

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN ANNE-BABALARIN EVLİLİK UYUMU
VE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜKLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Nurhan NAZ

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Yasemin YULAF

İSTANBUL-2019

TEZ TANITIM FORMU

YAZAR ADI SOYADI : Nurhan NAZ

TEZİN DİLİ : Türkçe

TEZİN ADI : Otizmlı çocuğu olan anne-babaların evlilik uyumu ve duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.

ENSTİTÜ : İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

ANABİLİM DALI : Psikoloji

TEZİN TÜRÜ : Yüksek Lisans

TEZİN TARİHİ : 16.07.2019

SAYFA SAYISI : 92

TEZ DANIŞMANLARI : Dr. Öğr. Üyesi Yasemin YULAF

DİZİN TERİMLERİ : Otizm, Evlilik Uyumu, Duygu Düzenleme Güçlüğü

TÜRKÇE ÖZET : Yaptığımız araştırmanın amacı otizmlı çocuğu olan anne-babaların evlilik uyumu ve duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Otizm tanılı çocuğu olan anne-babaların evlilik uyumu ve duygu düzenleme güçlükleri bazı demografik değişkenlere göre incelenecektir.

DAĞITIM LİSTESİ : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Nurhan NAZ

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN ANNE-BABALARIN EVLİLİK UYUMU
VE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜKLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Nurhan NAZ

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Yasemin YULAF

İSTANBUL-2019

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Nurhan NAZ

./ ./2019



T.C.

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Nurhan NAZ' ın "Otizmli Çocuğu Olan Anne- Babaların Evlilik Uyumu ve Duygu Düzenleme Güçlükleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Yasemin YULAF

(Danışman)

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Tuncay BARUT

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Hasan SEZEROĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.... / / 2019

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Giriş: Günümüz dünyasında otizm kavramı hala tam anlamıyla açıklanamamaktadır fakat her otizm tanılı bireyin diğerinden değişik olan bir niteliği barındırdığı söylenmektedir. Otizm kavramı incelendiğinde idrak ve algı bozukluğuna yol açan organik bir bozukluktur. Otizm tanılı çocuğa sahip ebeveynlerin karşılaştıkları problemlerden biriside evlilik uyumudur. İnsanın dünyada var olması kadar uzun ve köklü bir geçmişe sahip olan evlilik kurumu, kişilerin hayatlarına yön veren bir süreci temsil etmektedir. Evlilikle birlikte kişilerin kazandıkları toplumsal ve duygusal güçler partnerlerin, bedensel, psikolojik ve toplumsal iyiliklerini de olumlu bir şekilde etkilemektedir. Bununla birlikte, partnerlerin evliliklerindeki neşe ve uyum sayesinde birbirlerinden farklı iki insan bir bütün haline gelecektir. Duygu düzenleme, bireyin maksadı yönünde duygularını kontrol altına alabilmesi ve yönetebilmesini ve denetim kurabilmeyi açıklamaktadır. İçsel ve dışsal süreçler sonucunda form değiştirebilen bilinçli veya bilinçsiz şekilde meydana gelen bir beceri şeklidir.

Amaç: Yaptığımız araştırmanın amacı otizm tanılı çocuğu olan anne-babaların evlilik uyumu ve duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Metod: Çalışmada basit-rastgele örneklem seçilmiş olup, çalışma evreni İstanbul'da ikamet eden ebeveynlerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 40 otizm tanısı almış çocuğu olan anne-babalar ile 40 otizm tanısı almamış anne-babalardan meydana gelmektedir.

Bulgular: Otizm tanılı çocuğa sahip olan bireylerin duyguları düzenleme güçlüklerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Duygu düzenleme güçlüğü alt boyutu olan farkındalığın otizm tanılı çocuğa sahip olmayan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Duygu düzenleme güçlüğü alt boyutu olan açıklığın otizm tanılı çocuğa sahip olmayanlarda daha yüksek olduğu görülmektedir. Duygu düzenleme güçlüğü olan kabul etmemenin otizm tanılı çocuğa sahip olan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutu olan dürtünün otizm tanılı çocuğa sahip olan katılımcılarda daha yüksek olduğu görülmektedir. Duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutu olan amaçların otizm tanılı çocuğa sahip olan katılımcılarda daha yüksek olduğu görülmektedir. Otizm tanılı çocuğa sahip olmayan bireylerin evlilik uyumunun daha yüksek olduğu görülmektedir. Evlilik uyumu alt boyutu olan genel uyumun otizm tanılı çocuğa sahip olmayan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Evlilik uyumu alt boyutu olan ilişki tarzının otizm tanılı çocuğa sahip olmayan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Duyguları düzenleme güçlüğü ile ilişki tarzı alt boyutu arasında

olumsuz bir anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Duyguları düzenleme güçlüğü puanları yükseldikçe, ilişki tarzı alt boyutu puanları düşmektedir. Farkındalık alt boyutu ile evlilik uyumu arasında olumlu bir anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Farkındalık puanları yükseldikçe, evlilik uyumu puanları yükselmektedir. Farkındalık alt boyutu ile genel uyum alt boyutu arasında olumlu bir anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Farkındalık alt boyutunun puanları arttıkça, genel uyum puanları da yükselmektedir. Amaçlar alt boyutu ile evlilik uyumu arasında olumsuz bir anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Amaçlar alt boyutu puanları yükseldikçe, evlilik uyumu puanları düşmektedir.

Anahtar Kelimeler: Otizm, Evlilik Uyumu, Duygu Düzenleme Güçlüğü



SUMMARY

Introduction: In today's world, the concept of autism is still not fully explained, but it is said that each individual with autism disorder has a different quality from the other. When the concept of autism is examined, it is an organic disorder that causes perception and perception disorder. One of the problems faced by parents who have children with autism is marital adjustment. The marriage institution, which has a long and long-established history as long as human beings exist in the world, represents a process that guides the lives of individuals. Together with the marriage, the social and emotional powers that people gain have a positive impact on the physical, psychological and social well-being of the partners. Thanks to the joy and harmony of partners' marriages, two different people will become a whole. Emotion regulation describes the ability of an individual to control and manage his emotions in the direction of his or her purpose and to establish control. It is a form of skill that can be changed consciously or unconsciously as a result of internal and external processes.

Aim: The aim of this study is to investigate the relationship between the marital adjustment and emotion regulation difficulties of parents who have children with autism.

Method: Sample selection was made by simple - random sample selection. The universe of the research consists of parents living in Istanbul. The sample of the study consisted of 40 parents whose children autism-diagnosed and 40 parents whose children non-autism-diagnosed parents.

Results: Individuals with autism were found to have higher difficulty in regulating emotions. It is seen that the awareness with difficulty in emotion regulation is higher in individuals who do not have autism. It is seen that the aperture, which is the sub-dimension of difficulty in regulating emotion, is higher in those who do not have autism. It is observed that the inability to accept emotion regulation is higher in individuals with autism. It is seen that the impulse, which is the sub-dimension of the difficulty in regulating emotion, is higher in the participants with autism. It is seen that the goals which are the sub-dimension of the difficulty in regulating emotion are higher in the participants with autism. It is seen that the marital adjustment of individuals who do not have a child with autism is higher. It is observed that the general harmony which is the sub-dimension of marital adjustment is higher in individuals without autism. It is observed that the relationship style, which is the sub-dimension of marital adjustment, is higher in individuals without autism. A negative

correlation was found between the difficulty of regulating emotions and relationship style sub-dimension. As the difficulty of regulating emotions increases, the relationship style decreases. A positive correlation was found between the awareness subscale and marital adjustment. As awareness scores increase, marital adjustment scores increase. A significant positive correlation was found between the awareness sub-dimension and the general fit subscale. As awareness increases, overall compliance is increasing. A significant negative correlation was found between marital adjustment and goals sub-dimension. As the goals increased, marital adjustment was reduced.

Key Words: Autism, Marital Adjustment, Emotion Regulation Difficulty



İÇİNDEKİLER

SAYFA

ÖZET.....	i
SUMMARY	iii
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ	ix
EKLER LİSTESİ.....	xi
ÖNSÖZ.....	xii
GİRİŞ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM	4
1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMLERİ.....	4
1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	5
1.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	5
1.5. ARAŞTIRMANIN SAYILTIARI.....	6
1.6. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI	6
İKİNCİ BÖLÜM	7
KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE	7
1.1. OTİZMİN TANIMI	7
1.1.1 Otizm' in Tarihçesi	9
1.1.2. Otizm Spektrum Bozukluğu İçin Tanı Kriterleri	12
1.1.3. Otizm Spektrum Bozukluğu DSM-V Tanı Kriterleri	12
1.1.4. Otizm Spektrum Bozukluğuna Neden Olan Faktörler	14
1.1.5. Otizmin Görülme Sıklığı	15
1.1.6. Otizm Tanılı Çocukların Özellikleri	16
1.1.6.1. Sosyal-Duygusal Gelişim Özellikleri	16

1.2. EVLİLİK UYUMU	17
1.2.1. Evlilik Tanımı	17
1.2.3. Evlilik Uyumu	20
1.2.4. Evlilikte Çatışma	23
1.2.5. Evliliği Etkileyen Faktörler	24
1.2.5.1. Spainer ve Lewis Modeli.....	25
1.2.5.2. Larson'un Evlilikte Üçgen Modeli.....	26
1.2.6. Evlilik Uyumu ve Psikolojik Belirtiler	27
1.3. DUYGU.....	29
1.3.1. Duygu Düzenleme Kavramı	29
1.3.2. Duygu Düzenlemenin Tarihsel Gelişimi.....	32
1.3.2. Duygu Düzenleme Güçlükleri.....	34
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	35
YÖNTEM VE TEKNİKLERİ	35
3.1.ARAŞTIRMANIN MODELİ	35
3.2. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ	35
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	35
3.3.1. KİŞİSEL BİLGİ FORMU	35
3.3.2. EVLİLİK UYUMU ÖLÇEĞİ	35
3.3.3. DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ÖLÇEĞİ	36
3.4. VERİ ANALİZİ.....	36
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	38
BULGULAR	38
BEŞİNCİ BÖLÜM.....	53
TARTIŞMA VE YORUM	53
ÖNERİLER.....	63

KAYNAKÇA.....64

EKLER -



KISALTMALAR LİSTESİ

OÇEM: Otistik Çocuklar Tedavi, Eğitim ve Araştırma Merkezi

ICD-8 : International Classification of Diseases

DSM : Mental Hastalıkların Tanısal ve İstatistiksel olarak Sınıflandırılması

OSB : Otizm spektrum bozukluğu

YGB : Yaygın gelişimsel bozukluk

A.G.E.: Adı Geçen Eser



TABLolar LİSTESİ

SAYFA

Tablo 4.1. Örneklem Grubunun Demografik Ölçütlere Göre Dağılımı	38
Tablo 4.2 Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinin Alt Boyutlarının İstatistikleri	40
Tablo 4.3 Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinin Alt Boyutlarının İstatistikleri	41
Tablo 4.4 Duygularını Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları	41
Tablo 4.5 Farkındalık Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları	42
Tablo 4.6 Açıklık Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları	42
Tablo 4.7 Kabul Etmeme Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları	43
Tablo 4.8 Stratejiler Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları	44
Tablo 4.9 Dürtü Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları	45
Tablo 4.10 Amaçlar Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları	45
Tablo 4.11 Örneklemelerin Grup Değişkenine Göre Evlilik Uyumu Ölçeği Skoru Farkının Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları	46
Tablo 4.12 Örneklemelerin Grup Değişkenine Göre Genel Uyum Alt Boyutu Skoru Farkının Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları	47
Tablo 4.13 Örneklemelerin Grup Değişkenine Göre İlişki Tarzı Alt Boyutu Skoru Farkının Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları	48
Tablo 4.14 Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkeni Doğrultusunda Evlilik Uyumu Ölçeğinin Alt Boyutu Skoru Farklarının Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları	49
Tablo 4.15 Örneklem Grubunun Maddi Doyum Değişkeni Doğrultusunda Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Alt Boyutu Skorları Farklılığın Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları.....	50

Tablo 4.16 Duygularını Düzenleme Güçlüğü Ölçeği'nin Alt Boyutları Skorlarıyla Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Alt Boyutları Skorları Arasındaki İlişkiyi Ölçmek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Bulguları.....51



EKLER LİSTESİ

EK-A: Kişisel Bilgi Formu

EK-B: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği

EK-C: Evlilik Uyumu Ölçeği



ÖNSÖZ

Bu çalışmanın amacı otizm tanılı çocuğa sahip olan ebeveynlerin evlilik uyumları ve duygu düzenleme güçlüklerinin incelenmesidir. Otizm spektrum bozukluğu günden güne yaygınlaşmaktadır. Bu süreçte farkındalık geliştirmek hem toplum, hem ebeveynler hem de alanda çalışanlar için önem arz etmektedir. Bu süreçte otizm tanılı çocuklarla çalışmam da bana iş ve araştırma imkanı sağlamış PERA Psikoloji Eğitim ve Rehabilitasyon Akademisi kurucularına en içten teşekkürlerimi sunarım. Bu çalışmamı gerçekleştirmemde, kıymetli vaktini ve bilgilerini benimle paylaşan, danışmaya ihtiyacım olduğu her an da ulaşabildiğim, detaylı bir şekilde bana açıklama yapan, sabırla her soruma cevap vererek, tıkanığım her noktada bana çözüm önerisi sunan, güler yüzü ve samimiyetini hiçbir zaman sakınmayan, hem tezimle ilgili sorunlarımda hem de mesleki sorunlarımda yanımda olan, ilerlemem için gereken bütün bilgilerini benimle paylaşan ve bundan sonra ki süreçte de hiçbir zaman benden desteğini esirgemeyeceğine emin olduğum kıymetli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Yasemin Yulaf'a teşekkürü bir borç bilir ve şükranlarımı sunarım.

Bütün eğitim hayatım boyunca maddi ve manevi desteğini benden esirgemeyen, psikolojik ve fizyolojik olarak gelişimim de ellerinden gelenin en iyisini yapan kıymetli annem Nazan Naz'a ve babam Mustafa Naz'a en içten minnet duygularımı sunarım. Bunların yanı sıra bu süreçte motivasyonumun düştüğü her an yanımda olan, desteklerini her zaman hissettiğim ve yüzümü güldüren canım kardeşim Hazar Naz'a, kuzenim Senanur Yalçın'a ve teyzem Hatice Yalçın'a teşekkürü bir borç bilirim.

Ayrıca bu süreçte benden yardımlarını hiçbir zaman esirgemeyen, her anımda desteklerini hissettiğim ve hep yanımda olan çok kıymetli arkadaşlarım Psikolog Betül Tivriz ve Psikolog Merve Çelik'e sonsuz teşekkürler sunarım. Ek olarak, ismini burada belirtmediğim maddi ya da manevi hiçbir karşılık beklemezsiniz bu bilimsel çalışmamda katkı sağlayan katılımcılara ayrıca teşekkür ederim.

GİRİŞ

Otizm kavramı karşımıza ilk kez 1700'li senelerde Fransa'da Jan Itard ve İngiltere'de John Halsam tarafından dile getirilmiştir. Bu bilim insanlarının katkılarıyla otizm kavramı incelenmiş ve otizmlili bireylerin herhangi bir teşhis almadan diğerlerine göre farklı olan kişiler olarak adlandırılması yapılmıştır. Otizm kelimesinin, ilk kez 1911 senesinde, İsviçreli psikiyatr Eugen Bleulerce tarafından kullanıldığı görülmüştür. İletişim reddi ile gerçeklik kavramına ilişkin algıda bozulma şeklinde tanımlanan "otizm" kavramı, bu çağda şizofrenisi bulunan hasta kimselerde karşımıza çıkan semptomları kapsamaktaydı. 1943 senesinde, çocuk psikiyatrisi Leo Kanner, on bir çocuk bireyin üstünde gerçekleştirdiği gözlem ve yaptığı inceleme çalışmaları neticesinde otizm kavramını sendrom şeklinde açıklamıştır.¹

Günümüzde de teşhis koyma anlamında standart olan ve olmayan testler geliştirilmiştir. Fakat son dönemlerde, otizm teşhisi, 1994 senesinde "Amerikan Psikiyatrisi Birliği" tarafınca yapılmış olan bir sınıflandırmayı içeren "Mental Hastalıkların Tanısal ve İstatistiksel olarak Sınıflandırılması (DSM-IV)" ve 1999 senesinde "Dünya Sağlık Örgütü" tarafınca geliştirilerek güncellenen "Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması (ICD-10)" temelinde ele alınarak teşhis oluşturulmaktadır.²

Annelerin, doğum öncesi ve esnasında maruz kaldığı durumların da (rubella, herpes, ensefalit, alınan ilaçlar, Rh uyumsuzluğu) otizm oluşumuna sebebiyet verebileceği düşünülmektedir. Hamilelik esnasında doğuma uygun şartların azalması gibi etmenler de otizm ile alakalı bulunabilmektedir.³

Nörologlar ise, otizm tanılı kişilerde beynin merkezi sinir sisteminde normal gelişimin olmayabileceği ihtimalini düşünmektedirler. Bu durumun neticesinde, beynin farklı bölgelerinde (cerebellum, hippokampus, sol medialfrontal korteks, limbik sistem, amigdala, fronto- limbik bağlantı) hücre hacminde azalma görülmesi, yoğunluğunda artışa rastlanması şeklinde anormalliklerin varlığına bağlı olarak da fonksiyon farklılıklarının oluşabileceğini öne sürmektedirler.⁴

¹ Yeşim Fazlıoğlu vd., *Otizm-Otizimde Görsel İletişim Tekniklerinin Kullanımı*, Morpa Yayınları,

² Barbara T Doyle and Emily Doyle Iland, *Autism Spectrum Disorders From A To Z*, Assessment, Diagnosis-& More!. Future Horizons, 2004, s.38.

³ Anthony M. Graziano, *Developmental Disabilities: Introduction To A Diverse Field*, Allyn & Bacon, 2002, s.112

⁴ Simon Baron-Cohen, *Autism, Research Into Causes and Intervention*, *Pediatric rehabilitation*, 7, 2, 2004, s.73-78.

Toplumsal yaşamın sürmesi ve insanların hayatını devam ettirebilmesi için aile oldukça önemlidir. Kişiler sevgi ihtiyacı, beslenme, duygusal gelişim, bakım, psikolojik gelişim, kültürel değerleri kazanma, eğitim, zihinsel gelişimi sürdürme gibi temel ihtiyaçlarını aile de karşılarlar. Bunlarla birlikte ailede kurulan ilişkiler, kişilerin sosyal becerilerinin ve kişiliğinin gelişmesini sağlayıp, onları topluma hazırlar ve kişilerin topluma uyumunu kolaylaştırır.

İnsanın dünyada var olması kadar uzun ve köklü bir geçmişe sahip olan evlilik kurumu, kişilerin hayatlarına yön veren bir süreci temsil etmektedir. Evlilikle birlikte kişilerin kazandıkları toplumsal ve duygusal güçler partnerlerin bedensel, psikolojik ve toplumsal iyi olurluklarını da olumlu bir şekilde etkilemektedir. Bununla birlikte, partnerlerin evliliklerindeki neşe ve uyumları sayesinde birbirlerinden farklı iki insan bir bütün haline gelecektir.⁵

Evlilik uyumu, evlilikteki canlılığı ifade eden bir kavramdır.⁶ Partnerlerin günlük hayata ve farklılaşan şartlara alışabilmesi ve tüm bu değişimin yaşandığı süreçte birbirlerine de uyum sağlayabilmeleri şeklinde açıklanabilir. Aynı zamanda partnerlerin birbirlerinin isteklerini, hedeflerini, inançlarını, hayata karşı takındıkları perspektifleri anlamalarını ve birlikteliklerinden aldıkları hazzı tanımlamaları ve yorumlamalarıdır.⁷

Duygu düzenleme, bireyin hedefe yönelik duygularını kontrol altına alabilmesi ve yönetebilmesini ve denetim kurabilmesini açıklamaktadır. İçsel ve dışsal süreçler sonucunda form değiştirebilen bilinçli veya bilinçsiz şekilde meydana gelen bir beceri şeklidir. Bu beceri aracılığıyla verilen duygusal yanıtlar sayesinde kişinin kendisini izleme, değerlendirme ve yönetme becerilerinde düzenlemeler meydana gelmektedir. Duygusal düzenleme sadece olumsuz ve negatif duygu ve duygu durumlarının düzene konulması anlamına denk gelmez. Olumlu ve pozitif düzenleme de bu süreci kapsamaktadır.⁸

⁵ Dorie Giles Williams, *Gender, Marriage, and Psychosocial Well-Being*, *Journal of Family Issues*, 9,4, 1988, s. 452-468.

⁶ Hürol Fıçıoğlu, *Lisansüstü Öğrencilerin Evlilik Uyumu*, *Psikoloji Dergisi*, 7,28, 1992, s.16-22.

⁷ Binnur Yeşilyaprak, *Çalışan Anne ve Çocuk*, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2003, s.78-79

⁸ James J.Gross, *Handbook of Emotion Regulation*. Guilford publications, 2013, s.24

Duygu düzenleme bireyin duygularını, deneyimledikleri zamanları, biçimi (yoğunluk, uzunluk, çeşitlilik vb.) ve duygu bağlantılı tepkilerini düzenleme girişimleri olarak tanımlanmaktadır.⁹



⁹ James Gross, *The emerging field of emotion regulation: An integrative review*, Review of general psychology, 2(3), 1998, s.271-299.

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMLERİ

1.1. Araştırmanın Problemleri

1.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü arasında anlamlı bir farklılık bulunmakta mıdır?

2.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu farkındalık arasında anlamlı bir farklılık bulunmakta mıdır?

3.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu dürtü arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

4.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu kabul etmeme arasında anlamlı bir farklılık bulunmakta mıdır?

5.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu açıklık arasında anlamlı bir farklılık bulunmakta mıdır?

6.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu amaç arasında anlamlı bir farklılık bulunmakta mıdır?

7.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin evlilik uyumları arasında anlamlı bir farklılık bulunmakta mıdır?

8.Duygularını düzenleme güçlüğü ve alt boyutları ile evlilik uyumu alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmakta mıdır?

1.2. Araştırmanın Hipotezleri

1.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

2. Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu farkındalık arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

3.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu dürtü arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

4.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu kabul etmeme arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

5.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu açıklık arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

6.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin duygularını düzenleme güçlüğü alt boyutu amaç arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

7.Otizm tanılı çocuğa sahip olan ve olmayan ailelerin evlilik uyumları arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

8.Duygularını düzenleme güçlüğü ve alt boyutları ile evlilik uyumu alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

1.3. Araştırmanın Amacı

Bu araştırma otizm tanılı çocuğu olan anne-babaların evlilik uyumu ve duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamıştır. Otizm tanılı çocuğu olan anne-babaların evlilik uyumu ve duygu düzenleme güçlükleri bazı demografik yönlerden incelenecektir.

1.4. Araştırmanın Önemi

Yetişkinlik süreciyle birlikte yeni bir kimlik oluşumu ve buna bağlı olarak cinsiyet rolleri oluşmaktadır. Bu cinsiyet rollerinin oluşumunda ebeveynlerden görülen tutumlarda etkilidir. Cinsiyet rolleri oluşurken bireylerin duyguları, duygu kontrolleri ya da ilişkilere bakış açıları da şekillenmektedir. Bu bağlamda otizm tanılı çocuğa sahip olmanın evlilik uyumunu ve ebeveynlerin duygu durum düzenlemelerini ne düzeyde etkilediğini inceleyeceğiz. Yapacağımız bu araştırma bireylerin evliliklerinde ki uyum sürecini ve duygu düzenleme güçlüklerini incelemesi ve sürecin otizm tanılı bir çocuğa sahip olup olunmaması ile değişip değişmediğini incelemesi açısından önem taşımaktadır. Ek olarak, bu değişkenleri etkileyen sosyo-demografik değişkenlerin etkisini incelemek açısından da yaptığımız çalışma önem taşımaktadır. Yapacağımız araştırma diğer yapılacak araştırmalar için yol gösterici bir etki taşıyacağı düşünülmektedir.

