

**İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**EVLİLİK DOYUMUNUN DEĞERLER, İLETİŞİM
BECERİLERİ VE SOSYODEMOGRAFİK
DEĞİŞKENLER BAĞLAMINDA İNCELENMESİ**

AMİNE KÜBRA ÇALIK

**TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. HASAN TURAN KARATEPE**

İSTANBUL, 2022

**İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**EVLİLİK DOYUMUNUN DEĞERLER, İLETİŞİM
BECERİLERİ VE SOSYODEMOGRAFİK
DEĞİŞKENLER BAĞLAMINDA İNCELENMESİ**

AMİNE KÜBRA ÇALIK

**TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. HASAN TURAN KARATEPE**

İSTANBUL, 2022

TEZ ONAY SAYFASI

Bu tez tarafımızca okunmuş olup kapsam ve nitelik açısından, Klinik Psikoloji alanında yüksek lisans derecesini alabilmek için yeterli olduğuna karar verilmiştir.

Tez Jürisi Üyeleri

Unvan – Ad Soyad

Kanaati

İmza

Bu tezin İbn Haldun Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tarafından konulan tüm standartlara uygun şekilde yazıldığı teyit edilmiştir.

Teslim Tarihi

Mühür/İmza

AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI

Bu çalışmada yer alan tüm bilgilerin akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak toplanıp sunulduğunu, söz konusu kurallar ve ilkelerin zorunlu kıldığı çerçevede, çalışmada özgün olmayan tüm bilgi ve belgelere, alıntılama standartlarına uygun olarak referans verilmiş olduğunu beyan ederim.

Adı Soyadı:

İmza:



ÖZ

EVLİLİK DOYUMUNUN DEĞERLER, İLETİŞİM BECERİLERİ VE
SOSYODEMOGRAFİK DEĞİŞKENLER BAĞLAMINDA İNCELENMESİ

Çalık, Amine Kübra

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Öğrenci Numarası: 187049010

Open Researcher and Contributor ID (ORC-ID): 0000-0002-7113-888

Ulusal Tez Merkezi Referans Numarası: 10471899

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Hasan Turan Karatepe

Temmuz 2022, 80 sayfa

Bu çalışmada, evlilik doyumunun değer odaklı yaşam, iletişim becerileri ve sosyodemografik değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya 23-67 yaşları arasında 229 kadın ve 116 erkek olmak üzere toplamda 345 kişi katılmıştır. Çalışma verilerinin toplanmasında Evlilik Yaşamı Ölçeği, Değer Odaklı Yaşam Ölçeği, İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu ve sosyodemografik anket formu kullanılmıştır. Çalışma verilerinin analizinde frekans analizi, betimleyici istatistik analizi, güvenirlik analizi, Pearson korelasyon analizi, aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi, bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi ve iki yönlü varyans analizi yapılmıştır. Çalışma bulgularına göre evlilik doyumu değer odaklı yaşamda tutarlılık ile pozitif yönde, yaş ve evlilik süresiyle negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Fakat evlilik doyumu değer odaklı yaşama önem verme ve iletişim becerileri ile ilişkisiz bulunmuştur. Aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi sonucuna göre evlilik doyumunu yalnızca değer odaklı yaşamda tutarlılık yordamaktadır. Ayrıca erkek grubunun evlilik doyum düzeyinin kadın grubunun evlilik doyum düzeyinden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Çalışmada çocuk sahibi olmayan grubun evlilik doyum düzeyinin, iki çocuğu olan, üç çocuğu olan ve dört ya da daha fazla çocuğu olan grupların evlilik doyum düzeyinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ancak eğitim durumu gruplarının, çalışma durumu gruplarının, gelir durumu gruplarının, evlilik biçimi gruplarının, yaşanılan yer durumu gruplarının ve

eşler arasındaki yaş farkı gruplarının evlilik doyum düzeyleri arasında farklılık olmadığı gözlenmiştir. Son olarak sosyodemografik değişken grupları arasında evlilik doyum düzeyi açısından etkileşim olmadığı belirlenmiştir. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular ile literatürde yer alan bulgular karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Evlilik Doyumu, Değerler, Değer Odaklı Yaşam, İletişim Becerileri



ABSTRACT

THE ASSESMENT OF MARITAL SATISFACTION IN THE CONTEXT OF VALUES, COMMUNICATION SKILLS AND SOCIODEMOGRAPHIC VARIABLES

Çalık, Amine Kübra

MA in Clinical Psychology

Student ID: 187049010

Open Researcher and Contributor ID (ORCID): 0000-0002-7113-888

National Thesis Center Reference Number: 10471899

Thesis Supervisor: Assoc. Prof. Hasan Turan Karatepe

July 2022, 80 Pages

In this study, it is aimed to examine marital satisfaction in terms of values, communication skills and socio-demographic variables. A total of 345 people, 229 women and 116 men, between the ages of 23-67 participated in the study. Marital Life Scale, The Valued Living Questionnaire, Communication Skills Scale-Adult Form and socio-demographic questionnaire form were used to collect the study data. Frequency analysis, descriptive statistical analysis, reliability analysis, pearson correlation analysis, stepwise multiple linear regression analysis, independent sample t-test, one-way analysis of variance and two-way analysis of variance were used in the analysis of study data. According to the findings of the study, marital satisfaction was found to be positively related to the valued living consistency subscale, and negatively related to sociodemographic variables such as age and duration of marriage. However, marital satisfaction was found to be unrelated to valued living importance subscale and communication skills. According to the results of stepwise multiple linear regression analysis, only consistency in valued living predicts marital satisfaction. In addition, it was observed that the marital satisfaction level of the males was higher than the marital satisfaction level of the females. In the study, it was determined that the marital satisfaction level of those who did not have children was higher than those who had two children, three children, and those who had four or more children. However, it was

observed that there was no difference between the marital satisfaction levels of the education status groups, employment status groups, income status groups, type of marriage status groups, living in rural or urban groups and age difference groups between spouses. Finally, it was determined that there was no interaction between the sociodemographic variable groups in terms of marital satisfaction level. The findings obtained as a result of the study and the findings in the literature were compared and discussed.

Keywords: Marital Satisfaction, Values, Valued Living, Communication Skills



İTHAF

*Eğitim hayatıma sonsuz katkısı olan dedem Hamza'ya...
Varlığın halen benimle.*



TEŞEKKÜR

Bu araştırma için beni destekleyen, sorularımı içtenlikle cevaplayan, bilgisini cömertçe sunarken insani değerleri ve kapsayıcılığını eksik etmeyen tez danışmanım Doç. Dr. Hasan Turan Karatepe'ye teşekkürlerimi sunarım.

Çift ve aile ilişkilerine dair merakımın çıkış noktası olan beş yıllık kapsamlı eğitimimizin mimarı Doç. Dr. Murat Dokur'a engin bilgilerini, deneyimlerini paylaştığı için ve zorlandığım noktalardaki desteğinden ötürü çok teşekkür ederim.

En derin minnettarlığım, eğitim hayatımın her alanında maddi manevi emeğini esirgemeyen annem Hüsna Kaplan'a hergün olduğu gibi bugün de sevgisi, sabrı ve koşulsuz desteği ile yanımda olduğu için teşekkür ederim. Tezimin bitmesine en az benim kadar sevinen diğer daimi destekçilerim, kız kardeşlerim Rûveyda B. Çalık'a ve A. Rûmeysa Çalık'a bu mutluluğu benimle yaşayıp, paylaştıkları için çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecinde yaşanabilecek tüm duyguları birlikte yaşadığım, birlikte ağladığım birlikte güldüğüm, çıkmakta ve ilerlemekte zaman zaman zorlandığım bu tez yolculuğunda destekleri, neşeleri, manevi ve akademik tüm katkılarıyla yanımda olan Hanife Merve Çatan'a, Esra Özsoy'a her şey için teşekkür ederim. Hayatımda farkında olarak ya da olmayarak birçok "yeniden çerçeveleme" yapmamı sağlayan, bu süreçte de destekleyici tutumunu eksik etmeyen, ilerleyebilmeme katkı sağlayan Huriye Çevik'e teşekkür ederim. İyi ki varsınız.

Ve son olarak, bu tezin her bir satırını yazarken eğitim hayatım boyunca her zamanki sonsuz desteğini ve güzel temennilerini yanımdaymış gibi hissettiğim dedem Hamza Kaplan'a bugünleri mümkün kılmaya vesile olduğu için teşekkür ederim.

Amine Kübra Çalık

İSTANBUL, 2022

İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	iv
ABSTRACT	vi
İTHAF.....	viii
TEŞEKKÜR.....	ix
İÇİNDEKİLER.....	x
TABLolar LİSTESİ.....	xiii
SEMBOLLER VE KISALTMALAR.....	xiv
BÖLÜM I GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Önemi	3
1.3. Araştırmanın Amacı	4
1.4. Araştırmanın Soruları	4
1.5. Araştırmanın Hipotezleri	5
BÖLÜM II LİTERATÜR TARAMASI.....	6
2.1. Evlilik Doyumu	6
2.1.1. Evlilik Doyumunun Tanımı.....	6
2.1.2. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler	7
2.1.3. Evlilik Doyumu Kuramsal Çerçeve	9
2.1.3.1. Sosyal Mübadele Kuramı	9
2.1.4. Evlilik Doyumu ile İlgili Araştırmalar	12
2.2. Değerler	15
2.2.1. Değerlerin Tanımı, Özellikleri ve İşlevleri	15
2.2.2. İşlevsel Bağlamsalcılık Açısından Değerler.....	16
2.2.2.1. Değer Odaklı Eylemler ve Yaşam.....	17
2.2.3. Evlilik Doyumu ile Değerleri İnceleyen Çalışmalar	18
2.3. İletişim Becerileri	20
2.3.1. İletişimin Tanımı	20
2.3.2. İletişimin Amacı ve Önemi	20
2.3.3. İletişim Becerileri	21
2.3.4. Evlilik Doyumu ve İletişim Becerilerini Birlikte İnceleyen Çalışmalar	22
2.4. Sosyodemografik Değişkenler Bağlamında Evlilik Doyumu	24
2.4.1. Cinsiyet.....	24

2.4.2. Yaş.....	25
2.4.3. Çiftler Arasındaki Yaş Farkı	26
2.4.4. Eğitim Düzeyi.....	26
2.4.5. Evlilik Süresi	27
2.4.6. Çocuk Sahibi Olma ve Çocuk Sayısı	27
2.4.7. Ekonomik Durum	28
2.4.8. Evlilik Biçimi	29
2.4.9. Çalışma Durumu.....	30
2.4.10. Yaşanılan Yer	31
BÖLÜM III YÖNTEM.....	32
3.1. Örneklem	32
3.2. Veri Toplama Araçları.....	32
3.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	32
3.2.2. Evlilik Yaşamı Ölçeği	32
3.2.3. Değer Odaklı Yaşam Ölçeği.....	33
3.2.4. İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu	33
3.3. İşlem	34
3.4. Verilerin Analizi.....	34
BÖLÜM IV BULGULAR	35
4.1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgileri.....	35
4.2. Ölçme Araçlarının, Yaş ve Evlilik Süresi Değişkenlerinin Betimleyici İstatistik Sonuçları.....	37
4.3. Ölçme Araçlarının Cronbach Alfa İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayılarına Yönelik Bulgular	38
4.4. Evlilik Doyumunun Değer Odaklı Yaşam, İletişim Becerileri, Yaş ve Evlilik Süresi Değişkenleri ile Korelasyon Analizi Bulguları	39
4.5. Evlilik Doyumunun Değer Odaklı Yaşam ve İletişim Becerileriyle Yordanmasına Yönelik Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları	41
4.6. Cinsiyet Gruplarının Evlilik Doyum Düzeylerini Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırma Bulguları	42
4.7. Çalışma Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırma Bulguları	43
4.8. Eğitim Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları	43

4.9. Gelir Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları	44
4.10. Eşlerin Evlilik Biçimlerine Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları	44
4.11. Yaşanılan Yer Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları	45
4.12. Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları	45
4.13. Eşler Arasındaki Yaş Farkına Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları	46
BÖLÜM V TARTIŞMA	47
5.1. Hipotezlerin Desteklenmesi.....	48
5.2. Evlilik Doyumunun Değer Odaklı Yaşam ile İlişkileri.....	49
5.3. Evlilik Doyumunun İletişim Becerileri ile İlişkileri.....	50
5.4. Evlilik Doyumunun Yaş Değişkeni ile İlişkisi.....	51
5.5. Evlilik Doyumunun Evlilik Süresi Değişkeni ile İlişkisi	51
5.6. Evlilik Doyumunun İletişim Becerileri ve Değer Odaklı Yaşamda Önem ve Tutarlılık ile Yordanması	52
5.7. Evlilik Doyumunun Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması	52
5.8. Evlilik Doyumunun Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılması	53
5.9. Evlilik Doyumunun Eğitim Durumu Açısından Karşılaştırılması	53
5.10. Evlilik Doyumunun Gelir Durumu Açısından Karşılaştırılması	54
5.11. Evlilik Doyumunun Yaşanılan Yer Açısından Karşılaştırılması.....	54
5.12. Evlilik Doyumunun Evlilik Biçimi Açısından Karşılaştırılması.....	55
5.13. Evlilik Doyumunun Eşler Arasındaki Yaş Farkları Açısından Karşılaştırılması ...	55
5.14. Evlilik Doyumunun Sahip Olunan Çocuk Sayısı Açısından Karşılaştırılması ..	56
BÖLÜM VI SONUÇ VE ÖNERİLER.....	57
6.1. Sonuç	57
6.2. Sınırlılıklar ve Öneriler.....	58
REFERANSLAR.....	60
EKLER	77
EK A.....	77
EK B.....	78
EK C.....	79
ÖZGEÇMİŞ	80

TABLolar LİSTESİ

Tablo 4.1. Sosyodemografik Değişkenlerin Sayı ve Yüzde Dağılımları	36
Tablo 4.2. Çalışmada Kullanılan Ölçme Araçlarının, Yaş ve Evlilik Süresinin Betimleyici İstatistikleri	37
Tablo 4.3. Çalışmada Kullanılan Ölçme Araçlarının İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları	39
Tablo 4.4. Evlilik Doyumunun Değer Odaklı Yaşam, İletişim Becerileri, Yaş ve Evlilik Süresi Değişkenleri ile Korelasyon Analizi Sonuçları	40
Tablo 4.5. Evlilik Doyumunun Değerler ve İletişim Becerileriyle Yordanmasına Yönelik Aşamalı (Step wise) Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	41
Tablo 4.6. Cinsiyet Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırma Sonuçları	42
Tablo 4.7. Çalışma Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	43
Tablo 4.8. Eğitim Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları.....	43
Tablo 4.9. Gelir Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları.....	44
Tablo 4.10. Eşlerin Evlilik Biçimlerine Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları.....	44
Tablo 4.11. Yaşanılan Yer Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları.....	45
Tablo 4.12. Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları.....	46
Tablo 4.13. Eşler Arasındaki Yaş Farkına Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları.....	46

SEMBOLLER VE KISALTMALAR LİSTESİ

ACT	Kabul Kararlılık Terapisi
ANOVA	Varyans Analizi
KD	Karşılaştırma Düzeyi
KDseç/KD+	Seçenekler için Karşılaştırma Düzeyi
S.h.	Standart Hata
vd.	ve diğerleri
vb.	ve benzeri
ark.	Arkadaşları
B	Standardize edilmemiş Beta
n	Gözlem sayısı
p	Anlamlılık düzeyi
r	Korelasyon katsayısı
Ss	Standart sapma
S.d.	Serbestlik derecesi
t	t değeri
\bar{x}	Ortalama

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Evlilik tüm toplumlardaki birçok bireyin hayatında kıymetli bir role sahip olan iki kişinin yasal olarak sözleşmesi ile kültürel olarak da tanınan bir ilişki biçimidir. Çoğu yetişkin insan hayatının bir noktasında evlendiğinden evlilik, yaşamın önemli bir parçası olabilmektedir ve bu nedenle evlilik ilişkisindeki doyum, kişinin genel mutluluğunu etkileyen temel faktörlerden biridir. Çiftler evlilik kurumuna adım atarken mutlu bir şekilde yaşam boyu sürmesini ümit etmektedirler. İyi olma hali yüksek, keyifli bir evlilik önce bireyle sonrasında ise toplumla bağlantılı olduğundan evlilik ve evlilik doyumuna dair yapılan araştırmalar önem kazanmaktadır (Cherlin, 2020; Wallerstein, 2019). Yapılan araştırmalar Türkiye’de boşanma oranlarının her yıl bir önceki yıla göre arttığını göstermektedir (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2021). Lavner ve Bradbury’e (2010) göre, evlilikleri boşanmayla sonuçlanan çiftlerin çoğunun, evli kalan çiftlere göre çok daha düşük evlilik doyumuna sahip olma eğiliminde olduğu bulunmuştur. Çok sayıda araştırmaya göre evlilik doyumunu; evlilik yaşı, evlilik süresi, etnik köken, kişisel özellikler, yaşamdan beklentiler, çiftin duygusal zekası, iletişim ve problem çözme becerileri, sevgi, birbirine bağlılık, yakınlık, güven, eğitim durumu, ekonomik faktörler, bilişsel ve duygusal faktörler, fizyolojik faktörler, davranış kalıpları, sosyal destek, şiddet, cinsel işlev, fiziksel çekicilik, çocuk sahibi olup olmama, akraba ve arkadaşlarla ilişkiler, boş zamanın nasıl harcandığı, stres ve diğer birçok bireysel ve toplumsal düzeydeki faktörden etkilenen çok boyutlu bir kavram olarak ifade edilmektedir (Amrelahi, Roshan Chesly, Shairi ve Nik Azin, 2013; Farah ve Shahram, 2011; Fatehizadeh ve Ahmadi, 2006; Hatch ve Bulcroft, 2004; Javanmard ve Garegozlo, 2013; Randall ve Bodenmann, 2009; Shiota ve Levenson, 2007). Bu çok faktörlü yapının evliliğin sona ermesini öngörmede büyük önemi varken, uzun vadeli ilişkileri bir arada tutan şeyin ne olduğunu incelemek ve evlilik doyumunun bireyleri ve sistemi nasıl etkilediği anlamaya çalışmak önem teşkil etmektedir.

Değerler, bizi bizim için önemli olan şeylere bağlayan sözlü temsiller, kelimelerdir. Değerler bir anlam duygusu sağlar ve uzun süreçte davranışları düzenleyebilmektedir. Değerler sadece insan dilinde şekillenen unsurlardır. Yine de dilin insan davranışını şekillendirme gücü o kadar fazladır ki, değerler özellikle İşlevsel Bağlamsalcılık açısından merkezi bir kavramdır (Dahl, Plumi Stewart ve Lundgren, 2009). Değerler, kişinin değerlerini özgürce seçmesi ve aktif zorlanma düzeyine bağlı olarak, günlük yaşamda karşılaştığı sorunlara anlam vererek kişiyi motive etmeye yardımcı olmaktadır. Her ne kadar semptomların, sorunların veya stres konusunun azalması ve iyi oluşun artması genellikle hoş karşılanan ikincil sonuçlar olsa da değer odaklı eylemler kendi başına değerli bir sonuç olarak görülmektedir (Wilson ve Murrell, 2004). Bu nedenle değerler, tanım gereği sözlü yapılar olsa da doğası gereği bizi pekiştirici sonuçlarla temas sokmaktadır (Dahl vd., 2009). Görüldüğü gibi insanların davranışları, tutumları, duyguları ve fikirleri, yaşamayı seçtikleri değerlerden önemli ölçüde etkilenmektedir. Bu nedenle, evlilik söz konusu olduğunda, eş seçme standartlarından insanların evliliğe yaklaşım biçimlerine, evlilik sürecinde karşılaştıkları zorluklarla baş etme mekanizmalarına, evlilik sürecindeki duygusal ve ruhsal doyuma, yaşadıkları mutluluğa kadar evliliğin hemen her alanında değerlerin etkili olması beklenmektedir. Evlilik doyum seviyesi yüksek bir birliktelikte eşlerin sahip oldukları değerlerin önemi keşfedilmiş, evlilik birlikteliğinin boyutlarını kavrayabilmek ve kalitesini yükseltebilmek için çiftlerin kıymet verdikleri değerleri mercek altına almak gerektiği vurgulanmıştır (Gaunt, 2006; Luo, Chen, Yue, Zhang, Zhaoyang ve Xu, 2008). Genç yetişkinler günlük yaşamlarında değerleri ile temas halinde olduklarında eşleriyle daha derin bir bağ, yakınlık duygusu ve yüksek ilişki memnuniyeti yaşayabileceklerdir (Compare, Giovanni, Bernini ve Berrocal Montiel, 2021). Yapılan çalışmalar göstermiştir ki değerler bir evlilikte oldukça önem taşımaktadır (Abidin, İsmail, Hassan ve Sudan, 2018).

Evlilik doyumuna etki eden parametrelerden bir tanesi iletişimdir. Evlilik, sistem olarak iletişim ve etkileşimden oluşmaktadır. İletişim de dil yoluyla bireyler arasındaki etkileşimi sağlamaktadır. Dolayısıyla bu sistem iletişim kanalıyla canlılığını korumaktadır (Buluş ve Bağcı, 2016; Topbaş, 2007). Ledermann, Bodenmann, Rudaz ve Bradbury (2010) ilişkilerde yüksek düzeyde olumlu iletişimin önemini vurgulamaktadırlar. İlişki içerisindeki iletişiminin evlilik sorunları ve evlilik kalitesine kısmen aracılık ettiğine dair kanıtlar vardır (Ledermann ve Macho, 2009). Aynı

zamanda birkaç çalışma göstermiştir ki, evlilik içindeki iletişim evlilik kalitesi ve evlilik doyumu ile ilişkilidir (Banmen ve Vogel, 1985; Miller ve Kannae, 1999). Öte yandan Buehlman, Gottman ve Katz (1992) tarafından, ilişki gelişimi üzerine yapılan bir çalışmada pozitif iletişimin eksikliği ayrılma-boşanma ile ilişkili bulunurken, Kim, Capaldi ve Crosby (2007), ne olumlu ne de olumsuz iletişimin ilişkide ayrılma-boşanma olmasının güçlü yordayıcıları olmadığını bulmuştur.

Sosyodemografik değişkenler de evlilik doyumuna etki etmektedir. Kanburoğlu'nun (2019) çalışması evlilik yaşı ve evlilik biçiminin evlilik doyumu üzerinde etkisi olduğunu belirtmektedir. Aynı zamanda cinsiyet, yaş, çalışma durumu, gelir düzeyi, evlilik süresi, çocuk sayısı, evlenme biçimi, eşle olan akrabalık düzeyi, eşin tanı almış bir rahatsızlığının bulunması gibi çeşitli değişkenler evlilik doyumu ile ilişkilendirilmiştir (Alaçam, 2020).

Boşanma oranlarının her geçen gün artış göstermesiyle birlikte evlilik doyumu üzerinde durularak bu yapıyı etkileme potansiyeli olan faktörleri tespit etmeye çalışmak bahsedilen araştırmalar ışığında ortaya konan önemli bir problem durumudur. Bu da bizi şu soruyu sormaya götürmektedir: Bir evliliği uyumlu, mutlu, istikrarlı yapan ve diğerini uyumsuz, mutsuz ve istikrarsız yapan nedir ya da evliliği sürdüren nedir? Bu sebeple birçok sosyal bilimcinin, bu soruların çeşitli biçimlerine yüksek gayretle yanıt araması şaşırtıcı olmamakta ve pek çok araştırmacı bu kavramla ilgilenmekte ve evlilik ilişkisinin kalitesine, doyum düzeyine, bunların öngörücülerine ve ilişkinin istikrarına odaklanmaktadır. Bu doğrultuda, sağlıklı ve mutlu bir evlilik ile ilişkili olarak değerlendirilebilecek değişkenlerin birkaçının evlilik doyumu, değerler, iletişim becerileri ve çeşitli demografik özellikler olduğu düşünülmektedir.

1.2. Araştırmanın Önemi

Değerler, iletişim ve çeşitli sosyodemografik özelliklerin evlilik doyumu ile ilişkili olduğunu ve yüksek evlilik doyumunun genellikle daha düşük boşanma oranları ile ilişkili olduğu ifade edilmiştir. Dolayısıyla evli bireylerin evlilik doyumu üzerinde hem değerlerin hem iletişim becerilerinin hem de çeşitli sosyodemografik özelliklerin önemli role sahip olduğu düşünülebilir. Evlilik doyumunun değerlerle birlikte incelendiği çalışmalar, iletişim becerileriyle birlikte incelendiği çalışmalar ve

sosyodemografik değişkenlerin bazılarına göre incelendiği çalışmalar ayrı ayrı literatürde mevcuttur. Bu çalışmanın önemi evlilik doyumunun değerler, iletişim becerileri ve sosyodemografik değişkenler açısından birlikte ele alınacak olması ve bu çalışmada elde edilecek sonuçların evlilik doyumunu, değerler, değer odaklı yaşam, iletişim becerileri ve bazı sosyodemografik yapıların kullanıma ilişkin alandaki genel bilgiye katkıda bulunmasıdır. Bu alışma klinisyenlerin bu yapılar arasındaki ilişkiyi daha iyi anlamalarına ve çalışma sonucunda evlilik doyumunu literatürünün genişletilmesine katkıda bulunacaktır.

