bağlılık Alt Boyutu	15	40	31.65	5.63	-.591	-.152
Kendini Kontrol Alt Boyutu	3	15	11.18	2.26	-.462	.287
Evlilik Yaşamı Ölçeği	10	50	38.19	8.75	-.705	-.218

Tablo 4.1’de İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanları için minimum-maksimum değerler, ortalama, standart sapma değeri, çarpıklık-basıklık değerleri yer almaktadır.

İletişim Becerileri Ölçeği’nin toplam puanı 62 ile 125 değerleri arasında değişmektedir. Ölçeğin ortalama değeri 102.50 ve standart sapma değeri 11.02, çarpıklık değeri -.316 ve basıklık değeri .352 olarak hesaplanmıştır.

İletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu toplam puanı 25 ile 50 değerleri arasında değişmektedir. Alt boyutun ortalama değeri 41.00 ve standart sapma değeri 4.55, çarpıklık değeri -.310 ve basıklık değeri .177 olarak hesaplanmıştır. Kendini ifade etme alt boyutu toplam puanı 8 ile 20 değerleri arasında değişmektedir. Alt boyutun ortalama değeri 16.52 ve standart sapma değeri 2.56, çarpıklık değeri -.698 ve basıklık değeri .404 olarak hesaplanmıştır. Etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu toplam puanı 13 ile 30 değerleri arasında değişmektedir. Alt boyutun ortalama değeri 24.75 ve standart sapma değeri 3.14, çarpıklık değeri -.443 ve basıklık değeri .204 olarak hesaplanmıştır. İletişim kurmaya isteklilik alt boyutu toplam puanı 11 ile 25 değerleri arasında değişmektedir. Alt boyutun ortalama değeri 20.23 ve standart sapma değeri 2.87, çarpıklık değeri -.412 ve basıklık değeri .086 olarak hesaplanmıştır.

Aile Yılmazlık Ölçeği’nin toplam puanı 67 ile 185 değerleri arasında değişmektedir. Ölçeğin ortalama değeri 143.62 ve standart sapma değeri 20.78, çarpıklık değeri -.591 ve basıklık değeri .647 olarak hesaplanmıştır.

Mücadelecilik alt boyutu toplam puanı 25 ile 85 değerleri arasında değişmektedir. Alt boyutun ortalama değeri 62.64 ve standart sapma değeri 11.73, çarpıklık değeri -.599 ve basıklık değeri .397 olarak hesaplanmıştır. Öz-yetkinlik alt boyutu toplam puanı 18 ile 45 değerleri arasında değişmektedir. Alt boyutun ortalama değeri 38.14 ve standart sapma değeri 4.78, çarpıklık değeri -.881 ve basıklık değeri 1.285 olarak hesaplanmıştır. Yaşama bağlılık alt boyutu toplam puanı 15 ile 40 değerleri arasında değişmektedir. Alt boyutun ortalama değeri 31.65 ve standart sapma değeri 5.63, çarpıklık değeri -.591 ve basıklık değeri -.152 olarak hesaplanmıştır. Kendini kontrol alt boyutu toplam puanı 3 ile 15 değerleri arasında değişmektedir. Alt boyutun ortalama değeri 11.18 ve standart sapma değeri 2.26, çarpıklık değeri -.462 ve basıklık değeri .287 olarak hesaplanmıştır.

Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin toplam puanı 10 ile 50 değerleri arasında değişmektedir. Ölçeğin ortalama değeri 38.19 ve standart sapma değeri 8.75, çarpıklık değeri -.705 ve basıklık değeri -218 olarak hesaplanmıştır.

#### 4.2 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının demografik değişkenler açısından incelenmesine ilişkin analiz sonuçlarına yer verilmektedir.

**Tablo 4.2 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p																																																								
İletişim Becerileri Ölçeği	Kadın	291	103.12	10.66	1.738	420	.083																																																								
	Erkek	131	101.11	11.70				İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu	Kadın	224	41.25	4.40	1.700	420	.090	Erkek	182	40.44	4.84	Kendini İfade Etme Alt Boyutu	Kadın	224	16.49	2.56	-.329	420	.742	Erkek	182	16.58	2.57	Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu	Kadın	224	25.00	2.97	2.381	420	<b>.018*</b>	Erkek	182	24.21	3.45	İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu	Kadın	224	20.39	2.78	1.666	420	.096	Erkek	182	19.89	3.04	Aile Yılmazlık Ölçeği	Kadın	224	142.38	21.58	-1.829	420	.068
İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu	Kadın	224	41.25	4.40	1.700	420	.090																																																								
	Erkek	182	40.44	4.84				Kendini İfade Etme Alt Boyutu	Kadın	224	16.49	2.56	-.329	420	.742	Erkek	182	16.58	2.57	Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu	Kadın	224	25.00	2.97	2.381	420	<b>.018*</b>	Erkek	182	24.21	3.45	İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu	Kadın	224	20.39	2.78	1.666	420	.096	Erkek	182	19.89	3.04	Aile Yılmazlık Ölçeği	Kadın	224	142.38	21.58	-1.829	420	.068	Erkek	182	146,37	18,67								
Kendini İfade Etme Alt Boyutu	Kadın	224	16.49	2.56	-.329	420	.742																																																								
	Erkek	182	16.58	2.57				Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu	Kadın	224	25.00	2.97	2.381	420	<b>.018*</b>	Erkek	182	24.21	3.45	İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu	Kadın	224	20.39	2.78	1.666	420	.096	Erkek	182	19.89	3.04	Aile Yılmazlık Ölçeği	Kadın	224	142.38	21.58	-1.829	420	.068	Erkek	182	146,37	18,67																				
Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu	Kadın	224	25.00	2.97	2.381	420	<b>.018*</b>																																																								
	Erkek	182	24.21	3.45				İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu	Kadın	224	20.39	2.78	1.666	420	.096	Erkek	182	19.89	3.04	Aile Yılmazlık Ölçeği	Kadın	224	142.38	21.58	-1.829	420	.068	Erkek	182	146,37	18,67																																
İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu	Kadın	224	20.39	2.78	1.666	420	.096																																																								
	Erkek	182	19.89	3.04				Aile Yılmazlık Ölçeği	Kadın	224	142.38	21.58	-1.829	420	.068	Erkek	182	146,37	18,67																																												
Aile Yılmazlık Ölçeği	Kadın	224	142.38	21.58	-1.829	420	.068																																																								
	Erkek	182	146,37	18,67																																																											

<b>Mücadelecilik Alt Boyutu</b>	Kadın	224	61.43	12.26	-3.461 <sup>a</sup>	420	<b>.001**</b>
	Erkek	182	65.34	10.01			
<b>Öz-Yetkinlik Alt Boyutu</b>	Kadın	224	38.22	4.93	.491	420	.624
	Erkek	182	37.97	4.44			
<b>Yaşama Bağlılık Alt Boyutu</b>	Kadın	224	31.55	5.70	-.567	420	.571
	Erkek	182	31.89	5.47			
<b>Kendini Kontrol Alt Boyutu</b>	Kadın	224	11.19	2.34	.074	420	.941
	Erkek	182	11.17	2.09			
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği</b>	Kadın	224	38.04	8.81	-.498	420	.619
	Erkek	182	38.50	8.64			

\* $<0.05$ ; \*\* $<0.01$  <sup>a</sup>Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t İstatistiği

Tablo 4.2’de İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları yer almaktadır.

İletişim becerileri ölçeği’ nin etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu ( $t_{(420)}= 2.381$ ;  $p<.05$ ) ve Aile yılmazlık ölçeği’ nin mücadelecilik alt boyutu ( $t_{(420)}= -3.461$ ;  $p<.01$ ) puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu kadınlarda erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Mücadelecilik alt boyutu puanları ise erkeklerde kadınlara kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, iletişim ilkeleri ve temel becerileri, kendini ifade etme, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutları, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık, kendini kontrol alt boyutları ve Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puanları cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır ( $p>.05$ ).

**Tablo 4.3 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanlarının Yaş Gruplarına Göre İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	P	Fark
İletişim Becerileri Ölçeği	18-30 <sup>1</sup>	119	103.18	10.83	2.312	3	.076	-
	31-40 <sup>2</sup>	170	101.26	11.12		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	104.32	11.02				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	100.00	10.24				
İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu	18-30 <sup>1</sup>	119	41.09	4.34	3.103	3	.027*	3>2
	31-40 <sup>2</sup>	170	40.45	4.63		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	42.01	4.59				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	39.96	4.24				
Kendini İfade Etme Alt Boyutu	18-30 <sup>1</sup>	119	16.77	2.37	.849	3	.468	-
	31-40 <sup>2</sup>	170	16.31	2.64		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	16.61	2.70				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	16.38	2.28				
Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu	18-30 <sup>1</sup>	119	24.97	3.15	1.225	3	.300	-
	31-40 <sup>2</sup>	170	24.46	3.13		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	25.07	3.16				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	24.31	3.07				
İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu	18-30 <sup>1</sup>	119	20.34	2.96	1.815	3	.144	-
	31-40 <sup>2</sup>	170	20.04	2.79		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	20.63	2.85				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	19.35	2.97				
Aile Yılmazlık Ölçeği	18-30 <sup>1</sup>	119	143.84	20.14	.700	3	.553	-
	31-40 <sup>2</sup>	170	142.23	23.41		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	145.86	16.92				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	142.42	20.07				

<b>Mücadelecilik Alt Boyutu</b>	18-30 <sup>1</sup>	119	62.49	11.96	.303	3	.823	-
	31-40 <sup>2</sup>	170	62.23	12.76		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	63.56	9.92				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	62.27	11.02				
<b>Öz-Yetkinlik Alt Boyutu</b>	18-30 <sup>1</sup>	119	38.27	4.46	1.438	3	.231	-
	31-40 <sup>2</sup>	170	37.62	5.47		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	38.82	3.98				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	38.15	4.10				
<b>Yaşama Bağlılık Alt Boyutu</b>	18-30 <sup>1</sup>	119	31.88	5.54	.506	3	.679	-
	31-40 <sup>2</sup>	170	31.54	6.10		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	31.87	4.93				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	30.50	5.61				
<b>Kendini Kontrol Alt Boyutu</b>	18-30 <sup>1</sup>	119	11.20	2.30	2.714	3	<b>.045*</b>	3>2
	31-40 <sup>2</sup>	170	10.85	2.39		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	11.61	1.89				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	11.50	2.37				
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği</b>	18-30 <sup>1</sup>	119	39.96	8.03	3.031	3	<b>.029*</b>	1>2
	31-40 <sup>2</sup>	170	36.89	9.10		418		
	41-50 <sup>3</sup>	107	38.05	8.71				
	51 ve üzeri <sup>4</sup>	26	39.15	8.76				

\*<0.05; \*\*<0.01

Tablo 4.3'te İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının yaş gruplarına göre incelenmesine yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

İletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu ( $F_{(3, 418)} = 3.103$ ;  $p < .05$ ), kendini kontrol alt boyutu ( $F_{(3, 418)} = 2.714$ ;  $p < .05$ ) ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $F_{(3, 418)} = 3.031$ ;  $p < .05$ ) toplam puanlarının yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. 41-50 yaş aralığındaki katılımcılar 31-40 yaş aralığındaki

katılımcılardan daha yüksek iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu puanlarına sahiptirler. Benzer şekilde 41-50 yaş aralığındaki katılımcılar 31-40 yaş aralığındaki katılımcılardan daha yüksek kendini kontrol alt boyutu puanlarına sahiptirler. 18-30 yaş aralığındaki katılımcılar 31-40 yaş aralığındaki katılımcılardan daha yüksek Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarına sahiptirler.

İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, kendini ifade etme, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutları, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, mücadelecilik, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık alt boyutları puanlarının yaş gruplarına göre baktığımızda istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p>.05$ ).

**Tablo 4.4 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	P	Fark
İletişim Becerileri Ölçeği	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	100.28	9.91	1.369	2	.256	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	102.55	11.41				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	103.35	10.54				
İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	40.98	4.52	.150	2	.861	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	40.91	4.67				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	41.19	4.33				
Kendini İfade Etme Alt Boyutu	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	15.78	2.52	2.559	2	.079	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	16.56	2.63				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	16.74	2.38				
Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	24.24	3.37	.935	2	.394	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	24.76	3.13				
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	24.97	3.07				

<b>İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu</b>	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	19.28	2.98	3.254	2	.040*	3>1
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	20.31	2.91		419		
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	20.46	2.69				
<b>Aile Yılmazlık Ölçeği</b>	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	140.98	19.89	.462	2	.630	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	143.89	21.45		419		
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	144.15	19.73				
<b>Mücadelecilik Alt Boyutu</b>	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	60.76	11.41	1.355	2	.259	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	62.44	12.11		419		
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	63.90	10.97				
<b>Öz-Yetkinlik Alt Boyutu</b>	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	38.18	5.41	.623	2	.537	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	38.32	4.70		419		
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	37.73	4.68				
<b>Yaşama Bağlılık Alt Boyutu</b>	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	31.20	5.28	.794	2	.453	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	31.93	5.72		419		
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	31.24	5.57				
<b>Kendini Kontrol Alt Boyutu</b>	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	10.84	2.39	.711	2	.492	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	11.20	2.32		419		
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	11.29	2.07				
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği</b>	İlkokul/ortaokul/ lise ve dengi <sup>1</sup>	50	36.72	8.70	.840	2	.433	-
	Y.okul/ Üniversite <sup>2</sup>	255	38.29	8.90		419		
	Lisansüstü <sup>3</sup>	117	38.58	8.45				

\*<0.05; \*\*<0.01

Tablo 4.4'te İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının eğitim durumuna göre incelenmesine yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları yer almaktadır.

