

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**EVLİ BİREYLERİN İLETİŞİMDE ÇÖZÜM
ODAKLILIKLARI İLE EVLİLİK UYUMLARI
ARASINDAKİ YORDAYICI İLİŞKİLER**

Yüksek Lisans Tezi

Berivan KAYA

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Ekrem Sedat ŞAHİN

İstanbul – 2023

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı : Berivan KAYA

Tezin Dili : Türkçe

Tezin Adı : Evli Bireylerin İletişimde Çözüm Odaklılıkları İle Evlilik Uyumları Arasındaki Yordayıcı İlişkiler

Enstitü : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Psikoloji

Tezin Türü : Yüksek Lisans

Tezin Tarihi : 16.01.2023

Sayfa Sayısı : 95

Tez Danışmanı : Dr. Öğr. Üyesi Ekrem Sedat ŞAHİN

Dizin Terimleri : İletişim, Çözüm Odaklı Yaklaşım, İletişimde Çözüm Odaklılık, Evlilik Uyumu

Türkçe Özet : Bu çalışmanın amacı İletişimde çözüm odaklılık ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelemektir. Ölçme araçlarından elde edilen veriler, IBM SPSS 25.0 ortamında analiz edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular iletişimde çözüm odaklılık ile evlilik uyumu arasında pozitif yönlü ve güçlü ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, evlilik sayısı, çalışma durumu, evlenme yaşı, çocuk sayısı, kendi ailesinin ekonomik durumu ve evlilik süresi, değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Dağıtım Listesi : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Berivan KAYA

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**EVLİ BİREYLERİN İLETİŞİMDE ÇÖZÜM
ODAKLILIKLARI İLE EVLİLİK UYUMLARI
ARASINDAKİ YORDAYICI İLİŞKİLER**

Yüksek Lisans Tezi

Berivan KAYA

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Ekrem Sedat ŞAHİN

İstanbul – 2023

BEYAN

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

Berivan KAYA

.../.../2023



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Berivan KAYA'nın hazırladığı "Evli Bireylerin İletişimde Çözüm Odaklılıkları İle Evlilik Uyumları Arasındaki Yordayıcı İlişkiler" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Filiz ŞÜKRÜ GÜRBÜZ

İmza

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Ekrem Sedat ŞAHİN
(Danışman)

İmza

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Fatih BAL

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2023

İmza

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

İletişim toplumsal hayatın vazgeçilmez bir ögesidir. İnsanlar, birbirleri ile gruplarla ve örgütlerle sürekli bir etkileşim ve iletişim halindedir. İletişimin önemli unsuru olan dil çözüm odaklı olarak kullanıldığında, kişiler arasındaki etkileşime olumlu katkı sağlayabilir. Çözüm odaklı dil ile kişilerarası sorunlar kolaylıkla aşılabılır. Toplumsal hayat iletişimde çözüm odaklı dilin kullanılmasına bağlı olarak daha pozitif yaşanabilir. Toplumun temel yapı taşlarından olan aile, evlilik birliği ile gerçekleşir. Bu yapı, iki kişinin ortak bir yaşam sürdürmesi, ihtiyaçlarının karşılanması ve paylaşımında bulunmak amacıyla yapılan sözleşmedir. Uygun bir evlilik için sevgi, saygı, güven, yardımlaşma ve sadakat kavramlarının bulunmasının gerektiği söylenebilir. İnsanların, yaşamını sürdürdüğü topluma uyum sağladıkça mutlu olan sosyal varlıklar olduğu belirtilebilir. Özellikle evli çiftlerin ve romantik ilişki yaşayan iki kişinin birbirine uyumlu olması oldukça önemlidir. Uyumlu bir evlilik için; aile üyelerinin ortak bir düşünceye sahip olması, karşılaştıkları problemler karşısında çözüm üretebilmesi gerekmektedir. Aynı zamanda çiftler arasındaki cinsel doyumun sağlanması, sağlıklı bir şekilde iletişim halinde olunması ve çiftlerin birbirlerine karşı olumlu düşünceye sahip olması önemlidir. İletişimde çözüm odaklılık ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada 400 evli bireyden veri toplanmıştır. Nicel araştırma yöntemlerinden tarama desenine göre gerçekleştirilen bu çalışmada veri toplama aracı olarak İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeği (İÇÖÖ), Evlilik Uyum Ölçeği (EUÖ) ve Kişisel Bilgi Formu (KBF) kullanılmıştır. Ölçme araçlarından elde edilen veriler, IBM SPSS 25.0 ortamında analiz edilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde t-Testi, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis-H, Anova, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ve Basit Doğrusal Regresyon uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular iletişimde çözüm odaklılık ile evlilik uyumu arasında pozitif yönlü ve güçlü ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, evlilik sayısı, çalışma durumu, evlenme yaşı, çocuk sayısı, kendi ailesinin ekonomik durumu ve evlilik süresi, değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Evlilik Uyumu, Çözüm Odaklı Yaklaşım, İletişimde Çözüm Odaklılık

ABSTRACT

Communication is an indispensable element of social life. People are in constant interaction and communication with each other, groups and organizations. When language, which is an important element of communication, is used in a solution-oriented manner, it can contribute positively to the interaction between people. Interpersonal problems can be easily overcome with solution-oriented language. Social life can be lived more positively depending on the use of solution-oriented language in communication. The family, which is one of the basic building blocks of society, is realized by the union of marriage. This structure is a contract made for two people to live a common life, to meet their needs and to share. It can be said that for a suitable marriage, the concepts of love, respect, trust, cooperation and loyalty must be found. It can be determined that people are social beings who are happy as they adapt to the society they live in. It is very important that married couples and two people who have a romantic relationship are compatible with each other. For a harmonious marriage; family members should have a common idea and be able to produce solutions in the face of the problems they encounter. At the same time, it is important to ensure sexual satisfaction between couples, to be in healthy communication and to have positive thoughts towards each other. In this study, which examines the relationship between solution orientation in communication and marital adjustment, data were collected from 400 married individuals. In this research, which was carried out according to the survey design, which is one of the quantitative research methods, the Solution Focality in Communication Scale (SFCS) Marriage Adjustment Scale (MAS) and Personal Information Form (PIF) were used as data collection tools. The data obtained from the measurement tools were analyzed in the IBM SPSS 25.0 environment. The t-Test, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis-H, Anova, Pearson Product-Moment Correlation Coefficient and Simple Linear Regression were used to analyze the data. The findings obtained from the research show that there is a positive and strong relationship between solution orientation in communication and marital adjustment. In addition, the level of solution orientation of married individuals in communication; It has been determined that there are significant differences according to the variables of gender, age, education level, income level, number of marriages, employment status, age at marriage, number of children, economic status of their own family and duration of marriage.

Keywords: Marriage Adjustment, Solution-Oriented Approach, Solution Focality in Communication

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	ii
KISALTMALAR	v
TABLolar LİSTESİ.....	vi
ÖNSÖZ.....	vii
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

1.1.Araştırmanın Amacı	3
1.1.1.Araştırmanın Alt Problemleri.....	3
1.2.Araştırmanın Önemi.....	4
1.3. Araştırmanın Varsayımları.....	5
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	5
1.5.Tanımlar	6

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1.İletişim Nedir?.....	7
2.2.İletişimin Öğeleri	9
2.2.1.Kaynak (Gönderen/ Verici/ Konuşan)	9
2.2.2.Hedef (Alıcı/ Dinleyici)	10
2.2.3.İleti (Bildiri/Mesaj)	11
2.2.4.Kod.....	12
2.2.5.Kanal (Oluk) ve Araçlar.....	12
2.2.6.Dönüt (Geri İletim)	13
2.3.Çözüm Odaklı Yaklaşım (ÇÖY).....	14
2.3.1.Çözüm Odaklı Yaklaşımın Temel Felsefesi	15
2.3.2.Çözüm Odaklı Yaklaşımın İlkeleri	16
2.3.3.Çözüm Odaklı Yaklaşımın Varsayımları	18
2.4.İletişimde Çözüm Odaklılık	21
2.5.Evlilik.....	22
2.5.1.Evlilik Uyumu	23
2.5.2.Evlilikte Çift Uyumunu Etkileyen Faktörler.....	27

2.5.3.Evlilik Uyumunun Etkileri	31
2.6. İlgili Araştırmalar	33

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli	37
3.2. Çalışma Grubu	37
3.3. Verilerin Toplanması	40
3.4. Veri Toplama Araçları	40
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu	40
3.4.2. İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeği (İÇÖÖ)	40
3.4.3. Evlilik Uyum Ölçeği (EUÖ)	41
3.5. Verilerin Analizi	41

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1.İletişimde Çözüm Odaklılık Düzeyi ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki	44
4.2. İletişimde Çözüm Odaklılık Düzeyi ile Eğitim Durumu Arasındaki İlişki	48
TARTIŞMA VE YORUMLAR.....	60
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	64
KAYNAKÇA	67
EKLER.....	77
ÖZGEÇMİŞ.....	82

KISALTMALAR

ÇOY	:Çözüm Odaklı Yaklaşım
EUÖ	:Evlilik Uyumu Ölçeği
İÇÖÖ	:İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeği
MRI	:Mental Research Institute



TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Demografik Özellikler	38
Tablo 2. İletişimde Çözüm Odaklılık ve Evlilik Uyumu Ölçek Puanlarına Ait Betimsel Değerler	42
Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	44
Tablo 4. Katılımcıların Yaşa Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	46
Tablo 5. Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	48
Tablo 6. Katılımcıların Gelir Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	49
Tablo 7. Katılımcıların Evlilik Sayısı Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	50
Tablo 8. Katılımcıların Çalışma Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	51
Tablo 9. Katılımcıların Evlenme Yaşı Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	52
Tablo 10. Katılımcıların Çocuk Sayısı Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	54
Tablo 11. Katılımcıların Ailenin Ekonomik Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	55
Tablo 12. Katılımcıların Evlilik Süresi Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması	56
Tablo 13. Katılımcıların İletişimde Çözüm Odaklılık ile Evlilik Uyumu Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Katsayıları	57
Tablo 14. Katılımcılarda İletişimde Çözüm Odaklılık ve Evlilik Uyumu Ölçek Puanları Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları	58

ÖNSÖZ

Araştırmamın her aşamasında bana bilgi ve tecrübesiyle yön veren danışman hocam Sayın Dr. Öğretim Üyesi Ekrem Sedat ŞAHİN'e teşekkürlerimi sunarım. Eğitim hayatım boyunca hiçbir desteğini benden esirgemeyen her zaman yanımda olan aileme teşekkür ederim.



GİRİŞ

İletişim, toplumsal hayatın vazgeçilmez bir ögesidir. İnsanlar, birbirleri ile gruplarla ve örgütlerle sürekli bir etkileşim ve iletişim halindedir. İletişim bazen topluluklar arasında bazı sorunlar ortaya çıkarabilmektedir. Bu durum toplumun en temel yapısı olan ailelerde de yaşanmaktadır. Dolayısıyla iletişim dili insanlar arasındaki sorunları ortadan kaldıracak önemli bir araçtır. Bu kapsamda iletişimde çözüm odaklı dil kullanmak bireyin kurduğu iletişimlere pozitif yansıtılabilir. Bireyin diğerleri ile kurduğu iletişimi kolaylaştırabilir.

Evlilik, bireylerin hayatlarının bir kısmında gerçekleşen kişinin psikolojik, toplumsal alanda gelişmesine katkı sağlayabilen bir olgudur. Evlilik uyumu ise eşler arasında iletişimin güçlü olması, farklı konularda ortak noktada uzlaşabilme, aile ile ilgili konularda ortak çözüm üretebilme özelliklerini içermektedir. Evlilikte mutluluk, duygusal manada incelenirken, evlilik doyumunda ise bilişsel manada ele alınmaktadır. Evlilikte uyum, iletişim kalitesi gibi değişkenlerden sağlanan psikolojik iyi oluş ile ilişkilidir. Evlilikte uyum, partnerlerin evlilik ilişkisinde kendilerini mutlu ve doyum sağladıkları bir noktada hissetmesidir. Evlilikte tatmin duygusu eşlerdeki evliliğe ilişkin pozitif yaklaşımı ve memnuniyeti belirtmektedir (İbrahimoğlu, 2004, s. 19-21). Evli çiftlerin ortak bir evi, ortak bir hayatı paylaşması ve çoğunlukla hayatlarına ilişkin birtakım kararlarının verilmesinin beraberinde çiftler arasında birtakım problemlerin yaşanması doğaldır. Çiftlerin yaşadığı duygusal ve davranışsal problemlerin bir çözüme ulaşmamasına bağlı olarak yaşam ve evlilik doyumlarının negatif yönde etkilendiği böylece hayat kalitelerinin düşmesine sebep olduğu düşünülmektedir (Şen, 2019, s. 38). Eşler evlilik akdi ile birlikte yaşamaya karar vermiş insanlardır. Eşler arasındaki uyum, ailenin devamı ve mutluluğu için olduğu kadar, yetiştirilecek çocukların eğitimi ve kişilik gelişimleri bakımından da son derece önemlidir. Ailede eşler arasındaki uyum birbirleri ile iletişim kurmadaki başarılarına bağlı olabilmektedir. Eşler arasında sağlıklı bir iletişim sayesinde yaşanan ya da yaşanabilecek pek çok sorunun çözümü mümkün olabilmektedir (Aksan, 2019, s. 146).

Eşler arasında birbirlerini dinlememek, kendi iç dünyasını açmamak, empati kuramamak, varsayımlara dayalı bir iletişim modeli geliştirmek, en fazla yaşanan iletişim problemlerinden olabilmektedir. Dolayısıyla bu problemler evlilikte çeşitli

uyum dışı yaklaşımlara yol açabilmektedir. Aile içi iletişimde ne çıkan bazı sorunlar bulunmaktadır. Bu sorunların başında, teknolojinin gelişmesiyle birlikte sosyal medya ve bilgisayar oyunları gibi kullanımların artması sonucunda, aile içinde eşler arasında uyum ve iletişimin azalmasına gelmektedir (Giddens, 2000, s. 148). Bu bağlamda eşler arasında uyumun sağlanması ve çatışmaların önlenmesinde iletişim kalitesi önem arz etmektedir. Evlilikteki iletişim sürecinde çözüm odaklı dilin kullanılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir.

özm odaklı psikolojik danışma yaklaşımında dilin önemi vurgulanır. Dil, terapötik sürecin merkezinde bulunan önemli bir faktördür. de Shazer'ın bu konudaki duruşu daha da radikaldir. Ona göre; "dil," insan dünyasını oluşturur ve insan dünyası da tüm dünyayı oluşturur (de Shazer ve Berg, 1992, s. 48; şahin ve Derin, 2020, s. 665). Bu kapsamda ilişkilerde dili etkili bir şekilde kullanarak sorunların üstesinden gelinebileceği ve tabi ki kişiler arası uyumun arttırılabileceği belirtilebilir. özm odaklı dilin kullanımını ile evli bireylerin uyum düzeylerinin artacağı ve bu uyumun da onların evlilik doyumuna ve buna bağlı olarak yaşam doyumuna pozitif katkı yapacağı söylenbilir.

BİRİNCİ BÖLÜM

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada evli bireylerin demografik özellikleri açısından iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin incelenmesi ve ayrıca evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda ele alınan alt problemler şu şekildedir:

1.1.1.Araştırmanın Alt Problemleri

1. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
2. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları eğitim durumu açısından anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları gelir durumu açısından anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları bireyin evlilik sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
5. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları bireyin çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
6. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları bireyin evlenme yaşına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
7. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları bireyin sahip olduğu çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
8. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları bireyin kendi ailesinin ekonomik gelir durumuna göre farklılık göstermekte midir?
9. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları bireyin evlilik süresine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
10. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları bireylerin evliliklerindeki uyum düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

1.2.Araştırmanın Önemi

Çözüm odaklı psikolojik danışma yaklaşımı, danışanın kaynaklarını ve iyileşme gücünü hesaba katarak; anlamlı ve yapıcı değişim için bunların nasıl kullanılacağını ifade etmektedir. Çözüm odaklı yaklaşımda temel olarak alınan 3 dinamik bulunmaktadır. Bu iç dinamikler, (1) hedefe yönelme, (2) kaynakları harekete geçirme ve (3) problemden ayırma şeklindedir. Hedefe yönelme, yaklaşım hedefleri ve aktif öz düzenlemenin ifadesi ve uygulanması yoluyla çözüm yapısına odaklanmayı; kaynakları harekete geçirme, çok çeşitli kişisel güç ve bağlamsal kaynakları tanımaya, kabul etmeye, tanımlamaya ve kullanmaya odaklanmayı, problemden ayırma ise çözüm odaklı bir yaklaşımın sadece hedef belirtmekten, kaynakların farkında olmak ve kullanmaktan daha fazlasını gerektirdiğinin altını çizmektedir (İlby vd., 2014).

