

Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması ve Evli Bireylerin Duygusal Ayrımlaşma Düzeylerinin İncelenmesi

Esra Bellur

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsüne Rehberlik ve
Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Tezi olarak sunulmuştur.

Doğu Akdeniz Üniversitesi
Ocak 2019
Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsü onayı

Doç. Dr. Ali Hakan Ulusoy
L.E.Ö.A. Enstitüsü Müdür Vekili

Bu tezin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarım.

Doç. Dr. Canan Zeki
Eğitim Bilimleri Bölüm Başkan Vekili

Bu tezi okuyup değerlendirdiğimizi, tezin nitelik bakımından Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarız.

Doç. Dr. Sibel Dinçyürek
Tez Danışmanı

Değerlendirme Komitesi

1. Doç. Dr. Sibel Dinçyürek

2. Yrd. Doç. Dr. Sertan Kağan

3. Yrd. Doç. Dr. Gözde Latifoğlu

ÖZ

Bu araştırmanın ilk amacı, bireylerin duygusal ayırma düzeylerini ölçmeye yönelik olarak David Chabot (1993) tarafından geliştirilmiş olan “Chabot Emotional Differentiation” (Chabot Duygusal Ayırma Ölçeği) ölçeğini Türkçeye uyarlayıp KKTC’deki evli bireyler üzerindeki güvenilirliğini ve geçerliğini test etmektir. İkinci amacı, duygusal ayırma düzeyleri ile sürekli kaygı ve evlilik yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Üçüncü amacı ise, evli bireylerin bazı sosyo-demografik değişkenlerine göre duygusal ayırma düzeylerinin incelenmesidir.

Araştırmanın çalışma grubu, Gazimağusa’da yaşayan 265’i kadın ve 168’i erkek olan 433 evli bireyden oluşmaktadır. Chabot Duygusal Ayırma Ölçeği (CDAÖ) kaynak dil olan İngilizceden Türkçeye, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı ve Yabancı Diller Bölümünden her iki dile hakim olan üç uzman tarafından ayrı ayrı çevrilmiş, yapılan çeviriler değerlendirilmiş ve ölçek, yapılan ön deneme uygulamasının ardından Türkçeye uyarlanmıştır.

Geçerlik çalışmasında, 14 maddelik ölçeğin yapı geçerliğini test etmek amacıyla yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda iki faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Birinci faktör, Ben Pozisyonu Alma ve ikinci faktör ise, Duygusal Tepkisellik olarak adlandırılmıştır. Bu iki faktör, yapılan doğrulayıcı faktör analizi ile de desteklenmiştir. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacıyla Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları hesaplanmış ve güvenilirlik katsayıları ölçeğin toplamı için 0.693, Ben Pozisyonu Alma alt boyutu için 0.734 ve Duygusal Tepkisellik alt boyutu için ise 0.628 olarak saptanarak ölçeğin kullanılabilir olduğu ortaya konmuştur.

Yapılan analiz sonucunda, evli bireylerin CDAÖ puanları ile Sürekli Kaygı Envanteri (SKE) puanları ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği (EYDÖ) puanları arasındaki ilişki değerleri, ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğini desteklemiştir. Evli bireylerin CDAÖ puanları arasında sosyo-demografik özelliklerine göre anlamlı bir fark olup olmadığının incelendiği analizler sonucunda da, CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ait puanlarda yaş, cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik sayısı, evlenme yaşı, evlilik süresi ve mesleğe göre anlamlı bir fark tespit edilmezken CDAÖ toplam puanları arasında eğitim durumlarına göre anlamlı bir fark tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Benlik, Benliğin Ayrışması, Duygusal Ayrışma, Ben Pozisyonu Alma, Duygusal Tepkisellik, Sürekli Kaygı, Evlilik, Evlilik Doyumu

ABSTRACT

The first aim of this study is to adapt Chabot Emotional Differentiation Scale which was developed by David Chabot (1993), to Turkish and test the reliability and validity of this scale for married individuals in TRNC. The second objective is to examine the relationship between emotional differentiation levels and trait anxiety and marriage life satisfaction levels. The third aim of this study is to examine the level of emotional differentiation of married individuals according to some of their sociodemographic variables of this Turkish adapted scale.

The study group consisted of 433 married individuals, of whom 265 were women and 168 were men, living in Famagusta. The Chabot Emotional Differentiation Scale was translated from English to Turkish, Guidance and Psychological Counseling and Foreign Languages Department by the three experts who were fluent in both languages. The translations were evaluated and the scale was adapted to Turkish after the preliminary practice.

In the validity study, a two-factor structure was obtained as a result of the exploratory factor analysis to test the construct validity of the 14-item scale. The first factor was named I-Position and the second factor was called Emotional Reactivity. These two factors were supported by confirmatory factor analysis. In order to test the reliability of the scale, Cronbach's alpha internal consistency coefficients were calculated and the reliability coefficients were found to be 0.693 for the sum of the scale, 0.734 for the I-Position and 0.628 for the Emotional Reactivity sub-dimension.

As a result of the analysis, the correlation between CED scores of the married individuals and the Trait Anxiety Inventory scores and the Marriage Life Satisfaction Scale scores supported the criterion-related validity of the scale. As a result of

analyzes showing whether there is a significant difference between the CED scores of the married individuals according to their socio-demographic characteristics, no significant difference was found in the scores of total and sub-dimensions of CED in terms of age, gender, type of marriage, number of marriages, age of marriage, duration of marriage and occupation. There was a significant difference between the scores of the educational status.

Keywords: Self, Differentiation of Self, Emotional Differentiation, I-Position, Emotional Reactivity, Trait Anxiety, Marriage, Satisfaction of Marriage

TEŞEKKÜR

Öncelikle tez konumu seçmemde yardımlarını ve ilgisini eksik etmeyen, tez sürecimde bana benden daha çok inanan, tezi bitirmem konusunda bana olan güvenini hiç yitirmeyen ve bitmeyen enerjisiyle beni her zaman motive eden tez danışmanım Sayın Doç. Dr. Sibel Dinçyürek'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tezime bilgisi ve tecrübesiyle katkı koyan ve yardımlarını esirgemeyen Sayın Yrd. Doç. Dr. Sertan Kağan'a en içten teşekkürlerimi sunarım.

Hayatım boyunca beni destekleyen, ilgi ve sevgilerini esirgemeyen, bana her zaman yanımda olduklarını hissettiren ve tezi bitirme konusunda bana olan güvenlerini hiç yitirmeyen annem Emel Bellur'a, babam Nurettin Bellur'a, ablalarım Elif Bellur Balcı'ya, Yasemin Bellur'a ve Nurel Bellur Ertürk'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tez sürecimde desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen, beni her zaman motive eden ve her daim yanımda olduklarını hissettiğim sevgili arkadaşlarım Gizem Eda Kirt'e, Mehtap Kalaycı'ya ve Ayyüce Çimen'e en içten teşekkürlerimi sunarım.

Lisans ve yüksek lisans eğitimimde katkıları bulunan Doğu Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü hocalarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İki yıl boyunca araştırma görevliliği yaptığım ve bu süreç içerisinde hiçbir zaman desteklerini esirgemeyen Doğu Akdeniz Üniversitesi Temel Eğitim Bölümünde beraber çalıştığımız hocalarıma ve çalışma arkadaşlarıma en içten teşekkürlerimi sunarım.

Yapılan bu araştırmanın çalışma grubunu oluşturan evli bireylere, çalışmaya katılmayı kabul ederek zaman ayırdıkları ve güzel sohbetleri için sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	iii
ABSTRACT	v
TEŞEKKÜR.....	vii
KISALTMALAR	xiv
TABLO LİSTESİ.....	xv
ŞEKİL LİSTESİ	xviii
1 GİRİŞ	1
1.1 Problem Durumu	1
1.2 Araştırmanın Önemi	7
1.3 Araştırmanın Amacı	8
1.3.1 Alt Problemler.....	8
1.4 Sayıtlılar.....	9
1.5 Sınırlılıklar.....	9
1.6 Tanımlar.....	10
2 KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	12
2.1 Evlilik	12
2.1.1 Evlilik Uyumu	16
2.1.2 Evlilik Doyumu	20
2.2 Kaygı	22
2.2.1 Sürekli Kaygı	25
2.2.2 Evlilik ve Kaygı	27
2.3 Aile	29
2.3.1 Aile Yapısı ve Türleri.....	31

2.3.2 Sağlıklı (İşlevsel) Aile.....	33
2.3.3 Sağlıksız (İşlevsel Olmayan) Aile.....	37
2.4 Boşanma	40
2.4.1 Boşanmanın Sebepleri.....	41
2.4.2 Boşanmanın Etkileri.....	46
2.4.3 KKTC’de Boşanma.....	50
2.5 Aile ve Evlilik ile İlgili Kuramlar.....	53
2.5.1 Psikodinamik Aile Terapisi.....	55
2.5.2 Yapısal Aile Terapisi	56
2.5.3 Stratejik Aile Terapisi	58
2.5.4 Yaşantısal Aile Terapisi	59
2.5.5 Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisi	61
2.5.6 Duygu Odaklı Çift Terapisi.....	62
2.5.7 Bowen Kuşaklararası (Çok Kuşaklı) Aile Terapisi.....	64
2.5.7.1 Benliğin Ayrışması (Differentiation of Self)	71
2.5.7.1.1 Duygusal Ayrışma.....	75
2.5.7.1.2 Benliğin Ayrışması Ölçeği.....	77
2.5.7.2 Çekirdek Ailenin Duygusal Süreci (Nuclear Family Emotional System).....	80
2.5.7.3 Kuşaklararası Aktarım Süreci (Multigenerational Transmission Process)	83
2.5.7.4 Aile Yansıtma Süreci (Family Projection Process).....	84
2.5.7.5 Üçgenler (Triangles)	85
2.5.7.6 Duygusal İlişkiyi Kesme (Emotional Cut Off)	87
2.5.7.7 Kardeş Konumu (Sibling Position)	88

2.5.7.8 Toplumdaki Duygusal Süreç (Societal Regression)	89
2.5.7.9 Benliğin Ayrışması ve Evlilik.....	90
2.6 İlgili Araştırmalar	90
2.6.1 KKTC’de Yapılan Araştırmalar.....	91
2.6.2 Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	92
3 YÖNTEM.....	109
3.1 Araştırma Modeli.....	109
3.2 Araştırmanın Çalışma Grubu.....	109
3.3 Veri Toplama Araçları.....	113
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu.....	113
3.3.2 Sürekli Kaygı Envanteri (SKE).....	113
3.3.3 Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği (EYDÖ)	114
3.3.4 Chabot Emotional Differentiation Scale (CED)	115
3.4 Ölçeğin Uyarlanması	117
3.5 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin (CDAÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması	118
3.6 Verilerin Toplanması.....	126
3.7 Verilerin Analizi.....	127
4 BULGULAR	128
4.1 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliğine İlişkin Bulgular	128
4.1.1 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Yapı Geçerliğine İlişkin Bulgular.....	128
4.1.2 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Güvenirlik Katsayısına (Cronbach’s Alpha) İlişkin Bulgular.....	129

4.2 Evli Bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına Ait Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	129
4.3 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Ölçüt Bağıntılı Geçerlik Çalışmasına İlişkin Bulguları	130
4.3.1 Evli Bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği Puanları, Sürekli Kaygı Envanteri Puanları ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	130
4.4 Evli Bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği Puanlarının Sosyodemografik Değişkenlerine Göre İncelenmesi	132
5 TARTIŞMA VE YORUM	153
5.1 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Türkçeye Uyarlama Sürecinin Tartışılması.....	153
5.2 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Geçerlik Çalışmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	154
5.2.1 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Yapı Geçerliği Çalışmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması.....	154
5.2.2 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Tartışılması ve Yorumlanması.....	157
5.2.3 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Ölçüt Bağıntılı Geçerlik Çalışmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	160
5.3 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Güvenirlik Çalışmasına İlişkin Tartışma ve Yorum.....	166
5.4 Evli Bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği Puanlarının Sosyodemografik Değişkenlerine Göre Tartışılması ve Yorumlanması.....	167

5.4.1 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Yaş'a Göre Tartışılması ve Yorumlanması	167
5.4.2 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Cinsiyete Göre Tartışılması ve Yorumlanması	169
5.4.3 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Biçimlerine Göre Tartışılması ve Yorumlanması	171
5.4.4 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Yaşlarına Göre Tartışılması ve Yorumlanması	173
5.4.5 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sayısına Göre Tartışılması ve Yorumlanması	173
5.4.6 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sürelerine Göre Tartışılması ve Yorumlanması	175
5.4.7 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Tartışılması ve Yorumlanması	176
5.4.8 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Mesleklerine Göre Tartışılması ve Yorumlanması	178
6 SONUÇLAR VE ÖNERİLER	180

6.1 Sonuçlar	180
6.2 neriler	182
6.2.1 Araştırmacılara neriler.....	183
6.2.2 Uygulayıcılara neriler.....	185
6.2.3 İlgili Kurumlara neriler	185
KAYNAKLAR.....	187
EKLER	213

KISALTMALAR

CDAÖ	Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeği
CED	Chabot Emotional Differentiation
EYDÖ	Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği
KKTC	Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
SKE	Sürekli Kaygı Envanteri
SPSS	Statistical Package for the Social Science
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurumu

TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Katılımcıların Sosyo-demografik Değişkenlere Göre Dağılımı	111
Tablo 2: Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Faktör Analizi İçin Uygunluğunun İncelenmesi	118
Tablo 3: Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Faktör Analizi İçin Uygunluğunun İncelenmesi	119
Tablo 4: Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin İki Alt Boyutuna Göre Cronbach Alfa Katsayı Değerleri	122
Tablo 6: Doğrulamalı Faktör Analizi için Uyum İndeksleri	125
Tablo 7: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Toplam Ölçeği Puanları ile Alt Boyutlarına İlişkin Puanları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	130
Tablo 8: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanları, Sürekli Kaygı Envanteri Puanları ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları...	131
Tablo 9: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Yaşa Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları	133
Tablo 10: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Yaşa Göre ANOVA Sonuçları	135
Tablo 11: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının İlişkin Cinsiyete Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları.	136
Tablo 12: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları.....	137

Tablo 13: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Biçimine Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları	138
Tablo 14: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Biçimlerine Göre ANOVA Sonuçları	139
Tablo 15: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Yaşlarına Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları	140
Tablo 16: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Yaşlarına Göre ANOVA Sonuçları.....	141
Tablo 17: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının İlişkin Evlilik Sayısına Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları	142
Tablo 18: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sayısına Göre t-testi Sonuçları	143
Tablo 19: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sürelerine Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları	144
Tablo 20: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sürelerine Göre ANOVA Sonuçları	146
Tablo 21: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları	147
Tablo 22: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Eğitim Durumlarına Göre ANOVA Sonuçları	148

Tablo 23: Evli Bireylerin Duygusal Ayrımlaşmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Mesleklerine Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları	150
Tablo 24: Evli Bireylerin Duygusal Ayrımlaşmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Mesleklerine Göre ANOVA Sonuçları	152

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1: Benliğin Ayrışması Aralığı.....	77
Şekil 2: Faktör Sayısını Gösteren Çizgi Grafiği	120
Şekil 3: Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği için Doğrulatoryıcı Faktör Analizi Modeli	126

Bölüm 1

GİRİŞ

1.1 Problem Durumu

Milenyum çağı olan 21. yüzyılda, bir önceki yüzyıllara göre çeşitli alanlarda değişimlerin meydana geldiğini ve dolayısıyla hızla gelişen dünyada yaşanan değişimlerin toplumların pek çok alanında köklü değişimleri beraberinde getirdiği düşünülmektedir. Tarihsel süreçte meydana gelen sanayi devrimi, savaşlar, değişen siyasi rejimler, teknolojinin gelişmesi ve bu gelişimin devam etmesi gibi tüm dünyayı etkileyen pek çok etkenin toplumsal düzendeki değişikliklerde etkisinin büyük olduğu söylenebilir. Bu değişikliklerin, gerek insanların ihtiyaçlarında, beklentilerinde, fikirlerinde gerek de toplumun aile yapısında olduğu sanılmaktadır. Nitekim Gül (2004) ve Güler ve Ulutak (1992), toplumun en temel birimi olan aile kurumunun, zaman içerisinde toplumun yaşadığı değişmelere paralel olarak değişikliğe uğradığını belirtmektedirler. Buna dayanarak yaşanan değişimlerin aile yapısını değiştirmesi gibi toplumun değişime uyum sağlayamaması durumunda da aile içerisinde problemlerin yaşanmasının ve yaşanan bu problemlerin çözüme ulaşamadığı durumların neticesi olarak sosyal bir varlık olan insanın bu problemleri kişilerarası ilişkilerine yansıtılabildiği ve böylece de toplumu büyük çıkmazlara sürükleyebildiği söylenebilir. Bu sebeple ailenin, toplum için öneminin büyük olduğu ve dolayısıyla bireyin, aile içerisindeki iletişiminin kişilerarası ilişkilerini de etkilediği ancak iletişimin sağlıklı olduğu durumlarda ilk kopmaların aile içerisinde meydana geldiğine inanılmaktadır. Bu duruma en iyi örneğin, boşanmalar olduğu

düşünülmektedir. 2015, 2016 ve 2017 yıllarının istatistiklerine bakıldığı zaman, KKTC’de boşanmaların giderek arttığı görülmektedir (KKTC Mahkemeleri, 2017). Bu istatistikler doğrultusunda, KKTC’de özellikle evlenip bir yıl içerisinde boşanmaların gerçekleşmesi ve bu boşanmaların artmasının, durumun ciddiyetini gösterdiği söylenebilir. Boşanmaların ortaya çıkmasına sebep olan sorunların tespitinin ve bunların önlenmesine yönelik çalışmaların yapılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir. Boşanmaların sebeplerinin tespiti ve bu sebeplere yönelik yapılacak çalışmaların, boşanmaların zaman içinde azalmasını sağlayacağı sanılmaktadır.

Boşanmaların giderek artmasının sebeplerinden birinin, boşanmış ebeveynlere sahip olan bireylerin aile içerisindeki ilişkiden etkilenmesi, benliklerinin ayrımlaşmayıp aile içerisindeki yaşam örüntülerinin yetişkinliklerinde kurdukları aile yaşamları içerisinde tekrar ettirmeleri ve kendi evliliklerinde de aynı sorunları yaşamaları olduğu düşünülmektedir. Nitekim Eray (2011)’ın KKTC’de yaptığı araştırmada boşanmış bireylerden oluşan çalışma grubunun yarıya yakınının boşanmış ebeveynlere sahip olan bireylerden oluştuğunun tespit edilmesi, bu görüşü desteklemektedir. Bowen (1985)’a göre, kuşaklar boyunca tekrar eden ve sorun yaratan yaşam örüntüleri, bireylerin kişilerarası ilişkilerini etkileyebilmektedir. Boşanmalar ile Bowen (1985)’ın benliğin ayrımlaşması kavramı arasında bir ilişkinin olabileceği düşünülmektedir. Benliğin ayrımlaşması kavramı, kişinin kendini içinde büyüdüğü aileden duygusal ve bilişsel açıdan ayırıp başkalarının etkisinde kalmadan kendi kararlarını verebilme yeteneğini tanımlamaktadır (Bowen, 1985, Kerr & Bowen, 1988). Literatüre bakıldığı zaman, yapılan çalışmalar benliğin ayrımlaşma düzeyiyle evlilik doyumu, evlilik uyumu, yaşam doyumu, kaygı gibi etmenler arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermiştir (Işık & Bulduk, 2015; Peleg,

2008; Sheikh, Koolae & Zadeh, 2013). Peleg (2008) yaptığı çalışmada, benliğin ayrılaşmasıyla evlilik doyumları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır. Bu doğrultuda, boşanmayla ilgili olarak KKTC’de yapılan çalışmalarla karşılaşılmaması ve git gide boşanmaların artması bir sorun olarak görülmüştür. Boşanma konusunda, bireylerin ayrılaşma düzeylerinin ve benliğin ayrılaşma düzeylerinde de bireylerin sürekli kaygı ve evlilik doyum düzeylerinin etkisi olduğu sanılmaktadır.

Benliğin ayrılaşması, Murray Bowen’ın sekiz kavrama (benliğin ayrılaşması, çekirdek ailenin duygusal süreci, kuşaklararası aktarım süreci, aile yansıtması, üçgenler, duygusal ilişkiyi kesme, kardeş konumu (pozisyonu), toplumdaki duygusal süreç) dayandırdığı Aile Sistemleri kuramının en temel kavramıdır (Bowen, 1985). Buna göre, her birey birbirinden farklıdır. Bowen Kuşaklararası Aile Terapisinde de önemli bir belirleyicidir (Bowen, 1985; Kerr & Bowen, 1988). Benliğin ayrılaşma düzeyi, hem içsel yaşantılara (intrapşik) yönelik hem de kişilerarası ilişkilere yönelik olan iki boyuttan oluşur. Benliğin içsel yaşantılara yönelik boyutunun ayrılaşması yani duygusal ayrılaşma, bireyin duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırt edebilmesine ve bireyin bir durum karşısında düşüncelerinin mi yoksa duygularının mı kendisini yönlendirmesi konusunda sergileyeceği karar verme becerisini belirtmektedir. Duygusal ayrılaşma düzeyi yüksek olan birey, duygularını inkar etmeden mantığı doğrultusunda karar verebilir. Benliğin kişilerarası yönünün ayrılaşması ise, bireyin diğer insanlarla olan yakınlık ve bağımsızlık durumunu göstermektedir (Bowen, 1985; Karasick, 2004; Skowron & Friedlander, 1998; Takagishi, 1996, 1999’dan aktaran Licht & Chabot, 2006).

Benliğin ayrımlaşmasının, yukarıdaki açıklamaları doğrultusunda önemli olduğu söylenebilir. Buna göre, bireyin benliğinin ayrımlaşma düzeyinin yüksek olmasını sağlayan pek çok etmen vardır. Kişiyi benliğinin ayrımlaşmasına götüren en önemli etmen, bireyin duygusal süreciyle bilişsel sürecini birbirinden ayırmasıdır. Bunun sonucunda benliği ayrımlaşan kişi, kendi kararlarını ve bunların sonucunda olabilecek olayların sonuçlarını kendine göre alabilecek ve ailesiyle kendisini bir görmesini engelleyecek duruma gelebilecektir (Bowen, 1985). Bowen (1985)'a göre, kişiler en az 25 yaşına kadar benliklerini farklılaştıramamaktadırlar. Bu durum da, benliğin ayrımlaşma düzeyinde pek çok etmen ile birlikte yaş faktörünün de önemli olduğunu göstermektedir.

Bowen (1985)'ın kuramına göre bireylerin benliklerinin ayrımlaşma düzeyleri, temelde yaşadıkları sürekli kaygıyla ilişkilidir. Ancak Bowen, bazı insanların bu kaygıyı diğerlerinden daha çok yaşadığını ve bu kaygının temelini de bir önceki kuşağa dayandığını öne sürmüştür. Bowen, bireylerdeki ve aile içerisindeki kaygı düzeyiyle ailede yaşanan sorunların doğru orantılı olduğunu savunmaktadır. Kaygı düzeyiyle benliğin ayrımlaşması arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Yüksek düzeydeki kaygı düşük düzeyde ayrımlaşmaya sebep olur. Alaedin (2008), Işık ve Bulduk (2015) ve Murdock ve Gore (2004)'un, çalışma grubu üniversite öğrencilerinden oluşan çalışmalarının sonuçları da Bowen'in bu görüşünü destekler niteliktedir. Ayrıca Skowron ve Friedlander (1998)'in yaş ortalaması 36 olan evli bireylerin katılımıyla yaptıkları ve Tuason ve Friedlander (2000)'in orta yaşta ebeveynler ve yetişkin çocuklardan oluşan bir çalışma grubuyla yaptıkları çalışmalar da benliğin ayrımlaşma düzeyiyle sürekli kaygı arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yani çeşitli yaş

gruplarında yapılan çalışmalar, benliğin ayrılaşma düzeyi üzerinde bireylerin sürekli kaygı düzeylerinin etkisinin varlığını ortaya koymaktadır.

Yapılan literatür taramasında evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerinde, benliğin ayrılaşma düzeylerinin de etkisinin olduğu görülmüştür (Peleg, 2008; Sheikh, Koolae ve Zadeh, 2013). Peleg (2008)'in yaptığı çalışmada, bireylerin evlilik doyumlarıyla benliklerinin ayrılaşması arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Sheikh, Koolae ve Zadeh (2013)'in çalışma grubunu aile içi şiddet yaşayan boşanmış ve boşanmamış kadınların oluşturduğu çalışmada, boşanmayıp aile içerisindeki şiddetten dolayı yaşanan kaygının bireylerin benliklerinin ayrılaşma düzeylerinde olumsuz bir etkisi olduğu görülmüştür. Ancak aile içi şiddet görüp boşanan kişilerin hızlıca duygusal denge kurdukları ve benlik saygılarının daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Yani aile içinde şiddet gören ve boşanan kişilerin, boşanmayan kişilere göre daha düşük düzeyde kaygı yaşadıkları, benliklerinin ayrılaşma düzeylerinin ve benlik saygılarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Ayrıca benliğin ayrılaşma düzeylerinin evlilik uyumu düzeyleri üzerinde etkisi olduğu görülmüştür (Polat, 2014). Nitekim farklı anlamlar içerseler de evlilik uyumu ile evlilik doyumu karıştırılmaktadır (Yılmaz, 2001). Ancak yukarıda belirtilen ve sonuçlarında evli bireylerin evlilik doyumu ile benliğin ayrılaşma düzeyleri arasındaki pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin ortaya çıktığını gösteren çalışmalar gibi Polat (2014)'ın yaptığı çalışmada da evli bireylerin benliğin ayrılaşma düzeyleri ile çift uyumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır. Bu doğrultuda da evli bireylerin benliğin ayrılaşma düzeylerinin yüksek olmasının çift uyumlarını da arttırdığı söylenebilir. Yukarıda belirtilen çalışmalara bakıldığı zaman benliğin ayrılaşma düzeylerinin evlilik

doyumunu ve evlilik uyumu üzerinde yani evlilikler üzerinde etkisinin büyük olduğu görülmektedir. Konuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığı zaman, benliğin ayrımlaşma düzeylerinde, bireylerin yaşam doyumları düzeylerinin de etkisi olduğu görülmüştür. Biadisy-Ashkar ve Peleg (2013)'in Arap ve Yahudi kadınların katılımıyla yaptıkları ve Kim ve Yung (2015)'un Güney Koreli üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmalar, benliğin ayrımlaşmasıyla yaşamdan alınan doyum arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermiştir. Bu çalışmalara bakıldığı zaman benliğin ayrımlaşma düzeyi üzerinde bireylerin evlilik doyumunu, evlilik uyumu ve yaşam doyumları düzeylerinin etkisinin de olduğu görülmektedir. Nitekim bu sonuçlar da benliğin ayrımlaşma düzeyi üzerinde etkisi olduğu savunulan değişkenleri destekler niteliktedir (Bowen, 1985).

Yapılan çalışmalarda bireylerin benliklerinin ayrımlaşma düzeyleri, benliğin ayrımlaşma düzeyini ölçmek amaçlı geliştirilen ölçeklerle ölçülmüştür. Alan yazın incelendiği zaman Bowen'ın Kuşaklararası Aile Terapisini benimseyen birçok araştırmacının, benliğin ayrımlaşma düzeyini ölçen ölçekler oluşturdukları görülmektedir (Anderson & Sabatelli, 1992; Haber, 2003; Licht & Chabot, 2006; McCollum, 1991; Skowron & Friedlander, 1998).

Benliğin ayrımlaşma düzeyini ölçmek amaçlı geliştirilen ölçekler, genellikle ayrımlaşmanın kişilerarası yönünü ele almıştır. Yani benliğin ayrımlaşmasının içsel boyutu ihmal edilmiş, ağırlık ayrımlaşmanın kişilerarası yönüne verilmiştir. Benliğin ayrımlaşmasının kişilerarası ve içsel yönü vardır (Bowen, 1985; Licht & Chabot, 2006). Ancak benliğin ayrımlaşmasının özünün iç yaşantılara yönelik boyutla ilgili olan duygusal ayrımlaşmayla ilişkili olduğunu savunan araştırmacılar da bulunmaktadır (Karasick, 2004; Reynolds & Chabot, 2004; Takagish, 1996; Akt. Licht & Chabot, 2006). Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeği

bu ölçeklerden biridir. Bu ölçekte de, Bowen'ın benliğin ayrımlaşması kavramının kültürlerarası uygulanabilir bir yapısının olduğu kanıtlanmış ve farklı yaşlara da uygulanabileceği görülmüştür. Ayrıca bu ölçeğin, aile içerisindeki etkileşimler ve aile içerisindeki duygusal ilişkiyi kesen durumlar konusunda da ailelere yönelik hizmetler verebilmesine yardımcı olacağı öne sürülmektedir (Licht & Chabot, 2006).

Alan yazına bakıldığı zaman, benliğin ayrımlaşması kavramının evrensel bir niteliğinin olduğu ve çeşitli kültürlerde de kullanılabildiği görülmüştür. Ancak benliğin ayrımlaşması kavramıyla ilgili olarak Türk kültürüne yönelik yeterince çalışmanın yapılmamış olmasının, bir eksiklik olduğu düşünülmektedir. Yapılan çalışmaların sonuçlarını ve Bowen'ın, benliğin ayrımlaşma düzeyini etkilediğini savunduğu etmenleri destekleyen çalışmaların sayısının da yeterli sayıda olmadığı görülmektedir. Özellikle KKTC'de boşanmaların giderek artması, evliliklerde sorunların olması, iç yaşantılara yönelik bireyselleşme süreciyle alakalı olan duygusal ayrımlaşmayla ilgili herhangi bir ölçeğin olmaması Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışmasının yapılmasını gerekli olduğu düşünülmektedir.

1.2 Araştırmanın Önemi

KKTC'deki evli bireylerin benliklerinin ayrımlaşmasıyla ilgili yapılan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Uyarlanacak ölçekle evli bireylerin sürekli kaygı ve evlilik yaşam doyumları düzeylerinin benliklerinin ayrımlaşma düzeylerine etkisinin incelenecek olmasının literatüre katkı koyacağı ve sorunların ortaya çıkmasını etkileyen sürekli kaygı ve evlilik yaşam doyumları düzeylerinin tespit edileceği düşünülmektedir.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanmasıyla birlikte, ölçek psikolojik danışmanlık ve rehberlik, psikoloji ve özellikle aile danışmanlığı alanlarında kullanılarak bireyler

arasındaki duygusal kopmaların sebeplerinin görülmesi ve ayrıca tespit edilen sorunların ortaya çıkmasını engelleyecek önlemlerin de alınmasında kolaylık sağlayacağına, literatüre kazandırılarak Türk kültüründe konuyla ilgili çalışmaların yapılmasına destek sağlayacağına inanılmakta ve bu yönlerden önemli olacağına inanılmaktadır.

1.3 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın ilk amacı, bireylerin duygusal ayırma düzeylerini ölçmeye yönelik olarak Chabot (1993) tarafından geliştirmiş olan “Chabot Emotional Differentiation (CED)” ölçeğini Türkçeye uyarlayıp KKTC’deki evli bireyler üzerindeki güvenilirliğini ve geçerliğini test etmektir.

İkinci amacı, CED ile sürekli kaygı ve evlilik yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Üçüncü amacı, evli bireylerin bazı sosyo-demografik değişkenlerine göre duygusal ayırma düzeylerinin incelenmesidir.

1.3.1 Alt Problemler

Araştırmanın amaçları doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Evli bireylerin CED puanları ile SKE puanları ve EYDÖ puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Evli bireylerin duygusal ayırma düzeyleri yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Evli bireylerin duygusal ayırma düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Evli bireylerin duygusal ayırma düzeyleri evlenme biçimine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

5. Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri evlenme yaşına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
6. Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri evlilik sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
7. Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri evlilik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
8. Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
9. Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri mesleğe göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

1.4 Sayıtlar

Araştırmanın çalışma grubunda yer alan evli bireylerin, Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinde, Sürekli Kaygı Envanterinde, Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeğinde yer alan maddelere ve Kişisel Bilgi Formunda yer alan sorulara içtenlikle cevap verdikleri varsayılmaktadır.

1.5 Sınırlılıklar

1. Araştırmanın çalışma grubu, Gazimağusa'da ikamet eden evli bireyler ile sınırlıdır.
2. Evli bireylerin sosyo-demografik özelliklerine dair veriler, araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formundaki soruların ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
3. Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeylerine dair veriler, Türkçeye uyarlanması planlanan Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.6 Tanımlar

Benlik: Kişinin, kendisine ait olarak gördüğü bütün deneyimleri ve yaşanan bu deneyimlere atfettiği değerlerdir (Rogers, 1961).

Benliğin Ayrışması: Kişinin, kendini ailesinden duygusal ve bilişsel açıdan ayırıp hiç kimsenin etkisi olmadan kendi kararlarını verebilmesidir (Bowen, 1985).

Boşanma: Hukuki bir sözleşme olarak yasal bir temele dayanan evliliğin, oluşturulma şekli gibi yasal olarak sonlandırılmasına boşanma denir (Özgüven, 2001, s. 306).

Duygusal Ayrışma: Kişinin, kendi düşünceleri ile duyguları arasında ayırım yapabilmesi ve karar vermesi gereken bir konuda kendisini duygularının mı yoksa aklının mı yönlendireceğinin tercihini yapabilmesi yeteneğidir. Duygusal ayrışma düzeyi yüksek olan birey, duygularını inkar etmeden mantığı doğrultusunda karar verebilmektedir (Bowen, 1978'den aktaran Licht & Chabot, 2006).

Ben Pozisyonu Alma: Bu kavram bireylerin, sonuçlarının sorumluluğunu alarak kendi duygu ve düşüncelerini ifade edebilmelerini ve diğer bireyleri de kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmeleri konusunda cesaretlendirmelerini tanımlamaktadır (Bowen, 1985).

Duygusal Tepkisellik: Benliği ayrılaşmamış bireyler, bilişsel ve duygusal süreçlerini birbirinden ayırtmamıştır. Bu bireyler aldıkları kararları bilişsel süreçlerine göre değil duyguları doğrultusunda alırlar. Duygusal tepkisellik, duyguların, düşünceyi geride bırakması sonucunda bireyselleşmenin gerçekleşmemiş olmasıdır (Kerr & Bowen, 1988).

Evlilik: Evlilik, kadın ile erkeği karı-koca olarak tanımlayan, gerek eşlerin gerek de çocukların yasal olarak hakları bulunan, ortak bir yaşam sürmek ve çocuk yapmak için yapılan bir sözleşmedir (Özgüven, 2000, s. 19).

Evlilik Uyum: Evlilikte her iki tarafın, günlük yaşam içerisinde değişen şartlara karşı uyum göstermeleri ve bu şartlar içerisinde de birbirlerine uyum sağlayacak biçimde değişim göstermeleri şeklinde tanımlanmaktadır (Spanier, 1976).

Evlilik Doyumu: Evlilik doyumu, bireylerin kendi evlilik ilişkilerindeki ihtiyaçlarını karşılama düzeyleriyle ilgili algıları şeklinde tanımlanabilir (Tezer, 1996).

Sürekli Kaygı: Kişinin, nesnel ölçütlere ilişkin olarak tarafsız olan durumları kendisi için tehlike yaratan ve tehdit edici olarak algılaması ve yorumlaması sonucu kendisinde ortaya çıkan mutsuzluk ve huzursuzluktur. Buna göre kişi, içinde yer aldığı durumları genellikle stresli olarak yorumlamaya meyil halindedir (Spielberger, 1966'dan aktaran Le Compte & Öner, 1985).

Bölüm 2

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde evlilik, aile ve boşanma ile ilgili tanımlara, evlilik ve aile ile ilgili kuramsal açıklamalara ve konuyla ilgili olarak yurtiçinde ve yurtdışında yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

2.1 Evlilik

Dünyadaki gelişmelerin, toplumlarda zaman içerisinde köklü değişimleri meydana getirdiğine inanılmaktadır. Bu toplumsal değişimler, gerek sosyal ve kültürel gerek de ekonomik yönden olup toplumu oluşturan pek çok kurumu etkilemiş ve etkilemeye devam etmektedir (Güler ve Ulutak, 1992; Velidedeoğlu-Kavuncu, 2006, s. 31). Ancak toplumlardaki bazı kurumlar, kültürden kültüre ve zaman içerisinde gerek içeriği gerek de biçimi değişiklik göstermesine rağmen geçmişten günümüze evrenselliğini korumuştur. Bu kurumlar insanlık tarihinin en eski kurumlarından olan ve toplumun temel birimleri olarak kabul edilen aile ve evlilik kurumlarıdır. Aile ve evlilik kurumu, geçmişten günümüze dünyadaki değişim ve gelişmeye uyarak çeşitli değişikliklere uğramış olsa da bütün toplumların temel yapı taşı olma özelliğini korumuş ve evrensel niteliğini kaybetmemiştir (Gül, 2004, s. 9; Tarhan, 2010, s. 13). Bu iki kurumun birbiriyle iç içe geçtiği söylenebilir. Nitekim toplumsal düzenin temeli niteliğinde olan aile kurumu, evlilik kurumu ile oluşmaktadır (Burç, 2018; Canatan, 2011, s. 57; Sezen, 2005; Yılmaz, 2001). Evlilik, ailenin çekirdeğidir (Yıldız, 2004, s. 157). Bu doğrultuda evlilik ile aile arasında

güçlü bir bağın bulunduğu, ailenin temelini evlilik kurumunun oluşturduğu ve bu yönüyle de evlilik kurumunun toplum için öneminin büyük olduğu söylenebilir.

İnsanlık tarihinin en eski kurumlarından birisi olan evlilik kurumu, zaman içerisinde toplumsal düzendeki değişime uysa da toplumların temel birimi olarak evrensel olma özelliğini kaybetmemiştir (Özgüven, 2000, s. 19; Özgüven, 2001, a. 60). Geçmişten günümüze evlilik kurumu evrenselliğini, toplumdaki pek çok alanda işlevsel olmasından dolayı yitirmemektedir. Bu işlevler, çiftlerin ihtiyaçlarına dayanmaktadır. Bunların evliliğin biyolojik, sosyal ve psikolojik ihtiyaçları olduğu söylenebilir (Özgüven, 2000, s. 19). Kadın ile erkeğin birbirlerine cinsel eğilimleri vardır ve bu ihtiyaç, insan neslinin devamı, bireylerin kendi soylarını devam ettirebilmeleri için gereklidir. Çiftlerin cinsel yönden doyum yaşaları önemli bir işlevdir. Eşler arasında cinsel doyumun olması, bir evliliğin iyi bir şekilde sürebilmesi için önemli olarak görülmektedir. Bu işlev, evliliğin biyolojik ihtiyacı olup bu ihtiyacın karşılanmasını kapsamaktadır. Ayrıca biyolojik ihtiyacın karşılanmasıyla birlikte çiftler çocuk yapma ve çocuk yetiştirme ihtiyaçlarını da giderebilmektedirler. Evliliğin psikolojik ihtiyacı, çiftler arasındaki sevgiye dayanmaktadır. Çiftlerin koşulsuz bir şekilde birbirlerini sevmeleri, birbirlerine ilgi göstermeleri bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını gidermek için gereklidir. Eşler arasında psikolojik ihtiyacın karşılanması, bir evliliğin iyi bir şekilde sürdürülebilmesi için önemlidir. Evliliğin sosyal ihtiyacını ise, eşlerin birbirlerine güven duyabilmeleri, destek görmek, yalnız olmadıklarını hissetmek gibi güven ihtiyaçlarını kapsamaktadır (Özgüven, 2000, s. 19; Tarhan, 2010, s. 14). Evliliğin bu işlevlerine bakıldığı zaman evlilik kurumunun, çiftlerin paylaşımlarda buldukları, birbirlerinin biyolojik, psikolojik ve sosyal gereksinimlerini karşıladıkları ortak bir yaşam olduğu söylenebilir.

Evlilik kurumu, insanlık tarihinin en eski kurumlarından birisidir ve tüm toplumlarda ortak bir şekilde resmi birliktelik biçimi olarak kabul görmektedir (Tarhan, 2011, s. 13). Nitekim evlilik kurumuyla ilgili yapılan kimi tanımda da, evliliğin resmi bir birliktelik biçimi olduğundan ve yasalara dayandırıldığından bahsedilmektedir. Birleşmiş Milletler Nüfus Komisyonu evliliği, bir erkek ile bir kadının yasal olarak birleşmesinden ortaya çıkan bir kurum olarak tanımlarken (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2011) Türk Medeni Kanunu'nun 185. maddesinde ise evlilik birliğinin, çiftlerin evlenme yoluyla kurulmuş olduğundan bahsedilmektedir. Diğer bir tanımda da evlilik, yasalara uygun bir şekilde kadınla erkeğin bir aile kurmak amacıyla bir araya gelmesi olarak tanımlanmaktadır (Güncel Türkçe Sözlük, 2008). Yıldız (2004) da, kadın ile erkeğin nikah yoluyla birleşmesi sonucunda evliliğin bir kimlik edindiğini savunmuştur (s. 158). Evlilik, kadın ile erkeği karı-koca olarak tanımlayan, gerek eşlerin gerek de çocukların yasal olarak hakları bulunan, ortak bir yaşam sürmek ve çocuk yapmak için yapılan bir sözleşmedir (Özgüven, 2000, s. 19). Bu sözleşme hukuki bir sözleşmedir ve yasal bir ilişki şekli olması dolayısıyla evliliğin, çifte ve çocuklara birtakım haklar tanıyarak bireyleri yasal olarak güvenceye almaktadır (Özgüven, 2001, s. 62). Yapılan bu tanımlar, evliliğin hukuki boyutunun olduğunu göstermektedir.

Evliliğe hukuki açıdan bakıldığı gibi kültürel açıdan da bakılmaktadır. Aile üyelerinin hakları, yasalara dayandırılmasının yanında içinde yaşanılan toplumun geleneklerine, kültürüne göre de şekillenmiştir (Özgüven, 2000). Kültür, evliliğin kabul edilebilme durumlarını belirleyen bir etmen olup evliliklerin toplum tarafından kabul edilme durumları kültürden kültüre değişkenlik gösterir (Tarhan, 2010; s. 14). Evlilikle ilgili yapılan kimi tanımlarda da, içinde yaşanılan toplumun kültürel yapısının izleri görülmektedir. Kimi kültürlerle göre, çiftlerin evlenmeden birlikte

yaşamaları meşru iken kimi kültürlerde de çiftlerin evlenmeden birlikte yaşamalarını toplum onaylamamaktadır. Nitekim Doğan (2012, s. 188) evliliği, meşru dayanağı olan toplumsal bir ilişki olarak tanımlamaktadır. Evliliğin toplumsal olarak görülmesinin sebebi de, ilişkiyi onaylayanın içinde yaşanılan toplumun olmasıdır. Ayrıca bireylerin farklılıklarına değinen yani birbirinden farklı kültürlere sahip, farklı çevrelerde yaşamış, farklı düşüncelere, farklı iletişim stillerine sahip iki kişinin bir araya gelerek ortak bir yaşam oluşturabildiklerine dikkat çeken tanımlar da bulunmaktadır. Nitekim Ateş (2004, s. 67) evliliği, birbirinden farklı aile yaşantılarına, ayrı kültürlere ve ayrı değerlere sahip iki bireyin, kendilerini tekrardan tanımladıkları hem özel hem de yeni olan bir yapı olarak tanımlamaktadır. Diğer bir tanıma göre de evlilik, birbirlerinden farklı özelliklere sahip iki kişinin bir araya gelerek hayatlarında hem yeni hem de önemli olan bir başlangıç yaptıkları dönemdir (İlgar, 2004, s. 127). Yani birbirlerinden farklı yaşamlara sahip iki bireyin yaşamlarını birleştirdikleri ve yeni bir yapı ortaya çıkardıkları bir olgu olan evlilik, insan yaşamındaki en önemli geçiş dönemlerinden biri olup insanların yaşamları için önemli bir dönüm noktasıdır (Sezen, 2005). Bu dönüm noktası, insanların hayatlarında önemli değişimlerin ve yeniliklerin meydana gelmesine yol açan bir toplumsal kurumdur (Özkardeş, 2004, s. 79). Bu tanımlara göre evliliğin anlamının, kadın ile erkeğin karı-koca olarak hayatı paylaşmasından çok daha fazlası olduğu söylenebilir (Yıldız, 2014, s. 158).

Geçmişten günümüze toplumsal yapıda değişimleri beraberinde getiren gelişmeler, toplumdaki evlenme biçimlerinin yaygınlığını da etkilemiştir. Günümüzde bireylerin tanışıp flört etmeleri sonucunda olan evlilikler yaygındır (Sezen, 2005). Flört ederek evlenme, iki bireyin tanışması ve bir flört döneminden sonra anlaşarak evlenmesidir. Daha çok şehirlerde, zaman içerisinde kültürel

değişimlerin yaşandığı yerlerde görülmektedir (Özgüven, 2000). Flört dönemi neticesinde gerçekleşen evlilikler yaygın olmasına rağmen toplumda görücü usulü evliliklere de rastlanmaktadır. Görücü usulü evlenme, geleneksel yapıdaki bölgelerde görülen bir evlenme biçimi olup oğullarını evlendirmek isteyen ailelerin oğullarına akraba ve komşu gibi tanıdıklar aracılığıyla kendi istedikleri kriterlere göre bir kız bulmaları sonucunda gerçekleşen evliliştir (Sezen, 2005). Yani görücü usulü evlilikte bireyin kimle evleneceği aile tarafından belirlenirken flört ederek evlenmede de iki bireyin tanışıp birbirleriyle evlenme kararını da kendileri belirlemektedir.

2.1.1 Evlilik Uyumu

Evlilik kurumuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında zaman, evlilik kalitesi, evlilikte eşler arasındaki uyum, evlilik doyumu, evlilikte mutluluk gibi kavramların araştırmalara temel oluşturduğu görülmektedir (Spanier & Lewis, 1980; Spanier, 1976). Evlilik kurumuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında zaman, gerek eşler arasındaki ilişkinin kalitesini, evlilikte eşler arasındaki uyumu ve doyumu ölçen gerek de çeşitli değişkenlerin bu kavramları etkileyip etkilemediğini gösteren gerek de konuyla ilgili ölçeklerin geliştirildiği (Locke & Wallace, 1959; Locke & Williamson, 1958; Spanier, 1976), Türkçeye uyarlandığı (Tutarel-Kışlak, 1999) ve başka değişkenlerle incelendiği pek çok çalışmanın yapıldığı görülmektedir (Buluş ve Bağcı, 2016; Civan, 2011; Çağ ve Yıldırım, 2013; Güral, 2016; Kublay ve Oktan, 2015; Spanier, 1976; Spanier & Lewis, 1980; Sabatelli, 1988; Şendil ve Korkut, 2008; Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002; Tutarel-Kışlak & Çavuşoğlu, 2006; Yalçın, 2014; Yıldız ve Baytemir, 2016). Bu çalışmalara temel oluşturan kavramlardan biri olan evlilik kalitesi, bünyesinde eşler arasındaki uyumu, evlilik doyumunu, evlilikte çiftlerin mutluluğunu barındıran, bunların toplamı olan bir kavramdır (Spanier, 1976; Lewis and Spanier, 1979'dan aktaran Lewis & Spanier, 1980). Araştırmacılara göre

evlilik kalitesini oluşturan bu kavramların, içerdikleri anlam bakımından birbirlerine yakın olması ve bu kavramları birbirlerinden ayıracak net ve ortak bir ölçütün olmaması, bu kavramların birbirlerinden ayırt edilmesi konusunda zorluk yaşanmasına sebep olmaktadır (Lewis & Spanier, 1980; Sabatelli, 1988; Spanier, 1976; Yılmaz, 2001). Ancak gerek evlilik uyumunun gerek diğer kavramların belli ölçütlere göre diğerlerinden farklı anlamlara sahip olduğunu ortaya koymaya çalışan ve bu kavramların açık ve net bir şekilde tanımlanabilmesinin önemine değinen çalışmalar yapılmıştır (Sabatelli, 1988; Spanier & Cole; 1976; Spanier, 1976; Spanier & Lewis, 1980). Konuyla ilgili çalışmaları bulunan ve eşler arasındaki uyumu ölçmek amacıyla Çiftler Uyum Ölçeğini oluşturan Spanier (1976)'e göre evlilik uyumu, bir süreçtir ve etkileşimlerin yaşandığı bu süreç içerisinde eşlerin, günlük yaşam içerisinde değişen şartlara uyum göstermeleri ve bu şartlar içerisinde de birbirlerine uyum sağlayacak biçimde değişim göstermeleri şeklinde tanımlanmaktadır. Bu sürecin sonucunda evlilik uyumunun düzeyi beş etkene göre belirlenmektedir. Bu etkenler; çiftler arasında yaşanan sorunları ortaya çıkaran farklılıklar, eşlerin kişisel kaygısı ve kişilerarası gerginlikleri, çift doyumu, eşlerin birlikteliği ve eşler arasındaki fikir birliğidir. Oluşturulan bu tanım, hem evli olmayan çiftler arasındaki uyum için hem de evli olan çiftler arasındaki uyumu tanımlamak için kullanılmakta ve uyumlu bir evlilik/çift için hangi durumların etkili olduğunu göstermektedir (Spanier, 1976; Spanier & Cole, 1976).

Uyumlu bir evliliğin olabilmesi için her iki tarafın da birtakım durumlara özen göstermeleri gerekir. Eşlerin birbirlerini dinlemeleri ve birbirlerinin isteklerini dile getirmeleri, evliliğin canlılığı için önemlidir. Evliliğin iyi bir şekilde sürdürülebilmesi için eşler arasında uygun iletilerin gerek sözel olarak gerek beden dili ve jest ve mimiklerle sağlanması ve eşlerin birbirlerinin gerek ruhsal gerek

toplumsal gerek de cinsel beklentilerini karşılama ve isteklerini açıklamaları için etkileşimin olması ve devam etmesi gerekmektedir. Eşler arasındaki uyum, iletişimin etkili ve sağlıklı bir şekilde kurulmasına dayanmaktadır. Eşlerin birbirini dinlememesi ve anlamaması evlilikte sorunların çıkmasına, etkili olmayan bir iletişim de zaman zaman çıkabilecek anlaşmazlıklarda da eşler arasında uzlaşmanın sağlanamamasına sebep olmaktadır. Aralarındaki sorunları çözmek için de iyi bir şekilde iletişimin olmadığı bir evlilik, her iki tarafa da zarar verir. Bu noktada evlilikte uyumun sağlanabilmesi için, eşlerin birbirlerine uyum sağlamaya çalışarak bir hayatı paylaşmaları için birbirlerini dinlemeleri, beklentilere ve düşüncelere önem vererek söylenenleri anlamaya çalışmaları yani iletişimi sağlıklı ve etkili bir şekilde kullanmaları gerekmektedir (Özgüven, 2001, s. 89). Sabatelli (1988)'ye göre de uyumlu bir evlilik, eşler arasında sağlıklı ve etkili bir iletişimin olduğu, çok önemli alanlarda ve konularda fazla anlaşmazlıkların ortaya çıkmadığı ve zaman zaman yaşanabilen anlaşmazlıkların da iki tarafın istekleri göz önünde bulundurularak ortak bir yol bulunup iki tarafı da memnun edecek şekilde çözüme kavuşturulabildiği evliliğdir. Yani evlilik uyumu, aralarında etkileşimin yaşandığı, ortaya çıkabilen problemleri her iki tarafın da beklentilerini göz önünde bulundurarak iyi bir şekilde çözebilen, sağlıklı ve etkili bir iletişimin olduğu, alınacak kararlarda fikir birliği sağlayabilen eşler arasındaki uyum olarak tanımlanabilir (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar & Akar, 2005).

Yapılan bu tanımlara bakıldığında zaman araştırmacılar tarafından, evlilik uyumu için eşler arasındaki iletişimin önemli olarak kabul edildiği söylenebilir. İletişimin evlilik uyumu açısından önemi, çalışmalarla ortaya koyulmuştur (Karadağ, 2015; Şendil & Korkut, 2008). Karadağ (2015)'in yaptığı çalışmaya göre eşler arasındaki iletişim ile ebeveynlerle çocuklar arasındaki iletişim evlilik uyumunu etkilemektedir.

Buna göre, gerek eşle gerek de çocuklarla olan iletişimin yani aile içi iletişimin de evlilik uyumu üzerinde etkisi vardır. Ayrıca yapılan çalışmalara bakıldığı zaman evlilik uyumu ile iletişim arasındaki ilişki gibi evlilik uyumunu öznel mutluluklar, insan onuru ve romantik değerler (Kublay ve Oktan, 2015), empati (Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002; Tutarel-Kışlak & Göztepe, 2012), nedensel ve sorumluluk yüklemeleri (Gül, 2016; Tutarel-Kışlak, 1997), evlenme biçimleri (Çelik, 2009; Kahveci, 2016; Şendil & Korkut, 2008), depresyon (Düzgün, 2009; Kahveci, 2016; Tutarel-Kışlak & Göztepe, 2012), cinsel doyum ve mükemmeliyetçilik (Kızılöz-Başsayın, 2018), evlilik süresi (Çelik, 2006; Demir, 2016), bağlanma biçimleri (Demir, 2016; Erdoğan-Taycan & Çepik-Kuruoğlu, 2014; Erişti, 2010; Tutarel-Kışlak & Çavuşoğlu, 2006), çocuk sayısı (Karadağ, 2015; Şendil & Korkut, 2008; Yazıcı-Çelebi, 2017), evlilik çatışması (Karadağ, 2015; Şendil & Korkut, 2008), benliğin ayrılaşması (Polat, 2014) gibi pek çok değişkenin yordadığı görülmektedir. Yani yapılan çalışmalar ve tanımlar ışığında evlilik uyumu üzerinde çeşitli etkenlerin etkisinin olduğu söylenebilir.

Evlilik uyumu için önemli bir unsur olan iletişimin, eşler arasında etkili bir şekilde kullanılmaması, yaşanan problemler üzerinde durulmayıp problemler hakkında konuşulmaması evliliklerde her iki taraf için de iyi olmayan sonuçları meydana getirir (Özgüven, 2001, s, 89). Yani evlilik uyumu düzeyinin yüksek olması evlilik kurumu için olumlu bir durum iken, evlilik uyumu düzeyinin düşük olması da evlilik kurumu için olumlu bir durum olmayabilmektedir. Bu doğrultuda evlilik uyumunu etkileyen faktörler gibi evlilik uyumunun etkilediği durumların olduğu söylenebilir. Nitekim evlilik uyumunun boşanma ile ilişkisini, evlilik uyumunun boşanmaya etki ettiğini ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Yazıcı-Çelebi, 2017). Yazıcı-Çelebi (2017)'nin yaptığı çalışmada, eşinden boşanmayı düşünen

kişilerin evlilik uyumu düzeylerinin, eşinden boşanmayı düşünmeyen kişilere göre daha düşük olduğu sonucu çıkmıştır. Nitekim boşanmayı düşünme ile ilgili maddelerin yer aldığı, evlilik yaşantısıyla ilgili geliştirilen ölçekler de yer almaktadır (Spanier, 1976; Söylemez, 2011). Yapılan tanımlar ve araştırmalar sonucunda, evlilik uyumunun iyi bir evlilik yaşantısı, evliliklerin sürdürülmesi, evliliği bitirme kararının düşünülmemesi için önemli bir faktör olduğu söylenebilir.

