

**T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı  
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**EVLİ BİREYLERDEKİ EVLİLİK UYUMU İLE  
ÖZGECİLİK VE EMPATİK EĞİLİM ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Emre AKBIYIK**

Danışman  
Dr. Öğr. Üyesi Yücel YILMAZ

**İstanbul – 2022**



## TEZ TANITIM FORMU

- YAZAR ADI SOYADI** : Emre AKBIYIK
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Evli Bireylerdeki Evlilik Uyumu ile Özgecilik ve Empatik Eğilim Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** : 28/01/2022
- SAYFA SAYISI** : 94
- TEZ DANIŞMANI** : Dr. Öğr. Üyesi Yücel YILMAZ
- DİZİN TERİMLERİ** : Evlilik uyumu, empati, özgecilik
- TÜRKÇE ÖZET** : Yapılan çalışmada evli bireylerin evlilik uyumu, empati düzeyleri ve özgeci davranışlarına anlamlı etkisi olan demografik değişkenler görülmüştür. Ayrıca evlilik uyumu ile empati ve özgecilik arasında pozitif ilişkiler bulunmuştur.
- DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne  
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

*Emre AKBIYIK*

**T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı  
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**EVLİ BİREYLERDEKİ EVLİLİK UYUMU İLE  
ÖZGECİLİK VE EMPATİK EĞİLİM ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Emre AKBIYIK**

Danışman  
Dr. Öğr. Üyesi Yücel YILMAZ

**İstanbul – 2022**

## **BEYAN**

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

Emre AKBIYIK

.../.../2022



**İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**

Emre AKBIYIK'ın 'Evli Bireylerdeki Evlilik Uyumu ile Özgecilik ve Empatik Eğilim Arasındaki İlişkinin İncelenmesi' adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji anabilim dalı, Klinik Psikoloji bilim dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan *Dr. Öğr. Üyesi Yücel YILMAZ*  
(Danışman)

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Erkal ERZİNCAN*

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Selim ARPACIOĞLU*

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2022

*İmzası*

*Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ*

Enstitü Müdürü

## ÖZET

### EVLİ BİREYLERDEKİ EVLİLİK UYUMU İLE ÖZGECİLİK VE EMPATİK EĞİLİM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Evlilik toplumun en küçük yapı birimi olan ailenin temellerinin atıldığı bir kurum olarak hem psikolojik hem sosyolojik önemde bir kavramdır. Evlilik içinde çiftlerin birbirleri ile uyumu ve evlilikten aldıkları doyum da belirleyici faktörlerdir. Empatik tutumlar ve özgeci davranışlar bireyin psikolojik iyilik haline yaptıkları katkılarla evlilik içinde önemli görülmektedir. Bu çalışmanın amacı evli bireylerin evlilik uyumu düzeyleri ile özgeci davranışlar ve empati tutumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve etkili olduğu düşünülen değişkenlerin araştırılmasıdır. Yapılan çalışmada içinde sosyodemografik bilgi formu, Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği ve Özgecilik Ölçeği'nin olduğu anket formu uygulanmıştır. Yapılan çalışmaya 210 erkek ve 214 kadın olmak üzere toplam 424 kişi katılmıştır. Araştırmacı tarafından belirlenen demografik değişkenlere göre katılımcıların evlilik uyumu, empati ve özgecilik düzeylerinin anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Evlilik uyumu ile empatik eğilim ve özgecilik arasında pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca empatik eğilim ve yakınlık duygusundan kaynaklı özgeci davranışlar evlilik uyumunu anlamlı şekilde yordamaktadır. Elde edilen bulgular çiftler arası uyumu ve evlilik kalitesinin anlaşılmasında alanyazına güncel bilgiler sunmaktadır. Gerek çiftler gerek uzmanlar için de faydalı bulgular içermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** evlilik uyumu, empati, özgecilik

## **SUMMARY**

### **INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MARITAL ADJUSTMENT AND ALTRUISM AND EMPATHIC TENDENCIES IN MARRIED INDIVIDUALS**

Marriage, as an institution where the foundations of the family, which is the smallest structural unit of society, are laid, is a concept of both psychological and sociological importance. The compatibility of couples with each other and the satisfaction they get from marriage are also determining factors. Empathic attitudes and altruistic behaviors are seen as important in marriage with their contributions to the individual's psychological well-being. The aim of this study is to examine the relationships between the marital adjustment levels of married individuals, altruistic behaviors and empathy attitudes and to investigate the variables that are thought to be effective. A questionnaire including sociodemographic information form, Marriage Adjustment Scale, Empathic Tendency Scale and Altruism Scale were applied in the study. A total of 424 people, 210 men and 214 women, participated in the study. According to the demographic variables determined by the researcher, it was observed that the marital adjustment, empathy and altruism levels of the participants differed significantly. Positive relationships were found between marital adjustment and empathic disposition and altruism. In addition, altruistic behaviors stemming from a sense of intimacy and empathic disposition significantly predict marital adjustment. The findings provide up-to-date information to the literature in understanding the harmony between couples and the quality of marriage. It contains useful findings for both couples and experts.

**Key Words:** marital adjustment, empathy, altruism



# İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY .....	ii
İÇİNDEKİLER .....	iii
TABLolar LİSTESİ.....	vi
EKLER LİSTESİ .....	vii
ÖNSÖZ.....	viii
GİRİŞ .....	1

## BİRİNCİ BÖLÜM

### GENEL BİLGİLER

1.1. Evlilik Uyumu .....	5
1.1.1. Aile kavramına kuramsal yaklaşımlar .....	5
1.1.1.1. Aileye sistemsal yaklaşımı.....	5
1.1.1.2. Aileye yapısal yaklaşımı .....	6
1.1.1.3. Aileye stratejik yaklaşımı.....	6
1.1.1.4. Aileye yaşantısal yaklaşımı.....	6
1.1.1.5. Aileye davranışsal yaklaşımı.....	6
1.1.2. Evlilik kavramı .....	7
1.1.3. Evlilik modelleri .....	8
1.1.4. Evlilik kararı .....	8
1.1.5. Evlilikte uyum.....	9
1.1.6. Evlilik uyumuna kuramsal yaklaşımlar .....	10
1.1.6.1. Psikanalitik kuram.....	10
1.1.6.2. Bilişsel kuram .....	10
1.1.6.3. Bağlanma kuramı .....	10
1.1.6.4. Yükleme kuramı.....	11
1.1.6.5. Sosyal biliş kuramı.....	11
1.1.6.6. Yatırım kuramı .....	12
1.1.6.7. Evlilik kalitesi kuramı .....	12
1.1.6.8. Bağlam kuramı .....	13
1.1.7. Evlilik uyumuna etki eden değişkenler.....	13
1.2. Özgecilik .....	15
1.2.1. Özgecilik kavramı.....	15

1.2.2. Özgecilik tarihçesi .....	17
1.2.3. Özgecilik gelişimi .....	17
1.2.4. Özgecilik kavramına yönelik bakış açıları.....	18
1.2.4.1. Genetik bakış.....	18
1.2.4.2. Evrimsel bakış.....	18
1.2.4.3. Psikanalitik bakış .....	19
1.2.4.4. Bilişsel bakış .....	20
1.2.4.5. Dinsel bakış.....	20
1.2.4.6. Felsefi bakış .....	20
1.2.4.7. Sosyal gelişim bakışı.....	21
1.2.4.8. Ahlaki gelişim bakışı .....	21
1.2.4.9. Bilişsel gelişim bakışı .....	22
1.2.4.10. Kültürel-Toplumsal bakış.....	22
1.2.4.11. Prososyal davranış bakışı .....	23
1.2.4.12. Pragmatik bakış.....	23
1.2.4.13. Hümanistik bakış.....	23
1.2.5. Özgecilik ve evlilik uyumu.....	24
1.3. Empati .....	26
1.3.1. Empati kavramı.....	26
1.3.2. Empati boyutları .....	29
1.3.2.1. Bilişsel empati.....	29
1.3.2.2. Duygusal empati.....	29
1.3.3. Empatik öfke.....	30
1.3.4. Empati gelişimi .....	31
1.3.5. Empatinin nörobiyolojisi .....	32
1.3.6. Empati ve psikopatoloji .....	33
1.3.7. Empati ve evlilik uyumu.....	34

## İKİNCİ BÖLÜM

### YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Yöntemi.....	36
2.2. Evren ve Örneklem .....	36
2.3. Veri Toplama Araçlar .....	36
2.3.1. Sosyodemografik bilgi formu.....	36
2.3.2. Empatik Eğilim Ölçeği .....	37
2.3.3. Evlilikte Uyum Ölçeği.....	37

2.3.4. Özgeciliik Ölçeği.....	37
2.4. İşlem.....	38
2.5. Verilerin Analizi.....	38

## **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

### **BULGULAR**

3.1. Karşılaştırma Analizleri .....	39
3.2. İlişkisel Analizler .....	51

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

### **TARTIŞMA**

<b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>59</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>61</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>71</b>

## TABLULAR LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı.....	39
<b>Tablo 2.</b> Araştırma Ölçek ve Alt Boyutları İçin Betimleyici İstatistik.....	40
<b>Tablo 3.</b> Cinsiyet Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	41
<b>Tablo 4.</b> Yaş Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	42
<b>Tablo 5.</b> Eğitim Durumu Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	43
<b>Tablo 6.</b> Maddi Durum Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	44
<b>Tablo 7.</b> Evlenme Biçimi Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	45
<b>Tablo 8.</b> Eşe Saygı Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	46
<b>Tablo 9.</b> Eşe Destek Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	47
<b>Tablo 10.</b> Evlilik Yılı Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	48
<b>Tablo 11.</b> Yardım Nedeni Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	49
<b>Tablo 12.</b> Sosyal Sorumluluk Projesinde Görev Alma Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi .....	50
<b>Tablo 13.</b> Evlilik Uyumu Ölçeği ile Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası İlişkilerin İncelenmesi.....	51
<b>Tablo 14.</b> Evlilik Uyumu Puanının Yordayıcılarının İncelenmesi .....	52

## EKLER LİSTESİ

**EK A** : Sosyodemografik Bilgi Formu

**EK B** : Empatik Eğilim Ölçeği

**EK C** : Evlilikte Uyum Ölçeği

**EK D** : Özgeciliğ Ölçeği

**EK E** : Etik Kurul Onayı

**EK F** : Ölçek Kullanım İzinleri



## ÖNSÖZ

Çalışmanın başından itibaren bilgisiyle ve tecrübesiyle her zaman yanımda olan, değerli vakitlerini benim için harcayan sayın danışman hocam; Dr. Öğr. Üyesi Yücel YILMAZ' a, mesleki açıdan ve sosyal anlamda yanımda olan sayın meslektaşım Talha Eren YARDIM' a ve bu zorlu süreçlerde hiçbir zaman beni yalnız bırakmayan ve desteğini esirgemeyen başta annem Ümran AKBIYIK'A, babam Mahmut AKBIYIK' a ve kardeşim Esmâ AKBIYIK' a en içten teşekkürlerimi sunarım.

Emre AKBIYIK

# GİRİŞ

Evlilik uyumu, kavram olarak partnerlerin evlilikten aldıkları doyumunu belirtmektedir. Bu doyumun ortaya çıkmasında çiftlerin duygu, düşünce, davranış, ihtiyaç, beklenti gibi kavramlarında uyum ve benzerliğin yakalanması gerekmektedir. Bu uyumun yakalanması beraberinde hoşnutluğa ve uyumlu bir evlilik kurumuna olanak sunmaktadır. Diğer yandan çatışmalar, farklılıklar gibi ayrı uçlar çiftlerin uyumdan çok bozulmaya yaklaştıkları olumsuz deneyimlerdir (Ümmet, 2017). Evlilik uyumunun açıklanmasında farklı kuramsal bakışlar yer almaktadır. Evlilik uyumunun içsel ve çevresel dinamiklerine dikkat çeken bu kuramsal açıklamalar kendi içinde farklılık göstermektedir. Alanyazın çalışmalarında cinsel yaşantı (Miller ve ark., 2013), eğitim durumu (Yalçın, 2004), kültürel arka plan (Çatal ve Kalkan, 2019), maddi durum (Çelik ve Tümkaya, 2012) ve eş desteği (Cobb, Joanne ve Bradbury, 2015) gibi kavramların evlilik uyumuna etkisi olduğu düşünülmektedir. Bunun yanında özgecilik ve empati kavramları da evlilik dinamiklerinde etkili olduğu düşünülen parametreler olarak dikkat çekmektedir.

Özgecilik kavramsal çerçevede başkalarına yönelik kişisel çıkar ve faydaların gözatılmadığı yardım davranışı olarak tanımlanmıştır (Gerrig ve Zimbardo, 2012). Prososyal bir davranış olarak özgecilik, bireysel ve toplumsal boyutları olan bir kavramdır. Özgeci davranışlara yönelik genetik (Onatır, 2008), evrimsel (Taylor, Peplau ve Sears, 2015), analitik (Khalınbaylı ve Taş, 2018), bilişsel (Young, Klosko ve Weishaar, 2009), dini (Karadağ ve Mutağçılar, 2009) ve felsefi (Ak, 2013) bakış açılarının yanında farklı kuramsal tanımlamalar ve incelemeler de bulunmaktadır. Özgecilik bir noktada bireylerin kendilerini ve toplumu geliştirmelerinde faydalı bir davranıştır. Bu durum evlilik sürecinde uyumun korunmasında da geçerlidir.

Diğer bir kavram olarak empati ise, bireyin kendisini karşı tarafın yerine koyarak onun düşüncelerini ve duygularını anlamlandırması sürecidir (Smith, 2006). Empati, kişilerarası ilişkilerin pozitif yönden gelişmesi ve bireyin kendisini tanıması sürecinde önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Boylu, 2020). Empati kendi içinde karşı tarafın bilişsel dünyasının anlaşılması ve duygusal çıktılarının incelenmesi olmak üzere bilişsel ve duygusal boyut olarak ikiye ayrılmaktadır (Breithaupt, 2012; Zahavi, 2012). Empati aslında çocukluğun erken zamanlarından (hatta bebeklikten itibaren) gelişim gösteren bir süreçtir. Farklı gelişim düzeylerinin tamamlanması ile empatik

becerilerde de artış görülmektedir (Altınbaş ve ark., 2010). Etkili bir iletişim ögesi olarak görülen empati becerisi evlilik süreci için önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır.

### **Araştırmanın Amacı**

Evlilik toplumun en küçük yapı birimi olması ve evlenen çiftlerin hayatlarını etkilemesi nedeni ile hem bireysel hem de toplumsal bağlamda önemli bir kurumdur. Bu bağlamda evlilik uyumu kavramı evlilikler için belirleyici bir noktadadır. Bu çalışmanın amacı evli bireylerdeki evlilik uyumu ile özgecilik ve empatik eğilim arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu bağlamda ilişki tarama modeli tercih edilerek anket veri toplama tekniği ile evli bireylerden veriler toplanmış ve analiz edilmiştir.

### **Araştırmanın Önemi**

Yapılan çalışma evli bireylerde özgeci tutumları ve empatik eğilimlerin, evlilik uyumu ile ilişkilerinin gösterilmesi noktasında önemlidir. Yapılan çalışma ile elde edilen bulgular çiftlerin uyumlarında bozucu olarak düşündükleri özellikleri ve sorunları çözümlenmesinde özgecilik ve empatik eğilimlerin faydaları sunulacaktır. Ayrıca çift terapilerinde uzmanlara etkili ve faydalı çözümler üretilmesinde de güncel ve yararlı öneriler sunacaktır. Yapılan bu çalışma, ayrıca toplumun en küçük yapı taşı olarak görülen evliliğin niteliğindeki iyileşmelere sunduğu katkılar ile sosyal yapıya da dolaylı yoldan önemli katkılar sunacaktır.



## Araştırmanın Hipotezleri

Yapılan çalışmada sınan hipotezler şu şekildedir:

- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları yaşa göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları maddi duruma göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları evlenme biçimine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları eşlerin saygı düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları eşlerin destek düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları evlilik süresine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları sosyal sorumluluk projelerinde görev almalarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları yardımseverlik davranışı sergileme nedenlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları sosyal sorumluluk projesine katılma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- Katılımcıların evlilik uyumu ve özgeci tutumları puanları arasında anlamlı ilişki vardır.
- Katılımcıların evlilik uyumu ve empatik eğilim puanları arasında anlamlı ilişki vardır.

## **Araştırmanın Varsayımları**

Yapılan alışmada;

- Katılımcıların içten ve dürüst yanıt verdiği,
- Seçilen örneklemin evreni iyi temsil ettiği,
- Kullanılan lm araçlarının ölçülmek istenen özellikleri iyi ölçtüğü varsayılmıştır.

## **Araştırmanın Sınırlılıkları**

Yapılan alışma;

- Kullanılan lme araçları sonucu elde edilen verilerle,
- Erişilen literatür kaynaklarından elde edilen bilgilerle,
- İncelenen kavramlar ile sınırlıdır.

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GENEL BİLGİLER

### 1.1. Evlilik Uyumu

Bu başlık altında ilk olarak aile kavramı incelenecek sonrasında evlilik ve eş seçim süreçlerin hakkında alanyazın bilgileri aktarılacaktır. Devam eden başlıklarda evlilik uyumu, kuramsal yaklaşımlar ve etkili değişkenler hakkında çalışmalardan elde edilen bilgiler sunulacaktır.

#### 1.1.1. Aile kavramına kuramsal yaklaşımlar

Aydın ve Canel (2018) aileyi, bireylerin aynı ortam içinde psikoloji ve biyolojik ihtiyaçların karşılandığı kompleks bağlar bütünü olarak tanımlamıştır. Aile yapısının farklı görevleri ve sorumlulukları bulunmaktadır. Bu bağlamda görev ve sorumluluklar kültürel farklılıklar gösterse de ortak değerler de vardır. Özellikle nüfusun yapısının korunması, sosyalleşme, cinselliğin kontrollü yaşanması, toplum refahı, düzen ve uyumun sağlanması gibi başlıklar gösterilebilir. Aile hem bireyin hem de toplumun gelişmesinde, yenilenmesinde ve dinamizminde önemli bir parametredir. Aile yapısının incelenmesinde ve ailede yaşanan sorunlara çözümler sunulması noktasında alanyazın çalışmalarında farklı kuramsal yaklaşımların yer aldığı görülmüştür (Demirbilek, 2016).

##### 1.1.1.1. Aileye sistemsal yaklaşımı

Ailenin bir sistem olarak görüldüğü aile sistemi yaklaşımında, aile bireylerinin sistemi oluşturan parçalar olarak değerlendirilmektedir. Her birey kendine karşı sorumluluğu olduğu gibi bütüne karşı da sorumludur. Bu sorumlulukların yanında bireyin sosyal ve kendine özel bir hayatının olması da desteklenmekte ve teşvik edilmektedir. Kurallar, sorumluluklar ve etkileşimler bu bağlam içinde incelenmektedir. Sistemin uyumlu çalışabilmesi sistem elemanları arasındaki düzene ve iş birliğine dayandırılmaktadır (Bavelas ve Segal, 1982).

#### *1.1.1.2. Aileye yapısal yaklaşımı*

Diğer bir yaklaşım olan yapısal aile görüşünde ise aile bir yapı olarak ele alınmaktadır. Sistem yaklaşımı benzer aile bir sistem ve alt sistemlerden oluşmakla birlikte bu sistemler aileye karşı sorumlu olmanın dışında sosyal çevreye de sorumludur. Aile ile çevre arasında çift yönlü bir etkileşim söz konusudur. Aynı zamanda aile yapısı içinde belirgin sınırlar da bulunmaktadır. Bu sınırlar aileyi bireyden bireyi de aileden ayıran noktalardır. Aile yapısı bu haliyle özgür ve etkileşimli bir ortam olarak bireylere olumlu bir ortam sunmaktadır (Pak ve Öztürk, 2019).

#### *1.1.1.3. Aileye stratejik yaklaşımı*

Carlson, Sperry ve Lewis (2013) evlilikte yaşanan sorunların çözülmesinde stratejik bakışın önemini aktarmışlardır. Bu bakış açısında kısa süreli ve problem odaklı ilerleyerek ailedeki sorunlara çözüm bulunmasıdır. Sorunlar belirlenir ve bu sorunların tek taraflı olmadığı kabullenilir. Çözüm ve çözüm önerileri için aile bireylerinin fikirleri alınır. Stratejik yaklaşımda aile bireyelerine bilişsel anlamda esneklik sağlamak ve aktif problem çözme becerilerinin de kazandırılması hedeflenmektedir.

#### *1.1.1.4. Aileye yaşantısal yaklaşımı*

Daha çok insancıl psikolojinin aile sistemlerine uygulanması olarak düşünülebilecek olan yaşantısal yaklaşım, aileye daha insancıl ve pozitif bir bakış sunmaktadır. Yaşantısal yaklaşım aile bireyleri için kendini gerçekleştirme, potansiyelini tam kullanma ve bilinçli farkındalık gibi kavramların önemini vurgulamaktadır. Danışanın merkez alınması ilkesinden hareketle aile kavramı verilen yardımın merkezinde yer almaktadır (Avşaroğlu ve Çimen, 2000).

#### *1.1.1.5. Aileye davranışsal yaklaşımı*

Gladding (2012) aile kurumuna davranışsal bir bakıştan yaklaşmıştır. Bu bakış açısında davranışsal psikoloji ekolündeki klasik ve edimsel koşullanma yaklaşımları etkili olmuştur. Aile kurumunu oluşturan şey davranışlardır. Aile bireyelerinin davranış

paternlerine göre bu kurum güçlenmekle birlikte zayıflamalar da gösterebilmektedir. Davranışsal aile yaklaşımında aile içi sorunların temelinde işlevsel olmayan davranış kalıplarının yer aldığı düşünülmekte ve sorunların çözülmesinde semptom odaklı yaklaşımlarda kısa süreli etki sağlanmak istenmektedir.

### **1.1.2. Evlilik kavramı**

Aile kurumunun kurulmasında toplumsal bir sözleşme olarak evlilik kavramı ön plana çıkmaktadır. Evlilik, iki bireyin bireysel özelliklerinin farkına varması ile ihtiyaçlarını karşılamak ve uyum oluşturmak için aldıkları bir karardır. Daha farklı bir bakışta iki kişinin birleşmesi ve birlikte gelişmesi olarak da görülebilir (Çelik ve Tümkaya, 2012). Evrimsel bakışta da evlilik anlamlı bir yerdedir. Türün devamının sağlanması için gerekli üreme ve cinsellik ihtiyacı toplumsal normlarda evlilik kurumunda karşılık bulmaktadır. Ayrıca evlilik derin arkadaşlık bağları, dostluk ilişkileri, sevgi-saygı, tutku, güvenlik, cinsellik, uyum, huzur, ebeveyn olma ve gelecek planları gibi birçok kavramı içinde barındıran ortak bir birleşim paydası olarak da düşünülebilir (Özer ve Güngör, 2012).