Evliliklerin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi için evlilerin ve ailelerinin iyi oluş düzeyleri garanti altına alınarak evlilik uyumunu korumak bu aşamada çiftlere yardımcı olmaktadır. Çiftler sağlıklı bir evlilik sürdürürlerse ve evlilik uyumunu sağlarsa ilişkilerinden daha fazla doyum elde edebilmektedirler (Açık, 2008). Evlilik karşılıklı ilişkilerin zorunlu olduğu bir olgudur. Ortak yaşamları olan eşler evlendiğinde, empatik bir önyargıyla beraber kendi hayatlarının yanı sıra eşlerini de düşünmeye başlamaktadırlar. Sorunları birlikte tartışarak ve çözüme yönelik çalışarak dengeli ve uyumlu bir evlilik sağlanabilmektedir (Özgüven, 2000). Evlilik uyumu, eşlerin uyum ve bir arada yaşama çabaları sonucunda aralarındaki ilişkilerin daha uyumlu ve tatmin edici hale gelmesi durumudur (Akar, 2005). Evlilik uyumunun birçok tanımı bulunmaktadır. Evlilik uyumu; evlilik doyumunu, artan bağlılık, çatışma çözme yetenekleri ve uzlaşma düzeylerinin geliştirilmesinde son derece önemli bir rol oynamaktadır. (Kendrick ve Drentea, 2016). Evli bireylerin ilişkilerini sürdürme ve sürdürme sürecindeki memnuniyetleri evlilik uyumu ile ilişkilidir (Akar, 2005). Aksine, evlilik doyumunu, sadece evliliğin ihtiyaçlarına hitap etmesi nedeniyle evlilik uyumuna göre daha sınırlıdır (Çelik, 2006). Kumari'ye (2014) göre evlilik uyumu, her iki partnerin de birlikteliğinden memnun olduğu ve daha az sorun yaşadığı zamandır. Araştırmalara göre evlilik uyumu yüksek kişilerin cinsel doyumları ve eşleriyle sağlıklı iletişim düzeyleri yüksektir. Evlilik uyumu ifade edilirken doyum, bağlılık, çatışma ve uzlaşma gibi boyutlara yer verilmektedir. Evlilik uyumu yüksek olan kişiler, çatışma yaşadıklarında bunu başarılı bir şekilde

çözmek için iletişim becerilerini kullanabilmektedirler. Eşler, sağlıklı iletişimi ve çözüm odaklı anlayışta uzlaşırlarsa, evlilikleri de muhtemelen uyumlu bir dengede ilerleyecektir. Sonuç olarak evlilik uyumunun yüksek düzeyde olduğunun en önemli işaretlerinden biri, eşlerin benzer bakış açılarına sahip olmaları ve sorunlara pratik çözümler sunmalarıdır. Problemleri uygun bir iletişim tarzı ile çözebilmelerinin eşlerin evlilik uyumuna pozitif yansımaları olabilir. İletişimde çözüm odaklı tutumu benimseme problemlerin daha kolay çözümlenmesini ve evlilik uyumunu pozitif etkileyebilir.

Literatürde yer alan kavramlar ve araştırmalar çerçevesinde, evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları ile evlilik uyumu arasında ve diğer yordayıcı değişkenler ile anlamlı bir ilişkisinin olup olmadığı yapılacak olan bu araştırmaya ortaya konulacak, bu alanda çalışan uzmanlara, eğitimcilere, araştırmacılara ve ebeveynlere yol gösterici olacaktır. Yapılacak olan bu araştırma ile birlikte literatürde daha önce yapılmamış bir araştırma yapılandırılacak, yapılandırılacak olan bu çalışma ile birlikte de eşlere verilecek çözüm odaklı iletişim eğitimleri sonucunda evliliklerdeki uyumun kuvvetlendirileceği düşünülmektedir.

1.3. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın varsayımları aşağıdaki şekildedir:

1. Araştırmanın örneklemini evreni temsil etmektedir.
2. Katılımcılar ölçekleri içtenlikle ve dürüstçe cevaplamışlardır.
3. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları ölçmek istenilen özellikleri ölçmektedir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki şekildedir:

1. Araştırmada toplanan veriler sağlığın riske atılmaması ve konunun hassasiyeti açısından matbu olarak ulaştırılamayanlar çevrimiçi süreçlerle uygulanmıştır.

2. Araştırmadan elde edilen sonuçlar İletişimde Çözüm Odaklılık ve Evlilik Uyumu ile ilgili veriler araştırmaya gönüllü şekilde katılan evli bireylerin verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.

1.5.Tanımlar

Bu araştırmada kullanılan kavramların tanımları aşağıda sunulmuştur.

Evlilik uyumu: Çiftin evlilikteki başarıları ve işlevsellikleri olarak tanımlanmaktadır. Evlilik mutluluğu, evlilik doyumu ve evlilik uyumu teorilerini de kapsamına alan bir kavramdır (Kalkan, 2002, s. 22).

Evlilik: Toplumsal kültürü, gelenekleri ve kültürün devamlılıklarını, yeni nesillerin de eğitim ve bakım sağlamak ile görevli birer kurum olarak varlığını sürdürmektedir ve bu kurum bütün devletlerin desteklediği ortak bir yapı olarak bilinmektedir (Özgüven, 2000).

İletişim: Bir yanıt ortaya çıkaran mesajların oluşturulduğu ve yorumlandığı bağıntısal bir süreç olarak ifade edilmektedir (Griffin, 2012, s. 6). Klopper (2011) iletişimi, iletişim kuran tarafların niyetlerini ve itirazlarını açık bir şekilde iletmek için iş birliği kurmayı, birbirleriyle rekabet etmeyi ya da birbirleriyle karşı karşıya gelmeyi gerektiren zihinsel bir faaliyet olarak yorumlamaktadır.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın bu bölümünde, iletişim, çözüm odaklı yaklaşım, iletişimde çözüm odaklılık, evlilik ve evlilik uyumuna ilişkin kavramsal açıklamalar yapılmış ve konuyla ilgili yurt içi ve yurt dışında gerçekleştirilmiş araştırmalara yer verilmiştir.

2.1.İletişim Nedir?

İletişim sözcüğü Latince de John Durham Peters tarafından “vermek, paylaşmak ve ortak hale getirmek” olarak tanımlanır. İletişim için “toplumsal paylaşım” ifadesi de kullanılır (Durham,1999, s. 7). Dilimize Fransızcadan geçen sözcük geç Latince communicare “paylaşmak, iletme” fiilinden +ion eki ile türetilmiştir. Bu fiil de communis“ortak, umumi” sözcüğünden türemiştir (Vaan,2008, s. 396). Oskay (2016), İletişim kavramı, bir coğrafyanın belirli bir bölümünde, aynı doğal koşullar altında varlıklarını sürdürmek için araç ve gereçler kullanarak benzer düşüncelere sahip kişilerin oluşturduğu ortaklık veya topluluk anlamına gelen (communis) kelimesinden türemiştir. Fiske (2014)’de iletişimin toplumsallığına atıfta bulunarak iletişim kavramını “iletme aracılığıyla toplumsal etkileşim” süreci olarak ifade etmektedir. Gösterge ve kodların başkalarına aktarıldığı ya da başkaları için hazır hale getirildiği iletişim süreci, bir toplumsal ilişkiler pratiğidir. Topluluk olarak yaşayan ve üretim faaliyetlerinde bulunan insan ancak iletişim aracılığıyla hem kendi varlığını hem de var olan toplumsal ilişkileri yeniden üretebilir. İletişim faaliyeti toplumsal hayatı üretmenin ve birlikte yaşamının temel koşulu olarak belli bir tarihsel ve toplumsal bağlam içerisinde anlam yaratma faaliyetidir (Yaylagül, 2016, s. 14).

“Doğru bir şekilde anlaşılabilme için mesajları ifade etme ve alma sanatı” (Jefkins, 1987: 52) olarak da değerlendirilen iletişim sürecinde karşılıklı bir bilgi paylaşımı söz konusudur. Öyleyse iletişim, konuşan ile dinleyici arasında bildiri alışverişi; karşılıklı bildiri aktarımı ve bildirim eyleminin çift yönlü görünümüdür (Vardar, 2001, s. 43). Bir başka deyişle uzlaşmaya dayanan ve anlam üretmeye yarayan göstergeler, iletişimdeki iki kutup tarafından (hatta toplumun genelince)

benimsenmiş ortak değerlerdir ve bu ortak değerleri kullanarak vericinin (göndericinin) bir duygusunu, düşüncesini ya da eylemini belli bir düzenek (kod) içinde alıcıya aktarması iletişimin temel özelliğidir (Günay, 2013, s. 52). İletişimdeki bu ikilik genel anlamda iletişimin gerçekleşmesi için gerekli iki sistem olarak da değerlendirilebilmektedir. Bu sistemler iki insan, iki hayvan, iki makine ya da bir insan ile bir hayvan, bir insan ile bir makine (örneğin bir bilgisayar) olabilir. Nitelikleri ne olursa olsun, iki sistem arasındaki karşılıklı bilgi alışverişi “iletişim” olarak kabul edilir (Dökmen, 2017, s. 37).

Bir başka tanımda ise iletişim, bir yanıt ortaya çıkaran mesajların oluşturulduğu ve yorumlandığı bağıntısal bir süreç olarak ifade edilmektedir (Griffin, 2012, s. 6). Klopper (2008) iletişimi, iletişim kuran tarafların niyetlerini ve itirazlarını açık bir şekilde iletmek için iş birliği kurmayı, birbirleriyle rekabet etmeyi ya da birbirleriyle karşı karşıya gelmeyi gerektiren zihinsel bir faaliyet olarak yorumlamaktadır.

Temel amacı çevre üzerinde etkin olma, başkalarında davranış, tutum geliştirme ve değiştirme isteği (Zıllıoğlu, 2014, s. 28) olan iletişim, ileti alışverişi ilişkisinden ibaret basit bir çizgisel süreç değildir. Aksine iletişim; çok boyutlu, çok yönlü, çok amaçlı bir ilişki ortamıdır. Dolayısıyla bu süreçte gönderici (kaynak), mesaj, araç, alıcı (hedef) vb. unsurlar arasında doğrusal bir süreç olmayıp, çok katmanlı ve karmaşık ilişki alanları mevcuttur. Farklı ve karmaşık ilişkilerin olduğu bu yerde, sadece haber ve bilgi aktarımı değil, aynı zamanda haber ve bilgi üretimi de gerçekleşmektedir. Bu ortamda gönderenler, benimsenmelerini sağlamak için sistem tarafından üretilen bilgileri, fikirleri, değerleri ve dahil oldukları ilişkileri alıcılara iletmeye çalışır (Güngör, 2015, s. 25).

Sosyolojiden psikolojiye, dilbiliminden siyaset bilime kadar birçok disiplinin çalışma alanına giren iletişim kavramını, her disiplin kendi bakış açısına göre yorumlamakta ve çeşitli tanımlar öne sürmektedir. Bu açıdan değerlendirildiğinde yukarıda verilen tanımlara daha onlarcasını eklemek mümkün olabilir. Tanımlar her ne kadar farklılıklar içerse de iletişim sürecinin gerçekleşebilmesi için bir takım temel öğelerden söz etmek mümkündür.

2.2.İletişimin Öğeleri

Aristoteles'e göre bir hatibin söylemi olan ve dinleyiciyi ikna etmeyi ya da heyecanlandırmayı amaçlayan retorik (Meyer, 2009, s. 10) gibi iletişim de, çevre üzerinde etkin olmayı ve başkalarında davranış ya da tutum değiştirmeyi amaçlamaktadır. Bunu gerçekleştirirken de tıpkı retorikte olduğu gibi bir takım temel öğelere ihtiyaç duymaktadır. Platon'dan Aristoteles'e kadar birçok kez retorik'in farklı tanımları yapılmış olmasına rağmen her tanımda ve yaklaşımda değişmeyen ve günümüz iletişim çalışmalarına da temel olan unsurlar "konuşmacı", "dinleyici" ve "söylem/konuşma" olarak karşılaşmaktayız (Zıllıoğlu, 2014, s. 89).

Jakobson (1987) vericinin alıcıya bir mesaj gönderdiği sözlü iletişimden bahsederken, bu mesajın etkili olabilmesi için alıcı tarafından kavranabilecek bir bağlamın gerekliliğinden bahseder. Verici ya da alıcı için ortak bir koddan ve son olarak da vericinin ve alıcının iletişime girmelerini ve iletişimde kalmalarını sağlayacak fiziksel bir kanaldan söz etmektedir.İki veya daha fazla insanın paylaşımında bulunduğu toplumsal, dolayısıyla da insana özgü bir süreç olan iletişim, mesaj gönderen ve mesajı alan iki tarafı gerekli kılmakta ve bu taraflar kendini sözel iletişimde konuşan ve dinleyen; yazılı iletişimde yazar ve okuyucu, görsel iletişimde ise izleyici olarak ortaya koymaktadır. İletişim sürecinde tarafların toplumsal hayata tutunabilmeleri ve ihtiyaçlarını giderebilmeleri ve toplumdaki diğer türdeşleriyle de geçinebilmeleri için ürettikleri iletiler ve bu iletileri oluşturdukları bir kod sistemi; bu iletileri paylaşmak için kullandıkları çeşitli araçlar ve iletişimin amaçlarına ulaşıp ulaşmadığını gösteren dönütler söz konusudur(Schramm,1983, s. 16).

2.2.1.Kaynak (Gönderen/ Verici/ Konuşan)

İletişim sürecinin merkezi konumunda olan ve farklı yaklaşımlarla kaynak, gönderen, verici ve konuşan gibi adlandırmalarla karşımıza çıkan öğe, bazen bir kişi, bir grup, bir aygıt, bir kurum ya da kuruluş olabilir. Başka bir deyişle verici konuşan, yazan, çizen ya da yüz ve beden hareketlerinde bulunan bir birey ya da gazete, radyo, televizyon gibi kuruluş vb. örgütler olarak değerlendirilebilir (Zıllıoğlu, 2014, s. 93). Vericinin tek bir kişi olduğu iletişim sürecinde kişisel iletişim; gazete, radyo, televizyon istasyonu ya da bir reklam ajansının hazırladığı bir kampanya söz konusu olduğunda kurumsal bir yapı ve örgütlü bir iletişim edimi söz konusudur (Oskay, 2016, s. 24).

Verici, alıcının, yani hedef olarak belirlediği kişi, grup veya topluluğun davranışlarında, tutumlarında veya tutumlarında oluşum veya değişiklik yaratmayı amaçlar. Bu amaçla bir dizi görüş ve düşünceyi mesaja dönüştürüp karşı tarafa gönderme görevini üstlenir (Güngör, 2015, s. 30).

Kendi değerlerini alıcıya benimsetmeyi amaçlayan vericinin ürettiği iletiler, birincisi vericinin kendisi tarafından ne istediğini belirtmek üzere; ikincisi ise alıcı tarafından vericinin ne demek istediğinin anlaşılmasına çalışılması olmak üzere çift yönlü ve eşzamanlı bir şekilde anlamlandırılmaktadır (Günay, 2013, s. 55). Bu açıdan değerlendirildiğinde, iletişim sürecinin başlatıcısı olarak karşımıza çıkan vericinin iletişim amaçları ve niyetleri her zaman istediği yönde sonuçlanmayabilir. Bir başka deyişle, alıcının beklentileri, tutumları, istekleri ve içinde bulunduğu koşullar, iletinin aktarıldığı araç ve kanal gibi özellikler de dikkate alındığında, vericinin, alıcı üzerinde yaratmak istediği etkinin zaman zaman beklenenin ötesinde bir gelişim gösterdiği durumlarla da karşılaşılabilir.