2.1.2 Evlilik Doyumu

Evlilik doyumu, evlilik uyumunun bir parçasıdır (Spanier & Cole, 1976). Yani evlilik doyumu ile evlilik uyumu arasında bir ilişki vardır fakat bu iki kavram aynı anlama gelmemektedir. Evlilik doyumu kavramı, aralarındaki ilişki ve anlam bakımından birbirine benzemesi dolayısıyla evlilik uyumu kavramı ile karıştırılmıştır (Yılmaz, 2001). Bu doğrultuda evlilik uyumu ile evlilik doyumu ve bu kavramlarla karıştırılan diğer kavramların (evlilik kalitesi, evlilikte mutluluk,...) gerek belli ölçütlere göre birbirlerinden farklı anlamlara sahip olduğunu gerek birbirleriyle olan ilişkilerini net bir şekilde ortaya koymayı amaçlayan çalışmalar yapılmıştır (Sabatelli, 1988; Spanier & Cole; 1976; Spanier, 1976).

Evlilik için önemli görülen bu kavramlardan biri olan evlilik doyumunu ölçen ölçekler geliştirilmiştir (Çelik, 2006; Sabatelli, 1984; Tezer, 1996). Evlilik doyumu ile ilgili çalışmaları bulunan ve evlilik yaşamından alınan doyumu ölçmek amacıyla Evlilik Yaşamı Ölçeğini oluşturan Tezer (1996)'e göre evlilik doyumu, bireylerin kendi evlilik ilişkilerindeki ihtiyaçlarını karşılama düzeyleriyle ilgili algıları şeklinde tanımlanabilir. Diğer bir tanıma göre de evlilik doyumu, bireyin evliliğinden yarar sağlama düzeyine ilişkin algısını kapsayan zihinsel bir durumdur. Bu tanıma göre bireylerin, evliliklerinden aldıkları doyum, onların evliliklerinden sağladıkları yararlarla doğru orantılıdır. Birey, evliliğinden ne kadar yarar sağlıyorsa evliliğinden aldığı

doyum da aynı düzeyde olmaktadır. Yani bireyin evliliğinden gördüğü yarar arttıkça, beklentileri karşılandıkça evlilikten sağladığı doyum da o düzeyde artmaktadır (Stone & Shackelford, 2006). Sokolski ve Hendrick (1999) ise evlilik doyumunu, eşlerin gerek aldıkları kararlardaki eşitlikçi tutum, elde ettikleri kazanç, sorunları paylaşma ve çalışma gibi faktörleri içeren çevresel boyutlardan gerek de birbirlerine karşı sergiledikleri sevgi şekli, cinsel yaşamlarındaki memnuniyet, iletişim şekli gibi faktörleri içeren kişisel boyutlardan aldıkları psikolojik tatmin şeklinde tanımlamışlardır (Akt. Çelik, 2006). Bu tanımlara göre evlilik doyumunun, eşlerin evlilikte ihtiyaçlarının karşılanması doğrultusunda tatmin olma düzeyleriyle ilgili olduğu söylenebilir.

Evlilik doyumuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında zaman, evlilik doyumunu etkili iletişim becerileri (Buluş & Bağcı, 2016), problem çözme becerileri (Güven & Sevim, 2007), cinsel yaşamdan memnuniyet (Çağ & Yıldırım, 2013; Çağ & Yıldırım, 2018), gerçekçi olmayan ilişki beklentilerine ilişkin bilişsel çarpıtmalar (Güven & Sevim, 2007; Kervancıoğlu, 2016), çocuk sayısı (Aydın, 2016; Çağ & Yıldırım, 2018; Denli, 2016; Erden, 2016), cinsiyete göre algılanan eş davranışı ve kendini izleme tarzı ve yakın ilişkilerde yaşanan kaygı (Erden, 2016), evlenme biçimi (Yıldırım, 2017; Yıldız & Büyükşahin-Çevik, 2016), eşle çatışmanın sıklığı ve çatışmanın yaşattığı gerginlik (Tezer, 1994), benlik saygısı (Zeytinoğlu, 2013), benliğin ayrılaşması (Kaleta, 2014; Peleg, 2008) gibi pek çok değişkenin yordadığı görülmektedir. Bu çalışmalarla birlikte evlilik doyumunu etkileyen ve düzeyini belirleyen faktörlerin olduğu ve evlilik doyumunun bireylerin evlilik yaşamları için önemli olduğu söylenebilir.

Ayrıca yapılan çalışmalarda, evliliklerinde doyum yaşamayan eşlerin sonuç olarak boşandığı ve böyle bir sonucun gerek eşlere gerek de çocuklara olumsuz

yönde etkisinin olduğu ortaya çıkmıştır (Güven, 2005; Sevim, 1999). Yani evlilikten doyum sağlanamaması, evliliğin sonlandırılmasına sebep olabilmektedir. Evlilik doyumunun etki ettiği bu sonuca göre, iyi bir evlilik yaşantısı için evlilikten doyum sağlanması gerektiği söylenebilir. İyi bir evlilikte her iki taraf da birbirlerine daha yakın olur, saygı duyar ve değer verir (Çağ & Yıldırım, 2013). Evlilik yaşantısında kendisini değerli hissedene, doyum sağlayan birey de çevresine daha yararlı olabilir (Çelik, 2006). Bu durumun da bireylerin yaşam doyumlarını etkilediği düşünülmektedir. Nitekim bireylerin evliliklerinden sağladıkları doyumun, yaşam doyumuna etkisinin olduğunu ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Ng, Loy, Gudmunson & Cheong, 2009; Yıldız & Baytemir, 2016). Bu açıklamalar ve çalışmalar ışığında, evlilik yaşamı için evlilik doyumunun öneminin büyük olduğu söylenebilir.

2.2 Kaygı

Literatüre bakıldığı zaman, yirminci yüzyıla Kaygı Çağı denildiği görülmüştür fakat kaygı, endişe, korku gibi duygular çok öncesine dayandığı ve insanlığın kendisi kadar eski olduğu söylenebilir. İnsanlığın kendisi kadar eskilere dayanan diğer bir duygu olan korku da, antik çağlardan beri bilinmekteydi fakat kaygı, yirminci yüzyıla kadar ön planda değildi, net bir şekilde tanınmamaktaydı ve yirminci yüzyılın birinci yarısında ruh bilimine girerek yüzyılın ortalarına doğru ilgili çalışmalar yapılmaya başlanmıştır (Köknel, 1987, s. 137; Spielberger, 1983, s. 4). Ruh bilimi alanında kaygı kelimesini ilk kez ele alan ve tanımlayan Freud (1856), kaygıyı hissedilen bir şey olan, fizyolojik ve davranışsal bileşenlerden oluşan, insan için hoş olmayan bir duygu durum olarak tanımlamış ve kaygının insanın benliğini tehlikelere karşı uyarıcı bir işlevi olduğunu öne sürmüştür (Akt. Spielberger, 1983, s. 4; Köknel, 1987, s. 139). Ancak bu kadar eskilere dayanan kaygı, daha sonradan net

bir şekilde tanınmaya başlasa da kelime olarak da temeli eskilere dayanmaktadır. Kelime olarak kaygı (anksiyete) köken olarak eski Yunanca olup *anxietas* olarak endişe, merak, korku manalarına gelmektedir (Köknel, 1987, s. 138). Ayrıca Latince’de de “*angustiae*” kelimesine dayanan kaygı kelimesi, bunalıtı, korku ve kaygı manalarını kapsamaktadır (Kırlı, 2000’den aktaran Durmuşoğlu-Irmak, 2017). Kaygı kelimesinin kökenine ve farklı dillerde hangi kelimelere dayandığına bakıldığı zaman kaygının kelime olarak başka duyguları içerdiği, benzer duyguları çağrıştırdığı ve bu duyguların birbirlerinden ayrı olarak görülmediği söylenebilir. Nitekim Cüceloğlu (2000), duyguların tanımlanmasının zor olduğunu belirtmiş ve diğer duyguların tanımlanması gibi tanımlanması zor olan kaygının, üzüntü, yargılanma, sonucu bilememe, başarısızlık hissi, çaresizlik, sıkıntı ve korku gibi duygulardan bir ya da birden fazlasını bünyesinde barındırdığını belirtmiştir (s. 276). Köknel (1987) de insanların kaygılarını umutsuzluk, kararsızlık, gelecek için endişe, korku duygularını belirten kelimelerle ifade ettiklerini yaptığı inceleme ve gözlemlerine dayanarak ifade etmektedir (s. 138).

Kaygının tanımlanması zor olsa da pek çok kaynakta tanımının yapıldığı görülmekte ve kaygıyla ilgili yapılan kimi tanımlar içerisinde hangi durumlarda diğer duygulardan bahsedildiği açıklanmaktadır. En genel anlamda kaygı, insanın tehlike ya da şanssızlık korkusunun ya da bunlarla karşılaşma beklentisinin oluşturduğu bunalım ya da tedirginlik, akıl dışı korku olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımdaki akıl dışı korku kavramı, kişinin gerçek bir tehlike karşısında yaşadığı korkuya kıyasla yaşadığı orantısız bir kaygı olan fobik kaygı için kabul edilmektedir. Bu tanıma göre, kaygı korkuyu barındırabilmektedir (Budak, 2005, ss. 432-433). Baltaş ve Baltaş (2006) kaygının, hoş olmayan yani olumsuz olan duyguların ortaya çıktığı durumlar neticesinde çıktığını, kaynağı bilinmeyen korku olduğunu belirtmişlerdir (s. 122). Bir

diğer tanım da kaygıyı, ortaya çıkma sebebi net olmayan bilinçaltında yer edinmiş olan korku veya isteklerin karşılanamaması durumundan ortaya çıkan sıkıntı aynı zamanda güvensizlik durumundan ortaya çıkan insanı tedirgin eden duygudur (Bakırcıoğlu, 2006, s. 147). Fakat kaygı kavramının tanımı, kaygının içinde bulunduğu kuramsal temele ve tanımının bulunduğu çerçeveye göre değişikliğe uğramakta ve terimde tezatlıklar olabilmektedir. Nitekim bir önceki tanım orantısız bir kaygı için geçerliydi. Diğer bir tanıma göre ise kaygı, korku ile birbirlerinden ayrıdır. Bu tanıma göre, korkunun bir insana ve/veya bir olaya sahip olmasıyla yani bir nesnesi olmasıyla kaygıdan ayrılmaktadır. Kaygının, bir nesnesi bulunmamaktadır (Budak, 2005, ss. 432-433). Nitekim Baltaş ve Baltaş (2006)'a göre de korku, insanın toplumdaki yerini, sevdiği eşyaları ve yakınları gibi kendisi için önemli olan nesnelere içermekte ve bunların tehdit edildiği yani bunlar için tehlike oluşturan durumlarda ortaya çıkan, aynı zamanda fiziksel semptomların da görüldüğü duygusal tepkidir. Korku yaşandığında duygusal yönde gösterilen tepki derecesi, karşılaşılan tehditle aynı ölçüde olup karşılaşılan tehdidin bulunma süresi kadardır fakat kaygıda bu durumlar tam tersi bir hal almaktadır. Kaygı korkudan farklı olarak, kaygının yaşandığı zamanda duygusal olarak gösterilen tepkinin derecesi var olan tehditle aynı ölçüde olmamakta ve tehdidin varlığına bağlı olmayarak sürmektedir. Ayrıca insan, yaşadığı korkuyu ortaya çıkaran etmenle baş etmek ve korkuyu atlatmak için gerek bedenini gerek de düşüncelerini duruma göre kullanabilir fakat kaygı durumunda kişi, gerek bedensel güçlerini gerek de düşüncelerini içinde bulunduğu duruma göre kullanamaz. Bu açıklama da korku ile kaygının birbirlerinden gerek içinde bulunulan durumlar açısından gerek de verilen tepkiler açısından farklı olduklarını göstermektedir. En temel duygulardan kabul edilen kaygıyı, insanın tehlikeli olarak tanımlayabileceği, tehlikeli olarak kabul ettiği

durumlarda biraz yaşar (Spielberg, 1966'dan aktaran Öner & Le Compte, 1985, s. 1). Yani kaygı için, insanın kendisine tehlikeli olarak görünen bir durumda yaşanan duygu durum olduğu söylenebilir. Köknel (1987) de kaygıyı, elem yani üzüntü yaşanan bir durum doğrultusundaki duygulanım durumu olarak tanımlamıştır (s. 136). Türk Dil Kurumu'nun yaptığı tanıma göre kaygı; endişe edilen, üzüntü duyulan düşünce, tasadır. Beck (1976)'e göre ise kaygı, düşüncelerde oluşan çarpıtmalara göre oluşmaktadır (Akt. Güneş, 2016). Bu tanımlara göre kaygının, kişinin yaşadığı olaylara olan bakış açısına, bu olaylara ilişkin düşüncelerine göre ortaya çıktığı söylenebilir. Yani iki kişinin bir olay karşısında vereceği tepki aynı olmayabilir. Aynı olay karşısında bu iki kişiden birinin kaygı yaşaması diğer kişinin de kaygı yaşamaması durumu olabilir. Tüm bu tanımlar ışığında kaygının üzüntü veren, hoş olmayan bir duygu durumu olduğu, panik halini yaratabildiği, vücutta gerginlik yaratması, tehlikeli bir durumla karşılaşılacağı düşüncesi ve böyle bir beklenti içinde olunması, buna benzer olarak öznel algılanması, bir olay karşısında gelebilecek tehlikeler konusunda öznel bir beklentide olması gibi özelliklere sahip olduğu belirtilebilir (Köknel, 2004, s. 142).

2.2.1 Sürekli Kaygı

Kaygı, Spielberger (1966)'in tanımlamasına göre durumluk ve sürekli olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (Akt. Öner & Le Compte, 1985, s. 1). Durumluk kaygı, kişinin otonom sinir sisteminin uyarılması sonucunda belli bir zaman içerisinde kişide endişe, gerginlik gibi hoş olmayan duyguların meydana gelmesidir. Yani bu kaygı türü insanın, tehlike olarak algıladığı ve kabul ettiği durumlarda meydana gelmektedir (Spielberger & Reheiser, 2009). Bazı insanlar da yaşamlarında genellikle huzursuz ve mutsuzdurlar. Bu kişiler yaşamlarında kaygı yaşarlar fakat bu kaygı, direkt çevreden yani dışarıdan gelen tehlikelere ilişkin olmayıp içten kaynaklı

bir kaygı şeklinde kendini göstermektedir. Spielberger (1966) tarafından “Sürekli Kaygı (A-Trait)” olarak isimlendirilmiş olan bu kaygı türü, insanların tüm hayatlarını etkilemektedir. Sürekli kaygı, insanların kendi değerleri için tehlike oluştuğunu düşünmeleri veya insanların içerisinde oldukları durumları stres olarak tanımlamalarını kapsar. Yani sürekli kaygı türünde, kişinin yaşadığı kaygıda bir süreklilik söz konusu olup kişinin tüm hayatı etkilenebilmektedir (Akt. Öner & Le Compte, 1985, s. 1; Özgüven, 2014). Sürekli kaygı yaşayan kişiler, içinde buldukları durumların kendilerini olumsuz yönde etkileyebileceğini ve kendileri için tehlike oluşturabileceğini düşünmeleri sonucunda yaşamlarının tümünde yer edinen mutsuzluk ve huzursuzluktur. Ayrıca sürekli kaygı, insanları birbirlerinden ayırt eden bir kişilik özelliği olarak da kabul edilmektedir (Baltaş & Baltaş, 2006, s.122; Öner & Le Compte, 1985, s. 2).

Sürekli kaygının süresi ile şiddeti, kişinin kişiliğine göre farklılık göstermektedir. İnsanların kişilik yapıları, kaygı durumuna eğilimli olup olmadıklarını, bunun düzeyini ve hangi kaygı türünü yaşayacaklarını etkilemektedir. Kişilik yapısı, sürekli kaygı düzeyini ve yaşanan kaygının türünü etkilemektedir (Spielberger, 1972’den aktaran, Köknel, 1987, s. 143).

Sürekli kaygı, kroniktir ve sürekli kaygı düzeyi, bireylerin durumluk kaygı düzeylerinin gerek görülme sıklığı gerek de şiddetini de etkiler. Buna göre sürekli kaygı düzeyi yüksek olan kişiler, tehlike olarak algıladıkları durumlarda kaygıyı sürekli kaygı düzeyi düşük olan kişilere göre daha şiddetli yaşarlar. Durumluk kaygıda kişiler, tehlike olarak yorumladıkları geçici durumlarda kaygı yaşamaları açısından kişilerin hayatlarının her anında değil bazı durumlarda yaşandığı söylenebilir. Sürekli kaygı ise, durumluk kaygıya göre devamlılığı olan bir kaygı türüdür. Durumluk kaygı belli alanlarda yaşanır ve kişiyi o alanlarda etkiler, kişinin

kaygı yaşayabileceği yani tehlike olarak algıladığı durumlarda kendini belli ederek belirli durumlarda meydana gelir ve geçicidir fakat sürekli kaygı, insanın tüm hayatını etkilemektedir (Le Compte & Öner, 1985, ss. 1-2). Sürekli kaygı aynı zamanda durumluk kaygıyı da kapsadığı ve sürekli kaygının düzeyinin gelecekte yaşayacağı durumluk kaygı yaşama düzeyini ve sıklığını da etkilediği söylenebilir.

Le Compte ve Öner (1985) tarafından bu iki kaygı türü bir örnekle açıklanmış ve sürekli kaygı ile durumluk kaygı arasındaki fark ortaya koyulmuştur. Örneğe göre sürekli kaygı potansiyel bir enerji fakat durumluk kaygı kinetik enerjiye benzetilmiştir. Durumluk kaygının kinetik enerjiye benzetilmesinin sebebi, durumluk kaygının tıpkı kinetik enerji gibi belirli bir süre içerisinde meydana gelen, kendini gösteren bir olay olmasıdır. Sürekli kaygının ise potansiyel enerjiye benzetilmesinin sebebi, sürekli kaygının tıpkı potansiyel enerji gibi belirli bir tepkiyi ortaya çıkarmaya meyilli olmasıdır. Bu durum, insanda kaygının meydana gelmesinde etkili olan bir potansiyeldir. Yani sürekli kaygının, kaygının ortaya çıkması konusunda kişide bulunan gizli bir güç olduğu ve tüm bu açıklamalara dayanarak da insanın kişilik yapısına göre değişiklik gösterebildiği söylenebilir.

2.2.2 Evlilik ve Kaygı

Evlilikte yaşanan çeşitli koşullar, bireylerin evliliklerinde beklentilerini istenen düzeyde karşılayamamaları, evlilik doyumu, evlilik uyumu gibi pek çok durum eşlerin kaygı yaşamasına sebep olabilmekte ya da kaygı düzeylerinin artmasında etmen olabilmektedir. Ayrıca evlilik yaşantılarının bireylerin kaygı yaşamalarında etkili olabildiği gibi bireylerin yaşadığı kaygı da evlilik yaşantılarını etkileyebilmektedir. Yapılan çalışmalarda, bireylerin yaşadıkları kaygı ile evlilik yaşantıları arasında ilişki olduğu görülmektedir (Bayrami, Heshmati ve Karami, 2011; Yıldız, 2018). Yapılan araştırmalarda, bireylerin evlilik doyumu düzeyleri ile

kaygı düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya konmuştur (Bayrami, Heshmati ve Karami, 2011; Yıldız, 2018). Bayrami, Heshmati ve Karami (2011)'nin yaptıkları araştırmada, evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerinin sürekli kaygı düzeyleri ile arasındaki ilişki, durumluk kaygı düzeyleri ile arasındaki ilişkiden daha güçlü olduğu ortaya konmuştur. Yani bu araştırmaya göre, bireylerin sürekli kaygı düzeylerinin evlilik doyumları üzerindeki etkisi durumluk kaygı düzeylerinin evlilik doyumları üzerindeki etkisinden daha fazladır. Diğer çalışmalara bakıldığı zaman da, evlilikteki bazı yaşantıların eşleri olumsuz yönde etkilediği ve evlilikteki bu yaşantıların bireylerin kaygı düzeyleri üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Altıntop ve Kesgin (2018)'in çalışma grubunu infertilite tedavisi alan bireylerin oluşturduğu araştırmada, psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile başa çıkma yolları ve durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ortaya koyulmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre, infertilite tedavisi alan bireylerin sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeyleri ile duygu odaklı başa çıkma yollarını kullanma düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki bulunurken sürekli kaygı ve durumluk kaygı düzeyleri ile dayanıklılık ve aktif başa çıkma yollarını kullanma düzeyleri arasında ise negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup bu sonuçlar cinsiyet açısından farklılaşarak kadınlarda bu durumlar erkeklere göre daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Araştırmanın diğer bir sonucuna göre, kadınlar ve erkekler açısından bu tedavi sürecinin eşler arasındaki ilişkiye zarar vermediği ancak bu tedavi sürecinin evlilikteki iletişimi olumsuz yönde etkileyerek evlilikte problemlerin ortaya çıkmasına neden olduğu düşünülmekte ve bu düşüncenin kadınlarda erkeklerden daha fazla olduğu görülmektedir. Değişkenler arasında ortaya çıkan ilişki, infertilite tedavisinin bireylerin evliliklerini olumsuz yönde etkilediği sonucunu destekler niteliktedir.

Bu çalışmalarda evlilikle ilgili bir durumun bireylerin kaygı düzeyleri üzerinde etkisi olduğunun ortaya konduğu görülmektedir. Fakat bireylerin kaygı düzeylerinin evlilik yaşantıları üzerinde etkisi olduğunu ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır. Nitekim Durmuşoğlu-Irmak (2017) yaptığı araştırmada, bireylerin kaygı düzeylerinin evlilik yaşantılarını etkilediğini ortaya koymuştur. Araştırmada hem sürekli kaygı hem de durumluk kaygı ele alınmıştır. Araştırmanın sonuçlarında, evli bireylerin kaygı düzeyleriyle bağlanma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre, evli bireylerin sürekli kaygı düzeyleri arttıkça bireylerin saplantılı bağlanma, korkulu bağlanma ve kayıtsız bağlanma düzeyleri artmakta fakat güvenli bağlanma düzeyleri azalmaktadır ve evli bireylerin durumluk kaygı düzeyleri arttıkça da korkulu bağlanma ve kayıtsız bağlanma düzeyleri artmakta fakat güvenli bağlanma düzeyleri azalmaktadır.

Tüm bu çalışmalar ışığında, bireylerin evliliklerinde çeşitli sebeplerden ötürü kaygı yaşayabildiği, evlilik yaşantılarının bireylerin kaygı düzeylerini etkileyebildiğini ve var olan kaygı düzeylerinin de evliliklerini etkileyebildiğini yani evlilikle kaygı arasında bir ilişkinin olduğu söylenebilir.

2.3 Aile

Geçmişten günümüze toplumsal düzende meydana gelen değişimler karşısında değişikliğe uğrayan aile, toplumun en temel kurumu olma özelliğini korumuştur (Gül, 2004, s. 9; Velidedeoğlu-Kavuncu, 2006, s. 17; Tarhan, 2010, s. 13). Ancak toplumun en temel kurumu olan aile, yapısal ve işlevsel açıdan zaman ve yer bakımından değişkenlik gösteren bir kurumdur. Bu sebeple ailenin her yerde ve her zaman geçerliliğini koruyan kesin bir tanımını yapmak zordur (Zevkliler & Havutçu, 2003). Bundan dolayı aileyle ilgili kabul gören birbirinden farklı tanımlar yapılmıştır. Türk Dil Kurumu'na göre aile, evlilik ve kan bağı ile birbirlerine bağlı

olan eşler, çocuklar, kardeşler arasında olan ilişkilerden meydana gelen toplumun en küçük birliğidir. Gülerce (2007)'ye göre aile, toplumdaki farklı şekillerde tanımlansa da evrensel olarak kabul edilebilecek gelişimsel olayların gerçekleştiği sosyal bir birimdir (s. 10). Diğer bir tanıma göre aile, bir çatı altında yaşamlarını sürdüren, gelirlerini bölüşen ve iş birliği ile sorumluluklarını paylaşan, birbirlerini etkileyen, eşlerin evlilikle, anne-baba ve çocukların ise kan bağı yoluyla birbirlerine bağlı bulunan bireylerin oluşturduğu gerek yasal gerek de ekonomik ve sosyal bir kurumdur (Özgüven, 2001, s. 1). Ancak aile üyeleri birbirlerine sadece evlenme ve kan bağıyla değil, evlat edinme yoluyla da bağlı olabilmektedirler (Güler & Ulutak, 1992). Bu doğrultuda aile, evlilik, doğum, evlat edinme ve tercihleri doğrultusunda çiftlerin bir çatı altında iki veya daha fazla bireyin bir arada yaşadığı küme olarak tanımlanabilir (Cohen & Bolt, 2005). Yapılan bu tanımın, farklı aile tiplerini de kapsayan ve diğer tanımlara göre daha geniş sınırlara sahip bir tanım olduğu söylenebilir.

Ekonomik düzen, eğitim, siyasi rejim, dinsel tutum, gelenekler-görenekler, kültür gibi pek çok alan toplumdaki topluma değişiklik gösterse de toplumlarda bir aileyi oluşturan ailenin üyeleri yani eşler ve çocuk/çocuklar ortak konudur (Güler & Ulutak, 1992). Her toplumda ortak bir konu olan toplumun temel birimi aile kurumunun evrensel bir tanımı yapılamasa da ailenin evrensel olarak kabul edilen ekonomik, psikolojik, sosyal ve biyolojik olmak üzere dört işlevi vardır. Buna göre aile, üyeleri arasında biyolojik, duygusal, sosyal ve psikolojik etkileşimde bulunan gruptur. Biyolojik işlev, neslin devamını ve cinsel arzuların doyumunu sağlayan toplumsal açıdan onay görülen cinsel ilişkide bulunulmasını kapsamaktadır. Ekonomik işlev, aile üyelerinin bakımını sağlayan ve aile üyelerini bir arada tutan ekonomik işbirliğidir. Diğer bir işlevi olan psikolojik işlev ise, aile üyelerinin sevgi

dolu bir ev ortamında yaşamaları, çocukların sağlıklı bir ortamda yetişmesi ve her yönden gelişmelerinin sağlanmasını kapsamaktadır. Dördüncü işlev olan sosyal işlev ise, ailenin çocukların sosyalleşmesini ve içinde yaşanılan toplumun kültürünün, kurallarının öğretilmesidir (Eyce, 2004; Özgüven, 2000, ss. 1-2). Ailenin tüm bu işlevleri yeni neslin topluma kazandırmak için aile içinde yerine getirilmesi gereken durumları sağladığı söylenebilir.

2.3.1 Aile Yapısı ve Türleri

Sanayi devrimiyle birlikte modernleşme sürecinde toplumsal düzende değişimler meydana gelmiştir. Geleneksel yapıdaki toplumlar, zaman içerisinde modernleşmeyle birlikte bireyci tutumlara sahip olmaya başlamıştır. Yani insanlar artık toplumsal ahlak kurallarını, toplumsal değerleri benimsemek yerine özgürlük düşüncesiyle kendi ahlak kurallarını ve değerlerini benimsemeye başlamışlardır. Bu değişimler toplumun en temel birimi olan aileyi de etkilemiştir (Bayer, 2013). Geleneksel yapıdaki toplumlarda bir çatı altında birkaç kuşak bir arada yaşarken sanayileşme ve modernleşmeyle birlikte bu yaygın durum giderek azalmış ve bir çatı altında yaşayan kuşak sayısında azalma görülmüştür. Yani zaman içerisinde modernleşmeyle birlikte var olan aile tiplerine yenileri eklenmiştir. Bu aile tipleri, bir evde yaşamlarını sürdüren kuşak sayısı, çocuklu olup olunmadığı, ebeveyn sayısı gibi değişkenlere bağlı olarak farklılık göstermektedir. Tüm bu aile tipleri, geniş, çekirdek, geçiş, parçalanmış, tek ebeveynli gibi aile tipleri vardır (Gülerce, 2007, s. 10; Özgüven, 2001, s. 10). Geniş aile, birkaç kuşağın bir çatı altında yaşamlarını geniş akrabalık bağlarıyla yakın ilişki ve birliktelik içerisinde yürüten aile yapısıdır. Geleneksel aile yapısına sahip olan bu aile tipi ile az gelişmiş ülkelerde ve bölgelerin kırsal kesimlerde, ekonomisi toprağa dayalı olan yerlerde daha çok karşılaşılmaktadır. Aile içerisinde aile üyeleri arasında hiyerarşi söz konusudur. Bu

hiyerarşi yaşa, cinsiyete ve özellikle erkeğin statüsüne göre oluşmaktadır. Ayrıca bu aile tipinde, aile içi dayanışma varlığını güçlü bir şekilde ortaya koymakta, sorumluluklar aile üyelerine bölüştürülerek kişisel olarak sorumluluklar azalırken belli kurallara uyma konusundaki sorumluluklar artmaktadır (Güler & Ulutak, 1992; Gülerce, 2007, s. 10; Özgüven, 2001, s. 10; Yıldırım, 2011, s. 71). Diğer bir aile tipi olan çekirdek aile, evliliğe dayanan anne, baba ve çocuk/çocuklardan meydana gelen ve bu şekilde sadece iki kuşağı kapsayan aile tipidir. Sanayileşmeyle birlikte ekonomik ve sosyal koşulların değişmesine bağlı olarak bireylerin genç yaşta kolayca iş bulup ekonomik bağımsızlıklarını elde etmeleri ile ebeveynlerin geniş ailelerde olduğu gibi çocukları üzerinde kurdukları otorite etkisini kaybetmeye ve bireyler eşlerini ailelerinin istekleri dışında seçerek aile kurmaya başlamışlardır. Kentlerde yaşayan insan sayısının artması gibi çekirdek aile tipine sahip aileler de artmıştır (Bayer, 2013; Eyce, 2004; Güler & Ulutak, 1992; Gülerce, 2007, s. 11; Özgüven, 2001, s. 12; Yıldırım, 2011, s. 74).

Geçiş aile tipi ise, üretimin tarımdan sanayileşmeye doğru geçişinin sağlandığı ülkelerde görülen aile tipidir. Bu aile tipinin görüldüğü yerler, hızla gelişen, nüfusun hızla artmakta olduğu ve köyden kente göçün arttığı ülkelerdir. Bu aileler tip olarak çekirdek aile olsalar da aile içi ilişkilerde geniş ailede olduğu gibi gelenek-göreneklere bağlılık, belli kurallar etrafında toplanma gibi bir yaşam tarzı olduğu görülmekte ve geniş aileden çekirdek aileye doğru geçiş sağlanmaya çalışılmaktadır (Gül, s. 16; Özgüven, 2001, s. 14). Diğer bir aile tipi olan parçalanmış aile ise tüm bu aile tiplerinden farklıdır. Parçalanmış aile, eşlerden birinin veya her ikisinin de boşanma, ölüm veya ayrı yaşama gibi sebeplerle içinde bulunmadığı aile tipidir. Parçalanmış ailede tek ebeveyn kalmışsa bu aile aynı zamanda tek ebeveynli ailedir (Atilla-Demir & Genç-Çelebi, 2017; Aydın-Boylu & Öztöp; Eyce, 2004;

Güler & Ulutak, 1992). Çocukların anne ve babaları olmadan büyükanne ve büyükbabalarıyla bir çatı altında yaşamaları da bu aile tipine örnektir (Eyce, 2004; Güler & Ulutak, 1992).

Sanayileşmeyle birlikte aile tipi geniş aileden çekirdek aileye doğru geçiş sağlamaya başlamıştır. Bu durum, gelişmekte olan ülkelerde görülmektedir. Toplumumuzda sanayileşmeye başlamadan önce belirgin olan geniş aile tipi sanayileşmeyle birlikte yerini çekirdek aile tipine bırakmaya başlamıştır. Fakat bu durum Türk ailesinin çekirdek aile tipine geçtiğini göstermemektedir. Toplumumuzda hem geniş aile tipine hem de çekirdek aile tipine rastlanmaktadır. Ancak genel olarak üretimin tarıma dayalı olduğu kırsal kesimlerde geniş aile tipi varlığını sürdürürken, sanayileşmenin izlerinin daha çok görüldüğü ve her bireyin bağımsız olarak maddi gelirini sağladığı şehirlerde çekirdek aile tipi görülmektedir (Bayer, 2013; Güler & Ulutak, 1992; Özgüven, 2001, s. 14). Tüm bu tanımlar ve açıklamalara göre, yaşanan teknolojik gelişmelerin toplumsal düzende aile kurumunun yapısını ve türlerini etkilediği söylenebilir.

2.3.2 Sağlıklı (İşlevsel) Aile

Aile içerisinde gerek eşler arasındaki gerek çocuklar arasındaki iletişimin gerek de ebeveynler ile çocukların birbirleriyle olan iletişimlerinin etkili ve sağlıklı bir şekilde olması, aile üyelerinin ruh sağlıkları için önemlidir. Birbirleriyle olan ilişkilerine önem veren, iletişimi etkili bir şekilde kullanan, aile üyelerinin içinde buldukları aileden aile, sağlıklı ailedir (Görgün-Baran, 2004; Işıloğlu, 2006; Şahin & Aral, 2012). Sağlıklı aile, aile üyelerinin ihtiyaçlarının karşılanabildiği, aile üyeleri arasında iyi ilişkilerin olduğu, bireylerin içinde buldukları aile ortamından memnun oldukları ailedir. Bu tür bir ailede, aile üyeleri arasında ortaya çıkan sorunları etkili bir şekilde çözme yönünde işbirliği ve etkileşim söz konusudur.

Sağlıklı bir ailede aile üyelerinin rolleri, aile içerisindeki kurallar, bellidir ve aile üyeleri birbirlerine olan sevgi ve saygılarını hissettirirler (Özgüven, 2001, s. 34; Velidedeoğlu Kavuncu, 2006, s. 19). Aile içerisinde üyeler arasında etkili bir iletişimin olması, bu işlevlerin yerine getirilebilmesi için en önemli koşullardan biridir. Sağlıklı bir ailede üyeler arasında etkili iletişimin yanında bireylerin birbirlerine olan karşılıklı saygısı, bireyler arasındaki işbirliği ve sorumluluk sahibi olunması bulunmaktadır. Sağlıklı aile, işlevsel bir ailedir. Yani bir ailenin sağlıklı olarak kabul edilebilmesi için yerine getirilmesi beklenen işlevleri sağlaması gerekmektedir. Sağlıklı bir aile, ailenin biyolojik, psikolojik, ekonomik ve sosyal işlevlerini yerine getirebilen ailedir. Bu önemli işlevler çerçevesinde birey, çevresiyle uyumlu olma, başarılı kişilerarası ilişkiler kurabilme, problemlerini etkili bir şekilde çözebilme, toplumda bir statü edinme, sevgi gösterme ve sevgi görme, karar verebilme gibi durumları ve bir kimlik edinmeyi sahip olduğu aileden öğrenir (Alacahan, 2010; Kır, 2011; Ünal, 2009; Velidedeoğlu Kavuncu, 2006, s. 19). Nitekim Lewis, Beavers, Gosselt ve Philips'e göre sağlıklı aile, bir aileden yerine getirilmesi beklenen işlevleri istenen ölçüde sağlayan fonksiyonel aile olup aile içerisinde bireylerin birbirlerinin düşüncelerine saygı gösterdikleri, aile bireylerinin birlikte zaman geçirdiği, içinde buldukları ailede mutlu oldukları ve etkili bir iletişimin olduğu ailedir. Diğer tanımlara göre de sağlıklı aile, kendisinden yerine getirmesi beklenen işlevleri yerine getirmesi açısından işlevsel olan, aile üyeleri arasında etkili iletişimin olduğu, bireylerin içinde buldukları aile ortamından memnun oldukları ve yaşanan sorunların yapıcı bir şekilde çözüme kavuşturulabildiği ailedir (Alacahan, 2010; Kır, 2011). Bu açıklama doğrultusunda da aile içerisindeki yaşantıların bireyin sosyal hayatına da yansıdığı ve aile içerisinde öğrendiklerinin kişiliği üzerinde etkili olduğu söylenebilir. Özellikle sağlıklı

ailelerdeki çocukların gelişimlerinin sağlıklı bir şekilde olduğu, yetişkin oldukları zaman da kişilerarası ilişkilerinde etkili iletişim kurdukları, diğer bireylere karşı saygı duydukları ve diğer insanlarla uyum içerisinde oldukları bilinmektedir (Görgün- Baran, 2004; Güleç, 2018; Işıloğlu, 2006; Şahin & Aral, 2012). Bu sebeple, ailenin işlevlerinin sağlıklı bir şekilde yerine getirilmesi aile üyeleri için önemlidir.

Aileyi kendisinden daha geniş bir sistem içerisinde ele alan ve bir ilişkinin tüm etkileşimi etkilediği görüşünü savunan Genel Sistemler Kuramı için de sağlıklı aile önemlidir. Bu kurama göre sağlıklı ailede, ailenin düzenini, bireyler arasındaki işbirliğini sağlayan kuralların bulunduğu, aile üyelerinin rollerinin belirgin olduğu, aile içerisinde alt sistemlerin bulunduğu ve bu alt sistemlerden anne-babanın alt sisteminin kardeş alt sisteminden daha güçlü olduğu ve aile yaşam döngüsü içerisindeki aşamalardan sırasıyla ve beklenen şekilde ilerlediği gözlemlenmektedir (McGoldrick & Carter, 2003). Tüm bu açıklamalara dayanarak sağlıklı (işlevsel) ailede, aile üyeleri beraber zaman geçirmekten mutluluk duyarlar, birbirlerinin düşüncelerine saygı gösterirler, aile içerisinde etkili bir iletişim hakimdir, bireyler birbirlerine destek verirler ve mevcut olan işleri işbirliğiyle bitirirler, eşler için birinci düzeyde doyum kaynağı evlilikleridir ve ikinci düzeyde doyum kaynakları ise anne-babalık görevleridir; bunun sebebi ise evlilikte yaşanabilecek sıkıntıların doğrudan ebeveynlikteki sorumlulukları da etkileyebileceği durumudur, aile üyeleri arasında bağlar sağlamdır fakat her birey diğerlerinin kişisel farklılığına saygı gösterir, bireyler arasında güçlü bir etkileşim vardır, aile içerisinde otorite ve bireylerin birbirlerine karşı üstünlükleri bulunmamakla birlikte aile içerisinde fikir alışverişi mevcuttur. Ayrıca sağlıklı bir ailedeki kişiler sorumluluk sahibi olmalarının yanında hem birbirlerine karşı hem de diğer insanlara karşı merhametlidirler ve aynı zamanda gerçekçi ve değişime açıktırlar. Roller konusunda her birey üstüne düşen

görevi yapar. Eşler birbirlerinin beklentilerini karşılamaktadırlar ve çocuklarını iyi bir şekilde yetiştirmek için uğraşırlar. İşlevlerini yerine getiren ailelerde yetişen bireyler, yetişkinliklerinde bireyselleşmelerini tamamlamış bireyler olarak toplumdaki yerlerini alırlar. Aile üyeleri birbirlerine zaman ayırırlar. Aile üyeleri arasında bir uyum ve bu uyumdan doğan bir bütünlük vardır. (Canel, 2011, ss. 137-139; Lewis, Beavers, Gosselt ve Philips, 1976'dan aktaran Alacahan, 2010).

Bir ailenin sağlıklı bir aile olmasında özellikle eşlerin payı büyüktür. Sağlıklı ailenin temelini eşler arasındaki uyum, etkili iletişim ve birbirlerine olan destek oluşturmaktadır. Aile içerisinde model alarak öğrenen çocukların ebeveynleri de uyumlu bir çiftse böyle bir ailede yetişen çocuklar da yetişkinliklerinde kuracakları ailelerinde sağlıklı bir ortam yaratabileceklerdir. Nitekim Karadağ (2015)'ın yaptığı araştırma sonucuna göre, etkili iletişim kurabilen eşler uyumlu bir çift olmakta ve bu uyum evliliklerinde de mutlu olmalarını sağlamaktadır. Evliliklerinde uyumlu ve mutlu olan çiftlerin de sağlıklı aileleri olmakta ve bu durum da çocuklara doğru rol modeli olmalarını sağlayarak çocukların daha uyumlu bireyler olmalarını sağlamaktadır.

Tüm bu açıklamalar ışığında sağlıklı bir ailede eşlerin mutlu, hayatta birbirlerine destek ve karşılaştıkları problemlere karşı çözüm üreten bireyler oldukları ve böyle ailelerde yetişen çocukların da yetişkinliklerinde kendileriyle ve dünyayla barışık, topluma yarar sağlayan bireyler oldukları söylenebilir. Çünkü çocuklar ebeveynlerini model alırlar ve etkili bir iletişim kuran eşler, çocuklarına da iyi modeller olarak çocukların yetişkinliklerinde nasıl bireyler olacaklarının temellerini atmış olurlar. Bu doğrultuda bir toplumun sağlıklı olabilmesi için o topluma birey kazandıran ailelerin de sağlıklı olması gerektiği ve sağlıklı ailelerin

sayısı arttıkça içinde yaşanılan toplumun daha sağlıklı olacağına inanılmaktadır (Canel, 2011, s. 138).

2.3.3 Sağlıksız (İşlevsel Olmayan) Aile

Sağlıksız aile en genel anlamda, sağlıklı bir ailede görülen ve aile bireylerini olumsuz yönde etkileyen durumların görülmediği ailedir. Yani bir ailenin yerine getirmesi beklenen işlevleri istenen düzeyde yerine getirmeyen ve bu konuda problem yaşayan aile olduğu söylenebilir. Sağlıksız aile, bir ailenin yerine getirmesi beklenen işlevleri istenen yönde ve yeterli düzeyde karşılamamasından dolayı işlevsel olmayan veya fonksiyonel olmayan aile olarak da bilinmektedir (Lewis, Beavers, Gosselt ve Philips, 1976'dan aktaran Alacahan, 2010; Ünal, 2009). Sağlıksız aile, aralarında etkili iletişim olmayan ve bu doğrultuda aile içerisinde yaşanan problemleri çözümlenmeyen, birbirlerine öfke duyan, aralarında empatinin kurulamadığı ve bu sebeple birbirlerini anlamakta güçlük yaşayan, ben dili yerine sen dili kullanan, birbirlerine karşı kaba, şiddet içeren ve onur kırıcı davranışlarda bulunan ve olumsuz yönde konuşmalarda bulunan, birbirlerine sevgi, saygı, merhamet göstermeyen, birbirlerine güvenmeyen, birbirlerini takdir etmeyen, aralarında güçlü bağlar olmayan aile üyelerinin oluşturduğu ailedir. Her ailede problemler yaşanabilir fakat bir ailenin sağlıksız olmasına sebep olan durumların en önemlilerinden biri, aile içerisinde yaşanan bu problemlerin aile üyeleri tarafından yapıcı bir şekilde çözümlenmeye çalışılmaması, problem çözme becerilerinin gelişmemesi, problemlerin yaşanmaya devam etmesidir. Bu ailelerde aile üyeleri arasında birlik, beraberlik, uyum, bütünlük yoktur (Canel, 2011, s. 143). Bu tarz bir ailede, aile üyeleri birbirlerine bağımlı ya da fazla kopuk olmaktadır. Ancak bir ailenin sağlıksız olmasına en önemli etken anne ve babanın kendilerine güvenlerinin az olması, çocuklarına karşı ebeveynlik rollerini üstlenememeleri, çocuklara yeterli

ilginin verilmemesi sayılabilir. Sağlıksız bir ailede aile üyelerinin rolleri net ve belirgin değildir. Çiftlerin gerek eş gerek de ebeveyn rolleri yerine getirmemeleri aile içerisinde bireylerin rollerini yerine getirmemelerine ve rollerde düzensizlik olmasına (örneğin, çocuğun kardeşine yönelik ebeveyn rolünü üstlenmesi ve ebeveynin kendi ebeveynlik rolünü yerine getirmemesi) sebep olmaktadır (Velidedeoğlu-Kavuncu, 2006, ss. 21-22). Bir ailenin sağlıklı ya da sağlıksız olmasını belirleyen en önemli temel etkenlerden biri eşler arasındaki uyumdur (Karadağ, 2015). Bu durum da ailenin işlevlerini yerine getirmemesine ve sağlıksız olmasına yol açmaktadır. İşlevlerini yerine getiremeyen bir ailede yetişen bir çocuk, bu aile ortamında model aldığı, öğrendiği yaşantıları yetişkinliğinde kendi hayatına yansıtacaktır. Bir kuşak, bir önceki kuşağın aile içerisinde yaşadığı benzer sorunları yaşayabilmekte ve bu sorunlar çözüm bulmayınca da aynı problemler tekrar eden yaşantı örüntüleri olarak bir sonraki kuşağa aktarılmaktadır. Yani aile içerisinde sorun yaratan ve çözümlenmeyen yaşantılar, bu sorunları yaşayan ve çözüme kavuşturamayan aile üyeleri tarafından bir sonraki kuşağa taşınmaktadır (Bowen, 1985). Bu durumun sağlıksız aileler için de geçerli olduğu düşünülmektedir. Çünkü çocuklar, ebeveynlerini, içinde buldukları ailedeki diğer üyeleri model alırlar ve aile içerisinde gördükleri yaşantıları ve onlarla kurdukları ilişki tarzını kişilerarası ilişkilerine yansıtırlar. Bu sebeple, sağlıksız bir ailede yetişen çocuğun yetişkinliğinde kendi kuracağı ailesi de kendi yetiştiği aile gibi olabilir. Yani sağlıksız ailede yetişen bireyin yetişkinlikte kuracağı ailesi de sağlıksız olabilmektedir (Canel, 2011, s. 138; Velidedeoğlu-Kavuncu, 2006, s. 20).

Sağlıksız bir ailede eşler birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılamayabilmekte ve mutsuz olabilmektedirler. Bu durum da sağlıksız ailelerde boşanmaların daha fazla görülebileceğini göstermekte ve boşanmayla sonuçlanan bir evliliğin olduğu böyle

bir ailede yetişen çocukların da ailelerindeki yaşantı örüntülerini yetişkinliklerinde kurdukları ailelere yansıtarak benzer bir durum yani boşanmayı yaşamalarının muhtemel olduğu düşünülmektedir (Canel, 2011, s. 137). Bu sebeple bir ailenin sağlıklı bir yapıda olmasının önemli olduğu söylenebilir.

Yapılan çalışmalar da özellikle sağlıklı aile ile sağlıklı ailenin çocuklar üzerindeki etkilerini somut bir şekilde ortaya koyarak ailenin yapısının önemini göstermektedir (Aktepe, Çalışkan & Sönmez, 2013; Kalyencioğlu & Kutlu, 2010; Palabıyıkoglu, Azizoğlu, Özayar & Berksun, 1992; Palabıyıkoglu, Azizoğlu, Özayar & Ercan, 1993; Sezer 2018). Sezer (2018)'in üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırma sonuçlarına göre, aile üyelerinin rolleri net bir şekilde belirlenmemiş olan ailelerde yetişen bireylerin, aile üyelerinin rolleri net bir şekilde belirlenmiş olan ailelerde yetişen bireylerden daha çok yalnız oldukları ve güven problemleri yaşadıkları görülmektedir. Bu sonucun ortaya çıkaran etkenin de bireylerin çocukluklarında anne-babalarıyla yakın, doyurucu, çocuğa güven veren bir ilişkinin kurulmadı düşünülmektedir. Yani bireyler aile içerisinde yaşadığı ilişkiyi de kişilerarası ilişkilerine yansıtarak çekingen, yalnız ve güven problemleri yaşamaya devam etmektedir. Ayrıca aile işlevlerinin çocukların davranışları üzerindeki etkisini gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. Aktepe, Çalışkan ve Sönmez (2013)'in yaptığı araştırmanın sonucuna göre, ergenlerin sahip oldukları ailelerin işlevlerini yerine getirmemeleri yani sağlıklı aileler, kendilerine zarar verme davranışları sergileyen ergenler için risk etmenidir. Bu çalışmaya göre kendilerine zarar verme davranışı sergileyen ergenlerin bu şekilde davranmalarına sebep olan durum, işlevlerini yerine getirmeyen ailelere sahip olmalarından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Palabıyıkoglu, Azizoğlu, Özayar ve Berksun (1992)'un yaptığı araştırma sonucuna göre, intihar girişiminde bulunan bireylerin depresif ve normal olan bireylere göre;

Palabıyıkoglu, Azizoğlu, Özayar ve Ercan (1993)'ın yaptığı araştırma sonucuna göre de intihar girişiminde bulunan bireyler de intihar girişiminde bulunmayan bireylere göre kendi ailelerini daha işlevsiz algıladıkları ortaya çıkmıştır. Aile Değerlendirme Ölçeği kullanılan bu çalışmalarda intihar girişiminde bulunan ve intihar girişiminde bulunmayan gruplar arasındaki fark duygusal tepki verme, genel fonksiyonlar, iletişim, problem çözme alt testleri açısından anlamlı bulunmuştur. Yapılan bir diğer çalışmaya göre de ailelerini işlevsiz olarak algılayan ergenlerin sosyal uyumda problemler yaşadıklarını göstermektedir (Kalyencioğlu & Kutlu, 2010). Tüm bu çalışmalara ve açıklamalara bakıldığı zaman, ailenin işlevsel olmasının, bireyin sağlıklı bir aile yapısı içerisinde büyümesinin ve ailenin işlevsel olarak algılanmasının bireyin ruh sağlığı üzerindeki etkisi açısından önemli olduğu söylenebilir.

2.4 Boşanma

Çiftler, evliliklerinde doyum, uyum, mutluluk, huzur gibi durumları yaşamayı umarak, birbirlerine uygun olduklarını düşünerek evlenirler. Ancak evliliklerde yaşanan bazı durumlar, problemler evliliğin sonlandırılmasına sebep olabilmektedir (İlgar, 2004, s. 227; Özgüven, 2001, s. 306). Hukuki bir sözleşme olarak yasal bir temele dayanan evliliğin, oluşturulma şekli gibi yasal olarak sonlandırılmasına boşanma denir (Özgüven, 2001, s. 306). Başka bir tanıma göre boşanma, evliliklerini hukuki bir kararla birbirlerinden başka biriyle evlenebilecek yani yeni bir evlilik yapabilecek biçimde bitirmeleridir (Yıldırım, 2004). Diğer bir tanıma göre de boşanma, psikolojik açıdan doyum sağlanamayan, beklentilerin karşılığının görülmediği ve ihtiyaçların karşılanamadığı evlilik yaşantılarının yasal yollarla sonlandırılmasıdır. Ancak İlgar (2004)'a göre, aynı evde yaşamaya devam etseler bile çiftlerin birbirlerinden yasal olarak boşanmadan evliliklerinde uyum ve doyum

yaşamamaları sonucunda birbirlerinden duygusal açıdan uzaklaşmaları da boşanma olarak görülmektedir (s. 227). Evliliği, sonlandırma aşamasına getiren tek bir neden olmayabilmektedir. Boşanma, süreç içerisinde evliliğe zarar veren pek çok unsurun birikmesiyle ortaya çıkan bir sonuçtur. Evlilikte tarafları rahatsız eden unsurların birikmesinin sebebi, evliliğe zarar veren problemlerin çözüme kavuşturulmaması ve benzer problemlerin tekrar tekrar yaşanabilmesidir. Yani boşanma, evlilikte belli bir sürecin sonunda varılan noktadır (Tarhan, 2010, s. 106). Diğer bir tanıma göre boşanma, evlilik yaşantısı boyunca gösterilen tüm gayretlere rağmen, çeşitli sebeplerle birlikte eşler arasındaki sevginin, saygının ve güvenin bitmesi sonucu bir zorunluluk durumu olarak ortaya çıkan olgudur (Bakırcıoğlu, 2006). Bu tanımlara bakıldığında boşanmanın, bir sürecin sonucu olduğu ve bu süreçte eşlerin evlilik yaşantısından aldıkları doyumunu yitirdikleri, yaşanan problemlerin çözüme ulaştırılmayarak birikip çoğaldığı, eşlerin beklentilerinin ve ihtiyaçlarının karşılanmadığı ve umdukları bir evlilik yaşantılarının olmadığı gibi durumların meydana geldiği görülmektedir.

2.4.1 Boşanmanın Sebepleri

Geçmişten günümüze değişmekte olan dünyada yaşanan gelişmelerin toplumsal düzeni etkilediği göz önüne alındığında, zaman içerisinde hem toplumsal düzendeki değişimlerin toplumun temel kurumu olan aileyi ve ailenin temelini oluşturan evliliği etkilediği hem de bu değişim içerisinde evlilik ve ailenin yapısının değişime uğrayarak toplumun sosyal hayatını etkilediği söylenebilir. Yani bu konuda toplumun sosyokültürel yapısı ile evlilik arasında karşılıklı bir etkileşimin söz konusu olduğu düşünülmektedir. Özellikle sanayileşmeyle birlikte toplumsal düzeni oluşturan kurumlarda modernleşme yaşanmaya başlamıştır. Bu gelişmeyle birlikte kadınlar iş hayatında aktif bir rol almaya başladılar, eğitim seviyeleri yükselmeye ve

ekonomik bağımsızlıklarını elde etmeye başladılar. Modernleşmeye başlayan toplumlarda kentlerde yaşayan insan sayısı artarak geniş aile yapısı yerini çekirdek aile yapısına bırakmaya başlamış ve böylece geleneksel toplumdaki evlilik ve boşanma konularında gelenek göreneklere bağlı kalınan katı kurallar toplumdaki değişimlerin etkisiyle yerini evlilik ve boşanma konularında daha esnek bir anlayışın oluşmasına bırakmış ve toplumun boşanmayı eskiye göre daha hoş karşılamasını beraberinde getirmiştir. Modernleşmeyen, dünyadaki gelişmelerden uzak olan toplumlar geleneksel aile yapılarını korumaya devam etmişlerdir. Ancak gelişmiş ve gelişmemiş ülkelerin dışında gelişmekte olan ülkelerde hem geleneksel yapı hem de modern yapının izleri görülebilmektedir. Bu toplumların geleneksel olan bölgelerinde evlilik ve boşanmaya daha katı kurallar çerçevesinde bakılırken kimi bölgelerinde boşanma hoş bir şekilde karşılanabilmektedir (Aydın & Baran, 2010; Çakır, 2011). Nitekim Yıldırım (2004) yaptığı araştırmada, boşanma oranlarının gelişmiş olan kesimlerde diğer kesimlere göre daha yüksek olduğu ve yaşadıkları çevrede akrabalarının sayısının az olduğu veya akrabaların bulunmadığı eşlerin boşanma oranlarının yüksek olduğunu göstermiştir. İstatistiklere göre de en çok boşanmanın olduğu yerlerin en gelişmiş şehirlerde olduğu görülmektedir (TÜİK, 2015; TÜİK, 2016; TÜİK, 2017).