1.3. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, evlilik doyumunun değer odaklı yaşam, iletişim becerileri ve sosyodemografik özellikler açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda evlilik doyumunu değer odaklı yaşam, iletişim becerileri ve sosyodemografik özellikler ile ilişkilendirilmekte ve açıklanmaya çalışılmaktadır.

1.4. Araştırmanın Soruları

Bu bağlamda bu araştırmanın beş temel araştırma sorusu bulunmaktadır;

1. Evlilik doyumunu ile iletişim becerileri ilişkili midir?
2. Değer odaklı yaşam ile evlilik doyumunu arasında bir ilişki var mıdır?
3. Evlilik doyumunu değer odaklı yaşam ve iletişim becerileri yordamakta mıdır?
4. Sosyodemografik değişken gruplarının evlilik doyum düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
5. Evlilik doyum düzeyi açısından sosyodemografik değişken grupları arasında etkileşim var mıdır?

1.5. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın hipotezleri aşağıda belirtildiği gibidir;

H₁: Evlilik doyumu ile iletişim becerileri pozitif yönde ilişkilidir.

H₂: Evlilik doyumu ile değer odaklı yaşam ile pozitif yönde ilişkilidir.

H₃: Değer odaklı yaşam ve iletişim becerileri evlilik doyumunu yordamaktadır.

H₄: Sosyodemografik değişken gruplarının evlilik doyum düzeyleri arasında farklılık vardır.

H_{4a}: Evlilik doyumu cinsiyete göre farklılaşmaktadır.

H_{4b}: Evlilik doyumu çalışma durumuna göre farklılaşmaktadır.

H_{4c}: Evlilik doyumu eğitim düzeyine göre farklılaşmaktadır.

H_{4d}: Evlilik doyumu gelir durumuna göre farklılaşmaktadır.

H_{4e}: Evlilik doyumu evlilik biçimine göre farklılaşmaktadır.

H_{4f}: Evlilik doyumu yaşanılan yere göre farklılaşmaktadır.

H_{4g}: Evlilik doyumu çocuk sahibi olup olmamaya göre farklılaşmaktadır.

H_{4h}: Evlilik doyumu eşler arasındaki yaş farkına göre farklılaşmaktadır.

H₅: Evlilik doyum düzeyi açasından sosyodemografik değişken grupları arasında etkileşim vardır.

BÖLÜM II

LİTERATÜR TARAMASI

2.1. Evlilik Doyumu

2.1.1. Evlilik Doyumunun Tanımı

Evlilik, insanın hayatı üzerinde birçok etkisi olan ve insanların çoğunluğu için sevinçler, zorluklar ve ödülleri ile gelen toplumsal olarak kabul edilen, kişilerin yaşam doyumuna katkı sağlayan ve genel sağlık durumlarını iyileştiren sosyal bir kurumdur. Bununla beraber, yaşam değişikliği sınırı, resmi olarak bireyler arasında bir bağlanma sözleşmesi ve iki kişinin arasındaki anlaşma olarak da tanımlanmaktadır. Her topluluk ve her kültür, evliliği bir ailenin kurulmasını ve gelecek neslin gelişmesini kolaylaştıran en önemli ve temel insani bağ olarak değerlendirmektedir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Aynı zamanda evlilik, aile içinde çeşitli düzeylerde ilişkiler kurulmasına zemin hazırlar. Bir ailenin bir sistem olarak paylaştığı bağ, büyük ölçüde çiftin evlilikte paylaştığı memnuniyet ve uyum düzeyine bağlı olarak gerçekleşmektedir (Benokraitis, 1996).

Evlilik doyumunun üzerinde uzlaşılmış tam bir tanımı yoktur. Evlilik doyumunun yaygın olarak ifade edilen tanımlarından birkaçı bu bölümde dahil edilecektir. Rowe (2004), evlilik doyumunu bir çiftin ilişkileri hakkında hissettiği memnuniyet miktarı olarak belirtirken, Rho (1989) evlilik doyumunu, bireyin kendisi ve eşi arasındaki evlilik ilişkisinde deneyimlediği mutluluk, zevk ya da doyum derecesinin öznel değerlendirmesi olarak tanımlamıştır. Ayrıca Schumm, Scanlon, Crow, Green ve Buckler (1983) bu terimi bireyin evliliğine ve eş ilişkisine ilişkin genel algısı olarak ifade etmektedirler.

Aynı zamanda evlilik doyumunu, bireyin evlilik ilişkisindeki mutluluk veya tatmin derecesinin genel değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Clements, Cordova,

Markman ve Laurenceau, 1997; Fowers ve Olson, 1993). Evlilik doyumu, belirli bir kişiyle ilişki içinde olmanın algılanan yararlarını ve sonuçlarını yansıtan zihinsel bir durum olarak da tanımlanmaktadır (Bradbury, Finchman ve Beach, 2000).

Araştırmacılar, aynı değişkeni tanımlamak için literatürde çeşitli terimleri birbirinin yerine kullanmaktadırlar. Evlilik doyumu, evlilik kalitesi, evlilik uyumu ve evlilik mutluluğu araştırmacıların aynı değişkeni anlamak için kullandıkları alternatif isimlerden sadece birkaçıdır (Graham, Diebels ve Barnow, 2011). Araştırmacılar, bu farklı terimlerin aynı değişkeni yakalamaması durumunda, en azından daha yüksek dereceli bir faktörün parçası olduklarını tartışmışlardır (Cohen, 1985; Fincham ve Bradbury, 1987). Evlilik doyumunun tanımı için araştırmalarda bu değişkeni yakalamayı amaçlayan ölçütlere bakmak daha faydalı olacaktır. Evlilik doyumu ölçümlerinde sıklıkla tanımlanan yapılar veya alt ölçütler arasında genel mutluluk, ilişkideki ikili fikir birliği, ilişkiye dair algılar, eşe dair algılar, bireyin eşine dair memnuniyeti, ilişkiden memnuniyet ve duygusal ifade yer almaktadır. Bu yapıların çoğu, ilişkinin durumuyla ilgili öz-bildirim algılarıdır ancak yapıların birkaçı, ilişkide yer alan davranışlar ve duygular gibi evlilik doyumuna katkıda bulunan belirli faktörleri vurgulamaktadır (Graham, Diebels ve Barnow, 2011).

Evlilik doyumu genellikle romantik bir ilişkinin, evlilik birlikteliğinin genel kalitesini değerlendirmek için bir araç olarak kullanılmaktadır. Evlilik doyumu genel yaşam memnuniyetinin en güçlü yordayıcılarından biri olarak kabul edildiğinden, evlilik doyumuna katkıda bulunan faktörleri anlamak psikolojik araştırmalarda amaç edinilmiştir. Bu bağlamda tatmin edici uzun vadeli ilişkilerin altında yatan faktörleri anlamak, sırasıyla bireylerin ve ailelerin genel iyi oluşlarına katkıda bulunabilecek başarılı ilişkilere nasıl ulaşılabileceğini anlamak için önemlidir (Carr ve Springer, 2010; Carr, Freedman, Cornman ve Schwartz, 2014).

2.1.2. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler

Önceki araştırmalar, yüksek evlilik doyumunun birkaç olumlu faktörle ilişkili olduğunu bulmuştur. Bunlardan bazıları daha yüksek kişisel iyi oluş, daha yüksek zihinsel ve fiziksel sağlık ve daha yüksek aile iyi oluşudur (Kiecolt-Glaser ve Newton, 2001; Proulx, Helms ve Buehler, 2007; Wilcox ve ark., 2005). Buna karşılık Hawkins

ve Booth (2005), mutsuz evli bireylerin boşanmış ve bekar bireylere göre yaşam doyumu, benlik saygısı ve genel sağlık düzeylerinin daha düşük olduğunu ifade etmektedirler.

Evlilikteki kişilerarası süreçler evlilik doyumunu etkileyen bir faktör olarak ifade edilmektedir (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000). Kişilerarası süreçler ise spesifik olarak şu alt kategorilere ayrılmıştır;

- Evlilik bilişi,
- Duygulanım,
- Fizyoloji,
- Örüntüler,
- Sosyal destek,
- Şiddet.

Bu alt kategorilerde odak çift içindeki ilişki süreçleri ve davranışlar üzerindedir. Evlilikle ilgili bilişler genellikle ilişki içindeki davranışları etkilemektedir çünkü düşünceler davranışları motive etmeye yardımcı olmaktadır (Levenson ve Gottman, 1985). Ruh hali ve duygulanım da davranışlarımızı motive etmeye yardımcı olur ve bu nedenle ruh hali ve duygulanım evlilik ilişkisi içindeki davranışların güçlü yordayıcıları olmaktadır (Thomas, Fletcher ve Lange, 1997). Bununla birlikte, daha yakın tarihli araştırmalar, evlilik çatışmasının açık davranışlarına daha az odaklanma ve bunun yerine kişilerarası bağlama odaklanma eğiliminde olmuşlardır. Johnson ve ark. (2005), evlilik doyumunda zaman içinde meydana gelen değişiklikleri anlamak için sadece olumsuz davranışların değil, aynı zamanda olumlu duygulanımların da gerekli olduğunu çalışmalarlarıyla göstermişlerdir. Ek olarak, kişinin eşine sosyal destek sağlaması, kronik stresteki değişikliklerin evlilik doyumunu üzerindeki etkilerini tamponlayarak korumaktadır. Kişilerarası süreçlerin evlilik doyumunu boylamsal bir şekilde etkilediğini, sistem içindeki kalıpların ve kalıcı inançların evlilik doyumunu sadece olası evlilik içi problemlerde meydana gelen anlık ya da durumsal davranıştan daha fazla etkilediğini belirtmek önemli olmaktadır (Brock ve Lawrence, 2008).

Bağlanmanın yetişkin ilişkilerinde ve romantik partnerlerle olan ilişkilerdeki etkisi, çiftler için evlilik doyumundaki farklılık düzeylerini açıklamaya yardımcı olmaktadır.

Araştırmalar, yüksek düzeyde bağlanma kaygısı veya kaçınganlık yerine güvenli bağlanma sergileyen bireylerin, uzun süreli romantik ilişkilerde farklı tepkiler vereceklerini ve farklı davranacaklarını göstermiştir (Dillow, Goodboy ve Bolkan, 2014). Güvenli bağlanma stilleri evlilik doyumundaki artışı öngörmekte (Mikulincer, Florian, Cowan ve Cowan, 2002), bağlanmayla ilgili güvensizlik ise daha fazla ilişki memnuniyetsizliğine yol açmaktadır (Kobak, Ruckdeschel ve Hazan, 1994). Genel olarak, güvensiz bağlanma faktörü ve bu bağlanma stiline sahip bireyler sürekli olarak daha düşük ilişki doyumunu oranları sergilemektedir (Chung, 2014; Karantzas, Feeney, Goncalves ve McCabe, 2014; Towler ve Stuhlmacher, 2013).

Evlilik ilişkisini ve evlilik doyumunu etkileyen on alan tanımlanmaktadır (Canel, 2007);

1. Paylaşılan değerler ve hedefler,
2. Gelişime açıklık,
3. İletişim becerileri,
4. Çatışma çözme kapasitesi,
5. Karşılıklı paylaşılan sevgi ve saygı,
6. Cinsiyet rollerinde tutarlılık,
7. Karşılıklı iş birliği ve ekip ruhu,
8. Cinsellik,
9. Finansal yönetim,
10. Ebeveyn etkileşimi.

2.1.3. Evlilik Doyumu Kuramsal Çerçeve

2.1.3.1. Sosyal Mübadele Kuramı

Sosyal mübadele kuramının (social exchange theory) antropoloji, sosyoloji ve psikoloji gibi disiplinler arasında köprü kuran kökleri 1920'lere kadar uzanmaktadır (Cropanzano ve Mitchell, 2005). 1970'lerden beri aile ilişkilerini incelemek için yaygın olarak kullanılan kuram, ilişki gelişimi, ilişkilerin nasıl deneyimlendiği, ilişki kalıpları ve ilişki dinamikleri ile aynı zamanda ilişkinin istikrarının nasıl sürdürüldüğüne odaklanır (Sabatelli ve Shehan, 1993).

Davranışçılığın temel argümanı, davranışın sonuçları tarafından sürdürülmesidir. Davranışı artıran sonuçlar pekiştiricilerdir; davranışı azaltanlar ise cezalardır. Davranışçılığı benimseyen terapistler dikkatlerini bireylerden aile ilişkilerine kaydırdıkça, Thibaut ve Kelley'nin (1959) insanların ilişkilerde ödülleri en üst düzeye çıkarmaya ve bedelleri ise en aza indirmeye çalıştıklarını söyleyen sosyal mübadele kuramına güvenmeye başlamışlardır.

Sosyal mübadele kuramının temel varsayımı; insan ilişkilerinin “ödül-bedel” ticaretine dayandığıdır. Ödül, bir ilişkiden elde edilen sevinç veya tatmin olarak ifade edilirken, bedel, bir bireyin performansını engelleyen bileşenler olarak tanım bulmaktadır. Bu durumda sonuç, ödül ve bedel arasındaki ayrım olarak nitelendirilebilir. Ödüller ve bedeller, ilişkinin haricindeki faktörler, yani etkileşimin kendisinden ortaya çıkan değişkenler tarafından belirlenmektedirler. İlişkinin dışından başlayan belirleyicilere “dış”, etkileşimin kendisinden başlayan belirleyicilere “iç belirleyiciler” denilmektedir. Kuram ile uyumlu olarak, bireyler yüksek ödüller aldıkları ve düşük bedel ödedikleri ilişkilere yönelmektedirler (Hovardaroğlu,1996).

Thibaut ve Kelley (1959)'e göre iyi bir ilişki, verme ve almanın dengeli olduğu veya ödülün bedele göre yüksek olduğu bir ilişkidir. Bu nedenle, ilişki memnuniyetini belirleyen şey bedeller ve ödüllerin dengesidir. Bir mübadele ilişkisindeki dengesizliğin memnuniyetsizliğe yol açacağı söylenebilir. Başarılı bir ilişkide çiftler, karşılıklı ödülleri en üst düzeye çıkarmak için çalışır. Başarısız ilişkilerde ise çiftler birbirlerini nasıl mutlu edeceklerini düşünemeyecek kadar meşguldürler. Bu bağlamda, ödül ve bedel arasındaki çıkan sonuç pozitifse insanların ilişkiye devam etme, negatifse ilişkiyi dönüştürme veya bitirme tercihinde bulunabileceği ifade edilmektedir.

Sosyal mübadele kuramı ödül ve bedel dengesinin değerlendirildiği iki mekanizma olduğunu varsayar. Bunlar karşılaştırma düzeyi (comparison level) ve seçenekler için karşılaştırma düzeyi (comparison level for alternatives) adındaki mekanizmalardır. Karşılaştırma düzeyi (KD) beklentilerin değerlendirilmesi olarak da yorumlanabilir/adlandırılabilir. Eşlerin beklentileri karşılama düzeyi, umulandan daha fazla veya daha az davranışı deneyimleyip deneyimlemediklerine göre belirlenmektedir. Bu nedenle, evlilik beklentilerinin karşılanma düzeyinin

değerlendirilmesi, bireylerin evlilikteki yatırımlarına göre evlilikten doğan bedel ve ödül algılarına dayalı olmaktadır. Evlilik beklentilerinin karşılanma düzeyi ne kadar yüksekse, çiftin evlilik doyumu yaşaması o kadar olasıdır. Bireyler sorunların çoğunda beklenenden daha az davranış deneyimi yaşıyorlarsa, tatmin edici olmayan bir evlilik deneyimi yaşamaktadırlar. İnsanlar evlilik sorunlarının çoğunda beklediklerinden daha fazla davranış deneyimi yaşıyorlarsa bunun tersi gerçekleşerek, tatmin edici bir evlilik deneyimi yaşamaktadırlar (Sabatelli ve Shehan, 1993; Thibaut ve Kelley, 1959).

Thibaut ve Kelley'e (1959) göre, karşılaştırma düzeyinin oluşumunda her davranış benzer şekilde yer almaz. Kişinin önemseydiği birkaç davranış daha değerliyken, birkaç davranış daha az değerlidir. Bu durumda karşılaştırma düzeyi, kişinin deneyimler yoluyla ulaştıklarının ve bu bağlamda sahip olduğu algısının ağırlıklı ortalaması olarak ifade edilmektedir. Dolayısıyla karşılaştırma düzeyi, kişinin önemseydiği davranışları, algısı ve mevcut ilişki tarafından belirlenmektedir (Günay, 2007). Sonuç olarak, her kişinin algılamasına bağlı olarak, bir kişinin bedel olarak kabul edebileceğini, bir başkası ödül olarak görebilir veya bunun tersi de olabilir ve deneyimlenen her ilişki, karşılaştırma düzeyini artırma eğiliminde olacaktır ve bu artışın sağlanacağına inandığı ilişkiler kişi için daha cazip hale gelecektir (Gibson, 2003).

İkinci mekanizma, seçenekler için karşılaştırma düzeyi (Kdseç/KD+), ilişkiye ait sonuçların değerlendirilmesi yapılırken makul alternatifler için kabul edilebilecek en düşük tatmin düzeyi olarak ifade edilebilir. Bu nedenle Kdseç, bir kişinin mevcut ilişkisine bağlı kalmayı ya da kalmamayı tercih ederken kullandığı kriterdir. Başka bir deyişle, Kdseç, kişinin girebileceği diğer ilişkilere dair yaklaşık olarak bildikleri şeylerdir. Sosyal mübadele kuramına göre, kişinin mevcut ilişkisinden sağladığı sonuçların Kdseç'in altına düşmesi durumunda, kişi ilişkiyi değiştirme veya bitirme eğiliminde olacaktır. KD ve Kdseç mekanizmaları değerlendirildiğinde, karşılaştırma düzeyi kavramı, bir ilişkinin ne kadar tatmin edici olduğunu ifade eder; seçenekler için karşılaştırma düzeyi kavramının ise ilişkinin istikrarı konusunda seçim üzerinde geçerli olduğu ileri sürülebilir. Bu nedenle, ilişkiden elde edilen sonucun bu iki mekanizmanın üzerinde olması durumunda, ilişki tatmin edici ve istikrarlıdır; her iki mekanizmanın da altında olması durumunda doyumsuz ve istikrarsız olarak nitelendirilecektir (Chadwick-Jones, 1976; Drigotas ve Rusbult, 1992; Hovardaoğlu, 1996; Thibaut ve Kelley, 1959).

2.1.4. Evlilik Doyumu ile İlgili Araştırmalar

Evlilik doyumu, evlilik birlikteliğinin en önemli boyutlarından biri olduğu için daha önce yapılan araştırmalarda kapsamlı olarak incelenmiştir (Bradbury ve ark., 2000; Johnson ve ark., 2006; Yücel ve Koydemir, 2015). Bir çalışma, düşük evlilik doyumunun hem erkekler hem kadınlar (Croyle ve Waltz, 2002) ve hem de onların çocukları (Fergusson ve Horwood, 2001) arasında depresyon ve anksiyete gibi ruh sağlığı sorunları ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Bilim insanlarının inceleme konularından biri, istikrarlı ve uzun süreli bir evliliği inceleme ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi keşfetme olmuştur. İstikrarlı bir evlilik ortaklığının hangi unsurlara bağlı olabileceği sorusu sıklıkla evlilik doyumuyla bağlantılı olarak gündeme gelmektedir. Orathinkal ve Vansteenwegen (2006) evlilik istikrarı bakımından evlilik doyumu ile affetme arasındaki ilişkiyi belirlemek için bir araştırma tasarlamışlardır. Araştırma çalışmasına 787 çift katılmıştır. Araştırmaya katılan çiftler, birinci ve ikinci evliliklerini yapan çiftlerden oluşmaktadır. Araştırma bulgularına göre birinci ve ikinci evlilik arasındaki affetme davranışı benzer şekilde gerçekleşmiştir. Evlilik doyumu açısından birinci ve ikinci evlilikler arasında ikinci evlilik lehine anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Literatürde bu sonucun aksini elde eden çalışmalar da bulunmaktadır. Demografik ve bağlamsal değişkenler incelendiğinde, örneğin evlilik sayısı, ilk evliliklerini yapmış bireyler, ikinci kez evlenen çiftlere göre daha yüksek evlilik doyumu bildirmiştir (Jose ve Alfons, 2007; Rogers ve Amato, 1997).

Türkiye’de yapılan bir çalışmada, Tezer (1992) araştırmasında evlilik doyumu ve iş doyumu ilişkisine bakmıştır. Çalışma evli ve aynı zamanda çalışan 63 katılımcıyı içermektedir. Katılımcılara Evlilik Yaşamı Ölçeği ve İş Doyumu Ölçeği uygulanmış ve bu ölçeklerin puanları arasındaki korelasyon incelenmiştir. Evlilik doyumu ve iş doyumu arasındaki korelasyon katsayıları hem kadın hem erkek hem de tüm grupta anlamlı bulunmuştur. Sonuçlar ayrıca hem evlilik doyumu ve iş doyumu ortalama puanları hem de bunların arasında bulunan korelasyonlar açısından cinsiyete dayalı bir fark olmadığı yönünde çıkmıştır.

King (1993), evli çiftlerin duygusal ifade kapasiteleri, ikircikli ve çelişkili duygusal ifadeler ve evlilik doyumu arasındaki bağlantıyı inceleyen bir araştırma gerçekleştirmiştir. Çalışmaya katılan 50 çift, duygusal ifade ve duygu ifadesine ilişkin kararsızlık ölçümünün yapıldığı iki anketi doldurmuştur. Katılımcıların evlilik doyumu da ölçülmüştür. Katılımcılar, eşlerinin duygusal ifade kapasitelerini de değerlendirmişlerdir. Bulgulara göre, kişinin duygularını ifade edebilmesi ile evlilikten aldığı doyum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Çiftlerin birbirlerinin duygusal ifadelerini doğru yorumlaması ile evlilik doyumunun ilişkili çıktığı saptanmıştır.

Evlilik doyumu, bireysel beklentilerin yanı sıra kültürel olarak belirlenmiş normların ve beklentilerin yerine getirilme derecesi ile de yakından ilişkilidir. Ayrıca, bu normlar ve beklentiler toplumlar arasında farklılık gösterebilmektedir. Bireyci ve ortaklaşacı kültürlerin kendileriyle ilgili değerlerini sergilemede evlilik doyumu söz konusu olduğunda hem benzerlikler hem de farklılıklar içermektedir. Çinli bir örnekte evlilik doyumunu tahmin etmeyle ilgili bir araştırmanın bulguları, kişilik boyutuna ilişkin batıda yapılmış önceki araştırmalarla benzerlikler ortaya koymuştur. Ancak kültürel farklılıklar, kültürel bağlamdan dolayı daha çok kadın ve erkeğin değer boyutunda ortaya çıkmıştır. Bu farklılığın, çiftlerin evlilikleriyle ilgili duygularının tek yordayıcısının sevgi olmadığı, Çin'in kolektivist bağlamına dayandığı yani diğerlerinin (geniş aile, akrabalar, arkadaşlar) düşünce ve duygularının, özellikle damadın veya gelinin onlar tarafından onay almasının, çiftlerin evlilikle ilgili duygularında önemli bir rol oynadığı öne sürülmüştür (Luo ve ark., 2008).

Alanyazında evlilik doyumunda mizahın rolünü inceleyen çalışmalar da bulunmaktadır. Mizahın duygusal ilişkilerdeki rolü incelendiğinde eşin algılanan mizahı ve evlilik doyumunun pozitif yönde ilişkili olduğu (Ziv ve Gadish, 1989), partnerlerin mutluluk düzeyinin mizahtan pozitif yönde etkilendiği (Carstensen, Gottman ve Levenson, 1995), çift olarak mizahı olduğuna inanan katılımcıların yakınlıklarının ve evlilik doyumlarının arttığı (De Koning ve Weiss, 2002) ve evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin mizaha yatkın olduğu (Butzer ve Kuiper, 2008) yapılan araştırma çalışmalarıyla desteklenmiştir.