Evlilik kurumu, farklı insan ihtiyaçlarının da giderildiği hümanistik bir kavramdır. Bu bağlamda Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi ile evlilik bağdaşmaktadır. Yakınlık kurma isteği ve sevgi görme ihtiyacı evlilik kurumunda karşılık bulmaktadır. Bunun yanında zamanın nitelikli değerlendirilmesi ve saygı görme ihtiyacı da çiftler arasında giderilmektedir. Birbiri ile uyumlu ve gerçek anlamda doyumun yaşandığı evliliklerde çiftlerin potansiyellerini tam anlamıyla kullanmaları veya kendilerini gerçekleştirmeleri gibi ihtiyaçlar da son aşamada karşımıza çıkmaktadır (Uludağlı ve Akbaş, 2019). Bu ihtiyaçların giderilmesi ile orantılı olarak psikolojik sağlıkta da iyilik hali görülmektedir. Alanyazında evli bireylerin evli olmayan bireylerle karşılaştırıldığında duygu durumlarının daha pozitif olduğu ve yaşam kalitelerinin daha yüksek olduğu aktarılmıştır (Çağ ve Yıldırım, 2016). Bu bilgiler evliliğin birey üzerinde koruyucu etkisini göstermekle birlikte dolaylı yoldan toplum ve sosyal yapılar nezdinde de pozitif etkileri bulunduğunu göstermektedir.

### **1.1.3. Evlilik modelleri**

Alanyazında, bireylerin evlilik kararı almalarında farklı evlilik modelleri bulunmaktadır. Geleneksel model, çoğunlukla geleneksel toplumsal değerlerin baskın olduğu evlilik modelidir. Bu modelde kadın ve erkeğe atfedilen roller bulunmaktadır. Eşlerin bu rollere uygun davranışları beklenmektedir. Evlilik kararının alınmasında da çiftlerin rollere ne kadar uyum sağladığına yönelik düşünceler önemlidir. Bireysel alanlar az bulunmakla birlikte iç içe geçmiş bir ilişki paterni bulunmaktadır (Çatal ve ark., 2018). Diğer yandan ilişki özerk model evlilik, geleneksel modelin tersi bir evliliktir. Bu modelde geleneksel modele göre kadın-erkek rolleri için eşitlik söz konusudur. Çiftlerin kendilerine ait alanları bulunmaktadır. Karar alma noktasında ataerkil düşünce hâkim olmamakla birlikte karşılıklı uzlaşma ve etkileşim ortamı hakimdir. Son olarak özerk model evlilikler bulunmaktadır. Bu model evliliklerde duygusal birliktelikten çok mantıksal birlikteliklere dayanmaktadır. Bağlılığın önceki modellere göre daha az olmakla birlikte bireysel alanlara verilen önem daha fazladır. Bireyselleşimin ve modernliğin baskın olduğu toplumlarda daha sık görülen evlilik modelidir (Çatal ve Kalkan, 2019).

### **1.1.4. Evlilik kararı**

Bireylerin evlilik kararını almada kendilerine uygun bir eş bulduklarına dair düşünceleri yer almaktadır. Eş seçimi noktasında da belirleyici faktörler bulunmaktadır. Bu faktörlerin ilki biyolojik bakış açıdır. Evrimsel kurama göre canlılar eş seçiminde üreme avantajının fazla olması ve daha fazla çocuk sahibi olma olasılığı göz önüne alınmaktadır. Eş seçim sürecinde de tarafların yaklaşımı doğanın bakışı ile benzerdir. Kadın evlilikten huzur, güven ve iyi yaşam şartları aramaktadır. Bunun nedeni kadının doğacak çocukları için iyi ve yaşanabilir bir ortamı arzu etmesidir. Diğer yandan erkek ise sağlıklı çocuk ya da çocuklar beklemektedir (Yıldırım, 2007). Evrimsel bakış kadın erkek ilişkilerine daha statik ve dar açılardan yaklaşmaktadır. Bireysel özellikler ve sosyal çevrenin göz ardı edildiği bu bakışın karşısında sosyal rol kuramı yer almaktadır. Sosyal rol kuramında, kadın ve erkek cinsiyetine yönelik toplumsal atıflar ve beklenen rollere bağlı olarak eş seçiminin yapılması vurgulanmaktadır. Bu bağlamda erkekten beklenen roller güç, statü, maddi kaynaklar, kadından çekicilik, evine ve çocuklarına bakabilme becerileridir. Bu

rollerin içselleştirilmesine bağlı olarak kadınlar beklenen rollere uygun erkekleri ve erkekler de bulmak istedikleri rollere sahip kadınları tercih etme eğilimindedir (Çağ, 2011). Ancak son yıllarda bu iki kuramın dışında daha bireyselci ve kişisel farklılıklara bağlı eş seçimlerinin yaygın olduğu görülmektedir.

### **1.1.5. Evlilikte uyum**

Evlilik uyumu, kadın ve erkeğin evlilikten aldıkları doyumunu ifade eden bir kavramdır. Evlilik içindeki beklenti, ihtiyaç, duygu, düşünce ve davranışlar karşılıklı etkileşim içinde gerçekleşmektedir. Çiftlerin birbirleri için bu kavramlar arası bir harmoninin olması ve çatışmadan uzak bir atmosferin yaşanması evlilik uyumunu ifade etmektedir. Kadın ve erkek evlilikten memnun ve bu uyumun getirdiği mutluluktan hoşnut bir şekilde evliliklerini sürdürmek istemektedir. Ancak bunun yanında zamanla ortaya çıkan farklılıklar, çatışmalar ve değişimler çiftler arasındaki uyumu azaltıcı ve evlilikten alınan doyumunu zedeleyici bir etkide bulunmaktadır (Ümmet, 2017).

İki kişinin ortak bir yaşam sürmesi olarak görülebilecek olan evlilikte uyum kavramı önemlidir. Evlilikten alınacak haz ve mutluluğun yordayıcısı olarak uyum için çiftlerin beklentileri benzerdir. Anlaşabilecekleri ve anlaşıldıklarını hissedebilecekleri bir partner bulabilme düşüncesi evlilik kurumunun temel dinamiğidir. Bu dinamikteki sorunlar ve aksaklıklar çiftlerin birbirleri için uyumlu olup olmadıklarına yönelik kararın verilmesinde de belirleyici olabilmektedir. Zamanla uyumda sorunların gözlenmesi ile evlilikten alınan haz, doyum ve mutluluk da ters orantılı şekilde azalacaktır (Çağ ve Yıldırım, 2018). Uyumun belirleyici olan bir diğer parametre ise ihtiyaçlardır. Bireyler ihtiyaçlarının karşılandığı ve karşı tarafın ihtiyaçlarını karşıladığı sürece uyumlu bir evlilikten söz etmek mümkündür. Bu bağlamda en temel ihtiyaç olarak bireyin karşı tarafı sevmesi ve sevildiğini hissetmesi gelmektedir. Buna benzer şekilde güvenmek ve güvenildiğini görmek de temel bir ihtiyaçtır. Sevgi, güven ve ilgi ortamının oluşması evlilikler için pozitif bir atmosfer oluşturmaktadır. Bunun yanında çiftlerin birbirlerine bireysel alanlar tanımaları, etkili iletişim kurma becerileri, empatik konuşma ve dinleme olanağı, anlayış, hoşgörü ve sağlıklı bir cinsel yaşam evlilik uyumuna katkı sunan parametrelerdir (Tarhan, 2019).

### **1.1.6. Evlilik uyumuna kuramsal yaklaşımlar**

Evlilik uyumuna etki eden farklı parametrelerin varlığı, evlilik uyumun açıklanmasında da farklı kuramsal bakışların olmasına imkân sunmuştur. Bu başlık altında evlilik uyumunu açıklamada geliştirilen farklı kuramsal yaklaşımlara yer verilecektir.

#### *1.1.6.1. Psikanalitik kuram*

Evlilik uyumunun açıklanmasında analitik yaklaşımda narsisizm kavramı ön plana çıkmaktadır. Mitchell ve Black (2012) narsisizm ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi aktarmışlardır. Bu bağlamda bireyin kendisine yönelttiği libido ile nesnelere yönelttiği libido kavramları önemlidir. Evlilikteki uyumda bireylerin kendisine yönelttikleri egonun doyurulması ve karşı tarafı yücelterek nesneye yöneltilen libidonun tatmin edilmesine bağlı düşünüş veya yükseliş görülmektedir. Bu görüşlerden hareketle, psikanalitik kuramın evlilik uyumunu açıklamada libidonun tatmin edilmesinin önemli olduğu görülmektedir.

#### *1.1.6.2. Bilişsel kuram*

Bilişsel kuram, bireylerin durum ve olaylara karşı geliştirdikleri düşüncelerin farklılığı üzerinde durmaktadır. Bu bağlamda evlilik uyumunda çiftlerin bakış açıları ve geliştirdikleri bilişsel yapılar önemli görülmektedir. Evlilikteki uyumunda çiftlerin bireysel veya karşılıklı olarak ortaya çıkan otomatik düşünceler, ara inançlar ve uyum bozucu şemalar olaylara yönelik bakış açısının iletişim ve etkileşimin bozulmasına neden olmaktadır. Bu durum evlilikteki uyumun da azalmasına neden olacaktır. Ayrıca çiftlerin yaşanan sorunlara ve problemlere karşı geliştirdikleri yaklaşım tarzları da bilişsel kuram kapsamında, evlilik uyumunun belirleyicisi olarak incelenmektedir (Kervancıoğlu, 2016).

#### *1.1.6.3. Bağlanma kuramı*

Bağlanma kuramı temel olarak bebeğin ilk bakım vereni ile kurduğu duygusal ilişkinin önemine vurgu yapmaktadır. Bu kurama göre bebek temel bakım verenin davranışlarına göre güvenli bağlanma biçimleri sergileyeceği gibi güvensiz bağlanma,



kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma örüntüleri de sergilemektedir. Temel bakım veren ile kurulan bu bağlanma türleri bireyin gelecek yaşantısında kuracağı ilişkilerinde bir örüntü olarak kullanılmaktadır. Evlilik içinde ise çiftlerin sahip oldukları bağlanma biçimleri evlilik uyumunda etkili görülmektedir. Çiftlerin birbirlerine ve evliliklerine karşı bakış açıları, duyguları ve davranışları bağlanma biçimine uygun biçimde şekillenmektedir. Bu bağlamda güvensiz, kaygılı ve kaçınan bağlanma biçimlerinde evlilik uyumunun daha az olduğu bilinirken güvenli bağlanma biçimlerinde evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu bilinmektedir (Aydın ve Canel, 2018).

#### *1.1.6.4. Yükleme kuramı*

Yükleme kuramı özellikle çiftlerin sorunlara yaklaşım biçimlerinin evlilik uyumu üzerindeki belirleyici rolü üzerinde durmuştur. Çiftlerin kullandıkları nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri yükleme kuramı içinde incelenmektedir. Nedensellik yüklenmesinde, sorunun ortaya çıkmasındaki nedenlere yönelik atıflar bulunmaktadır. Sorumluluk yüklemesinde ise sorunun ortaya çıkmasında çiftlerin birbirlerini sorumlu görmesine atıflar yapılmaktadır. Her iki yükleme biçiminin de sorunun çözümünde etkili olmadığı bilinmektedir. Ayrıca nedensellik yüklemelerinin peşinden sorumluluk yüklemelerinin geldiği ve bu durumun evlilik uyumuna etkisi olduğu da aktarılmıştır (Davey ve ark., 2001; Özer ve Güngör, 2012).

#### *1.1.6.5. Sosyal biliş kuramı*

Bireylerin ilişki sürecinde partnerlerinde sevmedikleri veya hoşlanmadıkları özellikleri bulunabilir. Sosyal biliş kuramı kişilerarası ilişkilerde bu istenmeyen yönlerin ilişkiye yansımalarına atıfta bulunmaktadır. Bu bağlamda çiftlerin evlilik sürecinde partnerindeki istenmeyen özellikleri ne kadar kabul ettiği veya bununla barışık olduğu evlilik uyumunda belirleyicidir. Ancak bu istenmeyen yanların değiştirilmeye çalışılması ve partnerin bireysel özelliklerine yön verilmek istenmesi uyumu bozmaktadır (Davila ve ark., 1999).

#### *1.1.6.6. Yatırım kuramı*

Evlilik uyumunun belirlenmesinde çiftlerin ilişkiye yaptıkları yatırımları değerlendirmeleri de başka bir yaklaşım olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kurama göre çiftler ilişkilerden aldıkları kazançları ve hazları karşılaştırmalar yaparak belirlemektedir. Evlilikteki uyumu arttıran faktör yapılan yatırım sonucunda elde edilen haz ve kazancın fazla olması ile ölçülürken bunların az olması da evlilik uyumu azaltan bir durumdur. Diğer bir karşılaştırma modelinde ise çiftlerden biri ilişkinin olmaması durumundaki haz ve kazancını analiz etmektedir. Bu noktada kazanç fazla ise evlilik uyumu az, kazanç az ise de evlilik uyumu yüksek olmaktadır. Son olarak ise birey partner olduğu kişinin dışında farklı bir kişi olsaydı neler olacağına dair bir karşılaştırma yapmakta ve analiz etmektedir. Şu hâlde, yatırım kuramı, evlilikteki uyumun belirlenmesinde kar-zarar denklemine göre karar vermektedir (Rusbult ve Buunk, 1993).

#### *1.1.6.7. Evlilik kalitesi kuramı*

Kaliteli bir evlilik çiftler arasındaki uyumda etkili bir parametre olarak görülmektedir. Öztürk (2020)'nin aktardığına göre evlilik kalitesi kuramında bireysel ve sosyal kaynaklar, yaşam tarzı ve iletişim faktörleri incelenmiştir. Bireysel ve sosyal kaynaklar başlığında, çiftler arasındaki kültürel özellikler, statü, prestij ve konum gibi faktörler yer almaktadır. Bunlar arasındaki uyum ve benzerliğin evlilik uyumu üzerinde yansımaları bulunmaktadır. Yaşam tarzı ise çiftlerin birbirlerinden beklentilerine, planlarına ve aktivitelerine yön veren bir kavramdır. Son olarak iletişim başlığı gelmektedir. Çiftlerin birbirleri ile konuşabilmesi ve birbirlerini dinleyebilmeleri uyumu oluşturmaktadır. İletişim çiftler için karşılıklı anlayış zeminin oluşması, birbirlerini tanımaları ve problemlere çözüm üretmeleri açısından değerli görülmektedir. Bu üç faktörün birlikte incelenmesi evlilik uyumu hakkında fikirler sunmaktadır.

#### 1.1.6.8. Bağlam kuramı

Bradbury ve Fincham (1988) çiftlerin tutum ve davranışlarının incelenmesinde farklı bağlamların bulunduğunu aktarmışlardır. Bu kurama göre yakın bağlamda olan tutum ve davranışlar daha akut süreçte ve duruma bağlı şekilde gerçekleşmektedir. Yakın bağlam, bireyin psikolojik durumu ve duygu durumu hakkında bilgiler vermektedir. Bunun yanında bir de uzak bağlam yer almaktadır. Uzak bağlam içinde ise çiftlerin kişilik özellikleri gibi kalıcı ve karakterize kavramlara vurgu yapılmaktadır. Yaşanan sorunlara, problemlere ve çiftler arası ilişkilerde hangi bağlamda yaklaşımlar geliştirildiği ise evlilik uyumunda önemli bir yere sahiptir.

#### 1.1.7. Evlilik uyumuna etki eden değişkenler

Alanyazında, evlilik uyumunda ve evlilikten alınan doyumda etkili bazı değişkenler incelenmiştir. Bu başlıkta yapılan çalışmalarda evlilik uyumuna etki eden değişkenler için bulgulara yer verilecektir.

Evlilik uyumunun yordayıcısı değişkenlerden ilki olarak cinsel yaşantı gösterilebilir. Miller ve arkadaşları (2013) evlilik kurumunun cinselliğin sosyal normlar içinde kabul edilebilir hale gelmesinin önemini vurgulamıştır. Evlilik cinsellikten alınan hazzı ve tutkuyu besleyen bir kavramdır. Ayrıca evlilik kurumu, çiftlerin birbirlerine karşı cinsel istekleri doyurması ve ihtiyaçlarının karşılanması için ortak bir zemin sunmaktadır. Bu bağlamda cinsel uyumun yüksek olması çiftler arasındaki evlilik uyumunu yükselten bir faktördür. Diğer yandan Whisman ve Baucom (2012) cinselliğin getirdiği yakınlık ve etkileşimin çiftlerin birbirlerini daha iyi tanımaları için gerekli atmosferi oluşturmasının önemini vurgulamıştır. Cinsellik sayesinde çiftler konuşabilmekte, iletişim kurabilmekte ve birbirlerini anlamak için gerekli toleransı geliştirebilmektedir. Bu durum da benzer şekilde evlilik uyumunda pozitif bir gelişme olarak görülmektedir.

Çiftler arasındaki uyumda kültürel arka plan göz ardı edilmemelidir. Çatal ve Kalkan (2019) çiftlerin sahip oldukları kültürel ayrılıkların evlilikte çatışmanın bir kaynağı olabileceğini belirtmiştir. Kültürel özelliklere bağlı olarak bireylerin bakış açıları, düşünceleri ve davranışları da değişkenlik gösterecektir. Evlilik uyumunun belirleyicisi olan bu farklılıkların ne oranda tolere edildiği veya derin çatışmalara yol açabildiğidir.

Maddi kaynaklar ve çiftlerin sahip oldukları gelir seviyeleri de çift uyumunda önemli yere sahiptir. Maddi durumun yeterli algılanması bireylerin imkanlara yeterli oranda erişmesine ve ihtiyaçlarını doyum sağlayacak şekilde karşılamalarına olanak tanımaktadır. Diğer yandan maddi kaynakların yetersiz algılanması sınırlandırılma, kısıtlılık ve engellenmişlik hislerine neden olmakta ve evlilik için farklı çatışma alanlarının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Yeterli düzeyde algılanan maddi kaynaklar evlilik kurumunu kaygı ve stres gibi olumsuz faktörlerden korumak için koruyucu bir faktör olarak ve evlilik uyumunun devam etmesinde sürdürücü bir faktör olarak görülmektedir (Çelik ve Tümkaya, 2012).

Demografik özellikler içinde eğitim durumu da maddi durum benzeri bir etkiye sahiptir. Eğitim seviyesine bağlı olarak çiftlerin kendilerini ifade edebilme, çatışmaları çözebilme ve duygu düzenleyebilme becerilerinde farklılık görülmektedir. Ayrıca farklı eğitim düzeylerine sahip çiftler arasında birlikte kaliteli zaman geçirme, konuşulan konu çeşitliliğinin fazla olması ve birbirlerinin düzeylerine çıkabilme gibi sosyal uyum ve kişiler arası etkileşim boyutlarında eğitim belirleyici bir yerdedir (Yalçın, 2004). Bu durum iletişim kavramının önemini göstermektedir. Evlilik iki bireyin birlikte bir yaşam sürmesi ve sürekli iletişim içinde olmalarını gerektirmektedir. Bu bağlamda Bertoni ve Bodenmann (2010) yetersiz ve etkisiz iletişimin çiftler arası uyuma bozucu etkisinin olduğunu ve ilişkiden alınan doyumunu azalttığını aktarmışlardır. Çiftlerin evlilikte uyumu ve doyumunu hissetmeleri için iletişim kanallarını açık ve doyurucu olması önemlidir.

Eş desteği kavramı da evlilik uyumunda değerli bir başka parametredir. Çiftlerin evlilikten bekledikleri partnerlerinin desteklerini görmek ve bunu hissedebilmektedir. Bu durum güvenli bağlanma duygusunun pekişmesine de katkı sunacaktır. Birey evliliği güvenli ve huzurlu bir ortam olarak algılama eğilime girecektir (Cobb, Joanne ve Bradbury, 2015). Ayrıca eş desteğinin istenen düzeyde olması bireyin evlilik kurumuna ve partnerine olan bağlılığına artırıcı bir özellik gösterecektir. Bireyin duyguları pozitif anlamda büyüyecek ve olgunlaşacaktır (Yedirir ve Hamarta, 2015). Bunun yanında eş desteğinin yeter miktarda hissedilmemesi bireyde partnerinin uygun kişi olmadığı yönünde düşüncelerin oluşmasına da neden olabilir. Partnerler arasındaki uyumun azalmasında bu düşüncenin belirleyici olduğu düşünülmektedir (Brock ve Lawrence, 2009).

Evlilik uyumunda problem çözme becerileri ve yaklaşımları da uyuma katkı sunan bir değişkendir. Problem çözme becerilerinin zayıf veya yetersiz olmasına bağlı olarak problemler büyüyecek ve sorunlar çeşitlenecektir. Bu durum evlilik içinde algılanan stresi arttırmakla birlikte uyumda da azalmaya neden olacaktır (Kiecolt-Glaser ve Newton, 2001). Greeff ve De Bruyne (2000) de çalışmalarında problem çözme becerilerinin iletişimin korunması ve sürdürülmesi noktasında önemini aktarmışlardır. Etkin ve etkili bir iletişim ortamının oluşmasında sorunlara ve problemlere karşı çözüm arayıcı ve yapıcı tutumların etkili olduğu vurgulanmıştır. Benzer şekilde alanyazında bulunan farklı kaynaklar da problem çözme becerisinin yüksek olmasının evlilik uyumuna pozitif katkı sunduğunu bilinmektedir (Egeci ve Gencoz, 2011; Johnson ve ark., 2005; Largo-Wight, Peterson ve Chen, 2005).

## **1.2. Özgecilik**

Bu başlık altında özgecilik kavramı ve tarihsel arka planının yanında özgeciliğin gelişimi ve farklı bakış açılarında özgecilik davranışının incelenmesi için bilgiler sunulacaktır. Son olarak ise özgecilik davranışı ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiler için alanyazın çalışmalarında bulunan bulgular aktarılacaktır.

### **1.2.1. Özgecilik kavramı**

Özgecilik psikoloji alanyazınında sıklıkla incelenmiş bir kavramdır. Genel tanımı ile özgecilik, başkalarının ihtiyaç ve arzularını dikkate alarak bu doğrultuda hareket etmektir. Özgecilik davranışının temelinde başkalarına yardım etme ve bu yardımdan sorumluluk duyma düşünceleri yer almaktadır (Gerrig ve Zimbardo, 2012; Keskin, 2007). Alanyazın çalışmalarında farklı özgecilik tanımları bulunmaktadır. Comte (1851) özgeciliği, başkaları için yaşama arzusu, onlara yönelik bir eğilim olarak tanımlamıştır. Haynes (2002) de başkalarının iyiliğine yönelik davranışların kendilik duygusundan sıyrılması olarak betimlemiştir. Durkheim (1900)'e göre özgecilik, menfaat dışı istekli eylemler bütünüdür (Akt.: Şahin, 2015).

Kapıkıran (2008) iki farklı özgecilik davranışını aktarmıştır. Bu kapsamda ilk olarak bireyin kendisini ve çıkarlarını düşünerek başkalarına yardım ettiği benmerkezci özgeciliktir. Bu bağlamda gerçek özgecilikten uzakta, kendilik duygusunun dahil edildiği bir süreçtir. Diğer yandan kendilik duygularından uzakta tamamen karşı tarafın mutluluğu ve faydasını göz önüne alarak yaptığı davranışlar ise diğer merkezci özgecilik olarak tanımlanmıştır. Oliner (2003) de benzer şekilde iki farklı özgecilik davranışı tanımlamıştır. Kahramanca özgecilik tutumlarında birey normalin dışında bir risk ve fedakârlık ile eyleme geçmektedir. Bu noktada kişisel çıkar ve beklentiler bulunmamaktadır. Geleneksel özgecilikte ise normal sınırlar içindeki tutum ve davranış örüntülerine dikkat çekilmektedir. Geleneksel özgecilik yaygın olarak görülen özgecilik türüdür.