Türkiye’de yapılan istatistikler gibi Türk kültürüne sahip olan KKTC’de de yapılan istatistikler boşanma oranlarının yüksek olduğunu göstermektedir (KKTC Mahkemeleri, 2017). Ancak KKTC’deki boşanma oranları her geçen yıl artarken Türkiye’de 2017 yılındaki boşanma oranları 2016 yılına göre % 4.2. oranında düşüş göstermesine rağmen boşanan çift sayısı artmaya devam etmektedir (KKTC Mahkemeleri, 2017; TÜİK, 2016; TÜİK, 2017). Türkiye ve KKTC’deki boşanma oranları gibi dünyanın pek çok ülkesinde de boşanma oranları yüksek olup pek çok

ülkede her geçen yıl boşanma oranlarında artış gözlenmektedir. Ayrıca bu ülkelerde boşanma oranlarının artmasının yanında evlenme yaşı yükseldiği ve evlenme oranlarında da düşüş görülmektedir. Bu durum özellikle gelişmiş bölgeler olan Avrupa ve Amerika'da yaygındır (Kıral, 2018). Tüm bu yerlerde yaşanan boşanmaların ortak özellikleri arasında boşanma oranının en yüksek olduğu ailelerin çocuksuz aileler olduğu ve çocuk sayısı arttıkça boşanma oranlarının azaldığı, boşanmaların en sık gerçekleştiği sürenin de evliliklerin ilk beş yılında gerçekleştiği sayılabilir. Keskin (2007)'in yaptığı araştırma sonuçlarına göre evliliğin en çok ilk beş senesi içerisinde sonlandırılmasının sebebi, eşlerin evliliğin ne anlama geldiğini, nasıl bir durum olduğunu tam olarak kavrayamamış olmaları ve evlilikten beklentilerinin ne olduğu konusunda kararsızlık yaşamalarıdır. Bu çalışmalara bakıldığında da boşanmaların toplumsal düzeni etkilemesi gibi toplumsal düzenin de boşanmalarda görülen artışı etkilediği söylenebilir. Yani boşanmaların artması ile evlilikte yaşanan sorunlar ve zamanla içinde yaşanılan toplumun kültüründe meydana gelen değişiklikler boşanmaların artmasına sebep olmaktadır. Bu açıdan bakıldığı zaman, geçmişten günümüze kentleşmenin artması ve insanların kalabalık gruplar yani geniş aile şeklinde yaşamalarının yerini daha bireysel ve çekirdek ailelerin alması, her iki tarafın içinde yetiştikleri kültür ve sosyoekonomik düzeylerinin birbirlerinden farklı olması ve yaşam tarzlarının birbirlerinden farklı olması dolayısıyla bireylerin evliliklerinde gerek maddi konuda gerek kültürel açıdan çatışmaları, eşler arasındaki iletişimin yetersiz olması, eşlerin birbirlerine olan saygılarının azalması ve alınan kararları hoşgörüyle karşılamamaları, evlenmeden önce çiftlerin birbirlerine uygun olup olmadıklarıyla ilgili olarak insanların bu bireysel yaşam tarzlarına dayanan bağımsızlık anlayışları ve toplumun zaman içerisinde boşanma durumlarını daha anlayışla karşılamaları eşlerin boşanmasında

kolaylık sağlayarak artış göstermiştir. Mişe (2015)'in yaptığı araştırmaya göre boşanmalarda artış görülmesinin bir sebebi de geçmişte toplumda boşanmalara kötü bakılması ve boşanan özellikle kadına ailesinin destek çıkmamasıydı fakat toplumsal düzendeki değişme ve gelişmeyle birlikte evlilikte yaşanan sıkıntı sonucunda kadının ailesinin kendisine destek çıkacağını bilmesi boşanma kararını vermesinde bir kolaylık sağlamaktadır.

Yapılan diğer çalışma sonuçlarına göre, ülkelerin gelişmesi ve toplumsal düzendeki hızlı değişimiyle birlikte evlilik değerleri değişime uğrayarak boşanmalarda artış görüldüğü, boşanma sebepleri arasında en sık eşler arasında şiddetli geçimsizliğin olduğu ve beraberinde eşlerin birbirlerinden farklı kültürlere sahip olmaları, ekonomik bağımsızlık, eşler arasında saygının yitirilmesi olarak belirtilmiştir (Aydın & Baran, 2010; Keskin, 2007; Yıldırım, 2004). Türkiye’de yapılan bu çalışmalara göre, ataerkil olan bir toplum olunmasının da etkisiyle aile içerisinde erkeğin kadına göre daha fazla söz hakkının olması, aile içinde şiddet, aşırı alkol kullanımı, aile içinde iletişimin sağlıklı olması, bazı evliliklerde kadının erkekten daha fazla para kazanıyor olması, işsizlik, eşlerin çocuk sahibi olamama durumları gibi durumlar boşanmanın sebepleri arasında gösterilmektedir. Bu sebeplerle birlikte zaman içerisinde kadınların eğitim seviyelerinin artması, ekonomik özgürlük kazanması da kadının boşandıktan sonra kendi yaşamını sürdürme imkanının olmasıyla birlikte boşanma kararlarının daha çabuk ve kesin bir şekilde alınmaya başlanmış ve kadın ile erkeğin evlilikten beklentileri değişmiştir. Yapılan çalışmalar da insanların evlilikten beklentilerinin toplumsal düzendeki değişimin etkisiyle zaman içerisinde değiştiğini ve beklentilerin karşılanmaması durumunda da boşanmaların gerçekleştiği sonucunu ortaya koymuştur (Keskin, 2007; Sucu, 2007). Uğur (2014)'un boşanmış olan akademisyen kadınlarla yaptığı

çalışmasında, katılımcılar ile eşleri arasında iletişimin kopuk olması, her iki tarafın beklentilerinin karşılanmaması, ev içindeki rollerin yerine getirilmemesi en sık ifade edilen boşanma sebepleri olmuştur.

Boşanma sebepleri arasında ve boşanmaların artmasında toplumsal düzendeki değişimlerin yanında aynı zamanda toplumu da etkileyen teknolojinin etkisi yadsınamaz. Yapılan diğer bir çalışmada boşanma boşanmaların sebepleri arasında aldatma durumuyla da sıklıkla karşılaşıldığı belirtilmiştir (Bilici, 2014). Tarhanacı (2017)'nin yaptığı araştırmada avukatlara yöneltilen sorulara verilen cevaplara göre de boşanmanın ilk beş nedeni sırasıyla iletişimsizlik, teknolojik sebepler, ekonomik sebepler, şiddet uygulanması ve aldatma olarak ortaya konulmuştur. Aynı araştırmanın sonuçlarına göre, en sık karşılaşılan iki sebep olan iletişimsizlik ile teknoloji arasında bir bağ olduğu, teknolojinin gelişmesi, bilgisayar ve telefona erişimin kolay olması, sosyal medya kullanımının yaygınlaşmasıyla birlikte eşlerin birbirlerine ve çocuklarına ayırdıkları zamanın azaldığı, birbirlerini dinlemedikleri ve konuşulanların önemsemedikleri yani sağlıklı bir iletişimin olduğu belirtilmiştir. Hawkins, Willoughby ve Doherty (2012)'nin yaptığı çalışma sonucunda da, boşanma sebepleri arasında en yaygın olarak ayrı olmak ve birlikte konuşamama durumu olduğu ortaya çıkmıştır. Konuyla ilgili yapılan diğer çalışmalar da aile içerisindeki sağlıklı iletişimin veya iletişimsizliğin sosyal medyanın fazla kullanımıyla ilgili olduğunu ortaya koymuştur (Cerrah, 2016). Yani teknolojinin gelişmesi, insanların cep telefonlarına fazla zaman ayırmaları aile üyelerinin birbirlerine ayırdıkları zamanı azaltarak iletişimi etkilemiştir.

Eski Türk hukukunda erkek kadını istediği gibi boşayabilir yani herhangi bir gerekçe göstermesi kendisinden beklenmezdi. Kadın ise eski Türk hukukuna göre zina, kötü davranma ve cinsel güçsüzlük durumlarında erkeği boşayabilirdi yani bir

gerekçe göstermesi gerekirdi. Ancak Türk Medeni Kanunuyla birlikte kadın ve erkek belli gerekçelere dayanarak birbirlerine boşanma davası açabilme hakkına sahip olmuştur. Yasal bir temele dayanan evliliğin yine yasal yollarla sonlandırılması boşanmanın ardından hem eşlerin hem de çocukların haklarını koruması açısından önemlidir. Boşanma sebeplerine hukuki açıdan bakıldığı zaman, evliliklerde boşanmayı mümkün kılan 4721 sayılı Türk Medeni Kanunu'na göre zina etme, cana kast ve onur kırıcı davranışta bulunma, suç işleme, devamlı geçimsizlik durumu, terk etme, akıl sağlığında bozulma, evlilik birliğinin sarsılması gibi sebepler boşanmak için gösterilen sebepler arasında kabul edilmektedir. Bu sebepler de açıklanan çalışmalarla benzerlik göstermektedir (Özgüven, 2001, s. 309).

2.4.2 Boşanmanın Etkileri

Boşanmayla ilgili yapılan tanımlar ve açıklamalar ışığında boşanma genel olarak, eşleri ilgilendiren ve onları etkileyen bir olgu gibi dursa da aslında içinde çocukları etkileyen ve yaşanan toplum ve toplumun sosyal hayatı ile etkileşen bir olgudur. Çünkü toplumun temel kurumu, temeli evliliğe dayanan ailedir ve toplumun kültürü, sosyoekonomik alandaki gelişmişliği, ahlaki düzeni ve bunun gibi toplumu etkileyen alanların sağlam temellere sahip olan bir aile birliğinin saygınlığına bağlı olduğu kabul edilmektedir. Bu sebeple boşanma ile birlikte de eşlerin birbirlerinden ayrılmasının gerek kendi hayatlarını gerek çocukların hayatını ve boşanmaların artmasıyla da toplumun işleyişini etkilediği söylenebilir (İlgar, 2004, s. 228; Özgüven, 2001, s. 306; Tarhan, 2010, ss. 105-106).

2.4.2.1 Boşanmanın Eşler Üzerindeki Etkisi

Boşanma sürecinde ve boşanma sonrasında bireylerin yaşamlarının değişebildiği ve bu değişimin de bireyleri etkilediği düşünülmektedir. Özgüven (2001)'e göre boşanmanın ardından her iki taraf da rahatlayacaklarını düşünseler bile

boşanma, başarısız yani istenen bir şekilde yürütülme­yen bir evliliğin sonucu olduğu için sonuçtan sorumlu olduklarını düşünerek üzüntü yaşayabilmektedirler. Boşanma sonrasında geliri olan bir işte çalışmayan taraf hayatını sürdürebilmek ve çocukları varsa onların geçimini sağlayabilmek için bir işte çalışmak, yeni bir ev bulmak ve bazı durumlarda yeni bir çevreye alışmak durumunda kalabilmekte, psikolojik problemler yaşayabilmektedir. Yani boşanmanın gerek maddi manevi gerek de sosyal açıdan eşleri etkilemektedir (ss. 310-311). Ayrıca boşanma sürecinin her iki taraf için yıpratıcı ve her iki tarafta da kaygı yaratabilir. Bahannon (1970)'a göre her iki taraf da boşanmanın sırasıyla duygusal, yasal, ekonomik, aile, sosyal ve psikolojik olmak üzere altı aşamasından geçmektedir (Akt. Özgüven, 2001, s. 310). Buna göre her aşamada yaşanan değişim ve problem bireyde stres yaratabilmekte ve bu durum da bireyi olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Özgüven, 2001, s. 310).

Boşanma sonrasında bireylerin gerek maddi manevi gerek sosyal yönden etkilendikleri göz önünde bulundurulduğu zaman sadece ekonomik bağımsızlığı olmayan kadınların boşanma sonrasında sıkıntı çekmediği, ekonomik bağımsızlığı olup boşanan kadınların da boşanma sonrasında sıkıntı çekebildiği düşünülmektedir. Yapılan çalışmalara bakıldığı zaman, boşanma sonrasında kadınların erkeklere göre daha fazla maddi sıkıntı, ev bulma ve çevre baskısı gibi sıkıntılar yaşadığı (Aktaş, 2011; Sucu, 2007), güven yakınlık konusunda düşüş yaşandığı fakat daha sonradan bu durumun yükseldiği (Sayan-Karahan, 2012), kadınların ruhsal olarak sorun yaşadığı, çevreden baskı gördüğü, evlilik teklifleri yoluyla erkekler tarafından rahatsız edildikleri, bazılarının aile desteğiyle geçindiği bazılarının da ekonomik yönden sıkıntı yaşadığı, hiç çalışmamış olan kadınların iş bulmakta zorlandıkları (Can & Aksu, 2016) görülmektedir. Bu çalışmalara bakıldığı zaman boşanmanın olumsuz etkilerini erkeğe göre kadın daha çok hissetmektedir. Toplumsal açıdan

bakıldığı zaman da, özellikle geleneksel yapısını koruyan toplumlarda boşanmış bir erkek boşanmış bir kadına göre daha rahat hareket etmektedir (Tarhan, 2010, s. 110). Uğur (2014)'un boşanmış akademisyen kadınlarla yaptığı araştırma sonucuna göre, boşanmış olan ve ekonomik bağımsızlığı olmalarına rağmen bu kadınların malların bölünmesi, yeni eve taşınma, çocukların giderleri gibi sebepler dolayısıyla boşanma sonrasında kimilerinin maddi sıkıntı, kimilerinin gerek sosyal gerek de psikolojik açıdan sıkıntı yaşadıkları, kimilerinin de boşanma sonrasında daha rahat bir yaşam sürmeye başladıkları ortaya konmuştur. Yani boşanmanın bireyler üzerinde olumsuz yönde maddi, manevi, sosyal etkileri görülebildiği gibi kötü olan evlilik yaşantısının ardından maddi, manevi ve sosyal destek gören bireylerin boşanmayla birlikte rahat bir hayat yaşadıkları söylenebilir.

2.4.2.2 Boşanmanın Çocuklar Üzerindeki Etkisi

Boşanma, bir ailenin dağılması anlamına da gelmektedir. Ayrılan eşler ve çocuklar için hayatlarında büyük bir değişim söz konusudur. Aile ortamında mutlu olan çocuğun anne-babası boşandığı zaman bu durum çocuğun davranışlarını etkileyebilir ve çocuk, anne babayı bir araya getirmeye çalışabilir. Bazı çocuklar boşanmanın sebebi olarak kendilerini görebilirler ve bu durum da kendilerini suçlamalarını beraberinde getirebilir. Bu durumda çocuk huzursuz ve tedirgin olabilir, arkadaş ilişkileri kötü etkilenebilir. Değişen bir yaşam tarzına alışmak hem çocuk için hem de ebeveyn için uzun bir zaman alabilir. Çocuk, anne-babanın boşanmasını inkar ederek onları tekrardan bir araya getirmeye çalışabilir. Ancak her boşanma her çocuğa aynı şekilde etki etmez. Her boşanma farklı bir hayat tarzında, farklı aile yapılarında, farklı sebeplerle olabilmektedir. Yani boşanmanın kendine özgü bir hali vardır. Bir ailede eşler sık sık kavga ediyorsa ve evde çocukları tedirgin eden durumlar yaşanıyorsa boşanma, çocukların psikolojik açıdan daha iyi bir

ortamda yaşamalarını sağlayabilir. Eşlerin boşanmaması durumunda evde çocukları mutsuz ve rahatsız eden durumların yaşanması çocuğu kişilerarası ilişkilerini de etkileyebilir ve davranış problemlerinin ortaya çıkmasına sebep olabilir. Böyle bir ortamda yani anne-baba ile etkili olmayan bir ilişki içerisinde olan çocuğun mutsuzluk yaşamayı yerine anne-babanın boşanması halinde taraflardan birine verilen ve mutlu bir ortam sağlanan çocuk için boşanma, daha iyi olabilmektedir. Yani çocuğun boşanmadan ne şekilde etkileneceğinin, çocuğun anne-babasıyla arasındaki ilişkiye bağlı olduğu söylenebilir (İlgar, 2004, s. 234; Özgüven, 2001, ss. 307, 314-315). Yapılan çalışmalara göre de eşlerin boşanması durumunda çocuklar kendilerini güvenli bir ortamda hissetmeyebilmekte, psiko-sosyal yönden zarar görebilmekte (Bilici, 2014), akademik yönde başarısızlık, yalnızlık hissi, korku gibi olumsuz yönde etkilerin (Türkarlan, 2007) olduğu görülmektedir. Tüzün (2004)'ün KKTC'de yaptığı çalışma sonucuna göre de, çocuklarda anne-babalarının boşanmalarının sebebi olarak kendilerini gördükleri, benlik saygılarında düşüş, yaşan söyleme, kaygı düzeylerinde artış, depresyon, intihara eğilim gösterme, tırnak yeme, üzüntü, öfke, içe kapanma, uyku ve yeme bozukluğu, okulda uyum gösterme konusunda zorluk yaşama, davranış problemleri gibi etkilerin olduğu ortaya konmuştur. Bu çalışmalara bakıldığı zaman, boşanmanın çocuklar üzerinde etkisi olduğu söylenebilir.

Anne-babası boşanan çocuğun sosyal hayatı da bu durumdan etkilenebilir. Çocuk, arkadaş ortamı içerisinde anne-babası boşanan ve boşanmayanları kendince ayırt eder ve kendisini grup dışında bırakabilir. Bunun sebebi de, herkesin kendi ailesi hakkında konuşurken kendisinin daha anne-babasının boşandıklarına alışmamasıdır. Ayrıca çocuklarda, saldırganlık ve buldukları ortamdaki düzeni bozma gibi davranışlarda bulunabilirler. Bunun yanında boşanmış anne-babaya sahip

olan bireyler, kendi evliliklerinde de eşlerinden boşanmaya kolay bir şekilde meyilli olabilmektedirler (Özgüven, 2001, s. 317). Bu durum da anne-babası boşanmış olan kişilerde boşanmanın etkilerinin yetişkinliklerine de yansıtılabildiği söylenebilir.

2.4.3 KKTC’de Boşanma

Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Meclisi’nin Aile (evlenme ve boşanma) Yasası’na göre boşanma şartının kabul edilebilmesi için, evliliğin herhangi bir neden dolayısıyla eşlerin birlikte yaşamalarını devam ettiremeyecek düzeyde temelden sarsılması, evliliğin en az 1 yıl devam etmesi ile eşlerin beraber boşanma davasına başvurmaları ya da eşlerden birinin diğer eşin açmış olduğu davayı kabul etmesi ya da başvurunun yapılmasının ardından eşlerin devamlı olarak iki yıl birbirlerinden ayrı yaşamaları gerekmektedir ve bu şartla her iki taraf da boşanma davası açabilmektedir. Önceden boşanma şartları arasında zina, cana kast ve kötü muamele etme, akıl hastalığı, şiddetli geçimsizlik, haysiyetsiz yaşam olarak gösterilen nedenler evlilik birliğinin temelden sarsılması adı altında toplanmıştır. Her yıl yapılan istatistiklere bakıldığı zaman açılan boşanma davası da oldukça fazla olmakla birlikte zaman içerisinde artmaya da devam etmektedir. Son 3 yıldaki boşanma sayılarına bakılacak olursa, 2015’te 798, 2016’da 841 ve 2017’de 864 çiftin evliliklerini sonlandırdıkları görülmektedir. En çok boşanmanın evliliğin en az 1 yıl devam etmesi ile bir tarafın diğer tarafın boşanma davasını kabul etmesi yani anlaşmalı boşanma şeklinde gerçekleştiği, evlilik süresine göre boşanmalar en çok 16 yıl ve üstü, 6-10 yıllık ve 1 yıllık evliliklerde olduğu, boşanma oranının en yüksek olduğu ailelerin çocuksuz aileler olduğu ve çocuk sayısı arttıkça da boşanma oranlarının azaldığı görülmektedir (KKTC Mahkemeleri, 2015; KKTC Mahkemeleri, 2016; KKTC Mahkemeleri, 2017). Ayrıca yine bu istatistiklere bakıldığı zaman, boşanmalardaki sayının evlilik sayısı ile eşitlenmeye doğru gittiği gözlenmektedir.

KKTC'deki istatistiklere göre 2015 yılında 1254 evlilik gerçekleşirken 798 çiftin evliliklerini sonlandırdıkları, 2016 yılında 1204 evlilik gerçekleşirken 841 çiftin evliliklerini sonlandırdıkları görülürken 2017 yılında bu sayıların birbirlerine daha fazla yaklaştıkları ve bir yılda 1205 evlilik gerçekleşirken yine bir yılda 864 çiftin evliliklerini sonlandırdıkları görülmektedir. KKTC'deki boşanmaların git gide artarak evliliklerle aynı sayıya ulaşmak üzere olmasının ve genelde en çok boşanmanın olduğu evlilik süresi, çocuk sayısı ve boşanma sebebiyle karşılaşılmasının sebepleri üzerine avukatların görüşlerine göre, boşanma şiddetli geçimsizlik nedeniyle talep edilse de sosyal medya kullanımı, cinsel yetersizlik, tatminsizlik, para ve makam hırsı, aldatma, şiddet, eşin kendi aile ile görüşmesini istememek ve buna engel olmak, ebeveynlik görevlerinin ihmali, çiftlerin evlenmeden önce birbirlerini yeterince tanımamaları, evliliğin ne anlama geldiğini ve nasıl bir yaşamı olduğunun net bir şekilde düşünülmemesi, kıskançlık, ekonomik sebepler boşanmanın temelini oluşturan sebepler arasındadır. Bu sebeplerle ilgili olarak, boşanma sebeplerinin birbiriyle ilişkili olduğu görülmektedir. Eşlerin birbirlerini aldatmasında sosyal medya kullanımının ve cep telefonlarının, çiftin evlenmeden önce birbirlerini yeterince tanımamalarının, iletişimsizliğin, cinsel yetersizliğin, para ve makam hırsının, sevginin gösterilmemesinin etkili olduğu belirtilmiştir (Aydın, 2016; Aydın, 2017). Boşanma sebeplerinde sırasıyla ekonomik sebepler ve sevginin gösterilmediği bir ortamın olması, sosyal medya kullanımı ve iletişimsizlik olduğu ortaya konmuştur. Özellikle eşlerin birbirleriyle iletişim kurmamasının ve birbirlerine karşı olan ilgisizlik sonucunda bireyler sosyal medya ve cep telefonları aracılığı ile başka insanlarla o iletişim ve ilgi beklentilerini karşılamaya çalışmaktadırlar. Ayrıca televizyon dizilerinde evli insanların başkalarıyla ilişkilerinin olması, zaman içerisinde normalleşmekte ve bu durum

toplumda da görülmeye başlandığı ifade edilmektedir (Aydın, 2017). Eray (2011)'ın KKTC'de boşanmış bireylerle yaptığı araştırmanın sonuçlarına göre, boşanmış bireylerin yüksek eğitim düzeyine ve belirli bir maddi gelire sahip oldukları görülmektedir. Bu sonuç da eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin boşanmaya karşı daha anlayışlı bir tutumlarının olduğu görülmektedir. Ayrıca aynı çalışmanın sonuçlarında, ekonomik bağımsızlığın kazanılmış olması boşanmadan sonra yaşamını sürdürebilmek için gerekli olan gelirin varlığı boşanma kararının verilmesinde etkili olduğu ve örneklemin çoğunluğunu (%64,7 kadın, %35,3 erkek) kadınların oluşturması da ekonomik bağımsızlığı olan kadınların daha kolay boşanma kararı verdikleri ortaya konmuştur. Ancak boşanmanın ardından yeni bir ev tutmak durumunda olan kişilerin ek bir gelire ihtiyaç duyduğu yani maddi gelire sahip olursa da ayrı eve çıkılacağı için boşanma sonrasında maddi sıkıntı yaşanabildiği görülmektedir. Bunun yanında araştırma sonuçlarında, boşanma sebebi olarak eşinden fiziksel ve psikolojik şiddet görmek de bulunmakla birlikte evlilikten beklentilerin gerçekleşmediği, eşler arasında uyumsuzluk, ilgisizlik gibi sebeplerin de bulunduğu ortaya konmuştur. Bu sebepler doğrultusunda sonlandırılan evliliklerin genelde belli sürelerle sahip olduğu açıklanabilir. Evliliğin birinci yılında boşanmaların fazla olmasının sebebi, bu sebepler içerisinden çiftlerin evlenmeden önce birbirlerini yeterince iyi tanımamaları ve ortak bir hayatı paylaşma konusunda her iki tarafın da üstlerine düşen görevleri yerine getirmemeleri sayılabilirken, boşanma oranının en fazla görüldüğü 6 yıl ile 10 yıllık evliliklerin çocuk faktörünün olduğu bir döneme denk gelmesidir. Eşlerin evliliklerinde yaşadıkları problemlere rağmen boşanmayıp çocukların büyümelerini beklemelerinden kaynaklı olarak sonlandırılan evlilikler arasında 16 yıllık evliliklerin varlığının söz konusu olduğu belirtilmiştir (Aydın, 2016). Ayrıca KKTC'de yapılan istatistiklere bakıldığı zaman,

çocuk faktörünün boşanma konusunda etkili olduğu görülmektedir. Nitekim istatistiklerde en çok boşanmanın olduğu evlilikler çocuğun olmadığı evlilikler olup çocuğun sayısı arttıkça da boşanma oranının azaldığı görülmektedir (KKTC Mahkemeleri, 2017). Bu sonuçlara göre, çocuk faktörünün boşanma kararında etkili olduğu söylenebilir.

Tüzün (2004)'ün KKTC'de boşanmış anne-babaya sahip olan çocuklarla yaptığı araştırmanın sonucuna göre, çocukların anne-babalarının boşanmalarının sebebi olarak kendilerini gördükleri, benlik saygılarında düşüş, yaşan söyleme, kaygı düzeylerinde artış, depresyon, intihara eğilim gösterme, tırnak yeme, üzüntü, öfke, içe kapanma, uyku ve yeme bozukluğu, okulda uyum gösterme konusunda zorluk yaşama, davranış problemleri gibi etkilerin olduğu ortaya konmuştur. Buna göre, anne-babası boşanmış olan çocukların yetişkinliklerinde de boşanmaya eğilim göstereceklerine ve toplumda ebeveynleri boşanmış olan kişilerin sayısı da arttıkça boşanmaların toplumu daha çok etkileyeceğine inanılmaktadır. Nitekim Özgüven (2001)'e göre, boşanmış anne-babaya sahip olan bireyler, kendi evliliklerinden beklentilerini karşılamadıkları zaman eşlerinden boşanmaya kolay bir şekilde karar verebilmektedirler (s. 317). Bu duruma göre, anne-babası boşanmış olan kişilerde boşanmanın etkilerinin yetişkinliklerine de yansiyabilmektedir. Tüm bu açıklamaların ışığında, boşanmanın hem eşleri hem çocukları hem de boşanmaların artmasıyla toplumu etkilediği söylenebilir.

2.5 Aile ve Evlilik ile İlgili Kuramlar

Araştırmacılar, olayları ve insanların davranışlarını anlamlandırmaya, açıklamaya ve bu durumların ortaya çıkma nedenlerini ortaya koymaya çalışmışlardır. Bu amaç doğrultusunda kuramlar ortaya çıkmıştır. Kuram, yaşanan olayları ve insan davranışlarını aydınlatmak amacıyla kullanılan ve sistematik bir

şekilde oluşturulan ve bilimsel bir temelde yer alan yasalar ve kurallar etrafında ortaya koyulan bilgiler bütünüdür (Karataş & Yavuzer, 2018, s. 1). Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramı, bireyin ortaya çıkabilecek davranışlarını kestirebilecek ve ortaya çıkan davranışlarını açıklayabilecek nitelikte olmalıdır (Murdock, 2014, s. 2).

İlk olarak sadece bireyi odak alan psikoterapi kuramları, zamanla aileyi de ele almaya başlamıştır. Sanayi devriminden dolayı teknolojideki gelişmelerin hız kazandığı 20. yüzyılda yaşanan ikinci dünya savaşı, savaş sonrasında dünyadaki ekonomik dengelerin değişmesi, kurulan fabrika sayısının artması, sosyoekonomik durumun değişmesi, gerek yaşanan depremler gerek iş imkanları nedeni ile yaşanan göçler insanların giyimlerini, yeme alışkanlıklarını, alışkanlıklarını, değiştirdiği kadar aile yapısının da değişmesine sebep olmuştur. Bu gelişmeler, bir coğrafyadaki kültürel çeşitliliği, kadının da iş hayatına girmesiyle kadının ve erkeğin süregelen rollerini arttırmıştır. İnsanların yaşamlarını bu kadar etkileyen bu olaylar aynı zamanda aile yapılarını da çeşitlendirmiştir. Toplumda, geniş aileler yerine anne, baba ve çocuk/çocuklardan oluşan çekirdek aileler, tek ebeveynli aileler oluşmuştur. Hızla gelişen ve değişen bu dünyada insanlar yaşadıkları sorunları kimi zaman aile hayatlarına taşımış kimi zamanda aile içerisinde yaşadıkları sorunları diğer insanlarla olan ilişkilerine yansıtılmışlardır. Bu sebepler, aile danışmanlığının oluşumunu sağlamıştır (Gladding, 2012, s. 117).

Aile danışmanlığının öncüleri Nathan Ackerman, Jay Haley, Virginia Satir, Robin Skynner, Stere de Shazer, O'Hanlan, Murray Bowen, Michael Kerr, James Framo, Theodore Lidz, Norman Paul, Donald Williamson, Lyman Wynne, Gregory Bateson, Salvatore Minuchin'dir (Goldenberg & Goldenberg, 2008).

2.5.1 Psikodinamik Aile Terapisi

Psikanalizin kurucusu olan Freud'un kuramında bireysellik ön plandaydı. Freud, bireydeki semptomların ortaya çıkmasında bireyin ailesi ile olan ilişkilerin etkisinin farkındaydı ve zamanla bireyin içinde bulunduğu durumu aileyi de göz önünde bulundurarak açıklamaya başladı. 1930'lu ve 1950'li yıllar arasında psikanalitik yaklaşımı savunan araştırmacılar, çalışmalarında aileye daha fazla yöneldiler. Bu araştırmacılar aile terapisinin oluşmasını sağladılar. Bu alanın en önemli öncülerinden biri Nathan Ackerman'dır. Hem bireylerle hem de ailelerle çalışan Ackerman, zamanla aile terapisine daha fazla yöneldi ve psikanalitik yaklaşım temelinde aile terapisine önemli katkılarda bulundu. Ivan Boszormenyi-Nagy, Theodor Lidz, James Framo, Norman Paul, Donald Williams, Robin Skynner, Lyman Wynne da psikodinamik aile terapisinin önemli temsilcilerindendir. Fakat Ackerman bu aile terapisi kuramının en güçlü savunucusu kabul edilmektedir (Nichols, 2013, ss. 267-268; Gladding, 2012, ss. 191-192). Ackerman'a göre aile, birbirleriyle etkileşim içerisinde olan bir sistemdir. 1950'li yıllarda gelişmeye başlayan psikanalitik aile terapisi, aile üyelerinin her birinin kendilerine göre farklı bir kişiliğinin, her üyenin aile içerisinde bir rolü olduğunu ve bir bireyde görülen semptomların, aile içerisindeki çatışma ortamından kaynaklandığını savunmaktadır. Aile içerisindeki çatışmalar da, kaygı gibi insanları kötü etkileyen duygulanımlara sebep olmaktadır. Aile üyelerinin her birinin rolü, kullandıkları savunma mekanizmalarına göre şekillenmektedir. Bu durum, aile içerisinde yaşanan çatışmalardan aile üyelerinin rahatsızlık duymasını engeller. Buna göre, sağlıklı bir aile yapısı içerisindeki bireyler, aile içerisinde kendilerinden daha farklı bir aile üyesine aile içerisinde yaptıkları tüm hataları yükleyerek sahip oldukları rolleri sürdürmeye devam ederler. Böyle bir ailede yetişen bireyler, ileriki yaşamlarında da

benzer ilişki biçimlerini sergileyebilir. Ancak sağlıklı bir aile yapısında yetişen ve böyle bir aile içerisindeki yaşantılar konusunda farkındalık kazanan bireyler, ileriki yaşamlarında ebeveyn oldukları zaman kendi ailelerinde yaşadıkları ve içselleştirdikleri çatışmaları tekrarlamak yerine farkındalıklarıyla kendi ailelerini sağlıklı ilişkiler içerisinde oluştururlar. Aile içerisinde bireylerin yaptıkları hataların ailenin bir üyesine yüklendiği, aile içerisindeki uyumsuzlukların görmezden gelindiği sağlıklı ailelerde yetişen bireyler, yetişkinliklerinde eş seçimlerini yaparken sorun yaşayabilmektedirler ve bireylerin bu konuda sorun yaşamalarının sebebi olarak da aile içerisindeki ilişki biçimlerinin bilinçaltına olan yansımaları olduğu savunulmaktadır. Psikanalitik aile terapisinde, eşlerin ve ailenin diğer üyelerinin bilinçaltındaki duyguları ve düşüncelerinin bilinç düzeyine getirilmesi, aile üyelerinin geçmiş yaşantıları konusunda farkındalıklarının arttırmasını sağlamak ve geçmiş yaşantılarla şimdiki yaşantılar arasındaki bağlantıyı keşfetmelerini sağlamak amaçlanmıştır. Ayrıca aile içerisindeki çatışmaların çözüme kavuşması için de çatışmalara sebep olan durumlara karşı savunma mekanizmalarının güçlendirilmesi veya doyumun artması için savunmaların azaltılması gerekmektedir. Terapist, aile üyelerinin yaşantılarını yorumlar. Eşlerin farkındalığının artması, çocuklar ile ilişkileri de olumlu yönde etkileyeceğinden dolayı çocukların ileriki yaşamlarındaki davranışlarını ve eş seçimlerini etkileyeceği söylenebilir (Ackerman, 1962; Goldenberg & Goldenberg, 2008, ss. 155-156).

2.5.2 Yapısal Aile Terapisi

Yapısal aile terapisini, 1960'lı yıllarda Salvador Minuchin tarafından geliştirilmiştir. Bernice Rosman, Harry Aponte, Braulio Montalvo ve Charles Fishman da yapısal aile terapisinin önemli temsilcilerindendir (Gladding, 2012, s. 258). Bu aile terapisini, aile üyeleri arasındaki etkileşime odaklanarak aileyi, aile

içerisindeki sınırlar ve alt sistemleri açısından ele almaktadır. Buna göre, ebeveynler ve çocuklar arasındaki ilişki önemlidir. Yapısal aile terapisine göre aile üyeleri arasındaki iletişim, ailenin yapısını yansıtmaktadır. Aile üyeleri arasındaki iletişimi de düzenleyen bir yapı vardır ve bu yapıdaki düzen ailenin işlevsel olup olmasını belirler. Yapıdaki düzen, ailenin işlevi için önemlidir. Ailenin yapısında ortaya çıkan durumlar sağlıklı ise aile işlevsel, ailenin yapısında ortaya çıkan durumlar sağlıklı değilse de aile işlevsel olmayan ailedir. Aile içerisinde yaşanan sorunlar ailenin işlevsel olmamasına sebep olmaktadır. Yapısal aile terapisini, ailenin yapısı, aile içerisindeki alt sistemler ve sınırlar oluşturur ve ailede hiyerarşi ve esnek bir yapı vardır. Bu aile terapisine göre, işlevsel bir ailede alt sistemler (ebeveyn alt sistemi, eş alt sistemi, kardeş alt sistemi) ve sınırlar net bir şekilde belirgindir. Ancak işlevsel olmayan bir ailede bu unsurlar net bir şekilde belirgin değildir. Örneğin, bir aile içerisindeki hiyerarşi ortadan kalkar, aile üyeleri birbirlerine bağımlı ya da çok kopuk şekildeyse, problemler işbirliğiyle çözülmemiyorsa bu aile işlevsel olmayan bir ailedir. Yapısal aile terapisinin amacı, işlevsel olmayan aile yapısında değişimleri sağlayarak aileyi işlevsel hale getirmektir. Problemlerin çözüme kavuşturulması ailenin alt sistemlerinde değişim sağlar. Eş alt sistemi ve kardeş alt sistemi birbirlerinden belirgin sınırlarla ayrılır ve ailenin işlevsel olmasında, aile üyelerinin aralarındaki işbirliğinin yanında eşler arasında ve kardeşler arasında da iletişimin güçlü olması etkilidir. Aile içerisindeki değişim ailenin tüm üyelerini ilgilendirir ve etkiler. Bu yüzden değişimler, ailenin tüm üyeleri için alınan ortak kararlar sonucunda oluşur (Dallos & Draper, 2016, ss. 44-46; Gladding, 2012, s. 259; Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 248; Nicholas, 2013, s. 207).

Eş alt sisteminde eşlerin birbirlerine destek olmaları ve birbirlerini oldukları gibi kabul etmeleri bu alt sistemin işlevsel olduğunu göstermektedir. Görev

paylaşımı yaparak birbirlerine destek olan, işbirliği yapan ve birbirleri üzerindeki etkinin farkında olan eşler sınırları ve kuralları belirli sınırlara sahip olan ve etkileşimin sağlandığı bir alt sisteme sahiptirler (Gladding, 2012, s. 259; Velidedeoğlu-Kavuncu, 2006, s. 84).

2.5.3 Stratejik Aile Terapisi

Stratejik aile terapisi, Milton Erikson'un yaptığı çalışmalardan etkilenerek oluşturulmuştur. Bu aile terapisinin önemli öncüleri Jay Haley, Cloe Madanes, Paul Watzlawick ve John Weakland'dır (Gladding, 2012, s. 275). Stratejik, terapistin seansta konuşulan her spesifik probleme göre bir yaklaşımı ortaya koyduğu terapidir. Milton Erikson'un yaptığı tedavilerin amacı da, değişime öncülük ederek danışanların kendi kaynakları hakkında farkındalık kazanıp yaşadıkları problemlerin çözümünde sahip oldukları kaynakları kullanmalarını sağlamaktır (Haley, 2006). Bu doğrultuda kendi kaynaklarının farkına varan danışanlar, kendi problemlerini kendi kaynaklarını kullanarak etkili bir şekilde çözebilmektedir. Bu aile terapisinin, çözümleri yaşanan spesifik problemlere özgü bir şekilde getirdiği, şimdiye odaklanmak ve danışanlarda iç görü oluşturulmasını sağlamak yerine yaşanan problemi çözüme kavuşturduğu için çözüm odaklı ve kısa süreli bir yaklaşım olduğu söylenebilmektedir (Madianes, 1991; Nichols, 2013, s. 177).

Stratejik aile terapisi aile üyeleri arasındaki etkileşime önem vermektedir ve bu aile terapisine göre, aile içerisinde yaşanan problemlere uygun olmayan çözüm yollarının denenmesi, ailedeki hiyerarşinin düzensiz olması veya aile içerisinde koalisyonların oluşması terapiye gelme sebepleri arasında sayılmaktadır. Bu sebepler doğrultusunda stratejik aile terapisinin amaçları arasında, ailenin problem yaşadığı durumlarda değişimin sağlanması ve aile içerisindeki hiyerarşinin düzenlenerek ailenin sağlıklı bir yapıda olmasının sağlanması sayılabilmektedir. Tekrar eden ve

işlevsel olmayan davranışlar ile iletişimdeki hatalar işlevsel olan davranışlar ile değiştirilip etkili iletişim kurulması sağlanmaya çalışılmaktadır. Bir diğer amaç da ailenin, herhangi bir evresinde takılı kalmadan yaşam döngüsündeki evreleri sırasıyla yaşamalarını sağlamaktır (Velidedeoğlu-Kavuncu, 2006, s. 89).

2.5.4 Yaşantısal Aile Terapisi

1960'lı yıllarda ortaya çıkan yaşantısal aile terapisinin öncüleri Carl Whitker ve Virginia Satir'dir. Yaşantısal aile terapisi, Gestalt terapinin, danışan merkezli terapinin, psikodramanın ve dönemin etkileşim gruplarının etkilerinin görüldüğü ve temeli hümanistik-varoluşçu psikolojiye dayanan bir yaklaşımdır. Geçmiş yaşantılar yerine şimdi ve buradaya odaklanan ve bireylerin duygusal yaşantılarını göz önünde bulunduran bir yaklaşımdır. Aile üyeleri arasındaki iletişimin önemine vurgu yapılmaktadır (Gladding, 2012, s. 215). Satir (1972), sağlıklı (işlevsel) aile ve sağlıklı (işlevsel olmayan) aileden bahsetmektedir. Sağlıklı aile, açık aile sistemine sahiptir. İşlevsel ailelerde, aile üyeleri birbirlerini kabullenir ve korurlar. Aile üyeleri arasında sevgi, şefkat ve hoşgörü vardır. İşlevsel olan bir ailede, aile üyeleri birbirlerini anlayışla karşılayabildikleri için düşüncelerini dürüst bir şekilde açıklayabilmekte ve birbirlerinin farklılıklarını kabul etmektedirler. Ebeveynler, çocuklarını yetiştirirken onları köreltmek yerine duygularını ve düşüncelerini paylaşımları konusunda teşvik ederler, yaratıcılıklarını açığa çıkaracak tecrübeler edinmelerini sağlarlar (Akt. Nichols, 2013, s. 244; Velidedeoğlu-Kavuncu, 2006, s. 65).

Sağlıksız aile ise, kapalı aile sistemine sahiptir. Aile içerisinde sağlıksız bir iletişim vardır. İşlevsel olmayan ailelerde, aile üyeleri birbirlerinin farklılıklarına hoşgörüyle yaklaşmaz, duygu ve düşünceler açık bir şekilde paylaşılmaz. Olaylar karşısında bireyler birbirlerine karşı suçlayıcı, ilgisiz olabilmektedir. Ayrıca işlev

bozukluğu olan ailelerde yetişen bireyler, duygularını bastırırlar (Akt. Nichols, 2013, s. 244; Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 225). Bu aile terapisine göre, aile içerisinde yaşanan sorunların temelinde duygusal bastırma vardır. Ebeveynler, çocuklarını yetiştirirken onların duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını kontrol ederek şekillendirmeye çalışırlar. Ebeveynleri tarafından duyguları ve davranışları kontrol altına alınarak yetiştirilen çocuklar, eleştirilmemek için zamanla duygusal tecrübelerini bastırırlar. Aile içerisinde olaylar karşısında duyguların rahat bir şekilde ifade edilememesi ve bastırılması, bireyler arasındaki bağı zayıflatarak aile içerisinde sorunların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Bu ailelerde, yaşanan olaylar karşısında aile üyelerinin birbirlerine karşı gösterdikleri hoşgörü azalır. Böyle bir aile ortamında duygularını geri plana atmayı öğrenerek yetişen ocuk, zaman içerisinde benliğine yabancılaşmış, yüksek seviyede kaygı yaşayan bir yetişkin olur (Nichols, 2013, ss. 240-241). Aileyi bir bütün olarak kabul eden Whitaker'e göre de, aile yeleri arasındaki ilişkilerin ve paylaşımların zayıf olduğu aile ortamında yetişen bu birey kişilerarası ilişkilerinde problem yaşar. Sağlıklı ailede ebeveynler çocuklarının deneyim kazanmasını teşvik eder, aile içerisinde sağlıklı bir iletişim kurulmasını sağlar ve böyle bir ortam da çocukların yetişkinliklerinde benliklerini keşfetmiş, kendi kararlarını alabilen, zgr bireyler olmalarını sağlayacağı savunulmaktadır (Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 212).

Yaşantısal aile terapisine göre, bireyin benliğine yabancı olmamasının, benlik saygısını kazanmış olmasının temeli çocuklukta ebeveynle kurulan ilişkiye dayanmaktadır. Bireyin duygularının farkına varması, duygularını açık bir şekilde ifade edebilmesi, bu doğrultuda diğer insanlarla iletişim kurması önemlidir. Bireyin, sağlıksız bir ailede yetişmesinin sonucu olarak düşük bir benlik saygısı olur. Bu durum da kişilerarası ilişkilerine yansiyarak bireyin duygusal ilişkisini de

şekillendirir. Benlik saygısı düşük olan bireyin kendisine yönelik olan algısı olumsuz olduğu için bu memnuniyetsizlik kişilerarası ilişkileri gibi evliliğini de olumsuz yönde etkilemektedir. Benlik saygısı düşük olan bireyler, yaşamlarında kendilerinde memnun olmadıkları yönleri ile ilgili beklentileri karşılamak için evlenmekte ve bu durum da zaman içerisinde ailede sorun yaşanmasına sebep olmaktadır. Evlilikte yaşanan problem tüm aileyi etkilemekte ve sonuç olarak diğer aile üyelerinin de yetişkinliklerine olumsuz etki etmektedir (Velidedeoğlu-Kavuncu, 2006, s. 66).

Şimdi ve buradaya odaklanan yaşantısal aile terapisi, bireylerin duygularına odaklanmalarını, duygularının farkına varmalarını ve aile içerisinde birbirlerine açık bir şekilde ifade edebilmelerini sağlamaya çalışarak gerek kişisel gerek de aile içerisinde doyuma ulaşmalarını, ailenin işlevsel hale gelmesini sağlamayı amaçlamaktadır (Gladding, 2012, s. 229).

2.5.5 Bilişsel-Davranışçı Aile Terapisi

Bilişsel davranışçı terapi, bireyin düşüncelerinin duygularını ve davranışlarını nasıl etkilediğiyle ilgilenen bir terapi biçimidir (Özcan & Gül-Çelik, 2017). Albert Ellis, Aaron Beck, Frank Dattilio, Arnold Lazarus ve Ian Fallon da bu yaklaşımın öncülerindendir (Gladding, 2012, s. 237; Velidedeoğlu Kavuncu, 2006, s. 104; Dattilio, 2012, s. 5). Bilişsel davranışçı aile terapisi, bilişsel süreçlerin evlilikte ve aile içerisinde ortaya çıkan sorunlar üzerindeki etkisine odaklanan ve ortaya çıkan sorunların temelini oluşturan durumları ortadan kaldırmak amacıyla davranış örüntülerini değiştirmeyi amaçlayan bir terapi'dir (Nichols, 2013, s. 304). Bilişsel-davranışçı aile terapisi, aile üyelerinden birinin davranışının aile içerisindeki diğer üyelerin duygu, düşünce ve davranışlarını etkilediğini savunarak aile üyeleri arasındaki etkileşimin önemine odaklanmaktadır. Ayrıca bu aile terapisi, aile içindeki etkileşimin aile üyelerinin duygu ve davranışları üzerindeki etkisini değerlendirir,

aileye zarar veren etkileşim kalıplarının değiştirilmesini ve aile üyelerinin çarpıtılmış olan inançlarını yeniden yapılandırmayı amaçlamaktadır (Dattilio, 2012, s. 623).

İşlevsel aile, aile üyeleri arasında hiç problem yaşamayan aile olarak değil, aile içerisinde yaşanan problemlerle başa çıkabilen, bu problemlere yapıcı çözümler getirebilen aile olarak kabul edilmektedir. Bu doğrultuda iyi bir evlilik ve aile yaşantısının olması için evlilikte yaşanan sorunlar için eşlerin, aile içerisindeki sorunlar için tüm aile üyelerinin aralarında yaşanan çatışmaları görmezden gelmek yerine bu sorunları ele almaları gerekmektedir. Bilişsel-davranışçı aile terapistleri, eşler arasındaki ve aile üyeleri arasındaki sorunları çözmeleri ve birbirlerini olumsuz yönde etkileyen davranışlarda değişiklik göstermeleri için danışanlara problem çözme stratejilerini, iletişim becerilerini ve davranış değiştirmeyi öğretmek ve bu becerileri hayatlarında uygulamalarını sağlamaya çalışırlar (Dattilio, 2012, s. 623; Nichols, 2013, ss. 301-305). Bilişsel-davranışçı aile terapisi, değiştirilecek olan davranışın ortaya çıkma sebeplerine odaklanmak yerine tamamen davranışı değiştirmeyi hedeflemektedir (Gladding, 2012, s. 240).

2.5.6 Duygu Odaklı Çift Terapisi

Duygu odaklı terapi, Leslie Greenberg tarafından geliştirilmiştir. Bu terapi, yaşantısal aile terapisi ile yapısal aile terapisi yaklaşımlarının sentezidir. Yaklaşım, bireyin hem duygusal hem de kişilerarası süreçlerine odaklanmaktadır (Greenberg, 2012, s. 3; Velidedeoğlu Kavuncu, 2006, s. 70). Benliğin oluşumunda duyguların temel olduğu savunulmaktadır. Bu doğrultuda yaşanan sorunların çözümünde dikkate alınmayan duyguların farkına varılmasına önem verilmektedir (Greenberg, 2004). Duygu odaklı terapi, bireylerin duygularının farkına varmalarına, bu duyguları anlamlandırmalarına, kabul etmelerine odaklanmaktadır. Yaşanılan problemlerin çözümünde, duyguların değiştirilmesinin gerektiği üzerinde

durulmaktadır. Bu yaklaşıma göre, bireyin problem yaşamasının sebebi bireyin duyguları değil duyguların farkına varılmamasıdır. Bireyin duygularının farkına varması, bu duyguları kabullenmesi ve duyguları deneyimlemesi bireyin benliğiyle ilgili olan istenmeyen tecrübelerini değiştirmesi kolaylaştıracağı savunulmaktadır. Bunun sonucunda da bireyler diğer insanların duygularını ve kendi duygularını kolayca fark edip doğru bir şekilde anlamlandırabilecektir. Terapide, bireylerin duygularının farkına varmaları, duygularını kabullenmeleri, bu duyguları ifade edilerek düzenleyip yeniden anlamlandırmaları amaçlanmaktadır. Yaşam içerisinde bireylerin üzerinde durmadıkları, önemsemedikleri durumlara odaklanmaları, farkına varmaları, tanımlamaları ve bu öğeleri kendi benlikleriyle tamamlamaları hedeflenmektedir. Terapide, bireylerin duygularının farkına varmaları, duygularını kabullenmeleri, bu duyguları ifade edilerek düzenleyip yeniden anlamlandırmaları amaçlanmaktadır (Greenberg, 2012, s. 3; Velidedeoğlu Kavuncu, 2006, s. 70).

Duygu odaklı çift terapisi, çiftlerin aralarındaki ilişkinin güvenli bağlanma stilinde olmasını ve birbirlerinin beklentilerini karşılamalarını sağlamaya çalışarak çiftlerin ilişkide yüksek doyumunu elde etmeleri ve güvenli bir bağlanmanın olması amaçlanmaktadır (Carr, 2000, s. 169). Bu yaklaşıma göre, evlilikte eşler arasında ortaya çıkan sorunların sebebi olumsuz duygular, eşler arasında etkili bir iletişimin olmaması gibi eşlerin birbirlerini olumsuz yönde etkileyen durumlardır. Terapide çiftler arasındaki etkileşime ve özellikle ilişkideki duygusal duruma odaklanılır, yaşanan sorunların ele alış biçimleri ve birincil duyguların fark edilmesi sağlanmaya çalışılır (Velidedeoğlu Kavuncu, 2006, s. 72). Birincil duygular, bireylerin yaşanan durumlar karşısında verdiği ilk duygusal tepkidir. Bu duygulara ulaşılabilmesi için terapide ikincil duygulara odaklanılır. İkincil duygular, birincil

duygulara karşı gösterilen bir savunmadır. Bireye, gösterdiği tepkilerin altında yatan duyguların fark ettirilmesi sağlanmaktadır (Greenberg, 2008).

2.5.7 Bowen Kuşaklararası (Çok Kuşaklı) Aile Terapisi

Bowen Kuşaklararası Aile Terapisi, Murray Bowen tarafından 1960'lı yıllarda geliştirilmiştir. Murray Bowen, psikodinamik aile terapisine önemli katkılar koyan öncülerden biridir ve kendisinin oluşturduğu Kuşaklararası Aile Terapisinin de temeli psikoanalitiğe dayanmaktadır. Bu aile terapistisi yaklaşımının kuralları, psikoanalitik kuramdan hareketle ortaya çıkmış, zamanla bu terapi yönteminin geliştirilmesi ve araştırmalarla desteklenerek yenilenmesi sonucunda oluşturulmuştur (Gladding, 2012). Bu yaklaşım, ailenin geçmişte yaşadıklarına ve aile üyeleri arasındaki ilişkilere odaklanması açısından psikoanalitikle benzerlik göstermesinin yanında şimdi ve buradaya önem vermesi ve sorunların sadece geçmiş örüntüler üzerinde çalışılarak çözülemeyeceği düşüncesine sahip olması açısından psikoanalitikten ayrılmaktadır. Bu yaklaşımın aynı zamanda araştırmalara da dayandırılmış olması ve oluşturulduğu zamanın ihtiyaçlarına cevap niteliğinde geliştirilmesi yaklaşımın önemli özelliklerinden biridir (Acar ve Voltan Acar, 2013; Carr, 2000, s. 161).

Pek çok kuramcı, kendi yaşantılarından özellikle de aile içerisindeki olaylardan etkilenerek kuramlarını oluşturmuşlardır (Örn. Freud, Adler, Jung...). Bowen da kendi aile danışması yaklaşımını oluştururken kendi yaşantısındaki problemlerden etkilenerek yaklaşımında kendi aile yaşantısından yararlanmıştır. Murray Bowen, kuram ve terapinin birbirlerinden ayrılmamaları gerektiğine inanmış ve birbirlerinden ayrıştırılmasının ise ancak birbirlerine haksızlık edilmesi sonucunda olacağını öne sürerek kuram ve terapinin birbirlerini tamamlayan bir bütün olduğunu anlatmak istemiştir. Bowen, beş çocuklu bir ailenin en büyük çocuğudur. Bowen'ın

ailesi Pensilvanya’da birkaç kuşak birlikte yaşamıştır. Aile bağlarının çok sıkı olduğu bir ailede büyüyen Bowen, doğduğu kasabadan ayrılarak ailesinden uzaklaşmıştır. Çok sıkı bağlara sahip olan ailesi ile yaşamının geri kalanında artık o kadar sıkı bir ilişki içine girmemekle birlikte uzaktan daha mesafeli bir ilişki yürütmüştür. Murray Bowen yaptığı çalışmalar sonucunda da, ayrışmamış ego kütlesi kavramını oluşturarak aile içerisindeki her bir üyenin bireyselleşmesi gerektiğini öne sürmüştür. Aile içerisinde çatışma yarattığını düşündüğü durumları belli kavramlarla (üçgen, benliğin ayrımlaşması, ailedeki duygusal süreç...) açıklamış ve bu kavramlar etrafında çözüm getirebilecek teknikler üzerinde çalışmıştır (eve geri gidiş, üçgeni bozma...). Nitekim yaptığı aile danışmalarında bu teknikleri uygulayarak tekniklerin işe yaradığını göstermiştir (Bowen, 1985; Gladding, 2012).

Bowen’ın aile terapisi, ilk olma özelliği taşımaktadır. Bu yaklaşım, aileyi bir bütün olarak kabul etmesi, aile üyeleri arasındaki iletişimi temel alması ve sistemik aile yaklaşımlarının ilki olması açısından aile danışmanlığında önemli bir yer tutmaktadır. Bu terapi yöntemi, aile üyeleri arasındaki duygusal bağa bakmakta ve terapide çekirdek ailenin yanında ailenin en az üç kuşağının duygusal bağlarına da önem vermesi açısından diğer sistem aile yaklaşımlarından ayrışmaktadır. Ailenin bir bütün olarak kabul edilmesinin, aile içerisinde yaşanan sorunları daha net anlamak için aile bireyleri arasındaki ilişkinin akıcılığına dikkat edilmesine yardımcı olduğu savunulmaktadır. Ayrıca bu yaklaşıma göre aile, zamanla bireyler arasındaki ilişkinin sürükleyici ve tahmin edilebilir olduğu doğal bir sistemdir. Kuşaklararası ilişkilere de odaklanmasından dolayı bu aile terapisi, çok kuşaklı/kuşaklararası aile terapisi olarak da anılmaktadır. Geçmiş örüntülere odaklandığı gibi şimdide olan olayları da göz önünde bulundurmaktan geri kalmamakta ve bu şekilde sonuçların

şimdiye uymasını sağlamaktadır (Bowen, 1985; Gladding, 2012; Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 175).