1.5. Araştırmanın Sayılıları

Çalışmanın varsayımları;

1. Araştırmanın katılımcılarının soruları doğru biçimde cevaplayacakları düşünölmektedir.
2. Araştırmamızın evreni İstanbul şehrindeki çocuğu otizm tanısı almış ve almamış ebeveynlerden oluşmaktadır.
3. Araştırma da kullandığımız ölçekler kişisel bilgi formu, evlilik uyumu ölçeği, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği geçerli ve güvenilir ölçmektedir.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırmanın evreni İstanbul şehrindeki çocuğu otizm tanısı almış ve almamış ebeveynler ile sınırlıdır.
2. Araştırmada kullandığımız ölçekler, kişisel bilgi formu, evlilik uyumu ölçeği, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ile sınırlıdır.
3. Araştırmaya katılan ebeveynlerde cinsiyet dağılımı eşit değildir.
4. Araştırmaya katılan ebeveynlerin patolojileri olup olmadığı incelenmemiştir.
5. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği alt boyutları olan açıklık ve amaç için yapılan literatür taramasında özğün bir çalışma bulunamamıştır. Bu kapsam yaptığım güncel çalışmanın kısıtlılıkları arasındadır.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. OTİZMİN TANIMI

Günümüz dünyasında otizm kavramı hala tam anlamıyla açıklanamamaktadır fakat her otizm tanılı bireyin diğerinden değişik olan bir niteliği barındırdığı söylenmektedir.¹⁰ Otizm kavramı incelendiğinde idrak ve algı bozukluğuna yol açan organik bir bozukluktur. Yunanca ben anlamına da gelen “Autos” manasındadır.¹¹

Otizm kavramı ilk kez Leo Kanner tarafınca 1943 senesinde tanımlanarak açıklanmıştır. Otizm kavramı, davranıma ilişkin nitelikleri de kapsayan nöro-gelişimsel yönden hasar olmakla beraber, karşı karşıya sosyal etkileşimsel alanlarda, sözel iletişimsel bozukluklarda ve stereo tipik davranımlarının etkisiyle meydana gelebilmektedir.¹²

Otizm kavramı hayatın ilk üç senesi içerisinde meydana gelen ve hayat boyu süren bir özür olgusudur. Toplumsal ve sosyal ilişkilerin ilerletilmesinde hasara sebebiyet veren, sözel iletişim ve sözel olmayan iletişimde hasara yol açan, hayal gücü eksikliği, zorlayıcı ve takıntı boyutuna varan tekrar edici davranım ve tavırlar, ilgi ve alakadar oldukları alanların dar ve kısıtlı bulunması, sembolik oyun yahut soyut anlamlı, mecazi konuları anlamakta zorlanma gibi ana nitelikleri bulunmaktadır.¹³

Yaygın gelişimsel bozukluklar arasında en çok tanınan ve bilinen rahatsızlık otizm bozukluğu bulunmuştur. Otizm kavramı, davranımla alakalı nitelikleri içeren nöro-gelişimsel bir özür şekli olmakla beraber, iki taraflı sosyal etkileşim içerisinde ve sözel iletişimde bozulmalar ile ayrıca stereo tipik davranış tarzlarıyla karakterize olan bir kavramdır.¹⁴

Otizm; belirtileri erken çocuklukta başlayan, karşılıklı sosyal etkileşim ve iletişim becerilerinde yetersizlik, basmakalıp ve yineleyici (stereotipik) davranışlar, sınırlı ilgi

¹⁰ Elvan Şahin Zeteroğlu, *25-72 Aylar Arasındaki Otistik Çocukların Gelişimlerinin İncelenmesi*, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 45, 2006, s.45-47 (*Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*)

¹¹ Ahmet Güneş, *Otizm ve Otistik Çocukların Eğitimi*, İlya Yayıncılık, İzmir, 2005, s.13.

¹² Kanner, a.g.e., s.217-250.

¹³ Barış Korkmaz, *Yağmur Çocuklar: Otizm Nedir?*, 8. Gün Özel Eğitim Rehabilitasyon ve Psikolojik Danışma Merkezi, 2005, s.28

¹⁴ Mary Alhage Kientz ve Winnie Dunn, *A Comparison of The Performance of Children With And Without Autism On The Sensory Profile*, American Journal of Occupational Therapy, 51,7, 1997, s.530-537.

alanları ve kısıtlı işlevsellik ile kendini gösteren, etkileri yaşam boyu devam eden nöro-gelişimsel bir bozukluktur.¹⁵

Otizm, hayatın erken döneminde karşımıza çıkarak ve hayat boyu sürerek; sosyal açıdan ilişki kurmada, iletişim becerileri, davranım ve zihinsel gelişimde geç kalmaya sebebiyet veren nöro-biyolojik temelli olduğu varsayılan bir bozukluk türüdür.¹⁶

Otizm tanılı olan çocuk bireyler tıpatıp birbirinin aynısıdır denilemez, klinik yönden bakıldığında ise heterojen bir rahatsızlık olduğu söylenmektedir. Zaman geçtikçe, bu bireylerde gözlemlenen kendine has ve özgün davranımlarda bile bir takım değişimler oluşabilir.¹⁷

Otizm, hayatın oldukça erken zamanlarında başlangıç gösterebilen ve hayat boyu süregelen nöro-psikiyatrik hastalık olarak açıklanmaktadır. Sözcük yönünden “kendine dönük” manasını içermektedir. Erken çocukluk çağı psikoza, atipik gelişim grafiği çizen çocuk bireyler yahut çocukluk şizofrenisi şeklinde de tanımlanmakta olan sendrom; “infantil otizm” olarak açıklanmış olan bir yaygın gelişimsel bozukluk türüdür.¹⁸

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) ifadesi; ilk kez Wing ve Gould (1979) tarafından, üç temel alanda (sosyal karşılıklılık, iletişim ve sınırlı ilgi alanı veya tekrarlayıcı davranışlar) yer alan otizm belirtilerinin değişen şiddette ve farklı şekillerde ortaya çıkabilecek heterojen bir tablo olarak tanımlanmıştır.¹⁹ Bleuler’in “Otistik Psikopatoloji” terimi ile başlayan nozolojik süreç otizmin heterojen klinik tablosunun ve ayrıcı tanısının görece netleştirilmesi ile günümüzde Otizm Spektrum Bozukluğu kavramına evrilmesiyle sonlanmıştır.

DSM-IV’te OB tanısı için, 3 alandaki (sosyal etkileşim alanında en az iki, iletişim becerileri alanında en az bir, tekrarlayıcı davranışlar ve kısıtlı ilgi alanında en az bir)

¹⁵ Association, A.P., *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*, American Psychiatric Pub, 2013.

¹⁶ Özgür Yorbık, vd., *Asperger Sendromu ve Yüksek Fonksiyonlu Otizmin Tanısal Ayırımı*, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 3.2, 2000, s.102-110.

¹⁷ Catherine Lord, and James P. McGee, *Educating Children With Autism: Committee On Educational Interventions For Children With Autism*, *Division of behavioral and social sciences and education*, 2001, s. 211-231.

¹⁸ Aydan Aydın, *Otizimde İlk Adım*, Epsilon Yayıncılık, 2003, s.87-88

¹⁹ Lorna Wing ve Judith Gould, *Severe impairments of social interaction and associated abnormalities in children: Epidemiology and classification*, *Journal of autism and developmental disorders*, 9(1), 1979, s.11-29.

12 belirtiden en az 6 tanesinin olması ve belirtilerin 3 yaşından önce başlaması öngörülmüştür.²⁰

DSM-5 ile otizm spektrum bozukluğu belirtilerinin kümelendiği alanların sayısı üçten ikiye indirilmiştir. “Sınırlı ve yineleyici ilgi, davranış ve etkinlikler” alanı varlığını korurken, toplumsal etkileşim ve dil alanları “sosyal etkileşim/iletişim eksiklikleri” adı altında birleştirilmiştir. DSM-5’e göre otizm spektrum bozukluğu tanısı için “sosyal etkileşim/iletişim eksiklikleri” alanındaki üç ölçütten üçünün; “sınırlı ve yineleyici ilgi, davranış ve etkinlikler” alanındaki dört ölçütten en az ikisinin karşılanması gerekmektedir. “Sınırlı ve yineleyici ilgi, davranış ve etkinlikler” alanına duyuşal uyarılara karşı aşırı ya da yetersiz tepki gösterme ve duyuşal uyarılarla olağandışı biçimlerde ilgilenme ölçütü eklenmiştir. Belirtilerin erken çocukluk döneminde ortaya çıkma zorunluluğu hala geçerli olmasına karşın, çevreden gelen sosyal taleplerin kişinin sınırlı kapasitesini aştığı, daha geç dönemlere kadar belirtilerin tam anlamıyla fark edilememe ihtimalinin de not düşülmesi gerekmektedir.²¹

1.1.1 Otizm’ in Tarihçesi

Otizm kavramı karşımıza ilk kez 1700’li senelerde Fransa’da Jan Itard ve İngiltere’de John Halsam tarafından dile getirilmiştir. Bu bilim insanların katkılarıyla otizm kavramı incelenmiş ve otizimli bireylerin herhangi bir teşhis almadan diğerlerine göre farklı olan kişiler olarak adlandırılması yapılmıştır. Otizm kelimesini, ilk kez 1911 senesinde, İsviçreli psikiyatr Eugen Bleulerce kullanıldığı görülmüştür. İletişim reddi ile gerçeklik kavramına ilişkin algıda bozulma şeklinde tanımlanan bu “otizm” kavramı, bu çağda şizofrenisi bulunan hasta kimselerde karşımıza çıkan semptomları kapsamaktaydı. 1943 senesinde, çocuk psikiyatrı Leo Kanner, on bir çocuk bireyin üstünde gerçekleştirdiği gözlem ve yaptığı inceleme çalışmaları neticesinde otizm kavramını sendrom şeklinde açıklamıştır.²² Yakın bir zamanda Avusturyalı bir diğer çocuk hekimi olan Hans Asperger de aynı şekilde bu benzeyen özelliklerin ve problemlerin farkına varmış, araştırmaları alman dergilerince basılmıştır. Bu zaman diliminin ilerleyen sürecinde, otizm konusu binleri aşan araştırmalarda tartışılmış, bu alandaki bilim insanlarınca bu durumla alakalı pek çok

²⁰ Association, A.P., *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, 4rd edn, Washington, DC. Deutsche Ausgabe: Diagnosti, 1996.

²¹ Lorna Wing vd., *Autism spectrum disorders in the DSM-V: better or worse than the DSM-IV?*, Research in developmental disabilities, 32(2), 2011, s.768-773.

²² Fazlıoğlu vd., a.g.e., s.15

soruya cevap aranmış ve bir takım tedavi edici yöntem ve teknikler geliştirilmeye çalışılmıştır.²³

“Otizm” kavramına ilk kez İsviçreli psikiyatr Eugen Bluer 1911 de değinmiş ve normalde bu kavramı içe kapanmış şizofreni hastalarını tanımlamak için kullanmıştır. Leo Kanner 1943 senesinde bu kavramı Bluer’dan ödünç alarak yaşı 2 ve 8 arasında değişkenlik gösteren, sosyal yönden izole (yalıtım) olmuş, yineleyici davranışlarda bulunan, söylenen sözcükleri tekrar etmek ve yalnız kalmayı istemek gibi isteklerde bulunan ve bu yönde davranım gösteren 11 çocuk birey hakkında “Otistik Bozukluk” kavramını kullandı. Kannerla aynı çağ ve zamanda ama birbiriyle bağıntılı olarak değil tamamen bağımsız biçimde Hans Asperger, bu durumu “Asperger Sendromu” şeklinde açıklamıştır.^{24 25}

Tarihte otizmi çağrıştıran davranışlar ve tedavisi üzerine tanımlamalara ilk olarak 18. yüzyılda karşılaşılmaktadır. Martin Luther’in eserlerinde şiddetli derecede otizm belirtileri taşıyan 12 yaşında bir erkek çocuğunun öyküsü vardır. Luther’in yazıcısı Johannes Mathesius’a göre, Luther çocuğun şeytan tarafından ruhuna girilmiş, ruhsuz bir et parçası olduğunu düşünmüş ve boğulmasını önermiştir. 1798’de 12 yaşına dek ormanın yaban yaşamı içinde kalmış ve otizmin çeşitli belirtilerini göstermiş Aveyron’lu Victor hakkında, yakalandıktan sonra Fransız yetkililer tarafından ağır zekâ geriliği olduğu ve eğitilemez olduğu kararı verilmiştir. Buna karşın bir işitme engelliler okulunda danışman olan Jean Itard çocuğun eğitilebilir olduğuna inanmış ve öz bakım becerileri kazanma, sosyal ilişkiler kurma ve taklit yoluyla konuşmayı sağlamaya yönelik davranışsal bir tedavi programı uygulamıştır.²⁶

Yunanca ‘ben’ anlamına gelen ‘autos’ kelimesinden köken alan ‘otizm’ terimi, ilk defa Bleuler (1911) tarafından, şizofreninin temel belirtilerinden biri olarak gözlemlendiği egosantrik-ben merkezci düşünmeyi tanımlamak için kullanılmıştır ve dışarıdan gelen herhangi bir uyarının yarattığı dayanılmaz rahatsızlık duygusuna karşılık bireyin fantezilerine otistik çekilmesi olarak ifade edilmiştir.

²³ Barış Korkmaz, *Yağmur Çocuklar, Otizm Nedir?*, İkinci Baskı, Doğan Kitapçılık, İstanbul, 2000, s.36.

²⁴ Lynn Kern Koegel vd., *Overcoming Autism, Vikiing Penguin Group*, London, 2004, s.93.

²⁵ Jane Smith Case, and Heather Miller, *Occupational Therapy With Children With Pervasive Developmental Disorders*, American Journal of Occupational Therapy, 53,5, 1999, s.506-513.

²⁶ Sula Wolff, *The history of autism. Eur Child Adolesc Psychiatry*, 13(4), 2004, s.201-208

Türkiye'ye bakıldığında Çocuk Psikiyatrisi 1955-56 senelerinde Ankara Üniversitesinde Prof .Dr. Mualla Öztürk tarafınca oluşturulmuş ve otizmle alakalı araştırmalar kurucu olan aynı kişi tarafınca, o yıllarda araştırılmaya başlanmıştır. Bu yapılan araştırmalar ilerleyen zamanlarda da sürdürülerek, 1989 senesinde “Otistik Çocuklar Tedavi, Eğitim ve Araştırma Merkezi” kurularak, oluşturulmuştur. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesine bağlı şekilde kurulmuş olan bu merkez amaç olarak tedavi etme, eğitim, bilgi ve araştırma sağlamak maksadıyla oluşturulmasına rağmen ilerleyen zamanda otizm için en doğru tedavi şeklinin eğitmek ile olması gerektiği olgusunu saptayarak OÇEM’lerin ne kadar gerekli olduğunun anlaşılmasını bir kez daha kanıtlamıştır. Eğitim sağlamak maksadıyla Ankara’da 1988 senesinde “Özel Uyum Özel Eğitim Merkezi” otizm tanılı çocuk bireylerin eğitilmesi için başlatılmıştır. 1989 senesinde “Otistik Çocukları Koruma Derneği” kurulmuş ve 1992 senesinde ise “Özel İlgi Özel Eğitim Merkezi” adlı kurum eğitim çalışmalarına hız vermiştir. İstanbul’da ise “Kadıköy-Moda Hayriye Kemal Kusun Anaokulu Eğitim-Uygulama Okulu ve Mesleki Eğitim Merkezi” bünyesinde yalnızca bir sınıf otizm tanılı çocuk bireylere tahsis edilmiştir. “Saadet Anaokulu, Eğitim-Uygulama Okulu ve Mesleki Eğitim Merkezi” ise yine otizm tanılı çocuk bireylere eğitim sağlamak maksadıyla bir sınıf açmıştır.²⁷

1960'lara gelindiğinde Çocukluk Çağı Şizofrenisi ve Otistik Bozukluk arasındaki tanısal ve kavramsal karışıklık belirgin hissedilmekte, otizmin doğası ve nedenleri hakkında daha fazla karmaşa gözlenmektedir. Ancak elde edilen bilgiler ve biriken kanıtlar hastalığın nöro-patolojik bir süreç olduğu hakkında ipuçları vermektedir.²⁸

Wing ve Gould tanımlamayı genişleterek “Otizm Spektrum Bozuklukları” ifadesini kullanmış, üç temel alanda yer alan belirtilerin her birinin değişen şiddette ve birçok farklı şekillerde ortaya çıkabileceğini belirtmişlerdir. Örneğin, sosyal alanda bozulmanın sadece Kanner’in tarif ettiği ‘uzak durma’ şeklinde değil, ‘pasiflik’ veya ‘aktif ancak uygunsuz’ ile de olabileceğini ifade etmiş ve buna göre ‘soğuk, pasif ve aktif fakat tuhaf’ şeklinde üç alt grup önermiştir.²⁹

Otizm, Rutter’ın tanı sınıflandırması doğrultusunda uluslararası sınıflandırma sistemlerinde ilk ICD-8’de (International Classification of Diseases – 8th edition) (1967) şizofreninin alt gruplarından biri olarak yer almıştır. ICD-9’da bebeklik otizmi;

²⁷ Murat Aksüt, *Yeni Bin Yılın Yeni Eğitim Merkezleri (Oçem’ler) ve Otistik Bireylerin Eğitimi*, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Dergisi, Afyon, 3, 2, 2001, s.57-71.

²⁸ Seçil İncekaş, *Çocukluk otizmini derecelendirme ölçeği türkçe formu geçerlik ve güvenilirlik çalışması*, Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi, 2009.

²⁹ Wing ve Gould, a.g.e., s.11-29

erişkin şizofrenik bozukluğun öncülü olarak, çocuklukta başlayan psikozlar grubu içinde yer almaktaydı. 1992 yılında yayınlanan ICD-10'da Otistik Bozukluk, YGB başlığı adı altında diğer bozukluklarla beraber yerini almıştır.³⁰

1.1.2. Otizm Spektrum Bozukluğu İçin Tanı Kriterleri

Günümüz de teşhis koyma anlamında standart olan ve olmayan pek çok test geliştirilerek oluşturulmuştur. Fakat son dönemlerde, otizm teşhisi, 1994 senesinde "Amerikan Psikiyatrlar Birliği" tarafınca yapılmış olan bir sınıflandırmayı içeren "Mental Hastalıkların Tanısal ve İstatistiksel olarak Sınıflandırılması (DSM-IV)" ve 1999 senesinde "Dünya Sağlık Örgütü" tarafınca geliştirilerek güncellenen "Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması (ICD-10)" temelde ele alınarak teşhis oluşturulmaktadır.³¹

1.1.3. Otizm Spektrum Bozukluğu DSM-V Tanı Kriterleri

A. Şimdi veya geçmişte farklı şekillerde görülen toplumsal iletişim ve toplumsal etkileşimde sürekli yetersizliğin olması.

1) Sosyal-duygusal karşılık vermede yetersizlik (örn. sıradışı toplumsal yaklaşma, karşılıklı konuşmada güçlük; ilgilerini, duygularını veya duygulanımını paylaşmada yetersizlik, sosyal etkileşime cevap vermeme gibi yetersizlikler.)

2) Sosyal etkileşim için kullanılan sözel olmayan iletişimsel davranışlarda yetersizlik (örn. sözel ve sözel olmayan iletişimde yetersizlikler, sıra dışı göz kontağı, beden dili veya jestleri anlamakta ve kullanmakta yetersizlik; yüz ifadesi ve beden dilinde bariz eksikler.)

3) İlişkileri geliştirmekte, devam ettirmekte ve anlamakta güçlük (örn. farklı toplumsal ortamlara uygun davranmamak, hayali oyunda yetersizlik, arkadaş edinememe ve arkadaşla ilgi duymama gibi.)

Şu anki şiddeti: Şiddet sosyal iletişimsel alanda yetersizlikler ve kısıtlı, tekrarlayıcı davranışlara göre belirlenir.

³⁰ Fred Volkmar vd., *Handbook of autism and pervasive developmental disorders, diagnosis, development, neurobiology, and behavior*, John Wiley & Sons, 2005.

³¹ Doyle ve Doyle, a.g.e., s.38.

B. Aşağıdakilerden en az ikisinin varlığı ile kendini gösteren, şu an veya geçmişte sınırlı, tekrarlayıcı davranışlar, ilgiler ya da etkinlikler.

1) Basmakalıp veya tekrarlayıcı motor hareketler, nesne kullanımı veya konuşma (Basit motor stereotipiler, oyuncakları dizme veya çevirme, ekolali, kendine özgü cümleler)

2) Aynılıkta ısrarcılık, rutinlere sıkı sıkıya bağlı olma veya ritüelleşmiş sözel ve sözel olmayan davranışlar, (örn. önemsiz değişikliklerde aşırı kaygı, geçişlerde zorlanma, katı düşünce tarzı, selamlaşma ritüelleri, her gün aynı yolu veya aynı yemeği tercih etme gibi.)

3) Konu veya yoğunluk açısından sıra dışı sınırlı, sabit ilgiler (sıra dışı nesnelere anormal aşırı bağlılık, aşırı tekrarlayıcı veya sınırlı ilgiler.)

4) Duyusal olarak aşırı ya da az duyarlılık veya uyaranların duyusal boyutuna aşırı ilgi (acıya/sıcağa aşırı duyarsızlık, belirli ses veya dokunuşlara karşı beklenmeyen tepki, nesnelere aşırı koklama veya onlara aşırı dokunma, ışık veya hareketle görsel olarak çok meşgul olma.)

Şu anki şiddeti: Şiddet sosyal iletişimsel alandaki yetersizlikler ve kısıtlı, tekrarlayıcı davranışlara göre belirlenir.

C. Belirtiler erken gelişim dönemlerinde mevcut olmalı (toplumsal beklenti sınırlarını aşıcaya dek fark edilmemiş veya daha sonra öğrendiği yollarla gölgelenmiş olabilir.)

D. Belirtiler sosyal, mesleki ve başka önemli alanlarda klinik olarak anlamlı düzeyde bozukluğa yol açmalıdır.

E. Bu bozukluk zihinsel yetersizlik veya genel gelişimsel gerilik sebebi ile olmamalıdır. Gerçi zihinsel yetersizlik ve OSB sıklıkla bir arada görülür, ancak OSB ve zihinsel engellilik tanısı konması için sosyal iletişimsel düzeyin genel gelişimin altında olması gerekir.

Not: DSM-IV'e göre Otistik Bozukluk, Asperger bozukluğu ve YGB-BTA tanısı almış olanlara OSB tanısı verilmelidir. Sosyal iletişimsel alanda problem olan ancak OSB tanısı almayanlar sosyal (pragmatik) iletişimsel bozukluk açısından değerlendirilmelidir.

- Zihinsel yetersizliğin eşlik edip etmediğini,
- Dil yetersizliğinin eşlik edip etmediğini
- Bilinen bir tıbbi, genetik veya çevresel faktörün eşlik edip etmediğini,
- Başka nörogelişimsel, ruhsal veya davranışsal durumların olup olmadığını,
- Katatoninin eşlik edip etmediğini belirtiniz

DSM-5 taslağına göre, klinisyenlerin YGB içinde yer alan ayrı tanı kategorileri arasındaki farkı ayırt etmek yerine kişiyi otizm spektrumu tanısının içine daha güvenilir bir şekilde yerleştirebileceği ve kişinin sahip olduğu durumun şiddetini belirleyebileceği öngörülmüştür.³² DSM-5'te kategorik bir ayırım yapmaktan vazgeçilmesi ve belirtilerin şiddetinin derecelendirilmesi gibi değişikliklerin, otizmde gözlenen heterojen görünümleri daha güvenilir, geçerli ve gelişimsel açıdan duyarlı bir şekilde tanımlamaya olanak sağlayacağı düşünülmektedir.³³ Şiddeti belirlenmiş tek bir otizm tanısının yer alması, otizm spektrumundaki bireylere sunulacak müdahale yöntemlerinin bireysel özellikler ve ihtiyaçlar üzerine şekillenmesini kolaylaştıracak olumlu bir adım olarak görülmektedir.³⁴

1.1.4. Otizm Spektrum Bozukluğuna Neden Olan Faktörler

Değişik alanlar da pek çok uzman tarafından yapılan çalışmalar sonucu, otizmin çocukluk çağında başlangıç gösteren ve ilerleyen yetişkinlik çağı boyunca da sürerek, tek bir sebebe dayanmayan ruhsal, biyolojik, heterojen etmenlerin etkisiyle oluşturduğu bir gelişimsel rahatsızlık durumu şeklinde açıklanması yapılmıştır.³⁵

Annelerin, doğum sürecinin öncesinde ve sırasında maruz kaldığı durumların da (rubella, herpes, ensefalit, alınan ilaçlar, Rh uyumsuzluğu) otizm oluşumuna

³² Banu Tortamis Ozkaya, *Yaygın Gelişimsel Bozukluktardan Otizm Spektrum Bozukluğuna Gecis: DSM-5'te Karsımıza Çıkacak Değişiklikler*, Psikiyatride Guncel Yaklaşımlar/Current Approaches to Psychiatry, 5(2), 2013, s.127-140.

³³ Hiroshi Kurita, *How to deal with the transition from Pervasive Developmental Disorders in DSM-IV to Autism Spectrum Disorder in DSM-V*, Psychiatry and clinical neurosciences, 65(7), 2011, s.609-610.

³⁴ M. Borden,, *Treating individuals who have autism: DSM-V, ABA, and beyond*, Brown University Child & Adolescent Behavior Letter, 27(8), 2011, s.1-6.