Özgecilik kavramı içinde karşılılık ilkesi de önemli bir kavramdır. Bireyin yaptığı özgeci davranışın sonucunda bir karşılık görmesi bu durumun ne kadar özgeci olduğu noktasında kafaları karıştırmaktadır. Bu bağlamda örnek olarak zengin bir insana yardım ettiği için ödüllendirilen biri özgecilik davranışının karşılığını almış demektir. Ancak bu durumda kendine yönelik bir çıkar temin etmiştir. Şu hâlde bu tür davranışlar daha önce belirtilen özgecilik tanımlarını tam anlamıyla karşılamamaktadır. Bu tür davranışlar için karşılıklı özgecilik tanımı tercih edilmektedir (Scott ve Seglow, 2007).

Karşılıklı özgeci davranış ilkesi çocuklukta öğrenildiği zaman yetişkinlikte farklı sorunlara neden olabilmektedir. Özellikle bir ödül veya kazanç ile eşleştirilen özgeci davranışlar içselleştirilmiş bir kalıp olmanın dışında öğrenilmiş bir davranış olarak görülmektedir. Koşullu uyaran ile koşulsuz tepki arasında başta ilgisiz ve ilişkisiz olan bağ zaman ve tekrara bağlı olarak koşullu uyaran ve koşullu tepki halinde kalıplaşmaktadır. Bu tarz öğrenmelerin sonucunda çocuk, yetişkinlik yıllarında çevresinden onay almak, toplum tarafından kabul edilmek ve beğenileri kazanabilmek adına özgeci hareketlere yönelmektedir. Ancak temel anlamda yapılan davranışlar özgecilikten uzak bir boyutta incelenmektedir (Bolat, 2018).

Goleman (2014) yardıma ihtiyaç duyan birinin gözlemlenmesi ve algılanması süreci insani bir refleks olarak dikkat çekici olduğunu vurgulamıştır. Çünkü ortamda bir tehlike vardır ve en az bir kişi bu tehlikeden etkilenmiştir. Bu tehlikenin varlığı bireyinde potansiyel anlamda bu tehlikeye düşebilme riski olduğu yönünde uyarılmaktadır. Bu uyarılmışlığın ileri bir seviyesi ise yardım etme ihtiyacıdır. Kişi bir

anlamda öteki bireyin yaşadığı sorunları veya acıyı hissetmekte ve empatik bir eğilimle kendisini karşısındaki yerine koyarak ona yardım etmesi gerektiğine kendisini inandırmasıdır. Aslında bu bağlamda gizil bir anlamda ve davranışın arka planında kişi benim başıma gelse ne olurdu endişesi ile davranışsal anlamda harekete geçiyor olabilir.

### 1.2.2. Özgecilik tarihçesi

Özgecilik kavramı Latince’de “alter (diğer)” kelimesinden türetilen “alteri huic (başkası için)” kelimesinden gelmektedir ve İngilizce’de “altruism” olarak yerleşmiştir (Karadağ ve Mutağçılar, 2009; Mastain, 2006). Türkçe anlamı ile ise özgeci olma durumu ve diğerkamalık tanımları ile açıklanmıştır (Türk Dil Kurumu, 2021). Osmanlıca’da başkalarını düşünen anlamında kullanılan “hasbılık” kavramı da özgeciliği tanımlamak için bir dönem kullanılmıştır (Parlatır, 2016). Özgecilik kavramı için ilk tanımlama 1851 yılında Auguste Comte tarafından yapılmıştır. Comte “Pozitif Politika Sistemi” isimli eserinde “*altruisme*” kavramını kullanmıştır. Comte çoğunluğun yararı için özgeci davranışların önemini vurgulamıştır.

Özgecilik davranışı daha çok sosyal psikologlarca incelenmiştir. Psikoloji literatüründe incelenmeye başlanması ise 20. yüzyılın ortalarına dayanmaktadır. New York şehrinde 1964 yılında bir kadının vahşice öldürülmesi ve çevredeki görgü tanıklarının olaya müdahil olmaması bilim insanlarını merakla sevk etmiştir. Bu bağlamda yardım etmeme davranışı ve empati yoksunluğu özgeci davranışların incelenmesine ışık tutmuştur. Bu şekilde özgecilik kavramına yönelik alanyazın çalışmaları başlamış ve sosyal normlar içinde özgeciliğe verilen önem zamanla artmıştır (Oliner, 2003).

### 1.2.3. Özgecilik gelişimi

Özgecilik davranışının gelişmesinde, alanyazında iki farklı yaklaşım tarzı yer almaktadır. Bunlardan ilki karşılıklılık ilkesi iken ikincisi sosyal sorumluluk ilkesidir. Karşılıklılık ilkesi bağlamında bize yardım eden kişi veya kişilere karşılıksız yardım etmemiz gereklidir. Çünkü onlar öncesinde bize bir şekilde yardım etmiş ve bir anlamda bu iyilik için borçlanmışlardır. Bu iyiliğin borcunu aynı şekilde hiçbir çıkar ve fayda gözetmeden karşı tarafa vermek zorundayızdır. Bir anlamda özgeci

davranışlara maruz kalmak içimizde bir minnet duygusu oluşturmakta ve ilk fırsatta bize yapılan bu iyiliği karşılıksız bırakmamak için güdülenmiş olmaktayız (Aronson, Wilson ve Akert, 2012). Diğer bir noktada ise gerekli görülen şartlar ve durumlar altında insanların hak ettikleri yardımın ve ilginin karşılıksız sunulmasıdır. Depremde mağdur olan insanlar bize daha önce yardımcı olmamış olabilir ancak, o koşullar altında kişisel fayda ve çıkarlarımızı gözetmeden onlara yardım etme güdüsü duyarız. Öte yandan, bu durumun tam tersi biçimde sarhoş olduğu için düşen birinin bunu hak ettiğini düşünme eğiliminde olabiliriz. Bu bağlamda kişi yüklenme tarzlarına göre özgeci davranış sergileme veya sergilememe kararı verilmektedir (Hogg ve Vaughan, 2007).

#### **1.2.4. Özgecilik kavramına yönelik bakış açıları**

Özgecilik davranışının incelenmesinde alanyazında farklı bakış açıları ve yorumlamalar bulunmaktadır. Bu başlık altında bu bakış açılarına yer verilecektir.

##### *1.2.4.1. Genetik bakış*

Genetik bakış açısında, özgeci davranışların genetik kökenlerinin olduğu ve geçmişten günümüze aktarıldığı vurgulanmıştır. Özellikle hayvan davranışlarının gözlenmesinde grubun korunması için bireysel fedakarlıkların ve inisiyatif almaların örnekleri bulunmaktadır. Benzer şekilde bazı hayvanlar da tehlike durumlarında diğerlerini koruduklarını bilinmektedir. Bu durum insanlar için de geçerlidir. Çoğunluğun yararı için kendi feda etme ya da isteklerinden vazgeçme davranışı insanlarda da görülmektedir (Onatır, 2008).

##### *1.2.4.2. Evrimsel bakış*

Evrimsel boyutta, özgeci davranışlar türün devamı noktasında önemli bir yere sahiptir. Temel anlamda özgeci davranış ile kendini riske atma veya kaynaklarını harcama türün devam etmesi veya güçlü genlerin sonraki kuşaklara aktarılmasının önüne geçebilmektedir. Bu bağlamda türün devamlılığı konusu ön plana çıkmaktadır. Organizma bir fedakârlık örneği ile, türün devamını kendi devamlılığının önüne koyarak özgeci tutum sergilemektedir. Bu sayede tür çeşitlenecek ve karşılaşılan



zorluklara adapte olacak şekilde daha uyumlu bir hale gelebilecektir. Evrim araştırmacıları bu noktada insanlarda da fedakârlık noktasında belirli bir genin bulunduğunu savunmaktadır. Bu gen sayesinde özgeci davranış evrimsel süreç içinde kendine yer bulmuştur (Taylor, Peplau ve Sears, 2015).

#### *1.2.4.3. Psikanalitik bakış*

Analitik model özgeci davranışları hem bir savunma mekanizması hem de süperegonun baskın olması şeklinde tanımlamaktadır. Savunma mekanizması noktasında birey benliğe gelen tehditleri ve saldırılara karşılık yardım etme davranışı sergilemektedir. Zor durumda veya yardıma muhtaç konumda olan biri, kişiye kendisinin de yardıma muhtaç olabileceği gerçekliğini hatırlatır. Bu farkındalık benlik tarafından tehlike olarak algılanır ve birey olgun bir savunma mekanizması olarak özgeciliğe yönelir (Khalınbaylı ve Taş, 2018). Diğer bir noktada ise toplumsal normlar ve kabuller sonucunda gelişen süperegonun istekleri ve birey için önerdiği davranış kalıpları bulunmaktadır. Süperego, özgeci davranışın sosyal anlamda kabul gören bir davranış olduğunu bilmektedir. Bu davranış sonrasında takdir toplamak, kabul görmek ve sevmek de sonuç kazanımları olarak ön plana çıkmaktadır. Benliğin beslenmesi ve olası çatışmalarla başa çıkmada özgeci davranış, süperegonun getirdiği bir davranış kalıbıdır (Blackman, 2017).

Başka bir açıklama ise anne-baba-çocuk ilişkilerinde görülmektedir. Ebeveynler kendi yaşayamadıkları deneyimleri ve yaşantıları çocuklarının yaşamaları için sürekli olarak onlara yardım etmektedir. Bu davranıştan görünürde elde ettikleri bir fayda bulunamamakla birlikte aslında bilinçdışı düzeyde istek ve arzularını doyurmaktadırlar. Çocuklarının mutlulukları, başarıları veya takdir edilmeleri bir noktada onların kendileri için hissettikleri pozitif duygulardır. Çocuklar da ebeveynlerinden gördükleri bu davranışı bilinçdışı istek ve arzularını doyurmada, gerçek anlamda özgeci bir şekilde yaşantılarına yansıtmaktadırlar. (Khalınbaylı ve Taş, 2018).

#### *1.2.4.4. Bilişsel bakış*

Bilişsel kuram özgeci davranışları şema kavramı ile açıklamaktadır. Şemalar, erken dönem çocukluk deneyimleri ile oluşmuş, katı, derinlikli, hayatın bütününe yansımış düşünce kalıplarıdır. Genel anlamda uyum bozucu özellikte bulunmaktadırlar. Şema teorisi içinde özgeci davranışlar kendini feda şeması ile açıklanmaktadır. Kendini feda düşüncesinin altında kusursuz olamamaya yönelik içsel bir gerilim yatmaktadır. Başkalarına yardım etmek toplum tarafından kabul edilen bir özellik olduğundan birey de kusurlarına rağmen kabul edileceğine yönelik çarpık bir biliş geliştirmektedir. Bu bağlamda ikincil bir kazanç olarak birey sosyal ağını genişletmekte ve insanları kendisine çekebilmektedir. Yardım etmeden ve empatisini geliştirmekten de haz almaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

#### *1.2.4.5. Dinsel bakış*

Dinsel kökenden bakıldığında, semavi dinlerde ve antik çok Tanrılı dinlerde özgeci davranışın teşvik edildiği görülmektedir. Semavi dinler öncesi dönemlerde ise özgeci davranışların tanrı katında mükâfatlandırılacağı ve karşılığının alınacağına yönelik inanç bulunmakta idi (Karadağ ve Mutafçılar, 2009). İslam'da, Hristiyanlık'ta ve Musevilik'te özgeci davranışların din ve ahlak açısından önemi aktarılmaktadır. Ayrıca özgeci davranışların beraberinde gelecek faydaları ve kişiye katkıları da dinen belirtilmektedir. Özellikle Kur'an'ı Kerim'de özgeciliğin karşılığı "ısar" kavramıdır. İsar kavramı ile karşılıksız yardım, çıkardan taviz vererek başkalarına iyilik ve diğerlerinin mutluluğu için davranışlarda bulunma vurgulanmaktadır. Bu gibi özgeci davranışların zıddı ise bencillik anlamında kullanılan "şuħh" kavramıdır (Kasapoğlu, 2004).

#### *1.2.4.6. Felsefi bakış*

Felsefe, birçok konu üzerinde insanların faydalandığı düşünceler ve çözümler üretmiştir. Özgecilik de temel anlamda felsefenin içinde olan bir kavramdır. Özgeci davranışların nedeni ve sonuçları incelendiğinde birçok açıdan değişik felsefi temeller görülmektedir. İlk bağlamda özgecilik bencilliğin yok edilmesi ve egoizmin zıddıdır. Diğer yandan acıma duygusu oluşturmakta ve empatik becerilerin geliştirilmesinde katkıları sunmaktadır. Yardımseverliğin öncülü olarak görülmekte ve toplumsal

ilişkilerin daha sıkı gelişmesinde rol oynamaktadır. Son olarak bireyin ahlaki gelişiminde de önemli bir basamak olduğu bilinmektedir (Ak, 2013).

#### *1.2.4.7. Sosyal gelişim bakışı*

Genetik geçiş ve evrimsel temellerin karşısında bir yer edinen sosyal gelişim için özgeciler öğrenilen bir davranıştır. Sosyal çevre ve kültürün etkilerinin yok sayıldığı biyolojik modellerin aksine, çocukların özgeci davranışları ilk olarak aile ortamında gözlemlendiği vurgulanmaktadır. Anne ve babanın davranışları çok için model taslaklarıdır. Çocuk bu davranışları içselleştirerek hayatında uygulamaktadır. Bunun yanında sosyal çevresinde gözlemlendiği diğer rol modeller üzerinde bu davranışı gözlemlemekte ve doğru-yanlış olması noktasında düşüncelerini geliştirecektir. Deneme yanılma yöntemi ile de davranışın sürdürülüp sürdürülmemesi konusunda nihai kararını verecektir (Arslantürk, 2017).

#### *1.2.4.8. Ahlaki gelişim bakışı*

Çocukluk yıllarında sosyal öğrenme ile birlikte öğrenilen özgeciler davranışı daha çok kopyalama ve taklit etme temelli görülmektedir. Bilişsel gelişmeye bağlı olarak gelişim gösteren ahlaki taraf bu durumun basit bir öğrenmenin dışında olduğu göstermiştir. Ahlaki gelişim basamaklarını tamamlayan birey ergenlikten itibaren özgeciliğin öğrenilen bir davranış olmasının yanında yapılması gereken bir sosyal beceri olduğunu içselleştirmektedir. Bu içselleştirme özgeciliğe karşı bakışın da özgeci davranışların da olgunlaşması için gerekli düşünce biçimlerinin kazanılmasına yardımcı olmaktadır (Carlo ve ark., 2003).

Kohlberg tarafından geliştirilen ve psikoloji alanyazınına kazandırılan ahlaki gelişim modeli, özgeci davranışının ahlaki yanının anlaşılmasında yararlı bir referans olacaktır. Bu model, altı evresi bulunan ve üç aşamadan oluşan bu modeldir. Gelenek öncesi modelde, davranışın iyi veya kötü olmasının belirleyicisi fiziksel sonuçlardır. Nedenlerden çok sonuçlar üzerinde odaklanılır ve cezadan kaçarak otoriteye uyma davranışı sergilenir. Bireyin çıkarları gözetildiği noktasında diğerlerine yardım yapmaktadır. Geleneksel dönemde ise toplum kuralları ve normlar ön plandadır. Toplum tarafından iyi olanın başkalarına yardım etmek olduğu öğrenilir. Bu bağlamda çocuk toplumsal kurallara uyar ve onları korumak ister. Gelenek sonrası dönemde

kişisel vicdan ve objektif bakış açısı geliştirilmiştir. Birey evrensel bir doğrunun olmadığını doğrunun ve iyinin zamana, mekâna, topluma ve normlara göre şekillendiğini öğrenmiştir. Bu bağlamda özgeci davranış ne bir fayda sağlama ne de toplumsal baskılar/kabuller doğrultusunda oluşmaktadır (Pratt ve ark., 2003).

#### *1.2.4.9. Bilişsel gelişim bakışı*

Bilişsel gelişimin tamamlanmasına ve yeterli düzeye gelmesine bağlı olarak kişinin özgeci davranışlara bakışı farklılık gösterecektir. Davranışlar arasındaki nedenselliğin iyi kurulduğu ve sonuçların birlikte analiz edildiği bir bilişsel gelişim düzeyin kişi özgeci davranış için farklı çıkarımlar yapma imkanına kavuşacaktır. Onun için özgeciler davranış normlara uymak ve sosyal kabul almanın dışında yapmasını istediği için ve sonuçlarının iyi olduğunun görüldüğü için yapılmaktadır. Bireyin tez, antitez ve sentez yapabilme noktasındaki bilişsel gelişimi, özgeci davranışlara karşı geliştirilen ve değiştirilen düşünceler boyutunda da kendini göstermektedir (Kasapoğlu, 2013).

#### *1.2.4.10. Kültürel-Toplumsal bakış*

Kültürel bakış toplumu oluşturan kültürel normların özgeci davranış şekillendirdiği üzerinde kurulmuştur. Bir kültürün ve toplumun parçası olarak birey, bu bütüne karşı sorumludur. Karşılıklı olarak sürekli ve tutarlı bir şekilde etkileşime girmektedir. Diğer yandan toplumsal adalet algısı da içselleştirilmiş bir noktada bilinç düzeyinde aktiftir. Birey topluma karşı oluşturduğu sorumluluk duygusu, karşılıklılık ilkesi ve toplumsal adalet üçlüsünden hız alarak özgeci davranışlarını şekillendirmektedir (Ariely, Brancha ve Meiser, 2009). Bunun yanında kültürel öğeler içinde özgeci davranışa yönelik mesajların yer alması da bireyi sosyal olarak etkilemektedir. Bir noktada norm ve değişmez doğru olarak algılanan bu kültürel özellikler çocukluktan itibaren bireyin dünyayı algılamasına yön vermektedir. Özgeciler için de kültürel gerekliliklerin varlığı bireyi bu doğrultuda hareket etmeye mecbur bırakmaktadır (Hogg ve Vaughan, 2007).

Toplum ve kültürün bireyselci mi toplumsalcı özellikte mi oluşu da özgeci davranışlarda etkili bir değişkendir. Özellikle bireyselci kültürün ağır bastığı toplumlarda benlik düşüncesi daha ön plandadır. Grupla iletişimin ve etkileşim daha

az vurgulandığı bu tür toplumlarda özgeci davranışların sergilenmesi de daha az olacaktır. Diğer taraftan grup ve birlikteliğin vurgulandığı toplumsalcı kültürlerde yardımın ve yardım severliğin üst konumda olduğu görülmektedir. Bu kültürlerde bireyin benlik duygusu bizlik duygusunun önüne geçmemektedir. Bu sayede toplumsal özellikteki ülkelerde ve kültürlerde özgeci davranışların görülme sıklığı daha fazla olmaktadır (Onatır, 2008).

#### *1.2.4.11. Prososyal davranış bakışı*

Prososyal davranış kavramı, insanlardaki tüm yardımsever davranışlar için geliştirilmiş bir kavramdır. Bir kişinin diğer bir kişi veya grup için sergiledikleri olumlu, yararları ve amaçlı davranışları tanımlamak için kullanılmaktadır. Prososyal terimi daha çok antisosyal kavramının zıddı olarak ortaya çıkmıştır. Toplumun yararının gözetilmediği, bencil ve yıkıcı özelliklerin görüldüğü antisosyal kelimesinin karşılığı olarak düşünülebilir (Oktar, 2018).

#### *1.2.4.12. Pragmatik bakış*

Pragmatik bakış açısında, özgeci davranışlar bireyin yararını gözetmemenin dışında zararına olacak sonuçlar da doğurabilir. Bu bağlamda pragmatik düşünce ekseninde bu davranışların sergilenmemesi gerekmektedir. Ancak özgeci davranışlar temelinde doğruluk veya mantık aramanın dışında üst düzey bir davranış örüntüsüdür. Diğer birçok ahlaki norm gibi özgecilik de mantıktan uzak sadece içsel tepilerle ve duygularla eyleme dökülen kalıplardır (Jing, 2005). Pragmatik bakış açısında göre karşılıklı özgecilik mantıklı ve akla yatkındır. Bireyin daha sonrasında yararını göreceği davranışlar için yatırım yapması onun için karlıdır ve davranışların devam etmesini pekiştirir.

#### *1.2.4.13. Hümanistik bakış*

Hümanistik kuram içinde Maslow ve Rogers insanlardaki özgecilik davranışlarının tabii ve gerekli olduğunu açıklamıştır. Başkalarına ilgi ve sevgi göstermek kendini gerçekleştirme yolundaki insanın temel ihtiyaçlarından biri olarak tanımlanmıştır. Birey kendi ihtiyaçları ve istekleri kadar çevresine de duyarlı

olmalıdır. Bir noktada hem öz ilgili hem de özgeci olma noktasında yeter olgunlukta bulunmalıdır. Bu durum hümanistik felsefede kendilik ve çevresinin isteklerini yerine getirmede dengenin kurulması ile açıklanmaktadır. Sonuç olarak, birey çevre ile etkileşim dışında düşünülemez (Flynn ve Black,2011).

### **1.2.5. Özgecilik ve evlilik uyumu**

Bu kısımda özgecilik kavramı ile evlilik uyumu arasındaki ilişkileri inceleyen alanyazın çalışma bulgularına yer verilecektir.

Prososyal bir davranış olarak özgecilik, bireyin toplumsal uyumunu arttıran bir beceridir. Benzer durum evlilik uyumunun artışında da etkili olabilmektedir. Bir eş olarak birey partnerine karşı özgeci davranışlarını toplumda sergilediği gibi sergilemeye devam edecektir. Bu evlilik ortamının daha pozitif algılanmasında ve partnerinin de mutlu olarak evlilikten alınan doyumunun karşılıklı olarak artmasına yardımcı olmaktadır (Mullen, 2013).

Evlilik uyumu için bireylerin düşünce, duygu ve davranış üçgeninde benzer yapıların bulunması gerekli görülmektedir. Kişiler uyum ve benzerlik sağladıklarını düşündükleri insanlarla evlilik kurumuna adım atmaktadır. Bu bağlamda çiftlerin özgeci davranış düzeylerinin de benzer ve yakın olması da evlilik uyumunu arttıran bir faktör olarak düşünülebilir. Bireylerin arasındaki uyum ve harmoni evlilikte de kendini gösterecektir (Öztürk, 2020).

Özgecilik ve evlilik uyumu kavramı akraba evlilikleri içinde de incelenmiştir. Denic, Nagelkerke ve Agarwal, (2010) akraba evliliklerinin tıpkı türün devam etmesi için evrimsel bağlamdaki özgeci davranış ile benzerlik göstermektedir. Türe karşı özgecilik (kin altruism) olarak tanımlanan bu durumda güçlü aile bağlarının kurulmasında ve türün daha uyumlu olmasında özgeci bir davranış ile hareket etmektedir. Benzer şekilde partner de özgeci bir tutum sergilemekte ve ortak bir uyum zemininde buluşmaktadır. Bu bağlamda özgecilik her zaman evlilik uyumunu arttıran bir kavram olmanın dışında evlilik uyumunu hazırlayan ve düzenleyen bir kavram olarak da görülebilmektedir.

Evlilikte özgeci davranışlar sorumluluk, empati ve alakayı da beraberinde getirmektedir. Çevreye karşı özgeci olan birinin eşine karşı da özgeci davranışlar sergilemesi beklenmektedir. Bu bağlamda kişi evliliğin sorumluluğunu hissetmiş, karşı tarafa empatik yaklaşmasını bilen ve ilgili bir partner olarak görülecektir. Eşin de kişiyi bu şekilde görmesine bağlı olarak evlilik uyumunda artış görülecektir (Oktar, 2018).