Etnik kökeni farklı olan çiftlerde evlilik doyumunun incelendiği bir çalışmada kültürlenme tutumu, çatışma çözüm stilleri ve kültürel mesafenin evlilik doyumunu yordayıcı rolüne bakılmıştır. Etnik kökeni farklı olan 144 çiftten toplanan veriler neticesinde çiftlerin aileden algılanan sosyal destek puanlarının, olumsuz çatışma çözüm stillerinin ve olumsuz sosyal tepki puanlarının hem kendilerinin hem de eşlerinin evlilik doyum düzeylerini yordadığı tespit edilmiştir (Tezer Yörük, 2016).

Yapılan ulusal bir çalışmada, 18-65 yaş arası 150 evli kadın 150 evli erkek toplam 300 evli bireyde evlilik doyumunu yordayan değişkenlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Katılımcıların çift uyumu ölçülmüş, bu kapsamda çift uyumunun alt boyutları olarak çift doyumu, çift uyumu, sevgi gösterme ve çiftlerin bağlılığı yapıları incelenmiştir. Bu alt boyutlar açısından tüm örneklem grubu ile kadın ve erkek katılımcıların uyum seviyeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark belirtilmemiştir. Ancak çalışma bulguları değerlendirildiğinde geleneksel cinsiyet rollerine katılım arttıkça evlilikte uyumun ve çiftler arasındaki sevgi gösteriminin arttığı görülmüştür. Bu durum hem kadın hem erkek katılımcılar arasında benzer nitelikte gerçekleşmiştir. Eşitlikçi cinsiyet rolleri sergilendiğinde çiftlerin birbirlerine gösterdikleri sevgi azalmakta ve evlilik doyumu da düşmektedir (Bedir, 2018).

Evlilik doyumunu birçok boyutta değerlendiren, 12 yıllık boylamsal bir çalışmada 55 yaş altı eşiyile birlikte yaşayan evli bireyler incelenerek mutsuz evliliklerin takibi yapılmıştır. 12 yılın sonunda 1.150 bireyden elde edilen veriler incelenmiştir. Elde edilen bulgular uzun süreli, düşük kaliteli, düşük doyumlu evliliklerin bireyin genel iyi oluşu üzerinde önemli olumsuz etkileri olduğunu göstermektedir. Mutsuz bir evliliği sürdürmenin genel mutluluk, yaşam doyumu, benlik saygısı ve genel sağlık düzeylerini düşürmekte olduğu, psikolojik stres seviyesini ise yükseltmekte olduğu bulunmuştur. Bununla beraber, düşük kaliteli ve düşük doyumlu evliliklerdeki bireylerin boşanıp yeniden evlenen bireylere kıyasla daha az mutlu oldukları ve mutsuz bir evlilikte kalmanın boşanmaktan daha zarar verici olduğuna dair kanıtlar bulunmuştur (Hawkins ve Booth, 2005).

2.2. Değerler

2.2.1. Değerlerin Tanımı, Özellikleri ve İşlevleri

Değer kavramının tek bir tanımının yapılması çok çeşitli alanlarda kullanıldığı için zor olmaktadır. Fakat öte yandan bu çeşitli tanımlar, değer kavramının kapsamını ve insan yaşamına olan etkisini de ortaya koymaktadır (Dilmaç ve Ekşi, 2007). Değerler bireyin hayatına anlam katma, hedeflerini şekillendirme ve yön sağlamada önemli bir yere sahiptir (Smith ve Hamon, 2012). Ayrıca değerler davranışa rehberlik eden ilkelerdir. Goldsmith (2010) değerleri, hedefe ulaşmak için bireysel tercihleri ve stratejileri yönlendiren köklü psikolojik yapılar olarak tanımlamaktadır. Değerler oldukça geniştir ve değer türüne göre değişiklik göstermektedir (ör. Geleneksel, kişisel, profesyonel, kültürel, ailevi). Değerler bazen tutumlarla karıştırılır, ancak tutumların daha geçici olma eğiliminde olduğu yerde değerler daha istikrarlı bir tercihi yansıtmaktadır (Goldsmith, 2010; Hitlin ve Piliavin, 2004).

Değerler ve hedefler de genellikle karıştırılmaktadır. Değerler ve hedefler özünde zıttır. Değerler daha çok sürece dayalıdır ve çoğu zaman bir sona varmamaktadır. Diğer yandan, hedefler tamamlanabilmekte ve yerine getirildiklerinde hedef listesinden silinmektedir. Bu açıdan bakıldığında değerler, varılacak bir hedeften çok hareket halinde olmak demektir (Walser ve Westrup, 2007).

Genel anlamda değerler, bir birey veya topluluk için yüksek önceliğe sahip olan nitelikler veya inançlardır. Değerler, çeşitli akademik ve profesyonel disiplinlerde çok felsefik ve deneysel bir ilginin hedefidir ve değerler kavramı, insan davranışıyla ilgili tüm bilimlerin görünüşte farklı ilgi alanlarını birleştirebilecek bir kavram olarak görülmektedir (Rokeach, 1973).

Leigland (2005) değerleri, “çevre-davranış etkileşimlerinde bulunan belirli değişkenlerin bir fonksiyonu” olarak tanımlamış ve motive edici işlemlerin ve sözlü davranışın rolü hakkında ayrıntı vermiştir. Değerler, belirtilen pekiştireçleri üreten açık davranışların olasılığını artıran, sözlü motive edici işlemler olarak işlev gören kural ifadeleri olarak kabul edilebilmektedir (Tarbox, Szabo ve Aclan, 2020).

Değerler, bir kişinin anlamlı işlerin peşinden gitmek için temel değerlerinin ve hayatında takip edeceği rotanın açıklığı kavuşturulması ve tanımlanması olarak da ifade edilmektedir (Coto-Lesmes, Fernández-Rodríguez ve González-Fernández, 2020). Kişi yaşamının sonunda nasıl bir kişi olarak anılmak istiyorsa değerleri bu yönde olacaktır. Değerler, bir kişinin yaşamı boyunca harekete geçmesine katkı sağlayan, motive eden, yol gösterici ilkelere (Kul ve Türk, 2020).

Değerler, anlam duygusu sağlayan ve uzun vadede davranışlarımızı düzenleyebilen eylem kalıplarıyla bağlantılı seçilmiş kavramlardır. Değerler ve değer verme, karmaşık sözel fenomenlerdir ve yapı olarak kavramsallaştırılması ve ölçülmesi basit değildir. Ancak çeşitli araştırmalar bu iki yapının, psikolojik sorunlar karşısında anlam, iyi oluş ve yaşam kalitesinin artmasını teşvik eden önemli süreçler olduğu konusunda güçlü destek sağlamaktadır (Dahl, 2015).

2.2.2. İşlevsel Bağlamsalcılık Açısından Değerler

Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT), işlevsel bağlamsalcılık felsefesine dayanan ve kuramsal zemini ise dil-biliş ilişkisi üzerine temellendirilen ve ilişkisel çerçeve teorisi tarafından desteklenen süreç temelli bir psikoterapi modelidir (Hayes, 2013). ACT topluluğu içinde, Wilson ve DuFrene (2009) değerleri şöyle tanımlamaktadır; ACT’de değerler, özgürce seçilen, sürekliliğin sözel olarak inşa edilen sonuçları olarak görülen, dinamik, gelişen aktivite kalıplarının sonuçlarıdır ve değer verilen davranış kalıbının kendisinde yer almanın özü olan bu aktivite için baskın pekiştiriciler oluşturmaktadır. Bu yoğun tanım ACT bağlamında;

- Değerler somut şeyler olmadığı gibi ulaşılabilecek hedefler de değildir bu sebeple değerler sözlü davranış yoluyla inşa edilmektedir.
- Değerler, bir kişinin yaşamı boyunca uzun süre sabit kalabilirken, bu değerlere hizmet eden davranışlar değişebilmektedir.
- Bir değer ve davranış, ilişkisel bir ağ aracılığıyla birbirine bağlandığında, değerlerin davranış kalıbına dahil olması pekiştirme işlevi görebilmektedir.

Şeklinde özetlenebilir (Wilson ve DuFrene, 2009).

ACT, her bireyin zengin ve anlamlı bir yaşam sürmek için gereken her şeye zaten sahip olduğunu varsaymaktadır. Ancak çoğu birey için, değerli bir yönü görme ve takip etme

yeteneği, deneyimsel kaçınma nedeniyle bozulmuştur. Seçilen değerler, çok daha kararlı bir pusulaya sahip olunmasını sağlamaktadır. Değerler, zorlu kişisel sıkıntılar karşısında bile davranışı motive edebilmektedir. Bir kez farkına varıldığında değerler yaşamın güçlü bir parçası olabilmektedir. Bu nedenle değerleri bulma, netleştirme, değerlere yaklaşma ve değer odaklı yaşamak önem arz etmektedir (Hayes, Strosahl ve Wilson, 2011).

ACT'deki değerler çalışmalarının psikolojik olarak esnek davranışı oluşturma ve sürdürmede ayrılmaz bir rol oynadığı gözlemlenmiştir (Dahl, 2015). ACT, bireylerin değerlerini bulmasına, netleştirmesine ve değerlere yaklaşmasına çeşitli şekillerde yardımcı olabilmektedir. Bunlar; boğa gözü adlı bir alıştırma ve çalışma sayfası (Lundgren vd., 2012), önemsenen şeylerle temasa geçmeye teşvik etmek için değer kartları (Hayes ve Coyne, 2010), sihirli değnek ve mezar taşı gibi metaforlar ve yaşam pusulası gibi alışımlardır (Harris, 2019). Diğer bir yöntem ise değerleri liste olarak yazmaktır. Belirli bir süre içerisinde, bireyler yaşamlarında kendileri için anlamlı olan alanlar hakkında yazarlar. Değerler listesi yazmanın sevgi, bağlılık ve empati duygularını arttırdığı belirtilmektedir (Crocker, Niiya ve Mischkowski, 2008).

2.2.2.1. Değer Odaklı Eylemler ve Yaşam

Değerler kadar değerler doğrultusunda değer odaklı yaşamak da ACT tarafından önemsenmektedir. Davranışta anlamlı değişiklikler üretmek ve eylemleri yönlendirmek için değerlerin kullanılması, ACT temelli müdahalelerin tartışmasız özüdür (Wilson ve Sandoz, 2008). Değer odaklı yaşam, ACT'in birincil ana süreci olarak öne sürülmüştür (Hayes, Luoma, Bond, Masuda ve Lillis, 2006; Strosahl, Hayes ve Wilson, 2004) ve teorik olarak diğer temel süreçler ve düşük psikolojik stres, yüksek psikolojik uyum ve yaşam kalitesinde iyileşme gibi birçok önemli sonuçla ilişkilendirilmiştir (Wilson ve Murrell, 2004). Eylemler değer odaklı olduğunda alınan verim artmakta ve kişinin iyi oluş haline katkı sağlamaktadır (Hayes, Strosahl ve Wilson, 1999). Değer odaklı davranışlar, bireyin değerleri doğrultusunda yön alan etkili davranışlardır. Çeşitli ACT yöntemleriyle bulunan veya netleşen değerler kıymetli olmakla birlikte yalnızca bu değerlerin bilincinde olmak hayatı daha etkileyici, zengin ve dolu hale getirmede elverişli olmamaktadır. ACT, değerlerin sürdürülebilir hale gelmesini ve değer odaklı davranışlara dönüşebilmesini

önemsemektedir (Harris, 2019). ACT süreci içerisinde öncelikle kişi değerleri doğrultusunda hareket edeceğini sözlü olarak iletmektedir. Bu bağlamda gerçekleştirilecek davranış biçimlerine karar verilir ve davranış açık bir şekilde ortaya konulur. Bu sayede netleşen davranış biçimlerinin gerçekleşme olasılığı arttırılmaktadır (Bolderston, 2013). Ayrıca değerler doğrultusunda davranış değişikliği meydana getirebilmek, değer odaklı eylemlere ulaşabilmek için maruz bırakma, beceri edinme, biçimlendirme yöntemleri ve rol modelleme teknikleri kullanılmaktadır (Hayes vd., 2006; Harris, 2019).

Değer Odaklı Yaşam Ölçeği kullanılarak katılımcıların yaşam değerleri ile alkol kullanımını incelemiştir. Alkol kullanımları ile yaşam değerleri arasında tutarsızlık algılayan katılımcıların değişime daha fazla hazır olduğu, alkol kullanımları ile yaşam değerleri arasında paralellik algılayan katılımcıların ise daha fazla alkol tükettiği bildirilmiştir. Bu bağlamda, değer odaklı yaşam için değer-davranış uyumsuzluğunu tespit edip fark ettirebilmek bireyin değişim ve gelişim için ihtiyacı olan desteğe katkı sağlamaktadır (Miller vd., 2016). Bulgular, kişisel değerlerin ve müdahalelerde değerlere odaklanmanın yaşam kalitesini artırabileceğini, uzun süre devam edebilecek bir anlam ve amaç duygusu yaratabileceğini göstermektedir (Dahl, 2015).

2.2.3. Evlilik Doyumu ile Değerleri İnceleyen Çalışmalar

Değerlerin, flört eden, birlikte yaşayan, evli ve yeniden evlenen çiftler için ilişki istikrarı ve kalitesi için önemli olduğu bulunmuştur (Hohmann-Marriott, 2006). Yapılan bir çalışmada ise evlilikteki doyumun doğrudan evli eşlerin rol pozisyonları ve aile değerlerine bağlı olduğu bulunmuştur (Kostina, Sergeeva, Smakhtina ve Kubekova, 2020). Sonuç olarak, eşler bu iki faktöre sahip ve uyumlu olduğunda ilişkilerinden daha fazla doyum sağlarken, rol pozisyonları uyumsuz ve aile değerleri düşük ve/veya değerler üzerinde anlaşmaya varamayan eşlerin evlilikten aldıkları doyum daha düşüktür.

Değer odaklı yaşam ve yaşam doyumunu ilişkisinde pozitif ve anlamlı yönde bir ilişki olduğu yapılan araştırmalar neticesinde bulunmuştur (Çekici, Sünbül, Malkoç, Gördesli ve Arslan, 2019). İşveç'te değerler üzerine yapılan bir çalışmada, duygusal değerler (örn; tutku, hayranlık) dışındaki tüm değer boyutları için, boşanmış kişilerin

evli kişilere göre daha az değer kazanımı deneyimledikleri tespit edilmiştir. Bir diğer deyişle, evli ve boşanmış kişiler evlilik ilişkisinden aşağı yukarı aynı şeyleri istemektedirler ancak boşanmış kişiler evliliği etkileyen değerlerin kazanılmasında ve değerlere verilen önemde daha az başarılı olmaktadır (Skadelman ve Montgomery, 1999).

Amerika Birleşik Devletleri'nde çeşitli ırklara mensup bireylerin oluşturduğu aileler ve değerler ile yapılan bir araştırma; çok ırklı ailelerin daha düşük evlilik doyumuna sahip olduğunu ve cinsiyete dayalı inançlardan dolayı ilişki kalitesinde eşler arası farklılıkların daha fazla olduğunu göstermiştir. Çalışma, değerler ve romantik ilişkilerdeki sonuçların altında yatan mekanizmalara vurgu yapmaktadır (Craft, Rowley ve Perry-Jenkins, 2022).

Uluslararası yapılan birkaç çalışmada değerler ve evlilik doyumu ilişkisi çeşitli örneklerde araştırılmıştır. 248 evli çift ile yapılan bir çalışmada, yaşam değerlerindeki benzerlik, kadınlardan çok erkeklerin evlilik doyumuyla önemli ölçüde ilişkili çıkmıştır (Gaunt, 2006). 1000'den fazla Çinli çift üzerinde yapılan bir araştırma, içsel değerleri paylaşmanın (örn; sevgi, adalet ve kişisel gelişimin önemi) kadınların evlilik doyumunun %27'sini ve erkeklerin evlilik doyumunun %28'ini açıkladığını belirterek değerler ve evlilik doyumu ilişkisine dair önemli sonuçlar bildirmiştir (Luo vd., 2008).

Değer odaklı yaşam ve ilişki doyumu yapıları ile Compare ve diğerleri (2021) tarafından yapılan çalışmaya 18-31 yaş arası ilişkisi olan 229 genç yetişkin katılmıştır. Çalışmanın bulguları hem değer odaklı yaşamın hem de değer odaklı eylemlerin ilişki doyumu ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca değer odaklı yaşam, çiftlerin doyumunu önemli oranda açıklamaktadır. Bu araştırma sonucunda genç çiftler günlük hayatlarında değer odaklı eylemler yoluyla seçtikleri değerleriyle temasta olduklarında partneriyle daha derin bağ ve yakınlık kurduklarından daha yüksek ilişki doyumu yaşadıkları görülmektedir.

Çiftlerde değer çalışmalarını ilk gerçekleştiren isimlerden biri olan Benson (1955), nişanlı ve evli çiftler üzerinde ilişki doyumuna dair araştırma yapmıştır. Bireylerin ortak değerlerin sayısı hakkındaki algısı ile doyum arasında bir ilişki bulmuştur.

Benson, bazı merkezi değerlerin olabileceğini ve bu değerler noktasındaki fikir birliğinin, genel fikir birliğinden daha önemli olabileceğini öne sürmüştür.

Medling ve McCarrey (1981), çiftlerdeki değer benzerliğini ölçmek için 172 çiftle bir araştırma yapmıştır. Evliliğin erken ve orta dönemindeki çiftlerde değer benzerliği ve evlilik doyumu anlamlı bir ilişki göstermezken, 25 yıl ve üzeri evli çiftlerde evlilik doyumu ile değerler arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

2.3. İletişim Becerileri

2.3.1. İletişimin Tanımı

İletişim, insanların birbirleriyle ilişki kurmadaki aracı ve ilişkileri geliştirme, sürdürme, müzakere etme ve çözümede hayati önem taşıyan bir kişilerarası beceri olarak tanımlanmaktadır (Hargie ve Tourish, 1997). Bir kişinin sözlü ve sözlü olmayan eylemleri iletişim olarak kabul edilir. İletişim; değer sistemleri, kişisel özellikler ve durumsal koşullar dahil olmak üzere birçok çeşitli parametreler tarafından düzenlenen kişilerarası bir alışveriştir. Kişilerarası iletişim, iki benzersiz birey arasında devam eden birbirine bağlı bir süreçtir (Gouran, Wiethoff, ve Doelger, 1994).

DeVito'ya göre (1986) kişilerarası iletişimin altında yatan ilkeleri belirleyen üç özellik bulunmaktadır; ilk olarak, iletişim kaçınılmazdır ve iletişim kurmamak son derece zordur. İkincisi, iletişim geri döndürülemezdir. Sözler bir kez söylendikten sonra, kötü niyetle söylenmiş olsalar bile geri alınamamaktadır. Son olarak, iletişim doğası gereği karmaşıktır. Hem bireyin zihinsel benlik algısı hem de başkası ile ilişkisinin derin etkileşimini içermektedir.

2.3.2. İletişimin Amacı ve Önemi

Zıllıoğlu'na (2014) göre bireyler için iletişimin temel amacı sosyal bağlamda insanlara karşı olan yaklaşımlarda, olaylara yükledikleri anlamlarda ve davranışlarda değişim meydana getirebilmektir. İnsanın yaşadığı her yerde, karşılıklı olarak, bilerek veya bilmeyerek, sözlü veya sözsüz çeşitli ileteler aktarıldığından ve bu aktarımlar sonucunda bireyler kendilerini yahut diğerlerini anladığından iletişim hayatımızın her

alanına nüfuz ederek önemli bir bölümünü kaplamaktadır. Aynı zamanda kişiler iletişim yoluyla hayatlarını ve çevrelerini anlamlandırabilmektedirler (Zıllıoğlu, 2014).

Bireyler başkalarıyla iletişim kurdukça toplumun bir parçası olmaktadır. İnsan iletişim sayesinde yalnızlıktan ve bilgisizlikten uzaklaşarak varlığını daha sağlıklı bir biçimde sürdürmektedir. İletişim kurabilen kişiler etrafındakileri anlayabilmekte ve duygularını onlara ifade edebilmektedirler. Bu sebeplerden dolayı iletişim özünde bireyler için yemek, su, hava ve nefes almak kadar önemli ve gereklidir (Köknel, 1986; Tayfun, 2010).

İlişkilerin sürekliliği bireyleri, grupları ve toplumu bir arada tutan kaliteli bir iletişimle sağlanmaktadır. Toplumun üyelerinin beraber yaşama ve kendilerine verilen bir işi yerine getirebilme kapasiteleri ise iletişim sistemlerinin ne kadar iyi çalıştığına bağlı olarak değişmektedir. Bu nedenle birlikte yaşayabilmek, toplumsal gayeleri gerçekleştirebilmek için de sürekliliği, kalitesi ve etkisi mevcut bir iletişim sürecine sahip olmak gerekmektedir (Paksoy ve Acar, 2004).

2.3.3. İletişim Becerileri

İletişim becerileri, bir etkileşim sırasında iletişimsel hedefleri gerçekleştirme yeteneği veya kapasitesi olarak tanımlanabilmektedir. İletişim becerileri belirli sosyal sonuçlara ulaşmak için çeşitli yorumlayıcı ve simgesel kaynakları kullanarak zamanla kazanılır. İletişim becerileri, bireyin kapasitesi veya yeteneği olarak doğrudan gözlemlenemez, ancak gözlemlenen davranıştan çıkarılabilmektedir. Fiziksel ve bilişsel beceriler gibi, iletişim becerilerini uygulamak da çaba gerektirir. İletişim becerileri tek boyutlu bir yapı değildir. Çok sayıda farklı iletişim becerisi vardır. Her birinin kişiler arası ilişkiler üzerinde farklı etkileri olabilmektedir (Burlison ve Denton, 1997).

İletişim becerilerinin geliştirilmesi ve kullanılması, bireyler arasında kurulan ilişkiler için önemli olmaktadır. İletişim becerilerinde iyi olan kişiler olası sosyal sorunlarla baş edebilmekte ve daha başarılı bir şekilde olumlu ilişkiler kurabilmektedirler (Erözkan, 2005; Koç, Terzi ve Gül, 2015).

İnsanların çevreleriyle sağlıklı bir şekilde etkileşime girebilmeleri için temel iletişim becerileri gereklidir. İletişim becerileri, ilişkilerimizde ve günlük hayatımızda ihtiyaç duyduğumuz diğer yeteneklerin uzantısıdır ve herhangi bir alana özgü ayırt edici beceriler değildir. İnsanlar bir iletişim sistemine doğuştan sahip olmasına rağmen, iletişim becerileri doğuştan gelmemekte, sosyal temas ve etkileşim yoluyla edinilmektedirler (Gülbahçe, 2010).

İletişim becerileri sosyal bir beceri olmakla beraber, iletişim tekniklerinin öğrenilip öğrenen kişiye aktarılabilmesiyle ilişkilidir. Bir kişi güçlü iletişim becerilerinden yoksunsa bireyler arasında mesaj ulaşamayabilmekte, ulaşabilse bile anlaşmazlıklar yaşanabilmekte, bu durumda çatışmalara yol açabilmektedir (Işık, 2022). Yakın ilişkilerde yaşanan sorunların temelinde bireylerin etkili iletişim becerilerini kullanamaması bulunmaktadır. Bu durum, yalnızlaşmaya, anlaşılmama duygusuna ve duygusal streslere sebebiyet verebilmektedir (Korkut-Owen ve Bugay, 2014).

2.3.4. Evlilik Doyumu ve İletişim Becerilerini Birlikte İnceleyen Çalışmalar

Etkili çift iletişimi ile evlilik kalitesi arasındaki ilişki inceleyen Spanier ve Lewis (1980), bireyin kişilerarası iletişim becerisinin işlevsellik düzeyi ne kadar yüksekse benzer şekilde evlilik kalitesinin de o kadar yüksek olduğunu ileri sürmektedir. Araştırmacılar hem kesitsel hem de boylamsal çalışmalarda, sistematik olarak araştırıldığında çiftlerin iletişiminin tutarlı ve anlamlı bir şekilde çiftlerin memnuniyeti ile ilişkili olduğunu bulgulamaktadırlar. Araştırmacılar özellikle, mutsuz çiftlerin etkili iletişim kurma yeteneklerini engelleyen ve dolayısıyla evlilik doyumsuzluğuna sebep olan bir beceri eksikliğinden muzdarip olduklarını öne sürmektedirler. Sonuçlar, duygusal dışavurumlarını düzenlemek ve başarılı bir şekilde iletişim kurmak için gerekli becerilere sahip olmayan çiftlerin, savunmacı olma veya bir çatışma durumundan çekilme eğiliminde olduğunu ve bu davranışların daha sonraki evlilik doyumsuzluğunu öngördüğünü göstermektedir (Carrere ve Gottman, 1999; Gottman ve Krokoff, 1989; Gottman ve Levenson, 1992; Markman, 1979, 1981; Rogge & Bradbury, 1999).