³⁵ Orhan Öztürk, *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Nobel Tıp Kitapevleri, Ankara, 11, 2004, s.342-355.

sebebiyet verebileceği düşünülmektedir. Hamilelik süresince ve doğuma uygun şartların azalması gibi etmenler de otizm ile alakalı bulunabilmektedir.³⁶

Nörologlar ise, otizm tanılı kişilerde beynin merkezi sinir sisteminde normal gelişimin olmayabileceği ihtimalini düşünmektedirler. Bu durumun neticesinde, beynin farklı bölgelerinde (cerebellum, hippokampus, sol medialfrontal korteks, limbik sistem, amigdala, fronto- limbik bağlantı) hücre hacminde azalma görülmesi, yoğunluğunda artışa rastlanması şeklinde anormalliklerin varlığı ile buna bağlı olarak da fonksiyon farklılıklarının oluşabileceğini öne sürmektedirler.³⁷

Otizmin başlamasına sebep olan etkenlerin birisinin de genler olabileceği düşünülmektedir. Bağışıklık sistemi düzenlenmesinde ve fonksiyonlarının kontrol edilmesinde C4B geninin eksikliği sonucunda otizm, disleksi ve dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu ortaya çıkabileceği söylenmektedir.³⁸

Otizm teriminin açığa çıkartılmasında yapılmış ilk araştırmalarda, ebeveynlerin ilgisizliği ve çocuğa karşı olan yaklaşım stiline otizme neden oluşturabileceği söylenmektedir. İlerleyen süreçteyse otizmin ebeveyn tutumundan, ekonomik etkenlerden kaynaklanmadığı, her sınıf ya da her maddi durumda açığa çıkabileceği söylenmektedir. Otizm sebeplerinin genetik etmenlerde yoğunlaştığı bilirse de çevresel etmenlerinde etki ettiği söylenmektedir.³⁹

1.1.5. Otizmin Görülme Sıklığı

Her on bin kişi içerisinde, dört-beş kişinin otizme sahip olduğu öngörülürken, on beş-yirmi kişide de otistik davranışlar görüldüğü düşünülmektedir. Otizm, erkekler ile kadınlar kıyaslandığında erkekler de 3-4 kez daha sık olarak karşımıza çıkmaktadır. Otistik çocuklarda kardeşlerinin otistik olma ihtimali yüzde 3 olduğu söylenmekte ve bu riskin normale göre yüzde 10 oranında daha fazla risk barındırdığı söylenmektedir. Tek yumurta ikizlerindeyse bir tanesi otizm tanılı olduğu zaman

³⁶ Anthony M. Graziano, *Developmental Disabilities: Introduction To A Diverse Field*, Allyn & Bacon, 2002, s.112

³⁷ Simon Baron-Cohen, *Autism, Research Into Causes and Intervention*, Pediatric rehabilitation, 7, 2, 2004, s.73-78.

³⁸ James McCandless, *Otizmi Şimdi Yen, Açlık Çeken Beyinler*, Prestij Yayınları, İstanbul, 2000, s.94

³⁹ Pauline A.Filipek vd., *The Screening And Diagnosis of Autistic Spectrum Disorders*, Journal of autism and developmental disorders, 29.6, 1999, s.439-484.

diğerinin de otizm tanılı olma ihtimali çalışmalara göre farklılık gösterebilmektedir, oran olarak %36-91 aralığı içerisinde bulunmaktadır.⁴⁰

Yapılan son çalışmalar gösteriyor ki; toplumda “otizm spektrum bozukluğu” görölme prevalansı 10.000’de 60, yani hemen hemen 156 çocukta 1 şeklinde gösterilmektedir.⁴¹ Son zamanlarda görölmekte olan bu büyük artışın sebepleri olarak; kavramsal bakımdan yapılan değişimler, teşhis kıstas alımlarındaki değişimler, otizm araştırma sistemlerinin gelişim göstermesi, otizme sebep olduğu öngörülen çevresel risk etmenlerindeki artış düzeyi, belli genetik-sosyal değişimlerdeki olması muhtemel bağıntılar, toplumdaki farkındalık seviyesinin artış göstermesi ve erken dönemde tanı, teşhis ve müdahale söylenebilmektedir.⁴²

Hem klinik alanda hem de epidemiyolojik araştırmalarda, erkek bireylerde otizm oranının kadınlara oranla 3,5 ya da 4 kat daha sık bulunduğu söylenmektedir. Zihinsel değerlendirme ve ölçümlerdeyse otizm tanılı kız çocuk bireylerinin otizm tanılı erkek çocuk bireylere oranla ileri düzeyde bilişsel fonksiyon geriliği bulundurduğu görölmemektedir.

1.1.6. Otizm Tanılı Çocukların Özellikleri

1.1.6.1. Sosyal-Duygusal Gelişim Özellikleri

Hobson 1986, normal çocuk ve bebeklerin sosyal kabiliyetlerinin doğuştan mevcut olduğunu, bu durumun başka kimselerle duygusal yönden dokunma vasıtasıyla yakın ilişki sağlayarak meydana getirdiklerine dikkat çekmiştir. O halde otizm tanılı çocuk bireyler de doğuştan bu kabiliyetin olmadığı bu sebeple otizm tanılı çocuk bireylerin sosyal davranış yönünden sınırlılıklarının(anormalliklerinin) nedenini açıklamaktadır. Otizm tanılı çocuk bireylerde, başka kişilerin duygusal durum ve hallerini anlamada sıkıntı ve güçlük yaşadıkları söylenmektedir.⁴³

Otizm tanılı kişilerin, sosyal ilişki anında maruz kaldığı zorluklar ve sapmalar bu bozukluğun en öne çıkan niteliği olmaktadır. Otizm tanılı çocuk bireyler, anne-babaya yahut bakım veren kişiye karşı bağlanma sorunu yaşarlar. Ayrıca başka

⁴⁰ Barış Korkmaz, *Nörolog Olmayanlar İçin Nöroloji Sempozyum Dizisi*, İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakóltesi, Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, İstanbul, (42), 2005, s.199-208.

⁴¹ Baird Gillian vd., *Prevalence Of Disorders of The Autism Spectrum In A Population Cohort Of Children In South Thames*, the Special Needs and Autism Project (SNAP), *The Lancet*, 368, 9531, 2006, s.210-215.

⁴² Mary Coleman, *The Neurology of Autism*, Oxford University Press, Colombo, 2005, s.78-83

⁴³ Fred R.Volkmar ve Catherine Lord, *Diagnosis And Definition of Autism And Other Pervasive Developmental Disorders*, *Autism and pervasive developmental disorders*, 1998, s.1-31.

kimselerle de iletişime geçmek konusunda kendilerini bu duruma ihtiyaçları varmış gibi hissetmezler ve gereksinim duymadıkları düşünölmektedir. Bebeklik çağında ise genelde diğer bebekler gibi normal şekilde ağlayarak herhangi bir ihtiyaçlarını istemek yerine ağlamaz, kayıtsız kalır ve iyi huylu bebek şeklinde düşünölmekle fark edilmemektedirler. Kucaklaşmaya, öpmeye, sevilme durumlarında kalındığında kayıtsız ve umursamaz durabildikleri gibi aşırı tepkide de bulunabilmektedirler. Göz teması kuramama sınırlı olabildiği gibi, yok denecek kadar az da olabilmekte yahut hiç bulunmadığı da görölmektedir.⁴⁴

1.2. EVLİLİK UYUMU

1.2.1. Evlilik Tanımı

Toplumsal yaşamın sürmesi ve insanların hayatını devam ettirebilmesi için aile oldukça önemlidir. Kişiler, sevgi ihtiyacı, beslenme, duygusal gelişim, bakım, psikolojik gelişim, kültürel değerleri kazanma, eğitim, zihinsel gelişimi sürdürme gibi temel ihtiyaçlarını aile de karşılarlar. Bunlarla birlikte ailede kurulan ilişkiler, kişilerin sosyal becerilerinin ve kişiliğinin gelişmesini sağlayıp, onları topluma hazırlar ve kişilerin topluma uyumunu gerçekleştirir. Dünyanın birçok yerinde ve çeşitli geleneksel yapılarda evlilik kurumuyula karşılaşılmaktadır. Bu durum evlilik kurumunun, kişisel ve sosyal fonksiyonlardan sorumlu bir olgu olmasıyla alakalıdır. Bu fonksiyonlar ve görevler genel olarak, tatmin edici ve iyi bir cinsel birliktelik, toplulukların nereden geldiğinin öğrenilmesi, toplumsal cinsiyet rollerinin kadınlara ve erkeklere kazandırılması, üretim ve tüketim işleridir. Evlilik olgusu anlam itibariyle aile olgusundan daha nettir. Aile, bir topluluktur. Evlilik ise iki insanın ortak bir hayat sürdürmek, aynı yaşamı paylaşmak, evlat sahibi olmak ve bu evlatları büyötmek gibi farklı ideallerle birleşmeleri ve bu birleşmeyi yazılı bir anlaşmayla sabit hale getirmeleridir. Evlilik kurumsal, ilişki temelli, kadına ve erkeğe karı-koca sorumluluğu yükleyen, çocukların yer aldığı, devlet tarafından onaylanmış, kişilere çeşitli haklar ve güçler veren, kanunlar tarafından korunan ve kontrol edilen bir ilişki türüdür. Bu haklar ve güçler kanunun yanı sıra sosyal normlar, kültür ve dini inanışlarla da sağlam bir hale getirilmiştir.⁴⁵

Psikoanalitik yaklaşımda evlilik obje ilişkileri kuramı üzerine kurulmuştur. Bu kurama göre evlilik kişilerin ilk obje(nesne) ile kurdukları ilişkinin yaşamları boyunca devam ettirmelerini üzerinedir. Kişilerin eşleriyle kurdukları iletişimleri, ilk nesne (bakım

⁴⁴ Sedat Özusta, *Otizim, Tanı ve Ayrırcı Tanı*, Nobel Tıp Kitapevi, İstanbul, 1999, s.125-126.

⁴⁵ İbrahim Ethem Ozguven, *Evlilik ve Aile Terapisi PDREM Yayınları*, Ankara, 2000, s.230-231

veren) ile kurdukları ilişkinin devamı ve tekrarı olduğunu iddia etmektedir. Psikoanalitik evlilik yaklaşımı evlilik ilişkisinin küçük yaşlardan itibaren kişinin geliştirdiği obje(nesne) ilişkilerine göre şekillendiğini belirtmekte ve transferansın evlilik üzerindeki etkisi üzerinde durmaktadır.⁴⁶ Analitik kuramdaki bir başka görüş ise eşlerin birbirlerine karşı bilinç düzeyinde ve bilinçdışı düzeydeki beklentilerinin evliliğin dengesini sağlamada etkili olduğu üzerinedir. Eşlerin yaşadığı fanteziler ve savunma mekanizmaları, ilişkinin niteliğini belirlemede önemli bir payı vardır. Eşlerin birbirlerinden beklentileri karşılandığı zaman uyum gerçekleşirken, karşılanmadığı zaman uyum gerçekleşmeyeceği düşünülmektedir.

Evlilik olgusunun daha iyi anlaşılmasını sağlayan, birçok farklı kavram bulunmaktadır. Bu kavramlardan evlilik kalitesi kavramı en bütüncül ve kapsamlı olanıdır. Evlilik kalitesi kavramı, evlilik uyumu, doyum, mutluluk ve bütünlük kavramlarını içerir. Evlilik kalitesi genel olarak evli partnerlerin evliliklerini nasıl algıladıklarını anlamamıza yardımcı olur. Evlilik kalitesinin yüksek olması, uyumlu bir birlikteliğin, sağlıklı iletişime sahip olmanın, ilişkiden tatmin ve mutlu olmanın da yüksek olmasıyla doğrudan ilişkilidir. Evlilikle ilgili birbirlerinin yerine en sık kullanılan kavramlar evlilik uyumu ve doyum kavramlarıdır. Bunun sebebi iki kavram arasında anlamlı bir ilişki olmasıdır. Kimi kaynaklara göre doyumlu bir evliliğe sahip olan partnerlerin, aralarında bir uyum vardır ve bu iki kavram aynı şeydir. Fakat kimi uzmanlar doyum ve uyum kavramlarının birbirlerinin yerine kullanılamayacağını belirtmektedirler.

Evliliği anlamak için üç ana güdü üzerinde durulmaktadır;

1. **Biyolojik Güdü:** Beraber bir hayat sürme, cinsel birliktelik isteği, cinsel ilişkiden tatmin olma ve güvenlik ihtiyacı.
2. **Psişik Güdü:** Sevilen ve arzulanan partner tarafından hoşlanılmak, sevilme, onaylanma, aile üyeleri arasındaki güven duygusudur.
3. **Toplumsal Güdü:** Toplumsal isteklere, normlara ve geleneklere uyarak kazanılan statüdür.⁴⁷

Evlilik üzerinde etkili olan değişkenlere bakıldığında Larson tarafından 2002 senesinde oluşturulan “Evlilikte Üçgen Model” ni konu alan yazında 3 kategoriye ayrılmaktadır.

⁴⁶ Ahmet Akın ve Eyüp Çelik, *Psikolojide güncel kavramlar III aile-evlilik*, Nobel Akademik Yayıncılık, İstanbul, 2015, s.234.

⁴⁷ Fahrunisa Boran, *Aşk ve Evlilik*, Epsilon Yayıncılık, İstanbul, 2003, s.121-123

Bireysel Özellikler

Problemler, stres karşısında dayanıksız olmak, mantık dışı inançlar, dürtüsellik, öfke ve agresyon, depresif duygu durum özellikleri, aşırı duyarlılık ve çekimsizlik evliliği etkileyen olumsuz özelliklerdir. Yüksek benlik saygısı, girişkenlik, uyumluluk ve dışadönüklük ise evliliği etkileyen olumlu bireysel özelliklerdendir.

Çift Özellikleri

Birliktelik yaşayan partnerlerin birbirlerini tamamlamaları, sağlıklı bir etkileşime sahip olmaları, güvenli bağlanmaları, ilişki içerisinde paylaşım yapmaya gönüllü olmaları, romantizmi koruyabilmeleri çift özellikleri olarak tanımlanmaktadır. Bu değişkenlerin kullanım şekilleri ve sıklıkları ilişkiyi olumlu ya da olumsuz bir şekilde etkilemektedir.

Çevresel Etmenler

Ailenin ilişki üzerindeki konumu ve rolü, ait olunan ailedeki yaşantılar, aileden ayrışabilme, ebeveynlerin birliktelikleri, ailenin ve sosyal çevrenin ilişkiyi desteklemeleri, iş yerinde yaşanan sorunlar, anne baba olmanın getirdiği sorumluluklar, maddi koşullar ve imkanlar, partnerin ailesi ve akrabaları gibi değişkenler çevresel etmenler olarak adlandırılırlar.⁴⁸

1.2.2.Evliliğin Fonksiyonları

Evlilik kişisel ve sosyal yönden zaman zaman direkt zaman zaman da dolaylı şekillerle birçok görevin yerine getirilmesini sağlar. Bu görevler fizyolojik, ruhsal, ekonomik veya toplumsal temelli olabilir. Evliliğin görev ve fonksiyonları şu şekilde sıralanabilmektedir:

- Evlilik cinsel ihtiyaçların uygun ve sağlıklı bir şekilde giderilmesine yardımcı olur. Aile ve sosyal ortamlarda kişilerin mutlu ve güvende olmalarını sağlar.
- İleride dünyaya gelecek evlatlar için uygun şartları ve aileyi oluşturur.
- Yasal hak ve yükümlülükler sahip olmaya yardımcı olur. Bu haklara miras ve sosyal güvenlik örnek olarak gösterilebilir.
- Maddi açıdan bireylerin güçlenmelerini sağlar.
- Paylaşım ve iş birliği sayesinde ortak hayat daha kolay bir hale gelir.⁴⁹

⁴⁸ Akar, a.g.e., s.24-26

⁴⁹ Sezer, a.g.e., s.47

1.2.3. Evlilik Uyumu

İnsanın dünyada var olması kadar uzun ve köklü bir geçmişe sahip olan evlilik kurumu, kişilerin hayatlarına yön veren bir süreci temsil etmektedir. Evlilikle birlikte kişilerin kazandıkları toplumsal ve duygusal güçler partnerlerin, bedensel, psikolojik ve toplumsal iyiliklerini de olumlu bir şekilde etkilemektedir. Bununla birlikte, partnerlerin evliliklerindeki neşe ve uyum sayesinde birbirlerinden farklı iki insan bir bütün haline gelecektir.⁵⁰

Yaklaşık olarak 4000 senedir var olduğu bilinen evlilik müessesesi, sosyal düzenin ve geleneklerin devamlılığının koruyucusu olmuş, dinler ve hükümetlerce de onaylanıp desteklenmiştir. Topluluklar da normlarına uygun olan evlilik çeşitlerini belirlemişler ve bu evlilik çeşitlerini kendi gelenekleriyle paralel olan etkinliklerle gerçekleştirmişlerdir. Geçmişten bugüne kadar olan süreçte evlilik, yasaların ve diğer toplumsal faktörlerin kabul ettiği bir birliktelik olmuştur.⁵¹

Günümüzde insanlığa ulaşan en eski evlilik dokümanı, Yahudilere ait olan ve milattan önce 5. asra tarihlenen Aramice yazılmış bir kağıttır. Yahudi kültürlerine göre evlilik anlaşmaları çoğunlukla erkeğin bir kalabalık önünde kadına söz verdiği bir seremoni şeklinde gerçekleştirilir. Yine Milattan önce 5. Asırda evlilik anlaşmaları, düğün gününden daha önce yapılmaktaydı. Bunun yanında evlilik anlaşmaları evlenecek erkek ile çoğunlukla gelin adayı olan kadının babası arasında konuşarak yapılmaktaydı. Bu anlaşma gelinin bilgisi dışında olmaktadır. Yapılan anlaşmanın kanuni ve maddi yükümlülükleri de bulunmaktaydı.⁵²

Evlilik, aile olmak için birlikte olan iki kişinin, bir yaşama ortak olma isteğiyle, birbirleri ve gelecekteki çocukları için sorumluluk almaya karar verdikleri, her toplulukta ve gelenekte farklı gerçekleştirebilen, alt birimleri olan evrensel bir müessesedir. Evlilik aynı zamanda, sosyal yapıyı meydana getiren insanların ilişkilerini, sosyal kurallarla uyumlu hale getirmesi ve sosyal yapının en önemli birimini yani aile birliğini oluşturmasıdır. Sosyal yapının onaylaması ve takdir etmesi, iyi kuşakların yetiştirilmesi, yetiştirilen kuşakların da kendi soylarının devamlılıklarını sağlaması için evlilik kurumu sağlıklı temeller üzerinde kurulmalıdır. Evlilik üzerine

⁵⁰ Dorie Giles Williams, *Gender, Marriage, and Psychosocial Well-Being*, Journal of Family Issues, 9,4, 1988, s. 452-468.

⁵¹ Sezer, a.g.e., s.47

⁵² Marilyn Yalom, *Antik Çağlardan Günümüze Evli Kadının Tarihi* (Z.Yelçe ve N. Domaniç Çev.), Çitlembik. İstanbul, 2002, s.34

gerçekleştirilmiş birçok araştırmada, çeşitli faktörlerin evlilikle olan ilişkisi ve bu faktörlerin evliliğe olan etkileri incelenmiştir.⁵³

Evlilik uyumu, evlilikteki canlılığı ifade eden bir kavramdır.⁵⁴ Partnerlerin günlük hayata ve farklılaşan şartlara alışabilmesi ve tüm bu değişimin yaşandığı süreçte birbirlerine de uyum sağlayabilmeleri şeklinde açıklanabilir. Aynı zamanda partnerlerin birbirlerinin isteklerini, hedeflerini, inançlarını, hayata karşı takındıkları perspektifleri anlamalarını ve birlikteliklerinden aldıkları hazzı tanımlamaları ve yorumlamalarıdır.⁵⁵

Evlilik uyumu kavramı, evliliği açıklarken başvurulan kavramların başında gelmektedir. Evliliğin niteliğini ifade etmek için evlilik uyumundan söz edilmektedir.⁵⁶

Uyumlu bir beraberlik veya aile hayatı, partnerlerin ilişkilerini ve bu süreci sağlıklı bir şekilde hazırlamaları ve emekleri sonucunda sakınmaları gereken bir olgu olarak görmeleriyle mümkün olacaktır. Bu yüzden bir ilişki iş birliği, anlaşma, bölüşme, sorumluluk alma ve hoş görebilme davranışlarının kazanılmasını gerektirmektedir. Aile içinde birlik duygusunun ve uyumun oluşabilmesi için, partnerlerin maddi konularda, psiko-sosyal konularda ve karar verme aşamalarında uzlaşabilmeleri önemlidir. Bu uzlaşma sağlanamazsa aile sisteminde bütünlüğün oluşturulması zorlaşacaktır. Bütünlüğün sağlanamadığı ailelerde aile içi sorunlar, boşanmalar ve duygusal çöküşler yaşanabilir.⁵⁷

Mutlu bir aile için evlilik uyumu en temel olguların başında yer almaktadır. Aile içindeki yaşantıların çoğunda ortak bir kanaate varmak, ortak bir kanaat oluşmadığında ise çatışmadan kaçınmak için sorun çözme becerisi edinmek yapıcı bir çözümdür. Yapılan çalışmalara göre demografik özellikler, çocuk yetiştirme ve ev işlerindeki görev dağılımları, olumlu kişilerarası etkileşim, hayata bakış açısı, kaliteli

⁵³ Hatice Yalçın, *Evlilik Uyumu ile Sosyo-demografik Özellikler Arasındaki İlişki*, Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 3,1, 2014, s. 250-261.

⁵⁴ Fışıloğlu, a.g.e., s.16-22.

⁵⁵ Binnur Yeşilyaprak, *Çalışan Anne ve Çocuk*, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2003, s.78-79

⁵⁶ Graham B. Spanier, *The Measurement Of Marital Quality*, Journal of sex & marital therapy, 5,3, 1979, s.288-300.

⁵⁷ Mürüvvet Bilen, *Ailede, Kurumlarda ve Toplumda Sağlıklı İnsan İlişkileri*, Teknik Basım, Ankara, 1983, s.67-69.

ve doyurucu zaman geçirmek için planlanan aktiviteler, ev ekonomisi gibi farklı olgularda uzlaşabilmek evlilik uyumunu etkileyen önemli değişkenlerdendir.⁵⁸

Evlilik uyumu, çiftlerin uyumlu birlikteliklerinin sonucu olarak evlilik hayatındaki memnuniyeti ve mutluluğu da tanımlar.⁵⁹ Uyumlu evlilik; eşlerin birbirleriyle iyi iletişim kurabildiği, hayatın önemli alanlarında uzlaşma sağlanabildiği, anlaşamadıklarında her iki tarafı da memnun eden ortak bir çözüm bulunabilen evliliğdir.⁶⁰ Evlilikte uyum, eşlerin günlük hayata ve hayat içinde değişen yaşam koşullarına uyum sağlaması ve eşlerin birbirlerine uygun olarak değişmesi ve esneyebilmesi olarak tanımlanmıştır.⁶¹ Evlilik uyumunun oluşması için eşlerin, evlilik süresince birlikte değişmelerinin gerekliliği kaçınılmazdır. Bu süreçte uyumu bozacak sağlıklı ve sağlıklı çatışmaların farkında olmak ve problemleri mantıksal olarak çözmeye çalışmak yararlı olmaktadır.⁶²

Evlilikte, eşlerin akraba ilişkileri, ev içi sorumlulukları paylaşmaları, çocuklara ilişkin sorunlar, boş zaman aktiviteleri, gelirin yönetimi, problem çözme, karar verme, duyguları ifade etme, beklentiler, değerler, amaçlar gibi şeylerle ilgili düşüncelerinde ortak bir noktaya varmaları evli çiftlerin evliliklerinde uyumlu olduğunu gösterir ve boşanma olasılığını azaltır.⁶³ Evlilik uyumu yüksek olan çiftlerin birlikte daha çok zaman geçirdikleri, farklı aktiviteler yaptıkları ve birbirlerine anlayışlı davrandıkları görülmüştür. Birbirleri ile iyi anlaşılan eşlerin evlilik uyumlarının da yüksek olması beklenmektedir.⁶⁴ Uyumlu evlilikte çiftlerin birbirleri ile ilişkilerinde sorun yaşamadığı belirtilmiştir.⁶⁵

⁵⁸ Zahide Merve Küçükçelik, *İlişkiye Dair İnançlar ve Bilişsel Çarpıtmaların Evlilik Uyumuna Etkisi*, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2015, s.23-25 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**)

⁵⁹ Şennur Tuterel-Kışlak, *İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İmö): Güvenirlik Ve Geçerlik Çalışması*, Kriz Dergisi, 10(1), 2002, s.37-43.

⁶⁰ Oya Fidanoğlu, *Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması*, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İstanbul, 2007, s.57 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁶¹ Şeyda Özaydınlık, *Evli çiftlerin evlilik uyumu bile kişilik özellikleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi*, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul, 2014, s.22 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁶² Eyüp Çelik, *Evli Öğretmenlerin Bağlanma Stili, Denetim Odağı ve Bazı Nitelikleri Açısından Evlilik Uyum Düzeylerinin İncelenmesi*, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eskişehir, 2009, s.36 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁶³ Arzu Şener ve Günsel Terzioğlu, *Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması*, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları, Ankara, 2002, s.57.

⁶⁴ Evrim Erbek vd., *Evlilik uyumu*, Düşünen Adam, 18(1), 2005, s.39-47.