Partnerlerin birbirlerine karşı özgeci davranışları eş desteği kavramı altında da incelenebilir. Eşlerin birbirlerine destek olmaları ve yardımlaşıyor olmaları pozitif bir ortam oluşturmaktadır. Bu pozitiflik içinde sevgi, saygı ve ilgi ortamı görülmekte ve evlilik uyumunu arttırmaktadır (Kabasakal ve Soylu, 2016). Ayrıca özgeci davranışlar eşlerin birbirlerine karşı güvenlerini de tazelemektedir. Ayrıca güvenli bağlanma paternlerinin geliştirilmesine yardımcı olarak evlilik uyumunu arttırmaktadır (Cobb, Joanne ve Bradbury, 2015).

Yedirir ve Hamarta (2015) eşten görülen destek gibi özgeci davranışların çiftleri evlilik kurumuna daha sadık olmaları yönünde teşvik ettiğini aktarmışlardır. Bu durum evlilikten alınan doyum ve uyumu da arttıracaktır. Luo ve arkadaşları (2008) ise eş desteğinin çiftlerin yakınlaşmasında ve birbirlerini tanımalarında etkili bir faktör olduğunu belirtmişlerdir. Hem bireysel hem kümülatif anlamda yaşam kalitesi artmakta ve bireyler partnerlerini daha iyi tanıma imkânı bulmaktadır.

Brock ve Lawrence (2009) eşten görülecek destek gibi özgeci davranışların bireyler için beklenen ve evlilik kurumundan istenen özellikler olarak görmüştür. Partnerlerin birbirlerine destek olması ve özgeci tutum içinde olmaları gerekmektedir. Bu özelliklerin az veya nadir olması evlilik içindeki uyumu bozmaktadır. Bu destek ve tutumlar en fazla hastalık dönemlerinde kendini göstermektedir. Partnerin hasta kişiye karşılık beklemeden yardım etmesi ve onun iyiliği için çalışması özgeci bir davranış örneğidir. Bu durum hasta partner için evlilik hakkındaki düşüncelerin daha pozitif olduğuna yönelik bulgular aktarılmıştır (Boeding ve ark., 2015).

### 1.3. Empati

Bu başlık altında empati kavramı, boyutları, gelişimi ve nörobiyolojisi hakkında alanyazın bilgileri yer almaktadır. Buna ek olarak evlilik uyumu ile empati arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışma bulguları aktarılacaktır.

#### 1.3.1. Empati kavramı

Empati kavramının kökeni, Antik Yunanca'da “em (içinde, iç)” ve “patheia (hissetmek)” kelimelerinin birleşiminden oluşan “empathia” kelimesine dayanmaktadır. Türkçe tanımı ile empati, duygudaşlık yapma ve eş duyum hissi ile tanımlanmaktadır (Berk, 2013). Empati en temel anlamı ile bireyin karşı tarafın duygularını kendi duyguları gibi hissetmesi ve buna uygun duygular yaşaması ve davranışlarda bulunması olarak tanımlanırken alanyazın çalışmalarında farklı tanımlarda kendine yer bulmuştur (Smith, 2006).

Modern psikolojinin kurulmasında yaptığı çalışmalarla önemli katkılar sunan Freud, empati kavramının özdeşim kurma ile yakından ilişkili olduğu düşünmüştür. Bilindiği üzere özdeşim çocuğun, hemsini olan ebeveyninin özellikleri gözlemleyerek bunu içselleştirmesi sürecidir. Bu süreçte bilişsel, duygusal ve bilişsel anlamda içselleştirme süreci salt gözlemleyerek öğrenme yaklaşımında uzak, çocuğun ebeveyni gibi düşünme, hissetme ve davranma süreçlerini içinde barındırmaktadır. Şu hâlde özdeşim kurmanın ilk adımı olarak çocuğun ebeveyni ile empatik ilişkiler kurması ve bu etkileşimi sürekli hale getirmesi yatmaktadır. Bu sürecin sonunda çocuk gerçek anlamda özdeşim sağlamış olmaktadır (Pigman, 1995).

Goldstein ve Michaels (1985) empati kavramının üç basamak halinde incelenmesi gerektiğini aktarmışlardır. Bu açıklama şu şekildedir;

- İlk basamakta, birey kendini karşı tarafın yerine koyarak olaylara bakışında duygu ve düşüncelerini düzenlemektedir
- Sözel iletişim ipuçlarını iyi okumak ve duygu-düşüncelerini anlayabilmek
- Yüksüz, yansız ve yargısız bir şekilde karşı tarafı kabul etmek



Ülkemizde empati üzerine çalışmalarına ile bilinen Üstün Dökmen empatinin anlaşılması ve geliştirilmesi noktasında alanyazına değerli katkılarda bulunmuştur. Dökmen (2004) empatiyi dört farklı basamakta incelemiştir. İlk basamak olan onlar basamağı, kişinin empatik yönelimden uzak ve karşı tarafı anlama çabasından bağımsız öneriler sunması ve akıl vermesi noktasıdır. Ben basamağında ise, karşı tarafın fenomenolojisinin anlaşılmasından çok kendilik deneyimleri ve düşünceleri aktarılır. Daha çok benmerkezci bakış açısı hakimdir. Sen basamağına gelindiğinde, karşı tarafın sorunlarına, düşüncelerine ve duygularına tam anlamı ile yönelim söz konusudur. Kişi karşı tarafı anlamak için mutlak bir çaba içerisindedir. Biz basamağında ise empatik ilişki tam anlamı ile kurulmuş ve karşılıklı aktarım gerçek anlamda görülebilmektedir.

Empatik sürecin gelişimi de incelenmiştir. Dökmen (2015)'e göre empati sürecinin başlangıcında birey, karşı tarafın yerine geçmeli ve olaya onun gözleri ile bakabilmelidir. Bu noktada karşı tarafın fenomenolojik alanına dahil olabilmek önemlidir. Empatik sürecin devam etmesinde karşı tarafın duygularının anlaşılmasının yanında bilişsel süreçlerine de dahil olmak gerekmektedir. Bilişsel ve duygusal yaklaşım birbirini tamamlamaktadır. Son noktada ise karşı tarafın empati kurulduğundan haberdar olması gerekmektedir. Kişi duygu ve düşüncelerini karşısındaki aktarabiliyor olmalıdır. Bu ise karşıdaki kişinin kendini dinleniyor ve anlaşılıyor hissetmesi için gerekli bir adım olarak nitelendirilmiştir.

Kendilik psikolojisinin öncüsü olarak görülen Heinz Kohut da empatiyi inceleyen bir araştırmacıdır. Kohut çalışmalarında soyut empati ve klinik empati olmak üzere iki farklı tanım yapmıştır. Kohut'a göre empatinin ilk adımı olan soyut empati, kişinin kendini anlama çabası ve gayretidir. İç gözlemin yapılmasının ardından, birey tam anlamıyla kendini tanımakta ve bilmektedir. Kendiliğin kavranmasının ardından birey diğerlerine yönelebilmektedir. Klinik empati kavramı ise bireyin çevresindekilere yönelik anlayış ve etkin dış gözlem yapabilme becerisi olarak tanımlanmıştır (Gülseren, 2001).

Empati, ilk olarak 1897 yılında Theodor Lipps tarafından alanyazına kazandırılmıştır. Lipps'e göre üç bilgi kaynağını vurgulamıştır. Bu bağlamda kişinin kendisi, nesnelere ve gerçekler, dış dünya ve diğerleri hakkında üç farklı alanda bilgi kaynağı bulunmaktadır. Bu bağlamda dış dünya ve diğer insanlar hakkında fikir edinmenin yolu ise empati becerisinden geçmektedir. Lipps bu beceri için

“einfühlung” kelimesini kullanmıştır. Bu kavram 1909 yılında ise Edward Titchener tarafından İngilizce’ye “empathy” olarak geçirilmiştir (Akt. Boylu, 2020).

Empati, prososyal bir davranış olarak sosyal bağlamda uyumsuz davranışların azalmasında da etkili bir dinamiktir. Durumlara ve olaylara karşı tarafın gözü ile bakabilmek bireye geniş bir perspektif imkânı sunmaktadır. Alternatif düşünebilme becerisi geliştirmektedir. Bu gelişmelere ve imkanlara bağlı olarak birey kendi düşünce, duygu ve davranışları daha dikkatli incelemektedir. Sonrasında ise sosyal bağlamda uyumlu davranışların niteliğince ve niceliğinde artış gözlenecektir (Preckel ve ark., 2018).

Empati kavramının incelenmesinde sıklıkla başka kelimeler yerine kullanıldığı veya kavramlar arası karışıklıkların yaşandığı bilinmektedir. Alanyazın incelemelerinde empati kavramının çoğunlukla sempati, şefkat ve hassasiyet gibi kavramların yerine kullanıldığı görülmüştür. Bu kavramlar için genel tanımlamalar ise şu şekildedir (Decety ve Michalska, 2010; Goetz ve ark., 2010; Hein ve Singer, 2008; Lishner ve ark., 2011):

- **Sempati:** Kişi gibi hissetmeyip kişiyi hissetmek anlamında kullanılmaktadır. Diğer bir noktada sempati kişinin kendisini karşı tarafın yerine koymasına değil kendisini karşı taraf gibi hissetmesi sürecidir. Örneğin geçmişte babasını kaybetmiş birinin babasının yeni kaybeden bir kişiye yönelik hisleri.
- **Şefkat:** Başka birinin acılarına karşı yardım etme düşüncesinin oluşması. Bu bağlamda karşı tarafı anlamak yerine özgeci bir şekilde mağduriyetin yeniden imarı için yardım sunma söz konusudur. Maddi anlamda zorluk yaşayan bir komşuya yönelik düşünce ve duygular buna örnek verilebilir.
- **Hassasiyet:** Başka birinin savunmasızlığına bağlı oluşan sıcak hisler. Bu durumda yine belirli bir kötü durum söz konusudur. Örneğin üst katında bebek uyutulduğunu bilen bireyin evde gürültüden uzak durmaya çalışması.

### 1.3.2. Empati boyutları

Empati becerisi kendi içinde karşı tarafın düşündüğü gibi düşünebilme ve hissettiği gibi hissedebilme tanımına sahip olduğu için, empati için iki farklı tarafın da bulunduğu aşıkardır. Bu boyutlardan ilki bilişsel empati boyutu iken ikincisi ise duygusal empati boyutu olarak görülmektedir. Bu durum iki farklı empati biçiminin olmasında çok empatinin iki farklı gerekliliği olarak ön plana çıkmaktadır.

#### 1.3.2.1. Bilişsel empati

Bilişsel empati kavramı bireyin, karşı tarafın bilişsel süreçlerini içselleştirmesi ile karakterize bir kavramdır. Birey, olaylara bakış açısını, düşünce biçimini ve yaklaşım tarzlarını karşı taraf uygun bir şekilde biçimlendirmektedir. Olumlu-olumsuz, mantık dışı veya anlamlı olsun her türlü düşünce biçimine göre yaklaşım tarzları geliştirebilmek bu bağlamda, bilişsel empatinin gereğidir. Otomatik düşünceler, ara inançlar ve uyum bozucu şemalara göre gelişen düşünce kalıpları olaylara bakış açısında bireye referans olan kaynaklar olarak görülmektedir (Frith ve Singer, 2008).

Bilişsel empati, daha çok zihin kuramı ile ilişkili bulunmuştur. Bu bağlamda bilişsel empati için iki adımdan söz edilebilir. İlk adımda birey perspektif almaktadır. Perspektif almada, kişi başkasının içsel zihin durumlarını anlamaya çalışmaktadır. Mecazi anlamda birey karşı tarafın kafasının içine girmek için uğraş vermektedir. İkinci adımda ise çevrimiçi simülasyon yapılmaktadır. Birey, karşı tarafın duygularına yönelik bilişsel bir senaryo kurar ve karşı tarafın düşüncelerini anlamaya çalışır (Zahavi, 2012).

#### 1.3.2.2. Duygusal empati

Bilişsel süreçlerin afektif çıktısı olarak yorumlanan duygusal empati ise karşı tarafın duygularını tanıma ve hissetme süreçlerini kapsamaktadır. Bilişsel empati ile duygusal süreçlerin nedenselliği hakkında bilgi sahibi olan birey, ilk noktada kişinin yaşadığı duyguyu tanımada ve tanımlamaktadır. Neden sonuç ilişkisinin ardından bu duygunun yoğunluğu ve uygunluğuna göre davranışsal dönütleri sergilemektedir. Birey, bu noktada kişinin bu duyguları ne düzeyde yaşadığı ve neden yaşadığı

noktasında bilgi sahibi olmuş ve empatik süreç tam anlamıyla tamamlanmış olacaktır (Shamay-Tsoory, 2011).

Duygusal empatinin oluşmasında üç farklı adım tanımlanmıştır. İlk adım birey başkalarının duygu veya duygularını fark etmeye ve anlamaya başlamaktadır. Bu adım duygusal bulaşma adımıdır. İkinci adım olan yakınsak yanıt adımı ise içsel anlamda duygusal geri dönüt yaşanmaktadır. Birey karşı tarafın ne hissettiğini dair kendi içinde farkındalık sağlamıştır. Çevresel yanıt adımı ise bu farkındalığın karşı tarafa aktarımı söz konusudur. Bu sayede karşı taraf da empatik bir sürecin işlediğini ve anlaşıldığına dair rahatlama duygusu oluşmaktadır (Breithaupt, 2012).

Bilişsel empati ile duygusal empati arasındaki farklılık psikopatolojilerde de kendini göstermektedir. Baron-Cohen ve Wheelwright (2004) otizm tanılı çocuklarda duygusal empati seviyesini yüksek bulurken bilişsel empati düzeyi düşük çıkmıştır. Bunun yanında Blair (2005) psikopatik özellikteki bireylerde tam tersine bilişsel empati düzeyi yüksek duygusal empati düzeyinin düşük olduğunu aktarmıştır.

### **1.3.3. Empatik öfke**

Empatik öfke, empati becerisinin yoğun ve yıkıcı bir şekilde yaşanmasının bir örneği olarak karşımıza çıkmaktadır. Kişinin yaşadığı durum için kişiye yönelik (mağdur) pozitif empatik duygular oluşurken kişiye davranışta bulunana (zorba) karşı olumsuz empatik duygular oluşmaktadır. Bu durum çoğu durumda sinirlenme, öfke, kin, saldırganlık gibi yıkıcı duyguları kapsamaktadır (Bringle, Hedgepath ve Wall, 2018). Empatik öfke kavramının gerçek anlamda empati mi yoksa sempati mi olduğu yönünde farklı düşünceler bulunmaktadır. Bu bağlamda karşı tarafın yaşadığı duygular ve olaylar bireyin belirli bir zaman diliminde yaşadıkları ve hissettikleri ile benzerlik gösteriyorsa bu durum içim sempati kavramını kullanmak daha doğru olacaktır. Ancak mevcut durumda böyle bir bağlantı olmayıp sadece karşı tarafın duygularına aşırı cevaplar üretme gibi bir alanla sınırlı kalıyor ise olumsuz bir empati deneyimi olarak açıklanmaktadır (Pozzoli, Gini ve Thornberg, 2017).

#### 1.3.4. Empati gelişimi

Empatinin gelişmesi bebekliğin ilk yıllarından itibaren gelişmeye başlamaktadır. Hatta bebeklerin ağlayan bir bebeği duymaları sonrasında ağlamaya başlamaları empatik tutumun ortaya çıkmaya başladığını göstermektedir. Bu durum ayna nöronların oluşmaya başladığı ve gelişim gösterdiğini de belirtmektedir (Eisenberg, Eggum ve Di Giunta, 2010). Ayna nöronların etkinliği ve incelenmesi noktasında maymunlar üzerinde yapılan deneyler de ilginçtir. Parma Üniversitesinde araştırmacılarca yürütülen bir çalışmada makak maymunlarının davranışları incelenmiştir. Yapılan çalışmada davranışların gözlenmesi sürecinde bir detay dikkat çekmiştir. Bu detayda, maymunlardan bazıları belirli objeleri kavramadıkları halde bunu yapan maymunları gözlemlenmeleri sırasında beyinlerinde benzer alanların aktive olduğu bulunmuştur (Altınbaş ve ark., 2010).

Bebeklerin bir yaşını doldurmaya başlamaları ile karşı tarafın duygusal tepkilerini ve yoğunluğunu anlamaya başlamaktadır. Bu bağlamda temas ederek bir noktada empatik davranışlar sergileme eğilimindedirler. İki yaşından itibaren duyguların gerçek anlamda farkına varmakta ve tanımaktadır. Özellikle iki yaşın sonlarına doğru duyguların taklit edilerek yansıtılması ve yardım etme gibi empatik göstergeler bulunmaktadır (Zahn-Waxler, Radke-Yarrow ve King, 1979). Üç yaş ile birlikte ben merkezilikte azalma ve omnipotent düşüncenin kaybolmaya başlaması ile diğerlerinin daha net farkına varılmaktadır. Başkalarının kendisinden bağımsız olduğunu, düşünce ve duygularının da farklılık gösterebileceğini kanıksamaya başlamaktadır. Tutum ve tepkilerin düzenlenmesinde ve çeşitlenmesinde bu farkındalık önemli bir aşama olarak bilinmektedir. Altı yaş itibari ile tam anlamıyla empatik tutum sergilenmeye başlamıştır. On yaşından sonra ise empati sadece yakın ve bilinen çevre yerine yabancı ve dış çevreye de yönlendirilebilmektedir (Berk, 2013).

Geç çocukluk ve ergenlik sürecinde empatinin gelişimi daha çok sosyal sorumluluk ve psikososyal uyum noktasında gelişim göstermektedir. Birey sosyal anlamda çevreye ve çevresindeki sosyal ağlara yönelik ilişkisel bir sorumluluk hissetmektedir. Bu, karşı tarafı dinleme, anlamak ve sorunlarına kendi gözünden çözümler sunabilme becerileridir. Diğer bir noktada topluma adapte olabilmek ve yüksek uyum sağlama noktasında empatik beceriler yardımcı rol üstlenmektedir. Sosyal bir bütünün parçası olarak birey, bu bütün içerisinde kendine bir yer edinmek

ihtiyacıdır. Empatik becerilerin geliştirilmesi ile bu ihtiyaç karşılanmakta ve birey, kendine toplum içerisinde bir rol bulabilmektedir (Büyükcebeci ve Deniz, 2017).

Empatinin gelişmesinin yanında empatik davranışların ortaya çıkmasında farklı gerekliliklerin de bulunması önemlidir. Vatansever (2021) çalışmasında bu gereklilikleri şu şekilde aktarmıştır:

- Olumlu sosyal davranış becerisinin kazanılmış olması
- Ahlaki değerlerin olgunlaşmış olması
- Kendi ihtiyaçlarının yanında başkalarının ihtiyaçlarının da önemli olması
- Bilişsel ve duygusal hazırbulunuşluk hali
- Örnek ve rol model bir ailenin/sosyal çevrenin varlığı

### **1.3.5. Empatinin nörobiyolojisi**

Empatinin nöral altyapısının incelenmesinde ayna nöronların keşfedilmesi önemli bir kilometre taşı olarak görülmektedir. Ayna nöronlar başkalarının gözlenmesi ve eylemlerinin algılanması sonrasında bireyin kortikal motor sistemlerinin aktive olması işlevinden sorumludur. Bu bağlamda üzülen birini gördüğümüzde ağlama hissinin gelmesi veya mutlu birini görünce gülümseme ihtiyacı ayna nöronların etkisi ile gerçekleşmektedir (Rizzolatti ve Craighero, 2004).

Ayna nöronların çalışma sistemleri beyin görüntüleme çalışmalarında da gösterilmiştir. Wicker ve arkadaşları (2003) çalışmalarında tiksinti hissi duyan bireylerdeki anterior insula fonksiyonlarındaki artışın tiksinti ifadesi içeren bir yüz görüldüğünde de benzer şekilde olduğu gösterilmiştir. Bu bağlamda tiksinti görüntüsünün görülmesi ayna nöronlar sayesinde tıpkı bireyin yaşadığı tiksinti duygusu gibi bir algının oluşmasına neden olmaktadır. Decety ve Lamm (2006) ve De Vignemont ve Singer (2006) ise çalışmalarında benzer şekilde ağrı çeken ve somatik semptomlar sergileyen insanların gözlenmesi sonucunda bireyde ağrı çekilince aktivite olan nöral yolların aktif olduğu aktarılmıştır. Empatik tutum ve davranışları ortaya çıkmasında özellikle amigdala, premotor korteks, anterior insula ve superior temporal sulkul gibi beyin bölgelerinin etkili olduğu bilinmektedir (Wicker ve ark., 2003). Ayrıca ayna nöronların inferior frontal girus ve paryetal lob gibi beyin alanlarında yoğunlaştığı da aktarılmıştır.

### 1.3.6. Empati ve psikopatoloji

Empati bir noktada yapılan davranışların karşı taraf için yarattığı duygusal çıktıları analiz edebilme ve yanlışları görebilme becerisidir. Bu bağlamda bu beceriden yoksun olma, kişinin düşünce, duygu ve davranışların sonuçlarını kestirememesi ve yıkıcı etkilerini tahmin etmemesi ve bundan rahatsız olmamasına neden olmaktadır. İlgili özellikler davranım bozukluğu ve antisosyal kişilik bozukluğu patolojileri için karakteristik özelliklerdir. Bu tür psikolojik rahatsızlıklarda düşük empati düzeyi görülmektedir. Bir bağlamda empati düzeyinin düşük olmasına bağlı bu tür bozuklukların geliştiğine yönelik kuramsal açıklamalar da bulunmaktadır (Akitsuki ve Decety, 2009).

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu da empati eksikliği ile ilişkili bir bozukluk olarak görülmüştür. Bunun birincil nedeni olarak prefrontal korteks işlevlerinde bozulmalara bağlı olarak duygusal ve bilişsel gelişimdeki sorunlar olarak gösterilmiştir. Bilişsel anlamda ve duygusal boyutta yeterli olamayan çocukların empati becerilerini de istenen düzeyde olamadığı aktarılmıştır (Barkley, 1997). Buna ek olarak sosyal ilişkilerde bozukluk ve agresyon davranışlarının varlığı da empatik becerilerin gelişmesinde ketleyici faktörlerdir. Bireyin sosyal ilişkiler noktasında zayıf olması iletişim ve etkileşim kuracağı diğer bir kişinin eksikliğine neden olmaktadır. Benzer şekilde agresyon ve saldırgan davranışların varlığı da sosyal çevrenin kısırlaşmasına neden olduğu ve buna bağlı olarak empatik becerilerin geliştiremediği bilinmektedir (Braaten ve Rosén, 2000).

Özgül öğrenme güçlüğü ile empati arasında negatif ilişkiler olduğu aktarılmıştır. Öğrenme güçlüğündeki sorunlara bağlı olarak iletişim becerileri ve sosyal normların öğrenilmesinde sorunlar gözlenmektedir. Etkili ve güçlü sosyal ilişkilerin kurulması noktasında donanımsız olan çocuklar empatik becerilerini geliştirme noktasında da gerekli bilgi ve tecrübeden uzak oldukları için empati becerileri yeterli ve istenen düzeyde sağlanamamaktadır (Vaughn ve ark., 1990).