Bowen Kuşaklararası Aile Terapisine göre aile, dinamik bir yapıya sahiptir. Aile içerisindeki dengeler, etkileşimler zaman içerisinde değişebilmektedir. Bu değişimler olumlu yönde olabildiği gibi olumsuz yönde de olabilmekte ve bu durum da aile üyelerini kötü etkileyebilmektedir (Acar ve Voltan Acar, 2013; Bowen, 1985). Bowen, ailelerle çalışırken ailelerin hem geçmiş yaşam örüntülerini hem de şimdiki yaşam örüntülerini göz önüne alarak aile içerisindeki duygusal bağlar üzerinde durmuş, aile içerisinde çıkan çatışmaların sebepleri üzerinde dururken şimdiye de odaklanarak bu durumu çözüme kavuşturacak teknikler kullanmıştır. Yani geçmiş yaşam örüntülerinin şimdiki yaşam örüntülerini belirleyebildiği savunulmuştur (Bowen, 1985; Kerr & Bowen, 1988).

Bowen Kuşaklararası Aile Terapisine göre heyecansal, zihinsel ve duygusal olmak üzere üç sistem bireylerin davranışlarını oluşturmaktadır. Heyecansal sistem, bilinçsiz olmakla birlikte insanın hareketlerini güdülemesini sağlamakta olup öğrenilmiş olan davranışlar bu sistem içerisinde yer almaktadır. Heyecansal sistemden zihinsel sisteme bir bağlantı görevi gören duygusal sistem ise, heyecansal sistemden farklı olarak bilinçli kısımdır. Zihinsel sistem ise, hangi durum karşısında nasıl tepki verileceğine karar vermektedir. Bu yaklaşıma göre bu sistem iyi gelişmezse birey, davranışlarını duygusal ve heyecansal sisteme göre oluşturmaktadır. Bu durum da kişinin duygularıyla düşüncelerinin birbirine karışmasına ve karar vermekte zorlanmasına sebep olmaktadır (Velidedeoğlu Kavuncu, 2006, s. 49).

Bowen (1985), en çok duygusal sistemle ilgilenmiştir. Bu yaklaşımın en temel düşüncelerinden biri, ailelerin kuşaklar arasında birbirlerini tekrar eden

duygusal örüntülerinin olmasıdır. Yaklaşımına göre, kuşaklararasıdaki bu örüntüler incelenmeli ve yapılandırılmalıdır. Bu yüzden bu terapi yaklaşımında aynı zamanda aile üç kuşak olarak duygusal sistem incelenmektedir. Bu duygusal sistemin kuşaklar boyunca aynı şekilde tekrar etmesi, aile üyelerinin ayrılaşmamasına sebep olmaktadır. Böylece de aile içerisinde iletişim kopuk olmakta, çatışmalar çıkmaktadır. Benliğin ayrılaşması, bireyin kararlarını ailesinden bağımsız bir şekilde ve duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ayırt ederek verebilmesidir. Bowen'a göre, ailedeki bireyler birbirleriyle çok alakalıysa veya birbirlerinden çok kopuklarsa bu durum bu kişilerin kendi kişilerarası ilişkilerini de etkileyerek aile içerisindeki bu durumun yinelenmesine sebep olabilmektedir. Yani aileye yerleşen psikolojik özellik sonraki iki kuşağı etkileyebilmektedir. Kuşaklararasıda duygusal sorunların ortaya çıkmasına sebep olan yaşam örüntülerinin tekrar etmesi, aile üyelerinin ayrılaşmamasına sebep olmaktadır. Bu da bu örüntülerin tekrar bir sonraki kuşağa aktarılmasına ve aile içerisinde yaşanan sorunların bir sonraki kuşakta da oluşmasına sebep olmaktadır (Bowen, 1985; Kerr & Bowen, 1988).

Bowen aile danışmanlığının diğer bir önemli temeli, her insanın yaşadığı sürece kaygı yaşadığıdır. Yaşanan olaylar, karşılaşılan durumlar aile yaşamında ve bireylerde kaygı yaratabilmektedir. Ancak Bowen, bazı insanların bu kaygıyı diğerlerinden daha çok yaşadığını ve bunun sebebi olarak da bu kaygının bir önceki kuşaktan aileye aktarılmış olduğunu öne sürmüştür. Bowen, bireylerdeki ve aile içerisindeki kaygı düzeyiyle ailede yaşanan sorunların doğru orantılı olduğunu savunmaktadır. Kaygı arttıkça aile içerisinde sorunlar artmakta ve şiddetlenmekte, kaygı azaldıkça da aile içerisinde yaşanan sorunlar azalmaktadır (Bowen, 1985, Kerr & Bowen, 1988). Yüksek düzeyde kaygı yaşayan bir bireyin, tehdit olarak algıladığı herhangi bir durum karşısında duygusal sistemi uyarılır ve zihinsel sistemi

uyarılmadığı için de kişi kontrolsüz bir şekilde davranır (Papero, 1990'dan aktaran Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 179).

Kaygı düzeyiyle benliğin ayrılaşması arasında ise bu yaklaşıma göre ters orantılı bir ilişki vardır. Yüksek düzeydeki kaygı düşük düzeyde ayrılaşmayı sağlar, kişi strese girmeye ve fiziksel hastalıklara meyillidir (Gladding, 2012). Düşük düzeydeki kaygı ise yüksek düzeyde benliğin ayrılaşmasını sağlamaktadır. Bowen (1985)'a göre insan ilişkileri iki zıt kutup tarafından yönetilmektedir. Bunlar bireysellik ve birlikteliktir. Bireysellik ve birliktelik benliğin ayrılaşmasının iki zıt kutbu olup bireyin, bu iki güç arasındaki dengeyi sağlayabilmesi önemlidir. Birliktelik gücü, aile bireylerini, yaşam ilkelerini ve önemli kabul edilen inançları duygular açısından benzer olarak tanımlamaktadır. Benliği ayrılaşmamış birey, kendinden önce diğer insanları düşünür, davranışlarını diğerlerine göre şekillendirir, başkalarının rahatlığı ve iyiliği için fedakarlıklarda bulunur ve bağlanır. Kurama göre, kişinin ego gücünün gelişmemiş olması benliğin ayrılaşmamış olduğu anlamına gelmektedir. Duygusal tepkilere çok açık olan bu kişiler, başkalarına kolayca sinirlenebilmekte veya söylenenlere hemen onay verebilmektedirler. Bireysel ayrılaşmasını sağlayamamış bu insanlar, özerk benliklerini sağlayamamış demektir. Ayrıca bireysel ayrılaşmasını sağlayamayan kişiler, ilişkilerinde de tıpkı ailelerinde yaşadıkları sorunlar gibi problemleri yaşayabilmektedirler. Ayrılaşmış kişiler ise birlikteliği koruyarak bireyselleşmektedirler. Bu insanlar kendi isteklerine, içinde buldukları durumla ilgili duygu, düşünce, inanç ve değerlerini göz önünde bulundururlar ve yaptıkları davranışların sonuçları ne olursa olsun sorumluluğunu üstlenirler (Bowen, 1985).

Aile sisteminde meydana gelen değişimler, aile içerisindeki kaygıyı etkileyebilmektedir. Bu değişimler yaşam döngüsünde yaşanan olaylardan

kaynaklanabilmektedir. Bu durum aileye yeni bir üyenin katılımı yani bir çocuğun doğması olabileceği gibi aileden bir üyenin ayrılması da olabilmektedir. Bireyin aileden gitmesine yol açan olaylardan biri evliliğdir. Evlilik, hem evden ayrılacak olan kişi için hem de anne-baba ve kardeşler için bir değişimdir ve bu değişim aile içerisinde kaygı düzeyini arttırabilmektedir (Velidedeoğlu Kavuncu, 2006, s. 51). Bu yaklaşıma göre, benliği ayrımlaşmamış bireyler köken ailelerinde gördüklerini kendi evliliklerine yansıtarak kuşaklar boyunca tekrar eden yaşantı örüntülerini kendi ailesinde de devam ettirmektedir. Ayrıca bireyler, kendi benliklerinin ayrımlaşma düzeyine sahip olan kişileri eş olarak seçmektedirler. Buna göre benliğin ayrımlaşma düzeyi düşük olan eşler evliliklerinde, kendi ailelerinin duygusal sisteminde tekrar eden yaşantı örüntülerini, etkileşim kalıplarını kendi evliliklerine aktarmaktadırlar. Benliği ayrımlaşma düzeyi yüksek olan bireyin, benliğin ayrımlaşma düzeyi kendi gibi olan bir eş seçmesi sonucunda gerçekleşen evlilikte ise her iki tarafın bireyselliklerini koruduğu, duygu ve düşüncelerin rahat bir şekilde paylaşılabilirdiği bir ortam olmaktadır (Bowen, 1985).

Bu yaklaşımının en temel amaçlarından biri, aile bireylerinin ayrımlaşma düzeylerini arttırarak uyumu sağlayabilmek, diğeri ise kaygı düzeylerinin mümkün olduğunca en aza inmesini sağlayıp belirtileri en düşük düzeye indirgemektir. Bowen Kuşaklararası Aile Terapisinde bireylerin benliklerini ayrımlaştırmak için, önceki kuşaklarda olup kendi çekirdek ailelerinde de varlığını sürdüren yaşantı örüntülerinin, etkileşim kalıplarının farkına varmaları ve bunların devamını engellemeye çalışmaları amaçlanmaktadır. Ayrıca aile üyelerinin, kendilerini sorgulayarak asıl sorunlarını anlamaları, sorumluluk almaları ve bu yönde benliklerini farklılaştırmak, düşünce ile duyguyu birbirinden ayırarak sorunlarına

kendilerine uygun şekilde çözümler bulmaları hedeflenmektedir (Bowen, 1985; Carr, 2000, s. 162).

Ailelerin kendilerinden önceki kuşaklardaki duygusal sistemi fark etmeleri, bu örüntülerin tekrarlayarak kendi ailelerinde de gözlemlendiğini anlamaları, bu yönde her bir aile üyesinin benliğini ayırma ve ayrıştırmaları, duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ayırarak diğer insanlarla bilişsel boyutta ilişki kurabilmeleri, kendi kararlarını verebilecek düzeye gelmeleri amaçlanmaktadır. Yani aile bir bütün olarak ele alınmakta fakat aileyi oluşturan her bir üyenin tek başına bir birey olduğunun ve birbirlerinden farklı olduklarının bilinmesi istenmektedir. Yani, Bowen'ın aile danışmanlığı yaklaşımı, aileyi bir bütün olarak görmesiyle sistemik yaklaşımların ilki olarak görülmektedir fakat uygulamalarda odak genel olarak birey veya çiftlerdir. Çünkü bu yaklaşımın savlarından biri, bir ailenin gelişmesi için çaba harcanıyorsa o ailenin tümüyle görüşülmesinin şart olmadığı, seanslarda kaç kişiye yer verildiğinin önemli olmadığı ve bir kişinin bile gelişmesinin o aileyi olumlu yönde geliştirmesi için yeterli olabileceğidir. Bu aile terapisi, genelde birey veya eşlerle yapılmaktadır. Ebeveynlerin önceki kuşaklarda tekrar eden örüntülerinin kendi ailelerinde de tekrarlanması sonucunda çocuklarına model olmasından dolayı, sadece eşlerle de çalışılabilmektedir. Yani bu terapi yöntemine göre, olumlu değişimler için çalışılıyorsa tüm aile üyeleriyle görüşülebileceği gibi sadece bir birey veya eşlerle de görüşülebilmektedir (Gladding, 2012).

Bowen Kuşaklararası Aile Terapisine göre, benliği ayrılaşmamış bireylerin kendi ailesinde kuşaklararası aktarılan ve işlevsel olmayan yaşantı örüntülerini, etkileşim kalıplarını bir sonraki kuşağa aktarmaya devam etmektedir. Ancak benliği ayrılaşan birey için böyle bir durum söz konusu değildir. Benliğin ayrılaşma düzeyinde, aile içerisindeki kaygı düzeyi etkilidir. Bu yaklaşıma göre, kaygı düzeyi

yüksek olan ailelerdeki bireylerin benliklerinin ayrımlaşma düzeyleri düşük, kaygı düzeyi düşük olan ailelerdeki bireylerin benliklerinin ayrımlaşma düzeyleri yüksektir (Bowen, 1985). Bowen'ın aile terapisi, 4 işlevden bahsetmektedir. Eşler arasındaki etkileşimin belirlenmesi ve açıklanması, bireyin kendisini içinde bulunduğu ailenin duygusal sisteminden çekebilmesi ve kişinin kendi benliğini farklılaştırabilmesi, sağlıklı bir duygusal sistemin fonksiyonlarını, aileye katabileceklerini öğretme ve aile içerisindeki iletişimi daha iyi boyutlara getirip sorunları üyelerin birbirlerini etkili bir şekilde dinleyerek çözmeleri için ben dilinin öğretilmesidir (Papero, 1995). Bowen Kuşaklararası Aile Terapisi, gerek aileleri gerek de toplumdaki kronik kaygı ve duygusal süreçleri vurgulayarak danışmaya gelen aileleri daha iyi anlamak için 8 temel kavrama yer vermektedir. Ayrıca bu 8 kavram, ailenin işlevini de şekillendirmektedir (Gladding, 2012; Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 179). Bu kavramlar:

- Benliğin Ayrımlaşması (Differentiation of Self)
- Çekirdek Ailenin Duygusal Süreci (Nuclear Family Emotional System)
- Kuşaklararası Aktarım Süreci (Multigenerational Transmission Process)
- Aile Yansıtması (Family Projection Process)
- Üçgenler (Triangles)
- Duygusal İlişkiyi Kesme (Emotional Cut Off)
- Kardeş Konumu/Pozisyonu (Sibling Position)
- Toplumdaki Duygusal Süreç (Societal Regression)

2.5.7.1 Benliğin Ayrımlaşması (Differentiation of Self)

Bowen Kuşaklararası Aile Terapisini oluşturan en temel kavramlardan biri, benliğin ayrımlaşmasıdır. Her birey diğerlerinden farklıdır. Bu kavram, kişinin kendini içinde büyüdüğü aileden duygusal ve bilişsel açıdan ayırıp başkalarının

etkisinde kalmadan kendi kararlarını verebilme yeteneğini tanımlamaktadır. Kişiyi benliğinin ayrılaşmasına götüren en önemli nokta, bireyin duygusal süreciyle bilişsel sürecini birbirinden ayırması ve aralarında denge kurulmasıdır. Bunun sonucunda benliği ayrılaşan birey, kendi kararlarını ve bunların sonucunda olabilecek olayların sorumluluğunu alabilecek ve ailesiyle kendisini bir görmesini engelleyecek duruma gelebilecektir (Bowen, 1985). Bu yaklaşıma göre birey, kendi özerkliğinin farkına varabilmeli ve bu sayede kendisinin değerli olduğunu anlayıp kararlarını verebilecek farkındalığa sahip olabilmelidir. Bowen, bireylerin en az 25 yaşına kadar benliklerini ayrılaştıramadıklarını belirtmiştir (Gladding, 2012).

Bowen (1985)'a göre, bireyin ayrılaşmasını etkileyen ve bunlar arasında dengenin sağlanmasının beklendiği birbirlerine tamamen zıt iki farklı yaşam gücü bulunmaktadır. Bunlar birliktelik ve bireyselliktir. Benliğin ayrılaşması için, bireyin bu iki zıt güç arasındaki dengeyi sağlayabilmesi önemlidir. Buna göre benliği ayrılaşmış kişi kendi, benliğinin farkında olarak bir aileye mensup olduğu duygusunu yitirmeden kendi duygu ve düşüncelerini hem birbirinden ayırabilir hem de duygu ve düşüncelerinin kendi ailesinden farklı olabildiğinin ayırmasına varabilir. Benliğin ayrılaşmamasına aynı zamanda iç içe geçme ya da ayrılaşmamış ego yığını da denilmektedir (Acar ve Voltan-Acar, 2013).

Bowen Kuşaklararası Aile Terapsine göre, benliği ayrılaşmamış bireyler, ailelerinden ayrılırlar bile duygusal olarak kopmamaktadırlar. Ayrılaşma düzeyleri düşük bireyler, duygularına göre hareket ederler, kararlarını tek başlarına alamazlar, sürekli onay beklerler, fiziksel ve duygusal olarak problemler yaşayabilirler, bir şey üretmek için pek uğraşmazlar, başkalarına bağımlı halde yaşarlar ve yetişkinliklerinde seçtikleri eş adayını da bu özelliklerine yakın tercih etmektedirler. Benliği ayrılaşmış bireyler ise, kendi kararlarını kendileri alabilen

kişilerdir. Ayrışma düzeyleri yüksek olan kişiler, diğer insanlardan farklı duygu ve düşünceleri olduğunun bilincindedirler. Duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırırlar, duygu ve düşünceleri arasında denge mevcuttur, kararlarını duygularına göre değil duygularının farkında olarak bilişsel süreçlerine göre alırlar ve değişen durumlar karşısında hemen uyum sağlayabilirler (Bowen, 1985; Goldenberg ve Goldenberg, 2008, s. 179; Gladding, 2012).

Bu yaklaşıma göre, tüm bunlarla ilişkili olarak iki benlik bulunmaktadır: Tutarlı ben ve sahte ben. Tutarlı ben, ayrışma düzeyi yüksek olan kişilerin benliğini belirtmektedir. Bu benliğe sahip kişiler, aldıkları kararların ve yaptıkları davranışların sorumluluğunu alabilmektedirler. Diğer insanların kendilerine onay vermelerine ihtiyaç duymazlar ve yaptıklarıyla kendi inançları tutarlıdır. Sahte ben ise, ayrışma düzeyi düşük olan kişilerin benliğini temsil etmektedir. Bu kişiler, duyguları ve bilişsel süreçlerini birbirinden ayıramazlar, kararlarını duygusal süreçlerine göre verirler, kronik kaygıları vardır ve fiziksel ve duygusal rahatsızlık geçirmeye yatkındırlar. Yani tutarlı ben sorumluluk alabilen benlikken sahte ben sorumluluk alamayan benliktir (Fenell ve Weinhold, 2003'ten aktaran Acar ve Voltan-Acar, 2013; Kerr & Bowen, 1988).

Bowen Kuşaklararası Aile Terapisine göre benliğinin ayrışma düzeyi yüksek olan birey, ailesinin merkezinden duygusal ve fiziksel olarak uzaktır ve duygusal ve bilişsel süreçlerini birbirinden ayırmaktadır. Bowen, bu kişileri sağlıklı bireyler olarak görür ve bu kişilerin aileye ait oldukları duygusuyla tek başlarına bir birey olarak aileden da farklı oldukları duygusunun bir arada olduğunu savunur (Acar ve Voltan-Acar, 2013).

Bireyin ayrışma düzeyini dört farklı faktör etkilemektedir:

Duygusal Tepkisellik: Benliği ayrımlaşmamış bireyler, bilişsel ve duygusal süreçlerini birbirinden ayırtmamıştır. Bu bireyler aldıkları kararları bilişsel süreçlerine göre değil duyguları doğrultusunda alırlar. Duyguların, düşünceyi geride bırakması sonucunda bireyselleşmenin gerçekleşmemiş olmasıdır (Kerr & Bowen, 1988).

Duygusal İlişkiyi Kesme: Aile üyeleri aralarında yaşanan problemleri çözemedikleri zaman çatışmak yerine ilişkiyi de kesebilmektedirler. Bu faktör de aile üyeleri arasında problem olan ancak çözülememiş bir duygusal bağlanmadan dolayı psikolojik veya fiziksel olarak birbirlerinden uzaklaşabildiklerini tanımlamaktadır (Kerr & Bowen, 1988).

İç İçe Geçme: Benliği ayrımlaşmayan bireyler, duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ayırtamaz ve birbirlerine karıştırırlar. Ayrımlaşma düzeyleri yüksek olan kişiler ise, duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ayırtırlar ve duygularıyla düşüncelerinin farkına varabilirler. Ancak benliği ayrımlaşmamış kişilerde bu durumun tam tersi gözlenmektedir. Bu kişiler duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ayırmamaktadırlar, bunlar iç içe geçmişlerdir ve bu yüzden bu kişilerin gerek kendilerine karşı gerek de diğerlerine karşı farkındalıkları düşük olup net bir algıları yoktur (Kerr & Bowen, 1988). Bu faktörü yaşayan aile üyelerinde psikolojik veya fiziksel problemler çıkabilmektedir. Örneğin, bu bireyler bulimiya olabilmektedir. Bu durum daha çok kadınlarda görülmektedir. Bunun için atılganlık eğitimi ve stresle başa çıkma teknikleri gibi kişiyi içinde bulunduğu durumdan daha iyi bir duruma getirebilecek teknikler kullanılabilir (Akt. Gladding, 2012; Levy ve Hadly, 1998). Bireyin iç içe geçme düzeyi fazla ya da ayrımlaşma düzeyi çok düşük olduğunda eşler bunu çocuğa yansıtabilmektedir (Acar ve Voltan-Acar, 2013).

Ben Pozisyonu Alma: Bowen'a göre bir ailenin içindeki ilişkileri olumlu duruma dönüştürmeye çalışılıyorsa tüm aileyle görüşmek yerine ailenin bir üyesiyle ya da eşlerle de çalışılabilir. Bu doğrultuda ailenin bir üyesiyle de çalışılsa ve bu bir kişi bile duygu ve düşüncelerini aile içerisinde kendine ait düşünceleri sonuçlarının sorumluluğunu alarak ifade etmesinin ailenin diğer üyelerini de buna cesaretlendirebileceği savunulmaktadır. Bu da etkileşimin daha iyi bir duruma gelmesini de sağlamaktadır (Kerr & Bowen, 1988).

2.5.7.1.1 Duygusal Ayrışma

Bowen (1985), benliğin ayrışmasını bireyin iç yaşantılarına (intrapşik) ve kişilerarası ilişkilerine yönelik olan iki boyutta ele almıştır. Benliğin ayrışmasıyla ilgili yapılan kimi çalışmada, ayrışmanın öznünün ayrışmanın içsel boyutu olduğu savunulmaktadır (Karasick, 2004; Takagishi, 1996'dan aktaran Licht & Chabot, 2006). Bowen (1978)'a göre de bireyselleşmenin kazanılıp kazanılmadığı, ayrışmanın bireyin içsel yaşantılarına yönelik boyutuyla ilgili olan duygusal ayrışma düzeyinin değerlendirilmesiyle ortaya koyabilmektedir (Akt. Licht & Chabot, 2006). Duygusal ayrışma, bireyin duygu ve düşüncelerini ayırt edebilme, duygu ve düşünceleri arasında denge kurabilme, başkalarının duygu ve düşüncelerine göre yönlendirilip yönlendirilmeme arasında tercih yapma, bireyin kendi duygularını inkar etmeden mantığı doğrultusunda kararlarını verebilme becerisini açıklamaktadır (Bowen, 1985; Karasick, 2004).

Bowen'ın benliğin ayrışması kavramını etkileyen dört faktör vardır ve bunlar duygusal tepkisellik, ben pozisyonu alma, duygusal kopma ve iç içe geçme olarak adlandırılmaktadır. Benliğin ayrışmasının içsel boyutla ilgili olan duygusal ayrışmaya yönelik faktörler, duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma şeklindedir. Ben pozisyonu alma, kişinin sonuçlarının sorumluluğunu alarak duygu

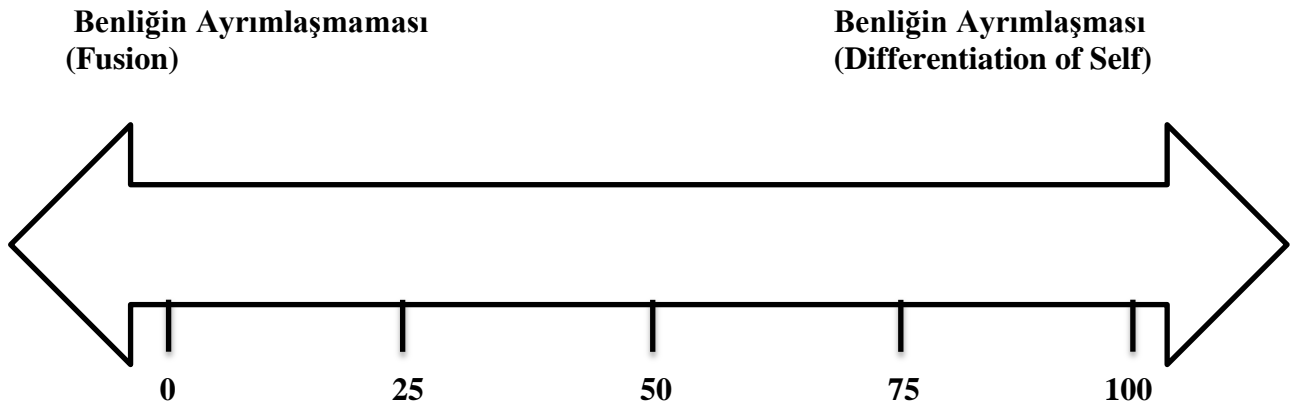
ve düşüncelerini ifade edebilmesi ve diğer insanları da duygu ve düşüncelerini ifade etmeleri yönünde cesaretlendirebilmesidir (Kerr & Bowen, 1988). Bowen (1985)'a göre, bir aile içindeki ilişkiler olumlu duruma dönüştürülmeye çalışılıyorsa tüm aileyle görüşmek yerine ailenin bir üyesiyle ya da eşlerle de çalışılabilir. Bu doğrultuda ailenin bir üyesiyle de çalışılsa ve bu bir kişi bile duygu ve düşüncelerini aile içerisinde kendine ait düşüncelerini sonuçlarının sorumluluğunu alarak ifade etmesinin ailenin diğer üyelerini de buna cesaretlendirebileceği savunulmaktadır. Bu doğrultuda ben pozisyonu alabilmenin, aile içerisindeki etkileşimin daha iyi bir duruma gelmesini sağladığı söylenebilmektedir. Bowen (1985), ben pozisyonu almanın ayrılaşmayı olumlu yönde etkilediğini belirtmiş ve terapilerinde de eşlerin ben pozisyonu alma düzeylerini arttırmalarını sağlamaya çalışmıştır.

Duygusal tepkisellik ise, kişinin duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırt edememesi ve bu doğrultuda bireyselleşmenin sağlanamaması durumlarını tanımlamaktadır (Kerr & Bowen, 1988). Bowen, duygusal tepkiselliğin ayrılaşmayı olumsuz yönde etkilediğini belirtmiş ve terapilerde de eşlerin birbirlerine aşırı bir şekilde duygusal tepki vermelerini engellemelerini sağlamaya çalışmıştır. Buna göre, duygusal ayrılaşma düzeyi yüksek olan bireyler duygu ve düşüncelerinin net bir şekilde farkındadır ve duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırt edebilir, karar alırken duygularının düşüncelerini geri planda tutmasına izin vermez ve yüksek düzeyde stres altında olduğu durumlarda bile duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırt ederek kararlarını mantığı doğrultusunda alır. Duygusal ayrılaşma düzeyi düşük olan bireyler ise, duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırt edemez, rasyonel düşünme konusunda zorlanır, aldığı kararlarda bilişsel süreçler değil duygusal süreçler ön plandadır, stresli durumlarla başa çıkmada zorluk yaşar, kendilerine zarar veren

ilişkilerini bitirmekte ve olaylar karşısında duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorlanır (Karasick, 2004).

2.5.7.1.2 Benliğin Ayrışması Ölçeği

Bowen (1985), benliğin ayrışmasıyla ilgili bir ölçek geliştirmemiştir fakat yaptığı danışmalarda pek çok gözlem ve bu gözlemlerden yola çıkarak ölçüm yapmıştır. Bowen'ın yaptığı ölçümde benliğin ayrışma dereceleri doğru üzerinde, 0-25, 25-50, 50-75 ve 75-100 değer aralıklarında değerlendirilmektedir. Doğrunun bir ucunda benliğin ayrışması (differentiation of self), doğrunun öteki ucunda ise benliğin ayrışmaması/ayrışmamış aile ego yığını/iç içe geçme (fusion) bulunmaktadır. Buna ölçeğe göre, 0 en düşük benliğin ayrışma derecesini temsil ederken 100 ise en yüksek benliğin ayrışma derecesini temsil etmektedir. Yani kuramsal bir değerlendirme amacıyla oluşturulan bu ölçümde, oluşturulan doğru üzerinde derece 100'e ne kadar yakınsa benliğin ayrışma düzeyi o kadar yüksek, 0'a ne kadar yakınsa benliğin ayrışma düzeyi o kadar düşük anlamındadır. Bowen'ın yaptığı ölçüm, bir doğru üzerinde gösterilebilir (Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 181).



Şekil 1: Benliğin Ayrışması Aralığı

Benliğin ayrımlaşma düzeylerinin doğru üzerindeki derece aralıklarına göre anlamları şu şekildedir:

0-25: Bu aralıkta, benliğin ayrımlaşma düzeyi düşük olan insanlar yer almaktadır. Bu bireyler, yaşamlarında pek çok problemle karşı karşıya kalmakta ve problemlerini çözmekte zorlanmaktadırlar. Ayrıca bu aralıktaki bireyler, başkalarını memnun etmeye çalışır ve başkalarından onay ve kendilerini kabul etmelerini beklerler (Gladding, 2012; Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 181).

25-50: Bu aralıkta, benliğin ayrımlaşma düzeyi orta düzey olan insanlar yer almaktadır. Bu bireyler, hayatlarında stres yaşarlar, başkalarının kendilerini yönlendirmesini beklerler, yaşamlarında stres olmadığı zamanlar daha rahattırlar (Gladding, 2012; Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 181).

50-75: Bu aralıkta, benliğin ayrımlaşma düzeyi orta-yüksek düzey olan insanlar yer almaktadır. Bu bireyler, başkalarına söylemek istediklerini söylemekte zorlanırlar ancak yapmak istediklerini denemekten de kaçınmazlar. Bu aralıktaki bireyin makul düzeyde gelişmiş bir benlik duygusu vardır (Gladding, 2012; Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 181). Bowen (1985), doğru üzerinde 60'ın üzerinde olanların toplumun küçük bir kısmını oluşturduğuna inanmaktadır.

75-100: Bu aralıkta, benliğin ayrımlaşma düzeyi yüksek olan insanlar yer almaktadır. En olgun, benliği ayrımlaşmış ve özerk insanlar bu aralıktadır. Bu bireyler, duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ayırabilmekte, kararlarını bu şekilde verebilmekte ve duygu ve düşüncelerini net bir şekilde açıklayabilmektedirler (Gladding, 2012; Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 181).

Kuşaklararası aile terapisini benimseyen birçok terapist, benliğin ayrımlaşmasını ölçen ölçekler geliştirmiştir (Anderson & Sabatelli, 1992; Haber, 2003; Licht & Chabot, 2006; McCollum, 1991; Skowron & Friedlander, 1998).

Skowron ve Friedlander (1998) tarafından geliştirilen Benliğin Ayrışması Ölçeği, 46 maddeden oluşmaktadır. Bu ölçek 25 yaş üzerindeki bireylerin kendilerini raporlandırmaları için geliştirilmiştir. Her madde için 1 ile 6 arasında değişen derecelendirmeli ölçek kullanılmıştır. Dört alt ölçekten oluşmaktadır. Kişinin iç yaşantısına yönelik alt boyutlar: Duygusal Tepkisellik ve Ben Pozisyonu Alma. Kişinin diğer insanlarla olan ilişkisine yönelik alt boyutlar: Duygusal Kopma ve Başkalarına Bağımlılık. Işık ve Bulduk (2014), Skowron ve Friedlander (1998) tarafından geliştirilen ve Skowron ve Schmitt (2003) tarafından revize edilen Benliğin Ayrışması Ölçeğini Türkçeye uyarlamışlardır (Işık ve Bulduk, 2014). Türkçeye uyarlanan ölçek, 20 maddeden oluşmaktadır.

Benliğin ayrışma düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilen diğer bir ölçek, Differentiation in the Family System Scale (DIFS) dir. Anderson ve Sabatelli (1992) geliştirdikleri bu ölçekte, bireylerdeki ayrışmanın kişilerarası bileşenleri ölçülmektedir. Anderson ve Sabatelli'ye göre, aile sisteminin nasıl işlediğinin saptanması, kişilerarasındaki etkileşimin de nasıl işlediğini betimleyebilmektedir. Ailenin işlevsel yapısının anlaşılması bakımından aile bireyleri arasındaki bireysellik ve samimiyet önemlidir. Bu ölçek, ayrışmanın içsel boyutunu ele almamaktadır. Benliğin ayrışma düzeyinin kişilerarası boyutunu ölçen diğer bir araç da McCollum (1991)'un Emotional Cut-off Scale (ECS) dir. Bu ölçek, Bowen'ın kuramında yer alan duygusal kopma kavramını ölçmek için oluşturulmuştur. Ölçek, bireylerin ebeveynleri arasındaki ilişkiye bakmaktadır.

Benliğin Ayrışma düzeyini ölçmek amaçlı geliştirilen ölçekler, genellikle ayrışmanın kişilerarası yönünü ele almıştır. Yani bireyin iç yaşantılarına yönelik olan duygusal boyutu ihmal edilmiş, ağırlık ayrışmanın kişilerarası yönüne verilmiştir. Benliğin ayrışmasının kişilerarası ve içsel

yaşantılar yönü vardır (Bowen, 1976; Licht ve Chabot, 2006). Ancak özünün içsel boyuta yönelik olduğunu savunan araştırmacılar da bulunmaktadır (Karasick, 2004; Reynolds ve Chabot, 2004; Takagish, 1996; Akt. Licht ve Chabot, 2006). Benliğin ayrımlaşması kavramının kişilerarası yönünü ölçen ölçekler kadar olmasa da içsel boyutu ölçen ölçekler de vardır (Haber, 1993). Haber (1993)'in "Level of Differentiation of Self Scale (LDSS)" adlı ölçeği, bireylerin duygularıyla düşüncelerini birbirinden ne derece ayırt edip edemediklerini ölçmektedir. Haber'in geliştirdiği ölçek üç faktörden (düşünce ve duygu ayrılığı, duygusal olgunluk ve duygusal özerklik) oluşmaktadır. Bu ölçek, bireylerin değerleri, inançları, amaçları, zihinsel ve duygusal süreçleri, ben-pozisyonu, benlik değerlendirmesi, başkalarının beklentileri ve karar verme becerilerine bakmaktadır. Diğer bir ölçek de, Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğidir. Ölçek, bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeylerini ölçmek amaçlı tasarlanan bir kişisel raporlama ölçeğidir (Chabot, 1993'den aktaran Licht ve Chabot, 2006). Ayrıca bu ölçeğin, aile içerisindeki etkileşimler ve aile içerisindeki duygusal ilişkiyi kesen durumlar konusunda da ailelere yönelik hizmetler verebilmesine yardımcı olacağı öne sürülmektedir (Licht ve Chabot, 2006). Bireylerin duygularıyla düşüncelerini birbirlerinden ayırt edebilme becerilerini ölçmek amacıyla oluşturulan bir ölçektir. Kişilerin duygusal ayrımlaşma düzeylerini değerlendirebilmek amacıyla oluşturulan maddeler şu şekildedir: 1) stresli olmayan dönemler, 2) uzun süreli stres dönemleri, 3) ilişkiler iyi gidiyorsa, 4) ilişkilerde güçlükler olduğunda (Chabot, 1993; Takagishi, 1996, 1999; Akt. Licht ve Chabot, 2006).

2.5.7.2 Çekirdek Ailenin Duygusal Süreci (Nuclear Family Emotional System)

Bu kavram, bireyin ayrımlaşma düzeyinin ve benliğin ayrımlaşp ayrımlaşmadığının kişinin ailesiyle ilişkili olduğunu tanımlamaktadır. Bowen

Kuşaklararası Aile Terapisi, bir ailenin şimdiki yaşantılarını geçmiş yaşam örüntülerine bağlamaktadır. Yani aile içerisinde yaşanan sorunların temelini, geçmişte yaşanan örüntülere bağlı olabileceğine inanılmaktadır. Ailenin, bireyin davranışlarına, duygularına ve seçimlerine yön verdiği savunulmaktadır. Birey üzerindeki bu etkisinden dolayı birey, bir bütünlük içinde yani ailesini de göz önüne alarak değerlendirilmektedir. Bireyin duygu ve düşüncelerinde etkisi olan çekirdek aileye de bu duygusal sistemin bir önceki kuşaklardan tekrar ederek ulaştığı savunulmaktadır. Bu yaklaşıma göre, önceki kuşaklardaki yaşantılar tekrar etmekte ve bu yaşantılar çekirdek aileyi oluşturan bireylerin yaşamlarında da yer almaktadır. Böyle ailelerde yetişen bireyler ileriki hayatlarında da bu duygusal sistemi evliliklerine ve kişilerarası ilişkilerine yansıtmaktadırlar. Bu bireyler, benliklerini ayrımlaştırmadıkları sürece bu geçmiş yaşantı örüntüleri kendini tekrar etmekte ve bu yüzden de ailelerle çalışırken ailenin şimdiki duygusal sistemini anlamak için geçmiş aile yaşantılarını anlamak gerekmektedir (Bowen, 1985; McGoldrick ve Carter, 2001).

Duygusal kaygı, aile sistemi içerisinde bireylerin birbirlerine bağımlı olmalarına sebep olmaktadır. Böyle bir ailedeki birey, ailenin diğer üyelerinin sevgisini kaybetmekten korkar ve bu korkuyla başkalarını altına almaya çalışırlar. Duygusal olgunluk ise, bireylerin değerlerini ve yaşam tarzlarını kendilerinin belirlediği ve bu doğrultuda hareket etmelerini sağlar. Duygusal olgunluk düzeyi yüksek olan bireyler, başkalarının onayına ve kendilerini kontrol etmelerine ihtiyaç duymazlar. Bireyin duygusal kaygı düzeyi ve duygusal olgunluk düzeyinde, bireyin içinde yetiştiği ailedeki duygusal sistemin etkisi vardır (McGoldrick & Carter, 2001).

Eşlerin ayrımlaşma düzeyleri, ortaya çıkabilecek durumları üç alanda ele almaktadır. Bu alanlar eşlerin karşılaştıkları durumlarda yaşadıkları kaygıyla nasıl baş ettikleri hakkında bilgi vermektedir (Bowen, 1985; Kerr & Bowen, 1988). Bunlar;

- Evlilik Çatışmaları
- Eşlerden Birinde Fiziksel veya Duygusal Rahatsızlık
- Sorunun Çocuklara Yansıtılması

Evlilik Çatışmaları: Ayrımlaşmanın düşük düzeyde olduğu eşler, birbirlerine duygusal anlamda tepkili oldukları ve bunu aralarında çözemedikleri durumlarda gerçekleşmektedir. Eşler birbirlerine kızdıkları zaman aralarına duygusal mesafe koyarken, birbirlerini affetme durumu olduğunda ise aralarında duygusal yakınlık olmaktadır (Acar ve Voltan-Acar, 2013).

Eşlerden Birinde Fiziksel veya Duygusal Rahatsızlık: Ayrımlaşma düzeyi düşük olan bireyler duygularıyla düşüncelerini birbirinden ayıramamakta, bunlar iç içe geçmektedir. Kişi duygusu ile düşüncesinin farkına varamamaktadır. Bu durum kişinin, bir olay karşısında sağlıklı karar verememesine sebep olabilmektedir. Eşler arasında yaşanan bir sorun buna örnek olarak verilebilir. Bunun sonucunda da kişide kaygı oluşabilmekte ve kendilerinde psikolojik veya fiziksel hastalık ortaya çıkabilmektedir. Böyle bir durumda özellikle kadınlar bulimik olabilmektedirler (Acar ve Voltan-Acar, 2013).

Sorunun Çocuklara Yansıtılması: Eşler, ayrımlaşma düzeylerinin düşük olmasını ve duygularıyla düşüncelerinin iç içe geçme durumlarını çocuğa yansıtılabilmektedirler. Özellikle eşler arasında yaşanan fakat çözülemeyen konularda eşler arasındaki kaygı çocuğa yöneltilebilmektedir(Acar ve Voltan-Acar, 2013).

2.5.7.3 Kuşaklararası Aktarım Süreci (Multigenerational Transmission Process)

Bowen'ın oluşturduğu aile terapisinde, sadece çekirdek aile göz önüne alınmamaktadır. Çekirdek aile ile birlikte bu ailenin önceki iki kuşağı da göz önünde bulundurulmaktadır. Yani bu yaklaşımda, ailenin üç kuşağının duygusal sistemi ve üç kuşaktaki yaşantı örüntüleri de incelenmektedir. Bunun sebebi de, bu yaklaşımda bir aile içerisinde sorun yaratan duygusal örüntülerin önceki kuşaklarda oluştuğuna ve kuşaklar boyunca bu örüntülerin tekrar ederek kendi içinde sorun yaşadığı için ele alınan çekirdek ailenin şimdiki yaşantı örüntülerini oluşturduğunun savunulmasıdır. Bu bireylerin yaşamları boyunca yaşadıkları stresin ve bu stresle nasıl baş edip baş edemediklerinin ailenin kuşaklar boyunca tekrar eden duygusal örüntülerinden kaynaklandığı ileri sürülmektedir. Buna göre, birey bu tekrar eden örüntüleri almakta ve kendi farkındalığını yaratamamaktadır. Bu bireyler ileriki hayatlarında da bu duygusal örüntüleri evliliklerine ve kişilerarası ilişkilerine yansıtmaktadırlar. Benlik ayrımlaşmadığı sürece bu geçmiş yaşantı örüntüleri kuşaklarca tekrar etmekte ve bu yüzden ailelerle çalışırken ailenin şimdiki duygusal sistemini anlamak için geçmiş aile yaşantılarını anlamak gerekmektedir (Gladding, 2012; McGoldrick & Carter, 2001).

Bowen (1985)'a göre ailenin duygusal sürecine en çok dahil olan çocuk, o ailenin üyeleri arasında ayrımlaşma düzeyi en düşük olan birey olmaktadır. Bu birey, yetişkinliğinde kendi ayrımlaşma düzeyinde bir eş seçerek evlenmekte ve kendi ailesindeki tekrar eden duygusal örüntüleri, ayrımlaşma problemlerini gelecek kuşaklara aktarmaktadır. Bu şekilde, bir sonraki kuşakta da ailenin duygusal sürecine diğer üyelerden daha fazla dahil olan bir aile üyesinin ayrımlaşma düzeyi ebeveynlerinin ayrımlaşma düzeyinden daha düşük olacak, bu birey kendi ayrımlaşma düzeyinde olan bir eş seçecek ve ailenin duygusal süreci bir sonraki kuşağa aktarılacaktır. Ailenin duygusal sürecine ailenin diğer üyelerinden daha fazla

dahil olan bireylerin kuşaklararası aktarım süreci bu şekilde gittiği sürece, bir sonraki kuşaklardaki aile üyeleri arasında şizofreni gibi şiddetli psikolojik rahatsızlıklara sahip bireyler olacaktır.

Bowen'a göre birey, kendi ayrımlaşma düzeyinden daha yüksek ayrımlaşma düzeyinde olan bir kişiyle evlenirse bu süreç tersine çevrilebilir (Goldenberg & Goldenberg, 2008, s. 189).

2.5.7.4 Aile Yansıtma Süreci (Family Projection Process)

Bowen'a göre, bireyler kendi ayrımlaşma düzeylerine eşdeğer eşler seçmektedirler. Bu durum pek çok araştırmayla da desteklenmiştir. Bu araştırmalara göre, ayrımlaşma düzeyi yüksek bireyler yine kendileri gibi ayrımlaşma düzeyleri yüksek bireyleri eş olarak seçmekte ve bu kişiler evlilik doyumlarını en üst düzeyde yaşamaktadırlar. Ayrımlaşma düzeyleri düşük olan bireyler de yine kendileri gibi ayrımlaşma düzeyleri düşük bireyleri eş olarak seçmektedir. Bu eşlerin evlilikteki doyumları yüksek değildir. Çünkü bu bireylerin ayrımlaşma düzeyleri düşüktür ve sahte benleri vardır. Birbirlerine -miş gibi davranmaktadırlar. Önceki kuşaklardan tekrar ederek kendilerine aktarılan, ailelerinden gördükleri ve onların da kendi çocuklarına yansıtıkları rolleri devam ettirmektedirler. Kuşaklar boyunca oluşan ve tekrar eden duygusal örüntüleri kendi çekirdek ailelerine de yansıtarak süregelen duygusal sistemi ailelerinde sürdürmeye devam etmektedirler. Bu durum da çocuklara yansımakta ve bu çocukların da tıpkı önceki kuşaklar gibi aile içi yaşantıları olmaktadır. Bu durum, çocukların kendi benliklerini ayrımlaştırmalarını engellemektedir. Yani bireyler kendi ayrımlaşma düzeylerine yakın eşler seçtikleri gibi, kendi çocuklarını da kendi ayrımlaşma düzeylerine göre yetiştirmektedirler (Kerr & Bowen, 1988).

Aile yansıtma süreci, aile içerisinde benliğin ayrımlaşma düzeyi düşük olan ebeveynlerin olgunlaşmamışlıklarını bir ya da birden fazla çocuğa yansıttıkları süreçtir. Bu kavram, ebeveynlerin olgunlaşmamışlıklarını çocuklarına nasıl yansıttığını, bu yansıtmanın çocukların ayrımlaşma düzeylerinin düşük düzeyde olmasını ve bu durumun gelecek kuşaklara etkisini anlatmaktadır. Yansıtma, ebeveynler tarafından aile içerisindeki en savunmasız olan çocuğa diğer çocuklara göre daha fazla yapılmaktadır. Bunun sebebi de, bu çocuğun ebeveynlerine duygusal olarak daha fazla bağlanmış olmasıdır. Bu çocuğun ayrımlaşma düzeyi, ebeveynlerinin ayrımlaşma düzeyi gibi düşük olacak ve bu yansıtma sürecine kendisi kadar dahil olmayan diğer çocuklardan daha düşük düzeyde olacaktır. Aile yansıtma sürecine daha az dahil olan çocuğun ayrımlaşma düzeyi ebeveynlerinden daha yüksek olabilecektir (Bowen, 1985; Kerr & Bowen, 1988).

2.5.7.5 Üçgenler (Triangles)

Bowen'ın aile terapisinde eşlerle çalışılırken aile içindeki üçgenler araştırılmaktadır. Üçgenler, bu yaklaşımın en önemli kavramlarından biri olup ailenin duygusal sisteminin işleyişini anlayabilmek için teorik bir çerçeve niteliğindedir. Çünkü üçgenler, aile sisteminin temel yapı taşı konumundadır. Aile içerisindeki kaygı düzeyi yüksekse üçgenlerin oluşma durumu da fazladır. Aile içerisinde iki kişi arasında yaşanan duygusal problemler çözülemediği zaman bu kişiler arasında çatışma çıkmakta ve bu çatışma sonucunda da bireyler kaygı yaşamaktadırlar. Aile içerisinde ayrımlaşma düzeyi düşük olan iki kişi arasında kaygı yaşandıkça ve bu kaygı arttıkça bu iki kişilik sistem, gerilimin giderilmesi için üçüncü bir kişinin bu sisteme dahil edilmesiyle üçgene dönüşür. Çünkü iki kişilik sistem kararsızdır ve kaygı arttıkça iki kişi arasındaki gerilimin ortadan kalkması ve duygusal sistemin dengelenmesi için sisteme üçüncü bir kişi dahil edilerek üçgenler

oluşur. Üçgen oluştuktan sonra kaygı azaldığı zaman üçgen bozulacak ve ikili sisteme geri dönelecektir. Ancak kaygı azalmaz ve gerilim artarsa üçgenlere birkaç kişi daha dahil edilerek daha geniş gruplara dönüşürler. Aile içerisinde ayrılaşma düzeyi en düşük olan bireyler, üçgenlere çekilme konusunda hassas olup üçgenlere daha kolay dahil edilebilirler (Bowen, 1985; Kerr & Bowen, 1988).

Üçgenler, sağlıklı olabileceği gibi sağlıklı da olabilir (Gladding, 2012). İki kişi, arasındaki anlaşmazlığı, çatışmayı çözmek, oluşan gerginliği azaltmak için üçüncü kişi ilişkiye dahil edilir. Bu üçüncü kişi, diğer iki kişi arasındaki gerilimin azalmasına yardımcı olur ve ilişkiden çıkarsa üçgen devam etmez. Ancak üçüncü kişi, diğer iki kişi arasındaki gerilimin azalmasına yardımcı olur, ilişkiden ayrılmazsa bu kişi ilişkiye dahil olmaya devam eder ve üçgen bozulmaz. Üçgenlerin sağlıklı olmasına sebep olan durum, iki kişi arasındaki gerginliğin azalmasının ardından üçüncü kişinin ilişkiden ayrılması yerine dahil edilmeye devam etmesi ve bu durumun alışkanlık haline gelerek ilişkinin yapısını bozmasıdır (Nichols, 2013, ss. 148-149).

Üçgenler, aile bireyleri arasında olabileceği gibi aile bireyleri ile nesnelere arasında da gerçekleşebilmektedir. Oluşturulacak üçgen için, iki kişi arasındaki gerginliği azaltmak amacıyla üçüncü bir kişi aile içerisinde olabileceği gibi nesnelere girilmektedir. Yani üçgen, bu gerginliğin başka birine ya da bir nesnelere yansıtılması sonucunda da oluşabilir. Örneğin, eşler arasındaki gerginliğin çocuğa yansıtılması ya da yine eşler arasındaki gerginliğin ev dışında bir yere, iş yerine, terapisteye ya da sosyal ilişkilere yansıtılmasıdır. Kavga eden iki kardeş düşünüldüğünde aralarındaki gerginliğin azaltılması için bu iki kişi diğer bir kardeşi tartışmaya katarak ondan taraf seçmesini isteyebilmektedir. Halbuki bu üçüncü kişinin kavgayla bir ilgisi olmadığı gibi bir tarafı savunabilir veya savunmayabilir.

Ancak ne olursa olsun bu üçüncü kişinin varlığı bile gerginliği azaltmaya yetebilmektedir. Ayrıca bu kişilerin ayrılaşma düzeyi de bu gerginliğin azalmasında etkilidir. Ayrılaşma düzeyi arttıkça kişinin üçgen oluşturma olasılığı azalmakta ve kendi sorunlarını sorun yaşadığı kişiyle çözmeye çalışmaktadır. Ancak kişinin ayrılaşma düzeyi ne kadar düşükse bu kişi biriyle gerginlik yaşadığında üçgen oluşturmaya o kadar meyillidir. Ayrılaşma düzeyi düşük bireylerin de üçüncü kişiler olması bu gerginliği azalmak yerine arttırabilmektedir (Kerr & Bowen, 1985).

Üçgenler, boşanmış eşlerin çocuklarını kendi yanlarına çekmeye çalışmaları ile de gerçekleşebilmektedir. Boşanan ebeveynler, boşanma sonrasında çocuğu yanına almak amacıyla diğer ebeveyne karşı çocuğun kendilerini seçmesi konusunda taraf tutmaya çalışabilirler (Gehart, 2014, s. 235).

Üçgenlerin yapısının anlaşılması, aile içerisindeki duygusal sistemi değiştirmek amacıyla hangi tekniklerin kullanılması gerektiği konusunda bilgi vermektedir (Bowen, 1985).

2.5.7.6 Duygusal İlişkiyi Kesme (Emotional Cut Off)

Duygusal ilişkiyi kesme, bireyin diğer insanlarla etkileşimde bulunmadığı anlamına gelmektedir. Aile içinde bir kişinin diğer kişiler ile iletişim kurmak, görmek gibi herhangi bir etkileşimde bulunmak istememesidir. Duygusal kopma, genel olarak ebeveynler ile çocuklar arasında yaşanmaktadır. Benliğin ayrılaşma düzeyi düşük olan ebeveynlerin çocuklarıyla ilişkilerinde kopmaların yaşanması, çocuklarının da yetişkinliklerinde kuracakları ailelerde çocuklarıyla iletişimlerinin kopuk olmasına yol açmaktadır. Yani çocukların ayrılaşma düzeyi ebeveynlerinin ayrılaşma düzeyleri gibi olacak ve bu durum kendi çocuklarıyla olan ilişkilerine de yansıtacaktır (Bowen, 1985; Gehart, 2014, s. 235). Duygusal ilişkiyi kesme,

kaygının yüksek düzeyde yaşandığı ailelerde görülmektedir. Aile üyeleri arasında yaşanan fakat çözümlenememiş duygusal konular bulunabilmektedir. Bireyler böyle durumlarda kaygı yaşayabilmekte ve bu kaygıyla başa çıkmak için de diğer üyelerle aralarına mesafe koyabilmektedirler. Bu mesafe kimi zaman aile üyeleri arasındaki duygusal iletişimi azaltma ya da kesme şeklinde olabildiği gibi diğer üyelerden psikolojik ya da fiziksel olarak uzaklaşma olarak da kendini gösterebilmektedir. Bunların dışında ailesinden uzağa giden bir birey ile ailesi arasındaki duygusal bağ, uzun süre birbirlerini görmedikleri için de zayıflayabilmekte ve bu durum da iletişimin az olmasından dolayı aile üyeleri arasında sorunların yaşanmamasını sağlayabilmektedir. Ancak daha iyi gibi görünen böyle bir durumda da çıkan ya da çıkabilecek sorunların üzerine gidilmediği için aile üyeleri arasında iyi bir etkileşimin sağlanmasını da engelleyebilmektedir. Aile içerisinde olan bu iletişim kopukluğu da bireyin diğer insanlarla arasındaki iletişimi etkileyebilmekte ve bu durum, bireyin kişilerarası ilişkilerine yansiyabilmektedir (Gladding, 2012).

Duygusal ilişki kesme, duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ayrıştırıramamış, iç içe geçme yaşayan yani benliği ayrılaşmamış ya da ayrılaşma düzeyi düşük olan bireylerde görülmektedir. Bu bireyler kaygıyı yüksek düzeyde yaşamaktadırlar ve kaygıyla baş etmek için de diğer insanlarla duygusal etkileşimde bulunmaktan kaçınmaktadırlar (Goldenberg ve Goldenberg, 2008, s. 187).