2.2.2.Hedef (Alıcı/ Dinleyici)

Vericinin, algılama, seçme, düşünme ve yorumlama süreçleriyle ürettiği ve simgeler aracılığıyla gönderdiği anlamlı iletileri belli biyolojik ve psiko-sosyal süreçlerden geçirerek alıp yorumlayan ve bunlara sözlü ya da sözsüz tepkide bulunan kişi ya da kişilere alıcı (hedef/dinleyici) denir (Zıllıoğlu, 2014, s. 93). İletişim sürecinin sağlıklı bir şekilde işleyebilmesi adına, iletişim döngüsünün öznesi konumundaki verici kadar, bu döngünün nesnesi konumundaki alıcı da büyük öneme sahiptir. İşte bu yüzden ki alıcının özellikleri, ortamsal koşulları, talepleri, beklentileri ve en önemlisi de gereksinimleri iletişim sürecinin beklenen sonucu vermesi açısından önem arz etmektedir (Güngör, 2015, s. 30). İletişim sürecinde gönderilen mesaj, verici ve alıcı tarafından çift yönlü ve eş zamanlı bir şekilde anlamlandırılmaktadır. Bu mesajın vericinin kendi iletişim amacına hizmet edecek şekilde alıcı üzerinde etkili olabilmesi için de vericinin toplumsal, psikolojik, kültürel, ekonomik, bilişsel ve duyuşsal birtakım özelliklerinin alıcı tarafından bilinmesi gerekmektedir.

2.2.3.İleti (Bildiri/Mesaj)

Bir görüşü, düşünceyi, duyguyu aktarmayı ve iletmeyi isteyen vericinin, anlam aktarmak için üretilmiş her türlü dilsel ya da dil dışı göstergeleri kullanarak oluşturduğu ileti, iletişimsel işleyişin bir ürünü olarak karşımıza çıkmaktadır (Günay, 2013, s. 62; Güngör, 2015, s. 30). Her ileti, göndereni ve alıcısı için bir anlam taşımaktadır. Başka bir ifadeyle iletişim döngüsünün bir ucundaki gönderenin anlatmak istedikleri ile karşısındaki alıcının anlamak istediklerinden ibarettir ileti. İletileri oluşturanlar ve alanlar için iletilerin taşıdığı anlam, konuşulan yazılan kelimelerle değil insanların bu kelimelere yükledikleri duygu ve düşüncelerle belirlenir (Griffin, 2012, s. 7). Bu durumu, bir annenin kızı ve oğluya yaptığı bir konuşma ile açıklayalım. Anne hafta sonu arkadaşlarıyla birlikte kayak yapmaya gideceğini; kızının ve oğlunun babalarıyla birlikte hafta sonunu evde geçireceğini söyler. Bu konuşmada tek bir iletiden söz etmek mümkün değildir. En azından üç farklı ileti söz konusudur. Annenin göndermek istediği ileti, kızı tarafından alınan ve yeniden yapılandırılan ileti ve son olarak da oğlu tarafından alınan ileti. Bahsedilen her bir ileti farklı bir içeriğe sahip olabilir. Anne, hafta sonu aileden uzakta özgür bir iki gün geçireceğini ifade etmek istemiş olabilir, kız annesi tarafından hafta sonu programına dâhil edilmediğini ve istenmediğini anlayabilir; oğul ise hafta sonu kendine daha fazla zaman ayırabileceğini düşünebilir (Gozzi, 2004, s. 145–146). Örnekten de anlaşılacağı üzere gönderilen ileti ve alınan ileti arasında bir takım anlam farklılıkları oluşabilmektedir. Bu farklılıkları en aza indirebilmek, iletişimin amaçlarına ulaşip ulaşmadığını kontrol edebilmek ve gerekli olduğunda ise yeni düzenlemeler yapabilmek için yüz yüze iletişimde konuşma anında hemen; yazılı iletişimde ise iletişimin sağlandığı mektup, e-posta gibi kanallarla oluşturulan iletiler alıcı tarafından alındıktan ve yorumlandıktan sonra olmak üzere dönüt alınarak iletişim süreci sorunsuz bir şekilde işletilmeye çalışılmaktadır.

Mesajın birbaşkasına aktarılmasına dayanan iletişim sürecinde, bildirinin anlaşılabilmesi için verici ve alıcının toplumsal ve kültürel yaşantıları sonucu bir anlam oluşturduğu dikkate alınarak, bildirilerin de bu bağlamda toplumca uzlaşmış simgeler/göstergeler kullanılarak yine alıcı ve vericinin paylaştıkları bir kanal aracılığıyla oluşturulması gerekmektedir (Zıllıoğlu, 2014, s. 102; Günay, 2013, s. 63). Aksi takdirde, belirlenen iletişim amaçları ve niyetleri istenilen yönde bir seyir izlemez ve başlayan iletişim süreci başarısızlıkla sonuçlanabilir.

2.2.4.Kod

İletişim sürecinin beklenen şekilde sonuçlanabilmesi için verici ve alıcı arasında ortak bir işaret sisteminin, yani ortak kodların kullanılması gerekmektedir. Bir kültürün ya da alt-kültürün üyeleri için ortak bir anlam sistemi olan kod, simgeleri/göstergeleri ve bunların hangi bağlamda nasıl kullanılacağını belirleyen kuralları ve uzlaşımları içerir (Zıllıoğlu, 2014, s. 103). İletişimin gerçekleşmesi verici ve alıcının ortak olarak kullandıkları bir dizge aracılığıyla, yani verici ile alıcının üzerinde uzlaştıkları aynı kod sisteminin kullanılmasıyla sağlanmaktadır. Karşılıklı bildiri aktarımının söz konusu olduğu iletişim süreci kullanılan kod sayesinde işlemektedir. Alıcının, vericinin tanımadığı bir kod kullanması (ya da tersi) durumunda iletişim gerçekleşmeyecektir (Günay, 2013, s. 59).

İletişimin amaçlarına sorunsuz bir şekilde ulaşılabilmesi için yalnızca alıcının ve vericinin bildiği ortak bir dizgenin, yani kod sisteminin kullanılması yeterli olmayacaktır. Burada belirleyici olan bir diğer öge de iletinin hangi kanal vasıtasıyla iletiliştir. Kullanılan kanalın fiziksel özellikleri, aktarabileceği kod sisteminin doğasını da belirlemektedir. Örneğin telefon, sözselsel bir dil ile tonlama, vurgu, ses kodları vb. dil ötesi (paralanguage) kullanımlar ile sınırlıdır. Ancak sözselsel dilin birincil koduyla kodlanmış bir ileti, kullanılması planlanan başka bir kanalın fiziksel özelliklerine ya da mekanik iletişim araçlarına göre morsa alfabetisi, semafor, sağır ve dilsiz işaret dili, el yazısı ya da körler için kabartma harfler ve baskı gibi çeşitli ikincil kodlara dönüştürülebilir (Fiske, 2014, s. 96).

2.2.5.Kanal (Oluk) ve Araçlar

En basit haliyle iletişimin sağlandığı fiziksel ortam olarak değerlendirilebilecek olan kanal, iletişim sırasında bildirinin izlediği yolu, iletişimin aktarıldığı ortamı belirtmektedir; verici ve alıcının bilgisinin, duygularının ve düşüncelerinin paylaşımı sırasında, bildirinin üzerine yüklendiği araçtır (Günay, 2013, s. 59). İletişimin sağlıklı bir şekilde gerçekleşebilmesi için alıcı ve verici arasında üzerinde uzlaşılmış bir kod sistemi kullanılarak oluşturulan iletinin karşılıklı olarak aktarılması gerekmektedir. Bu aktarım işleminde de mekân ve zaman engellerini aşacak olanakları olan ya da iletişim esnasında karşılaşılabilecek birtakımyetersizlikleri tolere edebilecek değişik kanal ve araçlar geliştirilmektedir (Zıllıoğlu, 2014, s. 106).

Sözü edilen bu kanal ve araçlar iletişimsel işleyişte çoğu zaman birbiri yerine kullanılır ya da karıştırılır. Bu iki kavram arasında kesin sınırlar çizilememekle birlikte iletinin oluşturulması ve taşınması açısından önemli bir farklılık göze çarpmaktadır. Güngör bu farklılığı şu örneklerle açıklamaktadır (2015, s. 33):

“Telefon iletiyi taşır. Telefonun her iki ucundaki kişilerin konuşmalarını birbirlerine taşıma işlevi gören bir araçtır. Oysa telefon aracılığıyla gerçekleşen iletişimin asıl aracı sözdür. Telefonun iki ucundaki kişiler birbirleriyle söz aracıyla ve telefon kanalıyla iletişim kurmuşlardır (...) Aynı şekilde mektup bir kanaldır. Ama mektuba kodlanan yazı araçtır. Mektuplaşan iki kişi yazı aracılığıyla ve de mektup kanalıyla iletişim kurarlar. Diğer yandan radyo bir iletişim aracıdır. Radyo dalgaları ise radyo vericisi ve alıcısı arasındaki iletişimi sağlayan kanaldır.”

Yukarıdaki örneklerden de anlaşılacağı üzere kanallar, sinyallerin aktarıldığı fiziksel vasıtalar olarak karşımıza çıkarken, araçlar ise iletiyi kanal aracılığıyla aktarabilecek bir sinyale dönüştüren teknik ya da fiziksel nesnelere (Fiske, 2014, s. 92). İşte bu kanal ve araçların türleri ve kullanılma biçimleri, iletişimin planlanan şekilde gerçekleşmesi ve alıcı / hedef kitle üzerinde beklenen etkinin yaratılabilmesi için önemlidir. Başka bir ifadeyle iletişim amaçlarına ve hedef kitlenin özelliklerine uygun seçimler yapılarak iletinin uygun kanal ve araçlarla aktarılması gerekmektedir. Ulaşılmak istenen hedef bir kişi mi ya da geniş bir kitleye mi ulaşmak isteniyor? Hedef vericiyle aynı ortamı mı paylaşıyor ya da iletiler farklı mekânlardaki kişi veya kitlelere mi iletilmek isteniyor? Bu sorulardan yola çıkarak görme engeli olan bir hedefe ulaşmak için görsel; işitme engeli olanlar için ise işitsel kanalların kullanılması iletişimin sekteye uğramasına sebep olacaktır. Başka bir durumda ise etkin bir iletişimin sağlanabilmesi adına birden fazla kanal ya da araç bir arada kullanılabilir.

2.2.6.Dönüt (Geri İletim)

Konuşan ile dinleyen arasındaki mesaj alışverişi ve karşılıklı mesaj aktarımı olan iletişim sürecinde, verici aktardığı bildirinin alıcı tarafından ne düzeyde anlaşıldığını öğrenmek ister. Böylece vericinin gönderdiği bildiriye algılayan alıcı, uygun bir geri bildirimde bulunur. Vericinin geri bildirimle öğrendiği bilgi, söz konusu iletişim sürecinin sürekliliği ve gelecekte ne şekilde süreceği konusunda

belirleyici olacaktır (Günay, 2013, s. 74). Fiske (2014) tarafından konuşmacının konuşmasını izleyicilerin gereksinimlerine ve tepkilerine uygun hale getirmesi olarak tanımlanan dönüt, kullanılan kanala bağlı olarak iletinin gönderilmesinin hemen ardından gerçekleşebileceği gibi iletinin alınmasının üzerinden belli bir zaman geçtikten sonra da alınabilir. Yüz yüze gerçekleşen kişilerarası iletişimde dönüt genellikle iletişimin gerçekleştiği anda verilmektedir. Oysa mektup, e-posta gibi kanallarla gerçekleştirilen kişilerarası iletişimde dönütün alınması anında olmamaktadır. Dönütün anında gerçekleşmediği bir başka iletişim örneği ise kitle iletişim araçlarının kullanıldığı durumlarda ortaya çıkmaktadır.

2.3.Çözüm Odaklı Yaklaşım (ÇOY)

Çözüm Odaklı Kısa Terapi, ABD’de 1980’lerin başında Jane Peller, John Walter, Scott Miller, Michelle Weiner-Davis, Bill O’Hanlon ve De Shazer’in çalışmaları sonucunda, Wisconsin/Milwaukee’de bulunan Kısa Süreli Aile Terapisi Merkezi’nde ortaya atılmıştır (Gingerich ve Eisengart, 2000).

Multidisipliner iş birliği ile 1959’da kurulmuş olan Ruhsal Araştırma Enstitüsü’nün (Mental Research Institute, MRI, Palo Alto, California) önde gelen kurucuları, Don Jackson, Virginia Satir ve Paul Watzlawick, ÇOY’un ilk temellerini sistem kuramına ve Milton H. Erickson’nun çalışmalarına dayanarak oluşturmuşlardır (Murphy,1997).

MRI (Mental Research Institute) ve ÇOY’u destekleyenlerin çıkış noktası; danışanların “Ne yapsam aynı, değişen hiçbir şey olmuyor” düşüncesine neden olan problemlerin belirlenmesidir. Bu düşüncüyü, danışanlar problemlerini çözerken kullanmakta ve problem çözme stratejileri ne kadar başarısız olsa da aynı stratejileri farklı problemleri çözmek için kullanmaya devam etmekte ve çıkmaz bir döngü içine düşmektedirler (Quick, 1996; Murdock, 2012). Ruhsal Araştırma Merkezi’nde çalışan Isoo Kim Berg ve Steve de Shazer, şizofreni hastalarının aileleriyle iletişimleri üzerinde çalışmışlardır. Bu çalışmalarda ailelerin iletişim şekillerinin çoğunun aynı olduğunu belirtmişler ve buradan hareketle aile etkileşimlerinin neden olduğu sorunları açıklamaya çalışmışlardır (Quick, 1996; Murdock, 2012).

Çözüm Odaklı Yaklaşım’ın gelişmesini sağlayan Steve de Shazer, danışanların sahip oldukları problem çözme kapasitelerine güvenilmesi gerektiğini

belirtmiştir. Ayrıca müdahalenin, danışanların sorunu nasıl yorumladığını ve sorunu nasıl tanımladığını anlayarak yapılması gerektiğini vurgulamıştır (Bannink, 2007).Müdahalenin amacı, problemin kendisinden ziyade problemin çözümüne odaklanmaktır. Dolayısıyla problemin derinlemesine incelenmesi gerektiğini savunan tüm yaklaşımlara karşı çıkmıştır. Sorunların nedenlerine inmek, sorunu devam ettirmek anlamına gelmektedir (Sparrer, 2012). Danışanlar problemlerine karşı, kendilerinde var olan baş etme stratejilerini keşfederek, güçlü yönlerini kullanarak istenilen değişimi sağlarlar (Sheafor ve Horejsi, 2002).De Shazer danışanların kendinde var olan sorun çözme kapasitesine vurgu yapmıştır. Müdahalenin, danışanların yaşadığı olumsuz durumu anlamlandırması ve problem çözme kapasitesinden hareketle sürdürülmesi gerektiğini belirtmiştir (Bannink, 2007).

DeShazer, Çözüm Odaklı Teorisini kullanmaya başladığı ilk araştırmalarında danışanlarından, görüşmeler esnasında hayatlarında nelerin değiştiğine veya farklılaştığına dikkat etmelerini istemiştir. Danışanların üçte ikisi, ikinci görüşmede sorunlarının çözüme doğru ilerleme gösterdiğini ifade ederken, üçte birlik kısmından daha azı, ilk seferde dikkat etmedikleri değişimlerin, müdahale esnasında olduğunu söylemişlerdir. Daha sonra kendisiyle ilk kez görüşmeye gelmek için arayan danışanlardan, ilk görüşmeye kadar hayatlarında nelerin iyi gittiğine dikkat etmelerini istemiş ve danışanlar ilk görüşmeye daha gelmeden kendilerinde olumlu değişimlerin başladığını ifade etmişler. Bu da Shazer ve ekibine randevu almak için açılan ilk telefonda itibaren değişimin başladığını göstermiştir (Sklare, 2013). Başta mikro düzeyde bir müdahale olarak birey ve çiftler ile kullanılan ÇOY, son yıllarda örgütlerle ve topluluklarla kullanılan müdahale yöntemi olmuştur (De Jong ve Berg, 2008).