### 1.3.7. Empati ve evlilik uyumu

Bu kısımda empati ve evlilik uyumuna dair alanyazın çalışmalarında elde edilen bulgulara yer verilecektir.

Empati kavramı sorunların çözülmesinde karşı tarafın hissettikleri anlama ve olaylara onun gözünden bakma olanağı sunduğu için faydalı bir beceridir. Nitekim bu, evlilik sürecindeki sorunlar için de geçerlidir. Empati becerisi sağlıklı iletişim kanallarının açık kalmasını sağlamakla birlikte çatışma ve gerilimlerin de en aza indirilmesinde yardımcıdır (Kışlak ve Çabukça, 2002). Empati kavramı alanyazında ego geliştirici dil, ben dili, dinleme ve kendini tanıma ile birlikte temelde etkili iletişim becerilerinden biridir. Bu bağlamda çiftler arasında uyumun sağlanması ve sürdürülmesinde bu becerinin önemi vurgulanmıştır (Buluş ve Bağcı, 2016).

Düşük empati düzeyi bireyin künt veya duygusuz olarak algılanmasına da neden olabilir. Duygusal anlamda çiftler arasındaki bu uzaklık, çarpık düşüncelerin gelişmesine imkân tanımaktadır. Karşı taraf kendini ilişkide rahat, güvenli ve anlaşılır hissetmemekte ve uyumda bozulmalar görülebilmektedir (Burnette ve ark., 2009). Brandbury, Fincham ve Beach (2000) de empati becerisinin duygu düzenleme üzerindeki etkisinin duygusal sorunlara neden olabileceğini ve bu durumun çiftler arasındaki uyumu olumsuz etkileneceğini aktarmışlardır. Kişi kendi duygularını tanıma ve düzenlemede sorunlar yaşamakta ve ikili ilişkilerde başarısız paternler izleyebilmektedir.

Cohen ve arkadaşları (2012) kadın ve erkekler arasındaki empatik becerilerdeki farklılığın çiftler arasındaki ilişkilere yansımaları incelemişlerdir. Çiftler arası uyumda, kadınlar için karşı tarafın negatif duygularına yönelik empatik tutumun pozitif ilişkisi bulunmaktadır. Bu anlamlı ilişki erkekler için bulunmamıştır. Bu bağlamda empatik yaklaşımın ilişki için öneminde cinsiyet farklılıklarının olabileceğine yönelik dikkat çekilmiştir.

Maneta ve arkadaşları (2015) çalışmalarında empati ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi çocukluk çağı travmaları bağlamında incelemişlerdir. Yapılan çalışmada istismar ve ihmal geçmişi olan kadınlarda empati düzeyinin düşük olduğu gösterilmiştir. Bu düşüğe bağlı olarak ilişkilerde yıkıcı ve yıpratıcı davranışlar sergileme oranı daha fazla görülmüştür. Bu bağlamda hem travmatik geçmiş hem de



yaşanan empatik sorunlar ilişki fonksiyonlarında bozukluklara neden olabildiği gösterilmiştir.

Kışlak ve Göztepe (2012) çalışmalarında empatik becerinin duygusal zekanın bir ögesi olduğunu aktarmışlardır. Çiftlerin empatik beceriler noktasında benzer düzeylerde olmamaları duygusal zekâ noktasında da benzer farklılıkların olduğuna yönelik yorumlanabilmektedir. Bu düşünce de çiftler arasındaki uyumun düşük olmasına neden olmaktadır. Buluş ve Bağcı (2016) ve Chung (2014) çalışmasında evlilik doyumu ile empati arasında pozitif korelasyon olduğunu aktarmışlardır. Bu bulguya göre empatik becerilerinin artışı evlilik doyumunda da artışı getirmektedir. Empatik becerilerdeki azalma evlilik doyumunda da azalmanın görülmesi ile sonuçlanmaktadır.

Empati düzeyinin yüksek olması tartışma ve kavgaların ardından çiftlerin yumuşaması ve büyük etkilerin önüne geçilmesinde de yardımcı olmaktadır. Çiftler gerek karşı tarafın düşünce ve duygularını anlamak gerekse kendilerine yönelik empatik eğilim ile affetme davranışı sergilemektedir. Bu gibi pozitif gelişmeler evlilik uyumunu arttıran faktörler olarak bilinmektedir (Alpay, 2009).

Empati kavramı bir bağlamda özgeci prososyal bir davranış olarak görülmektedir. Çünkü kişi kendine faydası ve çıkarı olmamasına rağmen karşı tarafa yardım edebilmek için anlama gayretindedir. Bu özgeci tutum da karşı tarafta değerlilik hissinin uyanması ve partnerine güvenebilmesi açısından da yararlıdır (Soylu ve Kağnıcı, 2015).

## İKİNCİ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 2.1. Araştırmanın Yöntemi

Yapılan çalışmada ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Bu bağlamda çalışma ilişkisel tarama modeli içindeki karşılaştırmalı desen ve korelasyonel desene uygun şekilde yürütülmüştür. Karşılaştırmalı desende demografik değişkenlerin araştırma bağımlı değişkenleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Korelasyonel desende ise bağımlı değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

#### 2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Balıkesir ilinin Gönen ilçesi oluşturmuştur. Çalışmada kartopu örnekleme kullanılmış ve örneklemin belirlenmesi için 0,17 etki büyüklüğünde %5 hata payı ve %95 güç ile 18 yaş üzerindeki 439 evli bireye ulaşılması hedeflenmiştir. Yapılan çalışmaya 210 erkek (%49,5) ve 214 kadın (%50,5) olmak üzere toplam 424 kişi katılmıştır. Katılımcıların demografik bilgileri **Tablo 1**'de verilmiştir.

#### 2.3. Veri Toplama Araçlar

Yapılan çalışmada anket veri toplama tekniği kullanılmıştır. Hazırlanan anket içerisinde aşağıda yer alan ölçek ve bilgi formları yer almıştır.

##### 2.3.1. Sosyodemografik bilgi formu

Araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, maddi durum, eş seçme biçimi, eşler arası saygı ve destek düzeyi, evlilik süresi, sosyal yardım hakkındaki düşünceleri ve sosyal sorumluluk projelerinde yer alma gibi temel bilgilere ulaşabilmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan bir formdur. Demografik bilgi formu **Ek-A**'da verilmiştir.

### 2.3.2. Empatik Eğilim Ölçeği

Bireylerin empatik eğilim düzeylerinin ölçülmesi için Dökmen (1988) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek beşli Likert tipinde (*1 = Tamamen Aykırı; 5 = Tamamen Uygun*) 20 sorudan oluşmaktadır. Ölçekte yer alan 3, 6, 7, 8, 11, 12, 13 ve 15. sorular ters yönlüdür. Ölçekten alınabilecek puan 20-100 aralığındadır. Ölçekte tek boyut bulunmaktadır. Alınan yüksek puan empatik eğilimin de yüksek olduğunu göstermektedir. Orijinal çalışmada güvenilirlik katsayısı 0,82 bulunurken bu çalışmada Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı 0,75 olarak hesaplanmıştır. Empatik Eğilim Ölçeği **Ek-B**'de verilmiştir.

### 2.3.3. Evlilikte Uyum Ölçeği

Bireylerin evlilik uyum düzeylerinin ölçülmesi için Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasını Kışlak (1996) yapmıştır. Ölçek farklı Likert tipinde 15 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin puanlanmasında 1. madde 0–6 puan, 2-9. maddeler 0–5 puan, 10. ve 14. maddeler 0–2 puan, 11. ve 13. maddeler 0–3 puan, 12. madde eşlerden biri için evde oturmak diğeri için dışarıda bir şeyler yapmak seçeneği işaretlenmişse 0 puan, eşlerin her biri için dışarıda bir şeyler yapmak seçeneği işaretlenmişse 1 puan, eşlerin her biri için evde oturmak seçeneği işaretlenmişse 2 puan ve 15. madde 0–2 puan arasında değerlendirilmektedir. Ölçekte ters yönlü soru bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek puan 0-60 aralığındadır. Ölçekte tek boyut bulunmaktadır. Alınan yüksek puan evlilik uyumunun da yüksek olduğunu göstermektedir. Uyarlama çalışmasında güvenilirlik katsayısı 0,80 bulunurken bu çalışmada Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı 0,79 olarak hesaplanmıştır. Evlilikte Uyum Ölçeği **Ek-C**'de verilmiştir.

### 2.3.4. Özgecilik Ölçeği

Bireylerin özgecilik düzeylerinin ölçülmesi için Ümmet, Ekişi ve Otkar (2013) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek beşli Likert tipinde (*1 = Hiç Katılmıyorum; 5 = Tamamen Katılıyorum*) 38 sorudan oluşmaktadır. Ölçekte ters yönlü soru bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek puan 38-190 aralığındadır. Ölçek özgecilik kavramını yedi boyutta ölçmektedir: Gönüllü faaliyetlere katılım (18, 15, 11, 26, 12, 25, 36. maddeler), maddi yardım (4, 5, 6, 2, 1, 21. maddeler), travmatik durumlarda

yardım (33, 23, 28, 30, 31, 34. maddeler), yaşlı/hastalara yardım (10, 8, 20, 24. Maddeler), fiziksel güce dayalı yardım (16, 22, 17, 3, 7. maddeler), eğitim sürecinde yardım (14, 9, 19, 13, 29. maddeler) ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım (37, 32, 38, 35, 27. maddeler). Alınan yüksek puan özgeciliğin de yüksek olduğunu göstermektedir. Orijinal çalışmada güvenilirlik katsayısı ölçek geneli için 0,80 bulunurken bu çalışmada Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı 0,94 olarak hesaplanmıştır. Özgecilik Ölçeği **Ek-D**'de verilmiştir.

#### **2.4. İşlem**

Veri toplama işlemi öncesinden gerekli etik kurul onayı alınmıştır (**Ek-E**). Onay sonrasında kullanılacak ölçme araçları için ölçek sahiplerinden kullanım için izin talep edilmiştir (**Ek-F**). Demografik form ve ölçeklerden oluşan anket formu 'Google Forms' aracılığı ile sanal ortama aktarılmıştır. Ardından evli bireylere ulaşılarak anket linki paylaşılmıştır. Kartopu örnekleme uygun olarak diğer evli bireylere ulaşmak için de benzer yöntem izlenmiştir. Ardından toplanan veriler tasnif edilerek analiz için hazırlanmıştır.

#### **2.5. Verilerin Analizi**

Bu araştırmada kişi ve yüzde dağılımının incelenmesinde frekans analizi, ölçek ve alt boyut puanlarının dağılımlarının incelenmesinde betimleyici istatistik, iki kategori arası ortalamaların karşılaştırılmasında Bağımsız Örnek *t*-Testi, üç ve daha fazla kategori arası ortalamaların karşılaştırılmasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), ölçek ve alt boyut puanları arası ilişkilerin incelenmesinde Pearson Korelasyon Analizi, evlilik uyumu puanının yordayıcılarının incelenmesinde çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Analizler IBM.SPSS.26 paket programı ile yapılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlılığın belirlenmesinde  $p=0,05$  göz önüne alınmıştır.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

**Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı**

Değişken	Kategori	n	%
Yaş	18-35 yaş	248	58,5
	36-60 yaş	176	41,5
Eğitim durumu	Lise altı	148	34,9
	Üniversite üstü	276	65,1
Maddi durum	2825 TL ve altı	100	23,6
	2825-4999 TL	197	46,5
	5000-10000 TL	127	30,0
Evlenme biçimi	Görücü usulü	109	25,7
	Anlaşmalı	315	74,3
Eşe saygı	Orta	106	25,0
	Çok	318	75,0
Eşe destek	Orta	83	19,6
	Çok	341	80,4
Evlilik süresi	4 yıl altı	136	32,1
	5-9 yıl	126	29,7
	10 yıl üstü	162	38,2
Yardıma ihtiyacı olan birini görünce	Yardımcı olmaktan zevk alırım	406	95,8
	Başkalarının olacağını düşünürüm	18	4,2
Başkalarına yardım etme nedeni	Mutlu olmak için	133	31,4
	Sorumluluk hissi/Hayır diyememe	291	68,6
Sosyal sorumluluk projesinde görev	Evet	147	34,7
	Hayır	277	65,3

Katılımcılarında 248'i (%58,5) 18-35 yaş arasında ve 176'sı (%41,5) 36-60 yaş aralığındadır. Lise altı eğitim durumunda 148 kişi (%34,9) varken üniversite üstü eğitim durumunda 276 kişi (%65,1) vardır. Maddi durumu 2825 TL ve altı olan 100 kişi (%23,6), 2825-4999 TL arası 197 kişi (%46,5) ve 5000-10000 TL arası 127 kişi (%30,0) bulunmaktadır.

Görücü usulü evlenen 109 kişi (%25,7) ve anlaşarak evlenen 315 kişi (%74,3) vardır. Eşine saygısı orta olan 106 kişi (%25,0) ve çok olan 318 kişi bulunmaktadır. Eşine desteği orta olan 83 kişiye (%19,6) karşın 341 kişinin (%80,4) eşine desteği çoktur. 4 yıl altı süredir evli olan 136 kişi (%32,1), 5-9 yıl arası evli olan 126 kişi (%29,7) ve 10 yıl üstü evli olan 162 kişi (%38,2) vardır.

Yardıma ihtiyacı olan biri gördüğünde yardımcı olmaktan zevk alan 406 kişi (%95,8) varken başkalarının yardımcı olacağını düşünen 18 kişi (%4,2) vardır. Başkalarına mutlu olmam için yardım eden 133 kişi (%31,4) ve sorumluluk hissi/hayır diyememe nedenleri ile yardım eden 291 kişi (%68,6) vardır. Sosyal sorumluluk projelerinde görev alan 147 kişi (%34,7) varken 277 kişi (%65,3) yer almamaktadır.

**Tablo 2. Araştırma Ölçek ve Alt Boyutları İçin Betimleyici İstatistik**

Ölçek	Min	Max	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık
Evlilik Uyumu	24	59	45,49	7,09	-0,47	-0,08
Empatik Eğilim	46	99	71,58	9,47	0,16	-0,07
Özgecilik	103	190	153,81	18,03	0,00	-0,35
Gönüllü faaliyetlere katılım	10	35	25,99	5,15	-0,37	0,17
Maddi yardım	13	30	23,71	3,38	-0,21	-0,08
Travmatik durumlarda yardım	16	30	26,07	2,99	-0,40	-0,41
Yaşlı/hastalara yardım	10	20	17,37	2,22	-0,54	-0,25
Fiziksel güce dayalı yardım	9	25	19,92	3,14	-0,56	0,46
Eğitim sürecinde yardım	11	25	20,46	2,81	-0,30	0,12
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	11	25	20,30	3,28	-0,43	-0,15

Ölçek puanı olarak ele alınan değişkenlerin normal dağılım varsayımını sağlayıp sağlamadığı çarpıklık-basıklık değerleri ile incelenmiştir. Yapılan inceleme sonrasında veri setinin normal dağılıma uygun olduğu görülmüştür. Ölçek ve alt boyut toplam puanları için en küçük-en büyük, ortalama standart sapma, çarpıklık-basıklık değerleri Tablo 2’de sunulmuştur.

### 3.1. Karşılaştırma Analizleri

**Tablo 3. Cinsiyet Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(422)}$	p
Evlilik uyumu	Erkek	210	46,42	6,51	2,691	0,007
	Kadın	214	44,58	7,52		
Empatik eğilim	Erkek	210	70,26	9,46	-2,863	0,004
	Kadın	214	72,87	9,33		
Özgecilik	Erkek	210	152,78	18,77	-1,169	0,243
	Kadın	214	154,83	17,25		
Gönüllü faaliyetlere katılım	Erkek	210	25,82	5,49	-0,679	0,497
	Kadın	214	26,16	4,79		
Maddi yardım	Erkek	210	23,48	3,51	-1,382	0,168
	Kadın	214	23,93	3,25		
Travmatik durumlarda yardım	Erkek	210	26,11	3,01	0,264	0,792
	Kadın	214	26,03	2,98		
Yaşlı/hastalara yardım	Erkek	210	17,52	2,17	1,436	0,152
	Kadın	214	17,21	2,26		
Fiziksel güce dayalı yardım	Erkek	210	19,79	3,21	-0,841	0,401
	Kadın	214	20,04	3,06		
Eğitim sürecinde yardım	Erkek	210	20,31	3,02	-1,092	0,276
	Kadın	214	20,61	2,58		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	Erkek	210	19,75	3,48	-3,444	0,001
	Kadın	214	20,84	2,99		

Kadın ve erkek katılımcıların evlilik uyumu ( $t_{(422)}=2,691$ ;  $p<0,01$ ), empatik eğilim ( $t_{(422)}=-2,863$ ;  $p<0,01$ ) ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım ( $t_{(422)}=-3,444$ ;  $p<0,01$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, erkek katılımcıların evlilik uyumu puanları anlamlı şekilde yüksek bulunurken kadın katılımcıların empatik eğilim ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

**Tablo 4. Yaş Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgeçilim Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Yaş	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(422)}$	p
Evlilik uyumu	18-35 yaş	248	45,98	7,13	1,677	0,094
	36-60 yaş	176	44,81	7,00		
Empatik eğilim	18-35 yaş	248	71,79	9,59	0,542	0,588
	36-60 yaş	176	71,28	9,32		
Özgeçilim	18-35 yaş	248	154,77	17,75	1,292	0,197
	36-60 yaş	176	152,47	18,38		
Gönüllü faaliyetlere katılım	18-35 yaş	248	26,09	5,10	0,465	0,642
	36-60 yaş	176	25,85	5,23		
Maddi yardım	18-35 yaş	248	23,80	3,41	0,702	0,483
	36-60 yaş	176	23,57	3,35		
Travmatik durumlarda yardım	18-35 yaş	248	26,27	3,08	1,598	0,111
	36-60 yaş	176	25,80	2,86		
Yaşlı/hastalara yardım	18-35 yaş	248	17,38	2,24	0,167	0,868
	36-60 yaş	176	17,35	2,19		
Fiziksel güce dayalı yardım	18-35 yaş	248	20,18	2,99	2,084	0,038
	36-60 yaş	176	19,54	3,30		
Eğitim sürecinde yardım	18-35 yaş	248	20,65	2,80	1,573	0,116
	36-60 yaş	176	20,21	2,81		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	18-35 yaş	248	20,40	3,39	0,742	0,459
	36-60 yaş	176	20,16	3,13		

18-35 yaş ve 36-60 yaş katılımcıların fiziksel güce dayalı yardım ( $t_{(422)}=2,084$ ;  $p<0,05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, 18-35 yaş katılımcıların fiziksel güce dayalı yardım puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.



**Tablo 5. Eğitim Durumu Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Eğitim	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(422)}$	p
Evlilik uyumu	Lise altı	148	46,29	6,98	1,705	0,089
	Üniversite üstü	276	45,06	7,12		
Empatik eğilim	Lise altı	148	70,58	9,32	-1,593	0,112
	Üniversite üstü	276	72,12	9,52		
Özgecilik	Lise altı	148	153,39	20,41	-0,358	0,720
	Üniversite üstü	276	154,04	16,64		
Gönüllü faaliyetlere katılım	Lise altı	148	25,52	5,96	-1,379	0,169
	Üniversite üstü	276	26,24	4,65		
Maddi yardım	Lise altı	148	23,26	3,62	-2,006	0,046
	Üniversite üstü	276	23,95	3,23		
Travmatik durumlarda yardım	Lise altı	148	26,38	3,16	1,552	0,121
	Üniversite üstü	276	25,91	2,89		
Yaşlı/hastalara yardım	Lise altı	148	17,51	2,22	0,944	0,346
	Üniversite üstü	276	17,29	2,21		
Fiziksel güce dayalı yardım	Lise altı	148	20,11	3,28	0,960	0,337
	Üniversite üstü	276	19,81	3,06		
Eğitim sürecinde yardım	Lise altı	148	20,46	3,27	-0,028	0,978
	Üniversite üstü	276	20,47	2,53		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	Lise altı	148	20,15	3,66	-0,693	0,489
	Üniversite üstü	276	20,38	3,06		

Lise altı ve üniversite üstü eğitim durumundaki katılımcıların maddi yardım ( $t_{(422)}=-2,006$ ;  $p<0,05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, üniversite üstü eğitim durumundaki katılımcıların maddi yardım puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

**Tablo 6. Maddi Durum Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Maddi durum	n	$\bar{x}$	ss	$F_{(2,421)}$	p
Evlilik uyumu	2825 TL ve altı	100	45,18	7,23	2,266	0,105
	2825-4999 TL	197	46,24	6,78		
	5000-10000 TL	127	44,57	7,37		
Empatik eğilim	2825 TL ve altı	100	71,47	9,06	0,774	0,462
	2825-4999 TL	197	71,09	9,48		
	5000-10000 TL	127	72,43	9,80		
Özgecilik	2825 TL ve altı	100	156,30	19,26	1,266	0,283
	2825-4999 TL	197	153,21	16,66		
	5000-10000 TL	127	152,80	19,00		
Gönüllü faaliyetlere katılım	2825 TL ve altı	100	26,37	5,25	0,851	0,428
	2825-4999 TL	197	25,64	4,97		
	5000-10000 TL	127	26,23	5,34		
Maddi yardım	2825 TL ve altı	100	23,77	3,70	0,206	0,814
	2825-4999 TL	197	23,59	3,18		
	5000-10000 TL	127	23,83	3,45		
Travmatik durumlarda yardım	2825 TL ve altı	100	26,15	3,36	0,826	0,438
	2825-4999 TL	197	26,21	2,78		
	5000-10000 TL	127	25,79	3,01		
Yaşlı/hastalara yardım	2825 TL ve altı	100	17,56	2,18	0,927	0,396
	2825-4999 TL	197	17,40	2,12		
	5000-10000 TL	127	17,17	2,39		
Fiziksel güce dayalı yardım	2825 TL ve altı	100	20,55	3,02	3,695	0,026
	2825-4999 TL	197	19,91	2,95		
	5000-10000 TL	127	19,42	3,43		
Eğitim sürecinde yardım	2825 TL ve altı	100	20,86	2,93	1,551	0,213
	2825-4999 TL	197	20,25	2,74		
	5000-10000 TL	127	20,48	2,80		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	2825 TL ve altı	100	21,04	3,21	3,695	0,026
	2825-4999 TL	197	20,19	3,23		
	5000-10000 TL	127	19,89	3,35		

Maddi durum kategorilerine göre katılımcıların fiziksel güce dayalı yardım ( $F_{(2,421)}=3,695$ ;  $p<0,05$ ) ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım ( $F_{(2,421)}=3,695$ ;  $p<0,05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının belirlenmesi için yapılan LSD (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucunda, temel farklılığın 2825 TL ve altı kategorisinden kaynaklandığı görülmüştür. Tablo geneli incelendiğinde, maddi durumu 2825 TL ve altı olan katılımcıların fiziksel güce dayalı yardım ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım puan ortalamaları anlamlı şekilde en yüksek bulunurken maddi durumu 5000-10000 TL olan katılımcıların anlamlı şekilde en düşük bulunmuştur.