İletişim kurmaya isteklilik ( $F_{(2, 419)} = 3.254$ ;  $p < .05$ ) alt boyutu puanlarının en eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Eğitim durumu lisansüstü olan katılımcıların eğitim durumu ilkökul/ortaokul/lise ve dengi olan katılımcılardan daha yüksek iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu puanlarına sahip olduğu görülmüştür.

İletişim Becerileri Ölçeği, iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, kendini ifade etme alt boyutu, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği, mücadelecilik alt boyutu, öz-yetkinlik alt boyutu, yaşama bağlılık alt boyutu, kendini kontrol alt boyutu, Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p > .05$ ).

**Tablo 4.5 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanlarının Yıllık Gelir Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	P	Fark
<b>İletişim Becerileri Ölçeği</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	104.93	10,29	4.189	3	<b>.006**</b>	4>2
	Orta <sup>2</sup>	202	102.15	10.59		418		
	İyi <sup>3</sup>	158	101.30	11.35				
	Çok iyi <sup>4</sup>	35	108.06	10.92				
<b>İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	42.00	4.38	2.904	3	<b>.035*</b>	4>2
	Orta <sup>2</sup>	202	40.68	4.38		418		
	İyi <sup>3</sup>	158	40.81	4.77				
	Çok iyi <sup>4</sup>	35	42.89	4.25				
	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	17.11	1.72	3.651	3	<b>.013*</b>	4>3

<b>Kendini İfade Etme Alt Boyutu*</b>	Orta <sup>2</sup>	202	16.55	2.40	418			
	İyi <sup>3</sup>	158	16.15	2.87				
	Çok iyi <sup>4</sup>	35	17.57	2.16				
<b>Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	25.56	3.03	3.285	3	.021*	4>3
					418			
	Orta <sup>2</sup>	202	24.65	3.08				
	İyi <sup>3</sup>	158	24.46	3.10				
<b>İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	20.26	3.37	3.118	3	.026*	4>3
					418			
	Orta <sup>2</sup>	202	20.27	2.73				
	İyi <sup>3</sup>	158	19.89	2.97				
<b>Aile Yılmazlık Ölçeği</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	150.78	18.98	3.561	3	.014*	4>2
					418			
	Orta <sup>2</sup>	202	141.80	20.34				
	İyi <sup>3</sup>	158	142.89	21.18				
<b>Mücadelecilik Alt Boyutu</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	66.89	10.30	4.200	3	.006**	4>2
					418			
	Orta <sup>2</sup>	202	61.65	11.58				
	İyi <sup>3</sup>	158	62.03	12.23				
<b>Öz-Yetkinlik Alt Boyutu</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	39.52	4.99	2.225	3	.085	-
					418			
	Orta <sup>2</sup>	202	37.65	4.61				
	İyi <sup>3</sup>	158	38.27	4.77				
<b>Yaşama Bağlılık Alt Boyutu</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	32.89	5.76	1.439	3	.231	-

	Orta <sup>2</sup>	202	31.46	5.35		418		
	İyi <sup>3</sup>	158	31.37	5.86				
	Çok iyi <sup>4</sup>	35	33.11	5.91				
<b>Kendini Kontrol Alt Boyutu</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	11.48	2.95	.834	3	.476	-
						418		
	Orta <sup>2</sup>	202	11.04	2.25				
	İyi <sup>3</sup>	158	11.22	2.12				
	Çok iyi <sup>4</sup>	35	11.60	2.38				
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği</b>	Çok kötü/Kötü <sup>1</sup>	27	37.19	9.16	.943	3	.420	-
						418		
	Orta <sup>2</sup>	202	37.82	8.84				
	İyi <sup>3</sup>	158	38.35	8.42				
	Çok iyi <sup>4</sup>	35	40.31	9.38				

\*<0.05; \*\*<0.01

Tablo 4.5’de İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının yıllık gelir durumuna göre incelenmesine yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

İletişim Becerileri Ölçeği ( $F_{(3, 418)} = 4.189$ ;  $p < .01$ ), iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu ( $F_{(3, 418)} = 2.904$ ;  $p < .05$ ), kendini ifade etme alt boyutu ( $F_{(3, 418)} = 3.651$ ;  $p < .05$ ), etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu ( $F_{(3, 418)} = 3.285$ ;  $p < .05$ ), iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu ( $F_{(3, 418)} = 3.118$ ;  $p < .05$ ), Aile Yılmazlık Ölçeği ( $F_{(3, 418)} = 3.561$ ;  $p < .05$ ), mücadelecilik alt boyutu ( $F_{(3, 418)} = 4.200$ ;  $p < .01$ ) puanlarının yıllık gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı iyi ve orta olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu puanı orta olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların kendini ifade etme alt boyutu puanı iyi olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu puanı iyi olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların mücadelecilik alt boyutu puanı iyi olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir.

eden katılımcıların iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu puanı iyi olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı orta olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların mücadelecilik alt boyutu puanı iyi ve orta olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir.

Öz-yetkinlik alt boyutu, yaşama bağlılık alt boyutu, kendini kontrol alt boyutu, Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının yıllık gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p>.05$ ).

**Tablo 4.6 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanlarının Evlilik Yöntemine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	P	Fark
İletişim Becerileri Ölçeği	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	100.82	11.78	2.601	2	.075	-
	Flört <sup>2</sup>	241	103.51	10.51		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	101.96	11.00				
İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	40.50	4.66	1.088	2	.338	-
	Flört <sup>2</sup>	241	41.22	4.56		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	41.15	4.22				
Kendini İfade Etme Alt Boyutu	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	16.03	2.73	5.838	2	.003*	2>1
	Flört <sup>2</sup>	241	16.88	2.40		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	16.04	2.61				
Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	24.33	3.52	1.788	2	.169	-
	Flört <sup>2</sup>	241	24.97	2.95		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	24.81	2.95				
İletişim Kurmaya	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	19.96	3.04	1.411	2	.245	-

<b>İsteklilik Alt Boyutu</b>	Flört <sup>2</sup>	241	20.44	2.73		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	19.96	3.08				
	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	140.83	20.13	2.007	2	.136	-
<b>Aile Yılmazlık Ölçeği</b>	Flört <sup>2</sup>	241	145.30	21.21		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	142.73	19.91				
	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	61.33	11.38	1.348	2	.261	-
<b>Mücadelecilik Alt Boyutu</b>	Flört <sup>2</sup>	241	63.41	12.15		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	62.31	10.49				
	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	37.81	4.76	.942	2	.391	-
<b>Öz-Yetkinlik Alt Boyutu</b>	Flört <sup>2</sup>	241	38.41	4.87		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	37.69	4.36				
	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	30.78	5.72	2.754	2	.065	-
<b>Yaşama Bağlılık Alt Boyutu</b>	Flört <sup>2</sup>	241	32.19	5.62		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	31.33	5.20				
	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	10.91	2.17	1.425	2	.242	-
<b>Kendini Kontrol Alt Boyutu</b>	Flört <sup>2</sup>	241	11.28	2.34		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	11.40	2.10				
	Görücü Usulü <sup>1</sup>	129	36.96	8.72	1.840	2	.160	-
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği</b>	Flört <sup>2</sup>	241	38.76	8.79		419		
	Diğer <sup>3</sup>	52	38.58	8.49				

Tablo 4.6’da İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının evlilik yöntemine göre incelenmesine yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

İletişim Becerileri Ölçeği'nin kendini ifade etme alt boyutu ( $F_{(2, 419)} = 5.838$ ;  $p < .05$ ) puanlarının evlilik yöntemine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Flört yöntemiyle evlendiğini ifade eden katılımcıların kendini ifade etme alt boyutu puanları görücü usulü evlendiğini ifade eden katılımcılardan daha yüksektir.

İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, mücadelecilik alt boyutu, öz-yetkinlik alt boyutu, yaşama bağlılık alt boyutu, kendini kontrol alt boyutu ve Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puanlarının evlilik yöntemine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p > .05$ ).

**Tablo 4.7 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanlarının Evlilik Süresine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	P	Fark
İletişim Becerileri Ölçeği	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	103.75	10.74	2.431	2	.089	-
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	100.99	11.04				
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	102.67	11.21				
İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	41.26	4.52	1.688	2	.186	-
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	40.43	4.43				
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	41.32	4.70				
Kendini İfade Etme Alt Boyutu	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	16.94	2.27	3.468	2	.032*	1>2
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	16.23	2.70				
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	16.31	2.69				
Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	25.26	3.02	4.479	2	.012*	1>2
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	24.19	3.16				
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	24.75	3.19				
	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	20.29	2.93	.156	2	.856	-

<b>İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu</b>	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	20.12	2.75		419		
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	20.29	2.97				
<b>Aile Yılmazlık Ölçeği</b>	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	143.42	21.33	.254	2	.775	-
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	142.93	22.06		419		
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	144.73	18.40				
<b>Mücadelecilik Alt Boyutu</b>	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	62.42	12.26	.111	2	.895	-
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	62.54	12.31		419		
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	63.07	10.28				
<b>Öz-Yetkinlik Alt Boyutu</b>	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	38.14	4.66	.889	2	.412	-
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	37.79	5.25		419		
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	38.58	4.32				
<b>Yaşama Bağlılık Alt Boyutu</b>	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	31.55	5.71	.077	2	.925	-
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	31.80	5.96		419		
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	31.61	5.11				
<b>Kendini Kontrol Alt Boyutu</b>	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	11.30	2.27	3.241	2	.040*	3>2
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	10.81	2.34		419		
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	11.47	2.10				
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği</b>	0-5 yıl <sup>1</sup>	159	39.65	8.18	3.997	2	.019*	1>2
	6-15 yıl <sup>2</sup>	145	36.88	8.94		419		
	16 yıl ve üzeri <sup>3</sup>	118	37.83	9.04				

Tablo 4.7’de İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının evlilik süresine göre incelenmesine yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

İletişim Becerileri Ölçeği’nin kendini ifade etme alt boyutu ( $F_{(2, 419)}= 3.468$ ;  $p<.05$ ), etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu ( $F_{(2, 419)}= 4.479$ ;  $p<.05$ ), Aile Yılmazlık Ölçeği’nin kendini kontrol alt boyutu ( $F_{(2, 419)}= 3.241$ ;  $p<.05$ ) ve Evlilik

Yaşamı Ölçeği ( $F_{(2, 419)} = 3.997$ ;  $p < .05$ ) puanlarının evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. 0-5 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcıların kendini ifade etme alt boyutu puanları 6-15 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. 0-5 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcıların etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu puanları 6-15 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. 16 ve üzeri yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcıların kendini kontrol alt boyutu puanları 6-15 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. 0-5 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcıların Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puanları 6-15 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcılardan daha yüksektir.

İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, mücadelelilik alt boyutu, öz-yetkinlik alt boyutu ve yaşama bağlılık alt boyutu puanlarının evlilik süresine durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p > .05$ ).

**Tablo 4.8 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Çocuk Sayısına Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	F	sd	P	Fark
İletişim Becerileri Ölçeği	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	104.12	9.92	1.158	3	.325	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	101.81	12.28				
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	101.93	10.52				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	101.90	11.76				
İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	41.18	4.26	.141	3	.935	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	40.85	5.01				
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	40.88	4.28				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	41.12	4.95				
Kendini İfade Etme Alt Boyutu	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	17.09	2.15	2.652	3	<b>.048*</b>	Fark Yok

	1 çocuk <sup>2</sup>	99	16.29	2.73		418		
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	16.32	2.63				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	16.29	2.71				
<b>Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu</b>	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	25.28	2.91	1.521	3	.208	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	24.61	3.24		418		
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	24.49	3.06				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	24.62	3.49				
<b>İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu</b>	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	20.58	2.65	1.044	3	.373	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	20.06	3.17		418		
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	20.25	2.68				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	19.87	3.14				
<b>Aile Yılmazlık Ölçeği</b>	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	143.91	20.34	.272	3	.845	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	143.59	22.79		418		
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	144.37	19.53				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	141.65	21.27				
<b>Mücadelecilik Alt Boyutu</b>	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	62.83	11.41	.238	3	.870	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	62.73	13.36		418		
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	62.96	10.69				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	61.57	11.96				
<b>Öz-Yetkinlik Alt Boyutu</b>	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	38.08	4.63	.772	3	.510	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	37.90	5.08		418		
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	38.61	4.60				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	37.65	4.96				
<b>Yaşama Bağlılık Alt Boyutu</b>	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	31.80	5.51	.096	3	.962	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	31.65	6.10		418		
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	31.69	5.48				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	31.35	5.50				

<b>Kendini Kontrol Alt Boyutu</b>	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	11.21	2.32	.203	3	.894	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	11.31	2.28		418		
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	11.11	2.26				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	11.09	2.16				
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği</b>	Çocuk yok <sup>1</sup>	116	39.53	8.83	1.718	3	.163	-
	1 çocuk <sup>2</sup>	99	38.49	8.50		418		
	2 çocuk <sup>3</sup>	138	37.43	8.74				
	3 ve üzeri <sup>4</sup>	69	37.00	8.88				

Tablo 4.8’de İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının çocuk sayısına göre incelenmesine yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları verilmiştir.

İletişim Becerileri Ölçeği’nin kendini ifade etme alt boyutu ( $F_{(3, 418)} = 2.652$ ;  $p < .05$ ), puanlarının çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Ancak yapılan ikili karşılaştırmalar testi sonuçlarının anlamlı olmadığı görülmüştür.

İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, mücadelecilik alt boyutu, öz-yetkinlik alt boyutu, yaşama bağlılık alt boyutu, kendini kontrol alt boyutu ve Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puanlarının çocuk sayısı baz alındığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p > .05$ ).