2.3.1.Çözüm Odaklı Yaklaşımın Temel Felsefesi

Bu yaklaşımda bireyler, sorunlarını çözebilecek yeterli kaynağa ve güce sahiptir. Yapılması gereken, kendilerinde var olan güçleri ortaya çıkarmak, çevresel kaynakların farkına varılması ve kullanılmasını sağlamaktır:

- Değişim durağan değildir; kolay ve sürekli (Murdock, 2012).
- Sorunun geçmişi, sorunun detaylı analizi ve nedenleri ile uğraşmaktan çok çözüm yollarını aramak, amaçlara kısa sürede ulaşılmasını sağlar (Corey, 2008).

- Danışan tarafından varlığı fark edilmemiş kaynaklara ve geçmişte problemin yaşanmadığı anlara dikkat çekilir; danışana sorular sorularak var olan güçleri keşfedilir. Danışanın yeteneklerine güvenilir ve çözüme doğru iş birliğinde değişim gerçekleştirilir (Sparrer, 2012).

2.3.2.Çözüm Odaklı Yaklaşımın İlkeleri

Berg ve Miller'in (1992), çözüm odaklı yaklaşım ile ilgili sekiz ilkesi; Osborn'un (2010) ise beş ilkesi olmak üzere toplam on üç ilke tanımlanmıştır. Çözüm odaklı yaklaşımın müdahale sürecinde daha verimli ve etkili uygulanabilmesi için bu ilkelerin bilinmesi önemlidir. Bu ilkeler şu şekildedir:

Küçük Değişmeler, Daha Büyük Değişmelere Yol Açar:Danışandaki olumlu yöndeki küçük bir değişim bile büyük değişimler için kapı açar (Prochaska ve Norcross, 2003). Danışanın yaşadığı problemin boyutu ne olursa olsun, küçük adımlar veya küçük müdahaleler, ani değişimlerin başlamasına neden olabilir (Doğan, 2000). Örneğin; sınıfta uyum problemi yaşayan bir öğrencinin, bir sabah sınıfa gelirken arkadaşlarına şeker getirmesi sonucunda sınıf arkadaşlarının öğrenci ile ilk iletişime geçmeye başlaması, küçük bir adımın büyük değişimleri sağlayabileceğinin göstergesidir.

Kısa Müdahale: Çözüm odaklı müdahale kısa sürelidir. Özellikle zaman ve parasal kaynaklar açısından uygundur. Az zamanda çok fazla danışan ile görüşme imkânı sağlar. Kısa süreli oluşu ile insana yardım meslekleri uzmanlarının ÇOY'u tercih etmelerindeki en güçlü sebeplerdendir.

Değişimin Kaçınılmazlığı:ÇOY'a göre, danışandaki değişim kaçınılmazdır. Kısa zaman içinde sorunların çözümleri bulunur. Çözümlere adım adım yaklaşırken, değişim de başlamış olur. Değişim durağan değil devamlıdır.

En Uygun Müdahale Yöntemini Seçme: Zamansal ve parasal kaynakların en verimli olarak kullanılması için, müdahale sürecinde uzmanın duruma uygun yöntemi seçerek uygulaması önemlidir. Basit ve kısa olması, çözüm odaklı yaklaşımın kullanılabilirliğini arttırmaktadır.

Danışman Yerine Danışanın Uzman Olması: Her birey özeldir ve farklı bireysel özelliklere sahiptir. İnsanlar kendi hayatlarını, başkalarına oranla daha iyi

bilirler. Danışan, kendi hayatı ve ihtiyaçları konusunda hayatının uzmanıdır. Danışman, özellikle danışanların kendisine bir şey öğretmesine izin vererek onlara uzman olduğunu hissettirir. Bunun için müdahale sürecinde bir adım geride durmak önemlidir. Örneğin; öğrencilere yapılan müdahalelerde, uzmanın, “Ben liseden mezun olalı çok oldu, şimdi sizin zamanınızda bu sınavlar nasıl yapılıyor?” diyerek, danışandan bir şeyler öğrenmeye çalışması, danışanı uzman yerine koyduğunu gösterir.

Ratner (2012), ise çözüm odaklı kısa müdahalenin ilkelerini aşağıdaki şekilde özetlemiştir:

Kaynaklara Odaklanma: Danışman, müdahale sürecinin verimli olabilmesi için bireyin güçlü yanlarına ve başarılarına dikkat çeker. Böylece danışanların, sorunları hakkında düşünmesinden çok, çözümlere odaklanmasını sağlayarak dikkatini bu yöne çeker. Danışanların sahip olduğu kaynaklar ve güçlü yönleri kullanılarak sorunların çözümlerine ulaşılır. Danışanın sahip olduğu kaynaklar; geçmişteki başarıları, sorunun yaşanmadığı geleceği hayal edebilmesi ve daha önceden kullanmış olduğu ve onu başarıya götürmeyen davranışlardan vazgeçmesidir.

Olumlu Değişime Odaklanma: Çözüm odaklı yaklaşıma göre yapılan terapötik müdahalelerde değişim kaçınılmazdır. Bu değişimin olumlu ve etkili olması için danışmanlar, sorundan çok değişimlere odaklanırlar.

Geleceğe Odaklanma: Yaşanan problemin geçmişte yatan nedenlerine bakmaktansa, şimdi ve gelecekte nelerin yapılabileceğinin konuşulması, çözüme daha çabuk ulaşmayı sağlar. Müdahale süreci şimdi ve gelecek odaklı olmalıdır. Geleceğin hayal edilmesi sağlanarak danışanın umutlanmasına ve motive olmasına yardımcı olunur.

Çözüme Odaklanma: Danışman, danışanın sorununu dinler; fakat üzerinde durmaz, sorundan ziyade çözümlere odaklanır.

Yapılandırıcı Eğilim: Kullanılan dil ve kavramlar, çözüm odaklı yaklaşımın kullanımında önemlidir. Olumsuzluklar yerine olumluyu konuşmak, sorun yerine çözümü konuşmak, her zaman pozitif bir atmosfer yaratır.

Amaç Yönelimlilik: Danışanın neyi değiştirmek istediği ya da neyi değiştirmek istemediği çok önemlidir. Amaçların net ve kesin olması, müdahale

sürecinde danışanın ilerlemesi için önemlidir. Uzman ve danışan, iş birliği ile amaçları belirlerler. Çözümler bu amaçlara giden yollardır.

İşbirliğine dayalı bir ilişki kurma: Danışman ve danışanın iş birliği yapması önemlidir. Çünkü danışanın fark edemediklerini ona yöntemleriyle fark ettiren uzmandır. İş birliği sağlanırsa bu iki unsur rahatlıkla işler. Çözüm odaklı müdahale, danışman ve danışanın iş birliği içinde olduğu bir ilişkiyi temel alır. Danışan ve danışman arasında bir arada çalışma ve terapötik beraberlik ilişkisi yaratmak, önemli oranda ilk buluşmayla ilgilidir. Dolayısıyla danışanı tanıma, çözüm merkezli kısa müdahalede en önemli adımdır.

Faydacı ve Esnek Olma: Müdahale aşamasında işe yarayan şeylere odaklanmak, işe yaramayan şeylerden vazgeçmek, güçlü yanlardandır. Çözüme çabuk ulaşmayı sağlar. Bu yüzden varsayımlar önemlidir; (a) bozulmamışsa onarma, (b) daha önce yararlı olmuşsa daha çok dene, (c) çalışmıyorsa tekrar deneme, farklı bir şey yap. Varsayımların olması, müdahalenin esnek ve faydacı olduğunu gösterir.

2.3.3.Çözüm Odaklı Yaklaşımın Varsayımları

Her yaklaşımın daha etkili uygulanmasını sağlayan kuralları ve temel varsayımları vardır. Bir müdahale yaklaşımının, danışmanlar tarafından yararlı bir şekilde kullanılması için, yaklaşımın temel felsefesi ve varsayımlarının olması gerekmektedir. Modelin benimsenmesi için ÇÖY’u kullanan uzmanlar, kendi tarzlarına göre bu ilkeleri uygularlar. ÇÖY’u uygulayanlar, varsayımlarını kendi tarzları ile açıklamışlardır (Sklare, 2013).

De Shazer (1987) ile Berg ve Miller (1992) kullanımında üç temel kural önermiştir:

İlk kural “Bozulmadıysa tamir etme”:Danışanın problem olmayan konu ile ilgilenmesi, daha önceden başa çıkabildiği problemlerde zorluklar yaşamasına neden olur. Uzman, danışanın yaşamına müdahale etmiş olur. Danışanın yaşadığı soruna odaklanmaktansa, yaratıcı çözümlere odaklanılmalıdır. Danışan yaşadığı durumdan şikâyet etmiyorsa herhangi bir müdahaleye ihtiyacı yoktur.

İkinci kural “Önce neyin işe yaradığını anla ve sonra onu daha çok yap”: Görüşme sürecinde danışanların anlattıklarından uzman pek çok bilgiye ulaşır. Uzman tarafından öncelikle başarılar tanımlanmalı ve danışanların bu başarıları

tekrar etmesi sağlanmalıdır. Çözümüne ulaşmak için farklı olan şeyleri denemekten kaçınılmalıdır. Önceden gerçekleştirdiği başarı ile ilgili olarak ev ödevinin yenilenmesi, başarının tekrar yaşanması için fırsat olabilir. Ayrıca sorunun çözülmesinde işe yarayan yöntemlerin sıklıkla kullanılması, kalıcılığı artırır. İşe yarayan yöntemler sürekli kullanılmalıdır (de Shazer, 1985).

İşe yaramayan yöntemi daha iyisi ile değiştir (Berg ve Miller, 1995 s.27). Bazen kendileri işe yarayan durumu fark edemezler. Müdahalede, kendileri için işe yarayana odaklanması sağlanır. Danışanın problem yaşamadığı anlara dikkat çekilerek, problemiyle nasıl başa çıktığı hatırlatılır ve bunu görmesi sağlanır, Danışan, bu anları tekrar edebilmesi için cesaretlendirilir(Sklare,2013).Genelde danışanlar kendileri için iyi olan şeyleri fark edemezler. Bunun yerine daima neyin işe yaramadığına dikkat ederler. Çözümlerin fark edilmemesi ile problemler artar. Her zaman problem olduğunu ve hiç geçmeyeceğini düşünürler.

Üçüncü kural “Eğer çalışmıyorsa tekrar denemeyin”: Farklı olanı yapın. Müdahale sürecinde zorluklarla karşılaşıldığında danışanlar, sahip oldukları benzer başa çıkma stratejilerini üst üste kullanırlar. Tekrar deneme eğilimleri vardır. Walter ve Peller (1992), kişilerin yararlı olmayan, üstü üste tekrar etme eğiliminde olduğu durumla ilgili genel olarak şu örneği kullanır: İnsanlar sıklıkla cüzdan veya anahtarlarını kaybederler. Bu nesnelere ararken mutfağa, yatak odasına bakarlar. Ama bulamazlar. Acaba anahtarlar yatak odasında mı? diyerek tekrar oraya bakmanın bir anlamı yoktur. İşe yaramayan bir eylemi tekrar etmenin anlamı yoktur. Aramaya yeni yerlerde devam etmek daha mantıklı bir seçim gibi görünmektedir. Bu kuralın benimsenmesi, danışan kişinin direnç hakkındaki düşüncelerini tekrar düzenlemesine yardımcı olur.

Çözüm Odaklı Varsayımlar (Walter ve Peller, 1992):

Başarıya odaklanılırsa yararlı değişimler gerçekleşir; dolayısıyla problemlere ve hatalara yoğunlaşmak yerine doğru yapılanlar dikkate alınmalıdır. Örneğin; Hasford ve Moss ve Morrell (1976) kekemelerle yapılan mülakat görüşmelerini kaydetmiş, daha sonra bu mülakatlarda tam anlaşılmayan bölümleri silmiş ve kaseti kekemelere izletmiştir. Kendilerini bu şekilde akıcı konuşurken izlemek onları sevindirmiş ve kekeleme düzeylerinde ciddi bir düşüş yaşanmıştır. Benzer bir çalışma basketbol oyuncularını ile yapılmıştır. Antrenmanları sırasında kaydedilen en

başarılı atışları kendilerine izletilmiş, her maç öncesinde gözlerini kapayarak bu anda kendilerini nasıl gördülerse o şekilde hayal etmeleri istenmiştir (Dölek ve Kurter, 2019).

- Her sorunla karşılaşılan durumda, bu problemin rastlanmadığı çözümler için kullanılan nadir/istisnai durumlar vardır. Danışan soruna öyle odaklanır ki durumları fark edemez. Örnek: ortaokul öğrencisi iki kız kardeş, birbirleriyle hiç anlaşamıyorlar. Birinin ak dediğine diğeri kara diyor. Birbirlerini sık sık babalarına şikâyet ediyorlar. Danışma sırasında, birbirleriyle birkaç ay önce özel bir konu paylaştıklarını ve bunu takip eden birkaç gün boyunca kavga etmediklerini ve babalarına şikâyette bulunmadıklarını hatırlıyorlar. Danışman bu paylaşımları daha sık yapmalarını önerir.
- Küçük değişiklikler büyük değişikliklere yol açabilir. İlk değişime yönelik zincirleme reaksiyonların beraberinde yeni değişimleri getireceği varsayılmaktadır. Örneğin; eşini kapıda güler yüzle karşılayan kadının eşi eve girdiğinde kadına halini hatırlarını sorar. Çözümüne ulaştıracak küçük adımları önemser.
- Danışanların kendi problemlerini çözebilecek gücü bulunmaktadır. Danışanların güçlü yönleri ve kaynakları öne çıkarılırsa çözüme daha kolay ulaşılır.
- Danışanın amaçları pozitif cümlelerin içinde kullanılır. Danışanın hangi davranışlarda bulunmak istediğine odaklanılır; hangi davranışları bırakmak istediğine değil. Neleri yapmak istediğini ifade eden olumlu cümleler kullanılmalıdır.
- Çözüm için şikâyetin kaynağını bilmek gerekli değildir.
- Gucciardi ve diğerleri (2012) ise ÇOY'un varsayımları:
 - Danışan kendi hakkında uzmandır.
 - Her oturumda değişim gerçekleşir.
 - Problemin yaşanmadığı durumlara odaklanılmalıdır.
 - Danışanın güçleri ve yetenekleri vardır, bunlar kullanılmalıdır.
 - Amaca ulaşmak için sorunun tamamen çözülmesine gerek yoktur.
 - Uzman, danışan hakkında doğru-yanlış, suçlama-ayıplama gibi değerlendirmeler yapmaz.

- Küçük değişim bile değişimin olmamasından iyidir.
- Malkoç ve Akkoyun (2012) ve Winbalt un varsayımları aşağıda sıralanmıőtır;
- Uzman, danışanın güçlü yönlerini keőfeder ve bunlar problemin çözümlünde kullanmalıdır.
- Danışan ve uzman arasında iş birliğine dayanan ilişki vardır.
- Danışan değişimin kaçınılmaz ve sürekli olduğunu kabul ederse ona göre davranır.
- Küçük değişimlerin yaşanması, danışanın uzmana ve sürece olan güvenini arttırır. Danışan güçlü olduğunu hisseder.
- Danışan, daha ilk oturumda değişimin olduğunu hissederse, çözümlün olduğuna da inanır.
- Problemin nedenlerini bilmenin sürece bir katkısı yoktur. Dolayısıyla çözümlere odaklanmak amaca götürür.
- Ulaőılmayan amaçlardan kaçınıp, ulaőılabilir, esnek, değişime açık, net, şimdi ve gelecekle ilgili amaçlara odaklanmak önemlidir.

2.4.İletişimde Çözüm Odaklılık

Daha iyi iletişim becerilerine sahip kişilerin, hayatın zorluklarıyla daha sağlıklı başa çıkma, tatmin edici ilişkiler kurma ve sosyal yaşamda daha başarılı olma olasılığı daha yüksektir. Zayıf iletişim, duygular, düşünceler veya bilgiler düzgün bir şekilde iletilmediğinde sorunlara neden olur. İletişim sağlıksız olduğunda, insanlar ihtiyaçlarını karőılayamaz, sağlıklı ve tatmin edici ilişkiler kuramazlar ve memnuniyetin yerini hoşnutsuzluk alır (Cüceloğlu, 2004).