**Tablo 7. Evlenme Biçimi Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilerik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Evlenme biçimi	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(422)}$	p
Evlilik uyumu	Görücü usulü	109	44,74	6,83	-1,278	0,202
	Anlaşmalı	315	45,75	7,17		
Empatik eğilim	Görücü usulü	109	69,47	9,85	-2,722	0,007
	Anlaşmalı	315	72,31	9,24		
Özgecilerik	Görücü usulü	109	149,89	18,13	-2,655	0,008
	Anlaşmalı	315	155,17	17,82		
Gönüllü faaliyetlere katılım	Görücü usulü	109	24,67	5,40	-3,140	0,002
	Anlaşmalı	315	26,45	4,99		
Maddi yardım	Görücü usulü	109	23,10	3,63	-2,173	0,030
	Anlaşmalı	315	23,91	3,28		
Travmatik durumlarda yardım	Görücü usulü	109	25,80	3,05	-1,103	0,270
	Anlaşmalı	315	26,17	2,97		
Yaşlı/hastalara yardım	Görücü usulü	109	17,29	2,11	-0,406	0,685
	Anlaşmalı	315	17,39	2,26		
Fiziksel güce dayalı yardım	Görücü usulü	109	19,56	3,19	-1,374	0,170
	Anlaşmalı	315	20,04	3,11		
Eğitim sürecinde yardım	Görücü usulü	109	20,00	3,12	-2,010	0,045
	Anlaşmalı	315	20,63	2,68		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	Görücü usulü	109	19,47	3,61	-3,100	0,002
	Anlaşmalı	315	20,59	3,11		

Görücü usulü ve anlaşarak evlenen katılımcıların empatik eğilim ( $t_{(422)}=-2,722$ ;  $p<0,01$ ), özgecilerik ( $t_{(422)}=-2,655$ ;  $p<0,01$ ), gönüllü faaliyetlere katılım ( $t_{(422)}=-3,140$ ;  $p<0,01$ ), maddi yardım ( $t_{(422)}=-2,173$ ;  $p<0,05$ ), eğitim sürecinde yardım ( $t_{(422)}=-2,010$ ;  $p<0,05$ ) ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım ( $t_{(422)}=-3,100$ ;  $p<0,05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, anlaşarak evlenen katılımcıların empatik eğilim, özgecilerik, gönüllü faaliyetlere katılım, maddi yardım, eğitim sürecinde yardım ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım puan ortalamaları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

**Tablo 8. Eşe Saygı Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Eşe saygı	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(422)}$	p
Evlilik uyumu	Orta	106	40,16	6,88	-9,914	0,000
	Çok	318	47,27	6,22		
Empatik eğilim	Orta	106	67,97	8,63	-4,638	0,000
	Çok	318	72,78	9,45		
Özgecilik	Orta	106	150,40	17,60	-2,265	0,024
	Çok	318	154,95	18,05		
Gönüllü faaliyetlere katılım	Orta	106	25,61	4,81	-0,871	0,384
	Çok	318	26,12	5,26		
Maddi yardım	Orta	106	23,09	3,35	-2,156	0,032
	Çok	318	23,91	3,38		
Travmatik durumlarda yardım	Orta	106	25,54	3,28	-2,126	0,034
	Çok	318	26,25	2,88		
Yaşlı/hastalara yardım	Orta	106	17,00	2,32	-1,980	0,048
	Çok	318	17,49	2,17		
Fiziksel güce dayalı yardım	Orta	106	19,30	3,06	-2,337	0,020
	Çok	318	20,12	3,14		
Eğitim sürecinde yardım	Orta	106	19,99	2,92	-2,013	0,045
	Çok	318	20,62	2,76		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	Orta	106	19,86	3,25	-1,600	0,110
	Çok	318	20,45	3,28		

Eşine orta düzeyde ve çok saygısı katılımcıların evlilik uyumu ( $t_{(422)}=-9,914$ ;  $p<0,001$ ), empatik eğilim ( $t_{(422)}=-4,638$ ;  $p<0,001$ ), özgecilik ( $t_{(422)}=-2,265$ ;  $p<0,05$ ), maddi yardım ( $t_{(422)}=-2,156$ ;  $p<0,05$ ), travmatik durumlarda yardım ( $t_{(422)}=-2,126$ ;  $p<0,05$ ), yaşlı/hastalara yardım ( $t_{(422)}=-1,980$ ;  $p<0,05$ ), fiziksel güce dayalı yardım ( $t_{(422)}=-2,337$ ;  $p<0,05$ ) ve eğitim sürecinde yardım ( $t_{(422)}=-2,013$ ;  $p<0,05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, eşine saygısı çok olan katılımcıların evlilik uyumu, empatik eğilim, özgecilik, maddi yardım, travmatik durumlarda yardım, yaşlı/hastalara yardım, fiziksel güce dayalı yardım ve eğitim sürecinde yardım puan ortalamaları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

**Tablo 9. Eşe Destek Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Eşe destek	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(422)}$	p
Evlilik uyumu	Orta	83	41,69	6,74	-5,647	0,000
	Çok	341	46,42	6,87		
Empatik eğilim	Orta	83	67,39	8,46	-4,605	0,000
	Çok	341	72,60	9,43		
Özgecilik	Orta	83	148,99	18,93	-2,740	0,006
	Çok	341	154,99	17,63		
Gönüllü faaliyetlere katılım	Orta	83	25,22	5,48	-1,529	0,127
	Çok	341	26,18	5,06		
Maddi yardım	Orta	83	23,01	3,48	-2,089	0,037
	Çok	341	23,87	3,34		
Travmatik durumlarda yardım	Orta	83	25,81	3,13	-0,894	0,372
	Çok	341	26,13	2,96		
Yaşlı/hastalara yardım	Orta	83	16,98	2,26	-1,801	0,072
	Çok	341	17,46	2,20		
Fiziksel güce dayalı yardım	Orta	83	18,83	3,40	-3,558	0,000
	Çok	341	20,18	3,02		
Eğitim sürecinde yardım	Orta	83	19,81	2,91	-2,390	0,017
	Çok	341	20,62	2,77		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	Orta	83	19,34	3,61	-3,006	0,003
	Çok	341	20,53	3,16		

Eşine orta düzeyde ve çok desteği olan katılımcıların evlilik uyumu ( $t_{(422)}=-5,647$ ;  $p<0,001$ ), empatik eğilim ( $t_{(422)}=-4,605$ ;  $p<0,001$ ), özgecilik ( $t_{(422)}=-2,740$ ;  $p<0,01$ ), maddi yardım ( $t_{(422)}=-2,089$ ;  $p<0,05$ ), fiziksel güce dayalı yardım ( $t_{(422)}=-3,558$ ;  $p<0,01$ ), eğitim sürecinde yardım ( $t_{(422)}=-2,390$ ;  $p<0,05$ ) ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım ( $t_{(422)}=-3,006$ ;  $p<0,01$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, eşine desteği çok olan katılımcıların evlilik uyumu, empatik eğilim, özgecilik, maddi yardım, fiziksel güce dayalı yardım, eğitim sürecinde yardım ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım puan ortalamaları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

**Tablo 10. Evlilik Yılı Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgeciler Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Evlilik yılı	n	$\bar{x}$	ss	F <sub>(2,421)</sub>	p
Evlilik uyumu	4 yıl altı	136	46,72	6,91	6,041	0,003
	5-9 yıl	126	46,05	6,55		
	10 yıl üstü	162	44,02	7,41		
Empatik eğilim	4 yıl altı	136	71,62	9,74	0,625	0,536
	5-9 yıl	126	72,27	9,56		
	10 yıl üstü	162	71,01	9,19		
Özgeciler	4 yıl altı	136	153,58	17,28	0,980	0,376
	5-9 yıl	126	155,60	17,91		
	10 yıl üstü	162	152,62	18,72		
Gönüllü faaliyetlere katılım	4 yıl altı	136	26,18	4,86	0,198	0,821
	5-9 yıl	126	26,02	5,39		
	10 yıl üstü	162	25,81	5,21		
Maddi yardım	4 yıl altı	136	23,64	3,51	0,090	0,914
	5-9 yıl	126	23,81	3,28		
	10 yıl üstü	162	23,68	3,37		
Travmatik durumlarda yardım	4 yıl altı	136	25,78	3,14	3,258	0,039
	5-9 yıl	126	26,63	2,75		
	10 yıl üstü	162	25,88	3,01		
Yaşlı/hastalara yardım	4 yıl altı	136	17,21	2,31	1,347	0,261
	5-9 yıl	126	17,63	2,08		
	10 yıl üstü	162	17,29	2,24		
Fiziksel güce dayalı yardım	4 yıl altı	136	20,10	3,09	0,957	0,385
	5-9 yıl	126	20,06	3,10		
	10 yıl üstü	162	19,65	3,20		
Eğitim sürecinde yardım	4 yıl altı	136	20,40	2,63	1,451	0,236
	5-9 yıl	126	20,81	2,85		
	10 yıl üstü	162	20,25	2,91		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	4 yıl altı	136	20,26	3,08	1,069	0,344
	5-9 yıl	126	20,63	3,55		
	10 yıl üstü	162	20,07	3,22		

Evlilik yılı kategorilerine göre katılımcıların evlilik uyumu ( $F_{(2,421)}=6,041$ ;  $p<0,01$ ) ve travmatik durumlarda yardım ( $F_{(2,421)}=3,258$ ;  $p<0,05$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın hangi kategoriden kaynaklandığının belirlenmesi için yapılan LSD (Post Hoc) çoklu karşılaştırma sonucunda, temel farklılığın 10 yıl üstü kategorisinden kaynaklandığı görülmüştür. Tablo geneli incelendiğinde, 10 yıl üstü evli olan katılımcıların evlilik uyumu puan ortalaması anlamlı şekilde en düşük bulunurken 4 yıl altı olan katılımcıların anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Diğer yandan 5-9 yıl evli olan katılımcıların travmatik durumlarda yardım puan ortalaması anlamlı şekilde en yüksek bulunurken 4 yıl altı olan katılımcıların anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

**Tablo 11. Yardım Nedeni Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Yardım nedeni	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(422)}$	p
Evlilik uyumu	Mutlu olmak için	133	46,45	7,58	1,892	0,059
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	45,05	6,82		
Empatik eğilim	Mutlu olmak için	133	72,55	9,46	1,425	0,155
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	71,14	9,46		
Özgecilik	Mutlu olmak için	133	153,76	18,92	-0,042	0,967
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	153,84	17,64		
Gönüllü faaliyetlere katılım	Mutlu olmak için	133	26,08	5,51	0,249	0,804
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	25,95	4,99		
Maddi yardım	Mutlu olmak için	133	23,67	3,57	-0,148	0,882
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	23,72	3,30		
Travmatik durumlarda yardım	Mutlu olmak için	133	25,78	3,16	-1,344	0,180
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	26,20	2,91		
Yaşlı/hastalara yardım	Mutlu olmak için	133	17,24	2,27	-0,799	0,425
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	17,43	2,19		
Fiziksel güce dayalı yardım	Mutlu olmak için	133	19,99	2,92	0,343	0,732
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	19,88	3,24		
Eğitim sürecinde yardım	Mutlu olmak için	133	20,59	2,78	0,603	0,547
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	20,41	2,82		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	Mutlu olmak için	133	20,41	3,24	0,451	0,652
	Sorumluluk hissi/ Hayır diyememe	291	20,25	3,31		

Katılımcıların yardımsever olma nedenlerine göre Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve alt boyut toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır.

**Tablo 12. Sosyal Sorumluluk Projesinde Görev Alma Değişkenine Göre Katılımcıların Evlilik Uyumu Ölçeği, Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası Farkın İncelenmesi**

Ölçek	Görev alma	n	$\bar{x}$	ss	$t_{(422)}$	p
Evlilik uyumu	Evet	147	45,78	7,28	0,603	0,547
	Hayır	277	45,34	6,99		
Empatik eğilim	Evet	147	74,42	8,80	4,606	0,000
	Hayır	277	70,07	9,48		
Özgecilik	Evet	147	158,42	16,77	3,898	0,000
	Hayır	277	151,37	18,22		
Gönüllü faaliyetlere katılım	Evet	147	27,78	4,29	5,368	0,000
	Hayır	277	25,04	5,32		
Maddi yardım	Evet	147	24,72	3,03	4,611	0,000
	Hayır	277	23,17	3,44		
Travmatik durumlarda yardım	Evet	147	26,20	3,07	0,668	0,505
	Hayır	277	26,00	2,95		
Yaşlı/hastalara yardım	Evet	147	17,61	2,09	1,657	0,098
	Hayır	277	17,24	2,27		
Fiziksel güce dayalı yardım	Evet	147	20,15	2,94	1,122	0,262
	Hayır	277	19,79	3,23		
Eğitim sürecinde yardım	Evet	147	20,98	2,53	2,771	0,006
	Hayır	277	20,19	2,91		
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	Evet	147	20,98	2,99	3,140	0,002
	Hayır	277	19,94	3,38		

Sosyal sorumluluk projesinde görev alan ve almayan katılımcıların empatik eğilim ( $t_{(422)}=4,606$ ;  $p<0,001$ ), özgecilik ( $t_{(422)}=3,898$ ;  $p<0,001$ ), gönüllü faaliyetlere katılım ( $t_{(422)}=5,368$ ;  $p<0,001$ ), maddi yardım ( $t_{(422)}=4,611$ ;  $p<0,05$ ), eğitim sürecinde yardım ( $t_{(422)}=2,771$ ;  $p<0,01$ ) ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım ( $t_{(422)}=3,140$ ;  $p<0,01$ ) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tablo geneli incelendiğinde, sosyal sorumluluk projesinde görev alan katılımcıların empatik eğilim, özgecilik, gönüllü faaliyetlere katılım, maddi yardım, eğitim sürecinde yardım ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım puan ortalamaları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.



### 3.2. İlişkisel Analizler

**Tablo 13. Evlilik Uyumu Ölçeği ile Empatik Eğilim Ölçeği, Özgecilik Ölçeği ve Alt Boyut Toplam Puan Ortalamaları Arası İlişkilerin İncelenmesi**

	<b>Evlilik Uyumu</b>
Empatik Eğilim	0,365***
Özgecilik	0,244***
Gönüllü faaliyetlere katılım	0,168**
Maddi yardım	0,175***
Travmatik durumlarda yardım	0,201***
Yaşlı/hastalara yardım	0,198***
Fiziksel güce dayalı yardım	0,175***
Eğitim sürecinde yardım	0,209***
Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	0,235***

Yapılan korelasyon analizi sonucunda evlilik uyumu puanı ile empatik eğilim puanı arasında orta düzeyde, pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ( $r=0,365$ ;  $p<0,001$ ). Bu sonuca göre, evlilik uyumu puanı arttıkça empatik eğilim puanı da artacak veya evlilik uyumu puanı azaldıkça empatik eğilim puanı da azalacaktır.

Evlilik uyumu puanı ile özgecilik puanı ( $r=0,244$ ;  $p<0,001$ ), gönüllü faaliyetlere katılım puanı ( $r=0,168$ ;  $p<0,01$ ), maddi yardım puanı ( $r=0,175$ ;  $p<0,001$ ), travmatik durumlarda yardım puanı ( $r=0,201$ ;  $p<0,001$ ), yaşlı/hastalara yardım puanı ( $r=0,198$ ;  $p<0,001$ ), fiziksel güce dayalı yardım puanı ( $r=0,175$ ;  $p<0,001$ ), eğitim sürecinde yardım puanı ( $r=0,209$ ;  $p<0,001$ ) ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım puanı ( $r=0,235$ ;  $p<0,001$ ) arasında düşük düzeyde, pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre, evlilik uyumu puanı arttıkça özgecilik ve alt boyut puanları da artacak veya evlilik uyumu puanı azaldıkça özgecilik ve alt boyut puanları da azalacaktır.

**Tablo 14. Evlilik Uyumu Puanının Yordayıcılarının İncelenmesi**

Bağımlı değişken	Bağımsız değişkenler	B(b)	SH	Beta	t	p
Evlilik uyumu	Sabit (a)	25,953	2,449		10,596	0,000
	Empatik eğilim	0,273	0,034	0,365	8,046	0,000
	Sabit (a)	22,785	2,722		8,371	0,000
	Empatik eğilim	0,241	0,036	0,322	6,720	0,000
	Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım	0,269	0,104	0,124	2,594	0,010
$R^2=0,147$ ; $F_{(2,421)}=36,177$ ; $p=0,000$						

Evlilik uyumu puanının yordayıcılarının belirlenmesinde empatik eğilim ve özgecilik alt boyut puanları bağımsız değişken olarak atanmıştır. Kurulan regresyon modelinde ‘stepwise’ metodu kullanılmış ve anlamlı olan parametreler tahmin edilmiştir.

Evlilik uyumu puanının yordayıcılarının belirlenmesi için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $F_{(2,241)}=36,177$ ;  $p<0,001$ ). Kurulan modelde empatik eğilim ( $t_{(241)}=6,720$ ;  $p<0,001$ ) ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım ( $t_{(241)}=2,594$ ;  $p<0,05$ ) puanı anlamlı parametre olarak bulunmuştur. Evlilik uyumu puanının %13’lük kısmı empatik eğilim puanı ile, %2’lik kısmı yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım puanı ile açıklanmaktadır. İki değişken birlikte evlilik uyumu puanının %15’lik kısmını açıklamaktadır. Diğer parametreler sabit tutulduğunda evlilik uyumu puanını empatik eğilim puanındaki 1 birimlik artış 0,241 birim ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım puanındaki 1 birimlik artış 0,269 birim arttırmaktadır.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### TARTIŞMA

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulguların alanyazın çalışmaları ışığında tartışılmasına yer verilecektir. Araştırmanın ilk bulgusu olarak, **erkek katılımcılarda evlilik uyumu yüksek bulunurken kadın katılımcılarda empatik eğilim ve yakınlık duygusundan kaynaklı özgeci davranış puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (Tablo 3)**. Elde edilen ilk bulgu için kadınların daha fazla olumsuz yükleme yapmalarına bağlı olarak evlilik uyumlarının düşük, erkeklerin daha az yapmaları sonucunda evlilik uyumlarının yüksek olması ile açıklanabilir. Yükleme, yaşanan çatışmanın kaynağı için farklı alanlarda suçlamaları tanımlamaktadır. Bu bağlamda kadınların daha suçlayıcı olmaları elde edilen bulguları anlamlı kılmaktadır (Taysi, 2010).

Shackelford, Buss ve Bennet (2002) kadınların ilişkiyi onarmada daha istekli olduklarını belirtirken duygusal bağlamda hassas olmaları ve olayların analizinde duyguları daha çok kullanmalarının sorunları büyüttüğünü aktarmışlardır. Bu durum da kadınlarda evlilik uyumunun düşük olmasına imkân sunmaktadır. Eskin (2012) ise kadınlarda görülen psikolojik rahatsızlıkların erkeklere oranla daha fazla olduğunu aktarmıştır. Bu ruhsal sorunlar ilişkiden alınan doyuma ve evlilik uyumuna negatif etkileri bulunmaktadır. Alanyazında aktarılan bulgular ile yapılan çalışmadaki bulgular örtüşmektedir.

**Kadınlarda empati ve yakınlık duygusundan kaynaklı özgeci davranış puanlarının erkeklerden yüksek olması (Tablo 3)** kadınların duygusal doğası ile açıklanabilir. Kolayış ve Yiğiter (2010) kadınlardaki ilişki yöneliminin empati üzerindeki etkilerini araştırdıkları çalışmalarında kadınların erkeklere oranla iş birliği, grup çalışması ve duygusal yakınlık kavramlarında daha başarılı olduklarını ortaya koymuşlardır. Bu durum da onların empati tutumlarında ve özgeci davranışlarında olumlu yansımalarla görüldüğü düşünülmektedir. Diğer taraftan Dökmen (2005) kadınların gerek bireysel gerek çevresel anlamda duygusal girdilere olan hassasiyetlerine vurgu yapmıştır. Kadınlar duygularını tanıma, tanımlama, anlama ve uygun davranışlar sergilemede erkeklere oranla daha başarılıdır. Bu durumların doğal bir sonucu olarak empatik dinleme becerilerinin ve özgeci davranış kalıplarının yüksek olmasının da beklenen bir durum olacağı düşünülebilir. Bu duygusal alan farkları

kadınlarda görülen başta depresyon olmak üzere farklı duygudurum bozuklarının erkeklere oranla fazla olması ile de açıklanabilir (Kayahan ve ark., 2003; Ünal ve ark., 2002; Yaşar, 2007). Kadınlar için duygusal alanlar empati ve özgecilik gibi pozitif alanlarda kendini göstermekle birlikte farklı ruhsal sorunlarla da karşılaşmaları noktasında zemin oluşturduğu ileri sürülmüştür (Akdeniz ve Gönül, 2004).

**Yaşa göre katılımcıların evlilik uyumu ve empatik eğilim puanları arası fark bulunmazken 18-35 yaş katılımcıların fiziksel güce dayalı yardım puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (Tablo 4).** Bu durum genç yaştaki bireyin fiziksel yapılarının, fiziksel güce dayalı yardımlar için daha uygun olması ile açıklanabilir. Fiziksel ve bedensel olarak daha genç ve dinamik olan gençlerin bu tür yardımlara yöneldiği düşünülebilir.

**Eğitim durumuna göre katılımcıların evlilik uyumu ve empatik eğilim puanları arası fark bulunmazken üniversite üstü eğitim durumundaki katılımcıların maddi yardım puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (Tablo 5).** Elde edilen bu bulgu üniversite eğitim seviyesindeki bireylerin entelektüel birikimleri, paranın kullanımına bakış açıları ve maddi özgürlüklerini yeteri miktarda kazanmış olmaları ile açıklanabilir.

**Maddi durumu düşük olan katılımcılarda fiziksel güce dayalı ve yakınlık duygusundan kaynaklı özgeci davranış puanları anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 6).** Maddi durumun düşük olması maddi anlamda özgeci davranışlara yönelmektense manevi alandaki özgeci davranışların önünü açtığı yönünde yorumlanabilir. Khalınbaylı ve Taş (2018) özgeciliğin sadece maddi yardımın ötesinde manevi boyutunun da bulunduğu ve bu alandaki katkıların daha değerli algılandığını aktarmışlardır. Maddi durumu düşük olan bireylerin manevi boyutlarda yardımlar sunarak özgecilik davranışlarını doyurdukları düşünülebilir. Yıldırım ve Topçuoğlu'nun (2016) aktardığına göre ise maddi durumu yüksek katılımcıların toplumsal adalet duygusunun yarattığı baskı nedeni ile daha fazla özgeci davranışlar sergilediklerini belirtmişlerdir. Bu baskı nedeni ile maddi durumu yüksek katılımcıların sergiledikleri özgeci davranışlar, özgecilik tanımını tam olarak karşılamamaktadır. Özgeci davranış herhangi bir dış etkenden bağımsız içsel motivasyonlarla gerçekleştirilen bir eylemdir.

**Anlaşmalı evlilik yapan katılımcıların evlilik uyumu puanları anlamlı farklılık göstermezken empatik ve özgecilik puanları anlamlı farklılık göstermektedir (Tablo 7).** Alanyazın çalışmalarında anlaşarak evlenmenin evlilik uyumu üzerinde anlamlı etkisi olduğu bilinmektedir. Cingisiz (2010) da geleneksel evlilik yapan katılımcılarda flört ederek evlenen katılımcılara oranla evlilik uyumunun düşük olduğunu aktarmıştır. Yeşiltepe ve Çelik (2014) ise anlaşarak gerçekleşen evliliklerin bireyler için sundukları sorumluluk ve özgürlük ortamının pozitif etkisini belirtmişlerdir. Bireyler evlilik kararını kendileri aldıkları için bundan sorumludurlar. Herhangi bir baskının ve zorlamanın olmadığı özgür ortam ise benlik saygısının ve otonominin gelişmesine sunduğu katkılar ile evlilik uyumu üzerinde pozitif etkide bulunduğu düşünülebilir. Anlaşarak gerçekleşen evlilik ortamının yarattığı pozitif ortam, empati ve özgecilik üzerinde etkili olmuş olabilir.