#### **4.3. İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular**

Bu bölümde İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik uygulanan Pearson korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 4.9 İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları**

Ölçekler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
<b>İletişim Becerileri Ölçeği<sup>1</sup></b>	1										
<b>İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri Alt Boyutu<sup>2</sup></b>	.874**	1									
<b>Kendini İfade Etme Alt Boyutu<sup>3</sup></b>	.779**	.520**	1								
<b>Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama Alt Boyutu<sup>4</sup></b>	.883**	.699**	.642**	1							
<b>İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu<sup>5</sup></b>	.790**	.537**	.570**	.613**	1						
<b>Aile Yılmazlık Ölçeği<sup>6</sup></b>	.565**	.450**	.454**	.469**	.535**	1					
<b>Mücadelecilik Alt Boyutu<sup>7</sup></b>	.462**	.355**	.382**	.389**	.441**	.928**	1				
<b>Öz-Yetkinlik Alt Boyutu<sup>8</sup></b>	.530**	.447**	.422**	.468**	.436**	.788**	.572**	1			
<b>Yaşama Bağlılık Alt Boyutu<sup>9</sup></b>	.504**	.360**	.424**	.377**	.570**	.853**	.691**	.640**	1		
<b>Kendini Kontrol Alt Boyutu<sup>10</sup></b>	.422**	.450**	.242**	.365**	.290**	.584**	.414**	.567**	.410**	1	
<b>Evlilik Yaşamı Ölçeği<sup>11</sup></b>	.155**	.093	.190**	.110*	.159**	.214**	.153**	.228**	.218**	.152**	1

\*<.05; \*\*<.01

Tablo 4.9’da İletişim Becerileri Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir. İletişim Becerileri Ölçeği ile iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu ( $r=.874$ ,  $p<.01$ ), kendini ifade etme alt boyutu ( $r=.779$ ,  $p<.01$ ), etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu ( $r=.883$ ,  $p<.01$ ), iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu ( $r=.790$ ,  $p<.01$ ), Aile Yılmazlık Ölçeği ( $r=.565$ ,  $p<.01$ ), mücadelelilik alt boyutu ( $r=.462$ ,  $p<.01$ ), öz-yetkinlik alt boyutu ( $r=.530$ ,  $p<.01$ ), yaşama bağlılık alt boyutu ( $r=.504$ ,  $p<.01$ ), kendini kontrol alt boyutu ( $r=.422$ ,  $p<.01$ ) ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $r=.155$ ,  $p<.01$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

İletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu ile kendini ifade etme alt boyutu ( $r=.520$ ,  $p<.01$ ), etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu ( $r=.699$ ,  $p<.01$ ), iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu ( $r=.537$ ,  $p<.01$ ), Aile Yılmazlık Ölçeği ( $r=.450$ ,  $p<.01$ ), mücadelelilik alt boyutu ( $r=.355$ ,  $p<.01$ ), öz-yetkinlik alt boyutu ( $r=.447$ ,  $p<.01$ ), yaşama bağlılık alt boyutu ( $r=.360$ ,  $p<.01$ ) ve kendini kontrol alt boyutu ( $r=.450$ ,  $p<.01$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Kendini ifade etme alt boyutu ile etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu ( $r=.642$ ,  $p<.01$ ), iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu ( $r=.570$ ,  $p<.01$ ), Aile yılmazlık ölçeği ( $r=.454$ ,  $p<.01$ ), mücadelelilik alt boyutu ( $r=.382$ ,  $p<.01$ ), öz-yetkinlik alt boyutu ( $r=.422$ ,  $p<.01$ ), yaşama bağlılık alt boyutu ( $r=.424$ ,  $p<.01$ ), kendini kontrol alt boyutu ( $r=.242$ ,  $p<.01$ ) ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $r=.190$ ,  $p<.01$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu ile iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu ( $r=.613$ ,  $p<.01$ ), Aile Yılmazlık Ölçeği ( $r=.469$ ,  $p<.01$ ), mücadelelilik alt boyutu ( $r=.389$ ,  $p<.01$ ), öz-yetkinlik alt boyutu ( $r=.468$ ,  $p<.01$ ), yaşama bağlılık alt boyutu ( $r=.377$ ,  $p<.01$ ), kendini kontrol alt boyutu ( $r=.365$ ,  $p<.01$ ) ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $r=.110$ ,  $p<.05$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

İletişim kurmaya isteklilik alt boyutu ile Aile Yılmazlık Ölçeği ( $r=.535$ ,  $p<.01$ ), mücadelelilik alt boyutu ( $r=.441$ ,  $p<.01$ ), öz-yetkinlik alt boyutu ( $r=.436$ ,  $p<.01$ ), yaşama bağlılık alt boyutu ( $r=.570$ ,  $p<.01$ ), kendini kontrol alt boyutu ( $r=.290$ ,  $p<.01$ )

ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $r=.159, p<.01$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Aile Yılmazlık Ölçeği ile mücadelecilik alt boyutu ( $r=.928, p<.01$ ), öz-yetkinlik alt boyutu ( $r=.788, p<.01$ ), yaşama bağlılık alt boyutu ( $r=.853, p<.01$ ), kendini kontrol alt boyutu ( $r=.584, p<.01$ ) ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $r=.214, p<.01$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Mücadelecilik alt boyutu ile öz-yetkinlik alt boyutu ( $r=.572, p<.01$ ), yaşama bağlılık alt boyutu ( $r=.691, p<.01$ ), kendini kontrol alt boyutu ( $r=.414, p<.01$ ) ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $r=.153, p<.01$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Öz-yetkinlik alt boyutu ile yaşama bağlılık alt boyutu ( $r=.640, p<.01$ ), kendini kontrol alt boyutu ( $r=.567, p<.01$ ) ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $r=.228, p<.01$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Yaşama bağlılık alt boyutu ile kendini kontrol alt boyutu ( $r=.410, p<.01$ ) ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $r=.218, p<.01$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Kendini kontrol alt boyutu ile Evlilik Yaşamı Ölçeği ( $r=.152, p<.01$ ) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

#### **4.4. İletişim Becerileri Ölçeği'nin Kendini İfade Etme, Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama, İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutları Puanlarının Evlilik Yaşamı Doyumunu Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

Pearson Korelasyon Analizi sonuçlarında anlamlı ilişki bulunan İletişim becerileri ölçeği'nin kendini ifade etme, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutları puanlarının evlilik yaşamı doyumunu yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 9'da yer almaktadır.

**Tablo 4.10 İletişim Becerileri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Evlilik Yaşamı Doyumunu Yordama Düzeyine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	26.594	3.556	-	7.479	.000	-	-
Kendini İfade Etme	.595	.223	.174	2.669	.008**	.190	.129
Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama	-.170	.189	-.061	-.898	.370	.110	-.044
İletişim Kurmaya İsteklilik	.294	.193	.097	1.527	.128	.159	.074

\*p <.05 \*\*p <. 01 \*\*\*p <.001, Bağımlı değişken= Evlilik Yaşamı Doyumu

R=.204 F (3.418) = 6.072

R<sup>2</sup>=.042 p=.000

Çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde kendini ifade etme, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama, iletişim kurmaya isteklilik değişkenlerinin bağımlı değişken olan evlilik yaşamı doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %04'ünü açıkladığı görülmektedir (R=.204; R<sup>2</sup> =.041; F(3.418)= 6.072; p<.000). Kendini ifade etme alt boyutu ( $\beta$ = .174) evlilik yaşamı doyumunu pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır (p<.01). Etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama ve iletişim kurmaya isteklilik alt boyutlarının ise evlilik yaşamı doyumunu ölçteğini anlamlı derecede yordamadığı saptanmıştır (p>.05).

#### **4.5. İletişim Becerileri Ölçeği'nin Kendini İfade Etme, Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama, İletişim Kurmaya İsteklilik Alt Boyutları Puanlarının Aile Yılmazlığını Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

Pearson Korelasyon Analizi sonuçlarında anlamlı ilişki bulunan İletişim Becerileri Ölçeği'nin kendini ifade etme, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutları puanlarının aile yılmazlığını yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 9'da verilmiştir.

**Tablo 4.11 İletişim Becerileri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Aile Yılmazlığını Yordama Düzeyine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	36.671	7.879		4.654	.000	-	-
Kendini İfade Etme	1.157	.441	.143	2.625	.009**	.454	.127
Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan Becerileri Anlama	.472	.427	.071	1.105	.270	.469	.054
İletişim Kurmaya İsteklilik	2.391	.385	.331	6.209	.000***	.535	.291
İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri	.677	.259	.148	2.612	.009**	.450	.127

\*p <.05 \*\*p <. 01, \*\*\*p <.001 Bağımlı değişken= Aile Yılmazlığı

R=.585 F (4.417) =54.169

R<sup>2</sup>=.342 p=.000

Çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde kendini ifade etme etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama, iletişim kurmaya isteklilik, iletişim ilkeleri ve temel becerileri değişkenlerinin bağımlı değişken olan aile yılmazlığını anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %34'ünü açıkladığı görülmektedir (R=.585; R<sup>2</sup> =.342; F (4.417) = 54.169; p<.000).

Kendini ifade etme alt boyutu ( $\beta$ =.43) aile yılmazlığını pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır (p<.01). İletişim kurmaya isteklilik alt boyutu ( $\beta$ =.331) aile yılmazlığını pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır (p<.001). İletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu ( $\beta$ =.148) aile yılmazlığını pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır (p<.01). Etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutunun ise aile yılmazlığını anlamlı olarak yordamadığı belirlenmiştir (p>.05).

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmamızın sonuçları ile ilgili tartışma, literatürdeki diğer araştırmalarla karşılaştırma ve yorum yapılmıştır.

#### 5.1. Sonuç ve Tartışma

Bu bölümde analiz bulguları hakkında tartışma ve analizin sonucundan bahsedilmektedir.

##### 5.1.1. İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme

Araştırmaya katılanların aldıkları puanlar göz önüne alındığında, İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, iletişim ilkeleri ve temel becerileri, kendini ifade etme, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutları, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, öz yetkinlik, yaşama bağlılık, kendini kontrol alt boyutları ve Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puanları cinsiyete göre anlamlı derecede farklılaşmamaktadır. İletişim Becerileri Ölçeğinin etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu ve Aile Yılmazlık Ölçeğinin mücadelecilik alt boyutu puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu kadınlarda erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte mücadelecilik alt boyutu puanları ise erkeklerde kadınlara kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Kadınların etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama puanlarının yüksek olması beklenen bir sonuçtur. Annelik ve kadınlık donanımları arasında evlatlarının ve eşinin hem söylediklerini hem de söylemediklerini anlama potansiyelinin yüksek olduğu bilinmektedir. Toplumsal durumlar göz önünde bulundurulduğunda bu sonuç hiç de sürpriz olmamaktadır. Aynı şekilde erkeklerin mücadelecilik alt boyutu puanlarının da yüksek olması beklenen bir sonuçtur. Yaşamda erkekler daha fazla dış dünyada maddi mücadele içinde bulunmaktadırlar. Araştırmanın cinsiyet yatkınlıklarıyla doğru orantılı sonuçlandığı

görülmektedir. Ayrıca literatürdeki araştırmalar incelendiğinde birçok yakın sonuç bulunmakta ve iletişim becerilerinin cinsiyete göre değiştiği gözlemlenmektedir.

Akgün, Çetin (2018) üniversiteye giden öğrencilerin empati düzeylerini ve iletişim becerilerini araştırdığı çalışmada, öğrencilerin cinsiyetleri ile iletişim becerileri arasında anlamlı fark bulunduğunu ifade etmiştir. Kız öğrencilerin iletişim ilke ve temel becerileri, etkin dinleme ve sözel olamayan iletişim becerilerinin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Korkut (2005) tarafından yetişkinlere uygulanan iletişim becerileri ölçeklerine göre kadınların iletişim puanları erkeklere oranla daha yüksek olarak gözlenmektedir. Korkut (1996) tarafından lise öğrencilerine uygulanan ölçeklerde kız öğrencilerin almış oldukları iletişim puanlarının erkek öğrencilerin almış oldukları iletişim puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Gölönü ve Karcı (2010) tarafından meslek lisesi öğrencilerine uyguladıkları ölçekler sonucundaki alınan iletişim puanları değerlendirildiğinde kız öğrencilerin aldıkları puanlar erkek öğrencilerin aldıkları puanlara kıyasla daha yüksek olarak bulunmaktadır. Özcan (2005)'in anne babaları ayrı ve birlikte olan lise öğrencileri ile yaptığı araştırmasında cinsiyet faktörünün yılmazlık düzeyini yordamağı sonucuna ulaşılmıştır. Yine benzer bir sonuç olarak Kara ve Yüksel Şahin (2018)'in evli bireylerde ilişkisel yılmazlık, evlilik yetkinliği ve güven konularını araştırdığı çalışmada evli bireylerin yılmazlık düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte Büyükşahin (2006)'in araştırmasında ise yılmazlık konusu risk ve koruyucu faktörler açısından değerlendirildiğinde erkek ve kadınlara göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Örneğin erkeklerin koruyucu faktörler altında incelenen başa çıkma becerilerinin kadınlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. İlgili alanda doğrudan olmamakla beraber benzer bir konu olarak farklı bir sonuca ulaşılmıştır. Ümmet (2017)'in üniversite mezunu olan evli bireylerin evlilik algılarını metaforik olarak incelediği araştırmasında tüm birimlerde kadın katılımcılar erkek katılımcılardan daha olumlu anlam içeren metaforlar üretmişlerdir. Bu bulgular kadınların evlilik algılarının erkeklerin evlilik algılarından daha olumlu olduğunu göstermektedir.