Evlilik doyumu ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi anlamayı amaçlayan bir araştırmanın örneğini 20-50 yaş arası en fazla 30 yıldır evli olan, ruhsal ya da

fiziksel rahatsızlığı olmayan ve birlikte yaşayan 50 çift oluşturmuştur. Çalışmada, yaş, cinsiyet, evlilik süresi gibi sosyodemografik özelliklerin evlilik doyumu üzerindeki etkisinin ortaya çıkarılması da amaçlanmıştır. Araştırmanın sonuçları, çiftler arasındaki iletişimin evlilik yaşamlarındaki doyumlarını ön görebileceğini göstermektedir. Bununla birlikte araştırma bulguları, cinsiyetin ve diğer demografik değişkenlerin evlilik doyumu üzerindeki etkisini vurgulamaktadır (Haris ve Kumar, 2018).

Ulusal bir çalışmada, 208 çiftten elde edilen veriler evlilik doyumunu yordamada iletişim becerilerinin rolü kapsamında incelenmiştir. Analizler, iletişim becerileri ile erkek ve kadın evlilik doyumu arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Hem erkek hem de kadın iletişim becerilerinin evlilik doyumunu anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Bu bağlamda, ben dili iletişim becerisi kadınların evlilik doyumunun en güçlü yordayıcısı; ego geliştirici dil iletişim becerisi ise erkeklerin evlilik doyumunun en güçlü yordayıcısı olarak çıkmıştır (Buluş ve Bağcı, 2016).

Çift iletişimi ve ilişki kalitesi üzerine başka bir çalışma yapılmıştır. 228 evli çift ile yapılan bir çalışmada kişinin partnerinin iletişim kurma biçimi hem kişisel hem de ilişki tatmini arttıran onaylanma veya reddedilme duygularıyla sonuçlanabilmektedir. Bu bağlamda partner iletişiminin kalitesinin ilişki doyumu ile pozitif ilişkili olduğu görülmüştür (Zamir, Gewirtz, Labella, DeGarmo ve Snyder, 2018).

Çiftlerin iletişimine yapılan bu vurgulara rağmen, iletişimin daha sonraki ilişki işleyişini öngörüp öngörmediğine ilişkin boylamsal çalışmalardan elde edilen kanıtlar tutarsız olmuştur. Karney ve Bradbury (1995) tarafından yapılan çalışmanın bulguları, bireylerin iletişim davranışları ile ilişki kalitesi arasında küçük ila orta düzeyde bir etki büyüklüğü olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, bireylerin iletişim davranışları ile ileriki dönemde ilişkideki ayrılık ya da boşanma arasında orta düzeyde bir etki mevcuttur.

Yapılan bazı çalışmaların sonuçlarına bakıldığında ise ayrılıkların olduğu görülmektedir. Bir çalışmada (Gill, Christensen ve Fincham, 1999) erkeklerin olumlu iletişiminin zaman içinde evlilik doyumlarındaki düşüşü öngördüğü

bulunmuştur. Başka bir örneklemede yapılan çalışmada (Heavey, Christensen ve Malamuth, 1995) erkeklerin olumsuz iletişiminin zaman içinde kadınların evlilik doyumunun artmasıyla ilişkili olduğu ifade edilmektedir.

Feminist bilim insanları uzun zamandır erkeklerin ve kadınların romantik ilişkilerde farklı deneyimlere sahip olduğunu tartışmaktadırlar (Bernard, 1972). Kadınlar, genellikle ilişki durumlarının ve süreçlerinin daha fazla farkında olduklarından (Acitelli, 1992), genellikle, evlilik sisteminin “barometreleri” oldukları düşünülür (Floyd & Markman, 1983). Bu da kadınların iletişiminin erkeklerin iletişimine kıyasla ilişkinin daha güçlü bir yordayıcısı olabileceğini düşündürmektedir. Bununla birlikte, önceki araştırmalar, erkeklerin ve kadınların çift etkileşimleri ve evlilik doyumundaki değişim arasındaki bireysel veya eşler arası bağlantılarda hiçbir farklılık bulamamıştır (Kurdek, 2005).

İletişim ve evlilik incelemelerine belirli ilişki değerlendirilmeleri dahil etmek (örneğin, “mutluluk derecesi, evliliğinizde her şeyi dikkate aldığınızda”; Norton, 1983) yapılar arasındaki ilişkiyi etkileyebilmektedir. Dolayısıyla iletişim davranışları ile ilişki kalitesi arasındaki ilişki, ilişki kalitesinin değerlendirilmesindeki algıya bağlı olarak farklılık gösterebilmektedir (Kanter, Lavner, Lannin, Hilgard ve Monk, 2022).

2.4. Sosyodemografik Değişkenler Bağlamında Evlilik Doyumu

2.4.1. Cinsiyet

Evlilik çalışmalarında genellikle kadınların ve erkeklerin evliliği farklı deneyimlediği kabul edilmektedir. 1972’de, aile çalışmalarının önde gelen isimlerinden Jesse Bernard çalışmasında her evlilik birliğinde erkeğinki ve kadınıki olmak üzere iki evlilik olduğunu belirtmektedir. Erkeğinkinin kadınıkinden daha iyi olduğunu ifade etmiştir. Evlilik içerisinde kadınların erkeklerden daha çok hayal kırıklığı, düşük doyum ve daha fazla olumsuz duygu bildirdiği görülmüştür. Aynı zamanda erkeklerden daha çok kadınlar evliliklerini mutsuz bulmakta ve boşanmayı düşünmektedir (Bernard, 1972). Aile araştırmacıları kadınların sürekli olarak erkeklerden önemli ölçüde daha düşük evlilik doyumu yaşadıklarını belirtmişlerdir (Connides, 2001). Yapılan ulusal araştırmalar da kadınların sürekli olarak erkeklerden daha düşük evlilik doyumuna

sahip olduğu bildirilmiştir (Umberson, Williams, Powers, Liu ve Needham, 2006). Alanyazında birçok araştırma, kadınların evlilik doyumu düzeylerinin erkeklerden önemli ölçüde daha düşük olduğunu bulmuştur (Kamp Dush, Taylor ve Kroeger, 2008; Myers ve Booth, 1999; Stevenson ve Wolfers, 2009; Whiteman, McHale ve Crouter, 2007). Ancak bazı diğer araştırmalarda ise cinsiyete göre evlilik doyumu farkı bulunmamıştır (Broman, 2005; Kurdek, 2005). Gager ve Sanchez (2003) erkeklerin ve kadınların evlilik doyumlarının ortalama seviyelerinde önemli bir fark bulamamışlardır. Ayrıca, kadınların ve erkeklerin evlilik mutluluğu puanlarını karşılaştırdıklarında, karı kocaların önemli bir çoğunluğunun aynı ortalamaya sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Benzer şekilde, Broman (2005), evli bireylerden oluşan geniş bir ulusal veri setinden elde edilen verileri analizi sonucunda evlilik kalitesinde istatistiksel olarak anlamlı bir cinsiyet farkı olmadığını belirtmiştir. Anlamlı farklılık bulan araştırmalar arasında kadın ve erkeklerin evlilik doyumu düzeyleri arasındaki farkın büyüklüğüne ilişkin sorgulamalar mevcuttur. Kadınların ulusal çalışmalarda erkeklere göre daha düşük evlilik doyumu bildirdiklerini aktarılmakta ve bu farklılıkların küçük olduğunu belirtilmektedir (Amato, Booth, Johnson ve Rogers, 2007).

2.4.2. Yaş

Alanyazındaki birkaç çalışma, çiftlerin evlilik doyumunun yaştan etkilenebileceğini göstermiştir. Yaş arttıkça evlilik doyumu azalmakta, bu da orta yaşlı çiftlerin neden genç çiftlere göre daha fazla evliliklerine dair sorun bildirdiğini açıklamaktadır (Jose ve Alfons, 2007; Moshtagh, Teimourpour ve Pourshanbaz, 2013; Shakerian, 2010). Orta yaşlı çiftlere kıyasla yaşlı çiftlerin ilişkilerinde daha az sorun yaşadıklarına dikkat çekilmektedir (Gorchoff, John ve Helson, 2008). Belki de orta yaşlı çiftlerde evlilik doyumundaki düşüş, çiftlerin sorumluluklarının artması, çocuk doğurması ve çocuk yetiştirmeyle ilgili maddi sorunlardan kaynaklanmaktadır. Böylece yaşlılıkta çocuklar evden ayrıldığında, evlilik doyumunda artış görülmektedir (Tabatabaei, Panahandeh ve Hoseynabadi, 2012).

2.4.3. Çiftler Arasındaki Yaş Farkı

Yaş farkının çiftlerin birbirlerini anlama ve cinsel aktivitelerinde önemli bir faktör olabileceği ve bu nedenle evlilik doyumunu etkileyebileceği düşünülmektedir (Rahmani, Alahgholi ve Khuee, 2009). Ancak, çiftler arasındaki ideal yaş farkını belirlemek için araştırmacılar arasında bir fikir birliği görülmemektedir. Bazı araştırmacılar beş yıllık bir yaş farkının ideal olduğunu öne sürerken, diğerleri üç yıldan az yaş farkının ideal olduğunu öne sürmektedir (Nasehi, Raeis, Jafari ve Rahmani, 2004). Ancak genel olarak, eşiyile arasındaki yaş farkı on yıldan az olan bireylerin evlilik doyumu yaş farkı on yıldan fazla olan bireylere göre daha yüksek olmaktadır (Rahmani, Merghati, Sadeghi ve Allahgholi, 2011). Çiftler arasında artan yaş farkı ile evlilik doyumunun azalmasının bir nedeni, artan yaşla birlikte cinsel isteklerin değişeceği ve eşlerin birbirinden farklı cinsel aktiviteler beklemesi ve bunun sonucunda ortaya çıkan cinsel aktivite uyumsuzluğunun daha geniş yaş farkı olan evli çiftler arasında memnuniyetsizlik alanları yaratması olabilmektedir (Addis vd., 2006). Ancak bazı araştırmacılar bu iki değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Eşler arasındaki yaş farkı genellenememektedir. Başka bir deyişle, kadınların her zaman erkeklerden daha genç olması tüm kültür ve topluluklardan beklenmemektedir (Guo ve Huang, 2005).

2.4.4. Eğitim Düzeyi

Bazı araştırmalar, eğitim seviyesinin evlilik doyumu ile ilişkili olduğunu ve evlilik doyumunun bir göstergesi olarak kabul edildiğini göstermektedir (Pepping ve Halford, 2012; Shakerian, 2010; Wagheiy, 2009). Yapılan bir araştırma, daha eğitilmiş çiftlerin daha az eğitilmiş çiftlere kıyasla daha yüksek seviyede evlilik doyumu ve daha iyi zihinsel sağlık yaşadıklarını göstermektedir (Madanian ve Mansor, 2013). Bu bulgu, yüksek eğitilmiş bireylerin daha az eğitilmiş olanlara göre daha iyi sosyal işlevleriyle doğrulanmaktadır. Aslında, çiftler daha iyi eğitim aldıklarında, hayatın gerçeklerini daha iyi anlamakta, bu da onları sorunlarını çözmek ve çatışmalardan kaçınmak için daha donanımlı hale getirmektedir (Tabatabaei vd., 2012). Eğitim düzeyi yüksek ve sosyal becerileri gelişmiş çiftlerin evlilik doyumu ile ilgili daha az sorun yaşamaları beklenmektedir. Ayrıca eğitimsizlik anlaşmazlıklara ve hatta boşanmaya yol açabilmektedir (Jadiri, 2009). Ancak bazı araştırmalara göre eğitim düzeyinin evlilik

doyumunu üzerinde anlamlı bir etkisi yoktur (Rahmani, Khoei ve Gholi, 2009; Zare, Golmakani, Shareh ve Khadem, 2014).

2.4.5. Evlilik Süresi

Evlenen çoğu insanın başlangıçta yüksek düzeyde evlilik doyumuna sahip olduğu ifade edilmektedir (Halford, 2003). Ancak zamanla bu memnuniyetleri azalmaktadır. Bazı çalışmalarda evlilik süresi ile evlilik doyumunu arasında negatif korelasyon tespit etmişlerdir (Moshtagh vd., 2013; Ziaee vd., 2014). Bazı araştırmalar evlilik süresinin artmasıyla evlilik doyumunun da arttığını belirtmektedir (Duncan, 2008; Zainah, Nasir, Hashim ve Yusof, 2012). Araştırmacılar, on yıl veya daha uzun süredir birlikte olan çiftlerin evliliğe uyum sürecini geçtiklerini ve daha az psikolojik sorun ve stres yaşadıklarını aktarmaktadırlar (Bradbury vd., 2000; Orathinkal ve Vansteenwegen, 2006).

Evlilik doyumunu ve evlilik süresi arasındaki ilişkiye dair alandaki çalışmaların sonuçlarının farklılık gösterdiği görülmüştür. Bunu destekleyen şekilde; Anderson, Russell ve Schumm'un (1983) araştırmasına göre, evlilik kalitesinin aile yaşam döngüsünde U şeklinde bir eğrisi vardır, bu da mutluluğun evliliğin ilk yıllarında azaldığı ve daha sonra tekrar yükseldiği anlamına gelmektedir. Bununla birlikte, VanLaningham, Johnson ve Amato (2001) literatürde evliliğin süresi ile evlilik tatmini arasındaki ilişkiyi gösteren U şeklindeki grafiğin sebebinin kesitsel çalışmalar olduğunu öne sürerek boylamsal bir araştırma yapmıştır. Bu uzun süreli çalışmanın sonuçlarına göre, U şeklindeki grafik desteklenmemiş ve evliliğin ilk birkaç yılındaki mutluluk ya bozulmaya devam etmiş ya da keskin bir şekilde düştükten sonra sabitlenmiştir.

2.4.6. Çocuk Sahibi Olma ve Çocuk Sayısı

Araştırmalar, çocuk sahibi olmanın çiftler için bir geçişe neden olduğunu göstermiştir. Bu geçiş çoğu zaman birçok inancı ve değeri sorgulayarak çocuk sahibi olmadan önce ortaya çıkmamış olabilecek belirli sorunları yüzeye çıkarabilmektedir (Cowan & Cowan, 1992; Johnson & Huston, 1998; Levy-Shiff, Goldshmidt ve Har-Even, 1991). İş birliği zayıf olan ebeveynlik davranışları, evlilik ilişkisindeki kötüye gidiş ve

bozulma ile ilişkilendirilmiştir (Bradbury vd., 2000). Ebeveynlik davranışları, eşlerin geçmişlerinden ve karakter yapılarından büyük ölçüde etkilenmektedir. Bir bireyin ebeveynleri arasındaki ilişkinin hem eş hem de ebeveyn olarak bir ilişki içindeki kendi anlayışını yordayabileceğine dair bulgular bulunmaktadır (McLanahan & Bumpass, 1988). Sonuç olarak, köken aile öyküsü, bir ilişkide ebeveyn olmak, yeni bir eve taşınmak veya bir aile çatışmasıyla uğraşmak gibi geçişlerin ne kadar sarsıntısız ve kolayca gerçekleşeceğini etkileyebilmektedir. Bu bağlamda, çocuk sahibi olmak ve evlilik doyumu ilişkisinde çeşitli alt ölçütlerin de olduğu ve tüm bunların sonucunda evlilik doyumunun etkilendiği anlaşılmaktadır (Marks, Wieck, Checkly ve Kumar, 1996).

Çocukların farklı şekillerde mevcudiyeti, aile sistemi üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkilere sahip olabilmektedir. Ebeveynlerin mutluluk ve gurur duygusu olumlu etkiler olabilirken, yorgunluk hissi, kişisel zaman eksikliği, çocuk bakımı ve ev ödevi konusunda anlaşmazlıklar da olumsuz etkiler olabilmektedir. Bu sorunlar çiftler arasındaki ilişkinin kalitesini etkileyebilmektedir (Twenge, Campbell ve Foster, 2003). Birçok çiftte biyolojik çocuğa sahip olamamak bir kusur olarak algılandığı için (Marci vd., 2012; Reis, Xavier, Coelho ve Montenegro, 2013), kadınların biyolojik ve psikolojik rollerini ve sosyal işlevlerini büyük ölçüde anne olma yetenekleriyle doğurganlık ve doğurabilme yoluyla fark edildiğinden çocukların varlığı ve evlilik doyumunun olumlu etkileri de doğurganlık yolu ile ön görülebilmektedir (Salter, 1987).

2.4.7. Ekonomik Durum

Araştırmalar, ekonomik durum ve aile gelirinin evlilik doyumu ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Pepping ve Halford, 2012; Zainah vd., 2012). Araştırmalar, düşük gelir ve iş güvencesizliğinin (özellikle evli erkek bireyler için) düşük evlilik doyumu ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Çiftler sürekli para için endişelenmek zorunda kaldıklarında evlilik doyumları azalmaktadır (Shopiro, Gottman ve Carrere, 2000). Daha yüksek gelire sahip çiftler daha düşük gelire sahip olanlardan daha fazla evlilik doyumu deneyimlemektedirler. Bununla birlikte, bazı çalışmalarda ise gelir düzeyi ile evlilik doyumu arasında herhangi bir ilişki çıkmamış (Madanian ve Mansor, 2013)

hatta aralarında ters bir ilişki olduğunu belirterek ekonomik durum arttıkça evlilik doyumunun azaldığını ifade etmişlerdir (Schramm ve William Harris, 2011).

2.4.8. Evlilik Biçimi

Batı ülkelerinde olduğu gibi eş seçiminin özgürce yapıldığı ülkelerde romantik aşk, evliliğin temel dayanağı olarak kabul edilmektedir. Geleneksel topluluklarda ise genellikle birey değil aile tarafından eş seçimi yapılmaktadır (Chang ve Myers, 1997; Dion ve Dion, 1993). Türkiye’de ise farklı evlenme biçimleri mevcuttur. Evliliklerin bir kısmı görücü usulü, çevredekilerin tanışırması veya yakıştırması sonucu gerçekleşirken bir kısmı da bireylerin kendilerinin tanışıp birbirleri ile paylaşımında bulunmasıyla yani flört yoluyla, kendileri tanışarak gerçekleşmektedir. Görücü usulü ve bireylerin kendi tanışarak yapılan evliliklerin prototipik zıt kutuplar olarak değil, ebeveynler ve eşler arasındaki göreceli katılım derecelerindeki farklılıkları temsil ettiği düşünülmektedir. Görücü usulü evliliklerin çoğunda aile, bireylerin rızasını alırken diğer bazı kültürlerde olduğu gibi Türkiye’de de çoğu kendi tanışarak yapılan evliliklerde anne ve babanın rızası alınmaktadır (İmamoğlu, Ads ve Weisfeld, 2019).

Evlilik doyumu ve evlilik biçimi arasındaki ilişkiyi inceleyen farklı çalışmalar yapılmıştır. Yelsma ve Athappilly (1988) yaptıkları çalışmada 25 flört evliliği yapan çift, 28 görücü usulü evlilik yapan çift ve 31 mantık evliliği yapan çift evlilik doyumu ve iletişim becerileri düzeyleri açısından incelenmiştir. Görücü usulü evlenen çiftlerin, flört yoluyla ve mantık evliliği yaparak evlenenlere göre evliliklerinden daha memnun olduklarını bildirmişlerdir. Sonuç olarak görücü usulüyle evlenen çiftlerin diğer çiftlere göre evliliklerinde daha yüksek evlilik doyumuna sahip oldukları görülmüştür. Görücü usulü ve flört ederek evlenen 206 genç çiftin evlilik doyumu açısından incelendiği bir diğer çalışmada flört süresi, evlilik öncesi birlikte yaşam ve evlilik biçiminin evlilik doyumu ile arasındaki ilişkinin çok düşük olduğu bulunmuştur (Shachar, 1991). Bu bulguların aksine, Xiaohe ve Whyte tarafından 1990 yılında Çin’de 586 evli kadın üzerinde yapılan bir araştırmaya göre, flört ederek evlenen kadınların görücü usulüyle evlenen kadınlara göre evlilik ilişkilerinden daha yüksek doyum sağladıkları bulunmuştur.

Türkiye’de eşlerin nasıl tanıştığı ve evlilik doyumu hakkında yapılan bir çalışmada evli çiftlerin görücü usulüyle yapılan evliliklerinin evlilik doyumunu etkilemediği ortaya konulmuştur (Turan, 1997). Benzer şekilde Azizoğlu-Binici (2000) psikolojik desteğe başvuran ve başvurmeyan çiftler üzerinde yaptığı çalışmasında evlilik biçimi gibi demografik özelliklerin evlilik doyumuna etkisinin olmadığını bulmuştur. İmamoğlu (1994), bu sonuçların aksine, flört ederek evlenen çiftlerin, görücü usulüyle evlenen çiftlere göre daha fazla evlilik doyumuna sahip olduğunu ifade etmektedir.

2.4.9. Çalışma Durumu

Evlilik doyumunu etkileyen faktörlerden bir tanesi de kadının ev dışında bir işte çalışmasıdır (Nayeri, Forooshani ve Arabloo, 2018). Günümüzde kadınların çalışma alanlarının genişlemesi, akademik eğitimin devam etmesi, ailenin ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için iki gelire bağımlı olma hali gibi etmenlerden dolayı çok sayıda kadın iş hayatında aktif rol almaktadır (Jamali vd., 2016). Evlilik doyumu mesleki koşullardan doğrudan etkilenebilmektedir (Farhadi, Movahedi, Nalchi, Daraei ve Mohammadzadegan, 2013). Tabii ki, bu durum farklı toplumlarda çeşitlilik göstermekte ve bireysel olduğu kadar sosyal faktörlerden de etkilenmektedir. Genel olarak, gelir düzeyi, çocuk sahibi olma veya çalışma durumu gibi çeşitli faktörler çiftin ilişkisini etkilemekte ve onların evlilikten sağladıkları tatmine veya ilişki memnuniyetsizliğine yol açmaktadır (Jamali vd., 2016).

İşyeri ile ilgili faktörlerin evlilik doyumunu etkilediğini ve mesleki stres ile evlilik çatışmaları arasında yakın bir ilişki olduğunu yapılan çalışmalar neticesinde tespit edilmiştir. Başka bir deyişle, artan evlilik anlaşmazlıkları iş tatminini önemli ölçüde azaltmaktadır. Dolayısıyla, artan evlilik doyumu, artan iş doyumu ile önemli ölçüde ilişkilidir (Razavieh, Moin ve Bohlooli Asel, 2010). Yapılan bir çalışma, artan iş yükünün evlilikteki doyum düzeyinin düşmesine yol açtığını belirtmektedir. Bulgular gösteriyor ki, iş stresi evlilik doyumunu ve evlilik ilişkisinin devamını tehdit etmekte, olumsuz çalışma koşulları ve olumsuz iş süreçleri de aile ilişkilerinin etkilenmesine yol açmaktadır (Nayeri vd., 2018). Çalışan kadınlar, ekstra sorumlulukları, ev ve işyerinde daha fazla baskıya tolerans göstermeleri nedeniyle evlilik ilişkilerine daha fazla ilgi göstermeme eğilimindedir (Jamali vd., 2016). Ancak bu bulguların aksine çalışan kadınların ev hanımlarına göre evlilik hayatlarından daha memnun oldukları

bildirilmektedir (Sacco, Dumont ve Dow, 1993; Sadegh Moghadam, Askari, Marouzi, Shams ve Tahmasbi, 2006).

2.4.10. Yaşanılan Yer

Güney Kore’de yapılan bir çalışmada kentte yaşayan evli kadınların kırsal kesimdeki kadınlara kıyasla daha düşük düzeyde akültüratif strese, daha yüksek düzeyde eş desteğine ve bu bağlamda daha yüksek düzeyde evlilik doyumuna sahip oldukları görülmüştür. Hem kentte hem kırsalda yaşayanlarda daha düşük akültürasyon, ev kadınlarının düşük yaşam stresi, eş desteğinin yüksek olması, kayınpeder ve kayınvalide ile yaşamak evlilik doyumunu etkileyen faktörler olarak bulunmuştur (Nam ve Ahn, 2011). Türkiye’de hem evli bireylerle hem de evli kadınlarla yapılan araştırmalarda ise kırsal kesimde yaşayanların kentlerde yaşayanlara göre daha yüksek evlilik doyumu gösterdikleri belirtilmiştir (Pehlivanlı ve İkizler, 2020; Kaya ve Cin, 2019).

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu çalışma nicel korelatif bir araştırma deseni kullanılarak yürütülmüştür. Bu başlığın altında katılımcılara, veri toplama araçlarına, verilerin toplanma şekline ve verilerin analizinde hangi tekniklerin kullanıldığına yönelik bilgiler verilmiştir.