⁶⁵ Ferzan Curun, *Yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi ile evlilik doyumu arasındaki ilişki*, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2006, s.34-36 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

Evlilikte uyumun en önemli belirleyicilerinden birisi de evlilikten ne beklendiğidir. Beklentilerin gerçekçi olup olmadığı, eşlerin beklentilerin birbiriyle örtüşüp örtüşmemesi evlilikte uyumun kalitesini belirler. Beklentiler birbirlerine ne kadar yakınsa evlilik uyumları o kadar yüksektir.⁶⁶ Evlilik uyumu, çiftlerin birbirlerine olan ilgilerini, hedeflerini, hayata bakış açılarını, değerlerini paylaşmaları ve ilişkiden aldıkları doyumunu kişisel değerlendirmeleridir.⁶⁷

1.2.4. Evlilikte Çatışma

Evlene çiftler yaşamlarını ortak bir paydada buluşturdıklarından ve partnerlerin bireysel hedefleri devam ettiğinden dolayı çatışmaların görülme olasılığı yüksek ihtimal olarak değerlendirilmektedir. İlk etapta yaşanan bu çatışmaların iyi ya da kötü olarak değerlendirilmesi tercih edilmez. Partnerler arasındaki çatışma; negatif duygulara ve bunlara ek olarak fiziksel şiddete neden olabileceği gibi pozitif şekilde çözümlenmiş çatışmalar da partnerler arasındaki yakınlığın artmasına, var olan iletişimin duygusal boyutunun gelişmesine ve daha fazla uyuma zemin hazırlamaktadır.⁶⁸

Özgüven'e göre evlilik sürecinde eşler arasında çatışma yaşanmasına ve buna bağlı huzurun olmamasına neden olan sorunlar şu şekilde sıralanabilir: iletişim ve etkileşimde yaşanan sorunlar, partnerlerin aşkın anlamına ilişkin düşüncelerinin aynı olmaması, cinsel ilişkiye dair yaşanan anlaşmazlıklar, eşlerin cinsel rolleriyle ilgili sorunları, çocuk sahibi olamama, partnerlerin zararlı alışkanlıkları ve kişilik bozuklukları, maddi sıkıntılar, evlilik dışı yaşanan ilişkiler, çiftlerin ailelerinin sebep olduğu anlaşmazlıklar ve eşlerin bütünleşmelerinde ve birbirlerini tamamlamalarında uyumlu olamamalarıdır.⁶⁹

Farklı etmenlerinde çiftler arasında uyumsuzluğa neden olduğu bilinmektedir. Erişti (2010, s.16), iki farklı ailede büyüyen insanların birbiriyle aynı olmayan alışkanlıkları, dünyaya bakış açıları, inançları ve değerleri, partnerlerin evliliğin uyumla ilişkili hedeflerini belirlerken ortak bir paydada buluşamamaları gibi etmenlerin eşlerin

⁶⁶ Nevzat Tarhan, *Mutlu Evlilik Psikolojisi*, Timaş yayınları, İstanbul, 2017, s.78.

⁶⁷ Binnur Yeşilyaprak, *Çalışan Anne ve Çocuk*, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2003, s.67.

⁶⁸ Gülşen Almas, *Evlilikte Uyum ve İnanç Gelişimi Arasındaki İlişkiler*, Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Sivas, 2010, s.18 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁶⁹ İbrahim Ethem Özgüven, *Evlilik ve Aile Terapisi*, PDREM Yayınları, Ankara, 2000, s.81.

problemler yaşamasına ve uyumlu olamamalarına neden olabileceği düşünülmektedir.⁷⁰

Evliliklerinde mutlu olamadığını düşünen eşler çatışma anlarında sakin tutumlar sergilemek yerine çatışmayı artıran negatif tavırlar gösterdikleri için çözüme ulaşmakta güçlük yaşarlar. İlişkilerde yaşanan yoğun ve olumsuz çatışmalar ve bu çatışmalarda duyguların negatif şekilde ifade edilmesi, çiftlerin tartışmaktan ve etkileşim halinde olmaktan kaçınması veya çatışma anlarında yüksek düzeyde kişinin kendisini savunma tutumu; evlilik yaşantısından tatminin az olması, ayrılıklar ve boşanmaya karar verme gibi risklerin görülmesi ihtimalini artırır. Çatışmalar çözüme ulaştığında ise eşlerin yakınlığının ve ilişkiden alınan doyumun daha fazla olduğu bilinmektedir.⁷¹

1.2.5. Evliliği Etkileyen Faktörler

İletişim çiftlerin evliliklerinin olumlu ilerlemesi için oldukça önemli ve belirleyici faktörlerden birdir. Temeli sağlam olan evlilik modellerinde görülen önemli iki unsur ise iletişim ve yakınlıktır. Beraberlikleri uzun zaman süren eşlerin evliliklerini devam ettirilmesinde destek olan faktör, birbirleriyle kurdukları etkili iletişimdir.⁷²

Çiftler evlenmeden önce “sen ” ve “ben ” iken evlendikten sonra “biz” bilincini oluşturmak isterler. Partnerler “biz” bilincini oluşturmak istiyorlarsa bireysel üstlenmeleri gereken görevleri iyi bir şekilde sürdürmeleri ve farklı iletişim yolları deneyerek uygulamaya çalışmaları gerekmektedir. Eşlerin arasında oluşan iletişimin sorunlu olmasının en belirgin nedeni kadın ve erkeğin “biz” algısını oluşturamamaları, duruma uyan rolleri uygun şekilde benimseyememelerinden dolayı ortaya çıkmaktadır. Bunun sonucunda da yaşanan iletişim bozukluklarının bireylerin ruh sağlığı üzerinde neden olduğu negatif etkiler görülmektedir.⁷³

Batool ve Khalid , bir takım demografik değişkenlerin ve duygusal zekânın evlilikte uyuma nasıl etki ettiğini araştırmak için Pakistanlı çiftlerle bir çalışma yürütmüşlerdir.

⁷⁰ Ali Erişti, *Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki*, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Psikiyatri Anabilim Dalı, İzmir, 2010, s.64 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁷¹ Didar Kantarcı, *Evli Bireylerin Bağlanma Stillerine Göre Adatma Eğilimleri ve Çatışma Yönetim Biçimlerinin İncelenmesi*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2009, s.17 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁷² Demet Polat, *Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin baz değişkenler açısından incelenmesi*, T.C. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji (Sosyal) AD, Ankara, 2006, s. 77 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

⁷³ Özcan Köknel, *İnsanı Anlamak, Altın Kitaplar*, 5. Baskı, İstanbul, 1994, s.124.

Bu çalışmanın sonuçlarına bakılarak, demografik faktörlerden yalnızca sahip olunan çocuk sayısının evlilik uyumuyla anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Buna bağlı olarak sahip olunan çocuk sayısı arttığında, evlilik uyumunun azaldığı gözlemlenmiştir. Batool ve Khalid, bu sonucu değerlendirirken, çocuk sahibi olmanın anne baba üzerinde maddi açıdan güçlük yaratması, çiftlerin birbirlerine sevgi, şefkat göstermesi gereken zamanlara engel olması ve ev ortamını partnerlere daha kısıtlı hale getirmesi açısından evlilik sürecinden tatmin olmamaya sebep olan bir faktör olması şeklinde açıklamışlardır. Çalışmanın başka bir sonucu, duygusal zekâ evlilik uyumunun açıklanmasında önemli bir değişken olarak saptanması olmuştur. Tüm bunlara bakılarak evliliğin kalitesine belirleyen faktörler bireylerin sahip olduğu kişilerarası yetenekler, empati kurma becerisi, iyimser olma, dürtü kontrolüdür. Benzer bir yolla, Gottman ve Krokoff da, çiftlerin evliliklerinde uyumu yakalamalarında savunmacı davranışın, inatçılığın ve etkileşimden geri çekilme gibi iletişim davranışlarının belirleyici rol oynadığını vurgulamışlardır.

Evli ve boşanmış çiftlerden oluşan insanların katılımıyla sürdürdüğü çalışmada, evlilikten önce tanışıklığın olmasının evlilik uyumunda, daha çok kadınlar için güçlü bir rol üstlendiğini, buna bağlı olarak, daha düşük evlilik uyumuna sahip eşlerin 1 yıldan daha kısa süre tanışık olan çiftler olduğunu bulmuştur. Stanley ve ark. ise, evlilik yaşamındaki uyumu belirleyen faktörlerin hem evlilik öncesindeki uyumun buna ek olarak evlilik öncesi ilişki doyumu olduğunu belirlemişlerdir. Eş zamanlı olarak, bireyin yaşam doyumu da, yalnızca evlilik uyumuna bağlı olmayıp, evlilik uyumunun bir destekçisi olduğunu söylemişlerdir. Aminjafari, Padash, Baghban ve Abedi de, eşlerin evliliklerinde uyum puanlarını anlamlı bir şekilde belirleyen değişkenlerin; cinsel aktivite, acı ve mutsuzluk, çalışma kapasitesi, sosyal destek, fiziksel çevre, pozitif duygular ve yeni beceri ve bilgiler edinme şansının olmasının olduğunu bulgulamışlardır.

1.2.5.1. Spainer ve Lewis Modeli

Uyumlu evlilik modeli Lewis ve Spainer'in evlilikte uyumun ve devamlılığın sağlanmasını destekleyen değişkenler üzerinde yaptıkları çalışmalar ile oluşturulmuştur. Modelde 3 faktörden bahsedilmektedir. Birinci faktör; bireysel ve sosyal kaynaklar (bireyin evlilik kurumuna getirdiği kaynaklar, mental ve fiziksel beceriler, sağlık, kendine güven), ikinci faktör; yaşam stiline memnuniyet, üçüncü faktör ise evlilik ilişkisinden kazanılan ödüller (etkili iletişim, uygun iletişim miktarı) olarak sıralanmaktadır.

Spanier ve Lewis geliştirdikleri modelde birkaç temel öğeden de önemle bahsetmektedir. Bu öğeler evlilik için etkili iletişim, pozitif yaklaşım, etkileşim miktarı ve rol uyumudur. Evliliğin merkezinde yer alan bu değişkenlerin, çiftlerin gündelik hayatını şekillendirirken, aynı zamanda evlilik uyumlarını da anlamada yararlı olacağı varsayılmaktadır.⁷⁴

1.2.5.2. Larson'un Evlilikte Üçgen Modeli

Evlilik uyumunu açıklamaya yönelik geliştirilen bir diğer model evlilikte üçgen modelidir. Evlilikte üçgen modeli evlilik uyumunu etkileyen farklı durumları 3 grupta ele alır ve inceler. Bunlar; bireysel faktörler, çift özellikleri ve çevresel faktörlerdir.⁷⁵

Bireysel faktörlerde kişinin sorun çözme becerileri, işlevsellik, öfke kontrolü, stresle başa çıkma güçlüğü, girişkenlik, yüklemeler, psikolojik dayanıklılık gibi kendine dair olumlu veya olumsuz özellikleri belirtilmektedir.⁷⁶

Evlilikte kişilerin, ihmal edilen ihtiyaçlarını ve beklentilerini partneriyle açıkça konuşması kişilerin evlilik uyumu üzerinde etkilidir.⁷⁷ Evlilik uyumunda eşlerin geçmiş birikimleri, aile geçmişleri, eğitim düzeyleri, kültürel farklılıkları, yetiştikleri çevresel ve toplumsal yapı önem taşımaktadır. Eşlerin yetiştikleri toplumsal yapıların farklılığı, evlilik içerisinde yaşanan sorunları çözmede ve ortak karar almada uyumsuzluklara neden olabilmektedir. Beraberliği sürdürebilmek için harcanacak çaba ve gündelik sorunlarda yaşayacakları stres de aynı ölçüde artabilmektedir.⁷⁸ Evlilik uyumunu etkileyen faktörler arasında eşler arasındaki eğitim durumu farklılığı da kendini göstermektedir. Eğitim düzeyinin farklılığı gibi gelir düzeyi farklılığı ya da yaş farkı da özellikle evliliğin ilk yıllarında ortak zevklerin, ortak sohbet konularının, ortak heyecanların varlığının ve bunların sürdürülebilirliğinin sağlanması için makul düzeyde olmalıdır. Makul yaş farkı, her eş için farklı olmakla birlikte çoğu zaman 10 yaştan fazla değildir.⁷⁹

⁷⁴ Graham Spanier vd., *Marital adjustment over the family life cycle: The issue of curvilinearity*, Journal of Marriage and the Family, 1975, s.263-275.

⁷⁵ Jeffrey Larson ve Thomas Holman, *Premarital predictors of marital quality and stability*, Family Relations, 1994, s.228-237.

⁷⁶ Jeffrey Larson, *The Great Marriage Tune-Up Book*, San Francisco: Jossey-Bass, 2002, s.101.

⁷⁷ Tony Humphreys, *Aile: Terk etmemiz gereken sevgili*, (Çev., T. Anapa), Epsilon Yayınları, 3. Baskı, İstanbul, 2003, s.241.

⁷⁸ Zuhâl Baltaş ve Acar Baltaş, *Stres ve başa çıkma yolları*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2008, s.142.

⁷⁹ Özge Yüksel, *Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2013, s.3 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

Bireysel olarak yaşanan psikolojik sorunlar ve bunlarla başa çıkabilme de evlilik uyumunda etkili olabilmektedir.⁸⁰ Örneğin, depresyonda olan kişilerin diğer kişilere oranla evlilik uyumunun daha düşük olduğu görülmüştür.⁸¹ Kim'in 2012 yılında Koreli ve Amerikalı evli çiftler ile yaptığı bir çalışmada evlilik uyumu ve depresif belirtiler arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Kaygı bozuklukları için de benzer durum söz konusudur. Daha kaygılı olanların evliliklerinde uyumun düştüğü görülmektedir. Örneğin bir çalışmada kaygı bozukluğu olan kişilerin bilişsel davranışçı terapi aldıktan sonra kaygı düzeylerinin azaldığı ve eşleri ile daha iyi iletişim kurdukları görülmüştür. Ayrıca bu kişiler, evliliklerinde uyumun arttığını da belirtmişlerdir.⁸²

1.2.6. Evlilik Uyumu ve Psikolojik Belirtiler

Bazı çalışmalar evlilik hayatının fizyolojik ve psikolojik açıdan sağlıklı olma durumuyla anlamlı ilişkili olduğunu öne sürse de, son yıllarda doğu ve batı kültürlerinde yapılan çalışmalar, evli ya da evli olmamanın değil, yaşanan evlilik ilişkisinin ne kadar kaliteli olmasının sağlık durumu arasında bu şekilde bir ilişki olduğunu öne sürmektedir.⁸³ ⁸⁴ Kiecolt-Glaser ve Newton tarafından yürütülen gözden geçirme araştırmasında, evliliğin işlevsel olmasının sağlıklı olmayla yakın ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Bu araştırmanın sonuçlarına bakılarak, evliliğin negatif boyutları sağlık tutumları ve depresyon üzerinden kendini belli ederken, kardiovasküler, endokrin, bağışıklık, sinir sistemi, duyuşsal ve diğer fiziksel mekanizmalardaki problemlerle de doğrudan ilişkilidir.⁸⁵ Thomsen ve Gilbert' de, benzer şekilde, evlilik ilişkisiyle psikolojik ve fizyolojik sistemlerinin birbirleriyle yakından ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Otuz iki evli çiftin çatışma çözümündeki iletişim ve tutumlarının video görüntüsü ve fizyolojik ölçümlerle kayıt altında tutulduğu bu çalışma da, nörotizm ve olumsuz duygulanımın evlilikteki doyumla negatif bir ilişkisinin olduğu, eş zamanlı olarak, evlilik doyumunu yüksek olan eşlerin,

⁸⁰ Larson, a.g.e., 2002, s.65

⁸¹ Lisa Uebelacker vd., **Relationship beliefs, attributions, and partner behaviors among depressed married women**, Cognitive Therapy and Research, 29(2), 2005, s.143-154.

⁸² Chirumamilla Kavitha vd., **Quality of life and marital adjustment after cognitive behavioural therapy and behavioural marital therapy in couples with anxiety disorders**, Journal of clinical and diagnostic research, 8(8), 2014, s.01-04.

⁸³ Julianne Holt- Lunstad vd., **Is there something unique about marriage? The relative impact of marital status, relationship quality, and network social support on ambulatory blood pressure and mental health**, Annals of behavioral medicine, 35(2), 2008, s.239-244.

⁸⁴ Joan Rosen Bloch vd., **Beyond marital status: The quality of the mother-father relationship and its influence on reproductive health behaviors and outcomes among unmarried low income pregnant women**, Maternal and child health journal, 14(5), 2010, s.726-734.

⁸⁵ Janice Kiecolt-Glaser ve Tamara Newton, **Marriage and health: his and hers**, Psychological bulletin, 127(4), 2001, s.472.

düşük evlilik doyumu olanlara kıyasla elektrodermal ve kalp atım sistemlerinin daha senkronize olduğu sonucuna ulaşılmıştır.⁸⁶ Gottman ve Levenson ise, evlilik hayatının neden olduğu stresin, kanser, kalp hastalıkları ve kronik ağrı gibi problemlerle bağlantılı olduğunu ve bu negatif sonuçların daha çok kadınlarda görüldüğünü kaydetmiştir.⁸⁷ Bunun nedeni, kadınların evlilik yaşantısına ve aile kavramına kendilerinden, partnerlerine göre daha fazla şey ortaya koymaları ve bu sebeple evlilik yaşantısındaki problemlerden daha çok etkilenmeleri olabilir.⁸⁸

Evlilik yaşantısının fizyolojik sağlık üzerine bu kadar önemli bir etkisi olduğu bilindiğinden, bireylerin psikolojik sağlığını da derinden etkilemektedir. Konuda ilişkili literatürde birçok çalışma görmek mümkündür. Örneğin, Scorsolini- Comin ve Santos, öznel iyi hissetme ve evlilik ilişkisinden alınan doyum ve uyumun bağlantılı olduğunu sonucunu bulmuşlardır.⁸⁹ Hawkins ve Booth da, sürdürdükleri büyük çaplı boylamsal çalışmanın sonucuna bakılarak , mutlu bir evliliği olmayan insanların, boşanmış kişilere göre daha fazla psikolojik semptom gösterdikleri, eş zamanlı olarak mutluluk, özsaygı ve genel sağlık düzeylerinin de daha az olduğunu ortaya koymuşlardır.⁹⁰

Evlilik yaşantısındaki problemlerle depresyon semptomları arasındaki ilişkiye ek olarak, çok rastlanan bir başka psikolojik belirti kümesinin kaygı bozuklukları olduğu görülmektedir. Shahi, Ghaffari ve Ghasemi, İran'lı çiftlerle yürüttükleri evlilik doyumu ve ruh sağlığı ilişkisini araştırdıkları çalışmalarında, evlilik ilişkisinin bireylerin ruh sağlığını önemli boyutta belirlediğini ve bu ilişkinin daha çok depresyon ve kaygı semptomlarıyla kendini belli ettiğini söylemişlerdir.⁹¹ Whisman, Uebelacker ve Weinstock tarafından yapılan geniş ölçekli çalışma da, insanın kaygı ve depresyon

⁸⁶ Thomsen Donald ve G. Gilbert, **Factors characterizing marital conflict states and traits: Physiological, affective, behavioral and neurotic variable contributions to marital conflict and satisfaction**, Personality and Individual Differences, 25(5), 1998, s.833-855.

⁸⁷ John Gottman ve Robert Levenson, **Marital processes predictive of later dissolution: behavior, physiology, and health**, Journal of personality and social psychology, 63(2), 1992, s.221.

⁸⁸ John Birtchnell ve John Kennard, **Does marital maladjustment lead to mental illness?**, Social Psychiatry, 18(2), 1983, s.79-88.

⁸⁹ Fabio Scorsolini-Comin ve Manoel Antônio dos Santos, **Correlations between subjective well-being, dyadic adjustment and marital satisfaction in Brazilian married people**, The Spanish Journal of Psychology, 15(1), 2012, s.166-176.

⁹⁰ Daniel Hawkins ve Alan Booth, **Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on well-being**, Social Forces, 84(1), 2005, s.451-471.

⁹¹ Abdolsattar Shahi, **Relationship between mental health and marital satisfaction**, 2011, s.119-126.

düzeyi ile partnerin depresyon düzeyinin evlilik doyumunun derecesini belirlediği sonucuna ulaşılmıştır.⁹²

1.3. DUYGU

Hayatımız boyunca herhangi bir durum karşısında hissettiğimiz öfke, mutluluk, üzüntü, şaşkınlık vb. duyguların yanı sıra ayrıca kaygı, çaresizlik gibi duygulara yanıt vermeden öncesinde, nasıl bir durumun içerisinde yer aldığımızı göre kendimizi 'düzenleyebilme' biçimimiz mevcuttur ve duyguları temsil etmektedir. Duygusal yönden yaşanmışlık ve yaşantılar, öncelikle öfke, kızgınlık gibi duygulara sebebiyet verirken daha sonrasında heyecansal uyarıma sebebiyet verebilir, diğer yandan ise engellenmişlik hissi ve birçok yaşanmış negatif ve olumsuz yöndeki duygular; saldırganlık davranışının meydana gelmesinde etki edebileceği düşünülmektedir.⁹³ Duygular, bireylerin direkt neyi, ne şekilde ve nasıl idrak edebileceğini ve bilgiyi ne kadar hızlı bir biçimde işlemleyebileceğini, bir olgu veya durumla karşılaşma sırasında neyi düşünüp ve nasıl bir yanıt verileceğine de etki etmektedir. Duyguların bilişi ve bir olayla karşılaşıldığı zaman karşısında verilen olumlu ve pozitif özellikteki eylem ve fiillerin harekete geçirilmesinin yahut kişilerin olumlu olmayan sonuç ve durumlarla karşı karşıya kalabileceği durumlarda o tarz eylem şekillerine yönelip yönelmediği konusunda birçok etmenin tesir ettiği düşünülmektedir.⁹⁴

1.3.1. Duygu Düzenleme Kavramı

Duygu düzenleme, bireyin maksadı yönünde duygularını kontrol altına alabilmesi ve yönetebilmesini ve denetim kurabilmeyi açıklamaktadır. İçsel ve dışsal süreçler sonucunda form değiştirebilen bilinçli veya bilinçsiz şekilde meydana gelen bir beceri şeklidir. Bu beceri aracılığıyla verilen duygusal yanıtlar sayesinde kişinin kendisini izleme, değerlendirme ve yönetme becerilerinde düzenleme meydana gelmektedir. Duygusal düzenleme sadece olumsuz ve negatif duygu ve duygu durumlarının düzene konulması manasında kullanılmaz. Olumlu ve pozitif düzenleme bu gidişatta seyretmektedir.⁹⁵ Duygusal düzenleme stratejilerinin pek çok

⁹² Mark Whisman vd., *Psychopathology and marital satisfaction: The importance of evaluating both partners*, Journal of consulting and clinical psychology, 72(5), 2004, s.830.

⁹³ Rolf Loeber ve Dale Hay, *Key Issues In The Development Of Aggression And Violence From Childhood To Early Adulthood*, Annual review of psychology, 48.1, 1997, s. 371-410.

⁹⁴ Nicki R.Crick, and Kenneth A. Dodge, *A Review And Reformulation Of Social Information-Processing Mechanisms In Children's Social Adjustment*, Psychological bulletin, 115.1, 1994, s.74.

⁹⁵ James Gross, *Handbook of Emotion Regulation*. Guilford publications, 2013, s.24

çeşidi mevcuttur. Gross'a göre duygusal düzenleme konusunda sebep ve sonuç odaklı olarak iki tür düzenleme stratejisi karşımıza çıkmaktadır. Duygusal yanıtlar meydana gelmeden önce sebep odaklı, duygusal yanıt verildikten sonraki bölümdeyse sonuç odaklı olarak belirtilmektedir. Duygu düzenleme, düşünce, fikir ile davranış ve tavırla alakalı boyutları içerdiği düşünülmektedir. Davranış stratejilerinde kişi etkin bir biçimde duygusunda değişiklik sağlamak için çaba harcamaktadır.⁹⁶ Düşünce stratejilerinde zihinsel boyut öne çıkmaktadır.⁹⁷

Psikolojinin temel konularından biri olarak ele alınan duygusal gelişim ve duygunun pek çok açıdan incelendiği görülmektedir. İşlevselci bakış açısına göre duygular bireyin karşılaştığı sorun ve fırsatlara uyum sağlayabilen tepkiler olarak evrilmiştir.⁹⁸ Çağdaş duygu kuramlarının ise duygunun karar verme sürecini kolaylaştırıcı ve önemli durumlara ilişkin hafızayı güçlendirici, kişiler arası etkileşimleri düzenleyici rolleri bağlamında davranışsal, motor ve fizyolojik tepkileri hazırlayıcı özelliğine vurgu yaptığı görülmektedir.⁹⁹ Sözü edilen olumlu işlevlere ek olarak duyguların davranışsal eğilimlere referans olma, bir durumun iyi ya da kötü olduğuna ilişkin bilgi verme gibi başka sosyal işlevlerine de araştırmalarda yer verildiği görülmektedir.¹⁰⁰ Bununla birlikte modern duygu kuramlarının duyguların sözü edilen uyum sağlayıcı rolüne odaklanarak, duyguların işlevsel olmayan özellik ve etkilerini göz ardı ettiğine ilişkin görüşün yaygınlaşması ile duygu ile ilgili çalışmaların odağının değişmeye başladığı görülmektedir. Bu doğrultuda duyguların işlevselliğinin yanı sıra zarar verici olabileceği de dikkate alınmaya başlanmıştır.¹⁰¹ Yanlış biçimde, uygunsuz bir bağlamda, çok yoğun, çok uzun ya da çok değişken yaşandığı durumlarda duyguların sıkıntılı olabileceğine vurgu yapılmaktadır.¹⁰² Bireylerin sözü edilen koşullarda gelişen duygusal tepkilerini değiştirebildiği, başka bir deyişle anlık duygusal tepkileri üzerinde etkileri olabildiği belirtilmektedir.¹⁰³ Son yıllarda bireylerin duygularını çeşitli yollarla ve duruma göre deneyimlemesi üzerinde duran

⁹⁶ Ira J. Roseman, *Emotional Behaviors, Motivational Goals, Emotion Strategies: Multiple Levels Of Organization Integrate Variable And Consistent Responses*, Emotion Review,3.4, 2011, s.434-443.