Sosyal bir varlık olarak insan, toplumsal yaşamda diğer insanlarla iletişim kurarken kaçınılmaz olarak kişilerarası sorunlarla karőılaőır. Bir yandan iletişim sürecinde ortaya çıkabilecek kişilerarası sorunlarla baş edebilmek, diğer yandan etkili iletişim becerilerini kullanabilmek, bireylerin yaşamda karşılaştıkları iki önemli olgudur. Benzer şekilde, kişilerarası problem çözme becerileri, etkinliğine bağlı olarak kişilerarası ilişkilerde olumlu veya olumsuz iletişim kalıpları üretebilir (Koç, Terzi ve Gül, 2015).Çözüm odaklı danışmanlık yaklaşımının üzerinde durduğu en önemli unsur 'dil' kavramıdır. Psikolojik danıőmada dili güçlü bir araç olarak gören bir yaklaşıma göre dil, gerçekleri bir araya getirmek için en uygun araçlardan biridir.

Çözüm odaklı psikolojik danışma yaklaşımına göre dil, gerçekleri ortaklaşa inşa etmek için bir araçtır (Plosker ve Chang, 2014). Dil, terapötik sürecin merkezinde bulunan önemli bir öğedir. Shazer'ın bu konudaki duruşu daha da radikaldir. Ona göre; "dil," insan dünyasını oluşturur ve insan dünyası da tüm dünyayı oluşturur (de Shazer ve Berg, 1992).

Çözüm odaklı danışmanlıkta kullanılan işbirlikçi dil ile terapötik değişim arasında pozitif bir ilişki olduğunu gösteren, aksi yöndeki çalışmalardan daha fazla çalışma vardır (Franklin, Zhang, Froerer ve Johnson, 2017). Özetle çözüm odaklı yaklaşımda dil önemli bir müdahale ve değişim aracıdır. Bu durumda çözüm odaklı yaklaşımda önemli bir değere sahip olan dilin bir ölçme aracı ile incelenmesi; hem psikolojik danışma sürecindeki terapötik ilerlemeyi tespit etmeyi hem de bireylerin günlük hayatlarında kurdukları iletişimde ne derecede çözüm odaklı olduklarını görmelerini sağlayabilir. Bu açıdan bakıldığında, bireylerin iletişimde çözüm odaklı olması evliliklerde de önem taşımaktadır (Şahin ve Derin, 2020). Bu bağlamda, evli bireylerin evlilik uyumları iletişimde çözüm odaklı olması etkili olabilir.

2.5.Evlilik

Tüm toplumların ana yapı taşlarından birisini oluşturan aile; “evlilik” başlığının alt kısmında resmi bir dayanak katarak, toplumların düzenini sağlayabilmekte ve kişilerin bir paylaşım içerisine girmelerinde imkân verebilmektedir. Evlenme veya evlilik hem sosyal bir teori hem de kişinin bireysel özelliklerine, aile yapılarına ve özellikle bireylerin birbirleriyle birer bütün olarak hareket etmelerine bağlı olan özel bir ilişkidir. Kural ve ilkeleri belirlenen “evlilik” zeminine oturtulan aile kurumlarının 4000 sene öncesine dayanan bir geçmişi bulunmaktadır. Evlilik kurumu eski çağda Mısır'da milattan önce 2000 senelerinde başlangıç göstermiştir ve toplumsal kültürü, gelenekleri ve kültürün devamlılıklarını, yeni nesillerin de eğitim ve bakım sağlamak ile görevli birer kurum olarak varlığını sürdürmektedir ve bu kurum bütün devletlerin desteklediği ortak bir yapı olarak bilinmektedir (Özgüven, 2000). Evlilik bireylerin oluşturdukları en popüler kurumlardan birisidir. Evlilik tarihin takip edilebilmesi için yalnızca bin senelik geçmişe sahip olmasına karşı, sosyoloji bilimi evliliğin bireyin sosyal hayatında daima var olan kurum olduğu hususunda hem fikirdir (İlkketenci, 2004).

Geçtan'a (1984) göre evlilik; “hem sıkıntılar hem de mutlulukları ile beraber; bireylerin büyük bir kısmının ulaşmak istediği bir amaçtır”. Güvenç'e (1984) ise evlilik; “herhangi bir sosyal yapının içerisinde mevcut normlara uygun biçimde yapılmış, medeni hukuk ya da geleneksel yapı yönünde geçerli olan bir bağ kurulduğunda, aile kurumlarının o topluluk tarafından kabulünü sağlamış olduğu birer olgudur”. Dolayısıyla kuracak evlilik bağı içerisinde uyumun olması bu bağın sürecini ve ömrünü etkileyecektir.

2.5.1.Evlilik Uyumu

Uyum; bir kişinin davranışla diğer bir bireyin beklentileri arasında uygunluk olarak ifade edilmiştir. Uyum fenomeni evlilik örneklerinde ele aldığımızda, uygun bir tarzda düzenleme süreçleri olarak dile getirilmektedir. Bu süreçle, genel olarak eşler arasında birlik ve bağ duygusu güçlendirme süreçleridir. (Yılmaz, 2001, s. 101). Evlilik uyumu ise; çiftin evlilikteki başarıları ve işlevsellikleri olarak tanımlanmış birer kavramdır. Evlilik mutluluğu, evlilik doyumu ve evlilik uyumu teorilerini de kapsamına alan bir kavram olduğu belirtilmektedir (Kalkan, 2002, s. 22).

Evlilik uyumu, evli çiftin evliliklerinde mutlu olmalarını sağlayan birer unsur olarak kabul edilmektedir. Bireyler her konuda birbirleri ile uyumu yakaladıkları zaman, kendi evliliklerin doyum ve mutluluğu yakalayabilirler. Uyumlu evlilik kavramlarına baktığımızda ise, eşlerin birbirleriyle iletişim halinde oldukları, evliliklerinin birden fazla bölümünde ciddi anlaşmazlıkları yaşamadıkları, yaşamış oldukları anlaşmazlıklarında ise, iki tarafı da tatmin eden çözümlerin üretildiği evlilikler “uyumlu evlilik” olarak tanımlanmıştır (Gürsoy, 2004, s. 24).

Evlilik uyumu, evliliklerin gönüllü ve mecburi özelliklerinin bir dengede olmasının anlatımıdır. Bu dengelere ulaşabilmede evliliklerin sunmuş olduğu roller inkar edilmemektedir. Evlilikleri biçimlendiren faaliyetlerin başında çiftlerin birbirlerinin istemeleri kadar, gelenekler ve yasalar gelebilmektedir. Bir evliliğin bütünü ile mecburi ya da gönüllü birer ilişkinin haline dönüşebilmiş ise, bu evliliğin içerisindeki uyumların bozulmuş olması, sorunların baş gösterebilmesi kaçınılmaz olabilmektedir (Yıldız, 2012, s. 12). Evlilik uyumu bireylerin birlikteliklerini ya da evliliklerinde sahip oldukları mutluluk ve hoşnutluk olarak da tanımlanmaktadır. Evlilik uyumu; çiftin evliliğinin tüm yönlerini kapsamına alarak, bireysel olarak duymuş oldukları memnuniyet seviyesi biçimi şeklinde tanımlanırken, diğer bir

tanımdaysa bireylerin evlilik biçiminde bireysel ihtiyacın yerine getirilmesi seviyesine ait algı biçiminde ifade edilmiştir (Hoşgör, 2013, s. 17).

Tüm evli çiftlerin evlilik sürecinde elde etmiş oldukları doyum, evlilik başarısı veya karşılıklı olumlu etkileşim başarıları olarak tanımlanmaktadır. Kişinin evliliğiyle ilgili doyum hisleri evliliklerindeki “mutluluk” olarak isimlendirilmektedir. Bireyin evlilikleri, genel duygularıyla birlikte evlilik ilişkilerinin belli yönleri hususundaki duygularını da içermektedir (Yılmaz, 2000, s. 27). Evlilik doyumu kişinin evlilikleri hususundaki genel duygularının ve bunların yanı sıra, ilişkilerinin belli yönleri hususundaki duygu durumlarını kapsamına almaktadır. Evlilik uyumu ise; evli çift evliliğinde işlevsellik ve başarıyı da ortaya koyan, evlilikle beraber “mutluluk” teorilerini de içeren genel bir süreçtir (Kalkan, 2002, s. 25).

Evli çiftler evliliklerinden önce “sen” veya “ben” hayatlarının yerine evlilik sonralarında, “biz” yaşantılarını ele almaktadırlar. “Biz” hayatını sürdürebilmeleri için, kadınların da erkeklerin de bulunmuş oldukları sistemin içinde uygun rolleri benimseyebilmeleri ve iletişim tekniğini uygulayabilmeleri gerekmektedir. İletişim bozukluklarının ana sebebi erkek ve kadınların “biz” hayatını benimsemeleri ve her duruma karşı rolleri oynayamamasıdır. Bu tarz iletişim bozukluklarında ruh sağlıklarının üstünde de olumsuz etkiler gösterebilmektedir (Köknel, 1994, s. 94).

Evlilik ilişkisi; bireyin hayatının üçte birinden daha çok bölümünü kapsamına alan bir ilişki olması sebebiyle, büyük bir karardır. Evlilik ile birlikte çiftin kurmuş olduğu yuvada aile yaşamının temelinde, eşler arasında etkileşim ve iletişim oluşturulmaktadır. Eşler, aynı evi paylaşmaktadırlar ve yaşamlarında alınan kararlarla beraber sorumluluk almaktadırlar ve duygusal yönden birbirlerine bağlanmaktadırlar. Evli çiftler arasındaki çeşitli sebepler nedeni ile problemler ortaya çıkmaktadır. Eşlerin birbirleri ile iletişim kuramaması, duygularını ifade edememeleri, problemlerinin çözülememesi ve bastırılması hususunda, psikolojik yönden sağlıklı birer aile yapısının varlığından bahsedilebilmektedir (Demiray, 2006, s. 26).

Evlilik, çiftlerin karşılıklı olarak ihtiyaçlarını gidermek, çocuk sahibi olmak, sevgi, saygı, güven ve sadakat temelinde mutlu bir ömür sürmek beklentisiyle kurdukları birliği ifade etmektedir. Beklenti bu birliğin bir ömür sürmesi yönünde

olsa da her zaman mutlu sonlar yaşanmamakta, uyumsuzluktan kaynaklanan sıkıntılı süreçler ya da boşanmalar gerçekleşmektedir. Evlilik kurumunda uyumsuzlukların arttığı, evlilik birliğini devam ettirmenin giderek daha zor bir hal aldığı yapılan araştırma ve istatistiklerle de doğrulanmaktadır. Nitekim Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2015 tarihli verilerine bakıldığında 2015 yılı evlenme oranlarının 2014'le kıyaslandığında %0.1 azaldığı, 2015 boşanma oranlarının ise 2014'e göre %4.5 oranında arttığı dikkat çekmektedir (Aycanoğlu ve Ünsal, 2017, s. 164).

İnsan sosyal bir canlı olarak toplum içinde ve sürekli başka insanlarla iletişim halinde yaşamaktadır. Bu nedenle uyum becerisi gelişmiş olan insanın mutlu, huzurlu ve daha da önemlisi sağlıklı kalabilmesi bu becerisini kullanma potansiyeli ile yakından ilgilidir. Sosyal yaşantımızın en önemli ve en uzun soluklu dönemi olarak kabul edilen evlilik için de mutluluğun ve devamlılığın sağlanması uyum sağlamayı gerektirmektedir. Evlilik uyumu temelde ailenin de sağlam ve sağlıklı olmasının, çocukların mutlu ve sağlıklı bireyler olarak yetişmesinin ve nihayet toplumsal sağlığın da temel ihtiyaçları arasında bulunmaktadır. Eşlerin hayatın tüm alanlarında birbirlerini dinleyerek, anlayarak, birlikte karar alarak ve doğru iletişimle sorunlara yapıcı yaklaşımlar getirerek ortaya koydukları olumlu tutumlar evlilik uyumu kavramı içinde değerlendirilmektedir (Demir, 2018, s. 7-8).

Aile ve evlilikle ilgili olarak son dönem araştırmalarda üzerinde dikkatle durulan konulardan biri de evlilik uyumudur. Çünkü yapılan çalışmalar mutlu ve sağlıklı evliliklerin eşler arası uyumun yüksek olduğu evlilikler olduğunu göstermektedir. Uyum düzeyi yüksek olan çiftlerin evlilikten sağladıkları tatmin ve yaşam doyumlarının da yüksek olduğu, karşılaşılan sorunlarla baş etmede uyumsuz çiftlere nazaran daha başarılı oldukları düşünülmektedir. Evlilik uyumu mutlu ve başarılı bir evlilik yaşantısının ötesinde bireylerin ruh ve beden sağlığını da doğrudan etkileyen bir durumdur. Çünkü evlilik uyumunun olmaması, evlilik doyumunun ve yaşam kalitesinin de düşük olmasına neden olmaktadır ve uzun vadede bu durum sadece evlilikleri değil bireylerin sağlığını da tehdit etmektedir (Bayraktaroğlu ve Çakıcı, 2013, s. 299).

Evlilik uyumu, kişinin evlilikle ilgili beklenti ve değerlendirmelerinin kendi evliliğine yansımaları ve kişinin evliliğiyle ilgili sahip olduğu öznel değerlendirmeyi tanımlamaktadır. Evlilik uyumu, evliliğin taraflarının ihtiyaçlarının doyurulması bakımından da önemlidir ve birçok araştırmacıya göre de evlilik uyumu

ile evlilik doyumu birbirine oldukça yakın, iç içe geçmiş kavramlardır. Her iki kavram da evliliğin harmonisini, işleyişini ve devamlılığını ifade etmekte kullanılmaktadır (Aycanoğlu ve Ünsal, 2017, s. 164).

Çiftlerin karşılıklı olarak olumlu ilişkiler geliştirdikleri, etkileşimin yüksek olduğu, ortak konularda ortak kararların alınabildiği, problemlerin yapıcı yaklaşımlarla çözülebildiği evlilikler uyumlu, uyumun var olduğu evlilikler olarak kabul edilmektedir. Diğer yandan bu uyuma etki eden unsurlar da (bireysel özellikler, demografik özellikler, bağlanma türleri, çevresel unsurlar vb.) kavramın açıklanmasında göz ardı edilmemekte ve evlilik uyumu araştırmalarda tüm boyutları ile alınmaktadır. Bu bağlamda evlilik uyumu çeşitli unsurların etkileşiminin bir sonucu olarak çiftlerin evlilik yaşantısından elde ettikleri uyumu ve tatmini ifade etmektedir (Taycan ve Kuruoğlu, 2014, s. 10).

Evlilik uyumu bazı araştırmacılar tarafından tarafların evlilik kavramına yükledikleri anlama bağlı olarak oluşan bir olgu olarak görülmektedir. Bir başka deyişle eşler, evliliğe yükledikleri anlamlar ve beklentiler bakımından hemfikir olduklarında, birbirlerini bu anlamda açık ve net olarak görüp anladıklarında, sağlam, iyi niyete dayalı ve uyumlu bir beraberlik mümkün olmaktadır. Ancak evliliğe yüklenen anlamlar ortak değilse, bakışta, algılayışta ve beklentilerde derin farklılıklar varsa bir uyumun oluşması oldukça zordur (Erbek vd., 2005, s. 73).

Evlilik uyumunun bireylerin mutluluğuyla, evliliğin kalitesiyle ve eşlerin elde ettiği doyumla ilişkilendirilen oldukça kapsamlı ve işlevsel bir kavram olarak ele alındığı görülmektedir. Bu uyumun yüksek olması mutluluğu ve doyumu yükselten bir etken olarak görülürken, uyumun yetersiz olduğu ya da bozulduğu evliliklerde bireylerin hem ruhsal hem de bedensel olarak olumsuz etkilendiği, doyum elde edemedikleri ve ilişki kalitesinin düştüğü ifade edilmektedir. Evlilik doyumundan farklı olarak evlilik uyumunda taraflar bireysel olarak değil karşılıklı ilişkilerinin niteliği bakımından değerlendirilmektedir. Bu bağlamda evlilik uyumunun bir toplam olduğunu ve bu toplamın tarafların doyumunu ve mutluluğunu doğrudan etkilediğini söylemek mümkündür (Uluyol, 2014, s. 23).