3.1. Örneklem

Bu çalışmaya 23-67 ($\bar{x}=35,470\pm 8,030$ yıl) yaşları arasında 229'u kadın ve 116'sı erkek olmak üzere toplam 345 kişi katılmıştır. Evli bireylerle yürütülen bu çalışmada en az altı aylık bir süre evli olmaları şartı aranmıştır. Bu şartı taşımayan bireyler çalışmanın dışında tutulmuştur.

3.2. Veri Toplama Araçları

Çalışma verilerinin toplanmasında Evlilik Yaşamı Ölçeği, İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu, Değer Odaklı Yaşam Ölçeği ve sosyodemografik bilgiler içeren anket formu kullanılmıştır.

3.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik bilgi formunda katılımcılara yönelik cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir durumu, çalışma durumu, çocuk sayısı, yaşadığı yer, eşiyle yaş farkı ve eşiyle tanışma/evlenme biçimi, evlilik süresi bilgilerini elde etmeye yönelik 10 adet soru yöneltilmiştir.

3.2.2. Evlilik Yaşamı Ölçeği

Evlilik Yaşamı Ölçeği, beşli likert olarak geliştirilen ve kesinlikle katılmıyorum= 1 ile kesinlikle katılıyorum= 5 arasında puanlanan 10 maddeden oluşmaktadır.

Maddelerden ikincisi, dördüncüsü ve beşincisi ters yönlü olarak puanlanmaktadır. Bu ölçekten elde edilen puan yükseldikçe evlilik doyumunun yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin geliştirme çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0,89 olarak belirlenmiştir (Tezer, 1996).

3.2.3. Değer Odaklı Yaşam Ölçeği

Değerler Odaklı Yaşam Ölçeği, iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm değerlere verilen önemi ölçerken ikinci bölüm bu değerlere verilen tutarlılık incelenmektedir. Birinci bölüm ve ikinci bölüm onar maddeden oluşmaktadır. Bütün maddeler 10'lu likert olarak yanıtlanmaktadır. Her iki bölümde yer alan maddeler 1 ile 10 arasında planlanmaktadır. Ölçekte ters yönlü puanlanan madde bulunmamaktadır. Her iki bölüm içinde alınabilecek minimum puan 10 ve maksimum puan 100 olarak gerçekleştirilmektedir. Alınan yüksek puanlar ilgili değer yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıca Önem alt boyutu için 0,85 ve Tutarlılık alt boyutu için 0,83 Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır (Çekici, Sünbül, Malkoç, Aslan Gördesli ve Arslan, 2018).

3.2.4. İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu

İletişim becerileri ölçeği yetişkin formu, Hiçbir zaman= 1 ve her zaman = 5 şeklinde beşli likert olarak yanıtlanan 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin temel beceriler ve kendini ifade etme, iletişime özen gösterme, ilişki kurmaya isteklilik, etkin dinleme ve sözel olmayan iletişim ve iletişim ilkelerine uyma alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçekten toplam puan alınabileceği gibi alt boyutlar kullanılarak da puanlanmaktadır. Birinci alt boyutta 9 madde, ikinci alt boyutta 5 madde, üçüncü alt boyutta 3 madde, dördüncü alt boyutta 5 madde ve beşinci alt boyutta 3 madde bulunmaktadır. Her bir alt boyuttan ve ölçekten alınan yüksek puanlar iletişim becerilerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geliştirme çalışmasında Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0,94 olarak belirlenmiştir (Korkut-Owen ve Bugay, 2014).

3.3. İşlem

Araştırmayı gerçekleştirebilmek için İbn Haldun Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Başkanlığı'ndan onay alınmıştır. Çalışma verileri kolay örnekleme yöntemi ile çevrimiçi ortamda internet üzerinden toplanmıştır. Katılımcılar anket öncesinde Bilgi ve Onam Formu ile araştırmanın amacına ve katılımın gönüllüğe dayalı olduğuna dair bilgilendirilmişlerdir. Araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılar yanıtlama süresi ortalama 10 dakika olan üç ölçeği ve sosyodemografik bilgi anketini doldurarak internet aracılığıyla araştırmacıya ulaştırmışlardır.

3.4. Verilerin Analizi

Çalışma verileri analiz edilirken çoklu doğrusal regresyon analizi ve korelasyon analizi yapılmıştır. Ayrıca sosyodemografik değişkenlerin sayı ve yüzde dağılımlarını belirlemek için frekans analizi ve ölçme araçlarının betimleyici istatistiklerini hesaplamak için betimleyici istatistikler yapılmıştır. Evlilik doyumunu sosyodemografik değişkenler açısından farklılıklarını belirlemek için tek yönlü varyans analizi ve bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Son olarak sosyodemografik değişkenlerin evlilik doyum düzeyi açısından etkileşimlerini belirlemek için de iki yönlü varyans analizi yapılmıştır. Ayrıca gruplar arası farklılıkları incelerken varyans eşitliği sağlanması açısından bazı sosyodemografik değişken grupları birleştirilmiştir. Örneğin, eğitim durumu gruplarından ilkokul ve ortaokul grupları lise grubuna dahil edilmiş ve lise ve altında eğitim durumu olarak birleştirilmiştir. Çalışma verilerinin analizine başlamadan önce ölçme araçlarının çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş ve bu değerlerin standart hataya bölündükten sonra -2 ile +2 arasında değiştiği gözlenmiştir. Bu doğrultuda da veri analizinde parametrik testler kullanılmasının uygun olduğuna karar verilmiştir (George ve Mallery, 2010).

BÖLÜM IV

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde sosyo-demografik değişkenlerin sayı ve yüzde dağılımları, ölçme araçlarının Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik kat sayıları, betimleyici istatistikleri, evlilik doyumunun değerler ve iletişim becerileriyle ilişkileri, evlilik doyum düzeyinin sosyo-demografik değişkenler açısından karşılaştırma sonuçları sunulmuştur.

4.1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgileri

Çalışmada birinci adım olarak sosyo-demografik değişkenlerin sayı ve yüzde dağılımları belirlenmiştir. Buna göre katılımcıların %66,4'ü kadın ve %33,6'sı erkektir. Katılımcıların %3,5'i ilkokul, %3,2'si ortaokul, %15,9'u lise, %59,1'i üniversite, %17,7'si yüksek lisans ve %0,6'sı doktora mezunu olduğunu belirtmiştir. Ayrıca katılımcıların %5,8'i gelir durumunu kötü, %64,9'u gelir durumunu orta ve %29,3'ü gelir durumunu iyi olarak bildirmiştir. Katılımcıların 1,7'si köyde, 0,3'ü kasaba, 13,9'u ilçe, 14,5'i şehir ve 69,6'sı büyükşehir yaşamaktadır. Katılımcıların %13'ü eşiyile akraba çevresinde tanıştığını, 18,6'sı görücü usulüyle tanıştığını ve %68,4'ü kendilerinin tanıştığını belirtmiştir. Ayrıca katılımcıların %28,1'i çocuk sahibi olmadığını, %29,6'sı bir çocuğu olduğunu, %29,6'sı iki çocuğu olduğunu, %10,4'ü üç çocuğu olduğunu ve %2,3'ü dört ya da üzeri çocuğu olduğunu bildirmiştir. Katılımcıların %61,7'si eşiyile arasında 3 yıl ya da daha az yaş farkı olduğunu, %20,6'sı 4-5 yıl yaş farkı olduğunu, %11,6'sı 6-7 yıl yaş farkı olduğunu ve %6,1'i 10 yıl ya da üzeri yaş farkı olduğunu belirtmiştir. Son olarak katılımcıların %64,3'ü çalıştığını, %2,3'ü iş aradığını, %30,7'si çalışmadığını, %0,9'u öğrenci olduğunu ve %1,7'si emekli olduğunu bildirmiştir (Bkz. Tablo 4. 1).

Tablo 4.1. Sosyodemografik Değişkenlerin Sayı ve Yüzde Dağılımları

Değişkenler	Değişken Grupları	n	%
Cinsiyet	Kadın	229	66,4
	Erkek	116	33,6
	Toplam	345	100,0
Eğitim Durumu	İlkokul Mezunu	12	3,5
	Ortaokul Mezunu	11	3,2
	Lise Mezunu	55	15,9
	Üniversite Mezunu	204	59,1
	Yüksek Lisans Mezunu	61	17,7
	Doktora Mezunu	2	0,6
	Toplam	345	100,0
Gelir Durumu	Kötü	20	5,8
	Orta	224	64,9
	İyi	101	29,3
	Toplam	345	100,0
Yaşanılan Yer	Köy	6	1,7
	Kasaba	1	0,3
	İlçe	48	13,9
	Şehir	50	14,5
	Büyükşehir	240	69,6
	Toplam	345	100,0
Evlilik Biçimi	Akraba Çevresi	45	13,0
	Görücü Usulü	64	18,6
	Kendimiz Tanıştık	236	68,4
	Toplam	345	100,0
Çocuk Sayısı	Çocuk Yok	97	28,1
	Bir Çocuk	102	29,6
	İki Çocuk	102	29,6
	Üç Çocuk	36	10,4
	Dört ve Üzeri	8	2,3
	Toplam	345	100,0
Eşler Arası Yaş Farkı	Yaş Farkı 3 Yıl ve Altı	213	61,7
	Yaş Farkı 4-5 Yıl Arası	71	20,6
	Yaş Farkı 6-7 Yıl Arası	40	11,6
	Yaş Farkı 10 Yıl ve Üzeri	21	6,1
	Toplam	345	100,0
Çalışma Durumu	Çalışan	222	64,3
	İş Arayan	8	2,3
	Çalışmayan	106	30,7
	Öğrenci	3	0,9
	Emekli	6	1,7
	Toplam	345	100,0

4.2. Ölçme Araçlarının, Yaş ve Evlilik Süresi Değişkenlerinin Betimleyici İstatistik Sonuçları

Çalışmada ikinci adım olarak ölçme araçlarının, yaş değişkeninin ve evlilik süresinin betimleyici istatistikleri belirlenmiştir. Buna göre Evlilik Yaşamı Ölçeği'nden minimum 10 ve maksimum 50 puan ($\bar{x}=37,979\pm7,655$) ve Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Önem Alt Boyutu'ndan minimum 30 ve maksimum 100 puan ($\bar{x}=86,918\pm10,356$), Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Tutarlılık Alt Boyutu'ndan minimum 14 ve maksimum 100 puan ($\bar{x}=83,849\pm12,254$) alınmıştır. İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu'ndan minimum 69 ve maksimum 125 ($\bar{x}=99,637\pm9,986$) puan, Temel Beceriler ve Kendini İfade Etme Alt Boyutu'ndan minimum 25 ve maksimum 45 puan ($\bar{x}=36,510\pm4,054$), İletişime Özen Gösterme Alt Boyutu'ndan minimum 13 ve maksimum 25 puan ($\bar{x}=19,936\pm2,540$), İlişki Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu'ndan minimum 5 ve maksimum 15 puan ($\bar{x}=11,469\pm1,925$), Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim Alt Boyutu'ndan minimum 7 ve maksimum 25 puan ($\bar{x}=20,000\pm2,816$) ve İletişim İlkelerine Uyuma Alt Boyutu'ndan minimum 3 ve maksimum 15 puan ($\bar{x}=11,721\pm1,769$) alınmıştır. Ayrıca katılımcı yaşlarının minimum 23 yıl ve maksimum 67 yıl ($\bar{x}=35,470\pm8,030$ yıl) olduğu ve evlilik süresinin minimum 0 (en az 6 ay) yıl ve maksimum 43 yıl ($\bar{x}=9,994\pm8,667$) olduğu belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4. 2).

Tablo 4.2. Çalışmada Kullanılan Ölçme Araçlarının, Yaş ve Evlilik Süresinin Betimleyici İstatistikleri

Ölçek Puanları	n	Minimum	Maksimum	\bar{x}	Ss
Evlilik Yaşam Ölçeği Toplam Puanı	345	10,00	50,00	37,979	7,655
Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Önem Alt Boyut Toplam Puanı	345	30,00	100,00	86,918	10,356
Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Tutarlılık Alt Boyut Toplam Puanı	345	14,00	100,00	83,849	12,254
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu Toplam Puanı	345	69,00	125,00	99,637	9,986

Tablo 4.2. (Devamı)

Ölçek Puanları	n	Minimum	Maksimum	\bar{x}	Ss
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin					
Formu Temel Beceriler ve Kendini İfade Etme Alt Boyutu Toplam Puanı	345	25,00	45,00	36,510	4,054
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin					
Formu İletişime Özen Gösterme Alt Boyutu Toplam Puanı	345	13,00	25,00	19,936	2,540
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin					
Formu İlişki Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu Toplam Puanı	345	5,00	15,00	11,469	1,925
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin					
Formu Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim Alt Boyutu Toplam Puanı	345	7,00	25,00	20,000	2,816
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin					
Formu İletişim İlkelerine Uyuma Alt Boyutu Toplam Puanı	345	3,00	15,00	11,721	1,769
Yaş	345	23,00	67,00	35,470	8,030
Evlilik Süresi	345	0,00	43,00	9,994	8,667

4.3. Ölçme Araçlarının Cronbach Alfa İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayılarına Yönelik Bulgular

Çalışmada üçüncü adım olarak araştırmada kullanılan ölçme araçlarının Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Buna göre Ölçme araçlarının Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı Evlilik Yaşamı ölçeği için 0,909, Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Önem Alt Boyutu için 0,800, Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Tutarlılık Alt Boyutu için 0,858, İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu için 0,866, İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu Temel Beceriler ve Kendini İfade Etme Alt Boyutu için 0,714, İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İletişime Özen Gösterme Alt Boyutu için 0,622, İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İlişki Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu için 0,600, İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu Etkin

Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim Alt Boyutu için 0,701 ve İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İletişim İlkelerine Uyuma Alt Boyutu için 0,613 olarak gerçekleşmiştir (Bkz. Tablo 4. 3).

Tablo 4.3. Çalışmada Kullanılan Ölçme Araçlarının İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları

	k	alfa
Evlilik Yaşam Ölçeği	10	0,909
Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Önem Alt Boyutu	10	0,800
Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Tutarlılık Alt Boyutu	10	0,858
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu	25	0,866
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu Temel Beceriler ve Kendini İfade Etme Alt Boyutu	9	0,714
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İletişime Özen Gösterme Alt Boyutu	5	0,622
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İlişki Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu	3	0,600
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim Alt Boyutu	5	0,701
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İletişim İlkelerine Uyuma Alt Boyutu	3	0,613

k:madde sayısı; alfa: cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlilik katsayısı

4.4. Evlilik Doyumunun Değer Odaklı Yaşam, İletişim Becerileri, Yaş ve Evlilik Süresi Değişkenleri ile Korelasyon Analizi Bulguları

Çalışmada dördüncü adım olarak evlilik doyumunun iletişim becerileri, değerler, yaş ve evlilik süresi ile ilişkileri incelenmiştir. Yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puanı ile Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Tutarlılık alt boyutu toplam puanı arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır; ($r=0,199$; $p<0,001$). Bu sonuca göre Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Tutarlılık alt boyutu puanı arttıkça Evlilik Yaşamı Ölçeği puanı da artmaktadır. Bu sonuca benzer olarak yaş değişkeni ile Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puanı arasında negatif yönde

istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır; ($r=-0,135$; $p<0,05$). Bu sonuca göre yaş arttıkça Evlilik Yaşamı Ölçeği puanı azalmaktadır. Ayrıca evlilik süresi değişkeni ile Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puanı arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır; ($r=-0,144$; $p<0,01$). Bu sonuca göre evlilik süresi arttıkça Evlilik Yaşam Ölçeği puanı azalmaktadır. Ancak Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puanı ile Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Önem alt boyutu toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur; ($r=0,079$; $p>0,05$). Ayrıca Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puanı ile İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu toplam puanı arasında ($r=0,010$; $p>0,05$), Temel Beceriler Ve Kendini İfade Etme alt boyutu toplam puanı arasında ($r=0,036$; $p>0,05$), İletişime Özen Gösterme alt boyutu toplam puanı arasında ($r=0,020$; $p>0,05$), İlişki Kurmaya İsteklilik alt boyutu toplam puanı arasında ($r=0,056$; $p>0,05$), Etkin Dinleme Ve Sözel Olmayan İletişim alt boyutu toplam puanı arasında ($r=0,016$; $p>0,05$) ve İletişim İlkelerine Uyma alt boyutu toplam puanı arasında ($r=0,023$; $p>0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur (Bkz. Tablo 4. 4).

Tablo 4.4. Evlilik Doyumunun Değer Odaklı Yaşam, İletişim Becerileri, Yaş ve Evlilik Süresi Değişkenleri ile Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Evlilik Yaşam Ölçeği Toplam Puanı
Değerler Odaklı Yaşam Ölçeği Önem Alt Boyut Toplam Puanı	0,079
Değerler Odaklı Yaşam Ölçeği Tutarlılık Alt Boyut Toplam Puanı	0,199***
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu Toplam Puanı	0,010
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu Temel Beceriler ve Kendini İfade Etme Alt Boyutu Toplam Puanı	-0,036
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İletişime Özen Gösterme Alt Boyutu Toplam Puanı	0,020
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İlişki Kurmaya İsteklilik Alt Boyutu Toplam Puanı	0,056
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim Alt Boyutu Toplam Puanı	0,016
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İletişim İlkelerine Uyma Alt Boyutu Toplam Puanı	0,023
Yaş	-0,135*
Evlilik Süresi	-0,144**

* $p<0,05$; ** $p<0,01$; *** $p<0,001$

4.5. Evlilik Doyumunun Değer Odaklı Yaşam ve İletişim Becerileriyle Yordanmasına Yönelik Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları

Çalışmada beşinci işlem olarak evlilik doyumu, değer odaklı yaşam ve iletişim becerileri kullanılarak çoklu doğrusal regresyon analizi ile yordanmıştır. Evlilik doyumunun değer odaklı yaşam ve iletişim becerileriyle yordanması için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur; $(F_{1,343})=14,105$; $p<0,001$. Analiz sonuçlarına göre Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puanını yalnızca Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Tutarlılık alt boyutu toplam puanı ($t=3,756$; $p<0,001$) istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde açıklamaktadır. Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Önem alt boyutu ve İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu alt boyutu puanlarının tamamı ile evlilik yaşam ölçeği puanı yordanmış fakat bu alt boyutlar modelde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almamıştır (Bkz. Tablo 4. 5).

Tablo 4.5. Evlilik Doyumunun Değerler ve İletişim Becerileriyle Yordanmasına Yönelik Aşamalı (Step wise) Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

	B	S.h.	Beta	t	R ²	Düzeltilmiş R ²	S.d.	F
(Sabit)	27,569	2,801	-	9,842***				
Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Tutarlılık Alt Boyut Toplam Puanı	0,124	0,033	0,199	3,756***				
Değer Odaklı Yaşam Ölçeği Önem Alt Boyut Toplam Puanı	-	-	-0,071	-1,058				
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu Temel Beceriler ve Kendini İfade Etme Alt Boyutu Toplam Puanı					0,039	0,037	1,343	14,105***
İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu İletişime Özen Gösterme Alt Boyutu Toplam Puanı	-	-	-0,032	0,584				

Tablo 4.5. (Devamı)

	B	S.h.	Beta	t	R ²	Düzeltilmiş R ²	S.d.	F
İletişim Becerileri								
Ölçeği Yetişkin Formu								
İlişki Kurmaya	-	-	-0,024	0,453				
İsteklilik Alt Boyutu								
Toplam Puanı								
İletişim Becerileri								
Ölçeği Yetişkin Formu								
Etkin Dinleme ve Sözel	-	-	-0,036	-0,665				
Olmayan İletişim Alt Boyutu Toplam Puanı								
İletişim Becerileri								
Ölçeği Yetişkin Formu								
İletişim İlkelerine Uyma Alt Boyutu	-	-	0,009	0,161				
Toplam Puanı								

***p<0,001

4.6. Cinsiyet Gruplarının Evlilik Doyum Düzeylerini Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırma Bulguları

Çalışmada cinsiyet gruplarının evlilik doyum düzeyleri karşılaştırılmıştır. Yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre kadın ve erkek gruplarının Evlilik Yaşamı Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; (t(343)=-2,024; p<0,05). Bu sonuca göre erkek grubunun puan ortalaması (\bar{x} =39,147) kadın grubunun puan ortalamasından (\bar{x} =37,389) daha yüksektir (Bkz. Tablo 4. 6).

Tablo 4.6. Cinsiyet Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

Değişken	Gruplar	n	\bar{x}	Ss	S.d.	t
Cinsiyet	Kadın	229	37,389	7,507	343	-2,024*
	Erkek	116	39,147	7,842		

*p<0,05

4.7. Çalışma Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırma Bulguları

Çalışmada evlilik doyumu çalışma durumuna göre de karşılaştırılmıştır. Yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre çalışma durumu gruplarının Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; ($t(343)=1,686$; $p>0,05$) (Bkz. Tablo 4. 7).

Tablo 4.7. Çalışma Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

Değişken	Gruplar	n	\bar{x}	Ss	S.d.	t
Çalışma Durumu	Çalışıyor	222	38,495	7,809	343	1,686
	Çalışmıyor	123	37,048	7,309		

4.8. Eğitim Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları

Çalışmada evlilik doyumu eğitim durumuna göre de incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucuna göre eğitim durumu gruplarının Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; ($F(2,342)=2,006$; $p>0,05$) (Bkz. Tablo 4. 8).

Tablo 4.8. Eğitim Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları

Değişken	Değişken Grupları	n	\bar{x}	Ss	S.d.	F
Eğitim Durumu	Lise ve Altı	78	36,525	7,652	2,342	2,006
	Lisans	204	38,250	7,505		
	Lisansüstü	63	38,904	8,013		
	Toplam	345	37,979	7,655		

4.9. Gelir Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları

Çalışmada gelir durumuna göre evlilik doyumu incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre gelir durumu gruplarının Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; ($F(2,342)=1,058$; $p>0,05$) (Bkz. Tablo 4. 9).

Tablo 4.9. Gelir Durumu Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları

Değişken	Değişken Grupları	n	\bar{x}	Ss	S.d.	F
Gelir Durumu	Kötü	20	35,750	9,513	2,342	1,058
	Orta	224	38,276	7,306		
	İyi	101	37,762	8,007		
	Toplam	345	37,979	7,655		

4.10. Eşlerin Evlilik Biçimlerine Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları

Çalışmada evlilik doyumu eşlerin tanışma durumuna göre karşılaştırılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre tanışma durumu gruplarının Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; ($F(2,342)=2,216$; $p>0,05$) (Bkz. Tablo 4. 10).

Tablo 4.10. Eşlerin Evlilik Biçimlerine Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları

Değişken	Değişken Grupları	n	\bar{x}	Ss	S.d.	F
Tanışma Durumu	Akraba Çevresi	45	38,0667	6,797	2,342	2,216
	Görücü Usulü	64	36,1875	8,320		
	Kendimiz Tanıştık	236	38,4492	7,581		
	Toplam	345	37,9797	7,655		

4.11. Yaşanılan Yer Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları

Çalışmada katılımcıların yaşadıkları yerlere göre evlilik doyum düzeyleri karşılaştırılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucuna göre yaşanılan yer gruplarının Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F(2,342)=0,881$; $p>0,05$) (Bkz. Tablo 4. 11).

Tablo 4.11. Yaşanılan Yer Gruplarının Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları

Değişken	Değişken Grupları	n	\bar{x}	Ss	S.d.	F
Yaşanılan Yer	İlçe ya da Kasaba	55	37,145	8,010	2, 342	0,881
	Şehir	50	37,160	7,659		
	Büyükşehir	240	38,341	7,576		
	Toplam	345	37,979	7,655		

4.12. Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları

Çalışmada katılımcıların sahip olduğu çocuk sayılarına göre evlilik doyum düzeyleri karşılaştırılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucuna göre çocuk sayısı gruplarının Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; ($F(4,340)=6,639$; $p<0,001$). Tukey post-hoc çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre çocuğu olmayan grubun ($\bar{x}=40,783$) evlilik doyum düzeyi, iki çocuğu olan gruptan ($\bar{x}=36,264$), 3 çocuğu olağan gruptan ($\bar{x}=35,722$) ve 4 ya da daha fazla çocuğu olan gruptan ($\bar{x}=32,979$) daha yüksektir. Çocuğu olmayan grubun evlilik doyum düzeyi ile bir çocuğu olan grubun evlilik doyum düzeyi arasında bir farklılık yoktur. Benzer şekilde bir çocuk sahibi olan grubun, iki çocuk sahibi olan grubun, üç çocuk sahibi olan grubun ve 4 ya da daha fazla çocuğu olan grubun evlilik doyum düzeyleri arasında bir farklılık yoktur (Bkz. Tablo 4. 12).