⁹⁷ Manfred Holodyski, vd., *Entwicklungspsychologische Grundlagen Der Emotions Regulation*, Psychologische Rundschau, 2013, s.196.

⁹⁸ Robert Levenson, *Human emotion: A functional view*, Edt: Ekman ve R. Davidson, The Nature of Emotion: Fundamental Questions, Oxford University Press, New York, 1994, s.123-126.

⁹⁹ Ann Kring ve Denise Sloan, *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment*, Guilford Press, 2009, s.98.

¹⁰⁰ Dacher Keltner ve James Gross, *Functional accounts of emotions*, Cognition & Emotion, 13(5), 1999, s.467-480.

¹⁰¹ James Gross ve Ross Thompson, *Emotion regulation: Conceptual foundations*, Gross J.J. (Ed.), Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Press, 2007, s.203.

¹⁰² Gross ve Thompson, a.g.e., s.203.

¹⁰³ Kring ve Sloan, a.g.e., s.100.

çalışmaların yoğunlaştığı ve duyguyu “duygu düzenleme” bağlamında ele alan çalışmalara ilginin giderek arttığından söz edilmektedir.¹⁰⁴

Duygu düzenleme bireyin duygularını, deneyimledikleri zamanları, biçimi (yoğunluk, uzunluk, çeşitlilik vb.) ve duygu bağlantılı tepkilerini deneyimleme yoluyla düzenleme girişimleri olarak tanımlanmaktadır.¹⁰⁵ Bu tip girişimlerin otomatik ya da kontrollü olabildiği gibi, bilinçli ya da bilinçsiz bir biçimde gerçekleşebileceğine vurgu yapılmaktadır. Thompson ise duygu düzenleme sürecini bireyin anlık ve özellikle yoğun duygusal tepkilerini izleme, yorumlama ve deneyimlemek için başvurduğu içsel ve/veya dışsal girişimler olarak tanımlamaktadır. Duygu düzenleme sürecinin, duygulanım düzenleme biçimlerinden biri olduğu düşünülse de diğer duygulanım düzenleme biçimleri olan duygu durum düzenlemesi, başa çıkma ve savunma mekanizmalarından farklı olduğunun altı çizilmektedir. Başa çıkma, organizmanın tepkiye zorlayan bir ortamla bağlantılarını yönetme çabalarına işaret eder ve duygu düzenleme süreci herhangi bir bağlamda ortaya çıkan duygu ile ilgiliyen başa çıkma duygusal olmayan hedeflere yönelik duygusal olmayan eylemler de içerebilir. Duygu durum düzenlemesi ise daha uzun süreli, daha az yoğunluklu ve genelde belirli objelerle ilişkili duygusal tepkilerle ilgili iken duygu düzenleme daha anlık gelişen bir düzenleme sürecini içermektedir.¹⁰⁶ Bir diğer duygulanım düzenleme çeşidi olarak ele alınan savunma mekanizmaları da duygu düzenleme süreci ile ortaklıklar barındırmakla birlikte bireyin deneyimlediği bilinçdışı anksiyete ya da olumsuz duygulanımı azaltmak üzere karakteristik bir biçimde verdiği düzenleme tepkilerine işaret etmektedir.¹⁰⁷ Sözü edilen tanım ve ayrımlar göz önünde bulundurulduğunda duygu düzenleme sürecinin işlevsel bir uyuma hizmet eden bir duygulanım düzenlemesi olduğu, anlık, geçici ve yoğun duygusal tepkilerin izlenmesi, yorumlanması ve duruma göre biçimlendirilmesi öğelerini içerdiği söylenebilir. Gökçe (2013) duygu düzenleme adımlarını şu şekilde özetlemektedir:

1. Duyguların farkındalığı ve anlaşılması

2. Duyguların kabulü

¹⁰⁴ James Gross ve Munoz, R. F., *Emotion regulation and mental health*, Clinical Psychology: Science and Practice, 2(2), 1995, s.151-164

¹⁰⁵ James Gross, *The emerging field of emotion regulation: An integrative review*, Review of general psychology, 2(3), 1998, s.271-299.

¹⁰⁶ James Gross vd., *Emotionregulation in everyday life*, Ed., D. K. Snyder, J.A. Simpson and J. H. Hughes, Emotion regulationin couples and families: Pathways to dysfunctionand health . Washington: American Psychological Association, 2006, s.54

¹⁰⁷ Gross vd., a.g.e., s.67

3. Dürtüsel davranışları kontrol etme becerisi ve olumsuz duygular deneyimlenirken hedeflenen amaçlara uygun davranma

4. Durumla uyumlu duygu düzenleme stratejilerinin kullanım¹⁰⁸

1.3.2. Duygu Düzenlemenin Tarihsel Gelişimi

Duygu düzenleme sürecine ilişkin yazın incelendiğinde; duygu ve duygunun içsel ve dışsal psikolojik süreçleri düzenleyici rolü üzerine yapılan çalışmaların görece eskiye dayandığı ancak duygu düzenleme sürecini ele alan çalışmaların 1990larda öne çıkmaya başladığı söylenebilir. Bununla birlikte duygu düzenleme görüşünün tohumları psikanaliz ve stres ve başa çıkma geleneklerine dayanmaktadır.¹⁰⁹

Duygu düzenleme çalışmalarının psikanalitik yaklaşım ve stres ve başa çıkma geleneklerinden doğarak günümüze gittikçe artan bir ilgi ile gelişerek ve değişerek ulaştığı söylenebilir. Psikanaliz, stres ve başa çıkma çalışmalarından köken alarak gelişmesine karşın günümüzde duygu düzenleme çalışmalarında bu alanlardan farklılaşan yönlerinde ve yapısında göz önünde bulundurulması gereken önemli ayrımlar bulunmaktadır. Buna göre,

- Duygu düzenleme süreçleri ile duygular tarafından düzenlenen süreçlerin,
- Bireyin kendisiyle ilgili duygu düzenleme süreci ile diğerlerine ilişkin duygularını düzenleme sürecinin,
- Bilinç ve bilinçdışı duygu düzenleme süreçlerinin birbirinden ayrılması önerilmektedir.¹¹⁰

Bu bağlamda Gross duygular tarafından düzenlenen süreçlerdense (duyguların başka süreçleri düzenlemesi), duyguların kendisini nasıl düzenlediğine odaklanmanın daha uygun olacağına işaret etmektedir. Merkezi işlevi duygu düzenleme olan süreçlere odaklanan bir yaklaşımın aşırı kapsayıcılığın önüne geçerek netlik sağlayacağına dikkat çekilmektedir. Duygu düzenleme konusunda dikkat edilmesi gereken bir diğer ayrım bireyin kendisiyle ilgili duygu düzenleme süreci ile diğerlerine ilişkin duygularını düzenleme süreci arasındadır. Bu bağlamda;

¹⁰⁸ Gözde Gökçe, *Ebeveynin duygusal erişilebilirliği ve genel psikolojik sağlık: Duygu düzenleme, kişilerarası ilişki tarzı ve sosyal desteğin rolü*, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2013, s.41 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

¹⁰⁹ Gross vd., a.g.e., s.142

¹¹⁰ Gross, a.g.e., s.64

bireylerin kendi duygularını nasıl etkiledikleri ve diğerlerinin duygularını nasıl etkiledikleri konularının her ikisinin de duygu düzenleme konusu olması gerektiğinden söz edilmekle birlikte, ayrı ayrı çalışılması gerektiğine vurgu yapılmaktadır. Gross'a göre Her ikisi duygu düzenleme sürecinin bir parçası olmakla birlikte her ikisinin motivasyon, hedef ve stratejilerinin farklı olması göz önünde bulundurularak ayrı ayrı ele almak işlevsel olacaktır. Bilinçli, ve bilinçdışı duygu düzenleme süreçlerinin de ayırt edilmesine yapılan vurgu yine söz konusu iki süreç arasındaki strateji farkına dikkat çekmektedir. Bu bağlamda; bilinçli süreçlerin rahatsız edici temayı değiştirme motivasyonu ile ortaya çıktığı (Örn: çocuğun uygunsuz bir davranışında ebeveynin sesini yükseltmesi), bilinçsiz süreçlerin ise fazla deneyimlenerek rutin haline gelen stratejileri içerdiği (Örn: Kaygılıyken sigara içmek, gerginken şaka yapmak vb.) belirtilmektedir. Bilinçli ve bilinçsiz duygu düzenleme süreçlerindeki ayırımın odağının "kontrol edilebilme düzeyi" olduğuna dikkat çekilmektedir. Bu bağlamda bir ayırımın yapılmasının farklı bilinç düzeylerindeki farklı öncül ve sonuçları anlama açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Sözü edilen tüm bu ayrımlar göz önünde bulundurularak yapılan duygu düzenleme kavramsallaştırmasının, söz konusu kavramın içeriğini yansıtmada daha net ve sınırları belli bir anlayış sağlayacağı belirtilmektedir.¹¹¹

Duygu düzenleme sürecinin hedefinin temelde psikolojik iyilik halini sürdürmek olduğundan söz edilmektedir.¹¹² Bu temel hedef çerçevesinde en belirgin yan hedeflerin ise kişiler arası uyumu sürdürmek, çatışmaları azaltmak yoluyla sosyal ilişkileri sürdürmek ve kişilerarası durumlarda duygusal memnuniyeti muhafaza etmek olduğundan söz edilmektedir.¹¹³ Sözü edilen hedeflerin işleyişi kendini yoğun duygusal yaşantılarda bireylerin duygu şiddet ve ifadesini azaltma ya da çoğaltmayı hedefleyen girişimlerle göstermektedir.¹¹⁴ Gross'a göre hedefin duyguların yoğunluğunu azaltma ya da yoğunlaştırma olduğu durumlar farklılık göstermektedir. Duygu düzenleme sürecinin duyguların yoğunluğunu azaltma hedefiyle işlediği durumlar; (1) fiziksel saldırı ya da suç gibi işlevsel olmayan tepkilere sevk eden duygusal yaşantılar, (2) hızlı değerlendirmeler sonucu ortaya çıkan duygusal yaşantılar, (3) diğer önemli hedeflerle çelişen eğilimlere tepki olan duygusal yaşantılar olarak örneklenmektedir. Duygu düzenleme sürecinin duyguların

¹¹¹ Gross, a.g.e., s.32.

¹¹² Kring ve Sloan, a.g.e., s.132.

¹¹³ Abby Heckman Coats ve Fredda Blanchard-Fields, *Emotion regulation in interpersonal problems: The role of cognitive-emotional complexity, emotion regulation goals, and expressivity*, Psychology and Aging, 23(1), 2008, s.39.

¹¹⁴ James Gross ve Thompson, R. A. *Emotion regulation: Conceptual foundations*, J. James Gross (Ed.), Handbook of Emotion Regulation New York: Guilford Press, 2007, s.654.

yoğunluğunu artırma hedefiyle işlediği durumlara ise (1) Olumlu tepki gerektiren ya da olumlu tepki gösterilmek istenen durumlara odaklanılamayacak kadar zihnin meşgul olduğu yaşantılar, (2) Olumsuz duyguları olumlular ile değiştirme isteğinin yoğunlaştığı yaşantılar örnek verilebilir.¹¹⁵

1.3.2. Duygu Düzenleme Güçlükleri

Bireyler duygusal yanıtlarının başlama ve yükselişe geçme anlarında, devam etmesinde, yoğunlaştığı zamanlarda düzenlenmesinde ve değişikliğinde bariz farklılık ve çeşitlilik içermektedirler. Bu tarz duygusal dinamiklerin duygu düzenleme aşamasında etki eden mühim cevap değişkenlerini kapsadığı söylenmektedir. Bu manada çeşit çeşit duygular bireyin, duygusal yanıtlarının ahengini sağlasa da duygu düzenleme aşamasında bu tarz duygu yoğunlukları, duygu kalitesi ve zamanlaması ile dinamik niteliklere büyük oranda etki etmektedir. Duygu düzenlemenin gayesi bir hedefe varabilmek ve bireyin sosyal uyum ve düzenine hem kolaylaştırmak hem de duygusal yanıtlarını denetleyebilme, takip ve kontrol edebilme ve değiştirebilme becerisidir. Bir başka şekilde bireyin kendi duygusu hakkında anlamlandırma, tanımlama yapabilmesi ve elverişli bulunduğu bu durumu kullanarak kendisini rahatlatmasıdır.¹¹⁶

¹¹⁵ Gross, a.g.e., s.35.

¹¹⁶ Ross A. Thompson, *Emotion Regulation: A Theme In Search Of Definition*, Monographs of the society for research in child development, 59.2-3, 1994, s.25-52.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

3.1. Araştırmanın Modeli

Yaptığımız araştırma, “ilişkisel tarama modeli” doğrultusunda yapılmıştır. Bu model iki ya da daha fazla değişken arasındaki etkileşim olup olmadığını ve miktarını ölçmektedir.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Çalışmada basit-rastgele örneklem seçilmiş olup, çalışma evreni İstanbul’da ikamet eden ebeveynlerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 40 otizm tanısı almış çocuğu olan anne-babalar ile 40 otizm tanısı almamış anne-babalardan meydana gelmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik bilgi formu ile katılımcılara maddi gelir, ailedeki psikiyatrik öykünün olup olmadığı vb. sorular yöneltilmiştir.

3.3.2. Evlilik Uyumu Ölçeği

Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ). Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen EUÖ 15 maddelik bir ölçektir. Hunt’ın (1978) ve Freeston ile Plechaty’nin (1997) puanlama sistemleri doğrultusunda, ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği Tutarel Kışlak (1999) tarafından yapılmıştır. EUÖ bir genel uyum sorusu, olası anlaşma alanlarını ölçen sekiz soru ile çatışma çözme, bağlılık ve iletişimi ölçen altı soruyu içermektedir. EUÖ’nin iç tutarlık güvenirligi .90, iki yarım test güvenirligi .84, test-tekrar test güvenirligi .57’dir. Ölçüt bağımlı geçerlik korelasyon katsayısı ise -.54’dür. Ölçekte puanlar uyumsuzluktan uyumluluğa doğru artmaktadır.¹¹⁷

¹¹⁷ Şennur Tutarel-Kışlak, *Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenilirlik ve geçerlik çalışması*, Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi, 7(1), 1999, s.50-57.

3.3.3. Duygu Düzenleme G çl g   leği

Duygu düzenleme g çl g   leği Gratz ve Roemer tarafından geliştirilen 36 maddesi olan bir ölçektir. 6 alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar farkındalık (duygusal tepkiler ile ilgili farkındalığın bulunmaması), açıklık (verilen duygusal tepkilerin anlaşılır olmaması), kabul etmeme (verilen duygusal tepkilerin kabul ediliyor olmaması), stratejiler (etkili olduğu düşünülen duygu düzenleme stratejilerinin limitli olması), amaçlar (negatif duygular yaşarken hedef ve amaca yönelik davranışlar sergilemede zorluk yaşama) ve dürtü (negatif duygular yaşarken dürtüleri kontrol etmede zorluk yaşama) olarak 6 alt boyuttan oluşmaktadır.¹¹⁸ 36 maddesi olan bu  leği her maddesi 5'li Likert tip ölçek (1=hemen hemen hiç...5=hemen hemen her zaman) ile değerlendirilmiştir. Gratz ve Roemer ölçeğin geçerlilik ve güvenirlik çalışmasını yapmışlardır. İç tutarlılık katsayısı .93'tür. Alt boyutların iç tutarlılık katsayılarının .88-.89 aralığındadır Test-retest güvenirliği ise .88'dir. Türkiye'de geçerlilik güvenirlik çalışmalarını Rugancı yapmıştır. Sonrasında Rugancı ve Gençöz tekrar gözden geçirmiş ve son halini sunmuşlardır. Ölçeğin Türkçe versiyonunun iç tutarlılık katsayısı .94'tür. Alt boyutlarının iç tutarlılık kat sayılarının ise .90-.75 aralığındadır.Test-retest güvenirliği .83, iki yarım test güvenirliği ise .95 olarak tespit edilmiştir.¹¹⁹

3.4. Veri Analizi

Veri toplama araçları ile edinilen veriler bilgisayara sayısal olarak girilmiş ve bu veriler sosyal bilimler için istatistik paket programı (Spss 25) kullanılarak istatistiksel analiz yapılmıştır.

Analizlere başlamadan önce verile normal dağılım bakımından incelenmiştir. Normallik dağılımı analizi için yapılan analizde Evlilik Uyum  leği (S-W= .959, Sd.= 80, p=.012) normal dağılım göstermediği saptanmıştır. Duyguları Düzenleme G çl g   leğinin (S-W= .987, Sd.= 80, p=.600) normal dağılım gösterdiği saptanmıştır.

Yapılan veri analizinde %95 güvenilirlik düzeyi olduğu varsayılmıştır. Niceliksel veriler, Non-Parametrik iki grup arasındaki farkı analiz etmek için Mann-Withney-U

¹¹⁸ Kim Gratz ve Lizabeth Roemer, *Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale*, Journal of psychopathology and behavioral assessment, 26(1), 2004, s.41-54.

¹¹⁹ Neslihan Rugancı ve Tülin Gençöz, *Psychometric properties of a Turkish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale*, Journal of Clinical Psychology, 66(4), 2010, s.442-455.

testi kullanılmıştır. Parametrik gruplar için ise bağımsız t testi kullanılmıştır. Ölçeklerin arasındaki ilişkiyi saptamak için ise Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bulguların ilk kısmında araştırmacı tarafından hazırlanmış demografik bilgi formunun sonucunda ortaya çıkan veriler bulunmaktadır.

Tablo 4.1. Örneklem Grubunun Demografik Ölçütlere Göre Dağılımı

		Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Grup		Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Grup	
		f	%	f	%
Yaş	18-25	1	2,5	1	2,5
	26-30	11	27,5	7	17,5
	31-35	23	57,5	29	72,5
	35 yaş ve üzeri	5	12,5	3	7,5
	Toplam	40	100,0	40	100,0
Cinsiyet	Kadın	26	65,0	28	70,0
	Erkek	14	35,0	12	30,0
	Toplam	40	100,0	40	100,0
Çalışma Durumu	Çalışmıyorum	34	85,0	35	87,5
	Çalışıyorum	6	15,0	5	12,5
	Toplam	40	100,0	40	100,0
Maddi Doyum	Evet	10	25,0	9	22,5
	Hayır	30	75,0	31	77,5
	Toplam	40	100,0	40	100,0
Eğitim Durumu	İlkokul Mezunu	19	47,5	17	42,5
	Orta Okul Mezunu	12	30,0	13	32,5

	Lise Mezunu	7	17,5	6	15,0
	Üniversite Mezunu	2	5,0	4	10,0
	Toplam	40	100,0	40	100,0
Medeni Durum	Evli	40	100,0	40	100,0
Evlilik Süresi	1-3 Yıl	2	5,0	1	2,5
	3-5 Yıl	4	10,0	2	5,0
	5 yıl ve üzeri	34	85,0	37	92,5
	Toplam	40	100,0	40	100,0
Aile İçi Şiddet	Evet	18	45,0	8	20,0
	Hayır	22	55,0	32	80,0
	Toplam	40	100,0	40	100,0
Çocuk Sayısı	1 Tane	3	7,5	10	25,0
	2 Tane	15	37,5	15	37,5
	3 ve daha fazla	22	55,0	15	37,5
	Toplam	40	100,0	40	100,0
Eş Eğitim Durumu	İlkokul Mezunu	20	50,0	15	37,5
	Ortaokul Mezunu	12	30,0	10	25,0
	Lise Mezunu	6	15,0	9	22,5
	Üniversite Mezunu	1	2,5	6	15,0
	Toplam	39	97,5	40	100,0

Tabloda görüldüğü üzere, normal gelişim gösteren çocuğu olan grubun %2.5'i 18-25 yaş arası,%27.5'i 26-40 yaş arası ,%57.5'i 31-35 yaş arası,%65.0'ı kadın,%35.0'ı erkek,%85.0'ı çalışmıyor,%15.0'ı çalışıyor,%25.0'ı maddi durumu memnun,%75.0'ı maddi durumundan memnun değil,%47.5'i ilkokul eğitimini tamamlamış,%30.0'ı

ortaokul eğitimini tamamlamış,%17.5'i lise eğitimini tamamlamış,%5.0'ı üniversite eğitimini tamamlamış,%100.0'ı evli,%5.0'ı 1-3 yıl arası evli,%10.0'ı 3-5 yıl arası evli,%85.0'ı 5 yıl ve üzeri yıldır evli,%45.0'ı ailesinden şiddet görmüş,%55.0'ı ailesinden şiddet görmemiş,%7.5'inin 1 çocuğu var,%37.5'inin 2 tane çocuğu var,%55.0'ının 3ve daha fazla çocuğu var,eş eğitim durumunun %50.0'ı ilkokul eğitimini tamamlamış,%30.0'ı ortaokul eğitimini tamamlamış,%15.0'ı lise eğitimini tamamlamış,%2.5'i üniversite eğitimini tamamlamıştır. Otizm tanılı çocuğu olan grubun %2.5'i 18-25 yaş arası ,%17.5'i 26-30 yaş arası,%72.5'i 31-35 yaş arası,%70.0'ı kadın,%30.0'ı erkek,%87.5'i çalışmıyor,%12.5'i çalışıyor,%22.5'i maddi durumundan memnun,%77.5'i maddi durumundan memnun değil,%42.5'i ilkokul eğitimini tamamlamış,%32.5'i ortaokul eğitimini tamamlamış,%15.0'ı lise eğitimini tamamlamış,%5.0'ı üniversite eğitimini tamamlamış,%100.0'ı evli,%2.5'İ 1-3 yıldır evli,%5.0'ı 3-5 yıldır evli,%92.5'i 5 yıl ve üzeri yıldır evli,%20.0'ı ailesinden şiddet görmüş,%80.0'ı ailesinden şiddet görmemiş,%25.0'ının 1 çocuğu var,%37.5'inin 2 çocuğu var,%37.5'i 3 ve daha fazla çocuğu var,eş eğitim durumunun %37.5'i ilkokul eğitimini tamamlamış,%25.0'ı ortaokul eğitimini tamamlamış,%22.5'i lise eğitimini tamamlamış,%15.0'ı üniversite eğitimini tamamlamıştır.

Tablo 4.2 Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinin Alt Boyutlarının İstatistikleri

	N	X̄	Ss.
Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	80	3,4604	0,40391
Farkındalık	80	3,1250	0,69380
Açıklık	80	3,9325	0,68469
Kabul Etmeme	80	3,1958	0,79855
Stratejiler	80	3,5156	0,54663
Dürtü	80	3,4917	0,81817
Amaçlar	80	3,5800	0,85838

Tabloda görüldüğü üzere, duyguları düzenleme güçlüğü ölçeğinin averajı3.46(ss=0.40)dir. Farkındalık alt boyutunun averajı 3.12(ss=0.69)dir. Açıklık alt boyutunun averajı 3.93(ss=0.68)dür. Kabul etmeme alt boyutu averajı 3.19(ss=0.79)dur. Stratejiler alt boyutu averajı 3.51(ss=0.54)dir. Dürtü alt boyutunun averajı 3.49(ss=0.81)dir. Amaçlar alt boyutunun averajı 3.58(ss=0.85)dir.

Tablo 4.3 Evlilik Uyumu Ölçeğinin Alt Boyutlarının İstatistikler

i

	N	\bar{X}	Ss.
Evlilik Uyumu Ölçeği	80	3,0400	0,93077
Gene Uyum	80	3,6167	1,47086
İlişki Tarzı	80	2,1750	0,51823

Tabloda görüldüğü gibi, evlilik uyumu ölçeği averajı 3.04(ss=0.93)dür. Genel uyum alt boyutunun averajı 3.61(ss=1.47)dir. İlişki tarzı alt boyutu ortalaması 2.17(ss=0.51)dir.