Şendil ve Korkut (2008) anlaşmalı ve tanışarak gerçekleşen evliliklerin diğer evlenme biçimlerine göre daha sağlıklı iletişim ve evlilik ortamı sunduğunu aktarmışlardır. Birbirini tanıyan ve anlaşılan çiftler sorunlarını daha iyi bilmekte ve çözüm yollarında daha etkili olabilmektedirler. Çimen (2007) de benzer şekilde anlaşmalı evliliklerde bireysel, toplumsal ve kültürel arka planların daha net görüldüğü ve konuşulduğunu, evlilik kurumunun karşılıklı iletişime dayalı temeller üzerinde geliştiğini aktarmıştır.

**Eşe saygısı ve desteği çok olan katılımcılarda evlilik uyumu, empatik eğilim ve özgeci davranışlar puanlarının yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 8-9).** İlgili bulgular çiftler arası iletişimin evlilik içindeki önemini gösterdiği düşünülmüştür. Eşe duyulan saygı ve destek karşı taraf gözünden bir güvenlik ve tehlikesizlik mesajı oluşturmaktadır. Çiftlerin birbirlerine güvenli bağlanma geliştirmeleri ile evlilik uyumunda da artış görülecektir (Cobb, Joanne ve Bradbury, 2015). Yedirir ve Hamarta (2015) bu durumun eşlerin evliliklerine bağlanmaları ve onu korumaları noktasında pekiştirici bir rolü olduğunu aktarmışlardır. Problemlerin çözülmesinde daha pozitif ve çözüm odaklı yaklaşımlar görülecektir. Sonuç olarak evlilikteki uyum yıpranmamış olması muhtemeldir.

Diğer bir noktada saygı ve desteğin azlığı veya olmaması bireye eşinin uygun bir kişi olup olmadığı veya bu evliliğin doğru olup olmadığı noktasında kaygılar uyandırabilir. Bu kaygılar beraberinde şüpheleri ve çatışmaları getireceğinden evlilik uyumu negatif etkileneceği aktarılmıştır (Brock ve Lawrence, 2009). Tarhan (2019)

da mutlu ve uyumlu bir evlilik için güven ve destek görme gibi bazı psikolojik ihtiyaçların karşılanmış olmasının öneminden bahsetmiştir. Çiftlerin birbirlerine saygı duyması ve destek vermesi bireyin kendini değerli ve önemli hissetmesine de olumlu katkıda bulunarak benlik saygısını yükseltecek, evlilik uyumunu iyileştirecektir. Son olarak çiftlerin birbirlerine saygı duymaları ve destekleri ile yardımcı olmaları da hem empati hem de özgecilik kavramlarının temelinde yer aldığı bilinmektedir. Bu yakınlık ve olumlu ortam sayesinde bireyler, birbirlerine empati geliştirdikleri ve özgeci davranışların niceliğinde artış yaşanacağı düşünülmektedir.

**Evlilik yılı dört yıl altı katılımcılarda evlilik uyumu puanı anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (Tablo 10).** Evlilik yılı arttıkça uyumun azaldığı görülmüştür. Urgancı ve Eker (2018) evlilik kurumunda zamanla birlikte yıpranmaların ve artan sorunları büyüyerek daha farklı sonuçlara neden olduğunu aktarmışlardır. Evliliğin ilk yıllarında çiftlerin sorunların çözümünde daha başarılı olmaları veya sorunların çözümüne yönelik erteleme davranışlarının bu durumu açıkladığı düşünülebilir. Zamana bağlı olarak bilişsel esnekliğin ve problem çözme becerisinin azalmasına bağlı olarak da evlilik uyumunda azalmayı açıklayabilir. Çağ ve Yıldırım (2018) ise kadın ve erkeklerde evlilikte geçen süreye bağlı olarak evlilik uyumunun da azalan bir trend izlediğini aktarmışlardır.

**Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları yardımseverlik nedenlerine göre anlamlı farklılık göstermemektedir (Tablo 11). Bunun yanında sosyal sorumluluk projelerinde görev alan katılımcılarda empati ve özgecilik puanlarının da anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 12).** Sosyal sorumluluk projelerine katılım özgecilik kavramının tanımına uygun olduğu için elde edilen bulgunun beklenen bir sonuç olduğu düşünülmüştür. Özgecilik kavramı başkalarına yardım ve bundan kendini sorumlu hissetme duyguları ile tanımlanmıştır (Gerrig ve Zimbardo, 2012). Sosyal sorumluluk adımlarının atılması ahlaki gelişim noktasında evrensel doğrunun olmaması fikrinin gelişimi ile de açıklanabilir. Burada birey herhangi bir baskı, doğru ve dogmanın dışında kendisi için adaletli ve doğru olduğunu düşündüğü bir konuda gönüllü olarak sorumluluk almakta ve eyleme geçmektedir (Pratt ve ark., 2003). Diğer yandan sosyokültürel ve dinsel anlamda ülkemizde özgecilik davranışlarının yaygınlığı da bu sonucu açıklar niteliktedir (Karadağ ve Mutafçılar, 2009). Özgeci davranışlar bireyin başkaları ile empati duygusunun gelişmesine katkı sunduğu gibi empatik tutumlar da özgeci

davranışların oluşmasında rol oynadığı söylenebilir. İki kavram arasındaki bu dinamik ilişki birbirlerini etkilemeleri ve birbirlerinden beslenmelerine imkân sunabilmektedir.

**Çalışmanın son bulgusunda evlilik uyumu ile empati ve özgeci davranışlar arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür (Tablo 13). Bunun yanında empati ve yakınlık duygusundan kaynaklı özgeci davranış puanları evlilik uyumunu pozitif şekilde yordamaktadır (Tablo 14).** Empatik tutumlar birçok noktadan evlilik uyumuna pozitif katkılar sunmaktadır. İlk olarak empati sağlıklı ve etkili iletişim kanallarının açılması ile çiftler arası etkileşimin doğasını düzenlemektedir (Kışlak ve Çabukça, 2002). Etkili iletişim ise çiftlerin birbirlerini dinlemede, daha iyi anlamasında ve uyumun sürdürülmesinde önemli bir parametredir (Buluş ve Bağcı, 2016). Bu etkileşimin az veya kısıtlı olması duygusal anlamda çiftlerin uzaklaşmasına neden olabileceği gibi fiziksel anlamda uzaklık oluşmaya başlayabilir. Bu durumda çiftlerin birbirleri ile geçirdikleri zaman içinde rahat ve güvende hissetmelerinin önüne geçtiği aktarılmıştır (Burnette ve ark., 2009).

Empati becerisi duygusal zekanın önemli bir ögesi olarak görülmektedir (Acaroğlu ve Duman, 2014). Empati problem çözmede, duygusal çıktıları yorumlamada ve çözüm önerileri üretmede çiftler için önemli bir kaynak olarak evlilik uyumuna etki ettiği gösterilmiştir (Kışlak ve Göztepe, 2012). Duygu düzenleme becerileri içinde önemli bir faktör olarak empati, bireyin gerek kendi gerek karşı tarafın duygularını anlamasına ve uygun tepkiler geliştirmesine yardımcı olmaktadır. Bu durum problem çözme becerilerinde de çiftlerin daha başarılı olarak yüksek düzey evlilik uyumu sergilenmesine imkân sunduğu ileri sürülmüştür (Alpay, 2009; Brandbury, Fincham ve Beach, 2000). Alanyazında yer alan farklı çalışmalarda evlilik uyumu ile empati tutumları arasında pozitif ilişki olduğu vurgulanmıştır (Buluş ve Bağcı, 2016; Chung, 2014).

Özgeci davranışlar ile evlilik uyumu arasında bulunan pozitif ilişki alanyazın çalışmaları ile paralellik göstermektedir (**Tablo 13**). Özgecilik, bireyin eşine karşı da benzer yardımsever davranışları sergilemesi ile uyumu artırıcı etkide bulunabilir. Bu bağlamda algılanan destekte artış olacak ve çiftlerin uyumunun artması beklenmektedir (Mullen, 2013). Öztürk (2020) ise özgeci davranışların çiftlerin birbirlerine karşı yaklaşması ve anlaşmasına pozitif etkilerini aktarmıştır. Özgeci davranışlar çiftlerin birbirleri ile uyumlarını artırıcı ve pozitif bir ortam sunan yanlarının da bulunduğu bilinmektedir (Denic, Nagelkerke ve Agarwal, 2010). Özgeci

davranışlar bir bağlamda da evliliğe karşı sorumlulukları hatırlatması nedeni ile uyuma katkı sağlayabilir. Çiftler evlilik kurumunu sürdürme ve birlikte bir hayat yaşamak üzere adım attıklarından, karşılıklı yardımlaşmaları da bu evliliğin bir gereği olarak özgeci davranışlara ihtiyaç duyabilmektedir (Oktar, 2018).

Özgeci davranışlar, çiftlerin birbirlerinden destek gördüklerini hissetmeleri (Kabasakal ve Soylu, 2016; Luo ve ark., 2008) ve güven ortamının oluşması (Cobb, Joanne ve Bradbury, 2015) ile de evlilik uyumunu artırıcı etki gösterdiği düşünülebilir. Çiftler güvenli bağlanma geliştirmekte ve birbirlerine olan itimatları da tazeleyebilirler. Özgeci davranışlar çiftlerin evlilik uyumuna olumlu katkı sunmanın yanında evlilik kurumuna sadakatlerinin artması ile doyumun artmasına imkân sunduğu bilinmektedir (Yedirir ve Hamarta, 2015). Boeding ve arkadaşları (2015) ise çiftlerin evlilikten beklentilerinin yardımlaşma ve dayanışma olduğunu belirtmişlerdir. Bu beklentilerin ve ihtiyaçların evlilik uyumunun düşük veya yüksek olmasında belirleyici olduğu ve bu beklenti ve ihtiyaçların karşılanmasında özgeci davranışların önemli bir rolünün bulunduğu düşünülebilir.



## SONUÇ VE ÖNERİLER

Yapılan çalışmanın sonucunda elde edilen bulgular ışığında:

- Erkek katılımcılarda evlilik uyumu yüksek bulunurken kadın katılımcılarda empatik eğilim ve yakınlık duygusundan kaynaklı özgeci davranışların puanları yüksek bulunmuştur.
- Yaşa göre katılımcıların evlilik uyumu ve empatik eğilim puanları arası fark bulunmazken 18-35 yaş katılımcıların fiziksel güce dayalı yardım puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.
- Eğitim durumuna göre katılımcıların evlilik uyumu ve empatik eğilim puanları arasında fark bulunmazken üniversite üstü eğitim durumundaki katılımcıların maddi yardım puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.
- Maddi durumu düşük olan katılımcılarda fiziksel güce dayalı ve yakınlık duygusundan kaynaklı özgeci davranış puanları yüksek bulunmuştur.
- 10 yıl üstü evli olan katılımcıların evlilik uyumu puan ortalaması anlamlı şekilde en düşük bulunurken 4 yıl altı olan katılımcıların anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.
- 5-9 yıl evli olan katılımcıların travmatik durumlarda yardım puan ortalaması anlamlı şekilde en yüksek bulunurken 4 yıl altı olan katılımcıların anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.
- Anlaşmalı evlilik yapanların empatik eğilim, özgecilik, gönüllü faaliyetlere katılım, maddi yardım, eğitim sürecinde yardım ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım puanlarının yüksek; görücü usulü evlilik yapanların puanları ise düşük bulunmuştur.
- Eşe saygısı ve desteği çok olan katılımcılarda evlilik uyumu, empatik eğilim ve özgeci davranış puanları yüksek bulunmuştur.
- Sosyal sorumluluk projelerinde görev alan katılımcılarda empati ve özgecilik puanları anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.
- Katılımcıların evlilik uyumu, özgeci tutumları ve empatik eğilim puanları yardımseverlik nedenlerine göre anlamlı olduğunu göstermemektedir.
- Evlilik uyumu ile empati arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür.

- Evlilik uyumu ile özgeci davranışlar arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür.

Yapılan çalışmada elde edilen bulgular kavramlar arasındaki ilişkinin doğasının anlaşılmasında ve evlilik kurumu için önemli bir kavram olan evlilik uyumunun daha iyi açıklanmasında faydalı bilgiler sunmaktadır. Bu sonuçlar içinde evli bireylere ve uzmanlara bazı öneriler bulunmaktadır.

Evli bireyler için öneriler şu şekildedir:

- Evlilik uyumunda etkili demografik değişken bulguları göz önüne alınması faydalı olabilir.
- Empatik tutumlar ve özgeci davranışların evlilik uyumu üzerindeki pozitif etkileri gözetilmesinin pozitif sonuçlara imkân sunması düşünülmektedir.
- Kavramlar arasındaki dinamik ilişkiler ikili ilişkilerdeki bireysel alanların ve özelliklerin önemini vurgulamaktadır.

Uzmanlar için öneriler şu şekilde olabilir:

- Evlilik uyumuna yönelik bireysel ve çift görüşmelerinde araştırma bulguları terapi sürecinde yardımcı bilgiler sunacaktır.
- Bireysel özelliklerden empati ve özgeciliğin ikili ilişkilerde faydalı kavramlar olarak işlev görebilir.
- Çift uyumunun açıklanmasında ikili ilişkilerin yanında bireyin doğasının önemine vurgu yapılması terapötik sürece olumlu katkı sunabilir.

Kavramlar arasındaki ilişkinin doğasının incelenmesinde nicel yöntemlerin kullanılması ilişkilerin derinliklerinin anlaşılmasında yeterli bilgiler sunmamaktadır. Bu nedenler ileride yapılacak çalışmalarda nitel araştırma yöntemleri ile görüşmeler ve röportajların yapılması daha özgün ve değerli bilgilerin alanyazına kazandırılmasında faydalı olacaktır. Bunun yanında evlilik uyumu ile ilişkili olduğu düşünülen kavramları çalışmalara dahil edilmesi, elde edilecek bulguların zenginleşmesine, alanyazına güncel ve değerli bulguların kazandırılmasında önemli olacaktır.

## KAYNAKÇA

- Acaroğlu, R., & Duman, D. (2014). Hemşirelik yüksekokulu birinci sınıf öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ile empati becerileri arasındaki ilişki. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 22(1), 25-32.
- Ak, K. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Özgeçmiş Düzeylerinin Yordayıcısı Olarak Yaşam Amaçları* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Akdeniz, F., & Gönül, A. S. (2004). Kadınlarda üreme olayları ile depresyon ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7(Supp: 2), 70-74.
- Akitsu, Y., & Decety, J. (2009). Social context and perceived agency affects empathy for pain: an event-related fMRI investigation. *Neuroimage*, 47(2), 722-734.
- Alpay, A.Y. (2009). *Yakın ilişkilerde bağışlama: bağışlamanın; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Altınbaş, K., Gülöksüz, S., Özçetinkaya, S., & Oral, E. T. (2010). Empatinin biyolojik yönleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(1), 15-25.
- Ariely, D., Bracha, A., Meiser, S. (2009). Doing Good or Doing Well? Image motivation and Monetary Incentives in Behaving Prosocially. *American Economic Review*, 99 (1), 544-55.
- Aronson, E., Wilson, T.D., Akert, R. M. (2012). *Sosyal Psikoloji*. (Çev. O. Gündüz). 1. Baskı. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Arslantürk, G. (2017). *Özgeçmiş Kişiliğinin Ailesel Arka Planı: Kuşaklararası Bir Karşılaştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Avşaroğlu, S., & Çimen, F. (2000). Aile danışmanlığına yaşantısal/insancıl terapidenden genel bir bakış açısı. *Gelecek Vizyonlar Dergisi*, 4(2), 1-7
- Aydın, E., & Canel, A. N. (2018). Anne-oğul bağlanmasının gelin-kayınvalide ilişkisi ve evlilik doyumunu yordamadaki rolü. *Marmara Üniversitesi Kadın ve Toplumsal Cinsiyet Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 1-16.
- Barkley, R. A. (1997). Behavioral inhibition, sustained attention, and executive functions: constructing a unifying theory of ADHD. *Psychological bulletin*, 121(1), 65-94
- Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: an investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of autism and developmental disorders*, 34(2), 163-175.

- Bavelas, J. B., & Segal, L. (1982). Family systems theory: Background and implications. *Journal of Communication*, 32(3), 99-107.
- Berk, L. E. (2013). Bebekler ve çocuklar. *Doğum öncesinden orta çocukluğa*. (Çev. Ed. Nİ Erdoğan). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bertoni, A., & Bodenmann, G. (2010). Satisfied and dissatisfied couples. *European Psychologist*, 15(3), 175-184.
- Blackman, J.S. (2017). *Zihnin Kendini Koruma Yolları* (Çev. Ö. Karakaş). 2. Baskı. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim yayınları.
- Blair, R. J. R. (2005). Responding to the emotions of others: Dissociating forms of empathy through the study of typical and psychiatric populations. *Consciousness and cognition*, 14(4), 698-718.
- Boeding, S. E., Pukay-Martin, N. D., Baucom, D. H., Porter, L. S., Kirby, J. S., Gremore, T. M., & Keefe, F. J. (2014). Couples and breast cancer: Women's mood and partners' marital satisfaction predicting support perception. *Journal of Family Psychology*, 28(5), 675-683.
- Bolat, Ö. (2018). *Beni Ödülle Cezalandırma*. 115. Baskı. İstanbul: Doğan Kitap.
- Boylu, M. B. (2020). *Üniversite öğrencilerinin özgeciliği düzeyleri ile empatik eğilim ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Braaten, E. B., & Rosén, L. A. (2000). Self-regulation of affect in attention deficit-hyperactivity disorder (ADHD) and non-ADHD boys: differences in empathic responding. *Journal of consulting and clinical psychology*, 68(2), 313.
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1988). Individual difference variables in close relationships: A contextual model of marriage as an integrative framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(4), 713-721.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of marriage and family*, 62(4), 964-980.
- Breithaupt, F. (2012). A three-person model of empathy. *Emotion Review*, 4(1), 84-91.
- Bringle, R., Hedgepath, A., & Wall, E. (2018). "I Am So Angry I Could... Help!" The Nature of Empathic Anger. *International Journal of Research on Service-Learning and Community Engagement*, 6(1), 1-17.
- Brock, R. L., & Lawrence, E. (2009). Too much of a good thing: underprovision versus overprovision of partner support. *Journal of Family Psychology*, 23(2), 181-192.
- Buluş, M., & Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40), 136-152.

- Burnette, J. L., Davis, D. E., Green, J. D., Worthington Jr, E. L., & Bradfield, E. (2009). Insecure attachment and depressive symptoms: The mediating role of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 276-280.
- Büyükcebeci, A., & Deniz, M. (2017). Ergenlerde Sosyal Dışlanma, Yalnızlık ve Okul Öznel İyi Oluş: Empatik Eğilimin Aracılık Rolü. *International Online Journal of Educational Sciences*, 9(3), 723-736.
- Carlo, G., Hausmann, A., Christiansen, S., & Randall, B. A. (2003). Sociocognitive and behavioral correlates of a measure of prosocial tendencies for adolescents. *The journal of early adolescence*, 23(1), 107-134.
- Chung, M. S. (2014). Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 70, 246-251.
- Cingisiz, N. (2010). *Ortaöğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin duygusal zekâları ile evlilik doyumları arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Cobb, R. J., Davila, J., & Bradbury, T. N. (2001). Attachment security and marital satisfaction: The role of positive perceptions and social support. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(9), 1131-1143.
- Cohen, S., Schulz, M. S., Weiss, E., & Waldinger, R. J. (2012). Eye of the beholder: The individual and dyadic contributions of empathic accuracy and perceived empathic effort to relationship satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 26(2), 236.
- Çağ, P. (2011). *Evli bireylerde eş desteği ve evlilik doyumu*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2016). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(39), 13-23.
- Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2018). Bazı sosyo-demografik değişkenlere göre evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri: Bir profil çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67), 1027-1042.
- Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2018). Bazı sosyo-demografik değişkenlere göre evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri: Bir profil çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67), 1027-1042.
- Çatal, M. T., & Kalkan, M. (2019). Evli bireylerin evlilik değerleri evlilik doyumu ve evlilik tipleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 3(6), 179-186.
- Çatal, M. T., Kalkan, M., & Batık, M. V. (2018). Evlilik tipleri ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 498-523.

- Çelik, M., & Tümkaya, S. (2012). Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 223-238.
- Çimen, E.Ş. (2007). *Görücü usulü ve anlaşarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Davey, A., Fincham, F. D., Beach, S. R., & Brody, G. H. (2001). Attributions in marriage: Examining the entailment model in dyadic context. *Journal of Family Psychology*, 15(4), 721.
- Davila, J., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1999). Attachment change processes in the early years of marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(5), 783-802.
- De Vignemont, F., & Singer, T. (2006). The empathic brain: how, when and why?. *Trends in cognitive sciences*, 10(10), 435-441.
- Decety, J., & Lamm, C. (2006). Human empathy through the lens of social neuroscience. *The Scientific World JOURNAL*, 6, 1146-1163.
- Decety, J., & Michalska, K. J. (2010). Neurodevelopmental changes in the circuits underlying empathy and sympathy from childhood to adulthood. *Developmental science*, 13(6), 886-899.
- Demirbilek, M. (2016). Aile danışmanlığı: Bir uygulama örneği. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 10(2), 109-120.
- Denic, S., Nagelkerke, N., & Agarwal, M. M. (2010). Choice of kin in consanguineous marriages: effects of altruism and ecological factors. *Annals of human biology*, 37(6), 738-753.
- Dökmen Ü. (2005). *Küçük Şeyler*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 21(1), 155-190.
- Dökmen, Ü. (2004). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2015). *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati* (53. Basım). İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Egeci, I. S., & Gencöz, T. (2011). The effects of attachment styles, problem-solving skills, and communication skills on relationship satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 2324-2329.
- Eisenberg, N., Eggum, N. D., & Di Giunta, L. (2010). Empathy-related responding: Associations with prosocial behavior, aggression, and intergroup relations. *Social issues and policy review*, 4(1), 143-164.