### **5.1.2.İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının yaş grupları değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına yönelik inceleme**

İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, kendini ifade etme, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutları, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, mücadelelilik, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık alt boyutları puanlarının yaş gruplarına göre istatistikî olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, kendini kontrol alt boyutu ve Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puanlarının yaş gruplarına göre istatistikî olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. 41- 50 yaş aralığındaki katılımcıların 31 – 40 yaş aralığındaki katılımcılardan daha yüksek iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu puanlarına sahip oldukları görülmektedir. Benzer şekilde 41 – 50 yaş aralığındaki katılımcıların da 31 – 40 yaş aralığındaki katılımcılardan daha yüksek kendini kontrol alt boyutu puanlarına sahip oldukları sonucuna ulaşılmaktadır. Bu sonuçlar, kişilerin yaşları ilerledikçe insanlarla daha açık iletişim kurabilecek olgunluğa ulaşabilmeleri ve yaşanmışlıklarının fazla olması dolayısıyla kendilerini kontrol etmede daha başarılı oldukları olarak yorumlanabilmektedir. 18 – 30 yaş aralığındaki katılımcılar ise 31 – 40 yaş aralığındaki katılımcılardan daha yüksek Evlilik Yaşam Ölçeği puanına sahiptirler. Genç yaştaki evli bireylerin evlilik doyumlarının yüksek olmasının evlilik sürelerinin daha kısa olmasından dolayı nispeten taze ve yıpranmamış olabileceği ihtimalini düşündürmektedir.

Alan yazın bu konuda incelendiğinde Çam (2021) özel gereksinimli çocuk sahibi anneler ile yaptığı araştırmasında 20-29 yaş aralığında olanların diğer yaş gruplarına göre daha yüksek evlilik yaşam doyumuna sahip oldukları sonucuna ulaşmaktadır. Sipahi (2020) evli bireyler ile yaptığı araştırmasında yaş değişkeni ile evlilik yaşam doyumunun anlamlı düzeyde farklılaşmadığını saptamıştır. Pekşen (2020) yaptığı araştırmasında evlilik doyumunu ve yaş değişkeninin anlamlı olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşmaktadır. Taşköprü (2013) yaptığı araştırmasında kişilerin evlilik doyumlarının yaş değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Araştırmaya göre 21-30 yaş aralığındaki evli bireylerin evlilik doyumunu 41-50 ve 51-60 yaş bireylere göre daha yüksek, 31-40 yaş aralığındaki evli bireylerin ise evlilik doyumları 41-50 yaş aralığındaki katılımcılara göre daha yüksek olduğu

sonucuna ulaşılmaktadır. Teker (2021) sınıf öğretmenlerinin iletişim becerileri ve öz yeterliliklerini incelediği araştırmasında, sınıf öğretmenlerinin iletişim becerilerinin yaş değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını saptamıştır. Yılmaz (2020) evli bireylerin evlilik doyumlarının yaş değişkenine göre değişip değişmediğini ölçmek için yaptığı analiz sonucu evlilikten alınan doyum puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermektedir. Araştırma sonucuna göre 22-24 yaş aralığındaki evli bireylerin 40-44 yaş aralığındaki evli bireylerden daha yüksek evlilik doyum puanına sahip oldukları sonucuna ulaşılmaktadır. Kırık & Sönmez (2017) iletişim ve mutluluk ölçeklerinden alınan puanların yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşmaktadır. Büyük (2020)'ün üniversite öğrencilerine uyguladığı ölçekler sonucunda elde edilen puanlara göre, yaşam doyumları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Aynı şekilde 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. Araştırmanın sonuçları 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. Kara ve Yüksel şahin (2018)'in evli bireylerde ilişkisel yılmazlık, evlilik yetkinliği ve güven konularını araştırdığı çalışmasında evli kişilerin ilişkisel yılmazlık düzeyleri ile yaş gruplarının anlamlı olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklı araştırmaların sonuçlarına bakıldığında bu araştırmanın sonuçlarıyla benzerlik gösteren ve göstermeyen farklı bulgularla karşılaşılmıştır. Araştırmalarda farklı bulgulara ulaşılmış olması bir yandan örneklem farklılığından bir yandan da kullanılan ölçme araçlarının farklılığından kaynaklanıyor olabilir.

### **5.1.3.İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının eğitim durumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme**

Araştırmanın sonuçlarına göre İletişim Becerileri Ölçeği, iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, kendini ifade etme alt boyutu, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği, mücadelecilik alt boyutu, öz-yetkinlik alt boyutu, yaşama bağlılık alt boyutu, kendini kontrol alt boyutu, Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir. İletişim kurmaya isteklilik alt boyutu puanlarının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim durumu lisansüstü olan katılımcıların eğitim durumu ilkokul/ortaokul/lise ve dengi olan katılımcılardan daha yüksek iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu puanlarına sahip olduğu belirlenmiştir.

Teker (2021), sınıf öğretmenlerinin iletişim becerileri ve öz yeterliliklerini incelediği araştırmasında, sınıf öğretmenlerinin iletişim becerilerinin eğitim düzeyi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca ölçek genelinde ve tüm alt boyutlarda lisansüstü dereceli sınıf öğretmenlerinin daha yüksek puanlar elde ettikleri sonucuna ulaştığı görülmektedir. Örucü ve Kıvrak (2013) telekomünikasyon alanında çalışan personelin iletişim becerileri düzeylerini araştırdıkları çalışmada, kişilerin iletişim becerilerinin eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı belirlenmiştir. Literatürdeki birçok araştırma sonucunun tersine Köyceğiz ve Özbey (2019)'in okul öncesi dönemde olan çocuk sahibi ebeveynlerin iletişim becerileri ve davranışları arasındaki ilişkiyi incelemek için yaptığı araştırmasında, eğitim düzeyi değişkeninden yüksek puan alan babaların sonuçlarının anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmaktadır. Çalışmanın yapıldığı Erzurum ili örneğinde çalışmaya katılan babaların aldıkları eğitimin babaların davranışlarını ve iletişim becerilerini olumlu bir şekilde etkilediği yorumuna ulaşılabilmektedir. Balcı Arvas & Hökelekli (2017), dindarlık ve evlilik doyumu konuları ile ilgili evli bireyler üzerinde yaptığı araştırmasının bulgularına göre evlilik doyumu ve evlilikte sorun çözme konusunun eğitim durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa sahip olmadığı görülmektedir. Yine Taşköprü (2013)'ün araştırmasına göre bireylerin evlilik doyumları ve eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Erkılnç (2020), benlik kavramı, evlilik uyumu ve aile içi iletişim kalıplarını araştırdığı çalışmasında, evlilik doyumu ve eğitim durumu değişkeni arasında istatistiksel anlamda pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. En yüksek evlilik doyumu puanı alan katılımcıların eğitim durumlarının lisansüstü, en

düşük evlilik doyumu puanı alan katılımcıların eğitim durumlarının ise ortaöğretim oldukları görülmektedir. Kara ve Yüksel Şahin (2018)'in evli bireylerde ilişkişisel yılmazlık, evlilik yetkinliği ve güven konularını araştırdığı çalışmasında evli kişilerin eğitim düzeyleri ve yılmazlık düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Yine Kadı (2016), oklu yetmezliği olan ocuk sahibi ebeveynlerin yılmazlık düzeylerini incelediği araştırmasında ebeveynlerin eğitim durumu değişkenine göre genel yılmazlık ve aile yılmazlığı ölçeğinden ve alt boyutlarından alınan puanların anlamlı olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşmaktadır. Diğer araştırma bulguları ile bu araştırmada ulaşılan bulgunun büyük ölçüde örtüştüğü görülmektedir. Buradan hareketle eğitim durumunun iletişim becerileri, aile yılmazlığı ve evlilik yaşam doyumu değişkenlerinde tek başına belirleyici bir değişken olmadığı ifade edilebilir.

#### **5.1.4.İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının yıllık gelir durumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme**

Öz-yetkinlik alt boyutu, yaşama bağlılık alt boyutu, kendini kontrol alt boyutu, Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının yıllık gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. İletişim Becerileri Ölçeği, iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, kendini ifade etme alt boyutu, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği, mücadelelilik alt boyutu puanlarının yıllık gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların ise iletişim becerileri toplam puanı iyi ve orta olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi ifade eden katılımcıların iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu puanı orta olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların, kendini ifade etme alt boyutu puanı iyi olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu puanı iyi olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu puanı iyi olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların Aile Yılmazlık Ölçeği

toplam puanı, orta olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. Yıllık gelirini çok iyi olarak ifade eden katılımcıların mücadelelilik alt boyutu puanı iyi ve orta olarak ifade eden katılımcılardan daha yüksek olarak bulunmuştur.

Kavak (2018), evli bireylerde kişilerin çatışma yönetimi ve evlilik doyumlarını konu alan araştırmasının sonuçlarında, evli bireylerin evlilik doyumlarının gelire göre değişkenlik göstermediği bulunmuştur. Bu sonuç aylık gelirleri ne olursa olsun çiftlerin evliliklerinden doyum alabilecekleri anlamına gelmektedir. Gelirin artmasının ya da azalmasının sonuçta anlamlı farklılık ortaya çıkarmadığını göstermektedir. Yılmaz (2020)'ın araştırmasında da benzer bir sonuç olarak, evli bireylerin evlilik doyumları ile gelir düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Literatürde farklı sonuçta araştırmalar da bulunmaktadır. Örneğin Taşköprü (2013), evlilik doyumu konusunu incelediği araştırmasında evli bireylerin evlilik doyumları ve gelirleri arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olarak farklılaştığını belirtmektedir. Araştırma sonucuna göre düşük gelir düzeyine sahip olduğunu söyleyen katılımcıların evlilik doyumları puanlarının, orta ve yüksek gelire sahip olduğunu söyleyen katılımcıların evlilik doyumları puanlarından daha düşük olduğu görülmektedir. Kırık ve Sönmez (2017) araştırmalarına katılan 18 yaş üstü bireylerin iletişim ve mutluluk ölçeklerinden gelir durumu değişkenine göre aldıkları puanların anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşmaktadır. Kadı (2016) çoklu yetersizliğe sahip çocuğu olan ebeveynlerin yılmazlık düzeylerini incelediği araştırmasında, ebeveynlerin gelir durumları ile genel yılmazlık düzeyleri ve yılmazlık alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Buna göre araştırmaya katılan ebeveynlerin sahip oldukları yılmazlık düzeylerinin gelir durumlarından etkilenmediği sonucu ortaya çıkmaktadır. Literatürde benzer bir sonuç olan Kara ve Yüksel Şahin (2018)'in evli bireyler üzerindeki çalışmasında görülmektedir. Araştırma sonuçlarına göre, evli bireylerin ilişkisel yılmazlık düzeyleri ve gelir düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Bu araştırmanın bulguları ile yine başka araştırmaların bulguları karşılaştırıldığında benzer ve farklı bulgular olduğu göze çarpmaktadır. Bulgular arasındaki farklılıklar yine örneklem farklılıklarıyla açıklanabilir. Ancak gelir düzeyinin gündelik yaşamdaki öneminden hareketle orta ve yüksek gelir düzeyindeki bireylerin düşük gelir düzeyinde olanlara oranla daha yüksek evlilik doyumu yaşamaları beklenebilir. Çünkü evliliklerdeki çatışma ve boşanma sebeplerinde, maddi zorlukların ön plana çıkan bir neden olduğu bilinmektedir. Yine

de gelir durumunun evliliklerde ve iletişim süreçlerinde tek belirleyici değişken olmadığı da açıktır.

### **5.1.5.İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının evlilik yöntemi değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına yönelik inceleme**

İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, mücadelelilik alt boyutu, öz-yetkinlik alt boyutu, yaşama bağlılık alt boyutu, kendini kontrol alt boyutu ve Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puanlarının evlilik yöntemine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır. İletişim Becerileri Ölçeği'nin kendini ifade etme alt boyutu puanlarının ise evlilik yöntemine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Flört yöntemiyle evlendiğini ifade eden katılımcıların kendini ifade etme alt boyutu puanları görücü usulü evlendiğini ifade eden katılımcılardan daha yüksektir.

Koçak (2008) okul yöneticilerinin evlilik doyum düzeylerini araştırdığı çalışmasında görücü usulü ile evlenen okul yöneticilerin evlilik doyum puanlarının diğer şekilde evlenen okul yöneticilerinden daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çalışmada bunun sonucunun görücü usulü ile evlenen kişilerin eşlerini seçme şanslarının olmaması olarak yorumlandığı görülmektedir. Çelik (2006)'in yaptığı araştırmasında ise evlenme şekli ile evlilik doyum arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Yılmaz (2020)'in evli bireylerle yaptığı araştırmasında, evli bireylerin evlilik doyumlarının evlenme şekli değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmaktadır. Araştırma sonucuna göre flört ederek evlenen kişilerin evlilik doyum puanlarının görücü usulü-istemeyerek evlenen kişilerin evlilik doyum puanından anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca görücü usulü-isteyerek evlenen kişilerin evlilik puanlarının da görücü usulü-istemeyerek evlenen kişilerin aldıkları evlilik doyum puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Kara ve Yüksel Şahin (2018)'in evli bireylerle yaptığı araştırmasında evli kişilerin evlenme şekilleri ve yılmazlık düzeylerinin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Gül (2016)'ün evlilik biçimlerini konu alan araştırmasında ise flört

sonrası evlenen kişilerin görücü usulü ve isteyerek evlenen kişilerden daha yüksek, görücü usulü ve isteyerek evlenenlerin ise görücü usulü ve zorla evlendirilen kişilerden daha yüksek yılmazlık düzeylerine sahip oldukları görülmektedir. Bu araştırma bulguları ile mevcut araştırma bulgularının büyük ölçüde birbirini destekler nitelikte olduğu anlaşılmaktadır. Buradan hareketle evlilik doyumu, iletişim becerileri ve aile yılmazlığı konularında evlenme şekli değişkeninin tek başına anlamlı olmayıp, başka değişkenler devreye girdiğinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

#### **5.1.6.İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının evlilik süresi değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme**

İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, mücadelelilik alt boyutu, öz-yetkinlik alt boyutu ve yaşama bağlılık alt boyutu puanlarının evlilik süresi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. İletişim Becerileri Ölçeği'nin kendini ifade etme alt boyutu, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği'nin kendini kontrol alt boyutu ve Evlilik Yaşamı Ölçeği puanlarının ise evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. 0-5 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcıların kendini ifade etme alt boyutu puanları 6-15 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. 0-5 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcıların etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu puanları 6-15 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcılardan daha yüksektir. 26 ve üzeri yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcıların kendini kontrol alt boyutu puanları 6-15 yıldır evli olduğunu ifade eden katılımcılardan daha yüksektir.