2.5.7.7 Kardeş Konumu (Sibling Position)

Bu kavrama göre, çiftlerin kendi ailelerindeki doğum sıraları evliliklerinde yaşayacakları doyuma da yansımaktadır. Yani kişilerin kişilikleri doğum sıralarına göre gelişmektedir. Çiftler arasında karşılıklı olarak bu kardeş konumları birbirini tamamlamaktadır. Evliliklerinde en çok doyum sağlayanlar bir ailenin en büyük kızıyla bir ailenin en küçük erkek çocuğu arasında ya da en küçük kız çocukla bir

ailenin en büyük erkek çocuğu arasında olmaktadır. Bunun sebebi olarak da en büyük çocuğun ilgilenmekten, en küçük çocuğun ise ilgilenilmekten hoşlanması gösterilmektedir. Bu çiftler arasında her iki taraf da kazançlıdır. Ancak evliliklerinde en az doyum sağlayan çiftler ise, erkek kardeşlerin en büyüğü ile kız kardeşlerin en büyüğü arasında gerçekleştiği savunulmaktadır. Yani aile içerisindeki kardeş sırası ve cinsiyetleri bu kişilerin bir sonraki aile yaşantılarını belirleyebilmektedir (Bowen, 1985; Kerr & Bowen, 1988; Goldenberg ve Goldenberg, 2008, s. 189; Gladding, 2012).

2.5.7.8 Toplumdaki Duygusal Süreç (Societal Regression)

Bowen, bir bireyin çekirdek ailelerindeki ve önceki kuşaklardaki yaşantı örüntülerini anlamasının farkındalık kazanmalarına etkisi olduğunu savunmaktadır. Ancak Bowen, bireyin ayrılaşmasının önündeki engellerden birinin de toplum olduğunu söylemektedir. Bowen'a göre, toplumda yaşanan ve büyük etkileri olan olaylar bireylerin ayrılaşmasını engelleyebilmektedir. Bu durumlar 2. Dünya Savaşı, nüfusun hızla artması, depremler, işçi göçleri gibi toplumu etkileyen olaylardır. Toplumu etkileyen bu olaylar, toplumdaki insanların kronik kaygı yaşamalarına ve bireylerin ayrılaşmasını engellemektedir. Toplumda kaygı düzeyinin yüksek olması, alınan kararların rasyonel değil duygusal ve kısa vadeli kararlar olmasına yol açmaktadır. Böyle bir toplum, aile içerisindeki ayrılaşmayı, ailenin yapısını değiştirmekte ve bu durum da bireyi etkilemektedir. Bu yüzden bu bağlantılı durum karşısında sadece aile yaşantılarına değil o ailenin içinde yaşadığı toplumun da zaman içindeki değişimi ele alınmalıdır (Gladding, 2012; Papero, 1990; Akt. Acar ve Voltan-Acar, 2013).

2.5.7.9 Benliğin Ayrışması ve Evlilik

Bowen Kuşaklararası Aile Terapisine göre, bireyler kendi ayrışma düzeylerine sahip olan eşleri seçerler. Yani benliğin ayrışma düzeyi yüksek olan bireyler birbirlerini eş olarak seçecektir. Aynı şekilde benliğin ayrışma düzeyi düşük olan bireyler de birbirlerini eş olarak seçecektir. Benliğin ayrışması, bireysellik ve birliktelik olmak üzere iki zıt güçten etkilenmekte ve aralarında denge kurabilmektedir. Benliğin ayrışma düzeyi yüksek olan birey, bireyselleşebilen, iki karşıt güç olan birliktelik ve beraberlik arasında denge kurabilen olgun bireydir. Benliğin ayrışma düzeyi yüksek olan olgun iki birey evlendiği zaman, bu eşler evliliklerinde de birlikteliklerini koruyarak kendi bireyselliklerini sürdürebilmekte ve aralarında güvenli bağlanma olmaktadır. Bu bireyler birbirleriyle sağlıklı bir iletişim kurabilirler. Benliğin ayrışma düzeyi düşük olan bireyler birliktelik ve beraberlik güçleri arasında denge kurmakta güçlük çekerler, bireyselliklerini koruyamazlar ve bu bireylerin duygusal olgunluk düzeyleri de düşük olmaktadır. İlişkilerinde onay bekleyen, rahat ilişki kuramayan bireylerdir. Benliğin ayrışma düzeyi düşük olan iki birey evlendiği zaman, bu eşlerin evliliklerinde kaygı yüksek düzeyde yaşanmaktadır. Benliğin ayrışma düzeyi, evlilik için önemli bir unsurdur. Benliği ayrışmış olan birey, bu iki zıt kutup arasında denge kurabilmektedir. (Bowen, 1985; Kerr & Bowen, 1988).

2.6 İlgili Araştırmalar

Bu bölümde, benliğin ayrışma düzeyini ölçmek amacıyla oluşturulan ölçeklerin geliştirme ve uyarlama çalışmaları ile benliğin ayrışması ile ilgili yapılan araştırmalar bulunmaktadır.

2.6.1 KKTC’de Yapılan Araştırmalar

Benliğin ayrımlaşmasıyla ilgili olarak KKTC’de yapılan herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ancak KKTC’deki boşanmalarla ilgili yapılan çalışmalar bulunmuştur.

Eray (2011) KKTC’de yaptığı çalışmada, bireylerin boşanma nedenlerini ve boşanmayla eğitim düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın alışma grubunu, 34 boşanmış birey oluşturmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığı zaman, boşanmış bireylerin çoğunun eğitim seviyesinin yüksek olduğu (lise, niversite) ve boşanmış olan çoğu bireyin eşlerinin de eğitim seviyelerinin aynı olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda, eğitim seviyesi düşük olan bireylere göre eğitim seviyesi yüksek olan (lise, niversite) bireylerin gerek boşanmaya gerek de boşanmış bireylere yönelik olarak daha olumlu bir tutumlarının olduğu ve boşanmaya daha ılımlı yaklaştıkları saptanmıştır. Çalışma grubundaki bireylerin çoğunluğuna bakıldığı zaman, kadının ekonomik özgürlüğünü kazanmış olmasının da boşanmayı pozitif yönde etkileyen bir durum olduğu araştırma sonuçları arasında yer almaktadır. Ayrıca boşanan bireyler arasında flört sonucunda evlenenlerin oranı görücü usulü evlenenlere göre daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Yapılan bu araştırmada, boşanma sebebi olarak en fazla kişisel uyumsuzluğun olduğu belirtilmiştir. Bu sebebi takiben eşlerin birbirine ilgisiz davranmaları, ihmal, beklentilerin yerine getirilmemesi ve fiziksel şiddet gösterilmiştir. Ayrıca alışma grubunun yarıya yakınının boşanmış ebeveynlere sahip olan bireylerden oluşması da araştırma sonuçları arasındadır. Bunun sebebi araştırmacıya göre, bireylerin ebeveynleri arasındaki ilişkiyi model almaları sonucunda, ebeveynleri arasındaki mutsuzluğu kendi eşleriyle de aralarında yaşama olasılığıdır.

Alkan (2018) KKTC’de yaptığı çalışmada, KKTC’deki boşanma sebepleri ve boşanmanın bireyler üzerindeki etkisini incelemiştir. Nitel bir araştırma olan bu çalışmaya boşanmış olan 26 birey katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre bireylerin boşanma kararını etkileyen en büyük faktörün başta kültürel farklılıklar ve sonrasında da fikir ayrılıklarının olduğu görülmüştür. Bu faktörlere ek olarak, ilgisizlik, evlilikte ekonomik yönden sorumluluğun alınmaması, şiddet ve eşlerin birbirlerini aldatmaları olduğu belirtilmiştir. Eşlerin boşanmalarını etkileyen faktörler arasında en az değindikleri nedenler ise, diğer insanların müdahalesi, eşlerden birinin farklı bir ülkede yaşamak istemesi, eşlerin eğitim durumu, kişilik özellikleri, eşlerden birinin çocuk istememesi olarak belirtilmiştir.

2.6.2 Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Skowron ve Friedlander (1998) tarafından geliştirilen Differentiation of Self Scale, 43 maddeden oluşmaktadır. Ölçek Skowron ve Schmitt (2003) tarafından revize edilerek 46 madde haline getirilmiştir. Bu ölçek, 25 yaş üzerindeki bireylerin kendi ayrımlaşma düzeylerini ölçmelerini sağlamak için geliştirilmiştir. Her madde için 1 ile 6 arasında değişen derecelendirmeli ölçek kullanılmıştır. Dört alt ölçekten oluşmaktadır. Kişinin iç yaşantısına yönelik olan alt boyutlar, Duygusal Tepkisellik ve Ben Pozisyonu Alma ike kişinin diğer insanlarla olan ilişkisine yönelik olan alt boyutlar ise Duygusal Kopma ve Başkalarına Bağımlılık’tır.

Skowron ve Friedlander’ın (1998) geliştirdikleri ve Skowron ve Schmitt’in (2003) revize ettikleri Differentiation of Self Scale (DSI-R), Işık ve Bulduk (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Dört alt ölçekten oluşmaktadır. Kişinin iç yaşantısına yönelik alt boyutları; Duygusal Tepkisellik ve Ben Pozisyonu Alma iken kişinin diğer insanlarla olan ilişkisine yönelik alt boyutları ise Duygusal Kopma ve Başkalarına Bağımlılıktır. DSI-R, ilk

olarak Türkçe ve İngilizce bilen iki kişi tarafından Türkçeye tercüme edilmiş, daha sonra iki uzman tarafından tekrardan kaynak dil olan İngilizceye çevirisi yapılmış, son olarak da ölçeğin orijinal halinin yazarı ile birlikte çevrilen birkaç kelimenin anlamıyla orijinal anlam karşılaştırılarak düzenleme yapılmış ve ölçeğin son hali verilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmasında iki örneklem bulunmaktadır. Birinci çalışma grubu, DSI-R'nin en uygun yapısını araştırmak amacıyla Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı öğrencilerinin ebeveynlerinden oluşmaktadır. Birinci çalışma grubundaki 221 yetişkinin yaşları 42 ile 65 arasında değişmekte olup 119'u kadın, 95'i ise erkek katılımcıdır. 7 katılımcı cinsiyetini belirtmemiştir. İkinci çalışma grubu ise, aile danışmanlığı eğitim programına katılan psikolog, psikolojik danışman, hemşire ve sosyal hizmet uzmanlarından oluşan 187 yetişkin katılımcı yer almaktadır. Bu çalışma grubunun 109'u yani %58'i kadın, 78'i yani %42'si ise erkek olup yaşları 25 ile 56 arasında değişmektedir. Her madde için 1 ile 6 arasında değişen derecelendirmeli ölçek kullanılmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışması için katılımcıların sürekli kaygı düzeyleri ölçülmüştür. Sonuçlara göre sürekli kaygı düzeyiyle ayrımlaşma düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Çalışma sonuçları ölçeğin, birinci çalışma grubundan elde edilen veriler tarafından desteklenmediğini fakat ikinci çalışma grubuyla desteklendiğini göstermektedir. DSI-R, 46 maddeden oluşmaktadır ancak Türkçeye uyarlanan ölçek, 20 madde olarak kısaltılmıştır. Ölçeğin, iç tutarlık, 5 haftalık bir test-tekrar-test güvenilirliğine ve geçerliğe sahip olduğu ortaya konmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .81 iken test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .74 olarak saptanmıştır.

Işık ve Bulduk (2014), Türkçeye uyarladıkları DSI-R'nin Türkçe Formu olan Benliğin Ayrımlaşması Ölçeğinin (BAÖ) üniversite öğrencileri için geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını yaptıkları araştırmanın çalışma grubunda 286 üniversite

öğrencisi yer almaktadır. Ölçeğin geçerlik çalışması için katılımcıların sürekli kaygı düzeyleri ölçülmüştür. Sonuçlara göre sürekli kaygı düzeyiyle ayrılaşma düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Ayrıca benliğin ayrılaşmasında yaşa göre anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmanın geçerlik ve güvenilirlik sonuçları, üniversite öğrencilerine uygulanabilmesi açısından Benliğin Ayrılaşması Ölçeğinin uygun olduğunu ortaya koymaktadır.

Benliğin ayrılaşma düzeyini ölçen ölçeklerden Türkçeye uyarlanan bir diğer ölçek de Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa Formudur. Drake, Murdock, Marszalek ve Barber (2015) tarafından geliştirilen Differentiation of Self Inventory-Short Form (DSI-SF) Sarıkaya, Boyacı, İlhan ve Aldemir (2018) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçek 20 maddeden oluşmakta ve ölçeğin “Ben Pozisyon”, “Duygusal Tepkisellik”, “İç İçe Geçme” ve “Duygusal Kopma” olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır. İlk olarak Türkçeye uyarlanacak olan ölçeğin kaynak dil olan İngilizceden Türkçeye çevirisi yapılmış ve daha sonra da Türk Dili uzmanlarının kontrol etmeleri sonucunda ölçeğe son hali verilmiştir. Uyarlama çalışması, yetişkinler ve üniversite öğrencilerinin katılım gösterdiği bekar, evli ve boşanmış katılımcılardan oluşan toplam 447 kişilik bir çalışma grubuyla yapılmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışması için benlik saygısı, sürekli kaygı ve otantiklik düzeyleri ölçülmüş ve katılımcıların farklılaşma düzeyleri ile arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırmanın geçerlik ve güvenilirlik analiz sonuçlarına bakıldığı zaman, Türkçeye uyarlanan ölçeğin kullanımının uygun olduğunu görülmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .82 olarak saptanmıştır.

Bireylerin benliğin ayrılaşma düzeyleri ile depresyon, kaygı ve stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen Hanımoğlu ve Akbaş (2018) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinin benliğin ayrılaşması (ben pozisyonu

alma, duygusal tepki, duygusal kopma, başkalarına bağlanma) düzeyleri, aile fonksiyonları, stres, kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma grubu, 515 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre, Benliğin Ayrışması Ölçeği ile Aile Değerlendirme Ölçeği puanlarının algılanan depresyon, stres ve kaygıyı anlamlı yönde yordamaktadır. Üniversite öğrencilerinin aile fonksiyonlarının ve benliğin ayrışmasının alt boyutlarından olan ben pozisyonu, duygusal kesinti ve duygusal tepkisellik düzeylerinin depresyon, stres ve kaygıyı anlamlı ve negatif yönde yordadığı bulunmuştur.

Mert ve Çetiner (2018) tarafından yapılan çalışmada, üniversite yaşamına uyum (kişisel uyum, akademik uyum, sosyal uyum) düzeyi ile benliğin ayrışması (ben pozisyonu alma, duygusal tepki, duygusal kopma, başkalarına bağlanma) düzeyi arasındaki ilişki ve bu değişkenlerin düzeylerinin cinsiyete göre farkının olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubu, Eğitim Fakültesinin İlköğretim Matematik ve Fen, Türkçe, Sosyal Bilgiler, Okul Öncesi, İngilizce ve Sınıf Öğretmenliği programlarının 1., 2., 3. ve 4. sınıflarından toplam 276 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarında, üniversite öğrencilerinin üniversiteye uyumları ile ayrışma düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkinin olduğu tespit edilmiş ve benliğin ayrışması düzeylerinin üniversiteye uyum düzeyini pozitif yönde yordadığı ortaya çıkmıştır. Üniversiteye uyum düzeyini her iki değişkenin de üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

Mert ve Topal (2018), çalışma grubu üniversite öğrencilerinden oluşan araştırmalarında benliğin ayrışması (duygusal tepkisellik, ben pozisyonu alma, duygusal kopma, başkalarına bağımlılık) ile manevi yönelim arasındaki ilişki ve bu değişkenlerin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı

incelemişlerdir. Çalışma grubu, 256 üniversite öğrencisinden (183 kadın, 73 erkek) oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin ayrılaşma düzeyleriyle manevi yönelim düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu ve benliğin ayrılaşması düzeyinin manevi yönelim düzeyini yordadığı ortaya çıkmıştır. Manevi yönelim düzeyi ile benliğin ayrılaşmasının alt boyutlarından olan duygusal kopma düzeyi arasında negatif yönde ancak başkalarına bağımlılık, duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca cinsiyete göre benliğin ayrılaşma düzeylerinde anlamlı bir farklılığın olduğu ve buna göre kadınların ayrılaşma düzeylerinin erkeklerin ayrılaşma düzeylerine göre daha fazla başkalarına bağımlılık ve duygusal tepkisellik yaşadıkları görülmüştür. Araştırmanın diğer sonucunda da, ekonomik gelir düzeyi arttıkça benliğin ayrılaşmasının alt boyutlarından olan duygusal kopma düzeyinin de arttığı saptanmıştır.

Karababa, Mert ve Çetiner (2018) yaptıkları çalışmada, üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları benliğin ayrılaşmasına göre incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubunu, 300 üniversite öğrencisi (177 kadın-123 erkek) oluşturmaktadır. Araştırmanın sonuçlarında, benliğin ayrılaşmasının psikolojik iyi olma düzeyleri üzerinde pozitif yönde etkilediği ortaya konmuştur. Bu sonuçlara göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeyleri ile benliğin ayrılaşmasının alt boyutlarından olan ben pozisyonu alma ve duygusal kopma düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ortaya çıkarken başkalarına bağımlılık ve duygusal tepkisellik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Polat (2014) yaptığı çalışmada, evli bireylerin çift uyumu ve depresyon, kaygı ve stres düzeylerini benliğin ayrılaşması açısından incelemiştir. Araştırmanın

çalışma grubunu, yaşları 20 ile 60 arasında değişen 228 kadın ve 134 erkek olmak üzere toplam 362 evli birey oluşturmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre, benliğin ayrımlaşması evli bireylerin çift uyumu düzeyleri ile depresyon, kaygı ve stres düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Evli bireylerin benliğin ayrımlaşma düzeyleriyle çift uyumu düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanırken depresyon, kaygı ve stres arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırma sonuçlarında çift uyumu düzeyleri benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarına göre incelendiğinde, çift uyumu ile duygusal kopma arasında negatif, ben pozisyonu alma ile arasında pozitif bir ilişki olduğu görülürken duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık ile arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Evli bireylerin depresyon, kaygı ve stres düzeyleri benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarına göre incelendiğinde ise, duygusal kopma ile depresyon, kaygı ve stres arasında pozitif yönde, duygusal tepkisellik ile depresyon ve stres arasında pozitif yönde ve ben pozisyonu alma ile depresyon, kaygı ve stres arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Depresyon, stres ve kaygı ile başkalarına bağımlılık (iç içe geçme) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamakla birlikte depresyon ve stresten farklı olarak kaygı ile duygusal tepkisellik arasında da anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Araştırmada yer alan demografik değişkenlerde ilgili olan sonuçlara bakıldığında ise, evli bireylerin cinsiyeti ve evlenme türüne göre benliğin ayrımlaşma düzeyleri anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Cinsiyete göre, erkeklerin ayrımlaşma düzeylerinin kadınların ayrımlaşma düzeylerine göre yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarına göre ise, başkalarına bağımlılık ve duygusal tepkisellik düzeyleri kadınlarda erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksek çıkarken, duygusal kopma ve ben pozisyonu alma düzeyleri ise erkeklerde kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Evlenme türüne göre ise, evli bireyler arasında flört

ederek evlenenlerin ayrımlaşma düzeyleri görücü usulüyle evlenenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek çıkmıştır. Benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarına göre ise, duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık düzeyleri görücü usulü ile evlenen bireylerde flört ederek evlenen bireylere göre daha yüksek iken, duygusal kopma ve ben pozisyonu alma düzeyleri ise flört ederek evlenen bireylerde görücü usulü ile evlenen bireylere göre daha yüksek çıkmıştır.

Çeşitli değişkenler ile benliğin ayrımlaşma düzeyleri arasındaki ilişkiyi, benliğin ayrımlaşmasının bu değişkenleri yordayıp yordamadığını inceleyen araştırmalar gibi benliğin ayrımlaşma düzeylerine etkisinin olup olmadığını ortaya çıkarmak için yürütülen psikolojik danışma süreçleriyle ilgili de çalışmalar yapılmaktadır. Varol (2015), evli çiftlerdeki duygusal bağlılık, evlilik uyumu, evlilikte problem çözme ve benliğin ayrımlaşma düzeylerine olan etkisini incelemek üzere genogram temelli psikolojik danışma oturumları yapmıştır. Geliştirilen genogram temelli psikolojik danışma süre 5 oturum olarak oluşturulmuştur. Araştırmanın deney ve kontrol grubu olmak üzere iki grubu vardır. Deney grubunu, 20 ile 55 yaşları arasında olan ve çift problemleri olan 15 çift oluşturmuştur. Kontrol grubunu ise evlilik uyumunda ve sağlıklı iletişim kurmada sorun yaşayan 15 çift oluşturmuştur. Kontrol grubuna oturumlar başlamadan önce ve 5. oturumdan sonra ilgili ölçekler uygulanmıştır. Ayrıca evli çiftlerde plasebo etkisi yaratmaması açısından ilk oturumdan önce evlilik uyumu ve sağlıklı iletişim ile ilgili bir seminer verilmiştir. Deney grubuna da oturumlar başlamadan önce ve 5. oturumdan sonra ölçekler uygulanmış ve haftada bir gün olmak üzere beş oturum düzenlenmiştir. Her iki gruba da (deney ve kontrol) ölçekler uygulanmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, kontrol grubunda anlamlı bir farklılık görülmezken genogram temelli psikolojik danışma sürecinin deney grubundaki çiftlerin evlilik uyumu, benliğin

ayrımlaşmasının alt boyutlarından olan ben pozisyonu alma ve başkalarına bağımlılık ve benliğin ayrımlaşmasının toplam puanlarında pozitif yönde anlamlı bir farklılık görülürken evlilikte problem çözme, duygusal bağıllık ve benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarından olan duygusal kopma ve duygusal tepkisellik düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Yani yürütülen bu psikolojik danışma süreci benliğin ayrımlaşmasının iki boyutu üzerinde etkili olurken iki boyutu üzerinde etkili olmamıştır.

Anderson ve Sabatelli (1992) geliştirdikleri “Differentiation in the Family System” adlı ölçekte bireylerdeki ayrımlaşmanın kişilerarası bileşenleri ölçülmektedir. Anderson ve Sabatelli’ye göre, aile sisteminin nasıl işlediğinin saptanması, kişilerarasındaki etkileşimin de nasıl işlediğini betimleyebilmektedir. Ailenin işlevsel yapısının anlaşılması bakımından aile bireyleri arasındaki bireysellik ve samimiyet önemlidir. Bu ölçek, ayrımlaşmanın içsel yaşantılara yönelik olan boyutunu ele almamaktadır. Bu çalışmaların sonucunda ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları .84 ile .94 arasında saptanmıştır.

Benliğin ayrımlaşma düzeyinin kişilerarası boyutunu ölçen diğer bir araç da McCollum (1991)’un Emotional Cut-off Scale (ECS) dir. Bu ölçek, Bowen’ın kuramında yer alan duygusal kopma kavramını ölçmek için oluşturulmuştur. Ölçek, bireylerin ebeveynleri arasındaki ilişkiye bakmaktadır. Ölçek, 48 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .90 olarak bulunmuştur.

Haber (1993), bireylerin duygusal sistem ile bilişsel sistemin işleyişini, duygu ve düşünceleri birbirinden ne derece ayırabilip ayıramadıklarını ölçmek amacıyla Level of Differentiation of Self Scale (LDSS) geliştirmiştir. Çalışma grubu, 240 kadın ve 131 erkek olmak üzere toplam 372 katılımcıdan oluşmaktadır. Haber’in

geliştirdiği ölçek üç faktörden (düşünce ve duygu ayrılığı, duygusal olgunluk ve duygusal özerklik) oluşmaktadır. Bu ölçek, bireylerin değerleri, inançları, amaçları, zihinsel ve duygusal süreçleri, ben-pozisyonu, benlik değerlendirmesi, başkalarının beklentileri ve karar verme becerilerine bakmaktadır. Ölçeğin ilk hali 32 madde olup Emotional Maturity (EM) (Duygusal Olgunluk) ve Emotional Dependency (ED) (Duygusal Bağımlılık) olmak üzere iki alt boyutu vardı. Çalışmanın ilk aşamasındaki 32 maddelik bu ölçek, ikinci aşamada tek boyutlu 24 maddelik bir ölçek olarak revize edilmiştir. 32 maddelik ölçek 24 maddelik ölçeği destekler niteliktedir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Ayrıca yapılan çalışma sonucunda da, bireylerin ayrılaşmasının sürekli ve durumluk kaygıyı negatif yönde yordadığı ortaya konmuştur.

Takagishi (1999) yaptığı çalışmada, ayrılma bireyselleşme sürecinde üniversite öğrencilerinin psikolojik durumları ve öznel iyi oluş seviyesini önemli ölçüde etkilediğini öne sürdüğü alt faktörlü bir model geliştirmiştir. Bu faktörler, duygusal bireyselleşme, aile sistemindeki farklılaşma, işlevsel özerklik, davranışsal sınırlar, diğer varlıklara bağımlılık ve ekonomik bağımsızlıktır. Takagishi (1999) Chabot Duygusal Ayrılaşma Ölçeğini, altı faktörlü modelinin bir parçası olarak kullanmıştır. Altı faktör yapısına sahip olan model, üniversite öğrencilerinin yaşam boyu memnuniyetlerini, pozitif ve negatif duygularını ve psikolojik sorunları ile birlikte ölçülmüş ve sonuçlarda duygusal ayrılaşmanın tüm değişkenleri yordayan tek etmen olduğu saptanmıştır. Bu araştırma sonucuna göre de, duygusal ayrılaşmanın üniversite öğrencilerinin psikolojik durumları üzerinde önemli bir etkisi olduğu görülmüştür (Akt. Karasick, 2004). Ayrıca Takagishi (1996)'nin yaptığı başka bir çalışmada Chabot Duygusal Ayrılaşma Ölçeğinin yapı geçerliği

de sağlanmış ve duygusal ayrımlaşma ile depresyon ve kaygı seviyeleri arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Akt. Karasick, 2004).

Karasick (2004) alışma grubu Ortadoks Yahudi niversite öğrencilerinden oluşan çalışmasında, ayrımlaşma ve bireyselleşme sürecini kültürel bir bağlamda incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmada niversite ğrencilerinin duygusal ayrımlaşma düzeyleri, kişilerarası ayrımlaşma düzeyleri, ve aile düzeyinde ayrımlaşma düzeyleri ölçülmüştür. Araştırma sonucunda, öğrencilerin öznel iyi oluş seviyelerini en çok yordayan değişkenin duygusal ayrımlaşma olduğu saptanmıştır. Ayrıca araştırmanın sonuçları arasında niversite ğrencilerinin duygusal ayrımlaşma düzeyleriyle yaşam doyumunu, aile düzeyinde ayrımlaşma ve pozitif duygular ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken negatif duygularla arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Skowron (2000) yaptığı çalışmada evli çiftlerin evlilik uyumlarıyla benliğin ayrımlaşma düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın alışma grubu, evli çiftlerden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarında, evli çiftlerin ayrımlaşma düzeyleriyle evlilik uyumu düzeylerinde anlamlı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre benliğin ayrımlaşma düzeyi yüksek olan bireylerin evlilik uyumu düzeyleri benliğin ayrımlaşma düzeyleri düşük olan bireylere göre daha yüksektir. Ayrıca araştırmanın sonuçları, özellikle erkeklerin benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarından olan duygusal kopma düzeyinin düşük olmasının evlilik uyumu düzeyinin düşük olması üzerinde daha büyük etkisi olduğunu göstermiştir.

Murdock ve Gore (2004) yaptıkları çalışmada, stres, başa çıkma, psikolojik işlevsellik ve benliğin ayrımlaşması arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın alışma grubu, yaşları 18 ile 52 arasında değişen 78 kadın ve 41 erkek olmak üzere

toplam 119 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre, benliğin ayrılaşması ile stres arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Yani stres düzeyi yüksek olan bireylerin ayrılaşma düzeyleri yüksektir. Araştırmanın bir diğer sonucu da, benliğin ayrılaşma düzeyi ve algılanan stres düzeyinin bireylerin psikolojik işleyişini yordadığı ortaya konmuştur.

Peleg (2008) yaptığı çalışmada, evli bireylerin ayrılaşma düzeyleri ile evlilik doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın çalışma grubu, orta düzeyde sosyoekonomik düzeye sahip olan yaşları 27 ile 50 arasında değişen 64 kadın ve 57 erkek olmak üzere toplam 121 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçları, evli bireylerin evliliklerindeki doyum düzeyleri ile benliğin ayrılaşma düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmanın bulgularına göre, benliğin ayrılaşması ve evlilik doyumu arasındaki ilişki cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Buna göre, evlilik doyumu düzeyinin yüksek olması erkeklerde benliğin ayrılaşmasının alt boyutlarından duygusal tepkisellik ve duygusal kopma düzeylerinin düşük düzeyde ve ben pozisyonu alma düzeyinin yüksek olmasına bağlı olduğu ortaya çıkarken kadınlarda duygusal kopma düzeyinin düşük olmasına bağlı olduğu ortaya konmuştur. Araştırmacı tarafından bu sonuçların ortaya çıkmasının sebebinin, cinsiyete göre eşlerin birbirlerinden beklentilerinin farklı olmasından kaynaklı olabileceği belirtilmiştir. Yani toplumsal cinsiyet rolleri eşlerin birbirlerinden beklentilerini şekillendiriyor olabilmektedir. Buna göre, erkekler eşlerini kendi ihtiyaçlarını karşılayan bakıcılar olarak görüyor olabilmeleri evlilik doyumu düzeylerini de ayrılaşma boyutlarının çoğuyla ilişkilendirebilmektedir. Öte yandan kadınların da eşlerinden beklentilerinin kendileriyle iletişim kurmaları yönünde olabilmesi de duygusal kopma düzeylerinin evlilik doyumlarını etkilemesini açıklayabilmektedir. Araştırmacıya göre,

evliliklerinde iletişim eksikliği olan kadınların duygusal kopma düzeylerinin düşük olması evliliklerinden memnun olmamalarını etkiliyor olabilmektedir.

Rodriguez-Gonzalez, Skowron, Gregorio ve San Roque (2015) yaptıkları çalışmada, bireyin ayrılaşması, eş seçimi ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubu, en az üç yıl birlikte yaşamış olan İspanyol 118 çiftten oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre, bireylerin ayrılaşma düzeyleri yükseldikçe evlilik uyum düzeyleri de artmaktadır. Bu araştırmanın bir diğer sonucuna göre de, bireylerin ayrılaşma düzeylerinin eş seçimlerinde önemli bir etkisi olmadığı görülmüştür. Yani bireylerin, eş olarak seçecekleri kişilerin ayrılaşma düzeylerinin kendi ayrılaşma düzeyleriyle benzerlik gösterip göstermedikleri önemli bir durum değildir.

Tuason ve Friendlander (2000) da yaptıkları çalışmada, bireylerin kendi ayrılaşma düzeyleriyle benzer olan eşleri seçip seçmedikleri araştırmış ve ayrıca benliğin ayrılaşmasının sürekli kaygı ve psikopatoloji ile arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubunu orta yaşta ebeveynler ve yetişkin çocuklardan oluşturmaktadır. Araştırma sonuçlarında, eşlerin ayrılaşma düzeylerinin birbirleriyle benzer olduğu ortaya çıkmıştır. Ancak araştırmacılar, bu sonucun ortaya çıkmasındaki sebebin çalışmaya katılan eşlerin en az 25 yıldır evli olmaları ve bu zaman içerisinde ayrılaşma düzeylerinin birbirlerine benzemiş olabileceğini öne sürmektedirler. Ayrıca araştırmanın bir diğer sonucu da, bireylerin ayrılaşma bireylerin ayrılaşma düzeyleri, sürekli kaygı ile yüksek psikopatolojiyi yordadığı görülmüştür. Bu çalışma, benliğin ayrılaşma düzeyiyle sürekli kaygı arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir. Buna göre, benliğin ayrılaşma düzeyi düşük olan bireylerde psikopatoloji ve sürekli kaygı yüksek düzeyde olmaktadır.

Lohan ve Gupta (2016) yaptıkları çalışmada benliğin ayrımlaşması ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubu, yaşları 19 ile 63 arasında değişen en az 1 yıldır evli olan 52 Hintli çiftten oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçlarında, eşlerin benliğin ayrımlaşması ile evlilik uyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre, benliğin ayrımlaşma düzeyinin yüksek olması evlilik uyumu düzeyinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Araştırmanın bu sonucu da Rodriguez-Gonzalez, Skowron, Gregorio ve San Roque (2015) tarafından İspanyol çiftlerle yapılan çalışmayı destekler niteliktedir. Birbirinden farklı iki kültüre mensup olan bireylere yönelik yapılan her iki çalışmanın sonuçlarında da benliğin ayrımlaşması ile evlilik uyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin görülmesinden dolayı benliğin ayrımlaşması kavramının farklı kültürlerde de geçerli olduğunu gösterdiği söylenebilir. Ayrıca araştırmanın bulgularında, evlilik uyumu kadınların erkeklere oranla daha ortalama düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır. Araştırmacılara sonucun bu şekilde çıkmasının sebebi olarak, kadınların içinde buldukları kültürde kendilerine yüklenen rollerin birbirleriyle olan çatışmasından dolayı zorluk yaşadıkları fakat çevre tarafından iyi bir evliliğin daha çok kabul görmesi açısından evliliklerini olduklarından daha iyi göstermiş olabileceklerini öne sürmektedirler.

Peleg ve Yitzhak (2011) yaptıkları çalışmada, benliğin ayrımlaşması ile ayrılma kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubu, üniversite öğrencisi 120 evli çiftten oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçlarında, cinsiyete göre farklılaşma saptanmıştır. Bulgulara göre, erkeklerde benliğin ayrımlaşmasının başkalarına bağımlılık alt boyutu ile ayrılma kaygısı arasında anlamlı bir ilişki çıkarken kadınlarda da benliğin ayrımlaşmasının duygusal tepkisellik alt boyutu ile ayrılık kaygısı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya

çıkmiştir. Ayrıca sonuçlarda benliğin ayrılaşmasının duygusal kopma ve ben pozisyonu alma alt boyutlarının cinsiyet açısından anlamlı bir farklılaşmasının olmadığı görülmüştür. Ayrıca kadınların duygusal tepkisellik alt boyutu ile başkalarına bağımlılık alt boyutu puanları erkeklerin bu alt boyut puanlarına göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Peleg (2014) yaptığı çalışmada, bireylerin çocukluklarındaki stresli yaşam olayları ile yetişkinliklerindeki benlik ve kuşaklararası üçgenlemelerin ayrılaşması arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada, hem çocuklukta hem de ergenlikteki stresli yaşam olayların düzeyi ile kuşaklararası üçgenleme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Yani bu sonuç, daha fazla stresli yaşam olayları yaşayan kişilerin yaşadıkları olayları bir sonraki kuşaklara aktarma eğiliminde olduğu ve yetişkinliklerinde de yaşayacakları stresli olaylarla başa çıkma konusunda yetersiz kalacakları anlamına gelmektedir. Bu sonuç, cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Araştırmanın sonucuna göre, stresli yaşam olaylarını yaşama düzeyi yüksek olan ailelerde kuşaklararası üçgenlemenin yüksek düzeyde ve aile üyelerinin benliklerinin ayrılaşmasının düşük düzeyde olacağı ortaya konmuştur.

Biadisy-Askar ve Peleg (2013) yaptıkları çalışmada benliğin ayrılaşması ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubunu, 114 Yahudi kadın ve 154 Arap kadın olmak üzere 268 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma sonuçları, hem Arap kadınlarında hem de Yahudi kadınlarında benliğin ayrılaşma düzeyleri ile yaşam doyumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermiştir. Ancak Arap kadınlarından elde edilen bulgular ile Yahudi kadınlarından elde edilen bulgular arasında bazı farklılıklar görülmüştür. Bu durum da benliğin ayrılaşma düzeylerinin kültürel farklılıklara göre değiştiğini kanıtlamaktadır. Bu bulgular, Arap kadınlarının Yahudi kadınlara göre daha yüksek

duygusal tepki gösterdikleri ve benliğin ayrımlaşmasının ben pozisyonu alt boyutunun daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, benliğin ayrımlaşma düzeyi yüksek olan ve çalışan kadınların yaşam doyumları çalışmayan kadınların yaşam doyumlarından daha yüksek düzeyde olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca Arap kadınlarının ben pozisyonu alma düzeyi ile evlilik süresi ve eğitim durumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu çalışma da, benliğin ayrımlaşmasının çeşitli kültürlerde önemli bir rol oynadığını göstermektedir.

Peleg ve Messerschmidt-Grandi (2018) yaptıkları çalışmada, somatik belirtiler ile sürekli kaygının benliğin ayrımlaşması ile ilişkisinin dört farklı kültüre göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubunda, 387 İsraili (Yahudi ve Arap) ve 437 Avrupalı (Almanlar ve İtalyanlar) olmak üzere toplam 824 üniversite öğrencisi bulunmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre, İsraili katılımcıların Avrupalı katılımcılara göre sürekli kaygı düzeyleri daha düşük düzeyde olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarından olan duygusal ilişki kesme düzeyi Yahudi öğrencilerde Arap öğrencilerine göre daha düşük düzeyde ortaya çıkarken Alman öğrencilerde de duygusal tepkisellik alt boyutu düzeyi İtalyanlara göre daha düşük düzeyde olduğu saptanmıştır. Araştırma sonuçlarında, tüm katılımcıların özellikle duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alt boyutlarının sürekli kaygı düzeylerini yordadığı belirtilmiştir. Genel olarak elde edilen bulgulara bakıldığında ise, benliğin ayrımlaşmasının sürekli kaygıyı azaltmak üzerinde önemli bir rol oynadığı ancak kültüre göre farklılıkların da incelenmesinin de önemli olduğu görülmüştür.

Lampis (2016) yaptığı çalışmada, benliğin ayrımlaşma düzeyinin çift uyumlarını etkileyip etkilemediğini incelemiştir. Araştırmanın çalışma grubu, 468

bireyden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarında, benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarından olan duygusal ilişki kesme düzeyinin bireylerin çift uyumlarını negatif yönde yordadığı saptanmıştır. Araştırmada çift uyumunu benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarından en çok duygusal ilişkiyi kesme boyutunun yordadığı ortaya konmuştur. Buna göre, duygusal ilişki kesme düzeyi düşük olan bireylerin çift uyumu düzeyleri yüksek olmaktadır.

Yousefi, Etemadi, Bahrami, Fatehezade, Ahmadi ve Beshlideh (2009) yaptıkları çalışmada, benliğin ayrımlaşması ile öznel iyi oluş ve evlilik kalitesi arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubu, 560 evli bireyden oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre, benliğin ayrımlaşmasının öznel iyi oluş ve evlilik kalitesi ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Krycak, Murdock ve Marszalek (2012) yaptıkları çalışmada, psikolojik sıkıntı ile benliğin ayrımlaşması, stres ve duygusal destek arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubu, 200 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarında, benliğin ayrımlaşması algılanan stres ve psikolojik sıkıntıyı yordadığı ortaya konmuştur. Buna göre, bireylerin ayrımlaşma düzeyleri arttıkça stres ve psikolojik sıkıntı düzeyleri düşmektedir.

Glade (2005) yaptığı çalışmada, benliğin ayrımlaşması ile evlilik doyumu ve depresyon belirtileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya 36 çift katılımcı bulunmaktadır. Çalışmada, Bowen Kuşaklararası Aile Terapisinin 3 seanslık bir uygulaması şeklinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada, depresyon belirtileri ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca seanslarda eşlerin birbirlerinin depresif belirtilerini etkiledikleri saptanmıştır. Diğer sonuçlarda ise, benliğin ayrımlaşmasının evlilik doyumu ve depresif belirtilerle anlamlı yönde bir ilişkilerinin olduğu görülmüştür. Ancak benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarının

cinsiyete göre farklılaştığı da araştırma sonuçları arasındadır. Buna göre, erkeklerin duygusal ilişki kesme ile ben pozisyonu alma düzeylerinin evlilik doyumu ve depresyon belirtilerini etkilediği görülürken kadınların da duygusal tepkisellik ile duygusal ilişki kesme düzeylerinin evlilik doyumu ve depresyon belirtilerini etkilediği görülmüştür. 3 seans sonunda depresif belirtilerin azaldığı ve evlilik uyumunun arttığı saptanmıştır. Bu çalışmaya göre, kullanılan Bowen Aile Terapisi çerçevesinde oluşturulan evlilik terapisinin depresif belirtilerin ortadan kaldırılması açısından etkilidir.

Kwon (2000) yaptığı çalışmada, benliğin ayrılaşması, evlilik doyumu ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın çalışma grubu, 56 evli bireyden oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçlarında, bireylerin ayrılaşma düzeyleri ile evlilik doyumları ve benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Buna göre, benliğin ayrılaşma düzeyi yüksek oldukça evlilik doyumu da yüksek düzeyde olmaktadır.

Bölüm 3

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, verilerin toplandığı çalışma grubu, kullanılan veri toplama araçları, ölçeğin uyarlama aşamaları ve verilerin analizi ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

3.1 Araştırma Modeli

Araştırmada, nicel araştırma desenlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklerden sayısal verilerin toplanması ve sonuçların genellenebilecek olması yapılan çalışmanın nicel araştırma deseni olduğunu göstermektedir. İlk amaçta belirtilen evli bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeyi örtük değişkendir. Üçüncü amaçta belirtilen değişkenler olan yaş, cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik sayısı, evlenme yaşı, evlilik süresi, eğitim durumu ve meslek ise sosyo-demografik değişkenlerdir. Evli bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeylerinin ve evli bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeylerinin yaş, cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik sayısı evlenme yaşı, evlilik süresi, eğitim durumu ve meslek gibi sosyo-demografik değişkenleri ile incelendiği için ilişkisel tarama modeliyle betimsel bir çalışmadır. Evli bireylerin benliklerinin ayrımlaşma düzeyi puanlarının sosyo-demografik değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık olup olmayacağına bakılması açısından da kestirimsel istatistik kullanılmıştır.

3.2 Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, Gazimağusa'da yaşayan ve gönüllü olarak çalışmaya katılan evli bireylerden oluşmaktadır. Çalışma grubu, evli bireylere

kolaylıkla ulaşılabilmesi için seçkisiz olmayan örnekleme türlerinden uygun örnekleme kullanılarak oluşturulmuştur (Büyüköztürk, Kılıç, Erkan, Karadeniz & Demirel, 2015). Bir araştırma için örneklemin en az 300 kişiden oluşması, çalışma için iyi ve yeterli bir sayı olarak kabul edilmektedir (Comrey & Lee, 1992). Yapılan araştırmanın çalışma grubu için gönüllü olan 433 evli bireye ulaşılmıştır. Katılımcıların sosyo-demografik bilgileri Tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1: Katılımcıların Sosyo-demografik Değişkenlere Göre Dağılımı

Değişkenler	Kategoriler	N	%
Yaş	18-29 Yaş Arası	37	8.5
	30-34 Yaş Arası	58	13.4
	35-39 Yaş Arası	65	15
	40-44 Yaş Arası	74	17.1
	45-49 Yaş Arası	79	18.2
	50-54 Yaş Arası	43	9.9
	55-59 Yaş Arası	35	8.1
	60 Yaş ve Üzeri	42	9.7
		Toplam	433
Cinsiyet	Kadın	265	61.2
	Erkek	168	38.8
	Toplam	433	100
Evlenme Biçimleri	Flört Ederek	278	64.2
	Görücü Usulü	95	21.9
	Görücü Usulü ve Flört Ederek	60	13.9
	Toplam	433	100
Evlenme Yaşı	18-24 Yaş Arasında	177	40.9
	25-29 Yaş Arasında	178	41.1
	30-34 Yaş Arasında	52	12
	35 Yaş ve Üzerinde	26	6
	Toplam	433	100
Evlilik Sayısı	İlk Evlilik	398	91.9
	İkinci Evlilik ve Üstü	35	8.1
	Toplam	433	100
Evlilik Süresi	1 Yıldan Az-5 Yıl Arası	77	17.8
	6-9 Yıl Arası	57	13.2
	10-14 Yıl Arası	64	14.8
	15-19 Yıl Arası	51	11.8
	20-24 Yıl Arası	52	12
	25-29 Yıl Arası	46	10.6
	30-34 Yıl Arası	33	7.6
	35 Yıl ve Üzeri	53	12.2
	Toplam	433	100
Eğitim Durumu	İlkokul	29	6.7
	Ortaokul	36	8.3
	Lise	148	34.2
	Üniversite	152	35.1
	Yüksek Lisans	41	9.5
	Doktora	27	6.2
	Toplam	433	100
Meslek	İşsiz	35	8.1
	İşçi	42	9.7
	Memur	143	33
	Özel Sektör	86	19.9
	Akademisyen	44	10.2
	Emekli	40	9.2
	Serbest Meslek	43	9.9
	Toplam	433	100

Tablo 1’de çalışma grubunun yaşa göre dağılımına bakıldığında, çoğunluğun 45-49 yaş arasında (% 18,2) olan katılımcıların yer aldığı ve bu yaş aralığını takiben sırasıyla katılımcıların 40-44 yaş aralığında (% 17,1), 35-39 yaş aralığında (% 15), 30-34 yaş aralığında (% 13,4), 50-54 yaş aralığında (% 9,9), 60 ve üzerinde yaşı olan (% 9,7), 18-29 yaş aralığında (% 8,5) ve 55-59 yaş aralığında (% 8,1) olduğu görülmektedir. Cinsiyete göre dağılıma bakıldığı zaman kadınların % 61,2 erkeklerin ise %38,8 olduğu görülmektedir. Buna göre, katılımcıların çoğunluğunun kadın olduğu söylenebilmektedir. Çalışma grubunun evlenme biçimleri dağılımına göre, katılımcıların çoğunluğunun flört ederek (% 64,2) evlendikleri, bu sırayı görücü usulü (% 21,9) ve görücü usulü ve flört ederek (% 13,9) evlenen katılımcıların oranlarının takip ettiği görülmektedir. Evlenme yaşı dağılımına bakıldığında da katılımcıların çoğunluğunun evliliklerini 25-29 yaşları arasında (% 41,1) gerçekleştirdikleri ve bu sırayı 18-24 yaş aralığında (% 40,9), 30-34 yaş aralığında (% 12), 35 yaş ve üzerinde (% 6) olan katılımcıların yer aldığı görülmektedir. Evlilik sayısı dağılımına bakıldığında ise büyük çoğunluğu ilk evlilikleri olan katılımcıların oluşturduğu (% 91,9) ve bu çoğunluğu ikinci ve daha fazla evliliği olan katılımcıların (% 8,1) takip ettiği görülmektedir. Çalışma grubunun evlilik süresi dağılımına göre, çalışma grubunda sırasıyla evlilik süreleri 1 yıldan az ile 5 yıl arasında (% 17,8), 10-14 yıl arasında (% 14,8), 6-9 yıl arasında (% 13,2), 35 yıl ve üzeri yıl için (% 12,2), 20-24 yıl arasında (% 12), 15-19 yıl arasında (% 11,8), 25-29 yıl arasında (% 10,6), 30-34 yıl arasında (% 7,6) olan katılımcıların yer aldığı görülmektedir. Eğitim durumu dağılımına göre ise katılımcıların çoğunun üniversite mezunu (% 35,1) olduğu ve bu çoğunluğu takiben lise mezunu (% 34,2), yüksek lisans mezunu (% 9,5), ortaokul mezunu (% 8,3), ilkokul mezunu (% 6,7) ve doktora mezunu (% 6,2) olan olduğu görülmektedir. Çalışma grubunun mesleğe göre dağılımına

bakıldığı zaman, katılımcılar arasında çoğunluğa göre sırasıyla memurların (% 33), özel sektör çalışanlarının (% 19,9), akademisyenlerin (% 10,2), serbest meslek grubunda olanların (% 9,9), işçilerin (% 9,7), emeklilerin (% 9,2), işsizlerin (%8,1) yer aldığı görülmektedir.

3.3 Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılacak olan veri toplama araçları “Kişisel Bilgi Formu” “Chabot Emotional Differentiation Scale (CED)-Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği (CDAÖ)”, “Sürekli Kaygı Envanteri” ve “Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği” dir. Kişisel Bilgi Formu, araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu araştırmacı tarafından oluşturulacaktır. Oluşturulan Kişisel Bilgi Formuna son hali, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında üç uzmanın incelemesi sonucunda verilmiştir. Kişisel Bilgi Formunda, evli bireylerin yaşlarını, cinsiyetlerini, evlilik sürelerini, evlilik sayılarını, evlenme yaşlarını, evlenme biçimlerini (görücü usulü, tanışıp anlaşarak), eğitim durumlarını, mesleklerini belirtilebilecekleri maddeler bulunmuştur.

3.3.2 Sürekli Kaygı Envanteri (SKE)

Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri, Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg ve Jacobs (1983) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlama çalışması Öner ve LeCompte (1985) tarafından yapılmıştır. Envanter, durumluk kaygı düzeyini ve sürekli kaygı düzeyini ayrı olarak ölçmek amacıyla 40 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, dörtlü likert tipidir. Durumluk Kaygı Ölçeğinde 10 tane madde (1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 ve 20. maddeler) , Sürekli Kaygı Envanterinde ise 7 tane madde (21, 26, 27, 30, 33, 36 ve 39. maddeler) tersine çevrilmiştir. Çalışmada, bireylerin sürekli kaygı düzeylerini ölçmek amacıyla envanterin 20 maddelik Sürekli Kaygı Envanteri

kullanılacaktır. Maddelerden alınacak toplam puan en az 20, en çok ise 80 puandır. Alınan puanın yüksek olması, bireyin kaygı düzeyinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir (Öner & LeCompte, 1985).

Ölçeğinin iç tutarlılık ve test homojenliği Kuder Richardson 20 formülüyle hesaplanmış ve Sürekli Kaygı Envanteri için .83 ile .87 arasında bulunmuştur. Bu sonuç da, bir ölçme aracının güvenilirliği olarak kabul edilebilmesi için geçerli bir sonuçtur. Sürekli Kaygı Envanterinin test-tekrar test güvenilirliği .71 ile .86 arasında ve madde güvenilirliği .34 ile .72 arasında değişkenlik göstermektedir. Bu sonuçlar da ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu kanıtlamaktadır (Öner & LeCompte, 1985).

Ölçeğin yapı ya da deneysel kavram geçerliği ve kriter geçerliği analizleri yapılmıştır. Sürekli Kaygı Envanteri ile diğer kaygı ölçekleri arasındaki korelasyon katsayıları kız öğrenciler için .52 ile .80 bulunmuşken erkek öğrenciler için .58 ile .79 bulunmuştur. Alınan sonuçlar, ölçeğin geçerli olduğunu kanıtlamaktadır (Öner & LeCompte, 1985).

3.3.3 Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği (EYDÖ)

Married Life Satisfaction Scale, Johnson, Zabriskie ve Hill (2006) tarafından geliştirilmiştir (Çelik, 2014). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması, Çelik (2014) tarafından yapılmıştır. Beş maddeden oluşan kendini raporlama ölçeğidir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan ise 35'tir.

Ölçeğin faktör analizinde toplam varyansın %68.07'sini açıklayan, ölçeğin orijinaline uygun tek faktörlü yapı elde edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizinde ise, Ki-karenin ($X^2 = 7,08$ SD = 5, $p = 0.21$) anlamlı, uyum indekslerinin ise RMSEA = .03, AGFI = .97, NFI = .99, NNFI = 1.00, CFI = 1.00, IFI = 1.00, RFI = .99, GFI = .99 ve SRMR = .01 olduğu görülmüştür (Çelik, 2014).

3.3.4 Chabot Emotional Differentiation Scale (CED)

Türkçeye uyarlanacak olan Chabot Emotional Differentiation Scale (CED), David Chabot (1993) tarafından geliştirilmiştir. CED, benliğin ayrılaşmasının içsel yaşantılara yönelik boyutuyla ilgili olan duygusal ayrılaşma düzeylerini yani bireylerin duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ne kadar ayırt edip edemediklerini ve aralarında denge kurup kuramadıklarını ölçmek için özel olarak tasarlanmış bir kişisel ölçme aracıdır. Bowen (1978)'a göre bireyselleşme, ayrılaşmanın içsel boyutuyla ilgili olan duygusal ayrılaşma düzeyinin değerlendirilmesi sonucunda belirlenebilmekte ve benliğin ayrılaşmasının temelini bireyin iç yaşantılarına yönelik boyutuyla ilgili olan duygu ve düşüncelerin birbirinden ayırt edilmesi, duygu ve düşünceler arasında dengenin sağlanmasını tanımlayan duygusal ayrılaşmanın düzeyi oluşturmaktadır (Akt. Licht & Chabot, 2006). 17 maddelik olan bu ölçeğin, kişilerin duygusal ayrılaşma düzeylerini değerlendirebilmek amacıyla oluşturulan maddeleri şu şekildedir: 1) stresli olmayan dönemler, 2) uzun süreli stres dönemleri, 3) ilişkiler iyi gidiyorsa, 4) ilişkilerde güçlükler olduğunda (Chabot, 1993; Takagishi, 1996, 1999; Akt. Licht & Chabot, 2006). Ölçek, beşli likert tipidir ve bireyler maddeleri, 1 (asla) ile 5 (her zaman) arasında yanıtlamaktadırlar. Ölçeğin 9 maddesi tersten puanlama şeklinde tasarlanmıştır. Tüm maddelerin işaretlenmesi sonucunda ölçekten alınabilecek puan en düşük 17 ve en yüksek 85 olabilmektedir (Akt. Licht & Chabot, 2006). Takagishi (1999), önlemi 167 lisans öğrencisine uygulamış ve ortalama 60.07 puan almıştır (SD = 7.4; aralık = 40-83).

Bu ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacıyla yapılan pek çok çalışma, ölçeğin kabul edilebilir bir güvenilirliğe sahip olduğunu göstermektedir (Karasick, 2004; Reynolds & Chabot, 2004; Takagishi, 1999; Akt. Licht & Chabot, 2006). Takagishi (1996) tarafından yapılan ölçeğin ilk pilot çalışması, yaşları 17 ile 21 yaşları arasında

değişen 23 üniversite öğrencisinden oluşan çalışma grubuyla yapılmış ve ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .70 olarak saptanmıştır. Bu sonucun ardından 20 maddesi olan ölçekten iki madde çıkarılarak ölçeğin Cronbach Alfa katsayı değeri .80 olarak saptanmıştır. 23 üniversite öğrencisinin bulunduğu ikinci pilot çalışmada ise bir madde daha çıkarılarak ölçeğin Cronbach Alfa katsayı değeri .72 olarak tespit edilmiştir (Akt. Licht & Chabot, 2006). Takagishi (1999)'nin yaptığı çalışmada, ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .80 çıkmıştır (Akt. Licht & Chabot, 2006). Karasick (2004)'in 121 Ortodoks Yahudi öğrencinin örneklemini oluşturduğu çalışmasında için Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .79 elde edildi (Akt. Licht & Chabot, 2006). Reynolds ve Chabot (2004)'un yaptığı ve örneklemini İtalyan ulusal ve İtalyan Amerikalı üniversite öğrencilerinin oluşturduğu çalışmada Cronbach alfa katsayısı .81 çıkmıştır (Akt. Licht & Chabot, 2006). Yapılan bu çalışmalar, çeşitli kültürlerde yapılmıştır ve bu kültürlerde de kabul edilebilir bir güvenilirliğe sahip olduğu görülmüştür. Bu durum da benliğin ayrılaşması kavramının evrensel olduğunu göstermekte ve Türk kültürüne de uyarlandığında güvenilirliğin yüksek çıkabileceğini düşündürmektedir.