Tablo 4.4 Duygularını Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi

Sonuçları

		N	\bar{X}	Ss.	Shx	t	Sd.	p
Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Normal Gelişim Göster en Çocuğa Sahip	40	3,3514	0,34726	0,05491	-2,493	78	0,015

Otizm 40 3,5694 0,43070 0,06810

Tanlı

Çocuğa

Sahip

Tabloda görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan örneklemin Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeği puanlarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t=2,493$; $p<.05$). Sonuç olarak otizm tanılı çocuk sahibi olan grubun ortalamasının daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 4.5 Farkındalık Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Grup		N	\bar{X}	Ss.	Shx	t	Sd.	p
Farkındalık	Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	40	3,2958	0,62871	0,09941	2,259	78	0,027
	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip	40	2,9542	0,72106	0,11401			

Tabloda görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan örneklemin Farkındalık Alt Boyutu puanlarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t=2,259$; $p<.05$). Sonuç olarak normal gelişim gösteren çocuk sahibi olan grubun ortalamasının daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 4.6 Açıklık Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	Ss.	Shx	t	Sd.	p
Açıklık	Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	40	4,0350	0,77643	0,12276	1,346	78	0,182
	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip	40	3,8300	0,57029	0,09017			

Tabloda görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan örneklemin Açıklık Alt Boyutunun puanlarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılığa sahip olup olmadığını saptamak adına uygulanan bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik averajları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı olarak saptanmamıştır. ($t=1,346$; $p>.05$).

Tablo 4.7 Kabul Etmeme Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşım Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	Ss.	Shx	t	Sd.	p
Kabul Etmeme	Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	40	2,8375	0,58651	0,09274	-4,470	78	0,000
	Otizm Tanılı Çocuğa S Sahip	40	3,5542	0,82723	0,13080			

Tabloda görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan örneklemin Kabul Etmeme Alt Boyutu puanlarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t=-4,470$; $p<.01$). Sonuç olarak otizm tanılı çocuk sahibi olan grubun ortalamasının daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 4.8 Stratejiler Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	Ss.	Shx	t	Sd.	p
Stratejiler	Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	40	3,4125	0,53499	0,08459	-1,708	78	0,092
	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip	40	3,6188	0,54519	0,08620			

Tabloda görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan örneklemin Stratejiler Alt Boyutunun puanlarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılığa sahip olup olmadığını saptamak adına uygulanan bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik averajları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı olarak saptanmamıştır.

$(t=1,708; p>.05)$.

Tablo 4.9 Dürtü Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	Ss.	Shx	t	Sd.	p
Dürtü	Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	40	3,2708	0,83945	0,13273	-2,493	78	0,015
	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip	40	3,7125	0,74247	0,11740			

Tabloda görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan örneklemin Dürtü Alt Boyutu puanlarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t=-2,493$; $p<.05$). Sonuç olarak otizm tanılı çocuk sahibi olan grubun ortalamasının daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 4.10 Amaçlar Alt Boyutu Puanlarının Grup Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	Ss.	Shx	t	Sd.	p
Amaçlar	Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	40	3,3450	0,82647	0,13068	-2,531	78	0,013
	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip	40	3,8150	0,83437	0,13193			

Tabloda görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan örneklemin Amaçlar Alt Boyutu puanlarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t=-2,493$; $p<.05$). Sonuç olarak otizm tanılı çocuk sahibi olan grubun ortalamasının daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 4.11 Örneklemelerin Grup Değişkenine Göre Evlilik Uyumu Ölçeği Skoru Farkının Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları

		N	S.O	S.T	U	W	Z	P
Evlilik Uyumu Ölçeği	Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	40	47,49	1899,50	520,500	1340,500	-2,692	0,007
	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip	40	33,51	1340,50				
	Toplam	80						

Tablodan görüldüğü üzere, örneklem grubunun Evlilik Uyumu Ölçeğinden aldıkları puanların grup değişkenine anlamlı bir farklılığa sahip olup olmadığını saptamak adına uygulanan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında normal gelişim gösteren çocuğa sahip olan grubun daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel açıdan $p<0.01$ seviyesinde anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Tablo 4.12 Örneklemelerin Grup Değişkenine Göre Genel Uyum Alt Boyutu Skoru Farkının Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları

		N	S.O	S.T	U	W	Z	P
	Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	40	45,81	1832,50	587,500	1407,500	-2,047	0,041
	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip	40	35,19	1407,50				
	Toplam	80						

Tablodan da görüldüğü üzere, örneklem grubunun Genel Uyum Alt Boyutundan aldıkları puanların, grup değişkenine göre pozitif biçimde farklılığa sahip olup olmadığını saptamak adına uygulanan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında normal gelişim gösteren çocuğa sahip olan grubun daha fazla puan aldığı için istatistiksel bakımdan $p < 0.05$ seviyesinde anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Tablo 4.13 Örneklerin Grup Değişkenine Göre İlişki Tarzı Alt Boyutu Skoru Farkının Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları

		N	S.O	S.T	U	W	Z	p
İlişki Tarzı	Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	40	47,38	1895,00	525,000	1345,000	-2,663	0,008
	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip	40	33,63	1345,00				
	Toplam	80						

Tablodan da görüldüğü üzere, örneklem grubunun İlişki Tarzı Alt Boyutundan almış oldukları puanların, grup değişkenine göre anlamlı bir farklılığa sahip olup olmadığını saptamak adına uygulanan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında normal gelişim gösteren çocuğa sahip olan grubun puanı daha yüksek olduğu için istatistiksel bakımdan $p < 0.01$ seviyesinde anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Tablo 4.14 Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkeni Doğrultusunda Evlilik Uyumu Ölçeğinin Alt Boyutu Skoru Farklarının Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları

Cinsiyet		N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Evlilik Uyumu Ölçeği	Kadın	54	44,38	2396,50	492,500	843,500	-2,153	0,031
	Erkek	26	32,44	843,50				
	Total	80						
İlişki Tarzı	Kadın	54	41,27	2228,50	660,500	1011,500	-0,429	0,668
	Erkek	26	38,90	1011,50				
	Total	80						
Genel Uyum	Kadın	54	44,19	2386,50	502,500	853,500	-2,050	0,040
	Erkek	26	32,83	853,50				
	Total	80						

Tablodan da görüldüğü gibi, örneklemelerin Evlilik Uyumu Ölçeğinden aldıkları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılığa sahip olup olmadığını saptamak adına uygulanan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubun puanı daha yüksek olduğu için istatistiksel bakımdan $p < 0.05$ seviyesinde anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Tablodan da görüldüğü gibi, örneklemelerin İlişki Tarzı Alt Boyutundan aldıkları puanların cinsiyete göre pozitif bir farklılığı olup olmadığını saptamak adına uygulanan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel bakımdan $p > 0.05$ seviyesinde anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Tablodan da anlaşılacağı gibi, örneklemelerin Genel Uyum Alt Boyutundan aldıkları puanların, cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını ölçmek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi bulgularında, gruplar arasın puanlamada kadın grubun puanı diğerine kıyasla daha yüksek olduğu için istatistiksel bakımdan $p < 0.05$ seviyesinde anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Tablo 4.15 Örneklem Grubunun Maddi Doyum Değişkeni Doğrultusunda Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Alt Boyutu Skorları Farklılığın Anlamlılığını Ölçmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Bulguları

Maddi Doyum		N	S.O	S.T	U	W	Z	p
Evlilik Uyumu Ölçeği	Evet	19	52,34	994,50	354,500	2245,500	-2,545	0,011
	Hayır	61	36,81	2245,50				
	Total	80						
Genel Uyum	Evet	19	53,26	1012,00	337,000	2228,000	-2,743	0,006
	Hayır	61	36,52	2228,00				
	Total	80						
İlişki Tarzı	Evet	19	37,79	718,00	528,000	718,000	-0,586	0,558
	Hayır	61	41,34	2522,00				
	Total	80						

Tablodan da görüldüğü gibi, örneklem grubunun Evlilik Uyumu Ölçeğinden aldıkları puanların, maddi doyum değişkenine göre anlamlı bir farklılığa sahip olup olmadığını saptamak adına uygulanan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında maddi doyumunu iyi olan grubun puanı yüksek olduğu için istatistiksel olarak $p < 0.05$ seviyesinde anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Tablodan da görüldüğü gibi, örneklem grubunun Genel Uyum Alt Boyutundan aldıkları puanların, maddi doyuma göre pozitif(anlamlı) bir farklılığa sahip olup olmadığını saptamak adına uygulanan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında maddi doyumunu iyi olan grubun puanı yüksek olduğu için istatistiksel olarak $p < 0.01$ seviyesinde anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Tablodan da görüldüğü gibi, örneklem grubunun İlişki Tarzı Alt Boyutundan aldıkları puanların maddi durum memnuniyeti değişkenine göre pozitif (anlamlı) bir farklılığa sahip olup olmadığını saptamak adına uygulanan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel olarak $p > 0.05$ seviyesinde anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Tablo 4.16 Duygularını Düzenleme Güçlüğü Ölçeği'nin Alt Boyutları Skorlarıyla Evlilik Uyumu Ölçeği'nin Alt Boyutları Skorları Arasındaki İlişkiyi Ölçmek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Bulguları

		Evlilik Uyumu Ölçeği	Genel Uyum	İlişki Tarzı
Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	r	0,047	0,099	-,228*
	p	0,679	0,383	0,042
	N	80	80	80
Farkındalık	r	,382**	,418**	-0,041
	p	0,000	0,000	0,716
	N	80	80	80
Açıklık	r	0,135	0,158	-0,057
	p	0,232	0,161	0,614
	N	80	80	80
Kabul Etmeme	r	-0,123	-0,094	-0,177
	p	0,279	0,408	0,116
	N	80	80	80
Stratejiler	r	-0,073	-0,031	-0,157
	p	0,522	0,782	0,164
	N	80	80	80
Dürtü	r	0,057	0,068	-0,098
	p	0,614	0,546	0,389
	N	80	80	80
Amaçlar	r	-,241*	-0,219	-0,188
	p	0,032	0,051	0,095
	N	80	80	80

**p<.01, *p<.05

Tabloda incelendiği gibi Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinin alt Boyutları ile Evlilik Uyumu Ölçeğinin alt Boyutları arasındaki ilişkiyi saptamak için uygulanan Spearman Korelasyon analizine göre;

Duyguları düzenleme güçlüğü ölçeğinin sonucunda görülen toplam puanı ile ilişki tarzı alt boyutunun gösterdiği puan arasında olumsuz biçimde anlamlı ilişki olduğu

saptanmıştır($r=-.228$, $p<.01$). Duyguları düzenleme güçlüğü skorları yükseldikçe, ilişki tarzı skorları düşmektedir.

Farkındalık alt boyutunun gösterdiği skor ile evlilik uyumu ölçeği skoru arasında olumlu biçimde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır.($r=.814$, $p<.01$). Farkındalık skorları yükseldikçe, evlilik uyumu skorları da yükselmektedir.

Farkındalık alt boyutunun gösterdiği skor ile genel uyum alt boyutu skoru arasında olumlu biçimde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır ($r=.814$, $p<.01$). Farkındalık skorları yükseldikçe, genel uyum skorları da yükselmektedir.

Amaçlar alt boyutunun gösterdiği skor ile evlilik uyumu ölçeği skoru arasında anlamsız biçimde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır ($r=-.241$, $p<.05$). Amaçlar skoru yükseldikçe, evlilik uyumu skor düşmektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Olan ve Olmayan Ailelerin Duygularını Düzenleme Güçlüğü Karşılaştırılması

Otizm tanılı çocuğa sahip olan bireylerin duyguları düzenleme güçlüklerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Duyguları düzenleme sürecinde diğer bireylerin vereceği tepkiler kişilerin duygu düzenleme stratejilerini etkiler çünkü bu aynı zamanda sosyal bir süreçtir. Duygu düzenleme süreci hem olumlu hem de olumsuz duyguları içerir. Bireyler bu duygularını yansıtırken duygu dalgalanmaları gösterebilir ve bu süreçte iniş ve çıkışlar olabilir. Duygulanımdaki değişiklikler her daim bireylerin ulaşmak istediği düzeyde olmayabilir. Ayrıca, birey bazen kaçmak istediği duygulara daha fazla teslim olur. Otizm tanısı alan bireylerin karşı karşıya kaldığı sorunlardan biri de duygu regülasyonudur. Otizm tanılı bireyler duygularını düzenlemede güçlük yaşarlar. Buradaki önemli etkenlerden birisi dil konuşma becerilerinde ki geriliktir. Bu noktada otizm tanılı çocuğu olan ebeveynler bu durumu içselleştirebilir ve bu süreç duygularını düzenlemede güçlük yaşamalarına sebebiyet verebilir. Yaman ebeveynlerle yaptığı çalışmada, ebeveyn davranışlarının çocukların duygu regülasyonu ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonuçları gösteriyor ki ebeveyn davranışlarının demokratikliği ile duygu regülasyonu arasında anlamlı bir ilişki vardır.¹²⁰ Jabeen ve Anil-ul-Haque çalışmalarında, ebeveyn tutumları ile duygu düzenleme becerisi arasındaki ilişkiyi incelemiş ve anlamlı bir sonuç elde etmişlerdir.¹²¹ Sosyal destek eksikliği de otizm tanılı çocuğu olan ebeveynlerin karşılaştıkları diğer problemlerdendir. Bu noktada ebeveynler hem çocukları ile fazladan ilgilenmeli, hem diğer insanların otizme karşı bakış açıları ile uğraşmalı hem de kendileri ile ilgilenmeleri gerekmektedir ki bu da ebeveynlerin duygu düzenleme güçlüklerini etkileyen diğer faktörlerdendir. Saruhan çalışmasında sosyal ve duygusal yalnızlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonucuna göre annenin eğitim düzeyi, ailenin maddi geliri, yaşanan bölgeye göre duygu düzenleme güçlüğü'nün puanlamasında farklılaşma olmamasına karşın babanın eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Sosyal ve duygusal yalnızlık ile duygu düzenleme güçlüğü ve duygu düzenleme güçlüğü'nün

¹²⁰ Betül Yaman, *Ebeveyn Tutumlarının Çocukların Mizaç Özellikleri Ve Duygu Düzenleme Becerileri Üzerindeki Rolü*, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018, s.21-25 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

¹²¹ Farah Jabeen vd., *Parenting styles as predictors of emotion regulation among adolescents*, Pakistan Journal of Psychological Research, 28(1), 2013, s.85-105.

alt boyutları arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır. ¹²² Yıldız, yalnızlıkta duygu düzenleme yöntemlerinin aracılığını yaptığı çalışmada incelemiştir. Bu çalışmayı 14-19 yaş arasındaki gençlerle yapmıştır. Araştırma bulgularına göre internal işlevsel duygu düzenleme, internal işlevsiz duygu düzenleme ve external işlevsel duygu düzenlemenin yalnızlığın anlamlı bir aracıdır. Bu bulgular ışığında, bireyin yalnızlık seviyesi arttıkça, internal ve external işlevsel olarak duygu düzenlemede zorluk yaşadığı görülmüş; yalnızlığın da internal şekilde yaşandığı düşünüldüğünde duygu düzenlemenin yalnızlığa etki edebileceği dile getirilmiştir. ¹²³ Ek olarak, duygu düzenleme güçlüğü psikolojik olarak da görülebilir. Akhun'un üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmasında duygu düzenleme güçlüğünün, negatif duygularla karşı karşıya kalındığında hedefler(hedefe yönelik davranışlar), açıklık(duygusal tepkilerin belirgin olmaması) ve stratejiler(duygu düzenlemedeki sınırlılıklar) alt boyutlarının psikolojik belirtileri olumlu yönde anlamlı biçimde yordadığı gözlemlenmiştir. Araştırmanın bulguları erken dönem uyumsuz şemalar ile duygu düzenleme güçlüğünün bağlantılı olduğunu göstermiştir. ¹²⁴

Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Olan ve Olmayan Ailelerin Duygularını Düzenleme Güçlüğü Alt Boyutu Olan Farkındalık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Duygu düzenleme güçlüğü alt boyutu olan farkındalık düzeyinin otizm tanılı çocuğa sahip olmayan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Roemer ve arkadaşları sosyal kaygı üzerinde farkındalık ve duygu düzenlemenin etkilerini 411 yetişkin birey ile yaptıkları çalışmada incelemişlerdir. Araştırma bulguları farkındalık ve duygu düzenleme güçlüğü arasında olumsuz bir ilişki olduğunu göstermiştir. ¹²⁵ Vujanovic, Bonn-Miller, Bernstein, McKee ve Zvolensky, farkındalık ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiyi 193 genç birey ile yaptıkları çalışmada incelemişlerdir. Araştırma bulguları iki değişken arasında olumsuz yönde ilişki ortaya koymuştur. ¹²⁶

¹²³ Mehmet Ali Yıldız, *Ergenlerde yalnızlık ile pozitiflik arasındaki ilişkide duygu düzenleme yöntemlerinin çoklu aracılığı*, Eğitim ve Bilim, 41(186), 2016, s.217-231.

¹²⁴ Mehin Akhun, *Üniversite öğrencilerinde, algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurguları, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğünün psikolojik belirtilerle ilişkisi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 2012, s.67 (Yayımlanmamış Doktora Tezi).

¹²⁵ Lizabeth Roemer vd., *Mindfulness and emotion regulation difficulties in generalized anxiety disorder: preliminary evidence for independent and overlapping contributions*, Behavior therapy 40(2), 2009, s.142-154.

¹²⁶ Anka Vujanovic vd., *Incremental validity of mindfulness skills in relation to emotional dysregulation among a young adult community sample*, Cognitive Behaviour Therapy, 39(3), 2010, s.203-213.

Hill ve Updegraff farkındalık ve duygu düzenlemenin birbirleri ile ilişkili olduğunu tespit etmek üzere 103 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada bu iki değişken arasında olumsuz ilişki olduğunu belirtmişlerdir.¹²⁷ Pepping, Davis ve O' Donovan, bağlanma ve farkındalık ilişkisinde duygu düzenlemenin etkisine göz atmışlardır. Bulgular bağlanma ve farkındalık arasında ilişki olduğunu ve duygu düzenlemenin bu bağlamda aracı olduğunu göstermektedir. Gregoio ve Gouveio, farkındalık ve duygu düzenleme ilişkisi arasındaki ilişkiyi bulmak için 573 yetişkin ile yaptıkları araştırma sonucunda farkındalık ve duygu düzenleme güçlüğü arasında olumsuz bir ilişkinin olduğunu belirtmiştir. Lutz ve arkadaşları farkındalık ve duygu düzenleme ilişkisini nörobiyolojik açıdan gözlemlemek için fMRI yöntemini kullandıkları 44 yetişkin ile çalışmalarını yürütmüşlerdir. Çalışmanın bulgularına göre farkındalık ve duygu düzenlemenin nörobiyolojik açıdan ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.¹²⁸ Bu sonuçlara bakıldığında otizm tanılı çocuğu olan ebeveynlerin farkındalık düzeyinin daha güç olduğunu söyleyebiliriz. Buradaki süreçte bireyin kendisine ve çocuğuna ayırdığı vakit dikkate alındığında beklenen bir sonuç olduğu yorumunda bulunabiliriz. Otizm tanılı bir çocuğu olan ebeveynler eşlerine ve kendilerine harcamaları gereken enerjinin birçok kısmını çocuklarına harcarlar ve bu bireylerin kendilerinin ve eşlerinin değil daha çok otizmin ve çocuklarının farkında olmalarına sebebiyet verebilir. Birey kendisinin ya da eşinin duygularından çok çocuğunun ihtiyaç ve duygularını anlamaya daha fazla enerji harcayarak öz farkındalığını da minimum düzeye indirger. Yapılan bu araştırma sürecinde görüşme yapılan ailelerden alınan geri bildirim uzun zamandır kendilerine vakit ayırmadıkları ve uzun zamandır onları neyin mutlu ettiğini gerçekten hatırlamadıklarından bahsetmişlerdir. Burada kendileriyle kalamayan bireyler duygularının ne olduğunu ya da dışa vurulan duygularıyla nasıl başa çıkmaları gerektiğini bilemediklerini; bu süreç içerisinde duygu odaklı değil daha çok mekanik bir robot gibi sadece çocukları ve çocukları ile ilgili gelişim sürecini incelediklerinden bahsetmişlerdir.

Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Olan ve Olmayan Ailelerin Duygularını Düzenleme Güçlüğü Alt Boyutu Olan Açıklık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Duygu düzenleme güçlüğü alt boyutu olan açıklığın otizm tanılı çocuğa sahip olmayanlarda daha yüksek olduğu görülmektedir. Soykan araştırmasında borderline örüntüler görülen kişilerde bağlanma biçimleri, duyguları fark etme ve duygu düzenleme güçlüğü ilişkisi arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Yapılan incelemelere

¹²⁷ Christina Hill ve Updegraff, J. A., *Mindfulness and its relationship to emotional regulation*, *Emotion*, 12(1), 2012, s.81.

¹²⁸ Jacqueline Lutz vd., *Mindfulness and emotion regulation—an fMRI study*, *Social cognitive and affective neuroscience*, 9(6), 2013, s.776-785.

göre bağlanma biçimleri ve duygu düzenleme güçlüğü alt boyutu olan açıklık arasında olumsuz yönde ilişki gözlemlenmiştir.

Sonuç olarak duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutları yönünden duyguların farkındalığı ile ilişkisi incelendiğinde ,stratejiler , kabul etmeme , amaçlar ve açıklık alt boyutlarının duygu farkındalığı ile olumlu yönde ilişkinin olmadığı sonucuna varılmıştır.¹²⁹

Elde edilen alt boyutu incelediğimizde gözlemlenen alanlarda kişilerin karşılıklı duygu aktarımında gösterdikleri davranışların fark edilir ve tepkisel olarak en doğru davranışı gösterip göstermedikleriyle ilgilidir. Otizm tanısı almış çocukların duygu regülasyonunda sorun yaşıyor olmaları önceden de bahsettiğimiz gibi anne ,baba veya bakım vereni mekanikleştirebiliyor. Bu süreçte mekanikleşen birey davranışlarının yanı sıra duygularını da mekanikleştirebilmektedir. Bu nokta da çocuklarıyla daha fazla ilgilenen bireyler daha çok davranış odaklı yaklaşmaktadır çünkü otizm tanılı çocuklar uygun duruma uygun tepki vermekte zorlandıkları için bir süre sonra ebeveynler de duygusal olarak ketlenme yaşayabilmektedirler. Çocuklarına verdikleri duygusal tepkiler zaman zaman çocukları tarafından durumla uyumlu anlaşılmadığı için ebeveyn bir süre sonra duygu odaklı davranmayı bırakıp iletişimi davranışsal olarak kurmaya başlar. Bu süreci hayatının tümüne genelleyen ebeveyn kendi ilişkisinde de duygu odaklı değil daha davranış odaklı tutumlar göstermeye başlar. Duygu verilmeden sergilenen davranışın karşı taraf açısından uygun algılanamaması bu alt boyutun otizmli çocuğu olan ailelerde neden daha düşük çıktığını açıklamaktadır.

Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Olan ve Olmayan Ailelerin Duygularını Düzenleme Güçlüğü Alt Boyutu Olan Kabul Etmeme Düzeylerinin Karşılaştırılması

Duygu düzenleme güçlüğü olan bireylerde bu durumu kabul etmemenin otizm tanılı çocuğa sahip olan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu noktada ebeveynin dış etkenlerden aldığı 'sürekli yorum ve eleştiriler' bireylerde inkar mekanizmasını çalıştırır ve kabul etmeme sürecini arttırır. Ailelerle yapılan görüşmelerden alınan geri bildirim üzerine ailelerin ilk red ve kabul etmeme süreci çocuklarına ilk tanı konduğu anda başlamaktadır. Bu süreci kabul etmeye başlayan ailelerin bir kısmı bunu çevresine söylemekten çekinmemekte ancak diğer bir kısmı

¹²⁹ Ayşenur Soykan, *Sınır Kişilik Özelliği Deneyimleyen Bireylerin Bağlanma Stilleri İle Duygu Farkındalığı Ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Düzeylerinin İncelenmesi*, Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2019, s.51 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

kendi kabul süreçlerinde zorlandıkları için çevresine söylemekten kaçınmaktadır. Kabullenme sürecini atlayan aileler çocukları eğitime başladıklarında da 'sürekli yorum ve eleştirilere' maruz kalmaktadırlar. Çocuğun içinde bulunduğu yaşa göre anaokulu, kreş ve okul bulmakta zorlanan ebeveynlerin genel olarak aldıkları geri dönüt çocuklarının diğer çocukların sınıf uyumunu bozdukları üzerine olmaktadır ve bu süreçte aile karşı taraftan kabul görememektedir. Başvurulan kurumlarda çocuğun kuruma kabul sürecinde kurumlar ailelerden gölge öğretmen veya bireysel ilgilenecek kişi talebinde bulunmakta ve bu talep aileleri psikolojik olarak etkilediği kadar maddi yönden de olumsuz yönde etkilemektedir. Çocuklarında bir gelişim geriliği olduğu için iletişim ve sosyal becerilerde geri olmasının ve hatta sınıf düzenine zaman zaman aykırı davranmasının onun otizm tanısı sebebi olduğunu karşı tarafın kabul edip bu farkındalıkla eleştiri ve yorum yapmalarını beklemektedirler ancak birçok ebeveyn bu eleştirileri bile kabul etmemektedir. Çünkü okul bulma ve kayıt olma, kabul edilme süreci onlar için zorlu ve uzun bir süreçtir. Dış kaynaklarla yaşadıkları bu olumsuz deneyimler zamanla ebeveynlerin dış dünyada aldıkları tepkileri birbirlerine yansıtma ve bu bağlamda karşıdakinin duygu ve tutumlarını da kabul etme de zorluk yaşamalarına sebebiyet verebilir.