- Eskin, M. (2012). Evlilik terapisi için başvuran çiftlerin evlilik doyumu ve evlilik terapisiyle hakkındaki görüşleriyle ilişkili etmenler. *Klinik Psikiyatri*, 15(1), 226-237.
- Flynn, S. V., & Black, L. L. (2011). An emergent theory of altruism and self interest. *Journal of Counseling & Development*, 89, 459-469.
- Frith, C. D., & Singer, T. (2008). The role of social cognition in decision making. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 363(1511), 3875-3886.
- Gerrig, R. J., Zimbardo, P. G. (2012). *Psikolojiye Giriş Psikoloji ve Yaşam*. (Çev. G. Sart), İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Gladding, S.T. (2012) *Aile terapisi: Tarihi, kuram ve uygulamaları*. (Edit. Keklik İ, Yıldırım İ). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.
- Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: an evolutionary analysis and empirical review. *Psychological bulletin*, 136(3), 351.
- Goldstein, A. ve Michaels, G. (1985). *Empathy: Development, training, consequences*. New York: Lawrence Erlbaum.
- Goleman, D. (2007). *Sosyal Zeka*. (Çev. O.Ç. Deniztekin). 3. Baskı. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Greeff, A.P., & De Bruyne, T. (2000). Conflict management style and marital satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26(4), 321-334.
- Gülseren, Ş. (2001). Eşduyum (Empati): Tanımı ve kullanımını üzerine bir gözden geçirme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(2), 133-145.
- Hein, G., & Singer, T. (2008). I feel how you feel but not always: the empathic brain and its modulation. *Current opinion in neurobiology*, 18(2), 153-158.
- Hogg, M. A, Vaughan, G.M (2007). *Sosyal Psikoloji* (Çev. İ. Yıldız, A. Gelmez) 1. Baskı. Ankara: Ütopya Yayınevi.
- Jing, L. (2005). *Self-love and morality: Beyond egoism and altruism*. Marquette University.
- Johnson, M. D., Cohan, C. L., Davila, J., Lawrence, E., Rogge, R. D., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2005). Problem-solving skills and affective expressions as predictors of change in marital satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 15-27
- Kabasakal, Z., & Soylu, Y. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 208-214.
- Kapıkıran, N. (2008). Ahlaki Davranış ve Topluma Yararlı Davranışlar: Sanat Eğitimi Fark Yaratır mı? *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-14.

- Karadağ, E., & Mutafçılar, İ. (2009). Prososyal davranış ekseninde özgecilik üzerine teorik bir çözümleme. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (8), 41-69.
- Kasapoğlu, A. (2004). Kur'an'da iki zıt karakter: Şuuh (bencilik) ve isâr (özgecilik). *Akademik Araştırmalar Dergisi*, 6(21), 125-147.
- Kayahan, B., Altıntoprak, E., Karabilgin, S., & Öztürk, Ö. (2003). On beş-kırk dokuz yaşları arasındaki kadınlarda depresyon prevalansı ve depresyon şiddeti ile risk faktörleri arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 4(4), 208-219.
- Keçeli, A. (2020). *Bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyinin ve sosyal medya bağımlılığının evlilik doyumu açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kervancıoğlu, H. (2016). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların evlilik doyumunu yordama gücü*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Keskin, B. (2007). Zihin teorisi ve ahlaklılık kazanımı arasındaki ilişki. *Erzincan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 73-79.
- Khalınbaylı, K., & Taş, B. (2018). Üniversite öğrencilerinde özgecilik ve mükemmeliyetçilik anlayışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 1564-1593.
- Khalınbaylı, K., & Taş, B. (2018). Üniversite öğrencilerinde özgecilik ve mükemmeliyetçilik anlayışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 1564-1593.
- Kışlak, Ş. (1996). *Cinsiyet, evlilik uyumu, depresyon ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler* (Yayımlanmamış Doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kışlak, Ş. T., & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 2(5), 40-46.
- Kışlak, Ş.T., & Göztepe, I. (2017). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2), 27-46.
- Kiecolt-Glaser, J. K., & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: his and hers. *Psychological Bulletin*, 127(4), 472-503.
- Kolayış H. ve Yiğiter K. (2010). Kocaeli İlinde Görevli İlk ve Orta Öğretim Kurumlarında Çalışan Beden eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Empati Becerilerinin İncelenmesi. *International Online Journal of Educational Sciences*, 2(2), 562-578.
- Lishner, D. A., Batson, C. D., & Huss, E. (2011). Tenderness and sympathy: Distinct empathic emotions elicited by different forms of need. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(5), 614-625.



- Locke, H. J., & Wallace, K. M. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and family living*, 21(3), 251-255.
- Luo, S., Chen, H., Yue, G., Zhang, G., Zhaoyang, R., & Xu, D. (2008). Predicting marital satisfaction from self, partner, and couple characteristics: Is it me, you, or us? *Journal of Personality*, 76(5), 1231-1266.
- Maneta, E. K., Cohen, S., Schulz, M. S., & Waldinger, R. J. (2015). Linkages between childhood emotional abuse and marital satisfaction: The mediating role of empathic accuracy for hostile emotions. *Child abuse & neglect*, 44, 8-17.
- Mastain, L. (2006). The lived experience of spontaneous altruism: A phenomenological Study. *Journal of Phenomenological Psychology*, 37(1), 26-52.
- Miller, R. B., Mason, T. M., Canlas, J. M., Wang, D., Nelson, D. A., & Hart, C. H. (2013). Marital satisfaction and depressive symptoms in China. *Journal of Family Psychology*, 27(4), 677.
- Mitchell, S. A., & Black, M. J. (2012). *Freud ve sonrası: Modern psikanalitik düşüncenin tarihi*. (Çev: Eğilmez A.) İstanbul Bilgi Üniversitesi yayınları.
- Mullen, J. (2013). Can family composition influence self-esteem, altruism, parental and peer attachment and views of marriage? (Master thesis). DBS School of Arts, Dublin.
- Oktar, S. (2018). *Üniversite Öğrencilerinin Özgeçmiş, Kişilik Özellikleri ve Sosyal Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Oliner, S. (2003). *Extraordinary Acts Of Ordinary People*. Boulder, Colorado: Westview Press.
- Onatır, M. (2008). *Öğretmenlerde Özgeçmiş ile Değer Tercihleri Arasındaki İlişki (İstanbul İli, Anadolu Yakası Örneği)* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- Özer, A., & Güngör, H.C. (2012). Yükleme tarzları, bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerine göre evlilik uyumu. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 11-24.
- Öztürk, N. (2020). *Evli bireylerde toplumsal cinsiyet rolleri yüklemeleri ile evlilik doyumu ve depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Pak, M. D., & Öztürk, B. (2019). Yapısal aile terapisi kuramı ekseninde" İstanbullu Gelin" dizisinin analizi. *Journal of International Social Research*, 12(65), 1202-1208.
- Parlatır, İ. (2006). *Osmanlı Türkçesi Sözlüğü*. Ankara: Yargı Yayınevi.

- Pigman, G. W. (1995). Freud and the history of empathy. *International Journal of Psycho-Analysis*, 76, 237-256.
- Pozzoli, T., Gini, G., & Thornberg, R. (2017). Getting angry matters: Going beyond perspective taking and empathic concern to understand bystanders' behavior in bullying. *Journal of adolescence*, 61, 87-95.
- Pratt, M., Hunsberger, B., Pancer, M., Alisat, S. (2003). A longitudinal analysis of personal values socialization: correlates of a moral self-ideal in late adolescence. *Social Development*, 12(4), 563-585.
- Preckel, K., Kanske, P., & Singer, T. (2018). On the interaction of social affect and cognition: empathy, compassion and theory of mind. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 19, 1-6.
- Rizzolatti, G., & Craighero, L. (2004). The mirror-neuron system. *Annu. Rev. Neurosci.*, 27, 169-192.
- Rusbult, C. E., & Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(2), 175-204.
- Scott, N. ve Seglow, J. (2007). *Altruism*. Maidenhead: Open University Press.
- Shackelford, T. K., Buss, D. M. ve Bennett, K. (2002). Forgiveness or breakup: Sex differences to a partner's infidelity. *Cognition and Emotion*, 16, 299-307.
- Shamay-Tsoory, S. G. (2011). The neural bases for empathy. *The Neuroscientist*, 17(1), 18-24.
- Smith, A. (2006). Cognitive empathy and emotional empathy in human behavior and evolution. *The Psychological Record*, 56(1), 3-21.
- Şahin, Y. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk, İyimserlik ve Özgecilik Düzeylerinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Şendil, G., & Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.
- Tarhan, N. (2019). *Mutlu Evlilik Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taylor, H. E., Peplau, L. A., Sears, D. O. (2015). *Sosyal Psikoloji* (Çev. E. Dönmez). 4. Baskı. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Taysi, E. (2010). Evlilikte bağışlama: Evlilik uyumu ve yüklemelerin rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25(65), 40-52
- Türk Dil Kurumu, (2021). Sözlük. Erişim tarihi: 17.10.2021. <https://sozluk.gov.tr/>
- Uludağlı, N. P., & Akbaş, G. (2019). Evlilik ile çocuk sahibi olmaya ilişkin sosyal saat algısı ve evlilik doyumu. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 19(42), 183-219.

- Urgancı, Ç., & Eker, E. (2018). İstanbul 112 Acil Sağlık Hizmetleri çalışanlarının mesleki tükenmişlik düzeyleri ve algılanan stresle başa çıkmada evlilik doyumunu yordamlama gücü. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 4(2), 35-60.
- Ümmet, D. (2017). Genel psikolojik sağlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide evlilik uyumunun aracı rolü. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 6(1), 159-175.
- Ümmet, D., Ekşi, H., & Otrar, M. (2013). Özgecilik (Altruizm) Ölçeği geliştirme çalışması. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11(26), 301-321.
- Ünal, S., Küey, L., Güleç, C., Bekaroğlu, M., Evlice, Y. E., & Kırılı, S. (2002). Depresif bozukluklarda risk etkenleri. *Klinik Psikiyatri*, 5(1), 8-15.
- Vatansever, Z. A. (2021). *Ergenlerde Siber Zorbalığa Maruz Kalma Düzeyleri Açısından Benlik Saygısı, Narsisizm ve Empatik Öfkenin Siber Zorbalığa Maruz Bırakma Üzerindeki Etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul.
- Vaughn, S., Hogan, A., Kouzekanani, K., & Shapiro, S. (1990). Peer acceptance, self-perceptions, and social skills of learning disabled students prior to identification. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 101-116.
- Whisman, M. A., & Baucom, D. H. (2012). Intimate relationships and psychopathology. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 15(1), 4-13.
- Wicker, B., Keysers, C., Plailly, J., Royet, J. P., Gallese, V., & Rizzolatti, G. (2003). Both of us disgusted in My insula: the common neural basis of seeing and feeling disgust. *Neuron*, 40(3), 655-664.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 250-262.
- Yaşar, M. R. (2007). Depresyonun kadınlaşması. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 251-281.
- Yedirir, S., & Hamarta, E. (2015). Emotional expression and spousal support as predictors of marital satisfaction: The case of Turkey. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 15(6), 1549-1558.
- Yeşiltepe, S. S., & Çelik, M. (2014). Öğretmenlerin Evlilik Uyumlarının Psikolojik İyi Olma ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 13(3), 882-1013.
- Yıldırım, İ. (2007). Üniversite öğrencilerinin eş seçme kriterleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 27, 15-30.
- Yıldırım, M., & Topçuoğlu, P. (2016). Özgeciliğin çeşitli demografik değişkenlerle incelenmesi: Sakarya Örneği. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32, 40-53.

Young, J. E., Klosko, J. S., Weishaar, M. E. (2009). *Şema Terapi* (Çev. T.V. Soylu). İstanbul: Litera Yayıncılık.

Zahn-Waxler, C., Radke-Yarrow, M., & King, R. A. (1979). Child rearing and children's prosocial initiations toward victims of distress. *Child development*, 319-330.



## **EKLER**

### **EK A- Sosyodemografik Bilgi Formu**

#### **1.Cinsiyetiniz**

- Erkek  
 Kadın

#### **2.Yaşınız**

- 18 – 25  
 26 – 35  
 36 – 45  
 46 – 60  
 61+

#### **3.Eğitim Durumuz Nedir?**

- İlköğretim  
 Lise  
 Üniversite  
 Yüksek Lisans  
 Doktora ve üstü

#### **4. Aylık Gelir Durumunuz Nedir?**

- 2825 (Asgari ücret) ve altı  
 2825 – 4999 TL arası  
 5.000 – 9999 TL arası  
 10.000 TL ve üstü

**5. Eşiniz ile nasıl evlendiniz?**

- Görücü usulü ( Kendi rızam ile)
- Görücü usulü ( Kendi rızam olmadan)
- Akraba evliliği
- Anlaşmalı olarak
- Diğer: \_\_\_\_\_

**6.Eşinize ne düzeyde saygı gösterdiğinizi düşünüyorsunuz?**

- Az
- Orta
- Çok

**7. Eşinize ne düzeyde destek olduğunuzu düşünüyorsunuz?**

- Az
- Orta
- Çok

**8. Kaç Yıldır Evlisiniz?**

- 1 Ay – 1 Yıl arası
- 1 - 4 Yıl arası
- 5 – 9 Yıl arası
- 10 – 15 Yıl arası
- 16 – 20 Yıl arası
- 21 – 25 Yıl arası
- 26+

**9. Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?**

- Yardımcı olmaktan zevk alırım
- Başkalarının olacağını düşünürüm
- Başkaları bana yardımcı olsun

**10. Neden yardımsever davranırsın?**

- Mutlu olmak için
- Toplum içinde saygın olmak için
- Hayır diyemediğim için
- Sorumluluk hissettiğim için
- Suçlu hissettiğim için

**11. Bir sosyal sorumluluk projesinde aktif görev aldınız mı?**

- Evet
- Hayır

## EK B- Empatik Eğilim Ölçeği

AÇIKLAMA: Aşağıda 20 cümle bulunmaktadır. Bir cümledeki ifadeyi kendinize **tamamen uygun** bulacağınızı düşünürseniz **5'e**; **oldukça uygun** bulacağınızı düşünürseniz **4'e**; **oldukça aykırı** bulacağınızı düşünürseniz **2' ye**; **tamamen aykırı** bulacağınızı düşünürseniz **1'e**; eğer bir cümleye ilişkin olarak **kararsızlık belirtecekseniz 3'e** çarpı işareti koyunuz.

	Tamamen Aykırı	Oldukça Aykırı	Kararsızım	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun
1.Çok sayıda dostum var.	1	2	3	4	5
2.Film seyrederken bazen gözlerim yaşarır.	1	2	3	4	5
3.Sıklıkla kendimi yalnız hissederim.	1	2	3	4	5
4.Bana dertlerini anlatanlar yanımdan rahatlamış olarak ayrılırlar.	1	2	3	4	5
5.Başkalarının problemleri beni kendi problemlerim kadar ilgilendirir.	1	2	3	4	5
6.Duygularımı başkalarına iletmede güçlük çekerim.	1	2	3	4	5
7.İnsanların film seyrederken ağlamaları tuhafıma gider.	1	2	3	4	5
8.Birisiyle tartışırken bazen, dikkatim onun söylediklerinden çok vereceğim cevap üzerine yoğunlaşır.	1	2	3	4	5
9.Çevremde çok sevilen bir insanım.	1	2	3	4	5
10.Televizyondaki filmler mutlu sona ulaşınca rahatlarım.	1	2	3	4	5
11.Düşüncelerimi başkalarına iletmede güçlük çektiğim olur.	1	2	3	4	5
12.İnsanların çoğu bencildir.	1	2	3	4	5
13.Sinirli bir insanım.	1	2	3	4	5
14.Genellikle insanlara güvenirim.	1	2	3	4	5
15.İnsanlar beni tam olarak anlayamıyorlar.	1	2	3	4	5
16.Girişken bir insanım.	1	2	3	4	5
17.Bir yakınıma derdimi anlatmak beni rahatlatır.	1	2	3	4	5
18.Genellikle hayatımdan memnunum.	1	2	3	4	5
19.Yakınlarım bana sık sık dertlerini anlatırlar.	1	2	3	4	5
20.Genellikle keyfim yerindedir.	1	2	3	4	5



## EK C- Evlilik Uyum Ölçeği

1. Bu maddede yer alan ölçeği kullanarak, bütün yönleri ile evliliğinizdeki mutluluk düzeyini en iyi temsil ettiğine inandığınız noktayı **daire** içine alınız. Ortadaki 'mutlu' sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil eder ve ölçek kademeli olarak sol ucunda evliliği çok mutsuz olan küçük bir azınlığı, sağ ucunda ise evliliği çok mutlu küçük bir azınlığı temsil etmektedir.

\* \* \* \* \*

Çok

Mutsuz

Mutlu

Çok Mutlu

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

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

Lütfen evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabın yanındaki kutucuğu ( X ) şeklinde işaretleyiniz.

**10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle:**

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

**11. Ev dışı etkinliklerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?**

- Hepsini
- Bazılarını
- Çok azını
- Hiç birini

**12. Boş zamanlarınızda genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?**

- Dışarıda bir şeyler yapmayı
- Evde oturmayı

**Eşiniz genellikle aşağıdakilerden hangisini yapmayı 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 evlenmediniz

**15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?**

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

## EK D- Özgeçmiş Ölçeği

	<b>GÜNDELİK HAYATIMDA;</b>	<b>Hiç Katılmıyorum</b>	<b>Katılmıyorum</b>	<b>Kararsızım</b>	<b>Katılıyorum</b>	<b>Tamamen Katılıyorum</b>
1	Maddi yetersizliği olan kişilere para yardımında bulunurum					
2	Dershaneye gidemeyen çocukların derslerine yardımcı olurum					
3	Komşu, akraba gibi yakınlarımla ev işlerine yardımcı olurum					
4	Maddi durumu kötü olan kişilere kıyafet yardımında bulunurum					
5	Fazla eşyalarımı ihtiyacı olan kişilerle paylaşıyorum					
6	Maddi imkansızlığı olan çocukların çeşitli sınavlara hazırlanmalarına yardımcı olurum					
7	Bir yakınımın işi çıktığında çocukları ile ilgilenirim					
8	Banka, dolmuş gibi yerlerde kuyrukta beklerken yaşlı ya da hastalara sıramı veririm					
9	Arkadaşlarım okulda kurallara uymadıklarında zarar görmemeleri için onları uyarırım					
10	Elinde alışveriş torbası gibi ağır eşya taşıyan yaşlı/hasta kimselere yardım ederim					
11	Maddi imkânlarım çerçevesinde hayır kurumlarına bağışta bulunurum					
12	Çeşitli hastalıklarla mücadele amaçlı kurulmuş dernek/vakıfların çalışmalarına destek olurum					
13	İçe kapanık/sessiz arkadaşlarımla sosyalleşmeleri için onları aktivitelerime dahil ederim					
14	Kararsızlık yaşayan arkadaşlarımla doğru karar vermeleri için onlara fikirlerimi sunarım					
15	Topluma hizmet kapsamındaki çeşitli çalışmalara gönüllü olarak katılırım					
16	Ev taşıyan yakınlarıma bu konuda yardımcı olurum					
17	Yakınlarımla yoğun olduğu zamanlarda onların işlerini hafifletmek için yardımcı olurum					
18	Sivil toplum kuruluşlarına üye olarak çeşitli gönüllü faaliyetlere katılırım					

		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
19	Bilgilerimi arkadaşlarımla paylaşarak onların genel kültürüne katkı sağlamaya çalışırım					
20	Yaşlı/hasta gibi kimselerin alışveriş gibi işlerine yardımcı olurum					
21	Maddi imkânsızlığı olan çocuklara oyuncak, kitap vb. hediyeler alırım					
22	Yakınlarımla ihtiyacı olduğunda elimden gelen tamir, tadilat gibi işlerine yardımcı olurum					
23	Kazaya uğramış birini gördüğümde hemen yardımına koşarım					
24	Yaşlı/hasta kimselerin faturalarını yatırma gibi işlerine yardımcı olurum					
25	Toplumun güvenliğini sağlamaya yönelik faaliyet gösteren kurumların çalışmalarına destek veririm					
26	Yoksullara/çocuklara yönelik düzenlenen kermes gibi çeşitli etkinliklere katılırım					
27	Zaman problemi olan yakınlarıma yemek yapar ya da alırım					
28	Bir yakınına kaybetmiş kişileri teselli etmeye çalışırım					
29	Okula yeni gelen öğrencilerin, okula alışmaları için onlara yardımcı olurum					
30	Evini kaybedenlere (evi yanan ya da sel basan gibi) barınmaları için yardım ederim					
31	Yaşlı ya da engelli kişiler, yolda düştüklerinde/yaralandıklarında hemen yardıma koşarım					
32	Misafirlğe gittiğimde ev sahibine etrafı toparlama gibi konularda yardım ederim					
33	Yolda bir hasta ya da kazaya uğramış birini gördüğümde hemen ambulans çağırırım					
34	Haksızlığa uğramış birini gördüğümde haksızlık edene müdahale ederim					
35	Kalabalık otobüslerde eğer oturuyorsam arkadaşlarımla çantalarını yanıma alırım					
36	Sokaklarda yaşayan evsizleri, onlara yardım eden kurumlarla iletişime geçerek onların buralara yerleşmelerini sağlarım					
37	Yakınlarımla sabah erken kalkmaları gerektiği zamanlarda ve eğer uyanamıyorlarsa uyandırırım					
38	Arkadaşlarımla ya da yakınlarımla zaman zaman bir araya getirerek dostluk duygularının pekişmesine destek olurum					

## EK E- Etik Kurul Onayı



T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
Etik Kurul Başkanlığı

### ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

**TOPLANTI TARİHİ:** 19.11.2021  
**TOPLANTI SAYISI:** 2021-35

**KARAR NO: 2021-35-13:** Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 190624009 numaralı Emre AKBIYIK' ın "Evli Bireylerdeki Evlilik Uyumu ile Özgeciliğin ve Empatik Eğilim Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu çalışması hakkında yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 26.03.2021 tarih ve 2021-10 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

## EK F – Ölçek Kullanım İzinleri

Re: Web İletişim Formu Gelen Kutusu x



Ebru Eroğlu

Alici: ben

Emre Bey merhaba,

Kaynak göstererek ölçeği çalışmalarınızda kullanmanızda sakınca yoktur.

İyi çalışmalar

Ebru Eroğlu

**Kimden:**

**Tarih:** 16 Ekim 2020 Cuma 19:32

**Kime:**

**Konu:** Web İletişim Formu

Kurum Adı : Gelişim Üniversitesi - Emre Akbıyık Ölçek İzni

Kurum Çalışma Alanı : Diğer

İletişim Talebi : Diğer

Tercih Edilen Tarih : Gün Ay Yıl

Şehir : İstanbul

Ad Soyad : Emre Akbıyık

E-posta :

Telefon :

Mesaj : Hocam iyi çalışmalar. Size daha önceden mail ile ölçek izni ile ulaşmamıştım ama yoğunluğunuzdan dolayı mailimin alt kısımlarda kaldığını düşünüyorum. Bu sebepten dolayı affınıza sığınarak rahatsız ediyorum. "Ben Gelişim Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji programı okuyan Emre Akbıyık. Tez konum olan "Evli bireylerdeki evlilik uyumu ile özgeçmiş ve empatik eğilim arasındaki ilişkinin incelenmesi" çalışmam içerisinde Empatik Eğilim Ölçeği'nin izniniz olur ise çalışmamda kullanmak istiyorum. Saygılarımla Emre."

← Yanıtla

➔ Yönlendir

öö.doc Gelen Kutusu x



Durmuş ÜMMET

Alici: ben

merhaba,

Ölçek ektedir kullanabilirsiniz  
çalışmanızda kolaylıklar dilerim

Doç. Dr. Durmuş ÜMMET

Marmara Üniversitesi

Atatürk Eğitim Fakültesi

Eğitim Bilimleri Bölümü

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı

Bölüm Başkan Yardımcısı

Evlilikte Uyum Ölçeği Gelen Kutusu x



sennur tk

Alici: ben

Merhaba,

Ekte EUÖ yer alıyor. Çalışmanızda kullanabilirsiniz. Makaleyi de research gateden indirebilirsiniz.

Puanlamayı doğru yapmak için makalenin tümünü iyi okuyunuz.

İyi günler

Şennur Kışlak

Prof.Dr.Şennur Tutarel Kışlak

Ankara Üniversitesi

DTCF Psikoloji Bölümü

Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Sıhhiye-Ankara