Ölçeğin yapı geçerliliği, yapılan pek çok çalışmayla kanıtlanmıştır (Frances & Chabot, 2004; Karasick, 2004; Magnotti, 2003; Rafanello, 2004; Reynolds & Chabot, 2004; Takagishi, 1996, 1999; Akt. Licht & Chabot, 2006). Yapı geçerliliğini destekleyen çalışmalardan biri Takagishi (1996)'nin yaptığı pilot araştırmadır. Bu çalışma sonucuna göre ölçeğin depresyon ve kaygı ile aralarında anlamlı bir ilişki vardır. Bu durum da ölçeğin yapı geçerliliğinin Bowen (1985)'in teorisiyle uyumlu olduğunu göstermektedir (Akt. Licht & Chabot, 2006). CED'in yapı geçerliliğini en güçlü kanıtlayan ve destekleyen diğer araştırma Takagishi (1999)'nin çalışmasıdır (Akt. Licht & Chabot, 2006). Çalışmada, CED altı faktörlü bir değişken modelinin

bir parçası olarak kullanılmıştır. Çalışmadaki değişkenler, üniversite öğrencilerinin refah ve psikolojik işlevleri duygusal ayırma sürecini önemli oranda etkilediği ortaya çıkmıştır. Katılımcıların içsel bireyselleşmesini değerlendiren CED, araştırılan dört sonuç değişkeninin tanımlandığı tek çalışmadır. Bunlar regresyon analizlerinde, yaşam memnuniyeti, olumlu etki, negatif etki ve psikolojik belirti durumudur (Akt. Licht & Chabot, 2006).

CED, farklı yaş grupları ve çalışma gruplarıyla yapılan çalışmalar neticesinde kabul edilen güvenilirlik ve geçerlik sonuçlarıyla uygulanabilir olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca ölçek, evli olan ve evli olmayan bireylere uygulanabilmektedir (Licht & Chabot, 2006).

Türkçeye uyarlama çalışması için David Chabot'tan gerekli izin alınmıştır.

3.4 Ölçeğin Uyarlanması

Chabot Emotional Differentiation (Chabot Duygusal Ayırma) Ölçeği Türkçeye şu şekilde uyarlanmıştır: İlk olarak ölçek, ölçeğin kaynak dili olan İngilizceden hedef dil olan Türkçeye, İngilizce ve Türkçeye hakim olan 3 uzman tarafından ayrı ayrı çevrilmiş ve yapılan çeviriler değerlendirilmiştir. Çeviriden sonra uzman görüşlerine başvurularak maddelerin kastedilen değişkeni orijinal İngilizce ölçekle ölçüp ölçmediğine bakılmıştır. Uzmanlar tarafından çevirisi yapılan ölçeğin kapsam geçerliğine bakılmıştır. Ön deneme için çeşitli sosyoekonomik düzeylere sahip 50 kişiye sözel olarak sunulmuş ve maddelerin anlaşılıp anlaşılmadığı konusunda fikirleri alınmıştır. Katılımcıların % 80'i ölçeğin 7., 14. ve 17. maddesinin zor anlaşıldığını vurgulamışlardır. Bu maddeler ölçekten çıkarılmadan önce ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.640 iken maddelerin ölçekten çıkarılması sonucunda ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.693 olarak bulunmuş ve ölçeğe son hali verilmiştir.

3.5 Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin (CDAÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

İlk olarak Türkçeye uyarlama çalışması yapılan Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin yapı geçerliğini test etmek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi, aynı yapıyı veya niteliği ölçen değişkenleri bir araya getirerek ölçmenin az sayıdaki faktör ile yapılmasını amaçlayan istatistiksel teknik olarak tanımlanmaktadır (Büyüköztürk, 2002). Faktör analizi için dik döndürme tekniklerinden Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Ölçeğin faktör analizine uygun olup olmadığını görebilmek için Kaiser Meyer Olkin (KMO) ve Barlett testi yapılmıştır. Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin Kaiser Meyer Olkin (KMO) değeri yeterliği ve Barlett testi sonuçları Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2: Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin Faktör Analizi İçin Uygunluğunun İncelenmesi

Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) Örneklem Ölçüm Değer Yeterliği	0.764
Ki-Kare Değeri	1036.378
Barlett Testi	Sd
	136
	P (p < 0.05)
	0.000

Tablo 2’ye bakıldığı zaman Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısının 0.764 olduğu görülmektedir. Literatüre bakıldığı zaman faktör analizi için KMO değerinin 0.60 ve üzerinde olması gerektiği (Uzunboylu & Hürsen, 2011) ve 0.60’ın orta, 0.70’in iyi, 0.80’in çok iyi ve 0.90’ın ise mükemmel olarak görüldüğü belirtilmektedir (Kurnaz & Yiğit, 2010). Buna göre KMO değerinin 0.764 çıkması da örneklem büyüklüğünün iyi olarak kabul edilebilirliğini göstermektedir. Barlett testinin Ki-Kare değeri 1036.378 olarak çıkmıştır. Ölçeğin p değerinin 0.000 olduğu

görülmektedir. Bu değer, 0.05 olan anlamlılık değerinden küçük olduğu için değişkenler arasında faktör analizinin yapılmasının uygun olduğu söylenebilir.

Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısına bakılmıştır. Ölçeğin 17 maddelik olan ilk halinin güvenilirlik katsayısı 0.640 olarak tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığı zaman, ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısının en az 0.60 olmasının kabul edilebilir olduğu görülmektedir (Özdamar, 1999'dan aktaran Yaşar, 2014). Buna göre ölçeğin kabul edilebilir güvenilirlikte olduğu söylenebilir. Üç madde (7., 14. ve 17.), Cronbach Alfa güvenilirlik katsayılarının ölçeğin toplam güvenilirlik katsayısını düşürdüğü için ölçekten çıkarılmıştır.

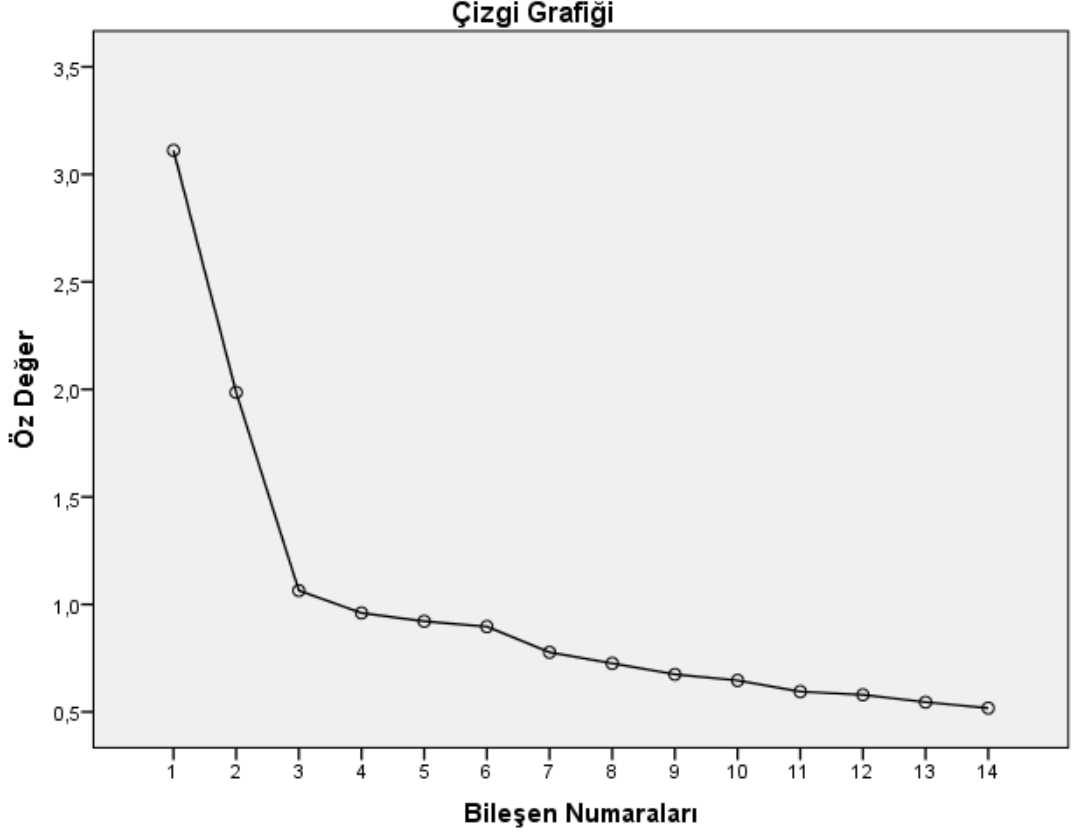
Ölçeğin 14 maddelik olan son halinin Kaiser Meyer Olkin (KMO) değer yeterliği ve Barlett testi sonuçları Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3: Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Faktör Analizi İçin Uygunluğunun İncelenmesi

Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) Örneklem Ölçüm Değer Yeterliği	0.795	
Ki-Kare Değeri	888.014	
Barlett Testi	Sd	91
	P (p<0.05)	0.000

Buna göre, KMO değerinin 0.795 çıkması da örneklem büyüklüğünün iyi olarak kabul edilebilir olduğunu göstermektedir. Barlett testinin Ki-Kare değeri 888.014 olarak çıkmıştır. Ölçeğin p değerinin 0.000 olduğu görülmektedir. Bu değer, 0.05 olan anlamlılık düzeyini karşıladığı için değişkenler arasında faktör analizinin yapılmasının uygun olduğu söylenebilir. Bunun sonucunda, Varimax döndürme yöntemiyle yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin faktör sayısı belirlenmiştir.

Ölçeğin son halindeki 14 madde arasındaki ilişkiyi etkin bir şekilde gösterebilecek faktör sayısını belirlemek için çizgi grafiği incelenmiştir. 14 madde için oluşan çizgi grafik Şekil 2’de gösterilmiştir.



Şekil 2: Faktör Sayısını Gösteren Çizgi Grafiği

Şekil 2’ye bakıldığı zaman, çizgi grafiğinde en yüksek ivmeli hızlı düşüşün 1 ve 2 numaralı faktörlerde olduğu ve 3. faktörle birlikte de grafiğin eğiminde pek bir değişiklik olmadığı görülmektedir. Çizgi grafikte ilişkili olan sonuçlara göre ölçeğin 3 faktörü olduğu saptanmıştır. Fakat birinci ve ikinci faktörlerin toplam varyansın büyük bir kısmını açıklaması, ölçeğin madde sayısının az olması ve üçüncü faktörde sadece bir maddenin yer almasından dolayı faktör sayısı ikiye indirilmiştir. Bu iki faktörlü yapıya göre birinci faktör, varyansın % 22.225’ini ve ikinci faktör

%14.184'ünü açıklamaktadır. İki faktörün ise toplam varyansın % 36.409'unu açıkladığı saptanmıştır.

Faktörlerin her biri, Benliğin Ayrışması kavramını oluşturan dört boyuttan bireyin iç yaşantısını açıklamaya yönelik olan “Ben Pozisyonu Alma” ve “Duygusal Tepkisellik” adlı iki boyutun özelliklerine göre tanımlanmıştır. Birinci faktör, kişilerin ben pozisyonu alma düzeyini, ikinci faktör ise kişilerin duygusal tepkisellik düzeyini ölçmektedir. Ben Pozisyonu Alma, kişinin sonucu ne olursa olsun sorumluluğunu alacak bir şekilde diğer insanlardan bağımsız olarak kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmesini ve diğer insanların da kendi duygu ve düşüncelerini ortaya koymaları konusunda onları cesaretlendirmesini tanımlayan bir kavramdır (Kerr & Bowen, 1988). Birinci faktörde, bireylerin gerek stresli dönemlerde gerek de stresli olmadıkları dönemlerdeki eylemde bulunurken duygu ve düşünceleri arasında uyum sağlayabilip sağlayamadıklarını ve diğer insanlarla ilişkilerinde kendi duygu ve düşüncelerini ne derecede ifade edebildiklerini, stres altında oldukları zamanlarda bile mantık ile duygu arasında denge kurabilip kuramadıklarını ölçmeğe yönelik maddelerin yer almasından dolayı bu faktör Ben Pozisyonu Alma alt boyutu olarak adlandırılmıştır. Duygusal Tepkisellik ise, bireylerin aldıkları kararlarda bilişsel süreçlerine göre değil, duyguları doğrultusunda almalarını ve duyguların düşünceyi geride bırakması sonucunda bireyselleşmenin gerçekleşmemiş olmasını tanımlayan bir kavramdır (Gladding, 2012). İkinci faktörde, bireylerin aldıkları kararlarda duygularının düşüncelerini geride bırakıp bırakmadığını, duygusal bir ilişki içerisinde kendi duygu ve düşüncelerinin farkında olup olmadığı ve aralarında ayırım yapabiliyor yapamadığını, kararlarda duyguların ön planda olup olmadığını, stresli durumlarda mantığın mı yoksa duyguların mı daha ön planda olduğunu ve hem stresli dönemlerde hem de stresin yaşanmadığı dönemlerde

duygu ve düşünceler arasında bir dengenin kurulup kurulmadığını ölçmeye yönelik maddelerin yer almasından dolayı bu faktör Duygusal Tepkisellik alt boyutu olarak adlandırılmıştır.

Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin 14 maddelik son halinin 2 alt boyutu ile birlikte güvenilirlik katsayıları Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4: Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin İki Alt Boyutuna Göre Cronbach Alfa Katsayı Değerleri

Alt Boyutlar	Güvenirlik Katsayıları
Ben Pozisyonu Alma	0.734
Duygusal Tepkisellik	0.628
Toplam	0.693

Üç maddenin çıkarılmasıyla 14 madde olarak son hali verilen Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.693 olarak saptanmıştır. Ölçeğin Ben Pozisyonu Alma alt boyutu olarak adlandırılan birinci faktörün güvenilirlik katsayısı 0.734 ve Duygusal Tepkisellik alt boyutu olarak adlandırılan ikinci faktörün güvenilirlik katsayısı ise 0.628 olarak belirlenmiştir.

Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin faktörleri ve ölçekte yer alan maddelerin faktör yükleri Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5: Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeği Bileşenleri ve Faktör Yükleri

	Bileşenler	
	1	2
11. Samimi ilişkilerimde duygusal olarak tehdit altında hissetmeden prensiplerimi uygulayırım.	.651	
7. Baskı altında olduğum durumlarda bile neye inandığım ve ne düşündüğüm konusunda netim.	.605	
4. Stres altında bile sonuçta duygularımı inkar etmeden mantıklı bir şekilde cevap verebilirim.	.590	
9. Hem entelektüel inançlarım hem de duygusal duyarlılığımla tutarlı bir biçimde hareket ederim.	.574	
12. Aşırı talepkar ve aşırı kontrolcü kişilerle sürekli uğraşmam gerektiğinde bile iç huzurumu ve net düşünmeyi devam ettirebilirim.	.562	
1. Stresli olmadığım dönemlerde davranışlarım, düşüncelerim ve duygularım arasındaki bütünlüğü yansıtır.	.487	
13. Gündelik bir ilişki içerisinde olduğum zaman aile ilişkilerinde olduğum gibi duygu ve düşüncelerim arasında dengede olduğumu hissederim.	.478	
*2. Uzun süreli stres altında olduğum zaman davranışlarımın mantığımdan çok duygularımla yönlendirildiğini fark ederim.		.526
*10. Bir kriz durumunda duygularım ve mantığım arasındaki uyumsuzluk eylemde bulunmamı (hareketimi) engeller.		.494
*3. Harekete geçmeden önce, duygu ve düşüncelerim arasındaki uyumu sağlamakta zorlanırım.		.482
*14. Duygusal olarak tatmin edici bir ilişki içerisinde olduğumda, ne istediğimi anlamakta ve kendimi ortaya koymakta zorluk yaşarım.		.477
*5. Ailemle ilişkilerimde, makul ama aynı zamanda anlayışlı bir biçimde tepki vermekte zorlanırım.		.463
*6. İyilik halimi desteklemese bile, duygusal anlamdaki yakın ilişkilerimi değiştirmekte zorlanırım.		.423
*8. Önemli ilişkilerimde, diğer kişinin duygularını incitebilirim korkusuyla, görüşlerimi ifade etmeyi sevmem.		.418

* işareti olan maddeler ters ifadeleri içermektedir.

Tablo 5'e bakıldığı zaman yapılan faktör analizi sonucunda, ölçeğin 11., 7., 4., 9., 12., 1. ve 13. maddelerinin birinci faktörde yer aldığı; 2., 10., 3., 14., 5., 6. ve 8. maddelerinin ise ikinci faktörde yer aldığı görülmektedir. Her bir faktör 7 maddeden oluşmaktadır. 14 maddenin faktör yükleri 0.418 ile 0.651 arasında değişmektedir. Birinci faktörde yer alan maddelerin faktör yükleri 0.478 ile 0.651 arasında değişkenlik gösterirken ikinci faktörde yer alan maddelerin faktör yükleri ise 0.418 ile 0.526 arasında değişmektedir.

Ölçeğin, yapılan açımlayıcı faktör analizinden sonra geçerliliğe ilişkin kanıtların tespiti için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen model Şekil 3'te gösterilmiştir. Modeldeki tüm faktör yüklerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Faktör analizinin amacı doğrultusunda, açımlayıcı ve doğrulayıcı olmak üzere iki temel yöntemi bulunmaktadır. Açımlayıcı faktör analizi, değişkenler arasındaki ilişkiler doğrultusunda faktör bulmaya yönelik bir işlem iken doğrulayıcı faktör analizi ise, değişkenler arasındaki ilişkiyle ilgili olarak daha önce tespit edilen hipotezin test edilmesi olarak açıklanabilmektedir (Kline, 1994'ten aktaran Büyüköztürk, 2002).

Doğrulayıcı faktör analizi, ölçme modellerinin geliştirilmesinde kolaylık sağlayan ve sıkça kullanılan bir yöntem olup önceden oluşturulan bir model ile gözlenen değişkenler doğrultusunda "gizil değişken" oluşturmak için de kullanılan bir işlemdir (Myers, 2000'den aktaran Aytaç ve Öngen, 2012) Ölçek geliştirme ve geçerlik çalışmalarında kullanılan doğrulayıcı faktör analizi, belirlenmiş olan bir yapının doğrulanması için de kullanılabilir (Bayram, 2010'dan aktaran Aytaç ve Öngen, 2012).

Model, araştırmacının teorik olarak belirleyip doğrulatoryıcı faktör analizi ile test ettiği bir model olabileceği gibi, açımlayıcı faktör analizi neticesinde oluşan bir model de olabilmektedir (Aytaç ve Öngen, 2012).

Yapılan bu araştırmada açımlayıcı faktör analizi modelinin yanında ölçeği yeniden test edebilmek ve güvenirliliğini belirleyebilmek amacıyla doğrulatoryıcı faktör analizi yapılmıştır.

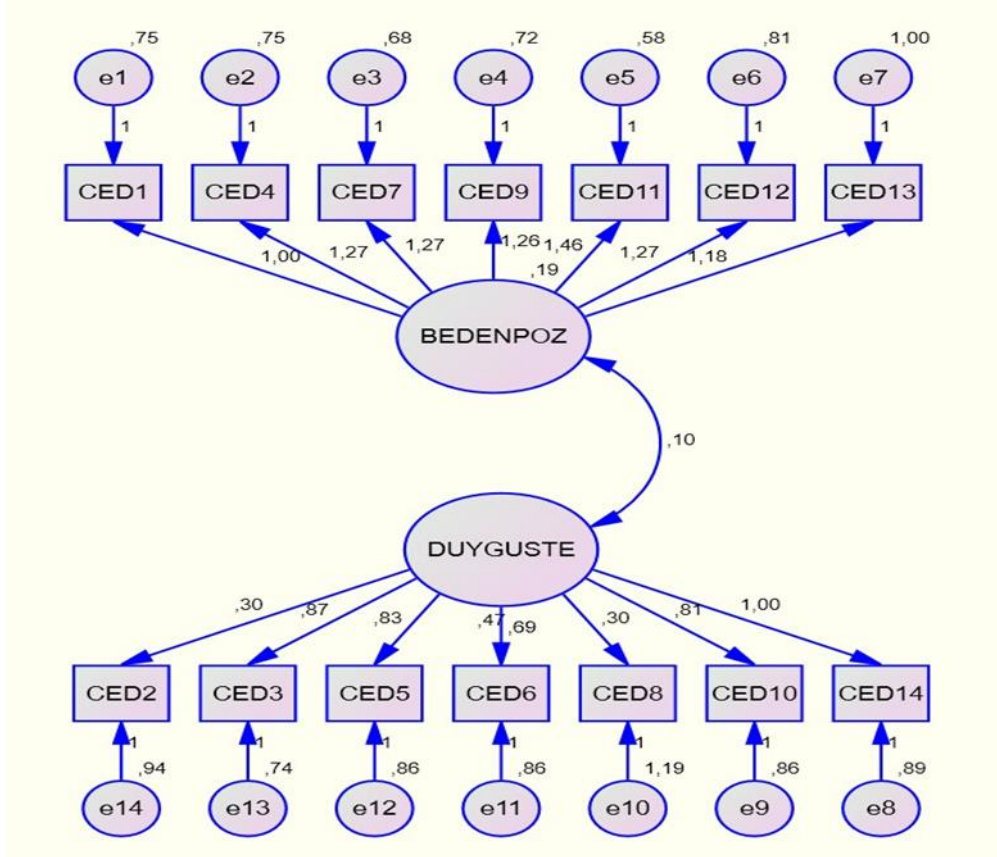
Verilerin model uyumunun test edilmesi için çeşitli istatistikler bulunmaktadır. En çok kullanılan istatistikler; Ki-kare istatistiği, GFI, CFI ve RMSA olarak sayılabilir. Ki-kare istatistiği $\chi^2/sd < 2$ ise mükemmel uyumu ve $\chi^2/sd < 3$ ise kabul edilebilir bir uyumun olduğunu göstermektedir. Ayrıca GFI ve CFI; 0,90 ya da daha üstü değerler kabul edilebilir uyumu göstermektedir (Hair, Anderson, Tatham & Black, 1998). Yaklaşık hataların ortalama kare kökü, RMSEA; 0,10 arası değerler kabul edilebilir uyumun olduğunu göstermektedir (Stevens, 2001).

Tablo 6: Doğrulatoryıcı Faktör Analizi için Uyum İndeksleri

χ^2	Sd	P	χ^2/sd	GFI	CFI	RMSEA
150,03	76	0.00	1,97	0,95	0,90	0,047

Yapılan doğrulatoryıcı faktör analizinde modelin geçerliliğini değerlendirmek amacıyla Ki-kare uyum testi (χ^2), Yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA), Karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) İyilik uyum indeksi (GFI), Düzeltilmiş iyilik uyum indeksi (AGFI) ve Artık ortalamaların karekökü (RMR) incelenmiştir. DFA ile hesaplanan uyum indeksleri RMSEA=0,047; CFI= 0,90,; GFI= 0,95 ; AGFI= 0,93 ve RMR=0,061 şeklinde saptanmıştır.

Elde edilen bu değerler, model uyumunun sağlandığını ortaya koymaktadır. Ki-kare uyum testi(χ^2) 150,03 (sd=76) olarak bulunmuştur. χ^2 /sd=1,97 olarak hesaplanmıştır. Gözlenen bu değer modelin kabul edilebilir bir uyum içinde olduğunu göstermektedir.



Şekil 3: Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeği için Doğrulayıcı Faktör Analizi Modeli

3.6 Verilerin Toplanması

Veriler araştırmacı tarafından toplanmıştır. Ölçeklerin, evli bireylere uygulanabilmesi için ilk olarak KKTC Gazimağusa Kaymakamlığı'ndan izin alınmıştır. İzin alınmasının ardından Doğu Akdeniz Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'na başvurulmuş ve onay alındığı zaman araştırma ölçekleri

Gazimağusa'da yaşayan ve çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden evli bireylere uygulanmıştır.

3.7 Verilerin Analizi

Veri toplama araçlarından elde edilen verilerin analizinden önce ölçeğin güvenilirliği ve geçerliği bağlamında ön analizler yapılmıştır. Ardından esas analiz yapılmıştır. Analizde betimsel ve parametrik ölçümler yapılmıştır. Evli bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeylerini ve sosyo-demografik değişkenleri için betimsel istatistik kullanılarak frekans, aritmetik ortalama, standart sapma gibi değerler belirlenmiştir. Sosyo-demografik değişkenler, evli bireylerin yaşı, cinsiyeti, evlilik süreleri, evlenme yaşları, evlenme biçimleri, eğitim durumları ve meslekleri belirtebilmeleri için oluşturulan maddelerdir. Evli bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeylerinin sosyo-demografik değişkenlerine göre anlamlı bir farkın olup olmadığını incelemek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve bağımsız tek yönlü t-test analizi kullanılmıştır. Ayrıca Türkçeye uyarlanan ölçek puanları ile SKE puanları ve EYDÖ puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla da Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bölüm 4

BULGULAR

Bu çalışmanın genel amacı, “Chabot Emotional Differentiation Scale” Türkçeye uyarlamak ve evli bireylerin duygusal ayrışma düzeylerini belirlemektir. Bu amaç doğrultusunda bu bölümde Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasına ilişkin bulgular, evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği puanlarının sosyo-demografik özelliklerine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği ve Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği puanları ile Sürekli Kaygı Envanteri puanları ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği puanları arasındaki ilişki incelenmiştir.

4.1 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliğine İlişkin Bulgular

4.1.1 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Yapı Geçerliğine İlişkin Bulgular

Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği (CDAÖ), KKTC’deki evli bireylerin duygusal ayrışma düzeylerini ölçmek amacıyla Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için faktör analizi yapılmıştır. Ölçeğin faktörleri ve faktör yükleri Varimax döndürme tekniği kullanılarak tespit edilmiştir. Ölçeğin orijinal halinin alt boyutları yoktur. Ölçeğin 14 maddelik olan son halinin faktör sayısı iki olarak belirlenmiştir. Bu iki faktörlü yapıya göre birinci faktör varyansın % 22.225’ini ve ikinci faktör ise varyansın %14.184’ünü açıklamaktadır. İki faktörün toplam varyansın % 36.409’unu açıkladığı görülmüştür. Her bir faktör 7 maddeden

oluşmaktadır. Ayrıca, yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda da elde edilen modeldeki tüm faktör yüklerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir.

4.1.2 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Güvenirlik Katsayısına (Cronbach's Alpha) İlişkin Bulgular

Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğini Türkçeye uyarlama çalışması için ölçeğin güvenilirliğini test etmek için Cronbach Alfa güvenirlilik katsayısı formülü kullanılmıştır. Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam Cronbach Alfa güvenirlilik katsayısı 0.693 olarak saptanmıştır. Ölçeğin Ben Pozisyonu Alma alt boyutu olarak adlandırılan birinci faktörün güvenirlilik katsayısı 0.734 ve Duygusal Tepkisellik alt boyutu olarak adlandırılan ikinci faktörün güvenirlilik katsayısı ise 0.628 olarak belirlenmiştir.

4.2 Evli Bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına Ait Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Türkçeye uyarlanan Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinde, ölçeğin orijinalinin aksine iki alt boyut bulunmaktadır. Bu bölümde, Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin hem toplam puanı ile alt boyutlarına ait puanları arasında hem de ölçeğin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır. Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ait puanlar arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analize ilişkin bulgular Tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 7: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Toplam Ölçeği Puanları ile Alt Boyutlarına İlişkin Puanları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	CDAÖ Toplam	Ben Pozisyonu Alma	Duygusal Tepkisellik
CDAÖ Toplam	-		
Ben Pozisyonu Alma	0.779**	-	
Duygusal Tepkisellik	0.743**	0.160**	-

**p < 0.01

Tablo 7 incelendiğinde, CDAÖ toplam puanları ile alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ben Pozisyonu Alma alt boyutu ile CDAÖ Toplam puanı arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0.779$; $p = 0.000$; $p < 0.01$) saptanırken aynı şekilde Duygusal Tepkisellik alt boyutu ile CDAÖ Toplam puanı arasında da yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0.743$; $p = 0.000$; $p < 0.01$) saptanmıştır. Ben Pozisyonu Alma alt boyutu ile Duygusal Tepkisellik alt boyutu arasında ise düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0.160$; $p = 0.001$; $p < 0.01$) ortaya çıkmıştır.

4.3 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Ölçüt Bağıntılı Geçerlik

Çalışmasına İlişkin Bulguları

4.3.1 Evli Bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği Puanları, Sürekli Kaygı Envanteri Puanları ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Türkçeye uyarlanan Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin ölçüt bağıntılı geçerlik çalışması için oluşturulan “Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği puanları, Sürekli Kaygı Envanteri puanları ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği

puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” şeklindeki alt probleme ilişkin bulgular yer almaktadır. Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayırma Ölçeği toplam puanları, alt boyutlarına ait puanları, Sürekli Kaygı Envanteri puanları ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analize ilişkin bulgular Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8: Evli Bireylerin Duygusal Ayırma Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanları, Sürekli Kaygı Envanteri Puanları ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	1.	2.	3.	4.	5.
1. CDAÖ Toplam	-				
2. Ben Pozisyonu Alma	0.779**	-			
3. Duygusal Tepkisellik	0.743**	0.160**	-		
4. Sürekli Kaygı	-0.464**	-0.395**	-0.308**	-	
5. Evlilik Yaşam Doyumu	0.234**	0.298**	0.051	-0.316**	-

**p < 0.01

Tablo 8 incelendiğinde, CDAÖ toplam ve alt boyut puanları ile Sürekli Kaygı Envanteri puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. CDAÖ Toplam puanı ile Sürekli Kaygı Envanteri puanı arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = -0.464$; $p = 0.000$; $p < 0.01$) belirlenmiştir. Aynı şekilde Sürekli Kaygı Envanteri puanı ile Ben Pozisyonu Alma alt boyutu puanı arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = -0.395$; $p = 0.000$; $p < 0.01$) saptanırken Sürekli Kaygı Envanteri puanı ile Duygusal Tepkisellik alt boyut puanı arasında da orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = -0.308$; $p = 0.000$; $p < 0.01$) ortaya çıkmıştır.

CDAÖ toplam puanı ile Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği puanı arasında ise düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0.234$; $p = 0.000$; $p < 0.01$) saptanırken Evlilik Yaşam Doyumu puanı ile Ben Pozisyonu Alma alt boyutu puanı arasında da düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = 0.298$; $p = 0.000$; $p < 0.01$) tespit edilmiştir. Ancak Evlilik Yaşam Doyumu puanı ile Duygusal Tepkisellik alt boyut puanı ile arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı ($r = 0.051$; $p = 0.294$; $p > 0.01$) ortaya çıkmıştır.

4.4 Evli Bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği Puanlarının Sosyo-demografik Değişkenlerine Göre İncelenmesi

Bu bölümde, çalışmada yer alan evli bireylerin sosyo-demografik değişkenlerine göre Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin alt boyutlarının ortalamaları ve standart sapmaları ile ilgili bulgular bulunmaktadır. Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeylerinin sosyo-demografik değişkenlerine göre anlamlı bir farkın olup olmadığını incelemek için tek yönlü varyans (ANOVA) analizi ve bağımsız tek yönlü t-test analizi yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans (ANOVA) analizinde evli bireylerin duygusal ayrışma düzeylerinin sosyo-demografik değişkenlerine göre anlamlı bir farkın bulunması durumunda anlamlı ilişkinin hangi gruplar arasında olduğunu saptayabilmek amacıyla Post Hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Sosyo-demografik değişkenlere ilişkin olan bulgular alt problemlerin sırasına göre tablo haline getirilerek gösterilmiştir.

Sosyo-demografik değişkenlere yönelik oluşturulan “Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklindeki alt probleme ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları Tablo 9’da gösterilmiştir.

Tablo 9: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Yaşa Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Yaş	N	\bar{X}	SS
CDAÖ Toplam	18-29 Yaş Arası	37	50.11	5.849
	30-34 Yaş Arası	58	50.09	6.323
	35-39 Yaş Arası	65	49.46	7.126
	40-44 Yaş Arası	74	48.78	5.374
	45-49 Yaş Arası	79	49.89	6.867
	50-54 Yaş Arası	43	49.65	6.233
	55-59 Yaş Arası	35	50.40	7.901
	60 Yaş ve Üzeri	42	50.95	7.622
	Toplam	433	49.80	6.605
Ben Pozisyonu Alma	18-29 Yaş Arası	37	25.68	5.493
	30-34 Yaş Arası	58	26.21	4.396
	35-39 Yaş Arası	65	26.78	4.615
	40-44 Yaş Arası	74	26.35	3.345
	45-49 Yaş Arası	79	26.57	4.657
	50-54 Yaş Arası	43	26.37	4.456
	55-59 Yaş Arası	35	26.91	5.072
	60 Yaş ve Üzeri	42	27.62	4.384
	Toplam	433	26.55	4.475
Duygusal Tepkisellik	18-29 Yaş Arası	37	24.43	4.856
	30-34 Yaş Arası	58	23.88	4.066
	35-39 Yaş Arası	65	22.68	4.661
	40-44 Yaş Arası	74	22.43	3.753
	45-49 Yaş Arası	79	23.32	3.908
	50-54 Yaş Arası	43	23.28	3.507
	55-59 Yaş Arası	35	23.49	4.083
	60 Yaş ve Üzeri	42	23.33	4.852
	Toplam	433	23.25	4.475

Tablo 9 incelendiğinde, CDAÖ Toplam puanları yaşa göre en yüksekten başlayarak 60 yaş ve üzerindeki evli bireyler ($\bar{X} = 50.95$, $SS = 7.622$), 55-59 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 50.40$, $SS = 7.901$), 18-29 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 50.11$, $SS = 5.849$), 30-34 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 50.09$, $SS = 6.323$),

45-49 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 49.89$, $SS = 6.867$), 50-54 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 49.65$, $SS = 6.233$), 35-39 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 49.46$, $SS = 7.126$) ve 40-44 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 48.78$, $SS = 5.374$) şeklinde dizilmektedir.

Ben Pozisyonu Alma alt boyutu puanları ise yaşa göre en yüksekten başlayarak 60 yaş ve üzerindeki evli bireyler ($\bar{X} = 27.62$, $SS = 4.384$), 55-59 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 26.91$, $SS = 5.072$), 35-39 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 26.78$, $SS = 4.615$), 45-49 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 26.57$, $SS = 4.657$), 50-54 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 26.37$, $SS = 4.456$), 40-44 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 26.35$, $SS = 3.345$), 30-34 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 26.21$, $SS = 4.396$) ve 18-29 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 25.68$, $SS = 5.493$) şeklinde dizilmektedir.

Duygusal Tepkisellik alt boyutu puanları da yaşa göre en yüksekten başlayarak 18-29 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 24.43$, $SS = 4.856$), 30-34 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 23.88$, $SS = 4.066$), 55-59 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 23.49$, $SS = 4.083$), 60 yaş ve üzerindeki evli bireyler ($\bar{X} = 23.33$, $SS = 4.852$), 45-49 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 23.32$, $SS = 3.908$), 50-54 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 23.28$, $SS = 3.507$), 35-39 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 22.68$, $SS = 4.661$) ve 40-44 yaş arasındaki evli bireyler ($\bar{X} = 22.43$, $SS = 3.753$) şeklinde dizilmektedir.

Evli bireylerin yaşlarına göre CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlar arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Yaşa Göre ANOVA Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
CDAÖ Toplam	Gruplararası	162.041	7	23.149	0.527	0.815
	Gruplarıçi	18682.878	425	43.960		
	Toplam	18844.919	432			
Ben Pozisyonu Alma	Gruplararası	95.646	7	13.664	0.679	0.690
	Gruplarıçi	8555.536	425	20.131		
	Toplam	8651.182	432			
Duygusal Tepkisellik	Gruplararası	148.131	7	21.162	1.207	0.297
	Gruplarıçi	7449.430	425	17.528		
	Toplam	7597.561	432			

Tablo 10 incelendiğinde, evli bireylerin yaşlarına göre CDAÖ toplam puanında ($F_{(7, 425)} = 0.527$; $p = 0.815$; $p > 0.05$), Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ($F_{(7, 425)} = 0.679$; $p = 0.690$; $p > 0.05$) ve Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ($F_{(7, 425)} = 1.207$; $p = 0.297$; $p > 0.05$) ilişkin puanlarında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır.

Sosyo-demografik değişkenlere yönelik oluşturulan “Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklindeki alt probleme ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları Tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 11: Evli Bireylerin Duygusal Ayrımlaşmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının İlişkin Cinsiyete Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Duygusal Ayrımlaşma Toplam ve Alt Boyutları	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS
CDAÖ Toplam	Kadın	265	49.68	6.336
	Erkek	168	50.00	7.023
Ben Pozisyonu Alma	Kadın	265	26.40	4.557
	Erkek	168	26.79	4.346
Duygusal Tepkisellik	Kadın	265	23.28	4.105
	Erkek	168	23.21	4.342

Tablo 11 incelendiğinde, Duygusal Tepkisellik alt boyutu puanları cinsiyete göre sıralandığı zaman, kadınların puanlarının ($\bar{X} = 23.28$, $SS = 4.105$) erkeklerin puanlarından ($\bar{X} = 23.21$, $SS = 4.342$) daha yüksek olduğu görülmektedir. CDAÖ toplam puanına ilişkin olarak da erkeklerin puanlarının ($\bar{X} = 50.00$, $SS = 7.023$) kadınların puanlarından ($\bar{X} = 49.68$, $SS = 6.336$) ve Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ilişkin de erkeklerin puanlarının ($\bar{X} = 26.79$, $SS = 4.346$) kadınların puanlarından ($\bar{X} = 26.40$, $SS = 4.557$) daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Evli bireylerin cinsiyetlerine göre CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlar arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını saptamak amacıyla bağımsız gruplar t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları

			Varyansların Eşitliği Varsayımı İçin Levene's Test		Ortalamaların Eşitliği için t-test		
			F	Sig	t	df	p
CDAÖ Toplam	Varyansların Eşit Olduğu Varsayımı	Eşit	0.885	0.347	-0.498	431	0.619
	Varyansların Eşit Olmadığı Varsayımı	Eşit			-0.486	328.494	0.627
Ben Pozisyonu Alma	Varyansların Eşit Olduğu Varsayımı	Eşit	0.076	0.783	-0.874	431	0.383
	Varyansların Eşit Olmadığı Varsayımı	Eşit			-0.883	367.861	0.378
Duygusal Tepkisellik	Varyansların Eşit Olduğu Varsayımı	Eşit	0.618	0.204	0.148	431	0.883
	Varyansların Eşit Olmadığı Varsayımı	Eşit			0.146	340.697	0.884

Tablo 12 incelendiğinde, evli bireylerin cinsiyetlerine göre CDAÖ toplam puanında ($t_{(431)} = -0.498$; $p = 0.619$; $p > 0.05$), Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ($t_{(431)} = -0.874$; $p = 0.383$; $p > 0.05$) ve Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ($t_{(431)} = 0.148$; $p = 0.883$; $p > 0.05$) ilişkin puanlarında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır.

Araştırmanın sosyo-demografik değişkenlere yönelik oluşturulan “Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri evlenme biçimine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklindeki bir diğer alt problemine ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları Tablo 13’te gösterilmiştir.

Tablo 13: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Biçimine Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Evlenme Biçimleri	N	\bar{X}	SS
CDAÖ Toplam	Flört Ederek	278	50.33	6.453
	Görücü Usulü	95	48.97	7.070
	Görücü Usulü ve Flört Ederek	60	48.67	6.364
	Toplam	433	49.80	6.605
Ben Pozisyonu Alma	Flört Ederek	278	26.80	4.140
	Görücü Usulü	95	26.45	5.414
	Görücü Usulü ve Flört Ederek	60	25.53	4.252
	Toplam	433	26.55	4.475
Duygusal Tepkisellik	Flört Ederek	278	23.53	4.147
	Görücü Usulü	95	22.52	4.197
	Görücü Usulü ve Flört Ederek	60	23.13	4.328
	Toplam	433	23.25	4.194

Tablo 13 incelendiğinde, CDAÖ toplam puanları evlenme biçimlerine göre en yüksekten başlayarak flört ederek ($\bar{X} = 50.33$, $SS = 6.453$), görücü usulü ($\bar{X} = 48.97$, $SS = 7.070$) ve görücü usulü ve flört ederek ($\bar{X} = 48.67$, $SS = 6.364$) evlenenler şeklinde dizilmektedir.

Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ilişkin puanlar da evlenme biçimlerine göre flört ederek ($\bar{X} = 26.80$, $SS = 4.140$), görücü usulü ($\bar{X} = 26.45$, $SS = 5.414$) ve görücü usulü ve flört ederek ($\bar{X} = 25.53$, $SS = 4.252$) evlenenler şeklinde dizilmektedir.

Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ilişkin puanlar ise evlenme biçimlerine göre flört ederek ($\bar{X} = 23.53$, $SS = 4.147$), görücü usulü ve flört ederek ($\bar{X} = 23.13$, $SS = 4.328$) ve görücü usulü ($\bar{X} = 22.52$, $SS = 4.197$) evlenenler şeklinde dizilmektedir.

Evli bireylerin evlenme biçimlerine göre CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlar arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 14’de verilmiştir.

Tablo 14: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Biçimlerine Göre ANOVA Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
CDAÖ Toplam	Gruplararası	221.127	2	110.563	2.553	0.079
	Gruplarıçi	18623.793	430	43.311		
	Toplam	18844.919	432			
Ben Pozisyonu Alma	Gruplararası	80.594	2	40.297	2.022	0.134
	Gruplarıçi	8570.589	430	19.932		
	Toplam	8651.182	432			
Duygusal Tepkisellik	Gruplararası	73.632	2	36.816	2.104	0.123
	Gruplarıçi	7523.929	430	17.498		
	Toplam	7597.561	432			

Tablo 14 incelendiğinde, evli bireylerin evlenme biçimlerine göre CDAÖ toplam puanında ($F_{(2, 430)} = 2.553$; $p = 0.079$; $p > 0.05$), Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ($F_{(2, 430)} = 2.022$; $p = 0.134$; $p > 0.05$) ve Duygusal Tepkisellik Alma alt boyutuna ($F_{(2, 430)} = 2.104$; $p = 0.123$; $p > 0.05$) ilişkin puanlarında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır.

Araştırmanın sosyo-demografik değişkenlere yönelik oluşturulan “Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri evlenme yaşına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklindeki bir diğer alt problemine ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları Tablo 15’te gösterilmiştir.

Tablo 15: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Yaşlarına Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Evlenme Yaşı	N	\bar{X}	SS
CDAÖ Toplam	18-24 Yaş Arasında	177	48.97	6.078
	25-29 Yaş Arasında	178	50.71	6.802
	30-34 Yaş Arasında	52	49.35	6.520
	35 Yaş ve Üzerinde	26	50.15	8.250
	Toplam	433	49.80	6.605
Ben Pozisyonu Alma	18-24 Yaş Arasında	177	26.31	4.648
	25-29 Yaş Arasında	178	27.03	4.314
	30-34 Yaş Arasında	52	25.73	3.820
	35 Yaş ve Üzerinde	26	26.50	5.383
	Toplam	433	26.55	4.475
Duygusal Tepkisellik	18-24 Yaş Arasında	177	22.66	4.028
	25-29 Yaş Arasında	178	23.68	4.152
	30-34 Yaş Arasında	52	23.62	4.257
	35 Yaş ve Üzerinde	26	23.65	5.138
	Toplam	433	23.25	4.194

Tablo 15 incelendiğinde, CDAÖ toplam puanlarının evlenme yaşlarına göre en yüksekten başlayarak 25-29 yaş arasında evlenenler ($\bar{X} = 50.71$, $SS = 6.802$), 35 yaş ve üzerinde evlenenler ($\bar{X} = 50.15$, $SS = 8.250$), 30-34 yaş arasında evlenenler ($\bar{X} = 49.35$, $SS = 6.520$) ve 18-24 yaş arasında evlenenler ($\bar{X} = 48.97$, $SS = 6.078$) şeklinde dizilmektedir.

Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ilişkin puanlar da evlenme yaşlarına göre en yüksekten başlayarak 25-29 yaş arasında evlenenler ($\bar{X} = 27.03$, $SS = 4.314$), 35 yaş ve üzerinde evlenenler ($\bar{X} = 26.50$, $SS = 5.383$), 18-24 yaş arasında evlenenler ($\bar{X} = 26.31$, $SS = 4.648$) ve 30-34 yaş arasında evlenenler ($\bar{X} = 25.73$, $SS = 3.820$) şeklinde dizilmektedir.

Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ilişkin puanlar ise evlenme yaşlarına göre en yüksekten başlayarak 25-29 yaş arasında evlenenler ($\bar{X} = 23.68$, $SS = 4.152$), 18-

24 yaş arasında evlenenler ($\bar{X} = 23.66$, $SS = 4.028$), 35 yaş ve üzerinde evlenenler ($\bar{X} = 23.65$, $SS = 5.138$) ve 30-34 yaş arasında evlenenler ($\bar{X} = 23.62$, $SS = 4.257$) şeklinde dizilmektedir.

Evli bireylerin evlenme yaşlarına göre CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlar arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Yaşlarına Göre ANOVA Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
CDAÖ Toplam	Gruplararası	285.581	3	95.194	2.200	0.087
	Gruplariçi	18559.338	429	43.262		
	Toplam	18844.919	432			
Ben Pozisyonu Alma	Gruplararası	86.744	3	28.915	1.448	0.228
	Gruplariçi	8564.438	429	19.964		
	Toplam	8651.182	432			
Duygusal Tepkisellik	Gruplararası	106.644	3	35.548	2.036	0.108
	Gruplariçi	7490.917	429	17.461		
	Toplam	7597.561	432			

Tablo 16 incelendiğinde, evli bireylerin evlenme yaşlarına göre CDAÖ toplam puanında ($F_{(3, 429)} = 2.200$; $p = 0.087$; $p > 0.05$) ile Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ($F_{(3, 429)} = 1.448$; $p = 0.228$; $p > 0.05$) ve Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ($F_{(3, 429)} = 2.036$; $p = 0.108$; $p > 0.05$) ilişkin puanlarında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır.

Araştırmanın sosyo-demografik değişkenlere yönelik oluşturulan “Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri evlilik sayısına göre anlamlı bir farklılık

göstermekte midir?" şeklindeki bir diğer alt problemine ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları Tablo 17’de gösterilmiştir.

Tablo 17: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının İlişkin Evlilik Sayısına Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Evlilik Sayısı	N	\bar{X}	SS
CDAÖ Toplam	İlk Evlilik	398	49.71	6.474
	İkinci Evlilik ve Üstü	35	50.83	7.980
Ben Pozisyonu Alma	İlk Evlilik	398	26.49	4.493
	İkinci Evlilik ve Üstü	35	27.23	4.271
Duygusal Tepkisellik	İlk Evlilik	398	23.22	4.099
	İkinci Evlilik ve Üstü	35	23.60	5.209

Tablo 17 incelendiğinde, CDAÖ toplam puanları evlilik sayılarına göre ikinci evlilik ve üstü puanları ($\bar{X} = 50.83$, $SS = 7.980$) ilk evlilik puanlarından ($\bar{X} = 49.71$, $SS = 6.474$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ilişkin puanlarda da aynı şekilde evlilik sayısına göre ikinci evlilik ve üstü puanları ($\bar{X} = 27.23$, $SS = 4.271$) ilk evlilik puanlarından ($\bar{X} = 26.49$, $SS = 4.493$) daha yüksektir. Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ilişkin puanlar da evlilik sayısına göre, ikinci evlilik ve üstü puanlarının ($\bar{X} = 23.60$, $SS = 5.209$) ilk evlilik puanlarından ($\bar{X} = 23.22$, $SS = 4.099$) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Evli bireylerin evlilik sayılarına göre CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlar arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını saptamak amacıyla bağımsız gruplar t-testi analizi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 18’de verilmiştir.

Tablo 18: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sayısına Göre t-testi Sonuçları

		Varyansların Eşitliği Varsayımı İçin Levene's Test		Ortalamaların Eşitliği için t-test		
		F	Sig	t	df	p
CDAÖ Toplam	Varyansların Eşit Olduğu Varsayımı	3.068	0.081	-0.960	431	0.338
	Varyansların Eşit Olmadığı Varsayımı			-0.806	38.039	0.426
Ben Pozisyonu Alma	Varyansların Eşit Olduğu Varsayımı	0.158	0.691	-0.936	431	0.350
	Varyansların Eşit Olmadığı Varsayımı			-0.977	40.906	0.334
Duygusal Tepkisellik	Varyansların Eşit Olduğu Varsayımı	5.763	0.017	-0.512	431	0.609
	Varyansların Eşit Olmadığı Varsayımı			-0.419	37.795	0.678

Tablo 18 incelendiğinde, evli bireylerin evlilik sayılarına göre CDAÖ toplam puanında ($t_{(431)} = -0.960$; $p = 0.338$; $p > 0.05$) ile Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ($t_{(431)} = -0.936$; $p = 0.350$; $p > 0.05$) ve Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ($t_{(431)} = -0.512$; $p = 0.609$; $p > 0.05$) ilişkin puanlarında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır.

Araştırmanın sosyo-demografik değişkenlere yönelik oluşturulan “Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri evlilik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklindeki bir diğer alt problemine ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları Tablo 19’da gösterilmiştir.

Tablo 19: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sürelerine Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Evlilik Süresi	N	\bar{X}	SS
CDAÖ Toplam	1 Yıldan Az-5 Yıl Arası	77	50.70	6.915
	6-9 Yıl Arası	57	50.16	4.956
	10-14 Yıl Arası	64	48.91	7.531
	15-19 Yıl Arası	51	47.63	6.684
	20-24 Yıl Arası	52	49.58	5.985
	25-29 Yıl Arası	46	50.07	6.141
	30-34 Yıl Arası	33	51.42	7.040
	35 Yıl ve Üzeri	53	50.26	6.867
	Toplam	433	49.80	6.605
Ben Pozisyonu Alma	1 Yıldan Az-5 Yıl Arası	77	26.55	4.709
	6-9 Yıl Arası	57	26.16	4.212
	10-14 Yıl Arası	64	26.38	4.617
	15-19 Yıl Arası	51	25.16	4.802
	20-24 Yıl Arası	52	27.21	3.701
	25-29 Yıl Arası	46	26.78	4.141
	30-34 Yıl Arası	33	27.36	4.923
	35 Yıl ve Üzeri	53	27.17	4.501
	Toplam	433	26.55	4.475
Duygusal Tepkisellik	1 Yıldan Az-5 Yıl Arası	77	24.16	4.705
	6-9 Yıl Arası	57	24.00	3.495
	10-14 Yıl Arası	64	22.53	4.261
	15-19 Yıl Arası	51	22.47	5.143
	20-24 Yıl Arası	52	22.37	3.548
	25-29 Yıl Arası	46	23.28	3.662
	30-34 Yıl Arası	33	24.06	3.553
	35 Yıl ve Üzeri	53	23.09	4.143
	Toplam	433	23.25	4.194

Tablo 19 incelendiğinde, CDAÖ toplam puanları evlilik sürelerine göre en yüksekten başlayarak 30-34 yıl arası ($\bar{X} = 51.42$, $SS = 7.040$), 1 yıldan az-5 yıl arası ($\bar{X} = 50.70$, $SS = 6.915$), 35 yıl ve üzeri ($\bar{X} = 50.26$, $SS = 6.867$), 6-9 yıl arası ($\bar{X} = 50.16$, $SS = 4.956$), 25-29 yıl arası ($\bar{X} = 50.07$, $SS = 6.141$), 20-24 yıl arası (

$\bar{X} = 49.58$, $SS = 5.985$), 10-14 yıl arası ($\bar{X} = 48.91$, $SS = 7.531$) ve 15-19 yıl arası ($\bar{X} = 47.63$, $SS = 6.684$) evli olan bireyler şeklinde dizilmektedir.

Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ilişkin puanlar ise evlilik süresine göre en yüksekten başlayarak 30-34 yıl arası ($\bar{X} = 27.36$, $SS = 4.923$), 20-24 yıl ve üzeri ($\bar{X} = 27.21$, $SS = 3.701$), 35 yıl ve üzeri ($\bar{X} = 27.17$, $SS = 4.501$), 25-29 yıl arası ($\bar{X} = 26.78$, $SS = 4.141$), 1 yıldan az-5 yıl arası ($\bar{X} = 26.55$, $SS = 4.709$), 10-14 yıl arası ($\bar{X} = 26.38$, $SS = 4.617$), 6-9 yıl arası ($\bar{X} = 26.16$, $SS = 4.212$) ve 15-19 yıl arası ($\bar{X} = 25.16$, $SS = 4.802$) evli olan bireyler şeklinde dizilmektedir.

Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ilişkin puanlar da evlilik süresine göre en yüksekten başlayarak 1 yıldan az-5 yıl arası ($\bar{X} = 24.16$, $SS = 4.705$), 30-34 yıl arası ($\bar{X} = 24.06$, $SS = 3.553$), 6-9 yıl arası ($\bar{X} = 24.00$, $SS = 3.495$), 25-29 yıl arası ($\bar{X} = 23.28$, $SS = 3.662$), 35 yıl ve üzeri ($\bar{X} = 23.09$, $SS = 4.143$), 10-14 yıl arası ($\bar{X} = 22.53$, $SS = 4.261$), 15-19 yıl arası ($\bar{X} = 22.47$, $SS = 5.143$), 20-24 yıl arası ($\bar{X} = 22.37$, $SS = 3.548$) evli olan bireyler şeklinde dizilmektedir.

Evli bireylerin evlilik sürelerine göre CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlar arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 20'de verilmiştir.

Tablo 20: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sürelerine Göre ANOVA Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
CDAÖ Toplam	Gruplararası	465.992	7	66.570	1.539	0.152
	Gruplarıçi	18378.927	425	43.245		
	Toplam	18844.919	432			
Ben Pozisyonu Alma	Gruplararası	177.160	7	25.309	1.269	0.264
	Gruplarıçi	8474.022	425	19.939		
	Toplam	8651.182	432			
Duygusal Tepkisellik	Gruplararası	222.997	7	31.857	1.836	0.079
	Gruplarıçi	7374.564	425	17.352		
	Toplam	7597.561	432			

Tablo 20 incelendiğinde, evli bireylerin evlilik sürelerine göre CDAÖ toplam puanında ($F_{(7, 425)} = 1.539$; $p = 0.152$; $p > 0.05$) ile Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ($F_{(7, 425)} = 1.269$; $p = 0.264$; $p > 0.05$) ve Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ($F_{(7, 425)} = 1.836$; $p = 0.079$; $p > 0.05$) ilişkin puanlarında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır.

Araştırmanın sosyo demografik değişkenlere yönelik oluşturulan “Evli bireylerin duygusal ayrışma düzeyleri eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklindeki bir diğer alt problemine ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları Tablo 21’de gösterilmiştir.