Alan yazındaki diğer çalışmalara bakıldığında Çağ ve Yıldırım (2013)'ün araştırmasında evlilik süresi değişkeninin evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Fışiloğlu (1992)'nin araştırmasında da benzer bir sonuç olarak evlilik süresi değişkeni ve evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Kara ve Yüksel Şahin (2018)'in evli bireylerde ilişkisel yılmazlık, evlilik yetkinliği ve güven konularını araştırdığı çalışmasında evli bireylerin yılmazlık düzeyleri ile evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. İlişkide

süreden çok daha önemli olan etkenin, ilişkinin niteliği olduğu düşünülmektedir. Yılmaz (2020), evli bireylerin iletişim becerileri ve evlilik doyumlarını araştırdığı çalışmada, evli kişilerin evlilik doyumlarının evlilik sürelerine göre farklılaştığı sonucuna ulaşmaktadır. Bu araştırmaya göre evlilik süresi 1 yıldan az olan katılımcıların aldıkları puanların, 4-8 yıl, 13-20 yıl, 21-25 yıl 26-29 yıl ve 30 üzeri yıl olan katılımcıların aldıkları puanlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca 1-3 yıl arası evliliği olanların aldıkları evlilik doyumu puanlarının 4-8 yıl arası evliliği olan katılımcıların aldıkları evlilik doyumu puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Yıldız (2017)'in üniversite mezunu bireyler ile yaptığı araştırmasında ise katılımcıların evlilik doyumlarının evlilik süresi değişkenine göre değişmediği sonucuna ulaşılmıştır. Uçar, Yıldız ve Baştemur (2021)'un evli bireylerin evlilik süreleri ve iletişim becerileri ile ilgili yaptıkları araştırmada evlilik süresinin iletişim becerilerini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ve pozitif olarak yordadığı görülmektedir. Yukarıda sıralanan araştırma bulgularının büyük kısmı evlilik süresinin evlilik yaşam doyumu ve yılmazlığı üzerinde anlamlı olmadığını işaret etmektedir. Bu durum bu araştırma sonuçlarıyla uyumludur. Alanda yapılan yukarıdaki çalışmalar iletişim becerilerinde evlilik süresinin bu araştırmadan elde edilen sonuçlar gibi anlamlı bir değişken olduğunu göstermektedir. Özellikle yeni evli çiftler arasında iletişimin daha olumlu olduğu görülmektedir. Bu bulgunun elde edilmesinde yeni evli çiftlerde bir yandan olumlu duygularının devam ediyor olmasının diğer yandan olumsuz ilişki deneyimlerinin azlığıyla ilişki yıpranmışlığının da az olmasının etkili olduğu söylenebilir.

#### **5.1.7. İletişim Becerileri, Aile Yılmazlığı ve Evlilik Yaşamı puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik inceleme**

İletişim Becerileri Ölçeği'nin kendini ifade etme alt boyutu puanlarının çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Ancak yapılan ikili karşılaştırmalar testi sonuçlarının anlamlı olmadığı görülmüştür. İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, iletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutu, iletişim kurmaya isteklilik alt boyutu, Aile Yılmazlık Ölçeği toplam puanı, mücadelecilik alt boyutu, öz-yetkinlik alt boyutu,

yaşama bağlılık alt boyutu, kendini kontrol alt boyutu ve evlilik yaşamı ölçeği toplam puanlarının da çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Örneğin Çağ ve Yıldırım (2013)'in araştırmasında çocuk sayısı değişkeninin evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kara ve Yüksel Şahin (2018)'in evli bireylerde ilişkisel yılmazlık, evlilik yetkinliği ve güven konularını araştırdığı çalışmasında evli bireylerin sahip oldukları çocuk sayısının ilişkisel yılmazlık düzeyleri ile anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kubat (2012), evli bireylerin aldatma eğilimleri ve evlilik doyumlarını kolu alan araştırmasında, evlilik doyumunu ve çocuk sayısı değişkeni arasında ters yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmaktadır. Araştırma sonuçları evli bireylerin sahip oldukları çocuk sayısı arttıkça evlilik doyumlarının azalmış olduğunu göstermektedir. Ceylan ve Kılıç Mocan (2017)'in okul öncesi öğretmenlerinin iletişim becerilerini çeşitli demografik değişkenler bakımından inceledikleri çalışma sonucunda, okul öncesi öğretmenlerinin sahip oldukları çocuk sayısının iletişim becerilerini anlamlı bir şekilde etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır. Atasayı ve Yıldız (2018), birinci basamakta çalışan hemşirelerin sahip oldukları iletişim becerileri ile meslekten aldıkları doyum arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada, hemşirelerin iletişim becerileri envanterinden aldıkları puanlar göz önünde bulundurulduğunda çocuk sayısı değişkeninin anlamlı olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşmaktadır. Yıldız (2017)'in üniversiteden mezun olan bireylerin evlilik doyumunu ve cinsellik olgusuna bakışlarını incelemek için yaptığı araştırmasındaki analizlerinin sonucunda çocuk sayısı değişkeninin, evlilik doyumunu ile aile ve benlik alt boyutları puanları incelendiğinde istatistikî olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ancak aynı analiz evlilik doyumunu cinsellik alt boyutu açısından incelendiğinde çocuk sayısı değişkeninin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlenmektedir. Bu bulgu sonucunda çocuğu olmayan bireylerin, evlilik doyumunun cinsellik boyutunu, 1 çocuğu olan bireylere kıyasla daha fazla yaşadıkları görülmektedir. Yapılan araştırmaların sonuçları tıpkı bu araştırmada olduğu gibi çocuk sayısının iletişim becerileri, evlilik yaşam doyumunu ve aile yılmazlığı açısından anlamlı bir değişken olmadığını göstermektedir. Bu bulgulardan hareketle evlilik yaşam doyumunu, iletişim becerileri ve aile yılmazlığında çocuk sayısından ziyade birçok farklı değişkenin ve dinamiğin etkili olduğu söylenilebilir.

### **5.1.8.İletişim Becerileri Ölçeğinin Alt Boyutlarının Evlilik Yaşamı Doyumuyla İlişisine ve Yordamasına İlişkin Tartışma**

Yapılan korelasyon analizi bulguları iletişim becerileri ile evlilik yaşamı doyumu arasında anlamlı pozitif bir ilişkiye işaret etmektedir. Araştırmanın çoklu regresyon analizi sonuçlarını incelediğimizde kendini ifade etme, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama, iletişim kurmaya isteklilik değişkenlerinin bağımlı değişken olan evlilik yaşamı doyumunu anlamlı düzeyde yordadığını ve varyansın %04'ünü açıkladığı belirlenmektedir. Yine kendini ifade etme alt boyutu da evlilik yaşamı doyumunu pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır. Etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama ve iletişim kurmaya isteklilik alt boyutlarının ise evlilik yaşamı ölçeğini anlamlı derecede yordamadığı saptanmıştır.

Alan yazında bu konuyla ilgili benzer çalışmaların olduğu görülmektedir. Atan ve Buluş (2019), aile iletişim becerileri psikoeğitim programının eşlerin evlilik doyumuna etkisini incelemek üzere 24 çift ile bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. 12 çift deney grubu ve 12 çift kontrol grubu olarak ayrılmıştır. Çalışmada psikoeğitim programının evli bireylerin evlilik doyumuna etkisi olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan analizlerin sonucunda deney grubundaki bireylerin katıldıkları psikoeğitim programından sonra evlilik doyum puanlarının anlamlı düzeyde yükseldiği; kontrol grubunun ise ön test ile son test puanları karşılaştırıldığında anlamlı bir fark olmadığı; deney ve kontrol gruplarının evlilik doyum puanları karşılaştırıldığında ise deney grubunun aldığı son test puanlarının kontrol grubunun aldığı puanlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu gözlenmektedir. Benzer bir konu araştırması da Yılmaz ve Parlar (2021)'in evli bireyler ile yaptığı araştırmasında problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin, bireylerin evliliklerinden aldıkları doyum yordayıp yordamadığının incelenmesi üzerine gerçekleşen bir çalışmadır. Yapılan analizler incelendiğinde evlilik doyum ve iletişim becerilerinin alt boyutu olan kendini tanıma-kendini açma, empati, egoyu geliştirici dil ve ben dili kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve olumlu bir ilişki olduğu görülmektedir. Ancak evlilik doyum ve etkin dinleme alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı anlaşılmaktadır. Alan yazın incelendiğinde iletişim becerileri ile evlilik

yaşam doyumu arasındaki ilişkileri inceleyen az sayıda çalışma olduğu görülmüştür. Ancak hem bu araştırmadaki bulguları hem de diğer kısıtlı araştırma bulguları, iletişim becerilerinin sağlıklı olmasının evlilik yaşam doyumunda önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Sağlıklı iletişimin genel olarak insan yaşamındaki bilinen öneminden hareketle bu bulgunun beklendiği bir bulgu olduğu söylenebilir.

### **5.1.9. İletişim Becerileri Ölçeğinin Alt boyutlarının Aile Yılmazlığı ile İlişkisine ve Yordamasına Dair Tartışma**

Yapılan korelasyon analizi bulguları iletişim becerileri ve aile yılmazlığı arasında pozitif yönlü ilişkiler olduğu gözlenmektedir. Araştırmanın çoklu regresyon analizi sonuçlarını incelendiğimizde kendini ifade etme, etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama, iletişim kurmaya isteklilik, iletişim ilkeleri ve temel becerileri değişkenlerinin, bağımlı değişken olan aile yılmazlığını anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %34'ünü açıkladığı sonucuna ulaşılmaktadır. Ayrıca kendini ifade etme alt boyutu aile yılmazlığını pozitif yönde anlamlı olarak yordadığı görülmektedir. İletişim kurmaya isteklilik alt boyutu aile yılmazlığını pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır. İletişim ilkeleri ve temel becerileri alt boyutu aile yılmazlığını pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır. Etkin dinleme ve sözel olmayan becerileri anlama alt boyutunun ise aile yılmazlığını anlamlı olarak yordamadığı sonucuna ulaşılmaktadır.

Alan yazın incelendiğinde, iletişim becerileri ve aile yılmazlığı arasındaki ilişkiyi direk inceleyen bir araştırma bulunmamaktadır. Ancak alandaki açıklamalar iletişim becerileri ile aile yılmazlığı arasındaki pozitif ilişkiyi destekler niteliktedir. Walsh (2003) aile yılmazlığı modelinde iletişim süreçlerinin öneminden bahsetmektedir. Aile üyelerinin birbirlerine özellikle açık ve uygun mesajlar vermesi etkili aile işlevselliğini güçlendirici faktör olduğu görülmektedir. İletişim süreçlerinin kaliteli olması, krizli durumlara açıklık getirme noktasında ve duygusal ifadeleri açık bir şekilde ortaya koyma ve birlikte problem çözme yetenekleri, aile dayanıklılığını güçlendiren özellikler olarak görülmektedir. Patterson (1991) kronik bir hastalığı olan yahut engelli bir çocuğa sahip olan ailelerin yılmazlık düzeylerini etkileyen etkenlerden bir tanesini de bireylerin gelişmiş iletişim becerilerine haiz olmaları şeklinde açıklamıştır. Palancı (2018) engelli çocuk sahibi olan anne babaların aile yılmazlığı, evlilik uyumları ve

öznel iyi oluşlarının psiko-sosyal yeterlilikler ile yordanması konusu ele alındığı araştırmasındaki bulgulara göre yılmazlık, evlilik uyumu ve depresyondan korunma konularında çatışma-iletişim tarzının belirleyici yönde etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Özbay ve Aydoğan (2013) ailenin kriz durumu yaşadığı zamanlarda aile içerisindeki iletişim durumlarının kriz durumunu zorlaştırıcı ya da kolaylaştırıcı yönden etkilediğini belirtmektedir. Aile içi iletişimlerinin güçlü olmasının diğer bir değişle eşlerin ve aile üyelerinin birbirlerine karşı açık tutumları ve duygularını açıkça ifade edebilmelerinin, aile yılmazlığına ihtiyaç duydukları kriz dönemlerinde, problemleri çözmelerinde ve zorluklarla etkili bir şekilde başa çıkmalarında önemli katkı sağlayacağını belirtmektedirler. Bu açıklamalardan hareketle iletişim becerilerinin aile yılmazlığı üzerindeki anlamlı etkisinin beklendiği bir bulgu olduğu belirtilebilir.

## 5.2 Öneriler

Bu araştırmadan elde edilen bulgulardan hareketle bu konular ile ilgili çalışma yapmak isteyen araştırmacılara ve alandaki uzmanlara faydalı olabilecek önerilerden aşağıda bahsedilmektedir.

- 1- Türkiye’de evli bireyler üzerinde iletişim becerileri, evlilik yaşam doyumu ve aile yılmazlığı konularını birlikte ele alan tek bir araştırmaya rastlanmaktadır. İletişim becerileri ve evlilik doyumu konularının birlikte çalışıldığı çok sınırlı araştırma bulunmakla birlikte, iletişim becerileri ve aile yılmazlığı konularını birlikte ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Alan yazında bu konular ile ilgili çalışmaların arttırılmasının, aile birliğinin daha kaliteli ve daha sağlıklı bir şekilde korunması ve devam ettirilmesi açısından katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- 2- Bu araştırmanın sonuçları İstanbul ilinde araştırmaya katılan 422 evli birey ile sınırlı olmaktadır. Farklı şehirlerde ikamet eden, değişik sosyo-ekonomik düzeylerden olan gibi daha farklı bir örneklem grubuyla çalışılmasının literatür zenginliği açısından önemli olduğu görülmektedir.