Aktif duygu düzenleme duyguları fark etme ve farkında olarak duyguyu tanımasını da ele alan duyguların özümsemesini ele alan negatif duygunun yaşantılanmasını da duyguyu düzenleyerek doğru bir şekilde devam ettirmeyi de içeren bir durumdur. Saruhan yaptığı çalışmada sosyal ve duygusal yalnızlık ile kabul etmeme arasında pozitif bir ilişki bulmuştur.¹³⁰

Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Olan ve Olmayan Ailelerin Duygularını Düzenleme Güçlüğü Alt Boyutu Olan Dürtü Düzeylerinin Karşılaştırılması

Duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutu olan dürtü'nün otizm tanılı çocuğa sahip olan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmada duygu boşaltımının sağlıklı yapılamadığı durumlarda duygunun kontrolsüzce dışa vurumunu gerçekleştirmeye dile getiren ebeveynler bunları kontrol etmekte zorlandıklarını dile getirmişlerdir. Özellikle olumsuz duygulardan muzdarip olan ebeveynler bunların başa çıkması daha zor duygular olduğunu belirtmişlerdir. Olumsuz duygulara tahammülleri en aza düşen ebeveynler bu duyguları yaşadıklarında her şeyi yıkıp dökmek istediklerinden ve kontrolsüzce etrafa saldırmak istediklerinden bahsetmişlerdir. Burada olumsuz duygulara karşı dürtü

¹³⁰ Saruhan, a.g.e., s.65.

kontrolü yapamayan ebeveynin duygu düzenlemede güçlük yaşadıklarını gözlemleyebiliriz. Özellikle eşyle olan ilişkisinde karşılıklı tarafların birbirlerine destek olmaması, bireyleri duygu ve dürtü kontrolü yapmaları konusunda daha zorladığını ve bununla başa çıkamadıkları için daha yıkıcı davranışlar sergilediklerini dile getirmişlerdir.

Negatif duyguların yaşandığı sırada, dürtüler kontrol edilememektedir. Aydın yaptığı araştırmalarda öğrencilerin duygu düzenleme ile sosyal kaygı arasındaki ilişkisini gözlemlemiştir. Gözlemleri sırasında elde ettiği sonuçlara göre Psikolojik olarak desteklenen grubun dürtü puanlarının almayanlara göre daha düşük olduğu gözlemlenmiştir.¹³¹

Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Olan ve Olmayan Ailelerin Duygularını Düzenleme Güçlüğü Alt Boyutu Olan Amaç Düzeylerinin Karşılaştırılması

Duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutu olan amaçların otizm tanılı çocuğa sahip olan katılımcılarda daha yüksek olduğu görülmektedir. Karagöz kendini yaralamanın bireysel (duygu düzenleme güçlüğü) ve çevresel risk faktörleri (çocukluk örselenme yaşantıları) açısından Amatem'de yatan alkol bağımlılarıyla bir inceleme yürütmüştür.

Çalışmanın sonuçları gösteriyor ki, negatif duygularla karşı karşıya kalan kişiler duygu düzenleme biçimlerinde, hedefe yönelik tutumlarında ve davranışlarını kontrol etme de güçlük yaşadıkları gözlemlenmiştir.¹³² Akdur ve Aslan tarafından yapılan çalışmada, duygusal zeka ile ilişki doyumu ve duygu regülasyonu güçlüğü ile ilgili inceleme yapmıştır. Bu inceleme sonuçlarına göre duygusal zeka, ilişki doyumları ile amaç arasında olumlu bir ilişki bulunamamıştır.¹³³ Elde edilen bulgular doğrultusunda amaçlar alt ölçeğinin negatif duyguları yaşantılayan bireylerin hedef odaklı tutumlar sergilemesi daha güç olabilir. Daha önceden de bahsedildiği gibi bu ölçekte de kişi deneyimlediği negatif yaşantılarda zaman zaman dürtü kontrolünde zorlanmakta ve normal dışı tutumlar gösterebilmektedir.

¹³¹ Merve Aydın, *Üniversite Öğrencilerinde Duygu Düzenleme Güçlüğü Ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin Araştırılması*, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018, s.45 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

¹³² Başak Karagöz, *Alkol Veya Madde Bağımlısı Bir Grupta Kendini Yaralama Davranışının İncelenmesi: Çocukluk Dönemi İstismarı ve İhmali İle Duygu Düzenleme Güçlüğü Faktörleri*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2010, s.87 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)..

¹³³ Serel Akdur ve Büşra Aslan, *Duygusal Zekâ ile İlişki Doyumu Arasında Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Romantik Kiskançlığın Aracı Rolü*, Nesne Psikoloji Dergisi (NPD), 5(9), 2017, s.71-88.

Sergilenen bu aşırı davranışlar bireyin tutum ve hedef arasındaki sürecini sekteye uğratabilir ve sergilediği tutumda istediği geri dönüşü alamayan birey hedef noktasını yani tutumdaki amacı göz ardı edebilir. Otizm tanılı çocukları olan ebeveynlerin duygu düzenlemede daha da zorluk yaşadığı sonucuna baktığımızda, yaşanan bu zorluk bireyleri tutarlılık ve süreklilik amaçlarından alıkoymaktadır. Bu dönüt özellikle çocuklarına yeni edinim kazandırmaya çalışan ailelerden edinilmiştir. Eğitimcilerinin belirlediği amaçları evde çalışan ve destekleyen ebeveynler, çocuklarından bekledikleri geri dönütü almadıklarında başta koydukları hedefi es geçebiliyorlar. Örneğin, çalışmanın başında amaç çocuğa al-ver yönergelerini kazandırmak olan ebeveyn bir süre sonra çocuğa 'ver' yönergelerini verdiğinde ve çocuk tarafından geri dönüt almadığında kendilerinin çocuğun elinden nesneyi aldıklarını söylemişlerdir. Bu durumda ebeveynin psikolojik destek olarak duygu kontrolünü güçlendirmesi sağlanabilir.

Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Olan ve Olmayan Ailelerin Evlilik Uyumlarının Karşılaştırılması

Otizm Tanılı çocuğa sahip olmayan bireylerin evlilik uyumunun daha yüksek olduğu görülmektedir. Evlilik uyumu alt boyutu olan ilişki tarzının otizmlili çocuğa sahip olmayan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Evlilik uyumu alt boyutu olan genel uyumun otizmlili çocuğa sahip olmayan bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. İki bireyin birbirlerini bir bütün olarak tamamlamaları evlilikteki uyum düzeyini arttırmaktadır. Kişilerin birbirlerine karşı uyumlu olmaları ile bir bütün olarak uyum sağlanması mümkün olur. Buradaki bir bütün olarak uyum ile kastedilen duygusal, cinsel, ilişki ve sosyal olarak bireylerin birbirlerini tamamlamasıdır. Çiftlerin birbirleri tarafından beklentilerinin ve ihtiyaçlarının karşılanmaması ya da libidinal enerjilerinin farklı bir nesneye aktarımı bu bütüncül uyuma ket vurabilir. Bireyler birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılayabildikleri kadar uyumlu bir ilişki elde edebilirler. İlişki de uyumlu olabilmek, çiftler arasında ki iletişim, cinsel açıdan birbirlerine doyum sağlayabilme, birlikte karar verebilme, birbirlerine açık ve şeffaf olabilmeyi gerektirir.

Çiftler birbirlerini ne kadar destekler ve yapıcı olurlarsa ilişkilerinde ki problemler daha tolere edilebilir bir hal alır. İlişkilerde ki kırılma, yıpranma, duygusal patlamalar (katarsis), incinme yaşanabilir ancak burada önemli olan bu duygular karşısında olabildiğince yapıcı ve şeffaf tutumlar sergileyebilmek evlilik uyumunu olumlu yönde güçlendirecektir.

İlişkinin devamı için interaktif bir çaba hali gerekir. Bu çabadaki balans ilişki uyumunu o denli olumlu etkileyecektir. Bu süreçte etkili diğer bir konu cinsel hayattır. Bu çalışma doğrultusunda yapılan görüşmelerde, ebeveynlerin bir kısmının ilk çocukları otizm tanılı olduğunda ikinci çocuğu yapmakta daha çekinceli davrandıklarını belirtmişlerdir. Bazı bireyler bunun eşleriyle cinsel hayatlarını da etkilediğini belirtmişlerdir.

Evlilik uyumu için çiftlerin eşit oranda enerji ve duygu paylaşımı yapmaları da gerekir. Otizm tanılı çocuğu olan ailelerin bu duygu ve enerjilerini eşlerinden çok çocuklarına harcadığını ve bu sebeple eşlerinin onlara ya da onların eşlerine yetemediklerini düşündüklerini belirtmişlerdir. Çocuğun ihtiyaçlarının giderilmesi ebeveynin her şeyden daha çok önceliği haline geldiği durumda bireyler sosyal, cinsel ve ilişkisel anlamda ne kendilerine ne de partnerlerine yeterli zaman harcamadıklarını dile getirmişlerdir. Özellikle ilişkilerinde ki problemleri gidermek adına çocuk yapmaya karar veren ve çocukları otizm tanılı olan bireyler, kurtarmak için uğraştıkları evliliklerinin daha uyumsuz bir sürece geçtiğini belirtmişlerdir.

Eşler çocuk sahibi olduktan sonra, evlilik sürecinde yeni bir döngüye girerler ve üstlendikleri rollerde değişiklikler görmeye başlar. Çocuklarının gelişimsel bir geriliği olduğunu öğrenen ebeveynler, bu rollerine ek olarak daha fazla stres altına girmektedirler. Bu durumlarda genellikle anne evde çocukla ilgilenirken, baba zorlaşan ekonomik koşullar sebebiyle daha yoğun bir çalışma temposuna girmektedir. Bu yeni süreç aile içi geçimsizlik, huzursuzluk, çatışmalar, anlaşılama gibi süreçler yaşanmasına sebebiyet verebilir. Bu süreçler başta çocuk olmak üzere bütün aile bireylerini negatif yönde etkiler. Bu sebepler çiftler arasındaki uyum ile çocuğun uyumu arasındaki ilişki genellikle araştırılan konulardandır. İnci ve Tüfekci çalışmalarında evlilik uyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmanın örnekleminde engelli çocuğu olan ebeveynlerden oluşmaktadır. Bulgular gösteriyor ki engelli çocuğu olan ebeveynlerin evlilik uyumu daha düşük düzeydedir.¹³⁴ Longo ve Bond çalışmalarında engelli çocuğu olan ebeveynlerin evlilik ilişkilerinin negatif yönde gittiği sonucunu bulmuşlardır.¹³⁵ Florian ve Findler çalışmalarında serebral palsi tanısı almış çocuğu olan anneler ile normal gelişim gösteren çocuğa sahip anneler arasındaki özgüven ve evlilik uyumu arasında ki ilişkiyi incelemiş ve sonucunda serebral palsi tanısı

¹³⁴ Zuhale Ende İnci ve Fatma Gündücü Tüfekci, *Engelli çocuğu olan ebeveynlerde evlilik uyumu ve yaşam doyumunun değerlendirilmesi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi*, Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 4(1), 2015, s.102-112.

¹³⁵ Dianne Longo ve Linda Bond, *Families of the handicapped child: Research and practice*, Family Relations, 1984, s.57-65.

almış çocuğu olan annelerin evlilik uyumunun daha düşük olduğunu belirtmişlerdir.¹³⁶ Bolman yaptığı çalışmada yaygın gelişimsel bozukluk tanısı almış çocuğu olan ailelerin boşanma oranının %80 olduğunu belirtmiştir.¹³⁷ Ancak bazı çalışmalar gösteriyor ki otizm tanısı almış bir çocuğa sahip olmak bazı eşlerin birbirlerine yakınlığını arttırmakta ve evlilik uyumunu pozitif yönde etkilemektedir.^{138 139} Yapılan bazı çalışmalar çocuğun evliliği pozitif yönde, bazıları ise nötr biçimde etkilediğini; bazı çalışmalar bunun bir boşanma sebebi olduğunu bazıları ise tam zıttı yönünde evliliği daha da güçlendirdiğini göstermektedir.¹⁴⁰

Duygularını Düzenleme Güçlüğü ve Alt Boyutları İle Evlilik Uyumu Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Duyguları düzenleme güçlüğü ile ilişki tarzı alt boyutu arasında olumsuz biçimde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Duyguları düzenleme güçlüğü puanları yükseldikçe, ilişki tarzı puanları düşmektedir. Farkındalık alt boyutu ile evlilik uyumu arasında olumlu bir ilişki olduğu saptanmıştır. Farkındalık puanları arttıkça, evlilik uyumu puanları artmaktadır. Farkındalık alt boyutunun en önemli noktası bireyin duygusal tepkilere karşı farkındalığının olmamasıdır. Ölçekte kişilerin cevaplarında ki puanlamalar yükseldikçe evlilik uyum düzeyi de eşdeğer olarak artmaktadır. Kişilerin eşlerinin duygularına karşı olan tepkilerindeki uyum, ilişkideki uyum düzeyini de olumlu ynde etkilemektedir. Kişiler partnerine kendilerini ifade edebildiklerini ve anlaşıldıklarını hissettiklerinde, partnerlerine olan tutumlarında ki farkındalık düzeyi de artmaktadır. Kişi anlaşılmadığını ve kendini yeterince ifade edemediğini düşünüyorsa partnerine karşı olan duygu yansıtması da aynı şekilde değişim gösterebilir. Anlaşılmadığını, fark edilmediğini düşünen birey; karşı tarafa aynı yansıtmayı yapar. Buradaki sergilenen davranışlar uyumlu bir ilişkiye ket vuran davranışlardır. Bu bağlamda bu boyutların arasındaki ilişkinin neden pozitif olduğunu açıklamış oluruz. Farkındalık alt boyutu ile genel uyum alt boyutu arasında olumlu bir anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Farkındalık puanları yükseldikçe, genel uyum

¹³⁶ Victor Florian ve Liora Findler, *Mental health and marital adaptation among mothers of children with cerebral palsy*, American Journal of Orthopsychiatry, 71(3), 2001, s.358-367.

¹³⁷ William Bolman, *The autistic family life cycle: Family stress and divorce*, Autism Society of America's 37th National Conference on Autism Spectrum Disorders, Providence, RI, 2006.

¹³⁸ Lorna Wing, *Otizm el rehberi*, Çeviri: Semra Kunt, Tohum Türkiye Otizm Erken Tanı ve Eğitim Vakfı, İstanbul, 2005.

¹³⁹ Mustafa Özkes vd., *Evlilik İlişkilerinde Engelli Çocuğa Sahip Olmanın Rolü*, 10. Ulusal Psikoloji Kongresi, Sözlü Bildiri, Ankara, 1998.

¹⁴⁰ Murat Sarısoy, *Otistik ve Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Evlilik Uyumları*, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 2000, s.61 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

puanları da yükselmektedir. Amaçlar alt boyutu ile evlilik uyumu arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Amaçlar puanı yükseldikçe, evlilik uyumu düşmektedir. Bireyin duygularını düzenlerken ve davranışlarını kontrol ederken hedeflediği amaçlara uygun davranması, evlilikte ki uyumu arttırmaktadır. Ancak bu davranım tam tersi yönde olduğunda yani bireyin amaçlarına ulaşmada güçlük çekme oranı arttıkça evliliğinde ki uyum da düşüşe geçmektedir.

Rıza evli kişilerin bilişsel duygu düzenleme ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiş ve araştırmanın bulgularına göre bilişsel duygu düzenleme ve evlilik doyumu arasında olumsuz bir ilişki bulmuştur.¹⁴¹ Alipour ve arkadaşları negatif bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve evlilik doyumu arasında olumsuz bir ilişki tespit etmiştir.¹⁴² Kraaiji ve arkadaşları yaptıkları çalışmada çocuk sahibi olamayan çiftlerin negatif bilişsel duygu düzenleme biçimlerine daha çok başvurduğunu belirtmişlerdir.¹⁴³ Bloch ve arkadaşları duygu düzenleme ve evlilik doyumu arasında pozitif bir ilişki bulmuşlardır.¹⁴⁴ Özgüven yaptığı çalışmada çiftlerin uyumlu bir evliliği olması için duygularını karşı taraf ile paylaşmanın, empatinin, kişilerarası farklılığı kabul etmenin sevgiyi karşı tarafa aktarabilmekte gerekli olduğunu belirtmiştir.¹⁴⁵

¹⁴² Osman Alipour vd., **Study of the Relationship between Social Capital and Urban Development (Case Study: Sardasht)**, International Journal of Zoological Research, 11(2), 2015, s.71.

¹⁴³ Vivian Kraaij vd., **Cognitive coping and depressive symptoms in definitive infertility: a prospective study**, Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology, 29(1), 2008, s.9-16.

¹⁴⁴ Lian Bloch vd., **Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale**, Emotion, 14(1), 2014, s.130.

¹⁴⁵ İbrahim Etehem Özgüven, **Evlilik ve Aile Terapisi**, PDREM Yayınları, Ankara, 2000.

ÖNERİLER

Otizm tanısı almış çocukların ebeveynlerinin duygu düzenleme güçlüklerinin incelendiği bu çalışmanın bulguları ebeveynlere ve bu alanda araştırma yapacak kişi ve uzmanlara sunacağı çeşitli öneriler aşağıdaki şekildedir.

Yapılan çalışmaların bulgularına göre, bu konuyla ilgili araştırma yapacak kişiler ve uzmanlar, otizm tanısını, otizm tanısı almış çocuğu olan ebeveynlerin ve normal gelişim gösteren çocuğu olan ebeveynlerin evlilik, duygu düzenleme güçlükleri ve evlilik uyumu gibi çeşitli değişkenlerin ilişkilerini inceleyebilirler. Otizm tanılı çocuğu olan ebeveynlerin evlilik uyumlarının ve duygu düzenleme güçlüklerinin daha zor olduğu görülmüştür. Ancak bu çalışmanın kısıtlılıkları İstanbul ili olduğu için, çeşitli kırsal ve kentsel bölgelere göre de değerlendirilmesi yapılabilir.

Otizm tanılı çocuğu olan ebeveynlerle çalışan uzmanların ebeveynlerin duygu düzenlemeleri ve evlilik uyumu ile ilgili yaptığı çalışmalarda bu bulguyu göz önünde bulundurarak terapi ve danışmanlık süreçlerine devam edebilir yahut seminerler düzenleyebilirler. Otizm tanılı çocuklar için okul öncesi eğitim konusunda da kurum sahipleri ve okul öncesi öğretmenlerinin daha duyarlı davranmaları ve bu süreçte çocuğa ve ebeveynlere tutumlarında iş birlikçi olmalarını tavsiye ederim.

Çalışmanın bulguları göstermektedir ki otizm spektrum bozukluğu günden güne yaygınlaşmaktadır. Sebebi tam olarak henüz bilinemeyeceği için koruyucu önlemler almak pek mümkün olmasa da, yaşamın ilk üç yılında ki gözlemler erken tanı ve müdahale için oldukça önemlidir. Eğitime ne kadar çabuk başlanırsa otizm tanısı almış çocuğun gelişimine o kadar çabuk müdahale edilmiş olur.

Ayrıca araştırmanın bir diğer kısıtlılığı olarak ebeveynlerin evlilik uyumu ya da duygu düzenlemesinde güçlük yaşarken burada ki etmeni otizm tanısı almış çocuğu olan ebeveynler olarak değerlendirdik. Ancak bu noktada ebeveynlerin patolojileri de göz önüne alınarak çalışmaların daha geniş boyutta yapılması tavsiye edilir.

KAYNAKÇA

KİTAPLAR

AKIN Ahmet Çelik ve Eyüp, Psikolojide güncel kavramlar III aile-evlilik, Nobel Akademik Yayıncılık, İstanbul, 2015.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION, Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®), American Psychiatric Pub,2013.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION, Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 4rd edn, Washington, DC. Deutsche Ausgabe: Diagnosti, 1996.

AYDIN Aydan, Otizmde İlk Adım, Epsilon Yayıncılık, 2003.

BALTAŞ Zuhâl ve BALTAŞ Acar, Stres ve başa çıkma yolları, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2008.

BORAN Fahrûnisa, Aşk ve Evlilik, Epsilon Yayıncılık, İstanbul, 2003.

COLEMAN Mary, The Neurology of Autism, Oxford University Press, Colombo, 2005 .

FAZLIOĞLU Yeşim ve Yurdakul Meral, Otizm-Otizmde Görsel İletişim Tekniklerinin Kullanımı, Morpa Yayınları, İstanbul, 2005.

FİŞİLOĞLU Hürol, Lisansüstü Öğrencilerin Evlilik Uyumu, Psikoloji Dergisi, 7,28, 1992.

GRAZIANO M.ANTHONY. , Developmental Disabilities: Introduction To A Diverse Field, Allyn & Bacon, 2002.

GRAZIANO Anthony, Developmental Disabilities: Introduction To A Diverse Field, Allyn & Bacon, 2002.

GROSS James ve ROSS Thompson, Emotion regulation: Conceptual foundations, Gross J.J. (Ed.), Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Press, 2007.

GROSS James, Handbook of Emotion Regulation. Guilford publications, 2013.

GROSS James, Handbook of Emotion Regulation. Guilford publications, 2013.

GÜNEŞ Ahmet, Otizm ve Otistik Çocukların Eğitimi, İlya Yayıncılık, İzmir, 2005.

KOEGEL Lynn Kern ve CLAIRE Scovell LaZebnik, Overcoming Autism, Viking Penguin Group, London, 2004.

KORKMAZ Barış Yağmur, Çocuklar: Otizm Nedir?, 8. Gün Özel Eğitim Rehabilitasyon ve Psikolojik Danışma Merkezi,2005.

KÖKNEL Özcan, İnsanı Anlamak, 5. Baskı, Altın Kitaplar, İstanbul, 1994.

OZGUVEN İbrahim Ethem, Evlilik ve Aile Terapisi PDREM Yayınları, Ankara, 2000.

ÖZTÜRK Orhan, Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Nobel Tıp Kitapevleri, Ankara, 11, 2004.

ÖZUSTA Sedat, Otizm, Tanı ve Ayırıcı Tanı, Nobel Tıp Kitapevi, İstanbul, 1999.

ŞENER Arzu ve TERZİOĞLU Günsel, Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları, Ankara, 2002.

TARHAN Nevzat, Mutlu Evlilik Psikolojisi, Timaş yayınları, İstanbul, 2017.

WİNG Lorna, Otizm el rehberi, Çeviri: Semra Kunt, Tohum Türkiye Otizm Erken Tanı ve Eğitim Vakfı, İstanbul, 2005.

YALOM Marilyn, Antik Çağlardan Günümüze Evli Kadının Tarihi (Z.Yelçe ve N. Domaniç Çev.), Çitlembik. İstanbul, 2002.

YEŞİLYAPRAK Binnur, Çalışan Anne ve Çocuk, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2003.

MAKALELER

AKAR Hülya, Psikiyatrik Yardım Talebi Olanlar ile Yardım Talebi Olmayan ve Boşanma Aşamasında Olan Çiftlerde

AKDUR Serel ve ASLAN Büşra, Duygusal Zekâ ile İlişki Doyumu Arasında Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Romantik Kıskançlığın Aracı Rolü, Nesne Psikoloji Dergisi (NPD), 5(9), 2017, s.71-88.

AKSÜT Murat, Yeni Bin Yılın Yeni Eğitim Merkezleri (Oçem'ler) ve Otistik Bireylerin Eğitimi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Dergisi, Afyon, 3, 2, 2001, s.57-71.

ALİPOUR Osman, BİSOTOON Azizi, RADPEY Loqman, Study of the Relationship between Social Capital and Urban Development (Case Study: Sardasht), International Journal of Zoological Research, 11(2), 2015, s.71.

BARON-COHEN Simon, Autism, Research Into Causes and Intervention, Pediatric rehabilitation, 7, 2, 2004, s.73-78.

BİLEN Mürüvvet, Ailede, Kurumlarda ve Toplumda Sağlıklı İnsan İlişkileri, Teknik Basım, Ankara, 1983, s.67-69.

BİRTCHNELL John ve KENNARD John, Does marital maladjustment lead to mental illness?, *Social Psychiatry*, 18(2), 1983, s.79-88.

BLOCH Joan Rosen, BİRMİNGHAM Wendy ,and BRANDON Q. Jones, Beyond marital status: The quality of the mother–father relationship and its influence on reproductive health behaviors and outcomes among unmarried low income pregnant women, *Maternal and child health journal*, 14(5), 2010, s.726-734.