Tablo 21: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Eğitim Durumu	N	\bar{X}	SS
CDAÖ Toplam	İlkokul	29	47.41	5.666
	Ortaokul	36	47.97	6.536
	Lise	148	49.80	6.119
	Üniversite	152	49.66	6.682
	Yüksek Lisans	41	51.95	7.426
	Doktora	27	52.37	7.185
	Toplam	433	49.08	6.605
Ben Pozisyonu Alma	İlkokul	29	25.45	4.264
	Ortaokul	36	24.86	5.673
	Lise	148	26.68	4.731
	Üniversite	152	26.55	3.966
	Yüksek Lisans	41	27.63	3.767
	Doktora	27	27.63	4.650
	Toplam	433	26.55	4.475
Duygusal Tepkisellik	İlkokul	29	21.97	4.110
	Ortaokul	36	23.11	4.125
	Lise	148	23.12	4.120
	Üniversite	152	23.11	4.262
	Yüksek Lisans	41	24.32	4.435
	Doktora	27	24.74	3.633
	Toplam	433	23.25	4.194

Tablo 21 incelendiğinde, CDAÖ toplam puanları eğitim durumuna göre en yüksekten başlayarak doktora ($\bar{X} = 52.37$, $SS = 7.185$), yüksek lisans ($\bar{X} = 51.95$, $SS = 7.426$), lise ($\bar{X} = 49.80$, $SS = 6.119$), üniversite ($\bar{X} = 49.66$, $SS = 6.682$), ortaokul ($\bar{X} = 47.97$, $SS = 6.536$) ve İlkokul ($\bar{X} = 47.41$, $SS = 5.666$) eğitimi düzeylerindeki evli olan bireyler şeklinde dizilmektedir.

Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ilişkin puanlar ise eğitim durumuna göre en yüksekten başlayarak doktora ($\bar{X} = 27.63$, $SS = 4.650$), yüksek lisans ($\bar{X} = 27.63$, $SS = 3.767$), lise ($\bar{X} = 26.68$, $SS = 4.731$), üniversite ($\bar{X} = 26.55$, $SS = 3.966$),

ilkokul ($\bar{X} = 25.45$, $SS = 4.264$) ve ortaokul ($\bar{X} = 24.86$, $SS = 5.673$) eğitimi düzeylerindeki evli olan bireyler şeklinde dizilmektedir.

Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ilişkin puanlar ise eğitim durumuna göre en yüksekten başlayarak doktora ($\bar{X} = 24.74$, $SS = 3.633$), yüksek lisans ($\bar{X} = 24.32$, $SS = 4.435$), lise ($\bar{X} = 23.12$, $SS = 4.120$), üniversite ($\bar{X} = 23.11$, $SS = 4.262$), ortaokul ($\bar{X} = 23.11$, $SS = 4.125$) ve ilkokul ($\bar{X} = 21.97$, $SS = 4.110$) eğitimi düzeylerindeki evli bireyler şeklinde dizilmektedir.

Evli bireylerin evlilik sürelerine göre CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlar arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 22’de verilmiştir.

Tablo 22: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Eğitim Durumlarına Göre ANOVA Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
CDAÖ Toplam	Gruplarası	656.584	5	131.317	3.083	0.010
	Gruplariçi	18188.335	427	42.596		
	Toplam	18844.919	432			
Ben Pozisyonu Alma	Gruplarası	219.885	5	43.977	2.227	0.051
	Gruplariçi	8431.298	427	19.745		
	Toplam	8651.182	432			
Duygusal Tepkisellik	Gruplarası	160.850	5	32.170	1.847	0.103
	Gruplariçi	7436.711	427	17.416		
	Toplam	7597.561	432			

Tablo 22 incelendiğinde, evli bireylerin eğitim durumlarına göre Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ($F_{(5, 427)} = 2.227$; $p = 0.051$; $p > 0.05$) ve Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ($F_{(5, 427)} = 1.847$; $p = 0.103$; $p > 0.05$) ilişkin puanlarında

anlamli bir farkin olmadigi bulunurken eğitim durumlarına göre CDA Toplam puanında ($F_{(5, 427)} = 3.083$; $p = 0.010$; $p < 0.05$) göre anlamli bir farkin olduğu saptanmıştır. Ortaya çıkan anlamli farkın hangi gruplar arasında olduğunu saptamak amacıyla yapılan Post Hoc testlerinden Tukey testi sonuçlarına göre anlamli farkın yüksek lisans ($\bar{x} = 51.95$) eğitim düzeyine sahip evli bireyler ile İlkokul ($\bar{x} = 47.41$) eğitimi düzeyine sahip evli olan bireyler arasındaki anlamli farktan kaynaklandığı ortaya konmuştur.

Araştırmanın sosyo-demografik değişkenlere yönelik oluşturulan “Evli bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeyleri mesleğe göre anlamli bir farklılık göstermekte midir?” şeklindeki bir diğer alt problemine ilişkin ortalama ve standart sapma sonuçları Tablo 23’te gösterilmiştir.

Tablo 23: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Mesleklerine Göre Ortalama ve Standart Sapma Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Meslek	N	\bar{X}	SS
CDAÖ Toplam	İşsiz	35	47.34	7.252
	İşçi	42	48.57	7.228
	Memur	143	49.80	6.597
	Özel Sektör	86	49.64	5.375
	Akademisyen	44	51.77	7.123
	Emekli	40	51.18	7.157
	Serbest Meslek	43	50.05	6.122
	Toplam	433	49.80	6.605
Ben Pozisyonu Alma	İşsiz	35	25.09	6.336
	İşçi	42	25.57	4.895
	Memur	143	26.67	3.952
	Özel Sektör	86	26.13	4.333
	Akademisyen	44	27.30	4.598
	Emekli	40	27.73	4.000
	Serbest Meslek	43	27.28	4,148
	Toplam	433	26.55	4.475
Duygusal Tepkisellik	İşsiz	35	22.26	4.859
	İşçi	42	23.00	4.237
	Memur	143	23.13	4.289
	Özel Sektör	86	23.51	4.020
	Akademisyen	44	24.48	3.420
	Emekli	40	23.45	4.362
	Serbest Meslek	43	22.77	4.099
	Toplam	433	23.25	4.194

Tablo 23 incelendiğinde, CDAÖ toplam puanları mesleğe göre en yüksekten başlayarak akademisyen olan evli bireyler ($\bar{X} = 51.77$, $SS = 7.123$), emekli olan evli bireyler ($\bar{X} = 51.18$, $SS = 7.157$), serbest meslek grubundaki evli bireyler ($\bar{X} = 50.05$, $SS = 6.122$), memur olan evli bireyler ($\bar{X} = 49.80$, $SS = 6.597$), özel sektörde çalışan evli bireyler ($\bar{X} = 49.64$, $SS = 5.375$), işçi olan evli bireyler ($\bar{X} = 48.57$, $SS = 7.228$) ve işsiz olan evli bireyler ($\bar{X} = 47.34$, $SS = 7.252$) şeklinde dizilmektedir.

Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ilişkin puanlar ise mesleğe göre en yüksekten başlayarak emekli olan evli bireyler ($\bar{X} = 27.73$, $SS = 4.000$), akademisyen olan evli bireyler ($\bar{X} = 27.30$, $SS = 4.598$), serbest meslek grubundaki evli bireyler ($\bar{X} = 27.28$, $SS = 4.148$), memur olan evli bireyler ($\bar{X} = 26.67$, $SS = 3.952$), özel sektörde çalışan evli bireyler ($\bar{X} = 26.13$, $SS = 4.333$), işçi olan evli bireyler ($\bar{X} = 25.57$, $SS = 4.895$) ve işsiz olan evli bireyler ($\bar{X} = 25.09$, $SS = 6.336$) şeklinde dizilmektedir.

Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ilişkin puanlar ise mesleğe göre en yüksekten başlayarak akademisyen olan evli bireyler ($\bar{X} = 24.48$, $SS = 3.420$), özel sektörde çalışan evli bireyler ($\bar{X} = 23.51$, $SS = 4.020$), emekli olan evli bireyler ($\bar{X} = 23.45$, $SS = 4.362$), memur olan evli bireyler ($\bar{X} = 23.13$, $SS = 4.289$), işçi olan evli bireyler ($\bar{X} = 23.00$, $SS = 4.237$) serbest meslek grubundaki evli bireyler ($\bar{X} = 22.77$, $SS = 4.099$) ve işsiz olan evli bireyler ($\bar{X} = 22.26$, $SS = 4.859$) şeklinde dizilmektedir.

Evli bireylerin mesleklerine göre CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlar arasında anlamlı bir farkın olup olmadığını saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 24'te verilmiştir.

Tablo 24: Evli Bireylerin Duygusal Ayrışmanın Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Mesleklerine Göre ANOVA Sonuçları

Duygusal Ayrışma Toplam ve Alt Boyutları	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
CDAÖ Toplam	Gruplararası	526.394	6	87.732	2.040	0.059
	Gruplarıçi	18318.525	426	43.001		
	Toplam	18844.919	432			
Ben Pozisyonu Alma	Gruplararası	235.223	6	39.204	1.984	0.067
	Gruplarıçi	8415.959	426	19.756		
	Toplam	8651.182	432			
Duygusal Tepkisellik	Gruplararası	123.101	6	20.517	1.169	0.322
	Gruplarıçi	7474.460	426	17.546		
	Toplam	7597.561	432			

Tablo 24 incelendiğinde, evli bireylerin mesleklerine göre CDAÖ toplam puanında ($F_{(6, 426)} = 2.040$; $p = 0.059$; $p > 0.05$), Ben Pozisyonu Alma alt boyutuna ($F_{(6, 426)} = 1.984$; $p = 0.067$; $p > 0.05$) ve Duygusal Tepkisellik alt boyutuna ($F_{(6, 426)} = 1.169$; $p = 0.322$; $p > 0.05$) ilişkin puanlarında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır.

Bölüm 5

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, yapılan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular yapılan literatür taraması sonucunda ulaşılan çalışmaların sonuçlarına da yer verilerek tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Türkçeye Uyarlama Sürecinin Tartışılması

Bu çalışmada, araştırmanın ilk amacı doğrultusunda bireylerin duygusal ayrışma düzeylerini ölçmeye yönelik olarak David Chabot (1993) tarafından geliştirilen Chabot Emotional Differentiation Ölçeği Türkçeye uyarlanmıştır. İlk olarak ölçek, ölçeğin kaynak dili olan İngilizceden hedef dil olan Türkçeye, İngilizce ve Türkçeye hakim olan Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı ve Yabancı Diller Bölümünden olan 3 uzman tarafından ayrı ayrı çevrilmiş ve yapılan çeviriler değerlendirilmiştir. Çeviriden sonra Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı öğretim üyesinin uzman görüşlerine başvurularak maddelerin kastedilen değişkeni orijinal İngilizce ölçekle ölçüp ölçmediğine bakılmıştır. Ön deneme için çeşitli sosyoekonomik düzeylere sahip 50 kişiye sözel olarak sunulmuş ve maddelerin anlaşılıp anlaşılmadığı konusunda fikirleri alınmıştır. Ölçeğin Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı 0.795 olarak bulunmuştur. Faktör analizi için KMO değerinin 0.60 ve üzerinde olması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2002, s. 126; Uzunboylu & Hürsen, 2011). KMO değerinin 0.60 olması orta, 0.70 olması iyi, 0.80 olması çok iyi ve 0.90 olması ise mükemmel olarak nitelendirilmektedir (Kurnaz &

Yiğit, 2010). Ölçeğin Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısının 0.795 çıkması da örneklem büyüklüğünün iyi olarak kabul edilebilir olduğunu göstermiştir. Ayrıca Barlett testinin Ki-Kare değeri 888.014 olarak çıkmış ve ölçeğin p değeri 0.000 olarak saptanmıştır. Bu değer, 0.05 olan anlamlılık düzeyini karşıladığı için değişkenler arasında faktör analizinin yapılmasının uygun olduğu söylenebilir. KMO katsayısının en az 0.60 çıkması ve Barlett testi sonucunun anlamlı saptanması ölçeğin faktör analizi açısından uygun olduğu anlamına gelmektedir (Büyüköztürk, 2002, s. 126). Buna göre, 14 maddelik bu ölçek için saptanan KMO katsayısı ve Barlett testi sonuçları da ölçeğin faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir.

5.2 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Geçerlik Çalışmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Türkçeye uyarlanan Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin (CDAÖ) geçerliğini test etmek amacıyla yapılan yapı geçerliği ve ölçüt bağımlı geçerliğe ilişkin bulgular, ilgili başlıklar altında tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.2.1 Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Yapı Geçerliği Çalışmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Türkçeye uyarlama çalışması yapılan Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin yapı geçerliğini test etmek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi için dik döndürme tekniklerinden Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Ölçeğin orijinal halinin alt boyutları yoktur. Ancak Türkçeye uyarlanan ölçeğin, orijinalinin aksine iki faktörü bulunmaktadır. Ölçeğin iki faktörlü yapısına göre, birinci faktör varyansın % 22.225'ini ve ikinci faktör de varyansın %14.184'ünü açıkladığı saptanmıştır. İki faktörlü yapı ise toplam varyansın % 36.409'unu açıklamaktadır. Açıklanan varyans oranının, tek faktöre sahip olan ölçekler için en az % 30 olması ancak faktör sayısı çok olan ölçeklerin ise açıklanan varyans oranının

daha yüksek olması beklenmektedir (Büyüköztürk, 2002, s. 125). Buna göre, ölçeğin iki faktörlü yapısının açıkladığı varyans oranının yeterli olduğu söylenebilir. Ölçeğin her bir faktörü 7 maddeden oluşmaktadır. 14 maddenin faktör yükleri 0.418 ile 0.651 arasında değişmektedir. Birinci faktörde yer alan maddelerin faktör yükleri 0.478 ile 0.651 arasında değişirken ikinci faktörde yer alan maddelerin faktör yüklerinin ise 0.418 ile 0.526 arasında değiştiği görülmüştür. Birinci faktördeki maddelerin faktör yükleri 0.651, 0.605, 0.590, 0.574, 0.562, 0.487 ve 0.478 iken ikinci faktördeki maddelerin faktör yükleri ise 0.526, 0.494, 0.482, 0.477, 0.463, 0.423 ve 0.418 şeklindedir. Maddelerin faktör yüklerinin 0.30 ile 0.60 arasında olması orta, 0.60'ın üstünde olması ise faktör yüklerinin yüksek olduğunu göstermektedir (Kline, 1998). Ölçekteki maddelerin faktör yüklerine bakıldığı zaman da, ölçeğin kararlı ve basit yapıda olduğu görülmektedir.

Benliğin ayrılaşmasının içsel yönünü ölçmek amacıyla Haber (1993)'in geliştirdiği Level of Differentiation of Self Scale (LDSS) ,üç faktörden (düşünce ve duygu ayrılığı, duygusal olgunluk ve duygusal özerklik) oluşmaktadır. Bu ölçek, bireylerin değerleri, inançları, amaçları, zihinsel ve duygusal süreçleri, ben-pozisyonu, benlik değerlendirmesi, başkalarının beklentileri ve karar verme becerilerine bakmaktadır. Ölçeğin ilk hali 32 madde olup Duygusal Olgunluk ve Duygusal Bağımlılık olmak üzere iki alt boyutu vardı. Çalışmanın ilk aşamasındaki 32 maddelik bu ölçek, ikinci aşamada tek boyutlu 24 maddelik bir ölçek olarak revize edilmiştir.

Skowron ve Friedlander'ın (1998) geliştirdikleri ve Skowron ve Schmitt'in (2003) revize ettikleri Differentiation of Self Scale (DSI-R), Işık ve Bulduk (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Benliğin ayrılaşma düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek, kişinin iç

yaşantısına yönelik olan iki alt boyuttan (Ben Pozisyonu Alma ve Duygusal Tepkisellik) ve kişinin diğer insanlarla olan ilişkisine yönelik olan iki alt boyuttan (Duygusal Kopma ve Başkalarına Bağımlılık) olmak üzere toplam dört alt boyuttan oluşmaktadır. Yani bu ölçekte Bowen (1985)'in benliğin ayrılaşması kavramı içerisinde incelediği dört boyut yer almakta ve bireylerin ayrılaşma düzeyleri bu dört boyutta ölçülmektedir. Orijinali 46 madde olan ölçek, Türkçeye uyarlanması sonucunda kısaltılarak 20 madde haline getirilmiştir. Çalışmanın geçerlik ve güvenirlik analiz sonuçlarına bakıldığı zaman, Türkçeye uyarlanan ölçeğin kullanımının uygun olduğu görülmüştür.

Drake, Murdock, Marszalek ve Barber (2015) tarafından geliştirilen Differentiation of Self Inventory-Short Form (DSI-SF) Sarıkaya, Boyacı, İlhan ve Aldemir (2018) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçek 20 maddeden oluşmakta ve Benliğin Ayrılaşma Ölçeğinde olduğu gibi bu ölçek de bireyin hem iç yaşantısına hem de kişilerarası ilişkilerine yönelik olduğu için benliğin ayrılaşmasının “Ben Pozisyonu Alma”, “Duygusal Tepkisellik”, “İç İç Geçme” ve “Duygusal Kopma” olmak üzere dört alt boyutunu da ölçmektedir. Çalışmanın geçerlik ve güvenirlik analiz sonuçlarına bakıldığı zaman, Türkçeye uyarlanan ölçeğin kullanımının uygun olduğu görülmüştür.

Bu çalışmalara bakıldığı zaman, bireyin ayrılaşma düzeylerini ölçmek amacıyla ölçeklerin geliştirilmiş olduğu ve son yıllarda da bu ölçeklerin Türkçeye uyarlama çalışmalarının yapıldığı görülmektedir. Bu gelişme de, benliğin ayrılaşması kavramının zaman içerisinde Türkçe literatürde daha fazla yer almaya ve bu kavrama daha çok önem verilmeye başlandığına inanılmaktadır. Türkçeye uyarlanan ölçeklerde, benliğin ayrılaşmasının bireyin iç yaşantılarına yönelik boyutları Ben Pozisyonu Alma ve Duygusal Tepkisellik alt boyutlarından oluştuğu

görülmektedir. Ayrımlaşmanın içsel boyutunu ölçen Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin Türkçe uyarlamasının yapı geçerliği çalışmasında, ölçeğin Türkçe formunda iki faktör elde edilmiş ve faktörler Ben Pozisyonu Alma alt boyutu ve Duygusal Tepkisellik alt boyutu olarak adlandırılmıştır. Geliştirilen ölçeklerde de Bowen (1985)'ın, benliğin ayrımlaşmasının iç yaşantılarına yönelik boyutunu ben pozisyonu alma ve duygusal tepkisellik kavramlarıyla açıklaması ve ölçeklerde de bu yöndeki boyutlara bu kavramların verilmiş olması, CDAÖ'nün alt boyutlarının bu şekilde isimlendirilmesini de destekler nitelikte olduğu düşünülmektedir.

5.2.2 Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Tartışılması ve Yorumlanması

Ölçeğin iki alt boyutu olan alt boyutu Ben Pozisyonu Alma ile Duygusal Tepkisellik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Sonucun bu şekilde çıkmasının sebebinin, ben pozisyonu almanın duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırarak değerlerinden bağımsız olarak ifade etmeyi ve bu durumun diğer insanlarla olan ilişkiye nasıl yansıdığı şeklinde olmasından kaynaklı olduğu ve duygusal tepkiselliğin ise bireylerin stresli dönemlerde bile aldıkları kararlarda duygularının düşüncelerinden daha çok etkili olması ya da kararlarını tamamen duygularına göre almaları yönünde olmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Duygusal tepkisellik, kişinin kendi alacağı kararlarda duygularının ön planda olmasını, diğer insanlarla olan ilişkilerine bakışını etkilerken ben pozisyonu alma da kişinin duygu ve düşünceleri arasında bir denge kurabilip kendi duygu ve düşüncelerini sorumluluğunu alarak ifade edip ifade edememeyi etkilemekte olup aynı zamanda duygusal tepkiselliğin aksine ben pozisyonu alma kavramı, diğer insanları da kendi duygu ve düşüncelerini ifade etme konusunda cesaretlendirmektedir. Yani duygusal tepkiselliğin insanın kendi iç

yaşantısı doğrultusunda kararlarını duygularına göre verip vermediği yönünde ve kendini etkileyen bir boyut olması ancak ben pozisyonu almanın ise kişinin duygu ve düşüncelerini ifade etmesinin sadece kendisini değil diğer insanları da harekete geçirebilmesi açısından farklılaşmasının aralarında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğuna inanılırken her iki boyutta da harekete geçme konusunda duygu ve düşünceler arasındaki dengenin önemi ve duygulara göre mi yoksa düşüncelere göre mi harekete geçileceği konusunun var olmasından dolayı da her iki boyut arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu düşünülmektedir.

Mert ve Topal (2018)'in çalışma grubunu üniversite öğrencilerinin ve Kaleta (2014)'nın çalışma grubunu evli bireylerin oluşturduğu çalışmalarda, duygusal tepkisellik ile ben pozisyonu alma arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu sonuç, yapılan araştırmanın sonuçlarını destekler niteliktedir. Krycak, Murdock ve Marszalek (2012)'in yaptıkları çalışmada, duygusal tepkisellik ile ben pozisyonu alma düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptamıştır. Polat (2014)'ın da evli bireylerle yaptığı çalışmada, duygusal tepkisellik alt boyutunun ben pozisyonu alma alt boyutu ile arasında düşük düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki olduğu ortaya konmuştur. Mert ve Çetiner (2018) üniversite yaşamına uyum düzeyleriyle benliğin ayrımlaşma düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında yaptıkları korelasyon analizi sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin duygusal tepkisellik düzeyleri ile ben pozisyonu düzeyleri ile arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı belirlenmiştir. Yapılan çalışmalarda birbirlerinden farklı sonuçların çıktığı görülmekte olup konuyla ilgili olarak daha fazla çalışmanın yapılmasının çıkmasından dolayı bu alanda daha fazla çalışmanın yapılması gerektiği düşünülmektedir.

Ayrıca çalışmada, CDAÖ Toplam ile Ben Pozisyonu Alma alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanırken aynı şekilde CDAÖ Toplam puanı ile Duygusal Tepkisellik alt boyutu arasında da yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Mert ve Topal (2018) çalışma grubunu üniversite öğrencilerinin oluşturduğu çalışmada, benliğin ayrılaşması toplam puanı ile duygusal tepkisellik arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Bu iki sonuç yapılan araştırmanın sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Bunun sebebinin, üniversite öğrencilerinin aldıkları kararlarda duygularının ön planda olmadığı ve duygu ve düşünceleri arasında ayırım yapabildikleri ancak sorumluluğunu alacak şekilde kendi duygu ve düşüncelerini ifade edemedikleri ve kendilerini ortaya koyamadıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Krycak, Murdock ve Marszalek (2012) ise, yapılan çalışmanın sonuçlarına benzer olarak benliğin ayrılaşması toplam puanı ile ben pozisyonu alma alt boyutu ve duygusal tepkisellik alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif düzeyde anlamlı bir ilişki saptamıştır. Kaleta (2012) ise benliğin ayrılaşması toplam puanının duygusal tepkisellik alt boyutu ile arasında yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptarken ben pozisyonu alt boyutu ile arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptamıştır. Yapılan çalışmanın sonuçlarına benzer sonuçlara sahip olan araştırmalar kadar farklı sonuçlara sahip olan çalışmaların da olmasının, araştırmaların yapıldığı kültürlerin birbirlerinden farklı olmasından kaynaklandığı sanılmaktadır. Ancak benzer kültürlerde yapılan çalışmalarda da farklı sonuçların çıkmasından dolayı bu alanda daha fazla çalışmanın yapılması gerektiği düşünülmektedir.

5.2.3 Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin Ölçüt Bağıntılı Geçerlik Çalışmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Türkçeye uyarlanan Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin ölçüt bağıntılı geçerliğini test etmek amacıyla Chabot Duygusal Ayrımlaşma toplam ve alt boyutlarına ait puanlar ile Sürekli Kaygı Envanteri puanları ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği puanları arasındaki ilişki incelenmiştir.

5.2.3.1 Evli Bireylerin Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeği Puanları ile Sürekli Kaygı Envanteri Puanları Arasındaki İlişkinin Tartışılması ve Yorumlanması

Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin toplam puanı ile Sürekli Kaygı Envanteri puanı arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Aynı şekilde Sürekli Kaygı Envanteri puanı ile Ben Pozisyonu Alma ve Duygusal Tepkisellik alt boyutları puanları arasında da orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Işık ve Bulduk (2015), Türkçeye uyarladıkları Benliğin Ayrımlaşması Ölçeğinin (BAÖ) ölçüt bağıntılı geçerliğini test etmek amacıyla ölçeğin sürekli kaygı ile arasındaki ilişkiyi incelemişler ve benliğin ayrışmasının alt boyutları ve toplam puanı ile sürekli kaygı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Bu sonucun, benliğin ayrışmasının içsel yönünü ölçmek amacıyla geliştirilen ve Türkçeye uyarlanan Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin sürekli kaygı ile arasında çıkan ilişkiyi destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Ayrıca Drake, Murdock, Marszalek ve Barber (2015) tarafından geliştirilen Differentiation of Self Inventory-Short Form (DSI-SF) Sarıkaya, Boyacı, İlhan ve Aldemir (2018) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve bekar, evli ve boşanmış katılımcıların yer aldığı bu çalışmada uyum geçerliğini test etmek amacıyla ölçeğin sürekli kaygı ile arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda benliğin ayrışmasının toplam puanı ve duygusal

tepkisellik, iç içe geçme ve ben pozisyonu alma alt boyutları ile sürekli kaygı arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki çıkarken duygusal kopma ile sürekli kaygı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Duygusal Tepkisellik ve Ben Pozisyonu Alma alt boyutları bulunduğu için yapılan çalışmanın alt boyutlarına ilişkin sonuçlarına bakıldığı zaman, her iki ölçeğin sürekli kaygıyla arasında ilişkinin birbirini destekler nitelikte olduğu söylenebilmektedir. Işık ve Bulduk (2014) da yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin benliğin ayrışmasının alt boyutları ve toplam puanı ile sürekli kaygı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Tuason ve Friendlander (2000)'ın yaptıkları çalışma sonuçları da, benliğin ayrışma düzeyi arttıkça sürekli kaygı düzeyinin azaldığını göstermiştir. Hanımoğlu ve Akbaş (2018) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinin ben pozisyonu, duygusal kesinti ve duygusal tepkisellik düzeylerinin depresyon, stres ve kaygıyı anlamlı ve negatif yönde yordadığı bulunmuştur. Literatürde ulaşılan çalışmalara bakıldığı zaman, gerek yurt dışındaki yabancı ülkelerde gerek KKTC'de olduğu gibi Türk kültürünün olduğu Türkiye'de benliğin ayrışması ile sürekli kaygı düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Nitekim benliğin ayrışması kavramını oluşturan Bowen (1985), benliğin ayrışma düzeyinin bireyin temelde yaşadığı sürekli kaygıyla ilişkili olduğunu ve kaygı düzeyi arttıkça benliğin ayrışma düzeyinin de düştüğünü savunmuştur. Bu sonuçlar da Bowen'ın savunduğu görüşü destekler niteliktedir. Bu sebeple, çalışmanın bulguları beklenen bir sonuç olarak kabul edilmektedir. Ayrıca hem yurt dışındaki yabancı ülkelerde hem de KKTC'de olduğu gibi Türk kültürünün olduğu Türkiye'de benliğin ayrışması ile sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin benzer çıkmasının Bowen'ın benliğin ayrışması

kavramının kültürlerarası uygulanabileceğiyle ilgili görüşünü de destekler nitelikte olduğu düşünülmektedir. Ancak literatürde, alt boyutlar ile sürekli kaygı arasındaki ilişkide farklı sonuçlar çıkan sayıca az da olsa çalışmaya rastlanmıştır. Polat (2014) yaptığı çalışma sonucunda, benliğin ayrımlaşması ile evli bireylerin depresyon, kaygı ve stres düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken duygusal kopma ile depresyon, kaygı ve stres arasında pozitif yönde, duygusal tepkisellik ile depresyon ve stres arasında pozitif yönde ve ben pozisyonu alma ile depresyon, kaygı ve stres arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu saptamıştır. Depresyon, stres ve kaygı ile başkalarına bağımlılık (iç içe geçme) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamakla birlikte depresyon ve stresten farklı olarak kaygı ile duygusal tepkisellik arasında da anlamlı bir ilişkinin olmadığı ortaya konmuştur. Peleg ve Messerschmidt-Grandi (2018) ise yaptıkları çalışmada, yapılan araştırmanın sonucuyla benzer olarak benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarından olan ben pozisyonu alma alt boyutu ile sürekli kaygı arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki saptarken araştırmanın sonucunun aksine duygusal tepkisellik alt boyutu ile sürekli kaygı arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki tespit etmişlerdir. Bu çalışmanın sonucuna göre, sürekli kaygı düzeyi arttıkça duygusal tepkisellik düzeyi artarken ben pozisyonu alma düzeyi düşmektedir. Ayrıca aynı çalışmada sürekli kaygının benliğin ayrımlaşması ile ilişkisinin dört farklı kültüre göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelenmiş ve dört farklı kültürde de duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma alt boyutlarının sürekli kaygı düzeylerini yordadığını saptamışlardır. İsraili katılımcıların Avrupalı katılımcılara göre sürekli kaygı düzeyleri daha düşük düzeyde olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca benliğin ayrımlaşmasının alt boyutlarından olan duygusal ilişki kesme düzeyi Yahudi öğrencilerde Arap öğrencilerine göre daha düşük düzeyde ortaya çıkarken Alman

öğrencilerde de duygusal tepkisellik alt boyutu düzeyi İtalyanlara göre daha düşük düzeyde olduğu saptanmıştır. Bu çalışma sonucuna bakıldığı zaman ise, benliğin ayrımlaşmasının sürekli kaygıyı azaltmak üzerinde önemli bir rol oynadığı ancak kültüre göre daha fazla çalışmanın yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

5.2.3.2 Chabot Duygusal Ayrımlaşma Düzeyleri ile Evlilik Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişkiye İlişkin Tartışma ve Yorum

Chabot Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin toplam puanı ile Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği puanı arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği puanı ile Ben Pozisyonu Alma alt boyutu puanı arasında da düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanırken Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği puanı ile Duygusal Tepkisellik alt boyut puanı arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir. Buna göre, duygusal ayrımlaşma toplam puanı ve ben pozisyonu alma alt boyutunun yüksek olması evlilik yaşam doyumu düzeyinin de yüksek olduğunu gösterdiği söylenebilir. Kwon (2000) benliğin ayrımlaşması, evlilik doyumu ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasının sonucunda, evli bireylerin ayrımlaşma düzeyleri ile evlilik doyumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Peleg (2008) de evli bireylerin benliğin ayrımlaşma düzeyleriyle evlilik doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve benliğin ayrımlaşma düzeyiyle evlilik doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu saptamıştır. Buna göre, benliğin ayrımlaşma düzeyi yüksek olan evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerinin, benliğin ayrımlaşma düzeyleri düşük olan bireylere göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Skowron (2000) ve Polat (2014) da yaptıkları çalışmada, evlilik uyumu ile benliğin ayrımlaşma düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişler ve benliğin ayrımlaşma düzeyleriyle evlilik uyumu düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki

olduğunu saptamışlardır. Ayrıca Polat (2014) yaptığı çalışmada, ben pozisyonu alma alt boyutunun çift uyumunu yordadığını ve çift uyumu ile ben pozisyonu alma alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koyarken duygusal tepkisellik alt boyutunun çift uyumunu etkilemediğini ancak aralarında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit etmiştir. Yapılan çalışma sonuçlarına bakıldığı zaman, evlilik doyumuyla benliğin ayrılaşması toplam puanları ve ben pozisyonu alma alt boyutu arasındaki ilişkiyi destekler nitelikte olduğu fakat evlilik doyumuyla duygusal tepkisellik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucunu desteklemediği görülmektedir. Nitekim Bowen (1985), ben pozisyonu almanın benliğin ayrılaşmasıyla ilişkili olduğunu öne sürmüştü ve yaptığı terapilerde eşler arasındaki iletişimde eşlerin birbirlerine aşırı bir şekilde duygusal tepki vermelerini engellemelerini, düşüncelerini birbirleriyle açık bir şekilde paylaşmalarını sağlamanın yanında eşlerin, benliğin ayrılaşmasının önemli bir parçası olarak kabul ettiği ben pozisyonu almayı kurmalarını sağlamaktı. Bowen Kuşaklararası Aile Terapisi yaklaşımına göre de, ben pozisyonu alabilen birey de kendi duygu ve düşüncelerini kendi sorumluluğunu alarak ifade etmesi ve bu yolla da diğer eşin ve ailenin diğer üyelerinin de kendi duygu ve düşünceleri ifade etmeleri konusunda cesaretlendirmesi aile bireylerinin de ayrılaşma düzeylerinin yükselmesini sağlayabilecektir. Bu yaklaşım doğrultusunda yapılan çalışmalar da bulunmaktadır. Buna göre Bowen'ın görüşleri ve literatürde konuyla ilgili olan çalışmalar, yapılan araştırmanın sonuçlarıyla evlilik doyumunu ile benliğin ayrılaşması toplam puanı ile ben pozisyonu alma alt boyutu arasındaki pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğunu destekler nitelikte olduğunu ve evlilik doyumunu ile duygusal tepkisellik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmaması yönüyle de benzer olduğunu göstermektedir. Nitekim Bowen (1985) yaptığı terapilerde, eşlerin birbirlerine aşırı

bir şekilde duygusal tepki vermelerini engellemelerini sağlamaya çalışması açısından benliğin ayrılaşmasının sağlanmasında duygusal tepkiselliğin engellenmesini öne sürdüğü düşünülmekte ve bu durumun da evliliğin kalitesini arttırdığına inanılmaktadır. Bu sebeple araştırma sonucunda, duygusal tepkisellik ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişkinin çıkmaması Bowen'ın yaklaşımını desteklemediğini göstermektedir. Ayrıca yapılan araştırma sonucunda ben pozisyonu alma alt boyutu ile duygusal tepkisellik alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif yöne anlamlı bir ilişki ortaya konmuştu. Buna göre, KKTC'deki evli bireylerin duygusal tepkilerin evlilik doyumları ile ilişkili olmadığı ortaya konmuştur. Ancak evli bireylere yönelik olarak, Bowen Kuşaklararası Aile Terapisi temelinde oluşturulan psikolojik danışma oturumlarının oluşturulduğu çalışmalar da yapılmış ve yapılan araştırma sonucunu destekler nitelikte sonuçların ortaya konduğu görülmüştür. Nitekim Varol (2015), evli çiftlerdeki duygusal bağlılık, evlilik uyumu, evlilikte problem çözme ve benliğin ayrılaşma düzeylerine olan etkisini incelemek üzere genogram temelli psikolojik danışma oturumları yapmış ve beş oturum sonunda kontrol grubunda anlamlı bir farklılık görülmezken genogram temelli psikolojik danışma sürecinin deney grubundaki çiftlerin evlilik uyumu, benliğin ayrılaşmasının alt boyutlarından olan ben pozisyonu alma ve başkalarına bağımlılık ve benliğin ayrılaşmasının toplam puanlarında pozitif yönde anlamlı bir farkın olduğu fakat evlilikte problem çözme, duygusal bağlılık ve benliğin ayrılaşmasının alt boyutlarından olan duygusal kopma ve duygusal tepkisellik düzeylerinde anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Bu çalışmanın ben pozisyonu alma ve duygusal tepkisellik alt boyutlarıyla ilgili sonuçlarına bakıldığı zaman, çalışmanın yapılan araştırmanın sonuçlarını destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Glade (2005) de Bowen Kuşaklararası Aile Terapisinin üç seanslık bir uygulama şeklinde

gerçekleştirdiği çalışmasında, üç seansın sonunda benliğin ayrılaşması ile evlilik doyumu arasında anlamlı yönde bir ilişkinin olduğunu ve seanslar sonucunda evlilik doyumunun arttığını saptamıştır. Yapılan bu çalışma da, kullanılan Bowen Aile Terapisi çerçevesinde oluşturulan seansların evlilik doyumu düzeyinin artması açısından etkili olduğunu göstermekte ve bu sonuçlar da Bowen'ın görüşlerini, literatürdeki çalışmaları ve yapılan bu araştırmanın sonuçlarını desteklediğini ortaya koymaktadır.

Literatürdeki çalışmalar ve Bowen'ın görüşleri incelendiği zaman, araştırmanın evlilik yaşam doyumu ve benliğin ayrılaşması toplam puanı ile ben pozisyonu alma alt boyutu arasındaki ilişkiyi desteklediği ancak evlilik yaşam doyumu ile duygusal tepkisellik alt boyutu arasındaki ilişkiyi destekleyen kadar sonucu desteklemeyen çalışmaların da olduğu görülmektedir.

5.3 Chabot Duygusal Ayrılaşma Ölçeğinin Güvenilirlik Çalışmasına İlişkin Tartışma ve Yorum

Türkçeye uyarlanan Chabot Duygusal Ayrılaşma Ölçeğinin güvenilirliğini test etmek amacıyla Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. David Chabot (1993)'un geliştirmiş olduğu ölçeğin orijinal halinin güvenilirliğini test etmek amacıyla yapılan pek çok çalışma, ölçeğin kabul edilebilir bir güvenilirliğe sahip olduğunu göstermektedir (Karasick, 2004; Reynolds & Chabot, 2004; Takagishi, 1999; Akt. Licht & Chabot, 2006). Takagishi (1999)'nin yaptığı çalışmada, ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı .80 çıkmıştır (Akt. Licht & Chabot, 2006). Karasick (2004)'in 121 Ortodoks Yahudi öğrencinin örnekleme oluşturduğu çalışmasında için Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .79 olarak saptanmıştır (Akt. Licht & Chabot, 2006). Reynolds ve Chabot (2004)'un yaptığı ve örneklemini İtalyan ulusal ve İtalyan Amerikalı üniversite öğrencilerinin oluşturduğu çalışmada Cronbach Alfa

katsayısı .81 çıkmıştır (Akt. Licht & Chabot, 2006). Türkçeye uyarlanan ölçeğin 14 maddelik olan son halinin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı ise 0.693 olarak saptanmıştır. Literatüre bakıldığı zaman, ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısının en az 0.60 olmasının kabul edilebilir olduğu görülmektedir (Özdamar, 1999'dan aktaran Yaşar, 2014). Buna göre ölçeğin kabul edilebilir güvenilirlikte olduğu söylenebilir. Ölçeğin Ben Pozisyonu Alma alt boyutu olarak adlandırılan birinci faktörün Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.734 ve Duygusal Tepkisellik alt boyutu olarak adlandırılan ikinci faktörün Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise 0.628 olarak bulunmuştur. Bu yönüyle Türkçeye uyarlanan Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarının güvenilirlik katsayılarının 0.60 üzerinde olması, ölçeğin kabul edilebilir güvenilirlikte olduğunu göstermektedir.

5.4 Evli Bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği Puanlarının Sosyo-demografik Değişkenlerine Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Türkçeye uyarlanan Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin (CDAÖ) evli bireylerin sosyo-demografik özelliklerine göre anlamlı bir farkın olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan analizlere ilişkin bulgular, alt problemlerin sırasına göre tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.4.1 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Yaşa Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlarında yaşa göre anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Işık ve Bulduk (2015) Türkçeye uyarladıkları Benliğin Ayrışması Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliğini test ettikleri, çalışma grubu üniversite öğrencileri ve evli bireylerden oluşan çalışmalarında benliğin ayrışması düzeyinde yaşa göre

anlamli bir farkin olmadigini saptamislardir. Ayrica Işik ve Bulduk (2014)'un Benliğin Ayrımlaşması Ölçeğinin üniversite öğrencileri için yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışması sonucunda da benliğin ayrımlaşması düzeyinin yaşa göre anlamli bir fark ortaya koymadığı tespit edilmiştir. Skowron ve Schmitt (2003) de Differentiation of Self Inventory (DSI) revize ettikleri çalışmada, benliğin ayrımlaşma düzeyinin yaşa göre anlamli bir fark yaratmadığını ortaya koymuşlardır. Bu çalışmalar, yapılan araştırmanın sonucunu destekler niteliktedir. Ancak Bowen (1985)'a göre, bireyler en az 25 yaşına kadar benliklerini ayrımlaştıramamaktadırlar. Bu durum da, benliğin ayrımlaşma düzeyinde pek çok etmen ile birlikte yaş faktörünün de önemli olduğunu göstermektedir. Yapılan araştırmaya 18 ile 25 yaş arasındaki evli bireylerin de katıldığı göz önünde bulundurulduğu zaman Bowen'a göre, duygusal ayrımlaşma düzeyinde yaşa göre anlamli bir farkın saptanması beklenmektedir fakat yapılan araştırmada duygusal ayrımlaşma düzeyinin yaşa göre anlamli bir farkının olmadığı saptanmış ve bu sonucun, yapılan diğer çalışmalarla da desteklendiği görülmüştür.

Evli bireylerin CDAÖ puanları arasında yaşa göre anlamli bir farkın çıkmamasının sebebi olarak, 21. yüzyılda kitle iletişim araçlarının da yaygınlaşması ile sadece aynı yaş grubundaki bireylerin aralarında paylaşımında bulunmadığı, zamanla özellikle sosyal medya kullanımının yaygınlaşması ile aralarında çok yaş farkı olan bireylerin de tanışıp aralarında paylaşımında bulunabilmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Farklı yaşlarda olan bireylerin bir araya gelerek ortak paylaşımlarda bulunabilecekleri sosyal ortamlarda ve eğitim-öğretim kurumlarında bir araya gelebilmesinin kolaylaşması da diğer bir sebep olarak görülmektedir. Ayrica zamanla farklı yaşlarda olan insanların bir araya gelerek paylaşımlarda bulunabilmesi sonucunda toplumda sadece erkeğin kadından büyük

olduğu evlilikler değil kadının da erkekten büyük olduğu evliliklerin gerçekleşmektedir. Yapılan bu araştırmanın ve ulaşılan diğer çalışmaların Bowen'ın görüşünü desteklememelerinin sebebinin de, zaman içerisindeki bu değişimlerden kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

5.4.2 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Cinsiyete Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Mert ve Topal (2018), Peleg ve Yitzhak (2011) ve Polat (2014) yaptıkları çalışmalarda, benliğin ayrışmasının başkalarına bağımlılık ve duygusal tepkisellik alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı bir farkın olduğunu ve buna göre, kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde başkalarına bağımlılık ve duygusal tepkisellik düzeylerine sahip olduklarını ancak ben pozisyonu alma ve duygusal kopma alt boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir farkın olmadığını saptamışlardır. Bu araştırmanın duygusal tepkisellik ve ben pozisyonu alma alt boyutlarına göre, kadınların olaylar karşısında verdikleri duygusal tepkilerin erkeklere göre daha fazla olduğu ve ben pozisyonu almanın ise cinsiyete göre bir fark yaratmadığı söylenebilir. Bu çalışmaların, ben pozisyonu alma alt boyutuna ilişkin sonuçları yapılan araştırmanın sonucunu desteklerken duygusal tepkisellik alt boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir farkın bulunması açısından benzerlik görülmemektedir.

Işık ve Bulduk (2014) da yaptıkları çalışmada, benliğin ayrışması toplam ve alt boyutları puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farkın olduğunu ve erkeklerin toplam benliğin ayrışması, duygusal tepkisellik, ben pozisyonu ve başkalarına bağımlılık alt boyutlarının kadınlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu saptamışlardır. Bu çalışmalar, yapılan araştırmanın sonuçlarını destekler nitelikte

değildir. Yani yapılan çalışmalar arasında birbirlerini destekleyen ve benzerlik gösteren çalışmalar gibi daha farklı sonuçlar çıkan araştırmalar da bulunmaktadır.

Ulaşılan çalışmalarda, genel olarak erkeklerin ben pozisyonu alma alt boyutu düzeyleri kadınlardan anlamlı düzeyde daha yüksek çıkarken kadınların ise duygusal tepkisellik alt boyutu düzeyleri erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek çıktığı fark edilmektedir. Bu çalışmaların sonuçlarının bu şekilde çıkmasının sebebinin, toplumsal cinsiyet rolleri olduğu düşünülmektedir. Ataerkil bir yapıya sahip olan ülkelerde, erkekler ile kadınlar arasında eşitsizlik bulunmakta ve toplumun kadın ile erkekten beklenen roller de birbirinden farklılık göstermektedir. Bu durumda, erkeğin kadına göre daha özgür bir şekilde davranabilmesi ve duygu ve düşüncelerini rahat bir şekilde dile getirmesi uygun görülürken kadının ise, çevresine karşı daha uyumlu olması beklenmektedir (Kahraman, Kahraman, Ozansoy, Akıllı, Kekillioğlu & Özcan, 2014). Bowen (1985)'a göre de, benliğin ayrılaşmasında ben pozisyonu alma düzeyinin yüksek olmasının ve duygusal tepkisellik düzeyinin düşürülmesiyle ilgili görüşleri göz önünde bulundurulduğunda açıklanan çalışmaların genelinde benliğin ayrılaşması toplam ve ben pozisyonu alma alt boyutu puanlarının erkeklerde kadınlara göre anlamlı bir şekilde yüksek çıkmasını ve kadınlarda duygusal tepkisellik düzeyinin erkeklere göre daha yüksek çıkmasını açıkladığı düşünülmektedir.

Bu çalışmalar, yapılan araştırmada çıkan evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrılaşma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farkın olmadığı sonucunu desteklememektedir. Chabot Duygusal Ayrılaşma Ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışmasının yapıldığı bu araştırmada, ulaşılan diğer çalışmaların sonuçlarının aksine ve KKTC toplumunun zaman içerisindeki değişimi göz önüne alındığında, evli bireylerin CDAÖ puanları arasında

cinsiyete göre anlamlı bir farkın çıkmama sebebinin KKTC’de kadın ile erkek arasında sosyoekonomik, kültürel, değerler ve inançlar açısından eşit şartlarda yetiştirilmelerinden kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Ayrıca KKTC’nin yakın tarihinde savaşlar geçirmiş olması ve bu savaşlarda hem kadınların hem de erkeklerin aktif rol oynamış olmasından dolayı da CDAÖ puanları arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark çıkmamış olabileceği düşünülmektedir. Nitekim Kıbrıs Türk mücadelesiyle ilgili eserler de savaşlarda erkekler gibi kadınların da aktif rol aldıklarını ortaya koymaktadır (Onuş, 2018). Bu doğrultuda, diğer çalışmaların yapıldığı yerlerin aksine KKTC’de ataerkil bir toplum yapısının diğer yerler kadar baskın olmadığı ve çalışmaların yapıldığı diğer yerlere göre KKTC toplumunun kadın ile erkeği daha eşit kabul ettikleri düşünülmektedir.

5.4.3 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Biçimlerine Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlarında evlenme biçimlerine göre anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Polat (2014) yaptığı çalışmada, evli bireylerin benliğin ayrışması toplam puanları ile duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık alt boyutları puanlarında evlenme biçimlerine göre anlamlı bir fark saptarken ben pozisyonu alma ve duygusal kopma alt boyutları puanlarında evlenme biçimlerine göre anlamlı bir fark saptamamıştır. Buna göre, görücü usulü/tanıştırılarak evlenen bireylerin duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık alt boyutları puanlarının, severek/flört ederek evlenen bireylerin duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık alt boyutları puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, benliğin ayrışmasının toplam puanına göre ise, severek/flört ederek evlenen bireylerin ayrışma düzeylerinin

görücü usulü/tanıştırılarak evlenen bireylerin ayrılaşma düzeylerinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Açıklanan bu çalışmada, benliğin ayrılaşması toplam puanı ve duygusal tepkisellik ile ben pozisyonu alma alt boyutları evlenme biçimlerine göre incelendiğinde, ben pozisyonu alma alt boyutu puanında evlenme biçimlerine göre anlamlı bir farkın olmadığı ancak benliğin ayrılaşma toplam puanı ve duygusal tepkisellik alt boyutu puanının görücü usulü/tanıştırılarak evlenen bireylerde flört ederek evlenenlere göre daha düşük olduğu görülmektedir. Açıklanan bu çalışma, yapılan araştırmanın ilgili sonucunu destekler nitelikte değildir.

Polat (2014)'ın Türkiye'de yaptığı çalışmasında, ayrılaşma düzeyinin görücü usulü evlenen bireylerde flört ederek evlenen bireylere göre daha düşük çıkmasının sebebinin, görücü usulü evliliklerin daha çok geleneksel yapıdaki bölgelerde olması, bu bölgelerde birden çok kuşağın birlikte yaşamaları yani geniş aile yapısının ve aile bağlarının çok güçlü olması bireylerin ailelerinden gördükleri davranışları, kuşaklararasıda tekrar eden yaşantı örüntülerini devam ettirmeleri benliklerini ayrılaştıramamalarına ya da ayrılaşma düzeylerinin düşük olmasına sebep olduğu düşünülmektedir. Flört ederek evlenmenin ise daha çok şehirlerde görülmesi, şehirlerde kırsal kesimlere göre daha çok çekirdek aile yapısının olması ve bireylerin eğitimleri için başka şehre giderek evlenmeden de ailelerinden ayrı yaşamalarının ayrılaşma düzeylerinin yüksek olmasını sağladığına inanılmaktadır. Gümüştam (2018) ise Kıbrıs Türk toplumunda kadına yönelik bakışımı incelediği çalışmasında, coğrafi konum, farklı kültürlerle bir arada yaşamak gibi kültürün devamlılığı içerisinde toplumu oluşturan birçok öğenin sisteme yeni değerler kattığını fakat eski değerleri de tamamen değiştirmeden koruduğunu öne sürmektedir. Buna göre, KKTC toplumunda birden çok kuşağın birlikte yaşadığı

geniş aile yapısına pek rastlanılmaması, çekirdek aile yapısının hakim olması ancak halen çocuğun evlenene kadar aileyle yaşaması gibi durumların devam etmesi, toplumda çok geleneksel veya çok modern olarak çok keskin ayrımın olmaması, genel olarak bölgelerdeki aile yapılarının birbirine benzemesinden dolayı yapılan araştırmada, evli bireylerin CDAÖ puanları arasında evlenme biçimlerine göre anlamlı bir fark çıkmadığına inanılmaktadır.

5.4.4 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlenme Yaşlarına Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlarında evlenme yaşlarına göre anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Literatürde, duygusal ayrışma düzeylerinin evlenme yaşlarına göre incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Araştırmanın sonuçlarında, evli bireylerin CDAÖ puanları arasında evlenme yaşına göre anlamlı bir fark çıkmamasının sebebinin, bireylerin evlendikleri zaman ayrışma düzeyleri düşük olsa bile zaman içerisinde ayrışma düzeylerinde değişiklik olabileceğinden ve bu değişikliğin olumlu yönde olduğu gibi olumsuz yönde de olabileceğinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

5.4.5 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sayısına Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlarında evlilik sayısına göre anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Literatürde, duygusal ayrışma düzeylerinin evlilik sayısına göre incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak evli bireylerin Chabot

Duygusal Ayrımlaşma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanları evlilik sayısına göre incelendiği zaman, CDAÖ Toplam puanı ile Ben Pozisyonu Alma ve Duygusal Tepkisellik alt boyutlarına ait puanlarının ikinci evlilik ve üstü evlilik yapmış olan evli bireylerde ilk evlilikleri olan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bireylerin ilk evliliklerinde yaptıkları hatalardan edindikleri tecrübeler doğrultusunda yaşamlarında nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadıkları konusunda farkındalık kazandıkları, bu farkındalıkla yaşadıkları karşısında da kendi duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ayırarak duygu ve düşüncelerinin farkına varmaları ve netleştirmeleri, bu doğrultuda ne istedikleri konusunda kendilerini daha iyi tanıdıkları, duygu ve düşüncelerini sağlıklı bir iletişimle ifade ettikleri ve zaman içerisinde daha da olgunlaştıklarına inanılmasından dolayı CDAÖ puanları arasında evlilik sayısına göre anlamlı bir fark olması beklenmekteydi. Sheikh, Koolae ve Zadeh (2013) çalışma grubu aile içi şiddet yaşayan boşanmış ve boşanmamış kadınların oluşturduğu çalışmalarında, boşanmayıp aile içerisindeki şiddetten dolayı yaşanan kaygının bireylerin benliklerinin ayrımlaşma düzeylerinde olumsuz bir etkisi olduğunu ortaya koymuşlardır. Ancak aile içi şiddet görüp boşanan kişilerin hızlıca duygusal denge kurdukları ve benlik saygılarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yani aile içinde şiddet gören ve boşanan kişilerin, boşanmayan kişilere göre daha düşük düzeyde kaygı yaşadıkları, benliklerinin ayrımlaşma düzeylerinin ve benlik saygılarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Fakat açıklanan bu çalışma, yapılan bu araştırmada, evli bireylerin CDAÖ puanları arasında evlilik sayılarına göre fark olmadığı sonucunu desteklememektedir. Eray (2011) KKTC’de boşanmış bireylerle yaptığı araştırmanın sonuçlarına göre, boşanmış bireylerin yüksek eğitim düzeyine ve belirli bir maddi gelire sahip oldukları ortaya koymuştur. Bu sonuç da eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin boşanmaya karşı daha anlayışlı bir tutumlarının

olduğunu göstermektedir. Ayrıca aynı çalışmanın sonuçlarında, ekonomik bağımsızlığın kazanılmış olmasının ve bunu takiben boşanmadan sonra yaşamını sürdürebilmek için gerekli olan gelirin varlığının boşanma kararının verilmesinde etkili olduğu ve ekonomik bağımsızlığı olan kadınların daha kolay boşanma kararı verdikleri ortaya konmuştur. Buna göre, ekonomik özgürlüğün kazanılması ve eğitim düzeyinin artmasıyla özellikle kadınların daha kolay boşanma kararı verdikleri görülmekle birlikte bu doğrultuda da ikinci evliliklerin daha kolay bir kararla alınabildiği ve ilk evlilikteki tecrübelerin duygusal ayrılaşmada etkili olmadığı düşünülmekte ve bu sebeple de duygusal ayrılaşma düzeylerinin ilk evlilik ve ikinci evliliğe anlamlı bir fark göstermediği sanılmaktadır.

5.4.6 Evli Bireylerin Duygusal Ayrılaşma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Evlilik Sürelerine Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrılaşma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlarında evlilik sürelerine göre anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Bowen'a göre, bireylerin duygusal ayrılaşma düzeylerinin yüksek olabilmesi için duygu ve düşüncelerini birbirlerinden ayırabilmeleri gerekmektedir. Literatürde konuyla ilgili çalışmalara rastlanmamıştır. Fakat evli bireylerin CDAÖ puanları arasında evlilik sürelerine göre anlamlı bir fark saptanmamasının sebebinin, evlilikteki yaşantıların, tecrübelerin, evlilikten alınan doyumun ve evlilik uyumunun evlilikten evliliğe değişmesi, evlilikte yaşanan bu tecrübeler sonucunda evli bireylerin farkındalık kazanıp kazanmadıkları konusunda bireylerin birbirlerinden farklılaşabilmesinden kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Yani evli bireylerin evlilik süreleri ne kadar olursa olsun evlilik yaşantıları, eşlerin uyumu, evlilik doymu gibi evlilikten evliliğe değişebilen durumlardan dolayı duygusal ayrılaşmanın evlilik

sürelerine göre anlamlı bir fark göstermediğine inanılmaktadır. Nitekim evlilik uyumu (Lohan & Gupta, 2016; Rodriguez-Gonzalez, Skowron, Gregorio ve San Roque, 2015) ve evlilik doyumu (Kwon, 2000; Peleg, 2008) ile ayrılaşma düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır.