Tablo 4.12. Sahip Olunan Çocuk Sayısına Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları

Değişken	Değişken Grupları	n	\bar{x}	Ss	S.d.	F
Çocuk Sayısı	Yok	97	40,783	6,677	4, 340	6,639***
	Bir Çocuk	102	38,225	6,959		
	İki Çocuk	102	36,264	8,022		
	Üç Çocuk	36	35,722	8,331		
	Dört ve Üzeri	8	32,875	9,249		
	Toplam	345	37,979	7,655		

***p<0,001

4.13. Eşler Arasındaki Yaş Farkına Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Bulguları

Çalışmada eşler arasındaki yaş farkına göre evlilik doyumu incelenmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucuna göre eşler arası yaş farkı gruplarının Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; (F(3,341)=0,408; p>0,05) (Bkz. Tablo 4. 13).

Tablo 4.13. Eşler Arasındaki Yaş Farkına Göre Evlilik Doyumu Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırma Sonuçları

Değişken	Değişken Grupları	n	\bar{x}	Ss	S.d.	F
Eşler Arası Yaş Farkı	3 Yıl ve Altı	213	37,840	7,691	3,341	0,408
	4-6 Yıl Arası	71	38,690	7,480		
	7-9 Yıl Arası	40	37,175	8,304		
	10 Yıl ve Üstü	21	38,523	6,852		
	Toplam	345	37,979	7,655		

BÖLÜM V

TARTIŞMA

Evlilik doyumu genellikle bir çiftin birlikteliklerinden ne kadar memnun olduğu ile ilgili olduğu gibi bir bireyin eşiyle evliliğinden ne kadar mutlu veya memnun olduğuna dair öznel değerlendirmesine de işaret etmektedir (Rho, 1989; Rowe, 2004). Bununla beraber, bir kişinin değerleri, hayat akışında ona ilham veren ve yönlendiren yol gösterici kavramlar, ilkelerdir (Kul ve Türk, 2020). Öte yandan, iletişim becerileri, etkileşim esnasında iletişimsel hedeflere ulaşma kabiliyeti veya kapasitesi olarak bazı sosyal sonuçları elde edebilmek için farklı yorumlayıcı ve sembolik kaynaklar kullanılarak zaman içinde ulaşılan bir nitelik olarak tanımlanabilmektedir (Burlison ve Denton, 1997). Literatürde yer alan ayrı çalışmalar değerler ve iletişim becerilerinin evlilik doyumuna etki eden parametreler olduğunu göstermektedir (Banmen ve Vogel, 1985; Luo vd., 2008). Son olarak, cinsiyet, yaş, evlilik biçimi, evlilik süresi, çocuk sahibi olmak gibi çeşitli sosyodemografik değişkenlerin de evlilik doyumuna etki ettiği belirtilmektedir (Alaçam, 2020; Çağ ve Yıldırım, 2018; Kanburoğlu, 2019). Bu bağlamda, mutlu ve iyi olma hali yüksek bir evlilik birlikteliği ile ilişkili olabilecek değişkenlerden bazılarının evlilik doyumu, değerler, iletişim becerileri ve sosyodemografik özellikler olduğu düşünülmektedir. Literatürde evlilik doyumunu bu değişkenlerle inceleyen ayrı ayrı araştırmalar bulunmaktadır. Bu çalışmanın amacı evlilik doyumu, değerler, iletişim becerileri ve sosyodemografik değişkenleri birlikte ele alarak elde edilecek sonuçlarla evlilik doyumu, değerler, değer odaklı yaşam, iletişim becerileri ve bazı sosyodemografik yapılara dair genel bilgiye katkıda bulunmak ve yapılar arasındaki ilişkiyi anlamlandırmaya çalışarak evlilik doyumu literatürüne katkıda bulunmaktır.

Çalışmada ölçme araçlarının güvenilirlikleri hesaplandıktan sonra evlilik doyumu ile iletişim becerileri ve değerler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Daha sonra evlilik doyumu değerler ve iletişim becerileri ile açıklanmaya çalışılmıştır. Evlilik doyumu

sosyodemografik değişken grupları açısından karşılaştırılmıştır. Ölçme araçlarını güvenilirlik analizleri sonucunda ölçme araçlarından güvenilir ölçümler sağlandığı görülmüştür. Evlilik doyumunun değerler ve iletişim becerileriyle ilişkilerinin yanı sıra yaş ve evlilik süresi değişkenleri ile de ilişkileri incelenmiştir. Ayrıca çalışmada evlilik doyumu çalışmanın amacına uygun olarak sosyodemografik değişkenler açısından da incelenmiştir. Bu sosyodemografik değişkenler -cinsiyet, gelir durumu, katılımcının yaşadığı yer, katılımcıların evlenme biçimleri, katılımcıların sahip olduğu çocuk sayısı ve katılımcıların eşleriyle olan yaş farkları- evlilik doyumu düzeyi açısından karşılaştırılmıştır.

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda elde edilen bulgular, literatürdeki bilgiler çerçevesinde değerlendirilecektir.

5.1. Hipotezlerin Desteklenmesi

H₁: Evlilik doyumu ile iletişim becerileri pozitif yönde ilişkilidir.

Bu hipotez desteklenmemiştir. Evlilik doyumu ve iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

H₂: Evlilik doyumu ile değerler pozitif yönde ilişkilidir.

Bu hipotez kısmi olarak desteklenmiştir. Değer odaklı yaşam tutarlılık kısmı pozitif yönde ilişkilidir ancak değer odaklı yaşam önem kısmı evlilik doyumuyla ilişkisiz çıkmıştır.

H₃: Değerler ve iletişim becerileri evlilik doyumunu yordamaktadır.

Bu hipotez kısmi olarak desteklenmiştir. Değer odaklı yaşam tutarlılık evlilik doyumunu istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde açıklamaktadır. Değer odaklı yaşamda önem ve iletişim becerileri evlilik doyumunu açıklamamaktadır.

H₄: Sosyodemografik değişken gruplarının evlilik doyum düzeyleri arasında farklılık vardır.

H_{4a}: Evlilik doyumu cinsiyete göre farklılaşmaktadır.

Bu hipotez desteklenmiştir. Erkek katılımcıların evlilik doyumu kadın katılımcıların evlilik doyumuna göre daha yüksek bulunmuştur.

H_{4b}: Evlilik doyumu çalışma durumuna göre farklılaşmaktadır.

Bu hipotez desteklenmemiştir. Çalışma durumu gruplarının evlilik doyumu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark çıkmamıştır.

H_{4c}: Evlilik doyumu eğitim düzeyine göre farklılaşmaktadır.

Bu hipotez desteklenmemiştir. Eğitim durumuna göre evlilik doyumu, istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.

H_{4d}: Evlilik doyumu gelir durumuna göre farklılaşmaktadır.

Bu hipotez desteklenmemiştir. Gelir durumu gruplarının evlilik doyumu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark çıkmamıştır.

H_{4e}: Evlilik doyumu evlilik biçimine göre farklılaşmaktadır.

Bu hipotez desteklenmemiştir. Evlilik biçiminin evlilik doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi çıkmamıştır.

H_{4f}: Evlilik doyumu yaşanan yere göre farklılaşmaktadır.

Bu hipotez desteklenmemiştir. Yaşanan yere göre evlilik doyumu istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklı olmamaktadır.

H_{4g}: Evlilik doyumu çocuk sahibi olup olmamaya göre farklılaşmaktadır.

Bu hipotez desteklenmiştir. Çocuk sahibi olmayanların evlilik doyumu çocuk sahibi olan gruba göre daha yüksek çıkmıştır.

H_{4h}: Evlilik doyumu eşler arasındaki yaş farkına göre farklılaşmaktadır.

Bu hipotez desteklenmemiştir. Eşler arasındaki yaş farkının evlilik doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olmamıştır.

H₅: Evlilik doyum düzeyi açısından sosyodemografik değişken grupları arasında etkileşim vardır.

Bu hipotez desteklenmemiştir. Sosyodemografik değişken grupları arasında evlilik doyumu açısından etkileşim olmadığı gözlenmiştir.

5.2. Evlilik Doyumunun Değer Odaklı Yaşam ile İlişkileri

Yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre evlilik doyumu değer odaklı yaşam önem alt boyutu ile ilişkisiz bulunmuştur. Ancak evlilik doyumu ile değer odaklı yaşam tutarlılık alt boyutu arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre değer odaklı yaşamda tutarlılık arttıkça evlilik doyumu da artmaktadır. Katılımcıların aileye,

evliliğe, arkadaşlığa, işe, manevi yaşama, fiziksel öz bakıma ve ebeveynliğe yönelik değer odaklı yaşamı evlilik doyumunu arttırmaktadır. Bu araştırma, değere önem vermekle değeri hayata geçirmek arasında önemli bir fark olduğunu göstermektedir. Hayata aktarılamayan değerlerin evlilik doyumuna etkisi olmadığını söylenebilmektedir. Bu bağlamda Kabul ve Kararlılık Terapisi'nin temel yaklaşımı olan "eyleme dökme"nin önemi vurgulanmıştır. Bununla beraber değerleri eyleme dökmenin, değerleri taşımaktan hem daha önemli hem de daha etkili olduğu da vurgulanmıştır. Bu çalışma bulguları ile literatürde yer alan bulguların benzerlik taşıdığı anlaşılmaktadır (Compare vd., 2021; Hohmann-Marriott, 2006; Luo vd.,2008; Skadelman ve Montgomery, 1999). Evlilik doyumunu değer odaklı yaşam ile ilişkilendiren çalışmalarda, değer odaklı evlilik sürdüren evli çiftlerde evlilik doyumunun yüksek olduğu belirtilmektedir (Kostina ve ark., 2020). Benzer şekilde Compare ve diğerleri (2021) de değer odaklı yaşamda tutarlığın evlilik doyumu üzerinde olumlu etkisi olduğunu tekrarlamış ve çiftler tutarlılık gösterdiklerinde yani değer odaklı eylemleri kanalıyla değerleri ile yakın ilişkide olduklarında eş ile kurulan bağ ve duygusal yakınlık arttığı için yüksek doyum görüldüğünü belirtmiştir.

5.3. Evlilik Doyumunun İletişim Becerileri ile İlişkileri

Evlilik doyumunun iletişim becerileri ile ilişkilerine bakıldığında evlilik doyumu ile genel iletişim becerileri, iletişime yönelik temel beceriler ve kendini ifade etme becerileri, iletişimde özen gösterme becerileri, ilişki kurmaya isteklilik becerileri, etkin dinleme ve sözel olmayan iletişim becerileri ve iletişim ilkelerine uyma becerileri arasında bir ilişki bulunmamıştır. Çalışma bulguları doğrultusunda evlilik doyumunun iletişim becerileriyle ilişkili olmadığı anlaşılmıştır. Evlilik doyumunun başka değişkenlerle ilişkilendirilmesinde çalışma bulgularına göre iletişim becerileri evlilik doyumuyla ilişkilendirilebilecek bir değişken olmamaktadır. Bu bulgular hem genel iletişim becerileri için hem de iletişim becerilerinin bileşenleri için benzer şekilde gerçekleşmiştir. Literatürde eşler arası iletişim ve evlilik doyumu arasında ilişki bulamayan çalışmalar (Kurdek, 2005) olduğu gibi iletişim becerilerinin evlilik memnuniyetine katkı sağladığına yönelik bulgular da bulunmaktadır (Carrere ve Gottman, 1999; Gottman ve Levenson, 1992). Ancak bu bulgular evli bireylerin mutluluk düzeylerine veya bireylerin evliliklerinin kalitesine dair algılarına bağlı olarak değerlendirilmektedir. Diğer bir deyişle evli bireylerin evlilik doyumlarını

iletişim beceriyle ilişkilendirmek için başka değişkenlerin de incelenmesi gerektiği anlaşılmaktadır (Gottman ve Krokoff, 1989; Kanter vd., 2022; Markman, 1979; Rogge ve Bradbury, 1999). Bu çalışmada ise iletişim becerileri evlilik doyumu ile doğrudan ilişkilendirildiğinden iki değişken arasında bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

5.4. Evlilik Doyumunun Yaş Değişkeni ile İlişkisi

Bu araştırmada evlilik doyumunun yaş değişkeni ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışma bulgularına göre yaş değişkeni evlilik doyumu ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Buna göre yaş arttıkça evlilik doyumu azalmaktadır. Literatürde, evlilik doyumunun yaş arttıkça azaldığı belirtilmektedir (Shakerian, 2010; Jose ve Alfons, 2007; Moshtagh vd., 2013). Hatta, yaş değişkeni çeşitli yaş grupları oluşturularak evlilik doyumu ile ilişkilendirilmiş ve daha yaşlı olan grupların evlilik doyum düzeyinin genç olanlara göre daha düşük olduğu belirlenmiştir (Gorchoff vd., 2008). Bu çalışma bulgularının da literatür bulgularıyla benzer doğrultuda olduğu gözlenmiştir.

5.5. Evlilik Doyumunun Evlilik Süresi Değişkeni ile İlişkisi

Bu araştırmada evlilik doyumunun evlilik süresi değişkeni ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışma bulgularına göre evlilik süresi arttıkça evlilik doyumu azalmaktadır. İlgili literatürde evlilik süresinin artmasına bağlı olarak evlilik doyumunun azaldığı belirtilmektedir (Moshtagh vd., 2013; VanLaningham, Johnson ve Amato, 2001; Ziaee vd., 2014). Özellikle yeni evlenen bireylerde evlilik doyumunu başlangıçta yüksek olduğu buna karşın zamanla azaldığı bildirilmektedir (Halford, 2003). Bu çalışmanın bulguları da literatürde yer alan çalışma bulgularına benzer niteliktedir. Ancak evlilik doyumunun zamanla arttığını bildiren çalışmalar da bulunmaktadır (Duncan, 2008; Zainah vd., 2012). Bunun da evlilik sürecinin ilk zamanlarında değil evliliğin ilerleyen zamanlarında evli çiftlerin uyum sağlamayı öğrendikten ve daha az sorun ve stres yaşamaya başladıktan sonra gerçekleştiği belirtilmektedir (Bradbury vd., 2000; Orathinkal ve Vansteenwegen, 2006).

5.6. Evlilik Doyumunun İletişim Becerileri ve Değer Odaklı Yaşamda Önem ve Tutarlılık ile Yordanması

Bu araştırmada evlilik doyumu iletişim becerileri ve değerler ile açıklanmaya çalışılmıştır. Çalışma bulgularına göre evlilik doyumunu iletişim becerileri, değer odaklı yaşama önem verme açıklamamaktadır. Evlilik doyumunu yalnızca değer odaklı yaşamda tutarlılık açıklamaktadır. Başka bir deyişle evlilik doyumunun ön görülmesinde iletişim becerileri ve değer odaklı yaşama önem verme etkili değişkenler olarak gözlenmemektedir. Yalnızca değer odaklı yaşamda tutarlılık evlilik doyumunu öngörmektedir. Yani, evli bireyler ebeveynlik, aile, manevi yaşam vb. değerler doğrultusunda yaşamlarını idame ettiklerinde evlilik doyumunu öngörülebilir olacağı gözlenmektedir. Bu çalışmada değer odaklı yaşamda tutarlılık evlilik doyumunu %4 oranında açıklamaktadır. Değer odaklı yaşam sürdüren yani birbirlerinin değerlerini gözetken veya ortak değer geliştiren evli çiftlerin değerleri evlilik doyumlarının ön görülmesinde de etkili olmaktadır (Hohmann-Marriott, 2006). Benzer şekilde Luo ve diğerleri (2008) de değerler ve evlilik doyumu ilişkine dair güçlü sonuçlar elde etmişlerdir. Bu çalışma bulguları da literatür bulgularını desteklemektedir. Fakat bu çalışmada değer odaklı yaşama önem verme evlilik doyumunu açıklamazken değer odaklı yaşamda değerler doğrultusunda tutarlı davranışlar sergilemek evlilik doyumunu düşük düzeyde açıklamaktadır.

5.7. Evlilik Doyumunun Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması

Bu araştırmada kadın ve erkek gruplarının evlilik doyumu düzeyleri karşılaştırılmıştır. Çalışma bulgularına göre erkek grubunun evlilik doyumu düzeyi kadın grubunun evlilik doyumu düzeyinden daha yüksektir. Literatürde de kadın ve erkeklerin evlilik doyumlarını karşılaştıran birçok çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalarda çoğunlukla kadın ve erkeklerin evlilik doyumu düzeylerinin farklı olduğunu vurgulanmaktadır. (Kamp Dush, Taylor ve Kroeger, 2008; Myers ve Booth, 1999; Stevenson ve Wolfers, 2009; Whiteman, McHale ve Crouter, 2007). Bu farklılık da genel olarak erkeklerin lehine bir durum olarak görünmektedir. Erkeklerin evlilik doyumu düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğunu gözlemlenmektedir. Bu durumun da genel olarak kadınların ve erkeklerin evlilikten beklentilerine ve evliliğe bakış açılarına göre farklılığa sebep olduğu bildirilmektedir (Bernard, 1972; Connides, 2001; Umberson

vd., 2006). Literatürde genel olarak kadınların erkeklere göre daha düşük düzeyde evlilik doyumuna sahip oldukları ifade edilmekte ve bu çalışma bulguları da bunu desteklemektedir. Ancak literatürde hem erkekler ile kadınların evlilik doyum düzeyleri arasında farklılık olmadığı belirten hem de var olan farklılıkların çok düşük olduğunu ifade eden çalışmalar bulunmaktadır (Broman, 2005; Kurdek, 2005).

5.8. Evlilik Doyumunun Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılması

Bu araştırmada çalışma durumuna göre evlilik doyumunun farklılaşmadığı belirlenmiştir. Çalışma bulgularına göre çalışan evli bireyler ile çalışmayan evli bireylerin evlilik doyumunu düzeyi birbirinden farklı değildir. Buna karşın literatürde çalışma durumunun evli bireylerin evlilik doyumunu açısından önemli olduğu belirtilmektedir (Razavieh vd., 2010). Özellikle ev hanımı olan kadınların çalışan kadınlara göre daha düşük düzeyde evlilik doyumuna sahip olduğu bildirilmektedir (Sacco ve ark., 1993; Sadegh vd., 2006). Erkek ve kadınlar açısından da çalışma durumunun evlilik doyumunu etkilediği ve hem erkeklerin hem de kadınların çalışma hayatında yer alan stresten, iş gücünden, işte yer alan kişiler arası ilişkilerden etkilendiği de görülmektedir. Bu bağlamda iş yerinde kadın olmak ve erkek olmak evlilik doyumunu açısından önemli hale gelmektedir (Farhadi vd., 2013; Jamali vd., 2016; Nayeri vd., 2018). Fakat bu çalışmada çalışma durumuna göre evlilik doyumunu açısından farklılık olmadığı belirlenmiştir. Çalışmada evlilik doyumunu doğrudan çalışma durumuna göre incelenmiş başka faktörlerin etkisi kontrol edilmemiştir.

5.9. Evlilik Doyumunun Eğitim Durumu Açısından Karşılaştırılması

Bu araştırmada eğitim durumuna göre evlilik doyumunu incelenmiştir. Eğitim durumu lise ve altında olan, üniversite olan ve lisansüstü olan grupların evlilik doyum düzeyleri arasında farklılık olmadığı belirlenmiştir. Diğer bir deyişle evlilik doyumunu evli bireylerde eğitim durumuna göre değişmemektedir. Literatürde bazı araştırma bulguları eğitim durumunun evlilik doyumuna etkisi olmadığını belirtmektedir (Rahmani vd., 2009; Zare vd., 2014). Ancak bazı araştırmalar da eğitim durumunun evlilik doyumuna pozitif yönde katkıda bulunduğu belirtilmektedir (Madanian ve Mansor, 2013; Jadiri, 2009). Alınan eğitimin birçok psikolojik faktör açısından önemli olduğu ve bu faktörlerin de evlilik doyumunu etkilediği bildirilmektedir (Pepping ve

Halford, 2012; Shakerian, 2010; Wagheiy, 2009). Bu nedenle çalışma bulguları literatürde yer alan bazı çalışma bulgularıyla benzer doğrultuda gerçekleşmemiştir.

5.10. Evlilik Doyumunun Gelir Durumu Açısından Karşılaştırılması

Bu araştırmada gelir durumuna göre evlilik doyumu incelenmiştir. Çalışma bulgularına gelir durumu gruplarının evlilik doyumu düzeyleri arasında farklılık olmadığı bulunmamıştır. Gelir durumu kötü olanların, gelir durumu orta düzeyde olanların ve gelir durumu iyi olanların evlilik doyumu farklı değildir. Çalışma bulgularına göre evlilik doyumu düzeyi açısından evli bireylerin gelir durumları farklılık oluşturmamaktadır. Literatürde çalışma bulgularına benzer ve farklı olan çalışmalar mevcuttur. Gelir durumu düşük olan bireylerde evlilik doyumunun bu durumdan etkilendiği belirtilmektedir (Shopiro vd., 2000). Ayrıca gelir durumu ile evliliği doyumu arasında ilişki olmadığını bildiren çalışmalar da bulunmaktadır (Madanian ve Mansor, 2013). Bunun yanı sıra gelir durumu ile evlilik doyumu arasında negatif yönde ilişki bulan ve gelir durumu arttıkça evlilik doyumu azaldığını bildiren çalışmalar da gözlenmektedir (Schramm ve William Harris, 2011).

5.11. Evlilik Doyumunun Yaşanılan Yer Açısından Karşılaştırılması

Bu araştırmada bireylerin yaşadıkları yere göre evlilik doyumu düzeyi incelenmiş ve bireylerin yaşadığı yere göre evlilik doyumu düzeyleri arasında farklılık olmadığı belirlenmiştir. Diğer bir deyişle ilçe ya da kasabada yaşıyor olmak, bir şehirde yaşıyor olmak ve bir büyükşehirde yaşıyor olmak evlilik doyumu açısından önemli olmamaktadır. Fakat bazı çalışma bulguları kırsal kesimde veya bir kasabada yaşıyor olmanın evlilik doyumu açısından bir avantaj olduğunu göstermektedir (Nam ve Ahn, 2011). Ancak bu farkın da tam olarak yaşanılan yere göre değil de kırsal kesimin veya kasabanın evli bireyler üzerindeki sosyal, psikolojik ve ekonomik faktörlerden dolayı oluşabileceği belirtilmektedir (Pehlivanlı ve İkizler, 2020; Kaya ve Cin, 2019). Bu çalışma bulguları ile literatürde yer alan bulgular arasında benzerlik olmasa da yaşanılan yerin evlilik doyumu açısından önemi tam olarak belirlenmemektedir.

5.12. Evlilik Doyumunun Evlilik Biçimi Açısından Karşılaştırılması

Bu araştırmada evlilik doyumu evli bireylerin evlilik biçimlerine karşılaştırılmıştır. Çalışma bulgularına göre bireylerin evlilik doyumu düzeyleri evlilik biçimine göre farklılaşmamaktadır. Böylelikle eşle akraba çevresinde tanışmış olmak, görücü usulü ile tanışmış olmak ve kendilerinin tanışmış olması evlilik doyumu düzeyi açısından farklılık oluşturmamaktadır. Literatürde yer alan bulgular çoğunlukla bu çalışma bulgularına benzer olarak gerçekleşmiştir (Azizoğlu-Binici, 2000; Turan, 1997). Ancak bazı çalışmalar da evlilik öncesi flört eden ve bu şekilde birbirini tanıyarak evlenen çiftlerin evlilik doyumlarının görücü usulü ile evlenenlere oranla daha yüksek oldu bildirilmektedir (İmamoğlu, 1994). Ayrıca flört ederek evlenen kadınların evlilik doyum düzeylerinin görücü usulüyle evlenen kadınların evlilik doyum düzeyinden daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Xiaohe ve Whyte, 1990). Eşlerin evlilik biçimlerine göre evlilik doyum düzeyleri bazı durumlarda farklı olsa da elde edilen farkların düşük düzeyde olduğu da bildirilmektedir (Shachar, 1991).

5.13. Evlilik Doyumunun Eşler Arasındaki Yaş Farkları Açısından Karşılaştırılması

Bu araştırmada eşler arasındaki yaş farkları ve göre evlilik doyum düzeyi incelenmiştir. Bireylerin eşleriyle olan yaş farklarına göre evlilik doyum düzeyi açısından bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Yani, eşler arasındaki yaş farkı üç yılın altında olduğunda, 4-6 yıl arasında olduğunda, 7-9 yıl arasında olduğunda ve 10 yıl veya üstünde olduğunda evlilik doyumu açısından önemli görünmemektedir. Literatürde eşler arasındaki yaş farklarına göre evlilik doyum düzeyi açısından farklılıklar olduğu belirtilse de bu durumun ne kadar doğru olduğu kesinlik kazanmamaktadır. Eşler arasındaki yaş farkı düşük olduğunda daha fazla evlilik doyumunun görüldüğü izlenmektedir (Rahmani vd., 2011). Fakat eşler arasındaki yaş farkına göre evlilik doyumu açısından farklılık bulmayan çalışmalar da mevcuttur (Guo ve Huang, 2005). Bununla beraber, eşler arasındaki yaş farkı arttıkça evlilik doyumunun azaldığı bildirilse de yaş farkının ne kadar olması gerektiği belirtilmektedir (Nasehi vd., 2004). Bu da eşler arasındaki yaş farkı ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin netlik kazanmamasına yol açmaktadır.