BLOCH Lian, CLAUDİA M. Haase, and LEVENSON Robert W., Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale, *Emotion*, 14(1), 2014, s.130.

BORDEN Christopher, Treating individuals who have autism: DSM-V, ABA, and beyond, *Brown University Child & Adolescent Behavior Letter*, 27(8), 2011, s.1-6.

CASE Jane Smith, and HEATHER Miller, Occupational Therapy With Children With Pervasive Developmental Disorders, *American Journal of Occupational Therapy*, 53,5, 1999, s.506-513.

COATS Abby Heckman ve FREDDA Blanchard-Fields, Emotion regulation in interpersonal problems: The role of cognitive-emotional complexity, emotion regulation goals, and expressivity, *Psychology and Aging*, 23(1), 2008, s.39.

CRİCK Nicki ve DODGE Kenneth A., A Review And Reformulation Of Social Information-Processing Mechanisms İn Children's Social Adjustment, *Psychological bulletin*, 115.1, 1994, s.74.

DONALD Thomsen ve GİLBERT G., Factors characterizing marital conflict states and traits: Physiological, affective, behavioral and neurotic variable contributions to marital conflict and satisfaction, *Personality and Individual Differences*, 25(5), 1998, s.833-855.

DOYLE Barbara ve ILAND Emily Doyle, *Autism Spectrum Disorders From A To Z, Assessment, Diagnosis-& More!*. Future Horizons, 2004, s.38.

DOYLE Barbara ve ILAND Emily Doyle, *Autism Spectrum Disorders From A To Z, Assessment, Diagnosis-& More!*. Future Horizons, 2004, s.38.

ERBEK Evrim, BEŞTEPE Emrem, AKAR Hülya, ERADAMLAR Nezh, Evlilik uyumu, *Düşünen Adam*, 18(1), 2005, s.39-47.

FİLİPEK Pauline, ACCARDO Pasquale J. , BARANEK Grace T. , COOK Edwin H. , The Screening And Diagnosis of Autistic Spectrum Disorders, *Journal of autism and developmental disorders*, 29.6, 1999, s.439-484.

FLORIAN Victor ve FİNDLER Liora, Mental health and marital adaptation among mothers of children with cerebral palsy, *American Journal of Orthopsychiatry*, 71(3), 2001, s.358-367.

GİLLIAN Baird, SİMİNOFF Emily, PİCKLES Andrew, CHANDLER Susie, Prevalence Of Disorders of The Autism Spectrum İn A Population Cohort Of Children İn South Thames, the Special Needs and Autism Project (SNAP), *The lancet*, 368, 9531, 2006, s.210-215.

GOTTMAN John ve LEVENSON Robert, Marital processes predictive of later dissolution: behavior, physiology, and health, *Journal of personality and social psychology*, 63(2), 1992, s.221.

GRATZ Kim ve ROEMER Lizabeth, Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale, *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26(1), 2004, s.41-54.

GREGÓRIO Sónia ve JOSÉ Pinto-Gouveia, Mindful attention and awareness: relationships with psychopathology and emotion regulation, *The Spanish journal of psychology*, 16, 2013.

GROSS James ve MUNOZ Rick, Emotion regulation and mental health, *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 1995, s.151-164

GROSS James, RİCHARDS Jane M., and OLİVER P. John, Emotionregulation in everyday life, Ed., D. K. Snyder, J.A. Simpson and J. H. Hughes, *Emotion regulationin couples and families: Pathways to dysfunctionand health* . Washington: American Psychological Association, 2006, s.54

GROSS James, The emerging field of emotion regulation: An integrative review, *Review of general psychology*, 2(3), 1998, s.271-299.

GROSS James, The emerging field of emotion regulation: An integrative review, *Review of general psychology*, 2(3), 1998, s.271-299.

HAWKINS Daniel ve BOOTH Alan, Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on well-being, *Social Forces*, 84(1), 2005, s.451-471.

HİLL Christina ve UPDEGRAFF, J. A., Mindfulness and its relationship to emotional regulation, *Emotion*, 12(1), 2012, s.81.

HOLT- LUNSTAD Julianne, BİRMİNGHAM Wendy, and BRANDON Q. Jones, Is there something unique about marriage? The relative impact of marital status,

relationship quality, and network social support on ambulatory blood pressure and mental health, *Annals of behavioral medicine*, 35(2), 2008, s.239-244.

İNCEKAŞ Seçil, Çocukluk otizmini derecelendirme ölçeği türkçe formu geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi, 2009.

İNÇİ Zuhale Ende ve TÜFEKÇİ Fatma GÜDÜCÜ, Engelli çocuğu olan ebeveynlerde evlilik uyumu ve yaşam doyumunun değerlendirilmesi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi, *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 2015, s.102-112.

JABEEN Farah, M. Anis-ul-Haque, RİAZ Muhammad Naveed, Parenting styles as predictors of emotion regulation among adolescents, *Pakistan Journal of Psychological Research*, 28(1), 2013, s.85-105.

JAMES Gross ve THOMPSON Ross, Emotion regulation: Conceptual foundations, J. James Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* New York: Guilford Press, 2007, s.654.

LARSON Jeffrey ve HOLMAN Thomas, Premarital predictors of marital quality and stability, *Family Relations*, 1994, s.228-237.

KAVİTHA Chirumamilla, RANGAN Uma, and PRAVEEN Kumar Nirmalan, Quality of life and marital adjustment after cognitive behavioural therapy and behavioural marital therapy in couples with anxiety disorders, *Journal of clinical and diagnostic research*, 8(8), 2014, s.01-04.

KELTNER Dacher ve GROSS James, Functional accounts of emotions, *Cognition & Emotion*, 13(5), 1999, s.467-480.

KİECOLT-GLASER Janice ve TAMARA Newton, Marriage and health: his and hers, *Psychological bulletin*, 127(4), 2001, s.472.

KİENTZ Mary Alhage ve DUNN Winnie, A Comparison of The Performance of Children With And Without Autism On The Sensory Profile, *American Journal of Occupational Therapy*, 51,7, 1997, s.530-537.

KORKMAZ Barış, Nörolog Olmayanlar İçin Nöroloji Sempozyum Dizisi, İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, İstanbul, (42), 2005, s.199-208.

KRAAIJ Vivian, GARNEFSKİ Nadia, Anne Vlietstra Cognitive coping and depressive symptoms in definitive infertility: a prospective study, *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 29(1), 2008, s.9-16.

KRİNG Ann ve SLOAN Denise, Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment, Guilford Press, 2009, s.98.

KURİTA Hiroshi, How to deal with the transition from Pervasive Developmental Disorders in DSM-IV to Autism Spectrum Disorder in DSM-V, Psychiatry and clinical neurosciences, 65(7), 2011, s.609-610.

LARSON Jeffrey, The Great Marriage Tune-Up Book, San Francisco: Jossey- Bass, 2002, s.101.

LEVENSON Robert, Human emotion: A functional view, Edt: Ekman ve R. Davidson, The Nature of Emotion: Fundamental Questions, Oxford University Press, New York, 1994, s.123-126.

LOEBER Rolf, and HAY Dale, Key Issues İn The Development Of Aggression And Violence From Childhood To Early Adulthood, Annual review of psychology, 48.1, 1997, s. 371-410.

LONGO Dianne ve BOND Linda, Families of the handicapped child: Research and practice, Family Relations, 1984, s.57-65.

LORD Catherine, ve MCGEE James P., Educating Children With Autism: Committee On Educational Interventions For Children With Autism, Division of behavioral and social sciences and education, 2001, s. 211-231.

LUTZ Jacqueline, UWE Herwing, OPIALLA Sarah, Mindfulness and emotion regulation—an fMRI study, Social cognitive and affective neuroscience, 9(6), 2013, s.776-785.

Manfred Holodynski, HERMANN,Sophia KROMM Helena, Entwick Lungs Psychologische Grundlagen Der Emotions Regulation, Psychologische Rundschau, 2013, s.196.

MCCANDLESS James, Otizmi Şimdi Yen , Açlık Çeken Beyinler, Prestij Yayınları, İstanbul, 2000, s.94

OZKAYA Banu Tortamis, Yaygin Gelisimsel Bozukluklardan Otizm Spektrum Bozukluguna Gecis: DSM-5'te Karsimiza Cikacak Degisiklikler, Psikiyatride Guncel Yaklasimlar/Current Approaches to Psychiatry, 5(2), 2013, s.127-140.

ÖZEKES Mustafa, GİRLİ Alev, Yurdakul Arzu Evlilik İlişkilerinde Engelli Çocuğa Sahip Olmanın Rolü, 10. Ulusal Psikoloji Kongresi, Sözlü Bildiri, Ankara, 1998.

PEPPING Christopher, PENELOPE J. Davis, and Analise O'Donovan, Individual differences in attachment and dispositional mindfulness: The mediating role of emotion regulation, *Personality and Individual Differences*, 54(3), 2013, s.453-456.

ROEMER Lizabeth, Lee Jonathan, Salters-Pedneault Kristalyn, Mindfulness and emotion regulation difficulties in generalized anxiety disorder: preliminary evidence for independent and overlapping contributions, *Behavior therapy* 40(2), 2009, s.142-154.

ROSEMAN Ira, Emotional Behaviors, Emotivational Goals, Emotion Strategies: Multiple Levels Of Organization İntegrate Variable And Consistent Responses, *Emotion Review* ,3.4, 2011, s.434-443.

RUGANCI Neslihan ve GENÇÖZ Tülin, Psychometric properties of a Turkish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale, *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 2010, s.442-455.

SCORSOLINI-COMIN Fabio ve SANTOS Manoel Antônio dos, Correlations between subjective well-being, dyadic adjustment and marital satisfaction in Brazilian married people, *The Spanish Journal of Psychology*, 15(1), 2012, s.166-176.

SHAHİ Abdolsattar, Relationship between mental health and marital satisfaction, 2011, s.119-126.

SİMON Baron-Cohen, Autism, Research Into Causes and Intervention, *Pediatric rehabilitation*, 7, 2, 2004, s.73-78.

SPANİER Graham, LEWİS Robert A., and COLE Charles L., Marital adjustment over the family life cycle: The issue of curvilinearity, *Journal of Marriage and the Family*, 1975, s.263-275.

SPANİER Graham, The Measurement Of Marital Quality, *Journal of sex & marital therapy*, 5.3, 1979, s.288-300.

THOMPSON Ross, Emotion Regulation: A Theme İn Search Of Definition, *Monographs of the society for research in child development*, 59.2-3, 1994, s.25-52.

HUMPHREYS Tony, Aile: Terk etmemiz gereken sevgili, (Çev., T. Anapa), Epsilon Yayınları, 3. Baskı, İstanbul, 2003, s.241.

TUTAREL-KIŞLAK Şennur, Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenilirlik ve geçerlik çalışması, *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(1), 1999, s.50-57.

TUTEREL-KIŞLAK Şennur, İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İmö): Güvenirlik Ve Geçerlik Çalışması, *Kriz Dergisi*, 10(1), 2002, s.37-43.

UEBELACKER Lisa ve WHİSMAN Mark, Relationship beliefs, attributions, and partner behaviors among depressed married women, *Cognitive Therapy and Research*, 29(2), 2005, s.143-154.

VOLKMAR Fred ve LORD Catherine, Diagnosis And Definition of Autism And Other Pervasive Developmental Disorders, *Autism and pervasive developmental disorders*, 1998, s.1-31.

VOLKMAR Fred, KOEİNG Kathy, SATE Matthew, Handbook of autism and pervasive developmental disorders, diagnosis, development, neurobiology, and behavior, John Wiley & Sons, 2005.

VOLKMAR Fred, LORD Catherine, Bailey Anthony, Autism and Pervasive Developmental Disorders, *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45.1, 2004, s.135-170.

VUJANOVIC Anka, BONN-MİLLER Marcel, Bernstein Amit, Incremental validity of mindfulness skills in relation to emotional dysregulation among a young adult community sample, *Cognitive Behaviour Therapy*, 39(3), 2010, s.203-213.

WHİSMAN Mark, UEBELACKER Lisa A., and WEİNSTOCK, Lauren M. Psychopathology and marital satisfaction: The importance of evaluating both partners, *Journal of consulting and clinical psychology*, 72(5), 2004, s.830.

WILLIAM Bolman, The autistic family life cycle: Family stress and divorce, *Autism Society of America's 37th National Conference on Autism Spectrum Disorders*, Providence, RI, 2006.

WILLIAMS Dorie Giles, Gender, Marriage, and Psychosocial Well-Being, *Journal of Family Issues*, 9,4, 1988, s. 452-468.

WILLIAMS Dorie Giles, Gender, Marriage, and Psychosocial Well-Being, *Journal of Family Issues*, 9,4, 1988, s. 452-468.

WİNG Lorna ve GOULD Judith, Severe impairments of social interaction and associated abnormalities in children: Epidemiology and classification, *Journal of autism and developmental disorders*, 9(1), 1979, s.11-29.

WİNG Lorna, Judith Gould, and Christopher Gillberg, Autism spectrum disorders in the DSM-V: better or worse than the DSM-IV?, *Research in developmental disabilities*, 32(2), 2011, s.768-773.

WOLFF Sula, The history of autism. Eur Child Adolesc Psychiatry, 13(4), 2004, s.201-208

YALÇIN Hatice, Evlilik Uyumu ile Sosyo-demografik Özellikler Arasındaki İlişki, Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 3,1, 2014 , s. 250-261.

YILDIZ Mehmet Ali, Ergenlerde yalnızlık ile pozitiflik arasındaki ilişkide duygu düzenleme yöntemlerinin çoklu aracılığı, Eğitim ve Bilim, 41(186), 2016, s.217-231.

YORBIK Özgür, Hakan Erman, Teoman Söhmen, Asperger Sendromu ve Yüksek Fonksiyonlu Otizmin Tanısal Ayırımı, Klinik Psikiyatri Dergisi, 3.2, 2000, s.102-110.

TEZLER

AKHUN Mehin, Üniversite öğrencilerinde, algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurguları, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğünün psikolojik belirtilerle ilişkisi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 2012, s.67 **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

ALMAS Gülşen, Evlilikte Uyum ve İnanç Gelişimi Arasındaki İlişkiler, Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Sivas, 2010, s.18 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

AYDIN Merve, Üniversite Öğrencilerinde Duygu Düzenleme Güçlüğü Ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin Araştırılması, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018, s.45 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

CURUN Ferzan, Yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi ile evlilik doyumu arasındaki ilişki, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2006, s.34-36 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÇELİK Eyüp, Evli Öğretmenlerin Bağlanma Stili, Denetim Odağı ve Bazı Nitelikleri Açısından Evlilik Uyum Düzeylerinin İncelenmesi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eskişehir, 2009, s.36 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

FİDANOĞLU Oya, Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İstanbul, 2007, s.57 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ERİŞTİ Ali, Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Psikiyatri Anabilim Dalı, İzmir, 2010, s.64 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

GÖKÇE Gözde, Ebeveynin duygusal erişilebilirliği ve genel psikolojik sağlık: Duygu düzenleme, kişilerarası ilişki tarzı ve sosyal desteğin rolü, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2013, s.41 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KANTARCI Didar, Evli Bireylerin Bağlanma Stillerine Göre Adatma Eğilimleri ve Çatışma Yönetim Biçimlerinin İncelenmesi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2009, s.17 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KARAGÖZ Başak, Alkol Veya Madde Bağımlısı Bir Grupta Kendini Yaralama Davranışının İncelenmesi: Çocukluk Dönemi İstismarı ve İhmali İle Duygu Düzenleme Güçlüğü Faktörleri, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2010, s.87 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KÜÇÜKÇELİK Zahide Merve, İlişkiye Dair İnançlar ve Bilişsel Çarpıtmaların Evlilik Uyumuna Etkisi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2015, s.23-25 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**

ÖZAYDINLIK Şeyda, Evli çiftlerin evlilik uyumu bile kişilik özelleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul, 2014, s.22 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÖZEN Rıza Sirem, Evli bireylerin bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin psikolojik iyi oluŐları ve evlilik doyumları ile ilişkisinin incelenmesi, IŞık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2016, s.74 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

POLAT Demet, Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin baz değişkenler açısından incelenmesi, T.C. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji (Sosyal) AD, Ankara, 2006, s. 77 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**

SARISOY Murat, Otistik ve Zihinsel Engelli Çocukęa Sahip Ebeveynlerin Evlilik Uyumları, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 2000, s.61 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

SARUHAN Vildan, Genç Yetişkinlikte Sosyal Ve Duygusal Yalnızlığın Duygu Düzenleme Güçlüğü Açısından İncelenmesi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Anabilim Dalı, 2018, s.55-68 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

SOYKAN Ayşenur, Sınır Kişilik Özelliği Deneyimleyen Bireylerin Bağlanma Stilleri İle Duygu Farkındalığı Ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Düzeylerinin İncelenmesi, Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2019, s.51 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YAMAN Betül, Ebeveyn Tutumlarının Çocukların Mizaç Özellikleri Ve Duygu Düzenleme Becerileri Üzerindeki Rolü, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018, s.21-25 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YÜKSEL Özge, Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri, Hacettepe üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 2013, s.3 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ZETEROĞLU Elvan Şahin, 25-72 Aylar Arasındaki Otistik Çocukların Gelişimlerinin İncelenmesi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara, 45, 2006, s.45-47 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**

EKLER

EK-A: Kişisel Bilgi Formu

Sayın katılımcılar;

Aşağıda sizi tanımamıza yönelik bazı sorular bulunmaktadır. Sorulara içtenlikle cevap vermeniz araştırmanın güvenilirliği açısından önem taşımaktadır. Her soru için mümkün olduğunca samimi bir şekilde size uyan cevabı işaretleyiniz. Lütfen her maddeyi cevaplandığınızdan emin olun.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Çalışmaya katılmayı onaylıyorum.

- Evet ()
- Hayır ()

1-İsminiz- Soy isminiz:

2-Yaşınız:

3-Cinsiyet:

4-Medeni Durumunuz:

- Evli ()
- Bekar ()
- Dul ()

5-Eğitim Durumunuz:

- İlkokul mezunu ()
- Ortaokul mezunu ()
- Lise mezunu ()
- Üniversite mezunu ()

6-Çalışma Durumunuz:

- Çalışıyorum ()
- Çalışmıyorum ()

7-Mesleğiniz:

8-Maddi kazancınız sizin için yeterli mi?

- Evet ()
- Hayır ()

9-Kaç yıldır evlisiniz ?

- 1-3 yıl ()
- 3-5 yıl ()
- 5 yıl ve üzer ()

10-Aile içi şiddete maruz kaldınız mı ?

- Evet ()
- Hayır ()

11-Kaç çocuğunuz var ?

- 1 tane ()
- 2 tane ()
- 3 ve üzeri ()

12-Çocuğunuzun konulmuş bir tanısı var mıdır?

- Evet ()
- Hayır ()

Evet ise belirtiniz →

12-Eşinizin eğitim durumu nedir ?

- İlkokul mezunu ()
- Ortaokul mezunu ()
- Lise mezunu ()
- Üniversite mezunu ()

EK-B Duygu Düzenleme G cl g   l eği (DDG )

Sayın katılımcı,

Duygu Düzenleme G cl g   l eği (DDG )

Aşağıdaki cümlelerin size ne sıklıkla uyduğunu altlarında belirtilen 5 dereceli ölçek üzerinden değerlendiriniz. Her bir cümlenin altındaki 5 noktalı ölçekten, size uygunluk yüzdesini de dikkate alarak, yalnızca bir tek rakamı yuvarlak içine alarak işaretleyiniz.

Hemen hemen hiç %0-%10	Bazen %11- %35	Yaklaşık yarı yarıya %36- %65	çoğu zaman %66-%90	Hemen hemen her zaman %91-%100
1	2	3	4	5

1 2 3 4 5

1-Ne hissettiğim konusunda netimdir.					
2- Ne hissettiğimi dikkate alırım.					
3-Duygularım bana dayanılmaz ve kontrolsüz gelir.					
4- Ne hissettiğim konusunda hiçbir fikrim yoktur.					
5- Duygularıma bir anlam vermekte zorlanırım.					
6- Ne hissettiğime dikkat ederim.					
7- Ne hissettiğimi tam olarak bilirim.					
8- Ne hissettiğimi önemserim.					
9- Ne hissettiğim konusunda karmaşa yaşarım.					
10- Kendimi kötü hissetmeyi kabullenebilirim.					
11- Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendime kızarım.					
12- Kendimi kötü hissettiğim için utanırım.					
13- Kendimi kötü hissettiğime işlerimi bitirmekte zorlanırım.					
14- Kendimi kötü hissettiğimde kontrolden çıkarım.					
15- Kendimi kötü hissettiğimde uzun süre böyle kalacağıma inanırım.					
16- Kendimi kötü hissetmenin yoğun depresif duyguyla sonuçlanacağına inanırım.					
17- Kendimi kötü hissettiğimde duygularımın yerinde ve önemli olduğuna inanırım.					
18-Kendimi kötü hissederken başka şeylere odaklanmakta zorlanırım.					
19- Kendimi kötü hissederken kontrolden çıktığım duygusu yaşarım.					
20- Kendimi kötü hissediyor olsam da çalışmayı sürdürebilirim.					
21- Kendimi kötü hissettiğimde bu duygumdan dolayı kendimden utanırım.					
22- Kendimi kötü hissettiğimde eninde sonunda kendimi daha iyi hissetmenin bir yolunu bulacağımı bilirim.					
23- Kendimi kötü hissettiğimde zayıf biri olduğum duygusuna kapılırım.					
24- Kendimi kötü hissettiğimde de davranışlarım kontrolüm altındadır.					
25- Kendimi kötü hissettiğim için suçluluk duyarım.					
26- Kendimi kötü hissettiğimde konsantre olmakta zorlanırım.					
27- Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarımı kontrol etmekte zorlanırım.					
28- Kendimi kötü hissettiğimde daha iyi hissetmem için yapabileceğim hiçbir şey olmadığına inanırım.					
29- Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendimden rahatsız olurum.					

30- Kendimi kötü hissettiğimde kendimle ilgili olarak çok fazla endişelenmeye başlarım.					
31- Kendimi kötü hissettiğimde kendimi bu duyguya bırakmaktan başka çıkar yol olmadığına inanırım.					
32- Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarım üzerindeki kontrolümü kaybederim					
33- Kendimi kötü hissettiğimde başka bir şey düşünmekte zorlanırım.					
34- Kendimi kötü hissettiğimde duygumun gerçekte ne olduğunu anlamak için zaman ayırırım.					
35- Kendimi kötü hissettiğimde kendimi daha iyi hissetmem zaman alır.					
36- Kendimi kötü hissettiğimde duygularım dayanılmaz olur.					

EK-C : Evlilik Uyumu Ölçeği

Sayın katılımcı,

1.Ölçeğin bu maddesinde, evliliğinizdeki mutluluk düzeyini tüm yönleri ile en iyi tanımladığına inandığınız puanın yanına çarpı koyunuz. Ortadaki ' mutlu ' sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil etmekte ve ölçek kademeli olarak sol ucunda evliliğinde çok mutsuz olan küçük bir azınlığı, sağ ucunda ise evliliğinden çok büyük bir doyum ve mutluluk duyan küçük bir azınlığı temsil ederek derecelenmiş bulunmaktadır.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Çok mutsuz	Mutlu	Çok mutlu
------------	-------	-----------

Aşağıdaki maddelerde verilen konulara ilişkin olarak,siz ve eşiniz arasındaki anlaşma ya da anlaşmazlık derecesini yaklaşık olarak belirtiniz. Lütfen her maddeyi değerlendiriniz.

	Her zaman anlaşırız	Hemen her zaman anlaşırız	Ara sıra anlaşamadığımız olur	Sıklıkla anlaşamayız	Hemen her zaman anlaşamayız	Hiç anlaşamayız
2. Aile bütçesini idare etme						
3.Boş zaman etkinlikleri						
4. Duyguların ifadesi						
5.Arkadaşlar						
6.Cinsel ilişkiler						
7.Toplumsal Kurallara uymada (doğru, iyi veya uygun davranış)						
8.Yaşam felsefesi (hayata bakışınız)						
9. Eşin akrabalarıyla anlaşma						

Lütfen evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabı işaretleyiniz.

10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle,

- Erkeğin susması ile
- Kadının susması ile
- Karşılıklı anlaşmaya varılarak sonuçlanır.

11. Ev dışı etkinliklerinizin ne kadarını eşinizle yaparsınız?

- Hepsini
- Bazılarını
- Çok azını
- Hiçbirini

12. Boş zamanlarınızda genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

- Dışarıda bir şeyler yapmayı
- Evde oturmayı

Eşiniz genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih eder

- Dışarıda bir şeyler yapmayı
- Evde oturmayı

13. Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?

- Sık sık
- Arada sırada

- Çok seyrek
- Hiçbir zaman

14. Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz.

- Aynı kişiyle evlenirdiniz.
- Farklı bir kişiyle evlenirdiniz.
- Hiç evlenmezsiniz

15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

- Hemen hemen hiçbir zaman
- Nadiren
- Çoğu konularda
- Her konuda