2.5.2.Evlilikte Çift Uyumunu Etkileyen Faktörler

Duyguların ifade edilebilmesi “evlilik uyumu” hususunda üstünde durulan faktördür.Evlilik uyumunun arttırılmasının ve aile kurumunu koruyabilmenin uygun birer yöntemi olarak; eşler arasında oluşacak birçok problem açıkça tartışılarak, konuşularak, anlayış ve hoşgörü sınırını çözebilmek için hazırlayabilmek ve bu çatışmalar ile, problemleri çözebilme beceresi ve baş edebilme yolları öğretilerek kabul edilmektedir (Ersanlı ve Kalkan, 2008:29). Çiftlerin evlilik ilişkisi yalnızca “kültürel, ekonomik ve sosyal” bir iletişim içinde değil, çiftlerin arasında cinsel birlikteliğin yaşanmış olması büyük bir önem arz etmektedir. Evli kişiler evlilik ortamlarındaki bu konularda sorumluluk almaları ve karşısındaki bireye de memnuniyet sağlamaları gerekmektedir. Bu biçimde eşler arasındaki bir bütünleşmeden bahsedilmiş olması gerekir. Çiftlerin cinsel birliktelikleri yeterince sağlanmaz ise, bu durumun sonuçlarında “evlilikte uyum” problemleriyle karşılaşılabilir ve bu problemler ile çiftler yıpranabilmektedir (Gülsün, Ak ve Bozkurt, 2009, s. 31).

Çiftlerin başarılı bir evlilik ortamını sağlayabilmesi için, elbette ki kısa bir süre içinde sağlayabilecek bir husus değildir. Bu dengenin kurulabilmesi için, eşlerin birbirlerini daha iyi tanıyabilmesi ve özverili olabilmesi ile zaman içinde mümkün olabilmektedir. Eşler arasındaki cinsel problemlerin oluşabilmesi olağan bir husustur. Bu problemleri çözüme kavuşturabilmek için, evlilerin karşılıklı konuşabilmeleri ve cinsellik anlamında tartışmaları gerekmektedir. Başarılı evliliklerde kişiler başkaları ile konuşmadıkları birden fazla konuyu birbirleri ile açık bir şekilde konuşabilirler. Bu durumlarda yapıcı tartışmaları yapabilmek oldukça önemlidir. Eşlerin cinsel konuda problemleri ile ilgili fedakârlık göstermesi ve bu problemler için çaba sarf etmeleri, eşler arasındaki bozulan uyumu yeniden sağlamaya yardımcı olabilmektedir (Poroy, 2006, s. 32).

Yavuzer (2005)çiftlerin evlilik uyumuna etki eden bir faktöre değinmiştir. Baba ve anneler ergenlik dönemlerindeki çocukları ile yaşamış oldukları tartışmalar ile, gelişimsel problemleri ve evlilik sorunlarını nasıl etki ediyorsa, ergenlik dönemlerinde çocuktaki evlilik ilişkilerine benzer bir biçimde etki edebilmektedir. Ergenlerin yaşamış oldukları gelişimsel dönemler gereğinde uyum sorunları ve sıkıntılar aile içerisinde birden fazla stres faktörü olarak ortaya çıkmıştır (Yavuzer, 2005, s. 288-289). Yalnızca ergenlik dönemlerinde değil, aileye yeni katılım

gösteren çocuklarda evlilik uyumlarından etkilenebilmektedir. Çiftlerin plan yaparak ve isteyerek çocuklarını dünyaya getirmiş olsalar da bu dönemlerde beklenilmeyen bir kriz ortamı olarak yine karşılaşılabilmektedir. Bu durumla karşılaşılmasının nedeni ise, aile içerisindeki dinamiklerin değişmiş olması ve yeni durumlara uyum sağlama çabalarından kaynaklandığı belirtilmiştir (Baltaş ve Baltaş, 2008, s. 111-112).

Hoşgör (2013) ise, çiftlerin evlilik uyumuna etki eden faktörleri şu şekilde ifade etmiştir; *“evli çiftlerin fikir anlamında uyuşmuş olması, uyuşamadıkları durumlardaysa bu ayrışmaları çözme becerisi, duygularını rahatlıkla ifade edebilmeleridir.”* Aynı zamanda, çiftlerin birbirlerine karşı memnun oldukları veya olmadıkları yönünden düşünceleri, evliliklerinin sürdürülür olup olmadıkları hususunda çıkarımlarının olması, Hoşgör’e göre evlilik uyumuna etki eden faktörlerdir (Hoşgör, 2013, s. 13).

Evlilikten sonra ailede birliktelik ve düzenin meydana getirebilmesi için, eşler arasında “finansal, idari ve psikososyal” mevzularda ortak birer karara ulaşmaları ve uyum sağmaları gerekmektedir. Bu durumun tersine bir durum olması, ailenin işleyişinde birliktelik ve uyum sağlanabilmesinde problemler yaşanabilmektedir. Aile içerisindeki anlaşmazlıkların oluşması, dağılmalar ve duygusal çöküş ile ortaya çıkabilmektedir (Hoşgör, 2013, s.14).

Gelişim ve değişim tarihin her döneminde var olan bir gerçeklik olmakla birlikte, içinde bulunduğumuz çağda çok daha hızlı ve etkisi daha güçlü bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Hem toplumumuzda hem de dünyanın geri kalanında sosyal, kültürel, teknolojik ve ekonomik anlamda yaşanan hızlı değişimler sadece bireyi, toplumu değil toplumun tüm kurumlarını ve dolayısıyla evliliği de derinden etkilemektedir. Hayatın her alanında karşımıza çıkan bu hızlı ve köklü değişimlere uyum sağlamakta zorlanan bireyin ve toplumun yaşadığı uyumsuzluk evlilik ilişkisinde de ortaya çıkmaktadır. Evlilikle ilgili problemlerin de bu problemlerin çeşitliğinin de arttığı günümüzde evlilik uyumunun azaldığı ve evliliğin devamlılığı konusunda uyum problemlerinin önemli yer kapladığı düşünülmektedir (Şener ve Terzioğlu, 2008, s. 8).

Aile, evlilik bağıyla ortaya çıkan bir kurumdur. Bu kurum içinde erkekle kadının cinsel birlikteliği meşrulaşmakta, ekonomik anlamda bir ortaklık oluşmakta

ve yasal bakımdan da çocuk sahibi olmak ve büyütmek için gereken ortam yaratılmaktadır. İnsanları evlenmeye sevk eden nedenler de ekonomi, statü elde etme isteği, cinsel tatmin için meşru zemin ihtiyacı ve sahiplenme eğilimi olarak genellemektedir. Dolayısıyla evlilik tarafların karşılıklı olarak gereksinimlerinin karşılandığı aile birliğinin ilk adımıdır. Bu birliği motive eden temel unsurlar ise birlikte uzun bir yaşam, neslini devam ettirme arzusu ve karşılıklı olarak seçme, seçilme, haz, mutluluk, sevgi, uyum ve güven ihtiyaçlarının karşılanmasıdır (Sungur vd., 2017, s. 70-71).

Evlilik, taraflara hem sorumluluk hem de eş olma rolünü yüklemekte, taraflar ise karşılıklı olarak beklenti içine girmektedirler. Evlilikte ortaya çıkan her türlü çatışma ve anlaşmazlıkta tarafların hissettikleri, gösterdikleri tepkiler ve eşlerinin tutumlarına yönelik beklentileri farklılaşabilmekte, bu süreçlerin uyumlu bir şekilde yönetilmesi ise evlilik doyumunun düzeyini belirlemektedir. Çünkü evlilik doyumu temelde çiftlerin birbirleri ve evlilikleri ile ilgili değerlendirmelerinin olumlu yönde olmasını ifade etmektedir. Diğer yandan sıkıntısız tek düze bir yaşam da mümkün değildir ve karşılaşılan zorluklar zaman zaman çatışmalara neden olmaktadır. Böyle durumlarda verilen tepkiler, sergilenen tutumlar eşlerin beklentilerini karşılamadığında olumsuz değerlendirmelere, hayal kırıklıklarına hatta ayrılıklara neden olmaktadır. Nitekim gün geçtikçe artan boşanma oranları da tarafların benzer kritik süreçleri iyi yönetemediğini göstermektedir (Güven ve Sevim, 2005, s. 50).

Literatürde evliliği ve evlilik uyumunu inceleyen çok sayıda araştırma olduğu göze çarpmaktadır. Araştırmaların evlilik uyumunu genellikle nedensellik ve karşılıklı sorumluluk yüklemeleri bağlamında ele aldıkları dikkate alındığında çok sayıda ortak görüş ve genelleme ortaya çıkmaktadır. Buna göre; uyumsuz olarak nitelenen evliliklerde taraflar bu uyumsuzluğun sorumluluğunu eşlerine yüklemekte ve evliliklerindeki tüm olumsuz yaşantıların değişmeyecek türden ve kalıcı olduğuna inanmaktadırlar. Yine uyumsuz evliliklerde eşler birbirlerinde gördükleri olumlu tutumları doğrudan çevresel faktörlere bağlayarak geçici ve değişebilir tutumlar olarak algılamaktadırlar. Yani eğer uyumsuz bir evlilik söz konusuysa eşler karşılıklı olarak birbirlerinin olumsuz tutumlarını karakter özellikleri ile olumlu tutumlarını ise tamamen dış faktörler üzerinden açıklama eğilimindedirler. Evlilik uyumunun var olduğu durumlarda ise bu algının tam tersi şekilde işlemektedir. Stresin yoğun olduğu evliliklerde olmayanlara kıyasla yaşanan tüm olumsuzlukların genele

yayılarak algılandığı ve kendi bağlamından çıkarılarak evliliğin bir bütün olarak olumsuz değerlendirilmesine neden olduğu düşünülmektedir (Atçeken, 2014, s. 14-15).

Evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilediği düşünülen bir başka unsur ise çözülemeyen problemlerdir. Özellikle son yıllarda hızlı bir şekilde artan boşanma oranlarında bu unsurun etkisi oldukça yüksektir. Evlilik içi problemlerin çözümsüz kalması, zaman içinde eşler arasındaki uyumu bozarak daha büyük problemlere en nihayetinde boşanmaya sebep olabilmektedir. Ülkemizle ilgili resmi araştırmaların rakamlarına göre de evlenme oranları geçmiş yıllara göre çok düşük seyrederken, boşanma oranları hızla yükselmektedir. Evlilik uyumu, sağlıklı bir ilişkinin temel gereksinimidir ve eksikliği büyük sorunlara, ayrılıklara neden olmaktadır. Çözülmemiş problemler, bu uyumu bozan en önemli faktörler arasında yer almakta ve araştırmalara konu olmaktadır (Demir, 2016, s. 1).

Evlilik uyumuna etkisi olduğu düşünülen başlıca unsurlar arasında cinsellik yer almaktadır. Nitekim çok sayıda araştırma cinselliğin evlilik uyumunda ve evlilikle ilgili problemlerde nedensellik anlamında ilk sıralarda yer aldığı altını çizmektedir. Cinsel işlev bozukluğu, danışmanlara ya da kliniklere başvuran, terapi gören evli çiftlerde sık rastlanan bir bulgu olarak bildirilmektedir. Amerika'da sürdürülen bir başka çalışmada ise evlilik sürecinin zaman içinde cinselliğe etki ettiği, evlilik içi tüm çatışma, tartışma ve uyum bozukluklarının cinsellik öne sürülerek ifade edilmeye çalışıldığı, cinselliğin çoğu zaman perdelenen başka uyumsuzluklara gerekçe olarak öne sürüldüğü sonucuna varılmıştır. Diğer yandan zaman içinde zedelenen güven, ilgi, sevgi, bağlılık ve uyumun evlilik doyumunu artıran birincil unsurlar olduğu bilinmektedir. Evlilikte uyumun ve doyumun yüksek olması çiftlerin cinsel yaşamlarına olumlu yansımakta, bu tatminlerdeki azalma ise cinselliği olumsuz etkilemekte, cinsellik bu süreçte hem neden hem de sonuç olarak öne çıkarılmaktadır. (Erbek ve diğ., 2005, s. 73).

Evlilik bir yönüyle duygusal anlamların yüklendiği, birçok toplum tarafından kutsallık atfedilen bir kurum olsa da bir yönüyle de iki taraf arasında gerçekleşen bir sözleşme akitidir. Toplumun da onayını alan bu kurum içinde eşler hayatın sorumluluklarını paylaşmak ve üstlerine düşmek üzere karşılıklı bir anlaşma yapmaktadırlar. Evliliğin doğası itibariyle de ekonomik, fizyolojik ve psikolojik sorumluluklar, beklentiler vardır. Bireyler gereksinimlerini karşılıklı olarak

karşılıklı olarak aynı zamanda birbirlerine destek olmakta, sorumlulukları birlikteliğin olumlu özellikleriyle destekleyerek yerine getirmektedirler. Dolayısıyla görev ve sorumlulukların önemsendiği, karşılıklı desteğin sağlandığı ve doyum elde edilen evliliklerde eşler arası uyumun da yüksek olması beklenmektedir (Kul, 2019, s. 17).

2.5.3.Evlilik Uyumunun Etkileri

İnsanın gelişimi tek boyutlu olmayıp psikolojik, fizyolojik ve sosyal boyutların tümünün etkileşimi ile yol almaktadır. Bu nedenle son dönem çalışmalarda bu unsurlar bir bütün olarak ele alınmaktadır. Evlilik uyumu, hem evliliğin tarafları arasındaki ilişkilerin açıklanması hem bireysel özelliklerin açıklanması hem de çocuk davranışlarının açıklanması bakımından önemli ve etki alanı geniş bir kavramdır. Çocukların benlik algısının, psikolojik sağlamlığının, akademik başarısının ve sosyal yeterlilik düzeylerinin ebeveyn tutumlarından etkilendiği, dolayısıyla evlilik uyumunun sadece eşleri değil çocukları da etkilediği konusunda görüş birliği bulunmaktadır (Yılmaz, 2001, s. 2-3).

Evlilik uyumunun düşük olması evlilik içinde daha fazla anlaşmazlık ve çatışmaya neden olmaktadır. Bu durum evde mutsuz ve gergin bir ortam yaratmakta, bu ortam sadece çatışmanın tarafları olan eşleri değil çocukları da fazlasıyla etkilemektedir. Nitekim yapılan çok sayıda çalışmada uyumsuz evliliklerin ve çatışmanın hakim olduğu aile ortamlarının, o ailede büyüyen çocuklarda da uyum sorunlarına yol açtığı, saldırganlık, anksiyete ve başka psikolojik problemlerle birlikte çocukta uyum sorunlarına neden olduğuna dikkat çekmektedir. Rol model olarak ebeveyn davranışlarını örnek alan çocuklar, gelecek yaşantılarında benzer davranışlar sergileyebilmektedirler (Erbek ve diğ., 2005, s. 40).

Evlilikte uyum ya da uyumsuzluk yeni bir durum olmamakla birlikte, çağımızın hızlı gelişmelerine paralel olarak değişen roller, ihtiyaç ve beklentiler evlilikte uyum problemlerinin boyutunu büyütülmektedir. Dolayısıyla çözümü noktasında yapılan çok sayıda araştırmanın eşler arası iletişime odaklandığı dikkat çekmektedir. Ve bu araştırmaların sonuçları göstermektedir ki birbiri ile yeterli, açık ve sağlıklı iletişim kurabilen çiftlerin evlilik uyum düzeyleri de belirgin derecede yüksektir. Evlilik uyum düzeyinin yüksek olması ise evlilik doyumunu artırırken bireylerin daha mutlu, başarılı ve yaşam olayları karşısında daha dirençli olmasını

sağlamakta, uyumlu çiftler birbirlerine karşı sorumluluk ve beklentilerinde dengeli ve gerçekçi olurken müşterek hedefler doğrultusunda yürürken değişen koşullara çok daha başarılı adapte olmaktadırlar (Şener ve Terzioğlu, 2008, s. 8-9).