5.4.7 Evli Bireylerin Duygusal Ayrılaşma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrılaşma Ölçeğinin toplam puanları arasında eğitim durumuna göre anlamlı bir fark olduğu saptanırken Ben Pozisyonu Alma ve Duygusal Tepkisellik alt boyutlarına ilişkin puanlarında ise eğitim durumuna göre anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Ortaya çıkan sonuçlarda, duygusal ayrılaşma toplam puanlarının yüksek lisans eğitim düzeyi ($\bar{X} = 51.95$) ile ilkökul eğitimi düzeyi ($\bar{X} = 47.41$) arasında anlamlı farkın olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, yüksek lisans eğitim düzeyine sahip olan evli bireylerin duygusal ayrılaşma toplam puanları ilkökul eğitim düzeyine sahip olan evli bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Biadisy-Askar ve Peleg (2013) benliğin ayrılaşması ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, Arap kadınlarının ben pozisyonu alma düzeyi ile eğitim durumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Ancak açıklanan bu çalışmanın yanında, duygusal ayrılaşma düzeyinde eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark çıkmasını etkileyen ve birbirine bağlı sebeplerin olduğu düşünülmektedir. Bowen (1985)'a göre, duygusal ayrılaşma için, bireyin duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırt edebilmesi gerekmektedir. Bu araştırmada da, duygusal ayrılaşma toplam puanlarının yüksek lisans eğitim düzeyi ile ilkökul eğitimi düzeyi arasında anlamlı farkın olduğu ve

yüksek lisans eğitim düzeyine sahip olan evli bireylerin duygusal ayrımlaşma toplam puanlarının ilkökul eğitim düzeyine sahip olan evli bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmasının sebebinin, eğitim düzeyi arttıkça bireylerin öğrendiklerini kendi hayatlarında uyguluyor olabilecekleri ve bu doğrultuda farkındalıklarının artarak duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırabildikleri düşünülmektedir. Ayrıca üniversite eğitimi için başka şehirlere gidilmesi ve bu doğrultuda kendi ailelerinden ayrı yaşamaya başlayan bireylerin, işlerini aileleri olmadan kendileri yapmaları, karşılaştıkları güçlüklerle kendileri başa çıkmaları ve problemlerini kendilerinin çözmeye çalışmalarının onları olgunlaştırdığına inanılmakta ve bu sebeplerle de ilkökul eğitimi düzeyine sahip evli bireylere göre yüksek lisans eğitimi düzeyine sahip evli bireylerin duygusal ayrımlaşma toplam puanlarının anlamlı düzeyde yüksek çıktığı düşünülmektedir. Nitekim Bowen (1985) da birkaç kuşağın bir arada yaşadığı ve aralarındaki bağların çok sıkı olduğu bir ailede büyümüş fakat doğduğu kasabadan ayrılarak ailesinden uzaklaşmış ve evden ayrılmanın benliğin ayrımlaşması konusunda önemli olduğunu öne sürmüştür. Bowen'ın bu görüşünün de, yapılan bu araştırmanın sonuçlarını destekler nitelikte olduğu düşünülmektedir.

Çalışma grubunda, eğitim durumu olarak doktora düzeyine sahip evli bireyler de bulunmaktaydı ev eğitim durumu kategorisinde en yüksek eğitim düzeyi doktora olmasına rağmen doktora eğitimi yerine CDAÖ toplam puanları arasında yüksek lisans eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark saptanmıştır. Sonucun bu şekilde çıkmasının sebebi olarak da, kendilerini daha da geliştirmek isteyen bireylerin yüksek lisans eğitimi almalarının da etkisiyle farkındalıklarının artması ve duygusal ayrımlaşma düzeylerinin yüksek olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda, yüksek lisans eğitimi sonrasında evli bireyler aldıkları doktora eğitimlerine göre CDAÖ puanlarının anlamlı bir fark göstermediğine inanılmaktadır.

Araştırmanın bu sonuçlarının boşanmayla da ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Buna göre, Eray (2011)'ın KKTC'de boşanmış bireylerle yaptığı araştırmanın sonuçlarına göre, boşanmış bireylerin yüksek eğitim düzeyine sahip oldukları ortaya konuştur. Bu sonuca göre, eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin boşanmaya karşı daha anlayışlı bir tutumlarının olduğu görülmektedir. Bu çalışma doğrultusunda, yapılan araştırma sonucunda da, duygusal ayrışma toplam puanları arasında eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark olduğunun saptanması ve yüksek lisans eğitimi düzeyine sahip evli bireylerin ilköğretim düzeyine sahip olan evli bireylere göre duygusal ayrışma toplam puanlarının anlamlı düzeyde yüksek çıkmasından dolayı boşanma konusunda duygusal ayrışma düzeyi yüksek olan evli bireylerin daha kolay bir şekilde boşanma kararı alabilecekleri düşünülmektedir.

5.4.8 Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Toplam ve Alt Boyutlarına İlişkin Puanlarının Mesleklerine Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanlarında mesleklerine göre anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Duygusal ayrışma puanlarında mesleklere göre anlamlı bir fark çıkmamıştır fakat evli bireylerin Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin toplam ve alt boyutlarına ilişkin puanları mesleklerine göre incelendiği zaman, CDAÖ Toplam puanı ve Duygusal Tepkisellik alt boyutu puanının en yüksek olduğu grubun akademisyen olan evli bireyler olduğu ve Ben Pozisyonu Alma alt boyutu puanının en yüksek olduğu grubun ise emekli olan evli bireyler olduğu görülmüştür. CDAÖ Toplam puanı ve Ben Pozisyonu Alma ile Duygusal Tepkisellik alt boyutları puanlarının en düşük olduğu grubun ise işsiz olan evli bireyler olduğu tespit

edilmiştir. Duygusal ayrımlaşma toplam puanının en yüksek olduğu grubun akademisyen olan evli bireylerin olmasının sebebinin sahip olunan eğitim düzeyleriyle ilgili olduğuna inanılmaktadır. Ancak bu araştırmada, CDAÖ toplam puanları arasında eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark olduğu ve yüksek lisans eğitim durumu sahip olan evli bireylerin ilkökul eğitimi düzeyine sahip olan evli bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmasına rağmen CDAÖ puanlarının mesleklere göre anlamlı bir fark göstermemesinin sebebi olarak, günümüzde iş bulma sıkıntısının yaşanması ve bu doğrultuda herkesin aldığı eğitime göre iş bulamayabildiğinden dolayı bireylerin aldıkları eğitim durumuna göre bir mesleklerinin olmayabildiğini, kendi mesleklerini yapmıyor olabildikleri veya yüksek bir eğitim düzeyine sahip bireyin eğitimi sırasında kendisini sürekli geliştirdiği fakat eğitim hayatı bittikten sonra kendi mesleğini yaparken eğitim hayatındaki gibi kendini geliştirmeye devam etmiyor olabileceğinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bölüm 6

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin Türkçeye uyarlanmasıyla ilgili ve araştırmanın amacı doğrultusunda oluşturulan alt problemlere ilişkin elde edilen sonuçlarına ilişkin değerlendirmeler ve araştırmacılara, uygulayıcılara ve ilgili kurumlara yönelik olarak, bireylerin duygusal ayrışma düzeylerini olumlu yönde etkileyeceği düşünülen öneriler yer almaktadır.

6.1 Sonuçlar

Bireylerin duygusal ayrışma düzeylerini ölçmeye yönelik olarak Chabot (1993) tarafından geliştirilmiş olan “Chabot Emotional Differentiation (CED)” ölçeğini Türkçeye uyarlayıp KKTC’deki evli bireyler üzerindeki güvenilirliğini ve geçerliğini test etmek, bu araştırmanın ilk amacını oluşturmaktadır. Araştırmanın ikinci amacı, Türkçeye uyarlanan ölçekten alınan puanlar ile sürekli kaygı ve evlilik yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi araştırmanın üçüncü amacı ise, evli bireylerin bazı sosyo-demografik değişkenlerine göre duygusal ayrışma düzeylerinin karşılaştırılması olarak belirlenmiştir.

- Ölçeğin orijinalinin alt boyutları yoktur fakat Türkçeye uyarlanan ölçeğin yapı geçerliği çalışması kapsamında yapılan faktör analizinde, ölçeğin iki faktörlü yapısı elde edilmiştir. Birinci faktör Ben Pozisyonu Alma, ikinci faktör ise Duygusal Tepkisellik olarak adlandırılmıştır. Yapılan güvenilirlik çalışması sonucunda ise, Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeğinin (CDAÖ)

Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.693 olarak saptanmıştır. CDÖA'nın Ben Pozisyonu Alma alt boyutu olarak adlandırılan birinci faktörün Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.734 ve Duygusal Tepkisellik alt boyutu olarak adlandırılan ikinci faktörün Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı ise 0.628 olarak tespit edilmiştir. Araştırmanın ilk amacına yönelik olarak yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda, ölçeğin kullanılabilir olduğu görülmüştür.

- CDAÖ'nün alt boyutları olan Ben Pozisyonu Alma ile Duygusal Tepkisellik alt boyutları arasındaki ilişki incelenmiş ve alt boyutlar arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.
- CDAÖ'nün ölçüt bağıntı geçerliğini test etmek amacıyla CDAÖ ile Sürekli Kaygı Envanteri ve Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği arasındaki ilişki incelenmiştir. Evli bireylerin CDAÖ ile Sürekli Kaygı Envanteri puanları arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ben Pozisyonu Alma ve Duygusal Tepkisellik alt boyutları ile Sürekli Kaygı Envanteri puanları arasında da orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Evli bireylerin CDAÖ ile Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği ile Ben Pozisyonu Alma alt boyutu puanı arasında da düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanırken Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği puanı ile Duygusal Tepkisellik alt boyut puanı arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır.
- Evli bireylerin CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ait puanları yaşa göre anlamlı bir fark göstermemektedir.

- Evli bireylerin CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ait puanları cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermemektedir.
- Evli bireylerin CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ait puanları evlenme biçimlerine göre anlamlı bir fark göstermemektedir.
- Evli bireylerin CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ait puanları evlenme yaşlarına göre anlamlı bir fark göstermemektedir.
- Evli bireylerin CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ait puanları evlilik sayısına göre anlamlı bir fark göstermemektedir.
- Evli bireylerin CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ait puanları evlilik sürelerine göre anlamlı bir fark göstermemektedir.
- Evli bireylerin CDAÖ toplam puanları arasında eğitim durumlarına göre anlamlı bir fark olduğu saptanırken Ben Pozisyonu Alma ve Duygusal Tepkisellik alt boyutlarına ilişkin puanlarda ise eğitim durumlarına göre anlamlı bir fark saptanmamıştır. Ortaya çıkan sonuçlarda, CDAÖ toplam puanlarının yüksek lisans eğitim düzeyi ile ilkökul eğitimi düzeyi arasında anlamlı farkın olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, yüksek lisans eğitim düzeyine sahip olan evli bireylerin duygusal ayrımlaşma toplam puanları ilkökul eğitim düzeyine sahip olan evli bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu ortaya konmuştur.
- Evli bireylerin CDAÖ toplam ve alt boyutlarına ait puanları mesleklerine göre anlamlı bir fark göstermemektedir.

6.2 Öneriler

Bu araştırmanın sonuçları doğrultusunda araştırmacılara, uygulayıcılara ve ilgili kurumlara yönelik olarak öneriler sunulmuştur.

6.2.1 Araştırmacılara Öneriler

- Yapılacak çalışmalarda, eşlerin çift olarak katılımları sağlanmalı ve evli çiftlerin duygusal ayrımlaşma düzeylerinin birbirleriyle benzer olup olmadığı incelenerek çıkan sonuçlara göre evlilik ve aile danışmanlığında neler yapılabileceğiyle ilgili planlama yapılabilir.
- Bu çalışmada, boşanmaların giderek artmasının sebepleri arasında bireylerin ayrımlaşma düzeylerinin de etkisi olduğu ve bu doğrultuda evli bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeylerinin bazı sosyo-demografik özelliklerine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği araştırılmış ve sadece eğitim düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür. Buna göre yapılacak çalışmalarda, çalışma grubunu evli bireyler ve boşanmış bireylerin oluşturduğu nedensel karşılaştırma araştırması yapılabilir.
- Yapılacak çalışmalarda, evli bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeylerinde anlamlı bir farkın olup olmadığı konusunda daha kesin sonuçlar elde edilmesi için sosyo-demografik değişkenlere yönelik olarak KKTC’de daha fazla çalışma yapılabilir.
- Duygusal ayrımlaşma düzeylerinde öğrencilerin kişilik özelliklerine göre anlamlı bir fark olup olmadığının incelenmesi uygulamaya dönük yararlı önerilerin oluşturulmasına yardımcı olacağına inanılmaktadır.
- Bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeylerinin geniş bir zaman içerisindeki değişimlerinin incelenmesine ve bu incelemenin boylamsal çalışmalarla yapılması gerektiğine inanılmaktadır. Ayrıca bu çalışmanın karma araştırma yöntemi kullanılarak yapılması önerilmektedir. Çünkü bu yöntemle hem sosyo-demografik değişkenlerin ve kaygı düzeyinin bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeyine etkisinin incelenmesi hem de sosyo-demografik

değişkenler ve kaygı düzeyleri dışında bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeylerini etkileyen etmenleri tespit etmek amaçlanmaktadır. Ayrıca kaygı gibi, yaşam doyumu ve öznel iyi oluşun da duygusal ayrımlaşmayı yordayıp yordamadığı incelenebilir.

- Yapılacak çalışmalarda, boşanmış bireylerin ebeveynlerinin de boşanmış bireyler olup olmadığı üzerinde durulabilir. Ayrıca katılımcılar gibi katılımcıların ebeveynlerine de CDAÖ uygulanarak katılımcıların ebeveynleriyle duygusal ayrımlaşma düzeyleri arasında benzer olup olmadığı tespit edilebilir. Bu sonuçların, aile danışmanlığında kullanılabilir olacağına inanılmaktadır.
- Yapılan araştırmada CDAÖ puanları arasında eğitim düzeylerine göre anlamlı bir fark çıkması ve yapılan çalışmalarda boşanan bireylerin eğitim düzeylerinin de yüksek olması dolayısıyla yapılacak çalışmalarda boşanmış ve boşanmamış bireylerin CDAÖ puanlarının özellikle eğitim düzeylerine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelenerek karşılaştırma yapılabilir.
- Bireylerin duygusal ayrımlaşma düzeyleriyle ilgili olarak deneysel çalışmalar yapılabilir.
- Yapılan araştırmada CDAÖ puanları arasında eğitim düzeylerine göre anlamlı bir fark çıkması fakat mesleklere göre anlamlı bir farkın tespit edilmemesinden dolayı kimi bireyin aldıkları eğitim doğrultusunda bir iş bulamamış olabileceklerinden kaynaklı olduğu düşünülmüştür. Bu doğrultuda, yapılacak çalışmalarda bireylerin aldıkları eğitime göre bir meslek sahibi olup olmadıkları incelenebilir.

6.2.2 Uygulayıcılara Öneriler

- Türkçeye uyarlanan Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği, evlilik ve aile danışmanlığında, bireylerin duygusal ayrışma düzeylerini ölçmek amacıyla kullanılabilir. Eşler ya da tüm aile bireyleri arasında duygusal ayrışma düzeylerinin karşılaştırılması ve bu şekilde psikolojik danışmanın da, eşler arasındaki ya da aile üyeleri arasındaki sorunun ne olduğunu tespit etmesi, bu yönde evlilik ve aile danışmanlığı oturumlarının planlanmasını kolaylaştıracağına inanılmaktadır. Ayrıca özellikle kaygı düzeyi yüksek olan danışmanlarla, bireyle psikolojik danışmada da kullanılacağı düşünülmektedir.

6.2.3 İlgili Kurumlara Öneriler

- Bireylerin duygusal ayrışma düzeylerinin yüksek olması amacıyla çocuklara küçük yaştan itibaren okullarda etkinlikler şeklinde sağlanmaya çalışılabilir. Okullarda, bireylerin olaylar karşısında duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırabilmesine, karar verme becerilerini, stresle başa çıkma, problem çözme ve çatışma çözme gibi becerileri kazanmalarına, ve sorumluluk duygusu kazanmalarını sağlayan, duygu ve düşüncelerini ifade edebilen, hayır diyebilmelerini sağlamaya yönelik etkinlikler uygulanabilir. Ancak bu etkinliklerin, her ders içerisinde uygulanabilecek şekilde oluşturulmasının daha büyük katkı sağlayacağına inanılmaktadır.
- Günümüzde teknolojinin gelişmesi ile birlikte sosyal medya kullanımının yaygınlaşması, zaman içerisinde sadece yetişkinlerin değil küçük yaşta bireylerin de sosyal medya kullanmaya başlamalarından dolayı çocukların sosyal medyada pek çok uyarana maruz kaldıklarına inanılmakta ve bu durumun da çocukların duygusal gelişimlerini dolayısıyla duygusal

ayrışma düzeylerini olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Bu sebeple, çocukların sosyal medyayı daha bilinçli bir şekilde kullanmaları amacıyla okullarda sosyal medya kullanımıyla ilgili derslerin konulması önerilmektedir.

- Psikolojik danışma merkezleri tarafından ebeveynlere de, problem çözme, karar verme, iletişim ve stresle başa çıkma gibi becerilere yönelik olarak konferanslar verilerek ebeveynlerin çocuklarına karşı daha bilinçli şekilde davranmaları ve yaptıkları davranışların çocuklarını nasıl etkileyeceği konusunda bilinçlendirilmeleri sağlanabilir.
- Ebeveynlerin çocukların gelişimlerine göre nasıl davranılması gerektiği ve nelere dikkat edilebileceği konusunda televizyonda eğitici programlar yapılabilir. Ebeveynleri çocuklarına olan tutumları, çocukların yetişkinliklerindeki ben pozisyonu alma ve duygusal tepkiselliklerini etkileyeceğine inanılmaktadır.

KAYNAKLAR

- Acar, T. & Voltan Acar, N. (2013). ‘‘Babam ve Oğlum’’ filmi’nin çok kuşaklı/kuşaklararası aile terapisi’nin temel kavramları açısından değerlendirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13(1), 37-53.
- Ackerman, N. W. (1962). Family psychotherapy and psychoanalysis: The implications of difference. *Family Process*, 1(1), 30-43.
- Aktaş, . (2011). *Boşanma nedenleri ve boşanma sonrasında karşılaşılan güçlükler* (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Aktepe, E., alışkan, S. & Sönmez, Y. (2014). Kendine zarar veren ergenlerin aile işlevlerinin ve benlik saygılarının saptanması: Olgu-kontrol alışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(1), 69-76.
- Alacahan, O. (2010). Aile birliğini oluşturan faktörler ve işlevleri. *C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 11(1), 289-298.
- Alaedein, J. M. (2008). Is Bowen Theory Universal? Differentiation of self among jordanian male and female college students and between them and a sample of american students through Bowen's propositions. *Dirasat, Educational Sciences*, 35(2), 479-506.

- Alkan, İ. (2018). *KKTC'deki boşanma sebepleri ve boşanmanın eşler üzerindeki psikolojik etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa.
- Altıntop, İ. & Kesgin, B. (2018). İnfertilite tedavisi gören çiftlerin kaygı, psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile başa çıkma stratejileri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(55), 755-768.
- Anderson, S. A., & Sabatelli, R. M. (1992). The differentiation in the family systems scale (DIFS). *American Journal of Family Therapy*, 20, 32-50.
- Atilla-Demir, S. & Genç-Çelebi, Ş. (2017). Tek ebeveynli ailelerin sorunları: Nitel bir araştırma. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(13), 111-128.
- Aydın, Ç. (2016, 14 Mayıs). Boşanma ve evlilik oranı neredeyse eşitlendi. *Gündem Kıbrıs*. www.gundemkibris.com/mansetler/bosanma-ve-evlilik-orani-neredeyse-esitlendi-h175015.html. Erişim tarihi: 28.02.2018
- Aydın, Ç. (2017, 16 Eylül). Bir yılda 204 evlilik, 814 boşanma. *Gündem Kıbrıs*. <https://www.gundemkibris.com/kibris/bir-yilda-204-evlilik-814-bosanma-h223479.html>. Erişim tarihi: 28.02.2018
- Aydın, O. & Baran, G. (2010). Toplumsal değişme sürecinde evlenme ve boşanma. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 21(2), 117-126.

- Aydiner-Boylu, A. & Öztop, H. (2013). Tek ebeveynli aileler: sorunlar ve çözüm önerileri. *Sosyoekonomi Dergisi*, 19(19), 207-220.
- Aytaç, M. & Öngen, B. (2012). Doğrulayıcı faktör analizi ile yeni çevresel paradikma ölçeğinin yapı geçerliliğinin incelenmesi. *İstatistikçiler Dergisi*, 5,14-22.
- Bakırcıoğlu, R. (2006). *Ansiklopedik psikoloji sözlüğü*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Baltaş, A. & Baltas, Z. (2006). *Stres ve başa çıkma yolları* (23. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bayer, A. (2013). Değişen toplumsal yapıda aile. *Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 4(8), 101-129.
- Bayrami, M., Heshmati, R. & Karami, R. (2011). Anxiety: Trait/state, sensation seeking and marital satisfaction in married women. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 765-770.
- Biadisy-Ashkar, A. & Peleg, O. (2013). The relationship between differentiation of self and satisfaction with life amongst israeli women: A cross cultural perspective. *Health*, 5(9), 1467-1477.
- Bilici, A. B. (2014). Boşanma sürecinin çocuklar üzerindeki psiko-sosyal etkileri. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(2), 79-110.

- Bowen, M. (1985). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü* (3. Baskı). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Buluş, M. & Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40), 136-152.
- Burç, P. E. (2018). Evlilik ve aile olguları üzerinden gündelik hayata sosyo-kültürel bir bakış. *Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(13), 135-141.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). *Sosyal bilimler için veri analizi, el kitabı* (5. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Büyüköztürk Ş., Kılıç E., Erkan Ö., Karadeniz Ş. & Demirel F. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (19. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Can, Y. & Aksu, N. B. (2016). Boşanma sürecinde ve sonrasında kadın. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(58), 888-902.
- Canatan, K. & Yıldırım, E. (2011). *Aile sosyolojisi* (2. Baskı). İstanbul: Açılımkitap.
- Canel, A. N. (2011). *Evlilik ve aile hayatı*. Ankara: T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.

- Carr, A. (2000). *Family therapy: Concepts, process and practice*. New York and Chichester: Wiley.
- Cerrah, L. (2016). Sosyal medya ve bazı kurumsal etkileşimler ve sosyal medyaya eleştirel yaklaşım. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(4), 1393-1414.
- Cohen, A. S. & Bolt, D. M. (2005). A mixture model analysis of differential item functioning. *Journal of Educational Measurement*, 42(2), 133-148.
- Comrey, A. L. & Lee, H. B. (1992). *A first course in factor analysis* (2nd ed.), Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Cüceloğlu, D. (2000). *Anlamlı ve coşkulu bir yaşam için savaşı* (10. Basım), İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağ, P. & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23.
- Çağ, P. & Yıldırım, İ. (2018). Evlilik doyumunda öznel iyi olma: yaşam doyumu ve iyimserliğin rolü. *Turkish Studies*, 13(4), 203-224.
- Çakır, B. (2011). *Modernleşme sürecinde türkiye''de evlilik kurumunun işleyişi ve boşanma eğilimlerinin seyri* (Doktora tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

- Çelik, E. (2014). Evlilik yaşam doyumu ölçeğinin türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliği. *Cumhuriyet International Journal of Education-CIJE*, 3(4), 1-9.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması* (Doktora tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Dattilio, F. M. (2012), *Bilişsel davranışçı çift ve aile terapisi* (M. Benveniste, S. Kızıldaş & P. Turanlı, Çev.). Tahir Özakkaş (Ed.), İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Demir, D. (2016). *Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Denli, Ö. S. (2016). *Evli çiftlerde eşler arasında algılanan kişilik benzerliğinin evlilik uyumu ve evlilik doyumuyla ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi, Ankara.
- Doğan, İ. (2012). *Sosyoloji kavramlar ve sorunlar*. Ankara: Pegem Akademi Yayınevi.
- Drake, J. R., Murdock, N. L., Marszalek, J. M. & Barber, C. E. (2015). Differentiation of self inventory—short form: Development and preliminary validation, contemporary family therapy. *Contemp Fam Ther*, 37(2), 101-112.

- Durmuşoğlu-Irmak, B. (2017). *Yüksek kaygı ve depresyon düzeyinin evlilik yaşamı ile ilişkisinin değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Düzgün, G. (2009). *Evli kişilerde depresyon, ilişkiye ilişkin inanç, kendini ayarlama düzeyinin evlilik uyumu ile ilişkisi* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. & Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erden, A. D. (2016). *Kendini izleme tarzı, yakın ilişkilerde yaşanan kaygı ve algılanan eş davranışlarının evlilik doyumu üzerine etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi) Ege Üniversitesi, İzmir.
- Erdoğan-Taycan, S. & Çepik-Kuruoğlu, A. (2013). Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24, 1-10.
- Erişti, A. (2010). *Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Eyce, B. (2004). Tarihten günümüze türk aile yapısı. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (4), 223-243.

- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisansüstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-23.
- Gehart, D. (2014). *Matering competencies in family therapy a practical approach to theories and clinical case documentation*. Belmont: Brooks/Cole Cengage Learning.
- Gladding, S.T. (2012). *Aile terapisini tarihi, kuram ve uygulamaları* (İ.Keklik ve İ. Yıldırım, Çev.). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği.
- Glade, A. C. (2005), *Differentiation, Marital Satisfaction and Depressive Symptoms: An Application of Bowen Theory*, Doktoral dissertation, The Ohio State University, Ohio.
- Goldenberg, H. & Goldenberg, I. (2008). *Family therapy an overview*. Belmont: Thomson Hieger Education.
- Görgün-Baran, A. (2004). Türkiye’de aile içi iletişim ve ilişkiler üzerine bir model denemesi. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü*, 1, 31-41.
- Greenberg, L. S. (2004). Emotion–focused therapy. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 3–16.
- Greenberg, L. S. (2008). Emotion and cognition in psychotherapy: The transforming power of affect. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 49(1), 49-59.

Greenberg, L.S. (2012). *Duygu odaklı terapi* (S. Kızıлтаş, Çev.). Tahir Özakkaş (Ed.), İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Güleç, V. (2018). Aile ilişkilerinin sosyal medyayla birlikte çöküşü. *Yeni Medya Elektronik Dergi*, 2(2), 105-120.

Güler, D. & Ulutak, N. (1992). Aile kavramının tarihsel gelişimi ve türk toplum yaşantısında aile, *Kurgu Dergisi*, (11), 51-76.

Gülerce, A. (2007). *Türkiye'de ailelerin psikolojik örüntüleri*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.

Gümüşatam, G. (2018). Kıbrıs Türk atasözlerinde kadına ilişkin geleneksel roller ve deyimlere yansıyan betimlemeler. *Türklük Bilimi Araştırmaları*, (43), 159-179.

Güneş, R. (2016). Sürekli kaygı ve sürekli depresyon ile algılanan ana baba tutum boyutları arasındaki ilişki: Otomatik düşünce ve üstbilişin aracı rolleri. Yüksek lisans tezi, Okan Üniversitesi, İstanbul.

Güven, T. (2010). *Eşler arası şiddete yönelik nedensellik-sorumluluk yüklemeleri ve evlilik doyumu* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Güven, N. & Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 50-61.

- Haber, J. (1993). A construct validity study of a differentiation of self scale. *Scholarly Inquiry for Nursing Practice: An International Journal*, 7(3), 165-178.
- Hair, J.F., Anderson,R.E. Tatham,R.I & Black,W.C. (1998). *Multivariate data analysis* (5th Edition). New Jersey: Prentice Hall.
- Haley, J. (2006). *Sıradışı terapi: Milton H. Erickson'un psikiyatrik teknikleri* (S. Ögünç, Çev.). Hiperlink (eBook Collection), Erişim tarihi: 11.10.2018
- Hanımoglu, E. & Akbaş, T. (2018). Üniversite öğrencilerinde aile fonksiyonları, benliğin ayrımlaşması, algılanan stres, kaygı ve depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Çukurova.Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27(2), 55-69.
- Hawkins, A. J., Willoughby, B. J. & Doherty, W. J. (2012). Reasons for divorce and openness to marital reconciliation. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(6), 453–463.
- Işık, E. & Bulduk, S. (2014). Benliğin Ayrımlaşması Ölçeğinin üniversite öğrencileri için geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Uluslararası Avrasya Eğitim Araştırmaları Kongresi, sözlü bildiri*.

- Işık, E. & Bulduk, S. (2015). Psychometric properties of the differentiation of self inventory-revised in Turkish adults. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(1), 102-112.
- Işiloğlu, B. (2006). *Anksiyete ve depresyon tanısı ile izlenen evli kadınlarda aile içi şiddetin sosyodemografik faktörler, çift uyumu ve hastalıkla ilişkisi* (Uzmanlık tezi). T.C Sağlık Bakanlığı Bakırköy Prof. Dr. Mahzar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi.
- Kahraman, L., Kahraman, A. B., Ozansoy, N., Akıllı, H., Kekillioğlu, A. & Özcan, A. (2014). Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi toplumsal cinsiyet algısı araştırması. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 9(2), 811-831.
- Kahveci, G. A. (2016). *Evli çiftlerde evlilik uyumu, evlilik çatışma biçimi ve depresyon düzeylerinin değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Kaletka, K. (2014). Marital satisfaction, differentiation of self and stress perceived by women. *Polskie Forum Psychologiczne*, 19(3), 325-339.
- Karababa, A., Mert,, A. & Çetiner, P. (2018). Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi olmanın bir yordayıcısı olarak benlik ayırma. *Ahi Devran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 1235-1248.

- Karadağ, Ş. (2015). *Evlilik uyumu ilişkisinde aile içi iletişimin rolü: Konya örneği* (Doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Karasick, S. (2004). *Individuation, differentiation, and psychological adjustment in orthodox jewish college students*. Unpublished doctoral dissertation, Fordham University, New York.
- Karataş, Z. & Yavuzer, Y. (Eds.). (2018). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları, örnek uygulamalarla temel ve güncel kuramlar*. Ankara: Pegem Akademi.
- Kerr, M. & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: W.W. Norton & Company.
- Kervancıoğlu, H. (2016). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumunu yordama gücü* (Yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Keskin, I. (2007). *Boşanmanın sosyolojik ve psikolojik nedenleri ve boşanmanın ortaya çıkardığı sonuçlar* (Yüksek lisans tezi) Niğde Üniversitesi, Niğde.
- Kır, İ. (2011), *Toplumsal Bir Kurum Olarak Ailenin İşlevleri*, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 10(36), 381-404.
- Kıral, E. (2018). Avrupa birliği ülkelerinin boşanma oranı analizi. *Uluslararası Ekonomi ve Yenilik Dergisi*, 4(1), 19-38.

- Kırık, A. M. (2013). Televizyonun gelişim çağı çocukları üzerindeki olumsuz etkileri ve ebeveynlerin kontrol sorunu. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum, Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(4), 189-198.
- Kızılöz-Başsayın, A. (2018). *Evli bireylerde mükemmeliyetçilik, evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Okan Üniversitesi, İstanbul.
- Kim, H. S. & Jung, Y. M. (2015). Self-Differentiation, family functioning, life satisfaction and attitudes towards marriage among south korean university students. *Indian Journal of Science and Technology*, 8(19), 1-9.
- KKTC Mahkemeleri. (2015). *KKTC yüksek adliye kurulu faaliyet raporu*. <http://www.mahkemeler.net/cgi-bin/faaliyet.aspx>. Erişim tarihi: 20.07.2018
- KKTC Mahkemeleri. (2016). *KKTC yüksek adliye kurulu faaliyet raporu*. <http://www.mahkemeler.net/cgi-bin/faaliyet.aspx>. Erişim tarihi: 20.07.2018
- KKTC Mahkemeleri. (2017). *KKTC yüksek adliye kurulu faaliyet raporu*. <http://www.mahkemeler.net/cgi-bin/faaliyet.aspx>. Erişim tarihi: 20.07.2018
- Kline, R. B. (1998). *Principles and practice of structural equation modeling*. NY: The Guilford Press.
- Köknel, Ö. (1987). *Zorlanan insan*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.

- Köknel, Ö. (2004). *Korkular: Takıntılar saplantılar*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Krycak, R. C., Murdock, N. L. & Marszalek, J. M. (2012). Differentiation of self, stress, and emotional support as predictors of psychological distress. *Contemp Fam Ther*, 34(4), 495-515.
- Kublay, D. & Oktan, D. (2015). Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 25-35.
- Kurnaz, M.A. & Yiğit, N. (2010). Physics attitude scale: Development, validity and reliability. *Necatibey Faculty of Education Electronic Journal of Science and Mathematics Education*, 4(1), 29-49.
- Kutlu, Y. & Kalyencioğlu, D. (2010). Ergenlerin aile işlevi algılarına göre uyum düzeyleri. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 18(2), 56-62.
- Kwon, D. O. (2000). *The Relationships Between Marital Satisfaction, Self-Esteem, and Bowen's Differentiation of Self*, Unpublished Doctoral Dissertation, California School of Professional Psychology, Los Angeles.
- Lampis, J. (2016). Does partners' differentiation of self predict dyadic adjustment?. *Journal of Family Therapy*, 38(3), 303-318.

- Licht, C. & Chabot, D. (2006). The Chabot emotional differentiation Scale: A theoretically and psychometrically sound instrument for measuring bowen's intrapsychic aspect of differentiation. *Journal of Marital and Family Therapy*, 32(2), 167-180.
- Locke, H. J. & Wallace, K. M. (1959). Short marital adjustment and prediction tests: their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21(3), 251-255.
- Locke, H. J. & Williamson, R. C. (1958). Marital adjustment: A factor analysis study. *An Sociological Review*, 23(5), 562-569.
- Lohan, A. & Gupta, R. (2016). Relationship between differentiation of self and marital adjustment in indian couples. *Journal of Psychosocial Research*, 11(1), 139-146.
- MacCallum, R. C., Widaman, K. F., Zhang, S. & Hong, S. (1999). Sample size in Factor Analysis. *Psychological Methods*, 4(1), 84-99.
- McCollum, E. (1991). A scale to measure Bowen's concept of emotional cutoff. *Contemporary Family Therapy*, 13(3), 247-254.
- McGoldrick, M. & Carter, B. (2001). Advances in coaching: Family therapy with one person. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27(3), 281-300.

- Mert, A. & Çetiner, P. (2018). Üniversite öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum ile benlik ayrımlaşması arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 8(3), 190-204.
- Mert, A. & Topal, İ. (2018). Benlik ayrımlaşmasının manevi yönelimine etkisinin bazı değişkenlerle incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(14), 68-91.
- Mişe, M. A. (2015). *Boşanmanın sosyo-psikolojik ve dini sebepleri ve sonuçları üzerine sosyolojik bir araştırma (Uşak ili örneği)* (Yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Murdock, N. L. (2014). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Murdock, N. L., & Gore, P. A. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 319–335.
- Nichols, M.P. (2013). *Aile terapisi: Kavramlar ve yöntemler* (O. Gündüz, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınevi.
- Ng, K.-M., Loy, J. T. C., Gudmunson, C. G., Cheong, W.-N. (2009). Gender differences in marital and life satisfaction among chinese malaysians. *Sex Roles: A Journal of Research*, 60, 33–43.

- Onuş, E. (2018). Kıbrıs Türk varoluş m¼cadelesi konulu eserlerde kadın kahramanlığı. *Journal of Turkish Language and Literature*, 4(1), 206-228.
- Öner, N. & Le Compte, A. (1985). *S¼reksiz durumluk / s¼rekli kaygı envanteri el kitabı* (2. Baskı). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Özcan, Ö. & Gül-Çelik, G. (2017). Bilişsel davranışçı terapi. *Turkiye Klinikleri J Child Psychiatry-Special Topics*, 3(2), 115-120.
- Özg¼ven, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Özg¼ven, İ. E. (2001). *Ailede iletişim ve yaşam*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Palabıyıkoğlu, R., Azizoğlu, S., Özayar, H. & Berksun, O. E. (1992). İntihar girişimi olan ve olmayan depresiflerin aile işlevselliği. *Kriz Dergisi*, 1(3), 114-123.
- Palabıyıkoğlu, R., Azizoğlu, S., Özayar, H. & Ercan, A. (1993). İntihar girişimlerinde bulunanların aile işlevlerinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dizini*, 1(2), 51-55.
- Papero, D. V. (1995). *Bowen's family systems and marriage*. In N. S. Jacobson & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical Handbook Of Couple Therapy*. New York: Guilford Press.

- Peleg, O. (2008). The relation between differentiation of self and marital satisfaction: What can be learned from married people over the life course?. *American Journal of Family Therapy*, 36, 1–14.
- Peleg, O. (2014). The relationships between stressful life events during childhood and differentiation of self and intergenerational triangulation in adulthood. *International Journal of Psychology*, 49(6), 462-470.
- Peleg, O. & Messerschmidt-Grandi, C. (2018). Differentiation of self and trait anxiety: A cross-cultural perspective. *International Journal of Psychology*, 1-12.
- Peleg, O & Yitzhak, M. (2011). Differentiation of self and separation anxiety: Is there a similarity between spouses?. *Contemporary of Family Therapy*, 33(1), 25-36.
- Polat, K. (2014). *Evli bireylerde çift uyumu ve bazı psikolojik belirtilerin benliğin farklılaşması açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Rodriguez Gonzalez, M., Skowron, E. A., Gregorio, V. C. & San Roque, I. M. (2016). Differentiation of self, mate selection, and marital adjustment: Validity of postulates of bowen theory in a Spanish sample. *The American Journal of Family Therapy*, 44(1), 11-23.
- Rogers, C. (2011). *Kişi olmaya dair* (S. Budak, Çev.). İstanbul: Okuyanıs.

- Sabatelli, R. M. (1988). Measurement issues in marital research: A review and critique of contemporary survey instruments. *Journal of Marriage and the Family*, 50(4), 891- 915.
- Sarikaya, Y., Boyacı, M. İlhan, T. & Aldemir, A. (2018). Adaptation of the differentiation of self inventory short form (DSI-SF) to Turkish: Validity and reliability study. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 365-380.
- Sayan-Karahan, A. (2012). *Boşanma sonrası yaşama uyum* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Sezen, L. (2005). Türkiye’de evlenme biçimleri. *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 185-196.
- Sezer, Ö. (2018). Üniversite öğrencilerinin ailelerini değerlendirme, yalnızlık ve umutsuzluklarının incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 15(2), 1058-1071.
- Sheikh, F., Koolae, A. K. & Zadeh, M. R. (2013). The comparison of self-differentiation and self-concept in divorced and non-divorced women who experience domestic violence. *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*, 2(2), 66-71.
- Skowron, E.A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229-237.

- Skowron, E. A. & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235-246.
- Skowron, E. A. & Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29(2), 209-222.
- Söylemez, İ. (2011). *Evlilikte uyum ve aile işlevleri ölçeği geliştirme: güvenilirlik ve geçerlik çalışması* (Tıpta uzmanlık tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and The Family*, 38(1), 15-28.
- Spanier, G.B. ve Cole, C.L. (1976). Toward clarification and investigation of marital adjustment. *International Journal of Sociology of the Family*, 6, 121–146.
- Spanier, G.B. & Lewis, R.A. (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and Family*, 42(4), 825-839.
- Spielberger, C. D. (1983). *State-trait anxiety inventory for adults sampler set manual, instrument and scoring guide*. Published by Mind Garden, Inc.

Spielberger, C. D. & Reheiser, E. C. (2009). Assessment of emotions: Anxiety, anger, depression, and curiosit. *Applied Psychology: Health And Well-Being*, 1(3), 271-302.

Stevens, J.P. (2001). *Applied multivariate statistics for the social sciences*. Taylor&Francis.

Stone, E. A. & Shackelford, T. K. (2006). *Marital satisfaction*. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Encyclopedia of Social Psychology*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Sucu, İ. (2007). *Boşanmış kadınların boşanma nedenleri ve boşanma sonrası toplumsal kabulleri: Sakarya ili örneği* (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Şahin, S. & Aral, N. (2012). Aile içi iletişim. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 55-66.

Şendil, G. & Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.

Tarhan, N. (2010). *Evlilik psikolojisi* (8. Baskı). İstanbul: Kültür Bakanlığı Yayıncılık.

- Tarhanacı, M. (2017). Boşanma avukatlarının anlatısıyla trabzon'da aile ve boşanma olgusu. *İmgelem Dergisi*, (1), 89-120.
- Tezer, E. (1994). Evlilik ve iş doyumu ilişkisi: ikili çatışmalar ve bazı demografik değişkenlerin rolü. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(1), 1-12.
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşamı ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 1-7.
- Tuason, M. T., & Friedlander, M. L. (2000). Do parents' differentiation levels predict those of their adult children? And other tests of Bowen theory in a philippine sample. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 27-35.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1997). Evlilik uyumu ile nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 12(40), 55-64.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1999). Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *3P Psikoloji, Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 7(1), 50-57.
- Tutarel Kışlak, Ş., & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 2(5), 32-38.
- Tutarel-Kışlak, Ş. & Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 3(9), 61-68.

Türk Dil Kurumu. (2008). *Güncel Türkçe sözlük*. <http://www.tdk.gov.tr/>. Erişim tarihi: 23.07.2018

Türk Medeni Kanunu. (2001). T.C. Resmi Gazete, 4721. 22 Ocak 2001. <http://www.mevzuat.gov.tr>. Erişim tarihi: 22.07.2018

Türkarıslan, N. (2007). Boşanmanın çocuklar üzerindeki olumsuz etkileri ve bunlarla başetme yolları. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(11), 99-108.

Türkiye İstatistik Kurumu. (2011). *Evlenme ve boşanma istatistikleri*. <http://www.tuik.gov.tr>. Erişim tarihi: 20.07.2018

Türkiye İstatistik Kurumu. (2015). *Evlenme ve boşanma istatistikleri*. <http://www.tuik.gov.tr>. Erişim tarihi: 20.07.2018

Türkiye İstatistik Kurumu. (2016). *Evlenme ve boşanma istatistikleri*. <http://www.tuik.gov.tr>. Erişim tarihi: 20.07.2018

Türkiye İstatistik Kurumu. (2017). *Evlenme ve boşanma istatistikleri*. <http://www.tuik.gov.tr>. Erişim tarihi: 20.07.2018

Tüzün, D. (2004). *Boşanmanın çocuklar üzerindeki etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa.

- Uğur, S. B. (2014). Günümüzde kadının boşanma deneyimleri: Akademisyen kadınlar üzerine bir araştırma. *Mediterranean Journal of Humanities*, 4(2), 293-326.
- Uzunboylu H. & Hürsen Ç. (2011). Lifelong learning competence scale (LLCS): The study of validity and reliability. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41,449-460.
- Ünal, S. (Ed.). (2009). *Aile psikolojisi ve eğitimi*. Malatya: İNUZEM, Uzaktan Eğitim Yayını.
- Varol, R. (2015). *Genogram temelli yürütülen psikolojik danışma sürecinin çiftlerde evlilik uyumu, duygusal bağlılık, evlilikte problem çözme ve benliğin ayrılaşma düzeylerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Mevlana Üniversitesi, Konya.
- Velidedeoğlu-Kavuncu. N. (2006). *Kadın erkek ilişkilerinde sorunlar ve çözümleri* (2. Baskı). Ankara: Elif Yayınevi.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 250-261.
- Yaşar, M. (2014). İstatistiğe yönelik tutum ölçeği: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (36), 59-75.
- Yavuzer, H. (Ed.). (2004). *Evlilik okulu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Yavuzer, H. (Ed.). (2004). Evlilikte ilk yıllar, çatışmalar ve güç kavramı. R. Ateş (Ed.), *Evlilik okulu* içinde (ss. 67-78). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (Ed.). (2004). Aile ve evlilik kurumu. G. Gül (Ed.), *Evlilik okulu* içinde (ss. 9-18). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (Ed.). (2004). Evlilik ve çocuk. O. Güngörmüş-Özkardeş (Ed.), *Evlilik okulu* içinde (ss. 79-102). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (Ed.). (2004). Evlilikte birliğin bozulması-boşanma. Ş. İlgar (Ed.), *Evlilik okulu* içinde (s. 227). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (Ed.). (2004). Evlilikte yaşanan sorunlar ve başa çıkma yolları. A. Yıldız (Ed.), *Evlilik okulu* içinde (ss. 157-176). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazıcı-Çelebi, G. (2017). Evli bireylerin evlilik uyumu düzeylerinin demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Turan: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 9(34), 56-61.
- Yıldırım, N. (2004). Türkiye’de boşanma ve sebepleri. *Bilig Dergisi*, (28), 59-81.
- Yıldırım, Ş. (2017). *Görücü usulü evlenen ve flört ederek evlenen çiftlerin duygusal farkındalık ve duyguları ifade etme düzeylerinin evlilik doyumuna etkisi* (Yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.

- Yıldız, Ö. Z. (2018). *Evlilik doyumunun öncülleri ve sonuçları: depresyon, kaygı, erken dönem uyumsuz şemalar* (Yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Yıldız, M. A. & Baytemir, K. (2016). Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 67-80.
- Yıldız, M. A. & Büyükşahin-Çevik, G. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumlarının ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(1), 227-242.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum Dergisi*, 1(4), 49-58.
- Yousefi, N., Eyemadi, O., Bahrami, F., Fatehezade, M. A., Ahmadi, S. A. & Beshlied, K. (2009). Structural relationships between self - differentiation and subjective wellbeing, mental health and marital quality. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 3(2), 4-14.
- Zevkliler, A. & Havutçu, A. (2003). *Medeni hukuk temel bilgiler*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Zeytinoğlu, E. (2013). *Evli bireylerin benlik saygısı, kıskançlık düzeyi, evlilikteki çatışmalar ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma, Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması ve evli bireylerin duygusal ayrışma düzeylerinin incelenmesi amacıyla hazırlanan yüksek lisans tezidir. Bu bölümde kişisel bilgileriniz hakkında sorular yer almaktadır. Aşağıda yer alan ilgili soruları dikkatli bir şekilde okuyup içtenlikle cevaplamanız araştırmanın sonucunda çıkan bulguların geçerliği yönünden önem arz etmektedir. Vereceğiniz bilgiler sadece bilimsel çalışmalarda kullanılacak olup bu bilgilerin gizliliği korunacaktır.

Bu çalışmaya gösterdiğiniz ilgi, ayırdığınız zaman ve yapacağınız değerli katkılardan dolayı şimdiden teşekkür ederim.

Esra Bellur

Doğu Akdeniz Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı Öğrencisi

YAŞ

18-29 30-34 35-39 40-44
45-49 50-54 55-59 60 ve Üstü

CİNSİYET

Kadın Erkek

EVLENME BİÇİMLERİ

Flört Ederek Görücü Usulü Görücü Usulü ve Flört Ederek

EVLENME YAŞI

18-24 Yaş Arası 25-29 Yaş Arası 30-34 Yaş Arası

35 Yaş ve Üstü

EVLİLİK SÜRESİ

1 Yıldan Az-5 Yıl Arası 6-9 Yıl Arası 10-14 Yıl Arası

15-19 Yıl Arası 20-24 Yıl Arası 25-29 Yıl Arası

30-34 Yıl Arası 35 Yıl ve Üstü

EĞİTİM DURUMU

İlkokul Ortaokul Lise Üniversite

Yüksek Lisans Doktora

MESLEK

İşsiz İşçi Memur Özel Sektör

Akademisyen Emekli Serbest Meslek

Ek 2: Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği

Lütfen aşağıdaki ifadelerin size göre hangi derecede doğru olduklarını belirtiniz. Cevaplarınız için aşağıdaki değerlendirme ölçeğini kullanınız. Her soru için doğru cevabı yuvarlak içine alınız.

1	2	3	4	5
Hiçbir Zaman	Hemen Hemen Hiçbir Zaman	Bazen	Hemen Hemen Her Zaman	Her Zaman
1 2 3 4 5	1. Stresli olmadığım dönemlerde davranışlarım, düşüncelerim ve duygularım arasındaki bütünlüğü yansıtır.			
1 2 3 4 5	*2. Uzun süreli stres altında olduğum zaman davranışlarımın mantığımdan çok duygularımla yönlendirildiğini fark ederim.			
1 2 3 4 5	*3. Harekete geçmeden önce, duygu ve düşüncelerim arasındaki uyumu sağlamakta zorlanırım.			
1 2 3 4 5	4. Stres altında bile sonuçta duygularımı inkar etmeden mantıklı bir şekilde cevap verebilirim.			
1 2 3 4 5	*5. Ailemle ilişkilerimde, makul ama aynı zamanda anlayışlı bir biçimde tepki vermekte zorlanırım.			
1 2 3 4 5	*6. İyilik halimi desteklemese bile, duygusal anlamdaki yakın ilişkilerimi değiştirmekte zorlanırım.			
1 2 3 4 5	7. Baskı altında olduğum durumlarda bile neye inandığımı ve ne düşündüğüm konusunda netim.			
1 2 3 4 5	*8. Önemli ilişkilerimde, diğer kişinin duygularını incitebilirim korkusuyla, görüşlerimi ifade etmeyi sevmem.			
1 2 3 4 5	9. Hem entelektüel inançlarım hem de duygusal duyarlılığımla tutarlı bir biçimde hareket ederim.			
1 2 3 4 5	*10. Bir kriz durumunda duygularım ve mantığım arasındaki uyumsuzluk eylemde bulunmamı (hareketimi) engeller.			
1 2 3 4 5	11. Samimi ilişkilerimde duygusal olarak tehdit altında hissetmeden prensiplerimi uygularım.			
1 2 3 4 5	12. Aşırı talepkar ve aşırı kontrolcü kişilerle sürekli uğraşmam gerektiğinde bile iç huzurumu ve net düşünmeyi devam ettirebilirim.			
1 2 3 4 5	13. Gündelik bir ilişki içerisinde olduğum zaman aile ilişkilerinde olduğum gibi duygu ve düşüncelerim arasında dengede olduğumu hissederim.			
1 2 3 4 5	*14. Duygusal olarak tatmin edici bir ilişki içerisinde olduğumda, ne istediğimi anlamakta ve kendimi ortaya koymakta zorluk yaşarım.			

Puanlama: * işareti olan maddeler tersten hesaplanacaktır.

Ben Pozisyonu Alma: 1, 4, 7, 9, 11, 12, 13

Duygusal Tepkisellik: *2, *3, *5, *6, *8, *10, *14

Ek 3: Sürekli Kaygı Envanteri

Aşağıda kişilerim kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi, ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını karalamak suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin genel olarak nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

		Hemen Hiçbir Zaman	Bazen	Çok Zaman	Hemen Her Zaman
1.	Genellikle keyfim yerindedir.	1	2	3	4
2.	Genellikle çabuk yorulurum.	1	2	3	4
3.	Genellikle kolay ağlarım.	1	2	3	4
4.	Başkaları kadar mutlu olmak isterim.	1	2	3	4
5.	Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım.	1	2	3	4
6.	Kendimi dinlenmiş hissederim.	1	2	3	4
7.	Genellikle sakin, kendime hakim ve soğukkanlıyım.	1	2	3	4
8.	Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissederim.	1	2	3	4
9.	Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim.	1	2	3	4
10.	Genellikle mutluyum.	1	2	3	4
11.	Her şeyi ciddiye alır ve etkilenirim.	1	2	3	4
12.	Genellikle kendime güvenim yoktur.	1	2	3	4
13.	Genellikle kendimi emniyette hissederim.	1	2	3	4
14.	Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım.	1	2	3	4
15.	Genellikle kendimi hüzünlü hissederim.	1	2	3	4
16.	Genellikle hayatımdan memnunum.	1	2	3	4
17.	Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder.	1	2	3	4
18.	Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam.	1	2	3	4
19.	Aklı başında ve kararlı bir insanım.	1	2	3	4
20.	Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin eder.	1	2	3	4

Ek 4: Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği

YÖNERGE: Aşağıda evli bireylerin evlilik yaşam doyumu düzeylerini belirlemeye yönelik ifadeler yer almaktadır. Lütfen her ifadeyi dikkatli bir şekilde okuyun ve kendinize en uygun dereceyi belirtin. Maddelerin herhangi bir doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Derecelendirme 1'den (kesinlikle katılmıyorum) 7'ye (kesinlikle katılıyorum) doğru sıralanmaktadır.

	1	2	3	4	5	6	7
	Kesinlikle katılmıyorum			Kesinlikle Katılıyorum			
1	Evlilik hayatım çoğu açıdan ideale yakın bir hayattır.						7
2	Evlilik hayatımın şartları mükemmeldir.						7
3	Evlilik hayatım tatmin edicidir.						7
4	Şu ana kadar evlilik hayatımdan beklediğim en önemli şeyleri elde ettim.						7
5	Eğer evlilik hayatımı bitirirsem, hemem hemen hiçbir şeyi değiştirmem.						7

Ek 5: KKTC Gazimağusa Kaymakamlığından Alınan İzin Yazısı



KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ
İÇİŞLERİ BAKANLIĞI
GAZİMAĞUSA KAYMAKAMLIĞI

Sayı : MYB.2.00-006-18-E.1057
Konu : Anket Hk.

4 Mayıs 2018

Sayın Dr. Sibel Dinçyürek & ESRA BELLUR

İlgi : 26/4/2018 tarihli yazınız.

21 Mayıs - 21 Aralık 2018 tarihleri arasında, Gazimağusa sınırları içerisinde, ilgi yazınızda belirtilen " Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması ve Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Düzeylerinin İncelenmesi" hususunda yapılacak anket Kaymakamlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinize saygılarımla rica ederim.



Dağıtım:

Gereği:

Sayın Dr. Sibel Dinçyürek & ESRA BELLUR

Bilgi:

Gazimağusa Polis Müdürlüğü
Gazimağusa Bucağı

Not: 93/2007 sayılı Elektronik İmza Yasası'nın 6.maddesi gereği bu belge elektronik imza ile imzalanmıştır.

Evrak Doğrulama Kodu : XCRDUBOODHBUFDCTETQ Evrak Takip Adresi: <http://dogrulama.ebys.gov.ct.tr>
İlker Karter Caddesi-Gazimağusa
(392)3663544
(392)3663807

Bilgi için: Sinem ALIOĞLU
Bilgisayar Bölümü

Ek 6 :Doğu Akdeniz Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu İzin Yazısı



**Eastern
Mediterranean
University**
"For Your International Career"

P.K.: 99628 Gazimağusa, KUZEY KIBRIS /
Famagusta, North Cyprus,
via Mersin-10 TURKEY
Tel: (+90) 392 630 1995
Faks/Fax: (+90) 392 630 2919
bayek@emu.edu.tr

Etik Kurulu / Ethics Committee

Sayı: ETK00-2018-0193
Konu: Etik Kurulu'na Başvurunuz Hk.

11.06.2018

Sayın Esra Bellur
Eğitim Bilimleri Bölümü
Yüksek Lisans Öğrencisi

Doğu Akdeniz Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun **29.05.2018** tarih ve **2018/59-09** sayılı kararı doğrultusunda, "**Chabot Duygusal Ayrışma Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması ve Evli Bireylerin Duygusal Ayrışma Düzeylerinin İncelenmesi**" adlı çalışmanızı, Doç. Dr. Sibel Dinçyürek'in danışmanlığında araştırmanız, Bilimsel ve Araştırma Etiği açısından uygun bulunmuştur.

Bilginize rica ederim.



Doç. Dr. Şükrü TUZMEN
Etik Kurulu Başkanı

ŞT/ba.

www.emu.edu.tr