5.14. Evlilik Doyumunun Sahip Olunan Çocuk Sayısı Açısından Karşılaştırılması

Bu araştırmada son olarak bireylerin sahip oldukları çocuk sayılarına göre evlilik doyum düzeyi incelenmiştir. Çalışma bulgularına göre bireylerin sahip olduğu çocuk sayısına göre oluşturulan grupların evlilik doyum düzeyi açısından farklılıklar bulunmaktadır. Hiç çocuğu olmayan bireylerin evlilik doyum düzeyi, iki çocuğu olan bireylerden, üç çocuğu olan bireylerden ve dört ya da daha fazla çocuğu olan bireylerden daha yüksek bulunmuştur. Ancak bir çocuğu olan bireylerin, iki çocuğu olan bireylerin, üç çocuğu olan bireylerin ve dört ya da daha fazla çocuğu olan bireylerin evlilik doyum düzeyi farklılaşmamaktadır. Ayrıca çocuğu olmayan bireylerin evlilik doyum düzeyi ile bir çocuğu olan bireylerin evlilik doyum düzeyi arasında da farklılık olmadığı belirlenmiştir. Çalışma bulgularına göre çocuğa sahip olmamak evlilik doyumunu arttırıcı bir değişken olarak gözlenmektedir. Literatürde çocuk sahibi olup olmama ile evlilik doyumunu araştıran az sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu doğrultuda çalışma bulguları ile literatür bulgularının tartışılması mümkün olmamaktadır. Ancak kadınlar açısından çocuğa sahip olup olmama evlilik doyumunu etkilemektedir (Salter, 1987). Ayrıca çocuk sahibi olmanın da evlilik doyumunu hem olumsuz hem de olumlu olarak etkilediği belirtilmektedir (Twenge vd., 2003).

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu çalışmada evlilik doyumu, iletişim becerileri, değer odaklı yaşam ve sosyodemografik değişkenler açısından incelenmiştir. Çalışma bulgularına göre bireylerin tutarlı bir şekilde değer odaklı bir yaşam sürmesi durumunda evlilik doyumlarının da arttırdığı gözlenmiştir. Ayrıca yaşın ve evlilik süresinin artmasına bağlı olarak evlilik doyumunun azaldığı belirlenmiştir. Buna karşın iletişim becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkili olmadığı ve evlilik doyumuna katkıda bulunmadığı çalışma bulgularına yansımıştır. Buna benzer olarak değer odaklı yaşama önem verme de evlilik doyumu açısından önemli görünmemektedir. Çalışma bulgularına göre kadın ve erkeklerin evlilik doyum düzeyleri arasında farklılıklar bulunmaktadır. Erkeklerin evlilik doyum düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Evli bireylerin sahip olduğu çocuk sayısına bağlı olarak da evlilik doyumunun değiştiği gözlenmiştir. Hiç çocuğu olmayan bireylerin evlilik doyum düzeyi iki çocuğu olan, üç çocuğu olan, dört ya da üzerinde çocuğu olan bireylerin evlilik doyum düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Çalışma bulgularına göre çocuğa sahip olmamak evli bireylerin evlilik doyumuna katkıda bulunmaktadır. Ancak evlilik doyum düzeyi evli bireylerin eğitim durumuna göre, gelir durumuna göre, eşler arasındaki yaş farklarına göre, nerede yaşadığına göre ve evlilik biçimlerine göre farklılaşmamaktadır. Ayrıca evlilik doyumu düzeyi açısından sosyodemografik değişken grupları arasında etkileşim olmadığı belirlenmiştir.

6.2. Sınırlılıklar ve Öneriler

Bu çalışmanın birtakım sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmada elde edilen veriler,

- Covid-19 pandemisinin etkileri devam etmekte olduğu için yüz yüze veri toplanamamış olması, araştırmanın online yürütülmüş olması çalışmanın bir sınırlılığıdır.
- Türkiye'nin çeşitli illerinde yaşayan evli bireyler içerisinde çevrim içi ortamda ulaşılan ve çalışmaya katılmayı kabul eden 345 katılımcı ile sınırlıdır.
- Araştırma süresince kullanılan Evlilik Yaşamı Ölçeği, Değer Odaklı Yaşam Ölçeği ve İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu'nun ifade ettiği nitelikler ile sınırlıdır.
- Katılımcılara uygulanan veri toplama araçlarına verilmiş yanıtların doğruluğu ile sınırlıdır.

Araştırma evli çiftler üzerinde yapılarak evlilik doyumu değişkeninin bulguları daha da genişletilmesi önerilmektedir. Ek olarak, literatürde evlilik doyumu, yaşam stresörleri ve yaşam olayları nedeniyle sürekli değişen bir durum olarak belirtilmektedir. Bu sebeple, evli çiftler özel olarak takip edilip belirli aralıklarla evlilik doyumu ölçülüp, boylamsal bir çalışma yapılması önem taşımaktadır.

Bu çalışma, yalnızca bireylerin iletişim becerilerine odaklanmıştır. Olumlu ve olumsuz iletişim davranışlarının kombinasyonu, problem çözme becerileri, davranışların niteliği ve iletişimin daha samimi yönlerinin yakalanabileceği gün sonu aile toplantıları, aile ritüelleri, aile rutinleri ve günlük yaşamda vakit geçirirken meydana gelen davranışlar gibi gerçek hayatın içinden gözlemlerin kullanılması yani iletişimin diğer kavramsallaştırmalarının dikkate alınması önerilmektedir.

İletişim becerilerinin mutlu/mutsuz çiftlerde evlilik doyumu ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Bu doğrultuda da iletişim becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkilerinin başka değişkenler üzerinden sağlanabileceği bildirildiği için iletişim becerileri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide başka değişkenlerin aracılık etkisinin incelenmesi önerilmektedir.

İletişimin ne zaman ve hangi bağlamda çiftler için önemli olduğunu anlamak için çiftlerin hayatlarının diğer bileşenlerini incelemek önemli olacaktır. Teknolojik ilerlemeler, araştırmacıların davranışları birkaç farklı bakış açısından (örneğin, laboratuvarında, evde) ve aralıklarla (günlük, haftalık ve aylık) keşfetmelerine izin vermeye devam ettikçe, araştırmacılar belirli iletişim davranışlarının sonuçlarını daha iyi kavrayabilir.

Çalışma durumu açısından çalışan ve çalışmayan grupların evlilik doyumu düzeyleri arasında farklılık bulunamamıştır. Literatürde çalışma durumunun kadınlar ve erkekler açısından evlilik doyumunu farklı düzeyde etkilediği bildirilmekte ve bu doğrultuda evlilik doyumunu çalışma durumuna göre değerlendirilmesinde kadın ve erkekler için ayrıca bakılması önerilmektedir.

Bu çalışmada eşler arasındaki yaş farkına göre evlilik doyumunun farklı olmadığı belirlenmiş olsa da literatürde yer alan bulgular ve öneriler doğrultusunda eşler arasındaki yaş farkının bütün yaş farkları için değerlendirilerek evlilik doyumu açısından araştırılması önerilmektedir.

REFERANSLAR

- Abidin, R. Z., Ismail, K., Hassan, S. S. S., & Sudan, S. A. (2018). Marital satisfaction, communication and coping strategy among Malaysian married couples: factors predictions and model testing. *International Journal of Engineering and Technology*, 7, 408-414.
- Acitelli, L. K. (1992). Gender differences in relationship awareness and marital satisfaction among young married couples. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(1), 102–110.
- Addis, I. B., Van Den Eeden, S. K., Wassel-Fyr, C. L., Vittinghoff, E., Brown, J. S., & Thom, D. H. (2006). Sexual activity and function in middle-aged and older women. *Obstetrics and Gynecology*, 107(4), 755–764.
- Alaçam, S. (2020). *Evli bireylerde evlilik doyumu, aldatma eğilimi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi.
- Amato, P. R., Booth, A., Johnson, D. R., & Rogers, S. J. (2007). *Alone together: How marriage in America is changing*. Harvard University Press.
- Amrelahi, R., Roshan Chesly, R., Shairi, M. R., & Nik Azin, A. (2013). Marital conflict, marital satisfaction, and sexual satisfaction: Comparison of women with relative marriage and women with non-relative marriage. *Clinical Psychology and Personality*, 11(1), 11-22.
- Anderson, S. A., Russell, C. S. ve Schumm, W. R. (1983). Perceived marital quality and family life-cycle categories: A further analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 45(1), 127-139.
- Azizoğlu-Binici, S. (2000). *Psikolojik yardım için başvuruda bulunan ve bulunmayan evli çiftlerin evlilik ilişkilerini değerlendirmelerinin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Bandura, A. (1971). *Social learning theory*. Morristown.
- Banmen, J., & Vogel, N. A. (1985). The relationship between marital quality and interpersonal sexual communication. *Family Therapy*, 12(1), 45.
- Bedir, İ. (2018). *Evli bireylerde evlilik doyumunu yordayan değişkenlerin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Benokraitis, N. V., & Benokraitis, N. B. (2003). *Marriages and families: Changes, choices, and constraints*. Prentice Hall.

- Benson, F. (1955). The common interests myth in marriage. *Socia. Problems*, 3, 27-34.
- Bernard, J. (1972). *The future of marriage*. Bantam Books.
- Bolderston, H. (2013). *Acceptance and commitment therapy: Cognitive fusion and personality functioning* [Doctoral Dissertation]. University of Southampton. <https://t.ly/ykOY>
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: a decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964-980.
- Brock, R. L., & Lawrence, E. (2008). A longitudinal investigation of stress spillover in marriage: Does spousal support adequacy buffer the effects?. *Journal of Family Psychology*, 22(1), 11.
- Broman, C. L. (2005). Marital quality in Black and White marriages. *Journal of Family Issues*, 26(4), 431-441.
- Buehlman, K. T., Gottman, J. M., & Katz, L. F. (1992). How a couple views their past predicts their future: Predicting divorce from an oral history interview. *Journal of Family Psychology*, 5(3-4), 295-318.
- Buluş, M., & Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40).
- Burleson, B. R., & Denton, W. H. (1997). The relationship between communication skill and marital satisfaction: Some moderating effects. *Journal of Marriage and the Family*, 59(4), 884-902.
- Butzer, B. ve Kuiper, N. A. (2008). Humor use in romantic relationships: The effects of relationship satisfaction and pleasant versus conflict situations. *The Journal of Psychology*, 142(3), 245-260.
- Campos, B., Graesch, A. P., Repetti, R., Bradbury, T., & Ochs, E. (2009). Opportunity for interaction? A naturalistic observation study of dual-earner families after work and school. *Journal of Family Psychology*, 23(6), 798-807.
- Canel, A. N. (2007). *Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Carr, D., & Springer, K. W. (2010). Advances in families and health research in the 21st century. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 743-761.
- Carr, D., Freedman, V. A., Cornman, J. C., & Schwartz, N. (2014). Happy marriage, happy life? Marital quality and subjective well-being in later life. *Journal of Marriage and Family*, 76(5), 930-948.

- Carrere, S., & Gottman, J.M. (1999). Predicting divorce among newlyweds from the first three minutes of a marital conflict discussion. *Family Process*, 38(3), 293-301.
- Carstensen, L. L., Gottman, J. M. ve Levenson, R. W. (1995). Emotional behavior in long-term marriage. *Psychology and Aging*, 10(1), 140-149.
- Chadwick-Jones, J. K. (1976). *Social exchange theory: It's structure and influence in social psychology*. Academic Press.
- Cherlin, A. J. (2020). Degrees of change: An assessment of the deinstitutionalization of marriage thesis. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 62-80.
- Christensen, A., & Shenk, J. L. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in nondistressed, clinic, and divorcing couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(3), 458.
- Chung, M. S. (2014). Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 70, 246-251.
- Clements, M. L., Cordova, A. D., Markman, H. J., & Laurenceau, J. (1997). The erosion of marital satisfaction over time and how to prevent it. In R. J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in close relationships* (pp. 335-355). Guilford Press.
- Cohen, P. M. (1985). Family measurement techniques. *The American Journal of Family Therapy*, 13, 66-70.
- Coie, J. D., Watt, N. F., West, S. G., Hawkins, J. D., Asarnow, J. R., Markman, H. J., Ramey, S. L., Shure, M. B., & Long, B. (1993). The science of prevention: a conceptual framework and some directions for a national research program. *American Psychologist*, 48(10), 1013-1022.
- Compare, L., Giovanni, T., Bernini, O., & Berrocal Montiel, C. (2021). The contribution of Valued Living and Committed Action to explain Couple Satisfaction in Emerging Adults. In *10th International Congress of Cognitive Psychotherapy* (pp. 202-202). Erickson.
- Connides, I. A. (2001). *Family ties and aging*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Coto-Lesmes, R., Fernández-Rodríguez, C., & González-Fernández, S. (2020). Acceptance and Commitment Therapy in group format for anxiety and depression. A systematic review. *Journal of affective disorders*, 263, 107-120.
- Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1992). *When partners become parents: The big life change for couples*. New York: Basic Books.
- Craft, A. L., Rowley, C. A., & Perry-Jenkins, M. (2022). Multiracial families: Differences in values & relational outcomes. *Journal of Child and Family Studies*, 31(3), 629-648.

- Crocker, J., Niiya, Y., & Mischkowski, D. (2008). Why does writing about important values reduce defensiveness? *Psychological Science*, 19(7), 740-747.
- Cropanzano, R., & Mitchell, M. S. (2005). Social exchange theory: An interdisciplinary review. *Journal of Management*, 31(6), 874-900.
- Croyle, K. L., & Waltz, J. (2002). Emotional awareness and couples' relationship satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(4), 435-444.
- Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(39).
- Çekici, F., Sünbül, A. Z., Malkoç, A., Aslan Gördesli, A. M. Ve Arslan, R. (2018). Değer Odaklı Yaşam Ölçeği: Türk kültürüne uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Turkish Studies Educational Sciences*, 13(19), 459-471.
- Çekici, F., Sünbül, Z. A., Malkoç, A., Gördesli, M. A., & Arslan, R. (2019). The Moderating Role of Authenticity in the Relationship between Valued Living and Life Satisfaction in Undergraduate Students. *Journal of Education and Training Studies*, 7(3), 22-28.
- Dahl, J. (2015). Valuing in ACT. *Current Opinion in Psychology*, 2, 43-46.
- Dahl, J.C., Plumb, J.C., Stewart, I., & Lundgren, T. (2009). The art and science of valuing in psychotherapy. Oakland, CA: New Harbinger Publications
- Davey, A., Fincham, F. D., Beach, S. R., & Brody, G. H. (2001). Attributions in marriage: Examining the entailment model in dyadic context. *Journal of Family Psychology*, 15(4), 721-734.
- De Koning, E. ve Weiss, R. L. (2002). The relational humor inventory: Functions of humor in close relationships. *American Journal of Family Therapy*, 30(1), 1-18.
- Demirutku, K. Ve Sümer, N. (2010). Temel değerlerin ölçümü: Portre Değerler Anketi'nin Türkçe uyarlaması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25), 17-25.
- Dillow M. R., Goodboy, A. K., & Bolkan, S (2014). Attachment and the expression of affection in romantic relationships: The mediating role of romantic love. *Communication Reports*, 27(2), 102-115.
- Dilmaç, B. Ve Ekşi, H. (2007). Değerler eğitimi: Temel tartışmalar ve yaklaşımlar. *İlköğretmen Dergisi*, 14(11), 21-29.
- Drigotas, S.M., & Rusbult, C.E. (1992). Should I stay or should I go? A dependence model of breakups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(1), 62-87.

- Duncan, G. D. (2008). *The relationship between trait forgiveness and marital adjustment in heterosexual individuals* [Doctoral dissertation]. Capella University. <https://t.ly/183w>
- Erözkan, A. (2005). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörler. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(22), 135-149.
- Farah, L. K., & Shahram, V. (2011). The effect of sexual skills training on marital satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 2581-2585.
- Farhadi, A., Movahedi, Y., Nalchi, M., Daraei, M., & Mohammadzadegan, R. (2013). The relationship between Work-family conflict, burnout dimensions and intention to leave among female nurses. *Iran Journal of Nursing*, 26(84), 34-43.
- Fatehizadeh, M., & Ahmadi, A. (2006). The relationship between marital satisfaction and communication patterns of couples in Isfahan University. *Journal of Family Research*, 1(2), 109-120.
- Fergusson, D. M., & Horwood, L. J. (2001). The Christchurch health and development study: review of findings on child and adolescent mental health. Australian and New Zealand. *Journal of Psychiatry*, 35, 287-296.
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1987). The assessment of marital quality: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family*, 797-809.
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1987). The impact of attributions in marriage: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 510-517.
- Fincham, F. D., Baucom, D. H. & Beach, S. R. (1987). Attribution processes in distressed and nondistressed couples: IV. Self-partner attribution differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(4), 739-748.
- Floyd, F. J., & Markman, H. J. (1983). Observational biases in spouse observation: Toward a cognitive/behavioral model of marriage. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(3), 450-457.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1993). ENRICH marital satisfaction scale: a brief research and clinical tool. *Journal of Family Psychology*, 7(2), 176-185.
- Gager, C. T., & Sanchez, L. (2003). Two as one? Couples' perceptions of time spent together, marital quality, and the risk of divorce. *Journal of Family Issues*, 24(1), 21-50.
- Gaunt, R. (2006). Couple similarity and marital satisfaction: Are similar spouses happier?. *Journal of personality*, 74(5), 1401-1420.
- George, D., & Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: a Simple Guide and Reference, 17.0 Update* (10th ed.). Boston: Pearson.

- Gibson, M. A. (2003). *Couples' Perceptions of Leisure and Communication as Predictors of Marital Satisfaction* [Doctoral dissertation]. Oklahoma State University.
- Gilford, R., & Bengtson, V. (1979). Measuring marital satisfaction in three generations: Positive and negative dimensions. *Journal of Marriage and the Family*, 387-398.
- Gill, D. S., Christensen, A., & Fincham, F. D. (1999). Predicting marital satisfaction from behavior: Do all roads really lead to Rome? *Personal Relationships*, 6(3), 369-387.
- Goldsmith, E. B. (2010). *Resource management for individuals and families*. Saddle River.
- Gorchoff, S. M., John, O. P., & Helson, R. (2008). Contextualizing change in marital satisfaction during middle age: An 18-year longitudinal study. *Psychological Science*, 19(11), 1194-1200.
- Gottman, J.M., & Krokoff, L.J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 47-52.
- Gottman, J.M., & Levenson, R.W. (1988). The social psychophysiology of marriage. In P. Noller, & M.A. Fitzpatrick (Eds.), *Perspectives on Marital Interaction* (pp. 182-200). Philadelphia, Multilingual matters.
- Gottman, J.M., & Levenson, R.W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution behavior, physiology, and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(2), 221-233.
- Gökalp, E. (2009). Medya, Kitle İletişimi ve Toplum. N. SUĞUR içinde, *Sosyolojiye Giriş* (s. 268-301). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Açık Öğretim Fakültesi.
- Graham, J. M., Diebels, K. J., & Barnow, Z. B. (2011). The reliability of relationship satisfaction: a reliability generalization meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 25(1), 39.
- Guo, B., & Huang, J. (2005). Marital and sexual satisfaction in Chinese families: Exploring the moderating effects. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 31(1), 21-29.
- Gülbağçe, Ö. (2010). KK Eğitim Fakültesi öğrencilerinin iletişim becerilerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2), 12-22.
- Günay, S. (2007). *Evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler* [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi. <https://t.ly/lxKM>

- Halford, W. K. (2003). *Brief therapy for couples: Helping partners help themselves*. Guilford press.
- Hargie, C., & Tourish, D. (1997). Relational communication. In O. Hargie, (Ed.). *The handbook of communication skills*. Routledge.
- Haris, F., & Kumar, A. (2018). Marital satisfaction and communication skills among married couples. *Indian journal of social research*, 59(1), 35-44.
- Harris, R. (2019). *ACT'i kolay öğrenmek: İlkeler ve ötesi için hızlı bir başlangıç* (4. Baskı). (H. T. Karatepe ve K. F. Yavuz, Çev.). Litera Yayıncılık. (Orijinal Eserin Basım Tarihi, 2009)
- Hatch, L. R., & Bulcroft, K. (2004). Does long-term marriage bring less frequent disagreements? Five explanatory frameworks. *Journal of Family Issues*, 25(4), 465-495.
- Hawkins, D. N., & Booth, A. (2005). Unhappily ever after: effects of long-term, low-quality marriages on well-being. *Social Forces*, 84(1), 451-471.
- Hawkins, Daniel N., and Alan Booth. 2005. "Unhappily Ever After: Effects of Long-Term, Low-Quality Marriages on Well-Being." *Social Forces*, 84(1), 451-71.
- Hayes, L. (2013). Happiness in valued living: Acceptance and commitment therapy as a model for change. In I. Boniwell, S. A. David, & A. C. Ayers (Eds.), *Oxford Handbook of Happiness*. (pp. 994-1008). Oxford: Oxford University Press.
- Hayes, L., & Coyne, L. (2010). *ACT Conversations: Values cards for use in individual and group therapy with young people*. From www.actforadolescents.com
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W. Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Psychology Faculty Publication*, 101(6), 4-31.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. Guilford press.
- Hayes, S.C., Strosahl, K. Ve Wilson K. G. (1999) *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. Guilford.
- Heavey, C. L., Christensen, A., & Malamuth, N. M. (1995). The longitudinal impact of demand and withdrawal during marital conflict. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63(5), 797-801.
- Hitlin, S., & Piliavin, J. A. (2004). Values: Reviving a dormant concept. *Annual Review of Sociology*, 30, 359-393.
- Hohmann-Marriott, B. E. (2006). Shared beliefs and the union stability of married and cohabiting couples. *Journal of Marriage and Family*, 68(4), 1015-1028.

- Hovardaoğlu, S. (1996). Sosyal mübadele: Evlilikle ilgili değerlendirmelere etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(36), 12-24.
- Işık, Y. (2022). *Evli Bireylerin Evlilik Uyumu, İletişim Becerileri ve Sosyal Medya Kullanım Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- İmamoğlu, E. O., Ads, M., & Weisfeld, C. C. (2019). What is the impact of choosing one's spouse on marital satisfaction of wives and husbands? The case of arranged and self-choice Turkish marriages. *Journal of Family Issues*, 40(10), 1270-1298.
- İmamoğlu, O. (1994). *Değişim Sürecinde aile; evlilik ilişkileri, bireysel gelişim ve demokratik değerler*. T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Jadiri, J. (2009). Examine the relationship between marital satisfaction with demographic factors. *Journal of Religion and Psychology*, 2(5).
- Jamali, S., Kalani, N., Javadpour, S., Rasekh Jahromi, A., Mosallanekhad, Z., & Pishgar, Z. (2016). Comparison of marital satisfaction in working and non-working pregnant women. *IIOAB Journal*, 7(Suppl. 1), 332-338.
- Javanmard, G. H., & Garegozlo, R. M. (2013). The study of relationship between marital satisfaction and personality characteristics in Iranian families. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 396-399.
- Johnson, E., & Huston, T. L. (1998). The perils of love, or why wives adapt to husbands during the transition to parenthood. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 195-204.
- Johnson, H. A., Zabriskie, R. B., & Hill, B. (2006). The contribution of couple leisure involvement, leisure time, and leisure satisfaction to marital satisfaction. *Marriage and Family Review*, 40(1), 69-91.
- Johnson, M. D., Cohan, C. L., Davila, J., Lawrence, E., Rogge, R. D., Karney, B. R., Sullivan, K. T., & Bradbury, T. N. (2005). Problem-solving skills and affective expressions as predictors of change in marital satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 15-27. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.1.15>
- Jose, O., & Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex and Marital Therapy*, 33(1), 73-85.
- Jose, O., & Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex & Marital Therapy*, 33(1), 73-85.
- Kamp Dush, C. M., Taylor, M. G., & Kroeger, R. A. (2008). Marital happiness and psychological wellbeing across the life course. *Family Relations*, 57(2), 211-226.