Çevreyle iletişim halinde ve uyum içinde olmak insanın varoluşsal bir özelliği ve aynı zamanda ihtiyacıdır. Doğası gereği sosyal gruplar içinde yaşamını sürdüren insan, çevresine, diğer insanlara ve onu çevreleyen koşullara uyum sağlayabildiği oranda mutlu ve sağlıklıdır. Evlilik, iletişimin, etkileşimin daha önemli olduğu bir kurumdur ve bu konuda yapılan bazı çalışmalara göre, müşterek hedefler, müşterek problemler karşısında gösterilen istikrarlı bir uyum, bireylerin evliliklerinin geleceğine güvenle bakmaları, kendilerini mutlu, memnun hissederek doyum almaları, sağlamlık durumlarını muhafaza etmeleri ve yaşamın diğer alanlarında başarılı olarak hedeflerine daha kolay ulaşmalarının da belirleyicisidir (Demir, 2016, s. 7-8).

Evlilik uyumu cinsel yaşama da etki ederken çiftler arası ilişkiye de yön vermektedir. Bu konuda yapılan kontrol gruplu bir araştırmaya göre deney grubunun cinsel uyum puanlarının kontrol grubunun puanlarına göre daha düşük ve deney grubunda kadınların erkeklere oranla cinsel uyum düzeyleri daha düşük olarak bulunmuştur. Cinsellik için zorlama boyutunda ise kontrol grubunda bu duruma hiç rastlanmazken deney grubunda kısmen de var olduğu ve zorlayan tarafın belirgin olarak erkekler, zorlanan tarafın ise kadınlar olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırma verileri evlilik uyumunun yüksek olduğu çiftlerde cinsel sorunların düşük, evlilik uyumunun düşük olduğu çiftlerde ise cinsel sorunların fazla olduğunu göstermektedir (Erbek ve diğ., 2005, s. 79-80).

Çevreyle iletişim halinde ve uyum içinde olmak insanın varoluşsal bir özelliği ve aynı zamanda ihtiyacıdır. Doğası gereği sosyal gruplar içinde yaşamını sürdüren insan, çevresine, diğer insanlara ve onu çevreleyen koşullara uyum sağlayabildiği oranda mutlu ve sağlıklıdır. Evlilik, iletişimin, etkileşimin daha önemli olduğu bir kurumdur ve bu konuda yapılan bazı çalışmalara göre, müşterek hedefler, müşterek problemler karşısında gösterilen istikrarlı bir uyum, bireylerin evliliklerinin geleceğine güvenle bakmaları, kendilerini mutlu, memnun hissederek doyum almaları, sağlamlık durumlarını muhafaza etmeleri ve yaşamın diğer alanlarında başarılı olarak hedeflerine daha kolay ulaşmalarının da belirleyicisidir (Demir,2016, s. 7-8).

Evlilik uyumu cinsel yaşama da etki ederken çiftler arası ilişkiye de yön vermektedir. Bu konuda yapılan kontrol gruplu bir araştırmaya göre deney grubunun cinsel uyum puanlarının kontrol grubunun puanlarına göre daha düşük ve deney grubunda kadınların erkeklere oranla cinsel uyum düzeyleri daha düşük olarak bulunmuştur. Cinsellik için zorlama boyutunda ise kontrol grubunda, bu duruma hiç rastlanmazken deney grubunda kısmen de var olduğu ve zorlayan tarafın belirgin olarak erkekler, zorlanan tarafın ise kadınlar olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırma verileri evlilik uyumunun yüksek olduğu çiftlerde cinsel sorunların düşük evlilik uyumunun düşük olduğu çiftlerde ise cinsel sorunların fazla olduğunu göstermektedir (Erbek ve diğ., 2005, s. 7980).

2.6. İlgili Araştırmalar

Literatür incelendiğinde evlilik uyumuna ilişkin yurt içi ve yurt dışı literatürde birçok araştırmanın gerçekleştirildiği görülür. Bu kısımda ilgili araştırmalardan örnekler sunulmuştur.

Navran (1967) 24 mutlu ve 24 mutsuz çiftten oluşan orta sınıf bir örneklem kullanarak yaptığı çalışma, evlilik uyumunun iletişim becerileriyle ilişkili olduğunu buldu. Evlilik uyumu yüksek olan çiftler, evlilik sorunlarıyla etkili bir şekilde başa çıkmak için iletişim becerileri edinmiştir. Evlilikte daha az rahat olanların olumsuz iletişim tarzları ve problem çözme becerileri geliştirdikleri bildiriliyor.

Şener ve Terzioğlu'nun (2008) araştırmasında bazı demografik değişkenlerin evlilik uyumuna etkisi ele alınmıştır. Evli çiftlerden toplanan verilere göre ortalama evlilik uyum düzeyi 104.03 olarak belirlenirken, uyum puanlarının erkek katılımcılarda daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmaya göre eğitim seviyesindeki, aylık gelir düzeyindeki artış eşlerin evlilik uyum düzeyini artırmaktadır. Duyguların ve karşılıklı düşüncelerin rahatlıkla ifade edilebilmesinin ve bunun yarattığı memnuniyetin de evlilik uyumunu artırdığı sonucuna varılmıştır (Şener ve Terzioğlu, 2008: 18-19).

Yalçın'ın (2014) Kadınlara sosyo-demografik özelliklerinin evlilik uyumuna etkisinin araştırıldığı bir çalışmada, çalışma grubundaki kadınların olumlu iş ve aile yaşamlarının etkilendiği, evliliğe uyum ve yaşta anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. 41 ve üzeri yaş grubundaki kadınların evlilik uyumları, 21-30 yaşlarındaki kadınlara

göre daha yüksek olduğu, çalışma grubundakilerin 36,8%'i evliliğini genel anlamda “iyi” olarak değerlendirdiği, kadınların 33,9%'u sorunlar karşısında “sessiz kalma” tutumunu sergilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Özden (2014) araştırmasında, evli bireylerin, demografik değişkenleri ve otomatik düşünceleri ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemiş, 159 katılımcının cevapları değerlendirildiğinde evlilik uyumuyla yaş, eğitim durumu, kaçınıcı evlilik olduğu, farklı şekilde evlenme, gelir düzeyi ve sahip olunan çocuk sayısının anlamlı farklılıklar bulunduğu ortaya çıkmıştır.

Kublay ve Oktan (2015) tarafından yapılan bir araştırma, bireysel evlilik uyumunu çeşitli psikososyal değişkenler, değer tercihleri ve öznel iyi oluşla ilişkili olarak inceledi. Rize'de yaşayan 452 evli kişiden toplanan veriler incelendiğinde, evlilik yatkınlığının meslek grubuna veya evlilik türüne göre değil, evlilik süresine bağlı olduğu görülmüştür. Öte yandan Yıldırım (2018), evlilik uyumu ile polis memurlarının problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi araştırmak için Karaman Eyaleti merkezi yönetiminde görev yapan 33 kadın, 176 erkek evli polis memuru ile yapılan araştırmanın sonucunda; kadın polislerin evlilikte problem çözme becerilerinin, erkek polislerden daha yüksek olduğu, flört ederek evlenen polislerin evlilik uyumunun görücü usulü ile evlenenlere göre daha düşük olduğu bilgisi ortaya çıkmıştır.

Erbil ve Hazer (2018) yaptıkları çalışmada çalışan bireylerin evliliğe uyumunu incelemişlerdir. 400 evli ve sosyal hizmet uzmanından alınan bilgiler, katılımcıların %20,3'ünün evliliğe uygun olduğunu ve %79,7'sinin evliliğe uygun olmadığını göstermiştir. Evliliğe uyum ile yaş, eğitim düzeyi, çalışma saatleri, aylık gelir, evlenme yaşı, evlilik şekli, evlilik süresi ve çocuk sayısı arasında anlamlı farklılıklar bulunmaktadır. Cinsiyet ve görev arasında anlamlı bir ilişki ise bulunamamıştır.

Yılmaz vd. (2018)'nin çiftlerin problem çözme yaklaşımları ile evlilik uyumu ilişkisini inceledikleri araştırmada, problemler karşısında aceleci ve kaçınan yaklaşımın evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilediği, fazla detaya inerek uzun süre sorunları irdeleme yaklaşımının da aynı şekilde evlilik uyumunu düşürdüğü sonucuna varılmış. Diğer yandan problemlere özgüvenli yaklaşımın ve planlı yaklaşımın evlilik uyumunu olumlu yönde ve anlamlı düzeyde artırdığı görülmüştür.

Araştırmanın diğer bulguları arasında, erkeklerin kadınlara oranla problem çözme beceri puanlarının daha yüksek olduğu, çocuk unsurunun evlilik uyumunu etkilemediği ve beş yıl ya da daha az süreli evliliklerde aceleci yaklaşımın daha çok tercih edildiği yer almaktadır.

Boylu'nun (2018), problem çözme becerisi ile eşlerin elde ettiği evlilik doyumuna bilinçli farkındalığın etkisini incelediği çalışmada, bilinçli farkındalığın problem çözme becerisini olumlu yönde ve anlamlı düzeyde etkilediği, evlilik doyumunu da aynı şekilde olumlu yönde ve anlamlı düzeyde etkilediği sonucuna varılmıştır. Araştırmada ayrıca problem çözme becerisinin katılımcı çiftlerin evlilik doyumunu da pozitif yönde etkilediği görülmüştür (Boylu, 2018: 62-66). İlgi çekici bir başka sonuç ise Mackey, Diener ve O'Brien'in (2000: 134) 35 yıl süreyle evli kalan 72 çiftin katılımıyla yaptıkları araştırmanın sonuçlarından elde edilmiştir. Araştırmaya katılan 144 katılımcı ile yapılan görüşmelerde, çiftlerin çatışma ve problemleri yönetme tarzını nelerin belirleyen en önemli faktörün çiftlerin geçmiş yıllardaki çatışma ve problem yönetme tarzı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kaçar (2018), uzun zaman devam eden flörtün bireylerin eş ve evlilik algısına etkisini ele almışlardır. Araştırmaya göre flört evlilik düşüncesi ve eş seçiminde etkili bir unsurdur ve bireyler ne kadar uzun dönem birbirleri ile flört ederlerse karşılıklı bağlılıkları da o nispete artış göstermektedir. Uzun süren flörtlerin aynı zamanda evlilikle ilgili algıyı olumlu yönde etkilediği, birbirini daha iyi tanıyan çiftlerin daha uyumlu bir evlilik yaşantısına sahip olduğu görülmüştür.

Uluyol (2014)'un araştırmasında bağlanma stillerinin evlilik uyumuna etkisini incelemiş, 260 evli bireyden toplanan veriler analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin evlilik uyum puanlarının güvenli bağlanana oranla düşüktür. Güvensiz bağlanma modelinde bireyin, eşiyile ilgili düşmanca tutum beklentisi eğiliminde olduğu, süreç içinde bu beklentinin hem güvensiz bağlanan tarafın hem de karşı tarafın tutumlarını olumsuz şekilde etkilediği sonucuna varılmıştır. Araştırmada ayrıca, kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin evliliklerinde de uyumun düşük olduğu, kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin ise kaçınıcı bağlanana oranla evlilik uyum puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Hekimoğlu ve Uluç (2019)'un araştırmasında da bağlanma örüntülerinin, çiftlerin evlilik uyumunu etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya 268 evli birey katılmış ve elde edilen veriler analiz edilmiştir. Buna göre, güvenli bağlanma modelinin evlilik uyumunu yükselttiği, güvensiz bağlanan bireylerin evlilik uyumu puanlarının daha düşük olduğu gözlenmiştir.

Literatür incelendiğinde evlilik uyumu ile ilgili çeşitli araştırmaların gerçekleştirildiği grlmektedir. Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri, evlilik öncesi kurulan ilişki, değerler, problem çözme becerisi ve benzeri gibi değerşenlerin ilişkili olduğu bulunmuştur. Evlilik uyumunda çiftlerin kurduğu iletişimin de etkili olduğu düşünülmektedir. özm odaklı dil kullanılarak kurulan iletişimin evlilik uyumunu pozitif etkileyeceği düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıklarını ve iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri ile evlilik uyumlarının ilişkisini ele alan bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle evli bireylerin demografik özelliklerine göre iletişimde çözüm odaklılıkları ve evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları ile evlilik uyumları arasındaki ilişkiler bu araştırma kapsamında incelenmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu kısımda araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama süreci, veri toplama araçları hakkında bilgi verilmiştir. Diğer taraftan araştırma verilerinin analiz süreci ve analizde kullanılan yöntemlere ilişkin bilgiler bu kısımda sunulmuştur.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama deseni uygulanmıştır. İlişkisel tarama deseni; iki ya da daha fazla değişken arasında birlikte değişim olup olmadığını ve değişim varsa bu değişimin derecesini belirlemeyi hedefler (Karasar, 2018). Araştırmada ilişkisel tarama modeli ile evli bireylerin farklı demografik özellikleri açısından iletişimde çözüm odaklılıkları ve ayrıca evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılık ile evlilik uyumları arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

3.2. Çalışma Grubu

Araştırma kapsamında kolayda örnekleme yöntemi ile çalışmaya katılmaya gönüllü evli kadın ve erkeklerden oluşan toplam 400 katılımcıya ulaşılmıştır. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1.Katılımcılara İlişkin Demografik Özellikler

Değişken	Kategori	N	%
Cinsiyetiniz	Kadın	204	51,0%
	Erkek	196	49,0%
	Toplam	400	100,0%
Yaşınız	20 yaş ve altı	6	1,5%
	21-30 yaş arası	163	40,8%
	31-40 yaş arası	88	22,0%
	41-50 yaş arası	104	26,0%
	51 yaş ve üstü	39	9,8%
	Toplam	400	100,0%
Eğitim durumunuz aşağıdakilerden hangisine uygundur?	Okuryazar değilim	0	0,0%
	İlkokul mezunuyum	0	0,0%
	Ortaokul mezunuyum	6	1,5%
	Lise mezunuyum	125	31,3%
	Ön lisans mezunuyum	40	10,0%
	Lisans mezunuyum	209	52,3%
	Lisansüstü mezunuyum	20	5,0%
	Toplam	400	100,0%
Gelir durumunuz aşağıdakilerden hangisine uygundur?	6000 TL ve altı	98	24,5%
	6001-8000 TL	110	27,5%
	8001-10.000 TL	140	35,0%
	10.001 TL ve üstü	52	13,0%
	Toplam	400	100,0%
Şu an kaçınıcı evliliğinizi yaşıyorsunuz?	İlk evliliğim	355	88,8%
	İkinci evliliğim	45	11,3%
	Üçüncü ve üstü evliliğim	0	0,0%
	Toplam	400	100,0%
Şuan gelir getiren bir işte çalışıyor musunuz?	Evet	251	62,7%
	Hayır	149	37,3%
	Toplam	400	100,0%
Kaç yaşında evlendiniz?	18 yaş ve altı	13	3,3%
	19-24 yaş	239	59,8%
	25-30 yaş	148	37,0%
	31 yaş ve üstü	0	0,0%
	Toplam	400	100,0%
Kaç çocuğa sahipsiniz?	0	37	9,3%
	1	90	22,5%
	2	248	62,0%

	3 ve üstü	25	6,3%
	Toplam	400	100,0%
Size göre ailenizin gelir düzeyi aşağıdakilerden hangisine uygundur?	Düşük	90	22,5%
	Orta	187	46,8%
	Yüksek	123	30,8%
	Toplam	400	100,0%
Kaç senedir evlisiniz?	0-1 yıl	33	8,3%
	2-7 yıl	168	42,0%
	8-13 yıl	76	19,0%
	14-19 yıl	52	13,0%
	20 yıl ve üstü	71	17,8%
	Toplam	400	100,0%

Tablo 1’de görüldüğü gibi araştırmaya toplamda 400 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılanların %51’i kadın, %49’u erkektir. Yaş düzeyine göre araştırmaya katılanların %1,5’u 20 yaş ve altı, %41’i 21-30 yaş arası, %22’si 31-40 yaş arası, %26’sı 41-50 yaş arası ve %10’u ise 51 yaş ve üstü yaş grubundadır. Eğitim durumuna göre katılımcıların %1,5’u ortaokul mezunu, %31’i lise mezunu, %10’u ön lisans mezunu, %52’si lisans mezunu ve %5’i ise lisansüstü mezunudur. Gelir durumuna göre katılımcıların %24,5’u 6000 TL ve altı, %27,5’u 6001-8000 TL, %35’i 8001-10.000 TL ve %13’ü ise 10.001 TL ve üstü gelir düzeyine sahiptir. Katılımcıların %89’u ilk evliliğini, %11’i ise ikinci evliliğini yaşadığını belirtmişlerdir. Gelir getiren bir işte çalışanların oranı %63, çalışmayanların oranı ise %37’dir. Evlenme yaşına göre katılımcıların %3’i 18 yaş ve altında, %60’ı 19-24 yaş aralığında ve %37’si ise 25-30 yaş aralığında evlendiğini belirtmişlerdir. Çocuk sayısına göre katılımcıların %9’u çocuğunun olmadığını, %22,5’u 1 çocuğu olduğunu, %62’si 2 çocuğu olduğunu, %6’sı 3 ve üstü çocuğunun olduğunu belirtmişlerdir. Katılımcıların %22,5’i ailelerinin gelir düzeyinin düşük düzeyde olduğunu, %47’si orta düzeyde olduğunu ve %31’i ise yüksek düzeyde olduğunu belirtmişlerdir. Evlilik süresine göre katılımcıların %8’i 0-1 yıl arası, %42’si 2-7 yıl arası, %19’u 8-13 yıl arası, %13’ü 14-19 yıl arası, %18’i 20 yıl ve üstü senedir evli olduklarını ifade etmişlerdir.