- 3- Çalışmamız sadece nicel araştırma yöntemiyle yapılmıştır. Daha derin bilgiler elde etmek açısından bu konuları kapsayan nitel araştırmalar yapılmasının alan yazın için değerli olacağı düşünülmektedir.
- 4- Araştırmanın bulgularına göre, evliliklerdeki sağlıklı iletişimin hem evlilikten alınan doyumda hem de aile yılmazlığı üzerinde olumlu etkileri bulunmaktadır. Buradan hareketle ailelerde iletişimi daha sağlıklı ve güçlü hale getirmek adına Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, sivil toplum kuruluşları, üniversiteler, dernek ve vakıfların, konuyla ilgili kurum ve kuruluşların bu konuda çalışmalar yapması önerilmektedir.
- 5- Evlilik yaşam doyumu ve aile yılmazlığı kavramları hem evli bireyler için hem de ailenin içerisinde, anne ve babasını her halleriyle örnek alan ve anne babalarının süregelen evliliklerinden aldıkları doyumlarından kaynaklı iç huzur yaşayan çocuklar açısından da çok önemli olduğu bilinmektedir. Bu sebeple Evlilik yaşam doyumu ve aile yılmazlığı kavramlarını etkileyecek diğer faktörlerin de araştırılması çok kıymetli olacaktır.
- 6- Araştırma sonuçlarına göre evlilikte iletişim becerilerinin kadınlarda daha yüksek olduğu görülmektedir. Erkek bireylerin iletişim becerilerinin geliştirilmesi ve bu konuda farkındalıklarının artırılması için özellikle okullarda babaları daha çok kapsayacak etkinliklerin yapılması önemli olacaktır.
- 7- Araştırmanın bir diğer bulgusu daha ileri yaştaki katılımcıların iletişim becerilerinin daha küçük yaştakilerden yüksek olduğu yönündedir. Bu bağlamda genç çiftlerin evlilikteki iletişimlerini güçlendirmelerine yardımcı

olması adına, aile danışmanlığı hizmetlerinin yaygınlaştırılması ve erişilebilirliğinin kolaylaştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

8- Bulgular incelendiğinde yüksek gelir düzeyinde olan katılımcıların orta ve düşük gelir düzeyinde olanlara göre evlilik iletişim becerilerinin daha yüksek olduğu göze çarpmaktadır. Bu çerçevede ekonomik zorlukları olan bireylerin aile danışmanlığı hizmetlerine daha kolay ulaşabilmelerine dair yapılacak çalışmalar önem kazanmaktadır.

9- Sonuçlara bakıldığında yeni evli çiftlerin iletişim becerilerinin daha ileriki evlilik yıllarında olanlara göre daha olumlu olduğu saptanmıştır. Evlilik süresinin başlarında olmanın, evlilik dinamikleri ile ilişkisi açık olmakla beraber, burada evlilik yaşlarının da önemli olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada evlilik süresinin yanında evlenme yaşı doğrudan incelenmemiştir. Bu nedenle iki değişkeni bir arada ele alarak yapılacak çalışmaların ilgili bulguya daha net ışık tutacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Açıl, M. (2013). *İlköğretim Öğretmenlerinin Okul Yöneticilerinin İletişim Becerilerine Yönelik Görüşlerinin Değerlendirilmesi (Şhitkamil İlçesi Örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Zirve Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Akca, Ö. (2006). *SAÜ Uzaktan Eğitim Öğrencilerinin İletişim Engelleri ile İlgili Öğrenci Görüşleri* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Akgün, R. & Çetin, H. (2018). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin ve Empati Düzeylerinin Belirlenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(3): 103-117.
- Aslan, K. (2002). Değişen Toplumda Aile ve Çocuk Eğitiminde Sorunlar. *Ege Eğitim Dergisi*, 1(2): 25-33.
- Atan, A. (2016). *Aile İletişim Becerileri Psikoeğitim Programının Ebeveynlerin İletişim Becerilerine, Çift Uyumuna, Evlilik Doyumuna ve 5-6 Yaş Çocukların Sosyal Duygusal Uyumuna Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Atan, A. & Buluş, M. (2019). Aile İletişim Becerileri Psikoeğitim Programının Eşlerin Evlilik Doyumuna Etkisi. *İlköğretim Online*, 18(1): 226-240.
- Atasayı, M. & Yıldız, E. (2018). Birinci Basamakta Çalışan Hemşirelerin İletişim Becerileri ile Mesleki Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(1): 38-49.
- Avcı, Ö. (2019). *Duygusal Zekâ ve İletişim* (2.Basım). İstanbul: Beta.
- Avşaroğlu, S. & Deniz, M. E. & Kahraman, A. (2005). Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(4): 115-129.
- Aydın, A. (2018). *5-6 Yaş Okul Öncesi Eğitimi Alan Çocukların Sosyal Duygusal Uyumunu, Anne-Babaların Evlilik Doyumunu ve Aile Yılmazlığı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

- Aydoğan, D. (2019). Aile Travmaları ve Travma Sonrası Ailede Gelişim: Aile Yılmazlığı. T. Akbaş & N. Ş. Özabacı (Ed.), *Kuram ve Uygulamaları ile Aile Danışmanlığı* içinde (s.153-186). (1. Basım). Ankara: Pegem.
- Balcı Arvas, F. (2017). *Dindarlığın Evlilik Doyumu Üzerindeki Etkileri ve Değerlerin, Dindarlık ve Evlilik Doyumu İlişkisi Üzerindeki Arabulucu Rolü* (Doktora Tezi). Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Balcı Arvas, F. & Hökelekli, H. (2017). Dindarlık ile Evlilik Doyumu ve Evlilikte Sorun Çözme İlişkisi Üzerine Bir İnceleme. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 15(34): 129-160.
- Batu, M. & Kalaman, S. (2018). İletişimde Kavramsal Çerçeve: 2000 Yılı Sonrasında Türkiye'deki Yayınları Bir İnceleme. *Selçuk İletişim*, 11(1): 19-39.
- Baymur, F. (1990). Çağımızda İnsan İlişkilerinin Artan Önemi ve Bu Hususun Eğitimde Dikkate Alınması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 1(1): 16-26.
- Buluş, M. & Bağcı, B. (2016). Evlilik Doyumu: Aile Yılmazlığı ve Etkili İletişim Becerilerinin Rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40): 136-152.
- Burkovik, Y. (2017). Yetişkinlerde Duygusal Zekâ. Tarhan N., *10 Adımda Pozitif Psikoloji* içinde (s.123-129). (8.Basım). İstanbul: Timaş.
- Büyük, G. M. (2020). *Bir Grup Üniversite Öğrencisinin İletişim Becerileri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Büyüksahin, A. (2006). *Yakın İlişkilerde Bağlanma: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi*. (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Can, G. (2011). Çocuk Gelişimi Kuramları 2. E. Ceyhan (Ed.). *Erken çocukluk döneminde gelişim* (ss. 69-90). Anadolu Üniversitesi A. Ö. F. Yayınları: Eskişehir.
- Canel, A. N. (2012). *Aile Yaşam Becerileri* (2.Basım). İstanbul: Nakış.

- (2007). *Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması* (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Certel, H. (2008). Din-İletişim İlişkisi ve Dinî İletişim Engelleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2(21): 126-158.
- Ceylan, E. A. & Kılıç Mocan, D. (2017). Okul Öncesi Eğitim Öğretmenlerinin İletişim Beceri Düzeylerinin İncelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 46(215): 111-127.
- Cihangir Çankaya, Z. (2015). *Kişilerarası İletişimde Dinleme Becerisi* (3.Basım). Ankara: Nobel.
- Cüceloğlu, D. (2018). *Evlenmeden Önce* (3. Basım). İstanbul: Remzi.
- (2002). *Yeniden İnsan İnsana* (27. Basım). İstanbul: Remzi.
- Çağ, P. (2020). Evlilikte İletişim. Nazlı S. (Ed.), *Evlilik ve Aile Psikolojik Danışmanlığı* içinde (s.213-254). (1.Basım). Ankara: Anı.
- Çağ, P. & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39): 13-23.
- (2018). Evlilik Doyumunda Öznel İyi Olma: Yaşam Doyumu ve İyimserliğin Rolü. *Turkish Studies*, 13(4): 203-224.
- Çağlar, G. (2019). *Anne-Baba İletişim Becerilerinin 60-66 Ay Grubu Çocukların İletişim Becerilerin Etkisinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çakır, H. & Ünal, U. (2019). İletişim Becerilerini İnşa Eden Faktörlerle İlgili İletişim Fakültesi Öğrencileri Üzerine Karşılaştırmalı Bir Analiz. *Erciyes İletişim Dergisi*, 6(2): 929-954.
- Çam, Z. (2021). *Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Annelerin Aile Yaşam Kaliteleri Ebeveynlik Stresi ve Evlilik Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Medeniyet Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, E. (2012). *Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeyleri ile Cinsel Öz-yeterlilik, Evlilik Yaşam Doyumu ve Cinsel Utangaçlıklarının İncelenmesi* (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

- (2013). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Özelliklerinin Duygusal Dışavurum Açısından İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2): 221-236.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik Doyum Ölçeği Geliştirme Çalışması* (Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Çetin, N. (2019). *Beş-Altı Yaş Okul Öncesi Eğitimi Alan Çocukların Sosyal-Duygusal Uyumunu, Anne Babaların Evlilik Doyumu ve Ego Durumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Çetrez İşcan, G. & Malkoç, A. (2017). Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ailelerin Umut Düzeylerinin Başa Çıkma Yeterliliği ve Yılmazlık Açısından İncelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1): 120-127.
- Demir Polat, D. (2018). *Öğretmenlerin Yılmazlık Düzeyleri ile İş Doyumu, Mesleki Tükenmişlik, Örgütsel Bağlılık Düzeyleri ve Örgüt İklimi Alguları Arasındaki İlişkilerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Demirel, S. & Canat, S. (2004). Ankara'daki Beş Eğitim Kurumunda Kendini Yaralama Davranışı Üzerine Bir Çalışma. *Kriz Dergisi*, 12(3): 1-9.
- Dikmen, A. A. (1995). İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi. *Ankara üniversitesi SBF Dergisi*, 50(03): 115-140.
- Doruk, E. K. (2017). İletişim Bilimi. İçinde *İletişime İlişkin Kaynaklar*. İstanbul: AUZEF Yayınları.
- Dökmen, Ü. (2005). *İletişim Çatışmaları ve Empati* (31. Basım). İstanbul: Sistem.
- Elgünler, T. Ç. & Fener, T. Ç. (2011). İletişimin Kalitesini Etkileyen Engeller ve Bu Engellerin Giderilmesi. *The Turkish Online Journal of Desing, Art & Communication-TOJDAC*, 1(1): 35-39.
- Erdinç, İ. (2018). *Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumunu, Cinsel Yaşam Doyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erdoğan, İ. (2011). *İletişimi Anlamak* (4. Basım). Ankara: Pozitif.

- Erigüç, G. & Eriş, H. & Şener, T. (2013). İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi: Bir Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Örneği. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 16(1): 45-65.
- Erkılınç, M. M. (2020). *Aile İçi İletişim Kalıpları, Benlik Kavramı ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erol, E. G. (2012). *İletişim ve Etik* (1.Basım). İstanbul: Hiperlink.
- Erol, Z. & Öztep, S. (2017). Kendini Tanıma ve Farkındalık. N. Tarhan (Ed.), *10 Adımda Pozitif Psikoloji* içinde (s.169-177). (8. Basım). İstanbul: Timaş.
- Ersanlı, K. & Kalkan, M. (2008). *Evlilik İlişkilerini Geliştirme Kuram ve Uygulama* (1. Basım). Ankara: Nobel.
- Fışiloğlu, H. (1992). Lisansüstü Öğrencilerinin Evlilik Uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7: 16-23.
- Gizir, C. (2007). Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28): 113-128.
- Gladding, Samuel T. (2012), Sağlıklı ve Sağlıksız Aileler, (Ed.); İ. Keklik ve İ.Yıldırım, Aile Terapisi Tarihi, Kuram ve Uygulamaları (İ. Keklik, Çev., s.29-50), 2. Türkçe Baskı, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları, (Orijinal eserin yayın tarihi:2011), Ankara.
- Gökdağ, R. (2016). *Kişiler Arası İletişim-İnsan İlişkilerinin Psikolojik Temelleri* (1. Basım). Ankara: Sınırsız.
- Gölönü, S. & Karcı, Y. (2010). İletişim Meslek Lisesi Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeylerinin İncelenmesi (Anlara İli Örneği), *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 31: 123-140.
- Gül, G. (2016). *Evlilik Biçimleri Açısından Evlilik Uyumu, İlişkilerde Yükleme Tarzları ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenlerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Günaydın, H. D. & Akaroğlu, G. (2022). Aile Yılmazlığı Kavramına Yönelik Sistemik Bir Derleme, *Ekev Akademi Dergisi*, 90: 93-104.