- Kanburoğlu, B. (2019). *Evli kadınlarda evlilik yaşı ve evlenme biçiminin evlilik doyumu ve depresyon düzeyine olan etkisi* (Master's thesis, Işık Üniversitesi).
- Kanter, J. B., Lavner, J. A., Lannin, D. G., Hilgard, J., & Monk, J. K. (2022). Does couple communication predict later relationship quality and dissolution? A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 84(2), 533-551.
- Karantzas, G. C., Feeney, J. A., Goncalves, C. V., & McCabe, M. P. (2014). Towards an integrative attachment-based model of relationship functioning. *British journal of psychology*, 105(3), 413-434.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34.
- Kaya, N. Ve Cin, F. M. (2019). Kırsal ve kentsel alanda yaşayan evli kadınların ilişkilerde mutluluk, evlilik uyumu ve evlilik doyumu karşılaştırılması ve incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(35), 701-714.
- Kışlak, Ş. Y (1995). *Cinsiyet, evlilik uyumu, depresyon ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arası ilişkiler üzerine bir araştırma* [Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi. <https://t.ly/HFnX>
- Kiecolt-Glaser, J. K., & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin*, 127(4), 472-503.
- Kim, H. K., Capaldi, D. M., & Crosby, L. (2007). Generalizability of Gottman and colleagues' affective process modelsof couples' relationship outcomes. *Journal of Marriage and Family*, 69(1), 55-72.
- King, L. A. (1993). Emotional expression, ambivalence over expression, and marital satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(4), 601-607.
- Kobak, R., Ruckdeschel, K., & Hazan, C. (1994). From symptom to signal: An attachment view of emotion in marital therapy. In S. M. Johnson & L. S. Greenberg (Eds.), *The heart of the matter: Perspectives on emotion in marital therapy* (pp. 46-71). New York: Brunner/Mazel
- Koç, B., Terzi, Y., ve Gül, A. (2015). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi*, 4(1), 369-390.
- Korkut-Owen, F. Ve Bugay, A. (2014). İletişim Becerileri Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 51-64.
- Kostina L.A., Sergeeva, M.A., Smakhtina, T.A., & Kubekova, A.S. (2020) Compability of a married couple by role positions and family values as a factor in the satisfaction of spouses with marriage. *Vestnik Universiteta*. I. 6, pp. 179-185.

- Köknel, Ö. (1986). *İnsanı Anlamak*. Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kropp, F., Lavack, M. A., & Silvera, D. H. (2005). Values and collective self-esteem as predictors of consumer susceptibility to interpersonal influence among university students. *International Marketing Review*, 22(1), 7-33.
- Kul, A. & Türk, F. (2020). Kabul ve Adanmışlık Terapisi (ACT) üzerine bir derleme çalışması. [A compilation study on Acceptance and Commitment Therapy (ACT)]. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16(29), 3773-3805. <https://doi.org/10.26466/opus.741907>
- Kurdek, L. A. (2005). Gender and marital satisfaction early in marriage: A growth curve approach. *Journal of Marriage and Family*, 67(1), 68-84.
- Kurdek, L. A. (2005). Gender and marital satisfaction early in marriage: A growth curve approach. *Journal of Marriage and Family*, 67(1), 68–84.
- Ledermann, T., & Macho, S. (2009). Mediation in dyadic data at the level of the dyads: A structural equation modeling approach. *Journal of Family Psychology*, 23(5), 661.
- Ledermann, T., Bodenmann, G., Rudaz, M., & Bradbury, T. N. (2010). Stress, communication, and marital quality in couples. *Family Relations*, 59(2), 195-206.
- Leigland, S. (2005). Variables of which values are a function. *The Behavior Analyst*, 28, 133–142.
- Levenson, R. W., & Gottman, J. M. (1985). Physiological and affective predictors of change in relationship satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 85–94.
- Levy-Shiff, R., Goldschmidt, I., & Har-Even, D. (1991). Transition to parenthood in adoptive families. *Developmental Psychology*, 27, 131–140.
- Lillard, L.A., & Panis, C.W.A. (1996). Marital status and mortality: the role of health. *Demography*, 33(3), 313-327.
- Lundgren, T., Luoma, J. B., Dahl, J., Strosahl, K., Robinson, P., & Melin, L. (2012). The Bull'sEye Values Survey: A psychometric evaluation. *Cognitive and Behavioral Practice*, 19(4), 518-526.
- Luo, S., Chen, H., Yue, G., Zhang, G., Zhaoyang, R. and Xu, D. (2008). Predicting marital satisfaction from self, partner, and couple characteristics: Is it me, you, or us? *Journal of Personality*, 76(5), 1231-1265.
- Madanian, L., & Mansor, S. M. S. S. (2013). Marital satisfaction and demographic traits in an emigrant sample: Rasch analysis. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 107, 96-103.

- Marci, R., Graziano, A., Piva, I., Lo Monte, G., Soave, I., Giugliano, E., Mazzoni, S., Capucci, R., Carbonara, M., Caracciolo, S., & Patella, A. (2012). Procreative sex in infertile couples: the decay of pleasure? *Health and Quality of Life Outcomes*, *10*(140), 1-7.
- Markman, H. J. (1979). Application of a behavioral model of marriage in predicting relationship satisfaction of couples planning marriage. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *47*(4), 743-749.
- Markman, H. J. (1981). Predicting of marital distress: A 5-year follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *49*(5), 760-762.
- Marks, M., Wieck, A., Checkly, S., & Kumar, C. (1996). How does marriage protect women with histories of affective disorder from post-partum relapse? *British Journal of Medical Psychology*, *69*, 329-342.
- McLanahan, S., & Bumpass, L. (1988). Intergeneration- al consequences of family disruption. *American Journal of Sociology*, *94*, 130-152.
- Medling, J. M., & McCarrey, M. (1981). Marital adjustment over segments of the family life cycle: The issue of spouses' value similarity. *Journal of Marriage and the Family*, *43*, 195-203.
- Mikulincer, M., Florian, V., Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2002). Attachment security in couple relationships: A systemic model and its implications for family dynamics. *Family process*, *41*(3), 405-434.
- Miller, M. B., Meier, E., Lombardi, N., Leavens, E. L., Grant, D. M., & Leffingwell, T. R. (2016). The valued living questionnaire for alcohol use: Measuring value-behavior discrepancy in college student drinking. *Psychological Assessment*, *28*(9), 1051-1060.
- Miller, N. B., & Kannae, L. A. (1999). Predicting marital quality in Ghana. *Journal of Comparative Family Studies*, *30*(4), 599-615.
- Murray, J. E. (2000). Marital protection and marital selection: evidence from a historical-prospective sample of American men. *Demography*, *37*(4), 511-521.
- Myers, S. M., & Booth, A. (1999). Marital strains and marital quality: The role of high and low locus of control. *Journal of Marriage and the Family*, *61*(2), 423-436.
- Nam, I. S., & Ahn, S. (2011). Comparison of stress, social support, and marital satisfaction between married immigrant women in urban and rural areas. *Korean Journal of Women Health Nursing*, *17*(2), 99-108.
- Nasehi, A., Raeis, F., Jafari, M., & Rahmani, M. (2004). The degree of martial compatibility on dormitory resident university students. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, *10*(1-2), 111-6.

- Nayeri, N. D., Forooshani, Z. S. D., & Arabloo, J. (2018). The study of work-family conflict and job satisfaction among nurses' state hospitals in Tehran city. *Electronic Physician, 10*(5), 6864-6867.
- Noller, P. (1988). Overview and implications. In P. Noller & M.A. Fitzpatrick (Eds.), *Perspectives on Marital Interaction* (pp. 322-344). Multilingual matters.
- Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and the Family, 45*, 141-151. <https://doi.org/10.2307/351302>
- Orathinkal, J., & Vansteenwegen, A. (2006). The effect of forgiveness on marital satisfaction in relation to marital stability. *Contemporary Family Therapy, 28*(2), 251-260.
- Overall, N. C., & McNulty, J. K. (2017). What type of communication during conflict is beneficial for intimate relationships? *Current Opinion in Psychology, 13*, 1-5.
- Özer, A. Ve Cihan-Güngör, H. (2012). Yükleme tarzları, bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerine göre evlilik uyumu. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8*(2), 11-24.
- Paksoy, M. Ve Acar, A. C. (2004). *Örgütsel İletişim*. Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Pehlivanlı, E. Ve İkizer, G. (2020). Kırsal ya da kentsel bölgelerde evlilik: evlilik doyumu ve erken dönem uyum bozucu şemalar üzerine bir inceleme. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 21*(38), 361-395.
- Pepping, C. A., & Halford, W. K. (2012). Attachment and relationship satisfaction in expectant first-time parents: The mediating role of relationship enhancing behaviors. *Journal of Research in Personality, 46*(6), 770-774.
- Proulx, C., Helms, H., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: a Meta-analysis. *Journal of Marriage and Family, 69*(3), 576-593.
- Rahmani, A., Alahgholi, L., & Khuee, E. M. (2009). P511 How does sexual satisfaction relate to marital satisfaction among Iranians? *International Journal of Gynecology and Obstetrics, 107*(Suppl. 2), S558-S559.
- Rahmani, A., Khoei, E. M., & Gholi, L. A. (2009). Sexual satisfaction and its relation to marital happiness in Iranians. *Iranian Journal of Public Health, 38*(4), 77-82.
- Rahmani, A., Merghati, K. E., Sadeghi, N., & Allahgholi, L. (2011). Relationship between sexual pleasure and marital satisfaction. *Iran Journal of Nursing, 24*(70), 82-90.
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review, 29*(2), 105-115.

- Razavieh, A., Moin, L., & Bohlooli Asel, F. (2010). The role of personality characteristics and marital satisfaction on job satisfaction married martyr Foundation and Veterans Affairs Shiraz city. *Journal of Women and Society*, 1(4), 1-18.
- Reis, S., Xavier, M. R., Coelho, R., & Montenegro, N. (2013). Psychological impact of single and multiple courses of assisted reproductive treatments in couples: a comparative study. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*, 171(1), 61-66.
- Rho, J. J. (1989). *Multiple factors contributing to marital satisfaction in Korean-American marriages and correlations with three dimensions of family life satisfaction--marital, parental, and self-satisfactions*. Unpublished doctoral dissertation, Kansas State University.
- Rogers, S. J., & Amato, P. R. (1997). Is marital quality declining? The evidence from two generations. *Social Forces*, 75(3), 1089-1100.
- Rogge, R.D., & Bradbury, T.N. (1999). Till violence do us part: the differing roles of communication and aggression in predicting adverse marital outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67(3), 340-351.
- Rohan, M. J. (2000). A rose by any name the values construct. *Personality and Social Psychology Review*, 4(3), 255-277.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. Free Press.
- Rowe, D. R. (2004). Social Learning and Marital Satisfaction. *Human Development*, 420.
- Sabatelli, R. M., & Shehan, C. L. (2009). Exchange and resource theories. In P. G. Boss, W. J. Doherty, R. LaRossa, W. R. Schumm, & S. K. Steinmetz (Eds.) *Sourcebook of family theories and methods* (pp. 385-417). Springer.
- Sacco, W. P., Dumont, C. P., & Dow, M. G. (1993). Attributional, perceptual, and affective responses to depressed and nondepressed marital partners. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(6), 1076-1082.
- Sadegh Moghadam, L., Askari, F., Marouzi, P., Shams, H., & Tahmasbi, S. (2006). Comparison of marriage satisfaction in housewives and employed women and their husbands in Gonabad. *The Horizon of Medical Sciences*, 12(2), 45-50.
- Salter, M. (1987). *Altered body image*. 2nd edi. London, Bailliere Publication, 49-65.
- Schramm, D. G., & William Harris, V. (2011). Marital quality and income: An examination of the influence of government assistance. *Journal of Family and Economic Issues*, 32(3), 437-448.

- Schumm, W. R., Scanlon, E. D., Crow, C. L., Green, D. M., & Buckler, D. L. (1983). Characteristics of the Kansas Marital Satisfaction Scale in a sample of 79 married couples. *Psychological reports*, 53(2), 583-588.
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, (pp. 1-65). Academic Press.
- Schwartz, S. H. (1994a). Are there universal aspects in the structure and contents of human values? *Journal of Social Issues*, 50(4), 19-45.
- Schwartz, S. H. (1994b). Beyond individualism and collectivism: New cultural dimensions of values. In U. Kim, H. C. Triandis, Ç. Kağıtçıbaşı, S. Choi, and G. Yoon (Eds.), *Individualism and collectivism: Theory, method, and applications*, (pp. 85-119). Sage Publications, Inc.
- Schwartz, S. H., & Bilsky, W. (1987). Toward a universal psychological structure of human values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 550-562.
- Shachar, R. (1991). His and her marital satisfaction: The double standard. *Sex Roles*, 25(7), 451-467.
- Shakerian, A. (2010). Evaluation of the factors influencing marital satisfaction in the students of Islamic Azad University in Sanandaj. *Scientific Journal of Kurdistan University of Medical Sciences*, 14(4), 40-49.
- Shiota, M. N., & Levenson, R. W. (2007). Birds of a feather don't always fly farthest: similarity in Big Five personality predicts more negative marital satisfaction trajectories in long-term marriages. *Psychology and Aging*, 22(4), 666-675.
- Shopiro, A. F., Gottman, J. M., & Carrere, S. (2000). The baby and marriage. University of Washington. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 59-70.
- Skaldeman, P., & Montgomery, H. (1999). Importance and attainment of values among married and divorced couples. *Journal of Divorce & Remarriage*, 30(3-4), 143-160.
- Smith, S. R., & Hamon, R. R. (2012). *Exploring family theories* (3rd ed.). Oxford University Press.
- Spanier, G., & Lewis, R. (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and the Family*, 42(4), 825-839.
- Stevenson, B., & Wolfers, J. (2009). The paradox of declining female happiness. *American Economic Journal: Economic Policy*, 1(2), 190-225.
- Strosahl, K., Hayes, S. C., & Wilson, K. G. (2004). An Acceptance and Commitment Therapy primer: Core therapy processes, intervention strategies, and therapist competencies. In S. C. Hayes & K. Strosahl (Eds.), *A practical guide to Acceptance and Commitment Therapy* (pp. 31-58). Springer.

- Tabatabaei, M., Panahandeh, S. & Hoseynabadi, M. (2012). Check the general health and marital satisfaction in employees Ferdowsi University of Mashhad. *Behavioral Sciences Research*, 10(6), 491-499.
- Tarbox, J., Szabo, T. G., & Aclan, M. (2020). Acceptance and commitment training within the scope of practice of applied behavior analysis. *Behavior Analysis in Practice*, 1-22.
- Tayfun, R. (2010). *Etkili iletişim ve beden dili*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Tezer Yörük, N. (2016). *Examining marital satisfaction in binational marriages, from an ecosystem perspective* (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tezer, E. (1992). Evlilik doyumu ve iş doyumu: Bir ön çalışma. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 1(3), 24-26.
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşamı ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 1-7.
- Thibaut, J.W., & Kelley, H.H. (1959). *The Social Psychology of Groups* (1st ed.). Routledge.
- Thomas, G., Fletcher, G. J. O., & Lange, C. (1997). Online empathic accuracy in marital interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 839-850.
- Topbaş, S. (2007). *Dil ve Kavram Gelişimi*. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Towler, A. J., & Stuhlmacher, A. F. (2013). Attachment styles, relationship satisfaction, and well-being in working women. *The Journal of social psychology*, 153(3), 279-298.
- Turan, M. (1997). *Erzurum'daki evli çiftlerin evlilik ilişkilerinin değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi] Atatürk Üniversitesi.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK)*. TÜİK. (2022, February 25). Retrieved May 20, 2022, from <https://www.tuik.gov.tr/>
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: a meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 574-583.
- Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Liu, H., & Needham, B. (2006). You make me sick: Marital quality and health over the life course. *Journal of Health and Social Behavior*, 47(1), 1-16.
- VanLaningham, J., Johnson, D. R. ve Amato, P. (2001). Marital happiness, marital duration, and the U-shaped curve: Evidence from a five-wave panel study. *Social Forces*, 79(4), 1313-1341.

- Wagheyi, Y., Miri, M. R., & Ghasemipour, M. (2009). A survey about effective factors on the marital satisfaction in employees of two Birjand universities. *Journal of Birjand University of Medical Sciences*, 16(4), 43-50.
- Walser, R. D., & Westrup, D. (2007). *Acceptance and commitment therapy for the treatment of post-traumatic stress disorder and trauma-related problems*. New Harbinger Publications.
- Wallerstein, J. (2019). *The good marriage: How and why love lasts*. Plunkett Lake Press.
- Whiteman, S. D., McHale, S. M., & Crouter, A. C. (2007). Longitudinal changes in marital relationships: The role of offspring's pubertal development. *Journal of Marriage and Family*, 69(4), 1005-1020.
- Wilcox, W. B., Doherty, W. J., Fisher, H., Galston, W., Glenn, N. D., Gottman, J., Lerman, R., Mahoney, A., Markey, B., Markman, H. J., Nock, S., Popenoe, D., Rodriguez, G. G., Stanley, S. M., Waite, L. J., & Wallerstein, J. (2005). *Why marriage matters: twenty-six conclusions from the social sciences* (2nd ed.). Institute for American Values.
- Wilson, K. G., & DuFrene, T. (2009). *Mindfulness for two: An acceptance and commitment therapy approach to mindfulness in psychotherapy*. New Harbinger Publications.
- Wilson, K. G., & Murrell, A. R. (2004). Values work in Acceptance and Commitment Therapy: Setting a course for behavioral treatment. In S. C. Hayes, V. M. Follette, & M. Linehan (Eds.), *Mindfulness and acceptance: Expanding the cognitive-behavioral tradition* (pp. 120–151). Guilford Press.
- Wilson, K. G., & Sandoz, E. K. (2008). Mindfulness, values, and the therapeutic relationship in acceptance and commitment therapy. In S. F. Hick & T. Bien (Eds.), *Mindfulness and the therapeutic relationship* (pp. 89–106). The Guilford Press.
- Xiaohe, X., & Whyte, M. K. (1990). Love matches and arranged marriages: A Chinese replication. *Journal of Marriage and the Family*, 52(3), 709-722.
- Yelsma, P., & Athappilly, K. (1988). Marital satisfaction and communication practices: Comparisons among Indian and American couples. *Journal of Comparative Family Studies*, 19(1), 37-54.
- Yucel, D., & Koydemir, S. (2015). Predictors of marital satisfaction in North Cyprus: exploring the gender effects. *Journal of Family Studies*, 21(2), 120-143.
- Zainah, A. Z., Nasir, R., Hashim, R. S., & Yusof, N. M. (2012). Effects of demographic variables on marital satisfaction. *Asian Social Science*, 8(9), 46-49.
- Zamir, O., Gewirtz, A. H., Labella, M., DeGarmo, D. S., & Snyder, J. (2018). Experiential avoidance, dyadic interaction and relationship quality in the lives of veterans and their partners. *Journal of Family Issues*, 39(5), 1191-1212.

Zare, Z., Golmakani, N., Shareh, H., & Khadem, N. (2014). Factors related to marital satisfaction in primiparous women during postpartum period. *Journal of Midwifery and Reproductive Health*, 2(2), 120-127.

Zillioğlu, M. (2014). *İletişim nedir?* Cem yayınevi.

Ziaee, T., Jannati, Y., Mobasheri, E., Taghavi, T., Abdollahi, H., Modanloo, M., & Behnampour, N. (2014). The relationship between marital and sexual satisfaction among married women employees at Golestan University of Medical Sciences, Iran. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 8(2), 44-51.

Ziv, A. ve Gadish, O. (1989). Humor and marital satisfaction. *The Journal of Social Psychology*, 129(6), 759-768.



EKLER

EK A

BİLGİ VE ONAM FORMU

Değerli katılımcı,

Sizi İbn Haldun Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans tez çalışması olarak Amine Kübra Çalık tarafından Doç. Dr. Hasan Turan Karatepe danışmanlığında yürütülen Evlilik Doyumunun Değerler, İletişim Becerileri ve Sosyodemografik Değişkenler Bağlamında İncelenmesi konulu çalışmaya davet ediyoruz. Daha ayrıntılı bir bilgiye ihtiyaç duyuyorsanız araştırmacıya bu e-posta adresinden ulaşabilirsiniz: xxxxxx@ibnhaldun.edu.tr

Bu araştırmada size verilen formları doldurmanız beklenmektedir. Soruların herhangi bir doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Her formun başında verilen yönergeyi dikkatlice okuyup, sizi en iyi yansıttığını düşündüğünüz cevapları vermeye çalışınız. Anketlerin toplamının yaklaşık 10 dakika sürmesi beklenmektedir. Bu çalışma 20 yaş üzeri tüm evli bireylere açıktır.

Araştırma sırasında sizden kimliğiniz ile ilgili hiçbir bilgi istenmemektedir. Araştırmaya katılımınız tümüyle gönüllülük esasına dayanmaktadır ve istediğiniz anda, açıklama yapmaksızın geri çekilme hakkına sahipsiniz. Araştırmadan çekilmeniz durumunda yanıtlarınız yok edilecek, araştırma kapsamında kullanılmayacaktır. Eğer araştırmaya katılmayı ve tamamlamayı kabul ederseniz cevaplarınız gizli tutulacak ve yalnızca araştırmacı tarafından araştırma için değerlendirilecektir.

Araştırmaya katılımın öngörülebilir fiziksel, psikolojik, sosyal veya duygusal risk ve zarar taşımamaktadır.

Katılımınız için teşekkür ederiz.

Yukarıdaki bilgileri okudum ve çalışmaya katılmayı kabul ediyorum.

() Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

EK B

SOSYODEMOGRAFİK FORM

- 1- Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()
- 2- Yaşınız:-----
- 3- Eğitim durumunuz:
 - İlkokul mezunu ()
 - Ortaokul mezunu ()
 - Lise mezunu ()
 - Üniversite mezunu ()
 - Yüksek lisans mezunu ()
 - Doktora mezunu ()
- 4- Gelir durumunuzu genel olarak nasıl değerlendiriyorsunuz?"
 - Kötü ()
 - Orta ()
 - İyi ()
- 5- Çalışma durumunuz:
 - Çalışıyorum ()
 - İş arıyorum ()
 - Çalışmıyorum ()
 - Öğrenciyim ()
 - Emekliyim ()
- 6- Nerede yaşamaktasınız?
 - Köy ()
 - Kasaba ()
 - İlçe ()
 - Şehir ()
 - Büyükşehir ()
- 7- Kaç yıldır evlisiniz?-----
- 8- Eşinizle nasıl tanıştınız?
 - Akraba çevresi ()
 - Görücü usulü ()
 - Kendimiz tanıştık ()
- 9- Eşinizle aranızdaki yaş farkı nedir? -----
- 10- Kaç çocuğunuz var?
 - Yok ()
 - 1 ()
 - 2 ()
 - 3 ()
 - 4 ve üzeri ()

EK C

Evrak Tarih ve Sayısı: 01.07.2022-15059



T.C.
İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği
Kurulu Başkanlığı

Sayı : E-71395021-020-15059
Konu : Amine Kübra ÇALIK-Etik Kurul
Kararı

01.07.2022

İLGİLİ MAKAMA

Kurulumuza başvuran Amine Kübra ÇALIK'ın "Evlilik Doyumunun Değerler, İletişim Becerileri ve Sosyodemografik Değişkenler Bağlamında İncelenmesi" isimli projesi; amaç, araştırma türü, veri toplama araçları, süreç ve işlemler, veri analizleri dikkate alınmak suretiyle 20.06.2022 tarihinde değerlendirilerek 2022/06-5 karar numarası ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi arz/rica ederim.

Prof. Dr. Alev ERKİLET
Başkan

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BSAA338CC

Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/ibn-haldun-universitesi-ebys>

Adres:Başak Mah. Ordu Cad. No:3 P.K. 34480 Başakşehir / İstanbul

Telefon:0212 692 0212 Faks:0212 551 6464

Kep:ihu@hs01.kep.tr e-Posta:info@ihu.edu.tr Elektronik Ağ:www.ihu.edu.tr

Bilgi için: Neslihan Pala

Unvanı: Sekreter



Bu belge,güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Ad Soyad: Amine Kübra Çalık

İletişim Bilgileri:

E-posta: xxxxxxxxxxx@ibnhaldun.edu.tr

Eğitim:

2018-2022 İbn Haldun Üniveristesesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı
2012-2017 İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji Lisans Programı

İş Deneyimi:

2022- halen UTÖMER (Uluslararası Travma Önleme ve Rehabilitasyon Merkezi)
İstanbul Gönüllü Hizmet
2019- 2020 İbn Haldun Üniversitesi Psikoterapi Uygulama ve Araştırma Merkezi
2018-2019 Gençlik ve Spor Bakanlığı Projeleri, Yaşam Ağacı Projesi Gönüllü
Psikolog Hizmeti
2016-2018 İncir Psikoloji Asistanlık
2015-2016 Türkiye Eğitim Gönülleri Vakfı Ferit Aysan Eğitim Parkı Eğitim
Asistanlığı