- Güngör, N. (2011). *İletişim Kuram ve Yaklaşımlar*. Ankara: Siyasal.
- Gürer, T. (2019). *Evli Bireylerde Eşe Kendini Açma ve Evlilik Doyumu* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gürüz, D. & Temel Eğinli, A. (2018). *Kişilerarası İletişim-Bilgiler-Etkiler-Engeller* (7. Basım). Ankara: Nobel.
- Haley, J. (1988). *İletişim Psikolojik Sorunlar ve Psikoterapi*. Çev: Ali Uzunöz. Ankara: Çark.
- Harrison, M. & Loiselle, C. G. & Duquette, A. & Semenic, S. E. (2002). Hardiness, Work Support and Psychological Distress Among Nursing Assistants and Registered Nurses in Quebec. *Journal of Advanced Nursing*, 38(6): 584-591.
- Hassamancıoğlu, U. & Akın, A. & Yoldaş, C. & Şahin, S. (2020). Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ailelerde, Aile İçi Roller ve Çocuğu Tanıma Becerilerinin Aile Yılmazlığına Etkisinin İncelenmesi, *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 31(3): 1176-1200.
- Höl, Ş. (2017). *Annelerin Çocuklarına Yönelik İletişim Becerilerinin 5-6 Yaş Grubu Çocuklarının İletişim Becerileri Üzerindeki Yordayıcı Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Işık, M. (2018). *İletişim Bilimine Giriş* (2.Basım). Konya: Eğitim.
- JR. Korkut Owen, F. & Bugay, A. (2014). İletişim Becerileri Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2): 51-64.
- Kadı, S. (2016). *Çoklu Yetersizliğe Sahip Çocuğu Olan Ebeveynlerin Yılmazlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Kaner, S. & Bayraklı, H. (2010). Aile Yılmazlık Ölçeği: Geliştirilmesi, Geçerliği ve Güvenirliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 11(02): 47-66. DOI: 10.1501/Ozlegt\_0000000151.
- Kara, A. & Ümmet, D. (2021). Evli Kadınlarda Evlilik Uyumu ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 4(2): 233-244.

- Kara, E. & Yüksel Şahin, F. (2018). Evli Bireylerde İlişkisel Yılmazlık, Evlilik Yetkinliği ve İkili İlişkilerde Güvenin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Akademik Sosyal araştırmalar Dergisi*, 6(86): 378-398.
- Karabulut, N. & Balcı, A. (2017). Okul Yöneticilerinin Yılmazlık Düzeyi ve Denetim Odağı ile İlişkisi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1): 196-214.
- Karairmak, Ö. (2006). Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26): 129-142.
- Karaman, S. (2019). *Üst Kuşak Ebeveynlik Tutumlarının Kişilerin Ebeveynlik Tutumlarını Yordayıcı Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Karaoğlan, Ç. (2020). *Şiddet Gören Kadınların Depresyon, Psikolojik Dayanıklılık ve Benlik Saygıları Üzerine Bir Araştırma* (Yüksek Lisans Tezi). Bursa Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi Kavramlar-İlkeler-Teknikler* (23.Basım). Ankara: Nobel.
- Kartal, S. (2020). *Evli Bireylerde Çatışma Çözme Becerileri, Evlilik Doyumu ve Cinsel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Enstitüsü, İstanbul.
- Kavak, A. (2018). *Evli Bireylerde Çatışma Yönetimi ve Evlilik Doyumu* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kellecioğlu, B. (2019). *Temel İletişim Becerilerinin İş Doyumuna Etkisi: Hizmet Sektöründe Bir Araştırma* (Yüksek Lisans Tezi). Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.
- Kesici, Ş. (2017). *Vaka Örnekleriyle Birlikte Aile Danışma Kuramları ve Teknikleri*, (4.Basım). Ankara: Nobel.
- Kımtır, N. (2011). Üniversiteli Gençlerde Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(2): 39-60.

- Kıran, S. (2008). *Okul Öncesi Dönemi Çocuklarına Yönelik Hazırlanan Masal ve Öykü Kitaplarında Geçen İletişim Engelleri* (Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Kırık, A. M. & Sönmez, M. (2017). İletişim ve Mutluluk İlişkisinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2(1): 15-26.
- Koçak, R. (2008). Okul Yöneticilerinin Evlilik Doyum Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 0(15): 127-139.
- Korkut, F. (1996). İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi: Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışmaları, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7): 18-23.
- (2005). Yetişkinlere Yönelik İletişim Becerileri Eğitimi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28: 143-149.
- Körük, S. (2019). Evlilik ve Çift İlişkisi. N. Özabacı (Ed.), *Evlilik ve Yakın İlişkiler* içinde (s.37-58). (1. Basım). Ankara: Pegem.
- Köyceğiz, M. & Özbey, S. (2019). Okul Öncesi Dönem Çocuğu Olan Ebeveynlerin İletişim Becerileri ile Çocuklarının Sosyal Becerileri ve Problem Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(3):1707-1734.
- Kubat, D. E. (2012). *Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi ve Evlilik Doyumu İlişkisinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Küçükaslan, N. (2014). *Etkili İletişim Teknikleri*. Bursa: Ekin.
- Mamur, M. (2014). *Kamu Kuruluşlarında Yöneticilerin İş Doyumu ve Yaşam Doyumu Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma: İstanbul ili Sultangazi ilçesi* (Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Masten, A. S. (1999). Resilience comes of age: Reflections on the past and outlook for the next generation of research. In M. D Glantz ve J. L. (Eds.), *Resilience and Development: Positive Life Adaptions*. (Pp. 179-224). New York: Kuluwer Academic/Plenum Publishers.

- McCubbin, H. I. & McCubbin, M. A. (1988). Typologies of resilient families: Emerging roles of social class and ethnicity. *Family relations*, 247-254. Doi: 10.2307/584557.
- Nazlı, S. (2020). Temel Sistemik Kuramlar. Nazlı S. (Ed.), *Evlilik ve Aile Psikolojik Danışmanlığı*. İçinde (s.48-80). (1.Basım). Ankara: Anı.
- Nichols, W. (2005). “*The First Years of Marital Commitment*”. In M. Harway (Ed.) *Handbook of Couples Therapy* içinde (s.28-43), John Wiley & Sons, Incorporated, Hoboken, NJ, USA.
- Nichols, M. P. (2013). *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*. Çev: Okhan Gündüz. İstanbul: Kaknüs.
- Oktik, N. (2018). Aile ve Toplum Sosyolojik Yaklaşımlar. Oktik N. & Reşitoğlu H. Ü. (Ed.), *Aileyi Anlamak Disiplinler Arası Yaklaşım* içinde (s.1-29). (1.Basım). Ankara: Nobel.
- Orta, A.Z. (2009). *Etkili İletişim Sürecinde Kişilerarası İletişim Becerileri ve Yaratıcı Drama Uygulama Örneği* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Kültür Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Önem, B. (2020). *Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Tanılı Çocuğu Olan Anne-Babalar ile Normal Gelişim Gösteren Çocuğu Olan Anne-Babaların “Aile Yılmazlığı” ve “Evlilik Doyumları” Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Örücü, E. & Kıvrak, O. (2013). Telekomünikasyon Sektöründe Çalışan Personelin İletişim Becerileri Düzeyinin İncelenmesi. *Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 20(1): 15-29.
- Özbay, Y. & Aydoğan, D. (2013). Aile Yılmazlığı: Bir Engele Rağmen Birlikte Güçlenen Aile. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 7(31):129-146.
- Özcan, B. (2005). *Anne-Babaları Boşanmış ve Anne-Babaları Birlikte Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Özellikleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özel, E. & Zelyurt, H. (2016). Anne Baba Eğitiminin Aile Çocuk İlişkilerine Etkisi. *Politika Çalışmaları Dergisi*, 0(36): 9-34.

- Özer, A. K. (1995). *İletişimsizlik Becerisi*. İstanbul: Varlık.
- Özgüven, İ. E. (2020). *Evlilik ve Aile Terapisi*. (5.Basım). Ankara: Nobel.
- Öziş, G. (2016). *Evlilik Yaşam Doyumunun Algılanan Ebeveyn İlişkisi, Psikolojik Dayanıklılık ve Dinsel İnanç Gücü Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Öztahtacı, D. (2017). *Evli Kadınlarda Evlilik Doyumu, Yetişkin Bağlanma Stilleri ve Depresyon Düzeyinin İlişkisinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Öztörel, İ. (2018). *Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Sağlamlık, Yaşam Doyumu ve Affetme Düzeylerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Lefkoşa.
- Pak Güre, M. D. (2021). *Nadir Hastalığı Olan Çocukların Ailelerinde Yılmazlık ile İlişkili Etkenlerin İncelenmesi: Bir model önerisi* (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Palancı, M. (2018). *Engelli Çocuğa Sahip Anne Babaların Aile Yılmazlığı, Öznel İyi Oluş ve evlilik Uyumlarının Psiko-Sosyal Yeterlilikler ile Yordanması*, 43(193): 217-236.
- Patterson, J. (1991). Family Resilience to the Challenge of a Child's Disability. *Pediatric Annals*, 20(8): 491-499.
- Pekşen, S. (2020). *Kültürler Arası Evliliklerde Evlilik Doyumu ve Aile Yılmazlığının İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Sarıkaya, A. (2015). *14-18 Yaş Arası Ergenlerin Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sarıkaya Erten, H. (2021). *Okul Öncesi Öğretmenleri İletişim Becerileri Psiko-eğitim Programının Öğretmenlerin İletişim Becerileri ile 5 Yaş Çocuklarının Sosyal-Duygusal Uyum Düzeyleri ve Prososyal Davranışları Üzerinde Etkisi* (Doktora Tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

- Sayım, A. (2017). İletişim Becerileri –“Sen” “Ben” Dili- Özgüven. N. Tarhan (Ed.), *10 Adımda Pozitif Psikoloji* içinde (s.182-191). (8. Basım). İstanbul: Timaş.
- Sipahi, T. (2020). *Kişilerarası Bilinçli Farkındalık ve İlişkisel Otantiklik ile Evlilik Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Soylu, Y. & 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. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/21463/230061>.
- Şahin, S. Aral N. (2012). Aile İçi İletişim. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3): 55-66.
- Şirin, T. (2019). Evli Çiftlerin Spiritüel İyi Oluşları ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişki. *Ekev Akademi Dergisi*, 0(77): 389-410.
- Tabachnick, BG. & Fidell, LS. & Ullman, JB. *Using Multivariate Statistics*, Boston, MA: Pearson, 5:481-498: 2007.
- Tarhan, N. (2018). *Duyguların Psikolojisi ve Duygusal Zekâ* (22. Basım). İstanbul: Timaş.
- (2010). *Son Sığınak Aile*. İstanbul: Nesil.
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik Doyumu ile Problem Çözme Becerileri, Stresle Başa Çıkma ve Evlilik Süresi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Teker, Z. (2021). *Sınıf Öğretmenlerinin İletişim Becerileri ile Öz Yeterliliklerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Telman, N. & Uzunkoca, Ü. (2018). *İletişimin Temel Alanlarına Psikolojik Bakış*. Ankara: Nobel.
- Tezer, E. (1996). Evlilik İlişkisinden Sağlanan Doyum: Evlilik Yaşamı Ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7): 1-7.
- Topçu, E. Z. (2020). *Kadınların Evlilik Çatışması, Çatışma Çözüm Stilleri, Benlik Saygıları ve Evlilik Uyumlarının Evlilik Yaşı ve Sosyodemografik Verilere Göre*

- İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Traş, Z. & Aydın, E. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile kendini Toparlama Gücü arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli 1(2)*: 71-78.
- Turan, A. (2014). *Ergenlerde Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Yılmazlık Düzeyinin Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Turan, N. (2017). *Otistik Çocuğa Sahip Ailelerin Yılmazlık Düzeylerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Tuzcu, A. (2017). *Evli Bireylerde Kişilik Özelliklerinin Evlilik Uyumu ve Evlilik Doyumu Üzerine Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Arel üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uçar, S. & Yıldız, Y. & Baştemur, Ş. (2021). Evli Bireylerde İletişim Becerilerinin Yordayıcısı Olarak Sevillemezlik ve Evlilik Süresi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 52: 1-16.
- Urban, H. (2007). *Olumlu Sözcükler Etkili Sonuçlar*. Çev: Bülent Akat. Ankara: Elma.
- Ümmet, D. (2012). *Üniversite Öğrencilerinde Özgeçelik Davranışının Transaksiyonel Analiz Ego Durumları ve Yaşam Doyumu Bağlamında İncelenmesi* (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- (2017). Üniversite Mezunu Evli Bireylerin Evlilik Algıları Üzerine Metaforik Bir İnceleme. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1): 205-235.
- Ünal, S. & Karlıdağ, R. & Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde Tükenmişlik ve İş Doyumu Düzeylerinin Yaşam Doyumu Düzeyleri ile İlişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, (4): 113-118.
- Ünüvar, P. & Tagay, Ö. (2015). Çalışan Evli Kadınların Toplumsal Cinsiyet Rollerini, Yaşam, İş Doyumu ve Evlilik Uyumlarının İncelenmesi. *Kadın/Woman 2000 Dergisi*, 16(1): 21-44.

- Üstün, B. (2005). Çünkü İletişim Çok Şeyi Değiştirir! *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2): 88-94.
- Üstünel, G. (2011). *Etkili İletişim Becerileri ve Beden Dili* (Yüksek Lisans Tezi). Namık Kemal Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Tekirdağ.
- Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process*, 42(1): 1-17.
- Yağcı, T. & Uçar, M. (2018). İletişimde Engeller ve Etkinlik. *Al Farabi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3ek): 142-160.
- Yazıcı, E. (2019). *Aile Değerleri ile Aile Yılmazlığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yazıcı, Ö. & Gündüz, Y. (2010). Etkili Eğitim Denetiminde Yaşanan İletişim Engelleri ve Bu Engelleri Aşma Yolları. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 3(2): 37-52.
- Yenice, M. (2020). *Lise Öğrencilerinde Yılmazlığı Yordamada Bilinçli Farkındalık ve Benlik Saygısı* (Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Yıldırım, H. & Işık, K. (2017). Çalışmayan Evli Kadınların Sosyal Destek Düzeyleri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki ve Etkileyen Faktörler. *Konuralp Tıp Dergisi*, 9(2): 47-51.
- Yıldız, M. A. & Baytemir, K. (2016). Evli Bireylerde Evlilik Doyumu ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1): 67-80. DOI: 10.17679/iuefd.17181627.
- Yıldız, M. & Çapar, B. (2010). Ortaöğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(3): 103-131.
- Yıldız, Ö. (2017). *Üniversite Mezunu Evli Bireylerin Evlilik Doyumları ve Cinsellik Olgusuna Bakışları* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz, N. E. (2020). *Evli Bireylerin Evlilik Doyumlarının Yordayıcısı Olarak Problem Çözme Becerileri ve İletişim Becerilerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz, N. E. & Parlar, H. (2021). Evli Bireylerin Evlilik Doyumunun Yordayıcısı Olarak Problem Çözme Becerileri ve İletişim Becerilerinin İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(40): 220-237

Yokuş Yılmaz, E. (2019). *Otizm Spektrum Bozukluğuna Sahip Kardeşi Olan Ergenlerin Yılmazlık Kaynakları ile Kardeşlerine Yönelik Tutumların İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.



## EKLER

### Ek 1:

#### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Bu anket “Evlü Bireylerin İletişim Becerilerinin Evlilik Yaşam Doyumu ve Aile Yılmazlığına Etkisinin İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans tezi için oluşturulmuştur. Sadece İstanbul’da yaşayan evli bireylerin katılabileceği ve araştırılacağı tezimize ilgili bu çalışmada kullanılmak üzere aşağıda verilen “Kişisel Bilgi Formu”, “İletişim Becerileri Ölçeği”, “Evlilik Yaşamı Ölçeği” ve “Aile Yılmazlık Ölçeği”ni durumunuzu bildirecek şekilde doldurmanızı istemekteyim. Kimlik bilgilerinizin belirtilmesi gerekmemektedir. Soruları dikkatli bir şekilde okuyup, yanıtlarınızı içtenlikle ve eksiksiz bir şekilde doldurmanız, araştırma objektifliği açısından oldukça önemlidir. Katkılarınız ve ilginiz için çok teşekkür ediyorum.

Vasfiye Nur YENEL

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi

Aile Danışmanlığı ve Eğitimi

Yüksek Lisans Öğrencisi

- 1)Cinsiyetiniz?  Kadın  Erkek
- 2)Yaşınız?  18-30  31-40  41-50  51-60  61 ve üzeri
- 3)Eğitim durumunuz?
- İlkokul  Ortaokul  Lise ve dengi  Y.okul/ Üniversite  Lisansüstü
- 4)Ailenizin yıllık gelir durumu sizce nasıldır?
- Çok Düşük  Düşük  Orta  İyi  Çok İyi
- 5)Eşinizle nasıl evlendiniz?  Görücü usulü  Flört ederek.  Diğer
- 6)Kaç yıllık evlisiniz?
- 0-5  6-10  11-15  16-20  21 ve üzeri
- 7)Kaç çocuğunuz var?
- Çocuğumuz yok  1 çocuğumuz var  2 çocuğumuz var  3 ve üzeri çocuğumuz var

## Ek 2:

### İLETİŞİM BECERİLERİ ÖLÇEĞİ (İBÖ)

**YÖNERGE:** Bu ölçek iletişimle ilgili bazı özelliklerinizi ölçmeye yöneliktir. Aşağıda sunulan ifadeleri, o ifadelerle ilgili genelde kendinizi nasıl bulduğunuzu düşünerek okuyunuz. İlişkilerimizdeki özelliklerimiz elbette kiminle, hangi koşullarda, ne zaman ilişkide bulunduğumuza bağlı olarak farklılıklar göstermektedir. O nedenle ifadeleri **genelde** gösterdiğiniz tepkilere göre değerlendiriniz. Değerlendirmenizi 1-hiçbir zaman 2-nadiren, 3-bazen, 4-sıklıkla, 5-her zaman olmak üzere yaptıktan sonra ifadenin karşısındaki uygun yere (X) işareti koyarak belirtiniz. Hiçbir ifadeyi boş bırakmamanız sonuçları daha sağlıklı değerlendirmemize yarayacaktır. Teşekkür ederiz.

#### Örnek Maddeler:

İfadeler	Hiçbir	Nadire	Bazen	Sıklıkla	Her
1. İnsanları oldukları gibi kabul ederim.	①	②	③	④	⑤
2. Başkalarını önyargısız dinlerim.	①	②	③	④	⑤
3. Yaşadığım olaylardaki duygularımı sözlerimle ve beden dilimle başkalarına iletebilirim.	①	②	③	④	⑤
4. Birisi ile iletişim içindeyken sakin bir ses tonuyla konuşurum.	①	②	③	④	⑤
5. İnsanlara yakın ilgi duyarım.	①	②	③	④	⑤

## Ek:3

### EVLİLİK YAŞAMI ÖLÇEĞİ

**Prof. Dr. Esin Tezer**

Aşağıda evlilik yaşamına ilişkin 10 cümle bulunmaktadır. Bu cümlelerden her birinin altında da "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum", "kararsızım", "katılıyorum" ve "kesinlikle katılıyorum" seçenekleri yer almaktadır. Her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin evlilik yaşamınıza uyan seçeneği çarpı (X) koyarak işaretleyiniz.

Örnek Maddeler:

1. Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.

Kesinlikle Katılmıyorum    Katılmıyorum.    Kararsızım    Katılıyorum    Kesinlikle Katılıyorum

2. Evliliğimizdeki engellerin aşılamaz olduğunu düşünüyorum.

Kesinlikle Katılmıyorum    Katılmıyorum.    Kararsızım    Katılıyorum    Kesinlikle Katılıyorum

3. Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.

Kesinlikle Katılmıyorum    Katılmıyorum.    Kararsızım    Katılıyorum    Kesinlikle Katılıyorum

## Ek 4:

### AİLE YILMAZLIK ÖLÇEĞİ ALT BOYUTLARI

#### Örnek addeler:

1.	Güçlükler karşısında yılmadan, sabırla mücadele ederim.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
2.	Daha önceden de güçlükler yaşadığım için, zor şeylerin üstesinden gelirim.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
3.	Başarı için olabildiğince yüksek ama ulaşılabilir hedeflerim var.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
4.	Daha iyi duruma gelebilmek için risk alırım.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
5.	Yeni şeyleri denemeyi severim.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
6.	İşlerin belirsiz ve tahmin edilemez olması beni korkutmaz.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
7.	Ciddi sorunlar karşısında bile iyimserliğimi kaybetmem.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
8.	En zor şartlarda bile kendi kendimi iyileştirme yetisine sahibim.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
9.	Bir plan yaptığımda, genellikle bunu gerçekleştirebileceğimden emin olurum.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
10.	Kimsenin fark edemediği yaratıcı çözüm yollarını görebilirim.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
11.	Düşündüğümden daha güçlü bir insan olduğumu görüyorum.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
12.	Zor olan durumları bile lehime çevirmekte hünerliyim.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
13.	Sokulgan, arkadaş canlısı ve sıcakkanlıyım.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
14.	Genellikle hayatta gülecek bir şeyler bulabilirim.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
15.	Aktif ve enerjik olmayı severim.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
16.	Beklenmedik durumlarla etkili mücadele edebilme gücüne inanıyorum.	Hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Orta düzeyde tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor

## Ek 5:

The screenshot shows a Microsoft Teams chat window. At the top, there are navigation icons for 'Teams araması', a search icon, and a notification bell. Below the navigation bar, the chat title is 'İletişim Becerileri Ölçeği Kullanım İzni'. The chat history shows three messages:

- Message 1:** From 'asli bugay' (AB) on 14.01.2022 Cum 11:03. The subject is 'Kime: Vasfiye Nur Yenal'. It contains two attachments: 'IBO maddeleri ve anahtar.docx' (23 KB) and 'IBO.pdf' (562 KB). Below the attachments, it says '2 ek (586 KB)' and provides links to 'Tümünü OneDrive - IZU konumuna kaydet' and 'Tümünü indir'. The message content is: 'Merhaba Vasfiye Hanım', 'Ölçeği elbette kullanabilirsiniz. Ekte bilgileri bulacaksınız.', 'Kolaylıklar dilerim', and 'Doç. Dr. Aslı Bugay Sökmez'.
- Message 2:** From 'Vasfiye Nur Yenal' (VY) with the text 'Teşekkür eder, saygılarımı sunarım...'.
- Message 3:** From 'Vasfiye Nur Yenal' (VY) on 25.01.2022 Sal 11:58. The subject is 'Kime: asli bugay'. The text is 'Teşekkür eder, saygılarımı sunarım...'. Below the text, there are three dots indicating more options, and buttons for 'Yanıtla' and 'İlet'.

## Ek 6:

Posta - Vasfiye Nur Yenel - Outlook

Teams araması

Geri Al ...

### Ölçek kullanım izni

1

VY Vasfiye Nur Yenel  
22.12.2021 Çar 09:27  
Kime:  
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/21427/229707>

Saygıdeğer hocam, Aile Danışmanlığı YL öğrencisi olarak, özenle hazırlamış olduğunuz Evlilik Yaşam Ölçeğinizi yüksek lisans tezimde kullanmak isterim. Saygılarımla...

E esin  
22.12.2021 Çar 14:07  
Kime: Vasfiye Nur Yenel

Evlilik Yasami Olcegi.pdf  
281 KB

Vasfiye Nur Yenel,

Yürütmeyi planladığınız araştırmanızda Evlilik Yaşamı Ölçeği'ni kullanmanızı uygun gördüğümü belirtir, başarılar dilerim.

Prof. Dr. Esin Tezer (E)

Galaxy cihazımdan gönderildi

...

VY Vasfiye Nur Yenel  
22.12.2021 Çar 16:54  
Kime: esin

Çok teşekkür eder, saygılarımı sunarım hocam...

## Ek 7:

Posta - Vasfiye Nur Yenal - Outlook

Teams araması

Kategorilere Ayır Ertele Geri Al

ek izni

Vasfiye Nur Yenal  
5.01.2022 Çar 11:05  
Kime: Sema Kaner

Sayın Kaner hocam.docx  
14 KB

Sayın hocam, tez önerim hazır. Etik kuruluna göndermem için izninizi bekliyorum. Saygılarımı sunarım...

Sema Kaner  
12.01.2022 Çar 15:26  
Kime: Vasfiye Nur Yenal

AİLE-YILMAZLIK-ÖLÇEĞİM.rar  
OneDrive konumuna kaydedildi

Merhaba Vasfiye,  
İlgili dosyayı yolluyorum.  
Ölçeği kullanmanın koşulu; tezin bitince tezinin bir örneğini, tez çalışması makaleye/bildiriye/postere dönüşürse onun da bir örneğini bana yollaman.  
Başarılar dilerim.  
Prof. Dr. Sema Kaner

Vasfiye Nur Yenal  
5 Oca 2022 Çar, 11:05 tarihinde şunu yazdı:  
Sayın hocam, tez önerim hazır. Etik kuruluna göndermem için izninizi bekliyorum. Saygılarımı sunarım...

Sayı : E-20292139-050.01.04-25753  
Konu : Etik Kurul Kararları

Sayın Vasfiye Nur YENEL  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Tezli  
Yüksek Lisans Programı Öğrencisi

"Evli Bireylerin İletişim Becerilerinin Evlilik Yaşam Doyumu ve Aile Yılmazlığına Etkisinin İncelenmesi" başlıklı araştırmanız kurulumuzun 25.03.2022 tarihli ve 2022/03 sayılı toplantısında değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğu katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Nasuh USLU  
Kurul Başkanı

Ek:31-Vasfiye Nur YENEL Etik Onay Belgesi (1 sayfa)

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu : \*BSRP1S9ZF\* Pin Kodu : 69322  
Adres: Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul  
Telefon: 444 97 98 Faks: +90 (212) 693 82 29  
e-Posta: bilgi@izu.edu.tr Web: www.izu.edu.tr  
Kep Adresi: izu@hs01.kep.tr

Belge Takip Adresi : <https://ebys.izu.edu.tr/enVision/Dogrula/0N3>

Bilgi için: Zeyneb Funda TEZ  
Unvanı: Yeminli Katip  
Tel No: +902126929606





T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
ETİK KURULU

**ETİK ONAY BELGESİ**

Tarih	25.03.2022
Sayı	2022/03
Araştırmanın Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Araştırmanın Adı	<i>Evli Bireylerin İletişim Becerilerinin Evlilik Yaşam Doyumu ve Aile Yılmazlığına Etkisinin İncelenmesi</i>
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Vasfiye Nur YENEL
Danışman Adı Soyadı	Doç. Dr. Meşküre Hülya KARAGÜVEN
Karar	UYGUNDUR

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

Prof. Dr. Nasuh USLU  
**Başkan**

Prof. Dr. Metin TOPRAK  
**Üye**

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ  
**Üye**

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ  
**Üye**

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇECİK  
**Üye**

Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU  
**Üye**

Av. Bilal ŞAMAT  
**Üye**

Kurul Yeminli Kâtibi

Zeyneb Funda TEZ

## ÖZGEÇMİŞ

Vasfiye Nur YENEL

### EĞİTİM BİLGİLERİ

---

<b>Yüksek Lisans</b>	<b>Aile Danışmanlığı ve Eğt., Sabahattin Zaim Üniv.</b>	2020-Halen
<b>Üniversite</b>	<b>Sosyoloji, İstanbul Üniversitesi</b>	2020-Halen
<b>Üniversite</b>	<b>İlahiyat Önlisans, Anadolu Üniversitesi</b>	2013-2015
<b>Üniversite</b>	<b>İşletme, Anadolu Üniversitesi</b>	2000-2006

### KURS / SERTİFİKA BİLGİLERİ

---

Adnan Menderes Üniversitesi Vakfı Programı-2020	Aile Danışmanlığı Eğitimi Sertifika
İstanbul Gedik Üniversitesi SEM – Uygulayıcı Eğitimi	Kısa Süreli Çözüm Odaklı Terapi
İstanbul Gedik Üniversitesi SEM –	Kabul ve Kararlılık Terapisi Eğitimi
Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi SEM– Uygulayıcı Eğitimi	Temel ve İleri Düzey EMDR
Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi SEM-	Şema Terapi Uygulayıcı Eğitimi
Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi SEM-	Psikolojik İlk Yardım Eğitimi
Millî Eğitim Bakanlığı	Eğiticinin Eğitimi Kurs Programı