3.3. Verilerin Toplanması

Araştırmanın uygulama kısmına yönelik olarak verilerin toplanması çevrimiçi süreçlerle gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında ölçme araçları Google Forms sistemi üzerinden oluşturulmuş ve çalışmaya katılmaya gönüllü katılımcılara bağlantılar gönderilmiştir. Ayrıca araştırmanın katılımcılarına Bilgilendirilmiş Onam Formu sunulmuştur. Araştırmaya gönüllü bireyler araştırmaya dâhil edilmiştir. Katılımcılara istedikleri an araştırmadan çekilebilecekleri bildirilmiştir.

3.4. Veri Toplama Araçları

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formunda; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir durumu, bireyin evlilik sayısı, bireyin çalışma durumu, bireyin evlenme yaşı, bireyin sahip olduğu çocuk sayısı, bireyin kendi ailesinin ekonomik gelir durumu, bireyin evlilik süresi soruları yer almaktadır.

3.4.2. İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeği (İÇÖÖ)

İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeği (İÇÖÖ) Şahin ve Derin (2020) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilme sürecinde tarama yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin geliştirilme aşamasındaki örnekleme tekniği 18 yaş ve üstünde olan yetişkin bireylere yönelik olarak uygun/elverişli örnekleme tekniğidir. Toplamda 463 katılımcı üzerinde ölçek uygulanmıştır. İÇÖÖ'nun geçerlik çalışmasına bakıldığında ölçek toplamda üç faktörlü bir yapıdan oluşmaktadır. Ölçeği doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarından elde edilen RMSEA değeri .068 olarak kaydedilmiştir. RMSEA sonucu alınan değer ölçeğin üç faktörlü yapısının uyum halinde olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenirlik düzeyi (Cronbach Alfa) .87 olarak tespit edilmiştir. Tespit edilen bu değer ölçeğin güvenirlik düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu araştırmanın verileri ile ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliği hesaplanmıştır. Bu kapsamda ölçeğin genelinin Cronbach Alfa katsayısı .97, İletişime Çözüm Odaklı Müdahale Alt Boyutu'nun Cronbach Alfa katsayısı .92; İletişimde Çözüm Fırsatlarını Değerlendirme Alt Boyutu'nun Cronbach Alfa katsayısı .93 ve İletişime Çözüm Odaklı Yaklaşım Alt Boyutu'nun Cronbach Alfa

katsayısı ise .88 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda İÇÖÖ'nün güvenilirlik katsayısının oldukça yüksek olduğu belirtilebilir.

3.4.3. Evlilik Uyumu Ölçeği (EUÖ)

Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen Evlilik Uyumu Ölçeği, Tutarel-Kışlak (1999) tarafından Türkçe'ye dil ve kültür uyarlaması ile kazandırılmıştır. Temel olarak EUÖ, genel uyum, anlaşma alanlarının ölçümü, bağlılık ve iletişim boyutlarını kapsayan bir ölçektir. EUÖ'den alınan puan arttıkça, evlilik uyumu düzeyinin de arttığı görülmektedir. EUÖ'nün uyumlu ve uyumsuz bireyleri ayırt etmesine yarayan kesme noktası ise 43.5 olarak tespit edilmiştir. EUÖ'nün güvenilirlik düzeyi (Cronbach Alfa) .90 olarak kaydedilmiştir. mevcut araştırmanın verileri ile de ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik düzeyi hesaplanmıştır. Bu kapsamda hesaplanan Cronbach Alfa katsayısının .92 olduğu görülmektedir. Bu değer itibari ile ölçeğin güvenilirliğinin oldukça yüksek olduğu söylenebilir.

3.5. Verilerin Analizi

Bu çalışmada verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, T Testi, Kruskal Wallis-H, Anova, Pearson Korelasyon ve Basit Doğrusal Regresyon Analizleri uygulanmıştır. Testlerin uygulamasına geçilmeden önce verilerin normal dağılım sağlayıp sağlamadığını belirlemek adına çarpıklık (skewness), basıklık (kurtosis) katsayıları hesaplanmıştır. Hesaplama sonuçları Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2.İletişimde Çözüm Odaklılık ve Evlilik Uyumu Ölçek Puanlarına Ait Betimsel Derğerler

	N	\bar{X}	Ss	Çarpıklık	Basıklık	Std. Hata
İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeği Toplam	400	3,30	1,05	-,29	-1,67	,05
İletişime Çözüm Odaklı Müdahale Alt Boyutu	400	3,66	,95	-,41	-1,37	,04
İletişimde Çözüm Fırsatlarını Değerlendirme Alt Boyutu	400	2,99	1,30	-,21	-1,53	,06
İletişime Çözüm Odaklı Yaklaşım Alt Boyutu	400	3,26	,99	-,26	-1,50	,04
Evlilikte Uyum Ölçeği	400	2,41	,68	-,29	-1,46	,03

Normallik varsayımının karşılanması amacıyla çarpıklık ve basıklık referans değerinin ± 2 sınırları içerisinde olması, elde edilmiş verilerin normal dağılımdan büyük ölçüde sapmadığını ve dağılımın normal olduğunu göstermektedir (George ve Mallery, 2010). İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeği ve Evlilikte Uyum Ölçeği'ne yönelik olarak örneklem sayısı (N), ortalama (\bar{X}), standart sapma (Ss), çarpıklık (skewness), basıklık (kurtosis) ve standart hata (std. hata) verileri yukarıdaki Tablo 2'de gösterilmiştir. Normallik analizi sonucu elde edilen skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerlerinin ± 2 referans değeri aralığında olduğu tespit edilmiştir. Hem İÇÖÖ ve alt boyutları hem de EUÖ ile yapılacak olan analizlerde parametrik test uygulanmasının ön koşullardan biri olan normallik varsayımı karşılanmıştır.

Uygulamadan elde edilen verilerin analizinde normal dağılım varsayımının karşılandığı ve parametrik testlerin diğer varsayımlarının karşılandığı durumda iki boyutlu ilişkisiz örneklem ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını test etmek için t testi kullanılmıştır. İki den çok grupların örneklem ortalaması arasında farkın anlamlı olup olmadığını test etmek için Tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Parametrik testlerin varsayımlarının karşılanmadığı grupların karşılaştırılmasında ise Kruskal Wallis-H Testinden yararlanılmıştır. Araştırma kapsamında bağımsız değerken olan İletişimde Çözüm Odaklılık ve bağımlı değerken olan Evlilik Uyumu arasındaki ilişki, regresyon gerekli koşulların sağlandığı tespit

edilerek, basit doğrusal regresyon analizi ile incelenmiştir. Ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki ilişki, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısı kullanılarak hesaplanmıştır (Büyüköztürk, 2018). Araştırmada hata payı .05 olarak alınmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde evli bireylerin demografik niteliklerine göre iletişimde çözüm odaklılıklarına ilişkin bulgular sunulurken ardından evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılıkları ile evlilik uyumları arasındaki yordayıcı ilişkileri ortaya koyan sonuçlara yer verilmiştir.

4.1.İletişimde Çözüm Odaklılık Düzeyi ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki

İletişimde Çözüm Odaklılık Düzeyi ve sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiyi tespit edebilmek amacıyla iki kategoriye sahip değişkenler için varyans homojenliğinin karşılandığı durumlarda Bağımsız Örneklem T-Testi, varyans homojenliğinin karşılanmadığı durumlarda Mann-Whitney U testi; ikiden fazla kategorik değişkenler için varyans homojenliği varsayımının karşılandığı durumlarda Tek Yönlü Anova, varyans homojenliği varsayımının karşılanmadığı durumlarda ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır. İki den fazla kategoriye sahip değişkenlerin post-hoc analizi için varyans homojenliği varsayımının karşılandığı durumlarda Tukey, varyans homojenliğinin karşılanmadığı durumlarda ise Tamhane's T2 analizi uygulanmıştır.

Tablo 3.Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	Ort±Ss	t	p
İÇÖÖ	Kadın	3,55±0,97	5,14	,000*
	Erkek	3,03±1,06		
İÇOM	Kadın	3,93±0,82	6,10	,000*
	Erkek	3,37±1,00		
İÇFD	Kadın	3,30±1,25	5,18	,000*
	Erkek	2,65±1,28		
İÇOY	Kadın	3,43±0,93	3,64	,000*
	Erkek	3,08±1,01		

İÇÖÖ: İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeği

İÇOM: İletişimde Çözüm Odaklı Müdahale

İÇFD: İletişimde Çözüm Fırsatlarını Değerlendirme

İÇOY: İletişime Çözüm Odaklı Yaklaşım

*. p< 0,05

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında, iletişimde çözüm odaklılık düzeyinin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir ($t= 5,14$, $p= ,00$, $p< ,05$). Kadınların iletişimde çözüm odaklılık düzeyi, erkeklerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklılık düzeyinin alt boyutlarına bakıldığında, iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyinin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir ($t= 6,10$, $p= ,00$, $p< ,05$). Kadınların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri, erkeklerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir ($t=5,18$, $p=,00$, $p> ,05$). Kadınların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri, erkeklerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişime çözüm odaklı yaklaşım düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir ($t= 3,64$, $p= ,00$, $p< ,05$). Kadınların iletişime çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinin, erkeklerin iletişime çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların Yaşa Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Yaş	Ort±Ss	f	p	Fark
İÇÖÖ	1. 20 yaş ve altı	2,73±0,36	19,19	0,00*	5> 2,3,4 4> 2
	2. 21-30 yaş arası	2,95±1,07			
	3. 31-40 yaş arası	3,29±0,96			
	4. 41-50 yaş arası	3,49±1,01			
	5. 51 yaş ve üstü	4,39±0,10			
İÇOM	1. 20 yaş ve altı	2,88±0,43	14,13	0,00*	5> 1,2,3,4, 4> 2 3> 2
	2. 21-30 yaş arası	3,36±0,94			
	3. 31-40 yaş arası	3,74±0,90			
	4. 41-50 yaş arası	3,82±1,01			
	5. 51 yaş ve üstü	4,45±0,19			
İÇFD	1. 20 yaş ve altı	2,80±0,45	19,43	0,00*	5> 1,2,3,4 4> 2
	2. 21-30 yaş arası	2,56±1,40			
	3. 31-40 yaş arası	2,91±1,16			
	4. 41-50 yaş arası	3,20±1,14			
	5. 51 yaş ve üstü	4,39±0,26			
İÇOY	1. 20 yaş ve altı	2,50±0,67	20,97	0,00*	5> 1,2,3,4 4> 2
	2. 21-30 yaş arası	2,94±0,95			
	3. 31-40 yaş arası	3,23±0,93			
	4. 41-50 yaş arası	3,44±0,99			
	5. 51 yaş ve üstü	4,33±0,25			

Yukardaki tabloda iletişimde çözüm odaklılık düzeyi ile yaş arasındaki ilişkinin istatistiksel değerleri gösterilmiştir. Yapılan analizlere göre iletişimde çözüm odaklılık düzeyi yaş düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 19,19$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 51 yaş ve üstü olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 21-30 yaş arası, 31-40 yaş arası ve 41-50 yaş arası bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. 41-50 yaş arasındaki bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri 21-30 yaş arası bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişime çözüm odaklı müdahale düzeyleri yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir ($f= 14,13$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 51 yaş ve üstü olanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri, 20 yaş ve altı, 21-30 yaş arası, 31-40 yaş arası ve 41-50 yaş arası olanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde

özüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($f= 19,43$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 51 yaş ve üstü olanların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri, 20 yaş ve altı, 21-30 yaş arası, 31-40 yaş arası ve 41-50 yaş arası bireylerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. 41-50 yaş arası bireylerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri, 21-30 yaş arası bireylerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde özüm odaklı yaklaşım düzeyi yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir ($f= 20,97$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 51 yaş ve üstü olanların iletişime çözüm odaklı yaklaşım düzeyleri, 20 yaş ve altı, 21-30 yaş arası, 31-40 yaş arası ve 41-50 yaş arası bireylerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. 41-50 yaş arası olanların iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyleri, 21-30 yaş arası bireylere göre anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

4.2. İletişimde Çözüm Odaklılık Düzeyi ile Eğitim Durumu Arasındaki İlişki

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi ile eğitim durumu arasındaki ilişkiyi tespit edebilmek amacıyla varyans homojenliği varsayımının karşılandığı değişkenlerde Tek Yönlü Anova, varyans homojenliğinin karşılanmadığı değişkenlerde ise Kruskal Wallis-H testi uygulanmıştır. İletişimde çözüm odaklılık düzeyinin eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını gösteren istatistiksel değerler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Yaş	Ort±Ss	f	p	Fark
İÇÖÖ	1. Ortaokul mezunuyum	1,84±0,34	67,04	0,00	5> 1,2,3
	2. Lise mezunuyum	2,46±0,82			
	3. Ön lisans mezunuyum	2,95±1,00			
	4. Lisans mezunuyum	3,84±0,80			
	5. Lisansüstü mezunuyum	4,02±0,32			
İÇOM	1. Ortaokul mezunuyum	2,12±0,65	67,12	0,00	5> 1,2,3
	2. Lise mezunuyum	2,90±0,78			
	3. Ön lisans mezunuyum	3,40±0,92			
	4. Lisans mezunuyum	4,11±0,71			
	5. Lisansüstü mezunuyum	4,56±0,33			
İÇFD	1. Ortaokul mezunuyum	1,40±0,56	49,41	0,00	5> 1,2,3
	2. Lise mezunuyum	2,06±1,06			
	3. Ön lisans mezunuyum	2,42±1,23			
	4. Lisans mezunuyum	3,63±1,10			
	5. Lisansüstü mezunuyum	3,58±0,28			
İÇOY	1. Ortaokul mezunuyum	2,00±0,98	74,28	0,00	5> 1,2,3
	2. Lise mezunuyum	2,41±0,73			
	3. Ön lisans mezunuyum	3,03±0,93			
	4. Lisans mezunuyum	3,78±0,74			
	5. Lisansüstü mezunuyum	3,91±0,53			

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir ($f= 67,04$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Lisansüstü mezunu olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, ortaokul, lise ve ön lisans mezunu olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyi, bireyin eğitim durumuna

göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir ($f= 67,12$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Lisansüstü mezunu olanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri, ortaokul, lise ve ön lisans mezunu olanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi bireyin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($f= 49,41$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Lisansüstü mezunu olanların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri, ortaokul, lise ve ön lisans mezunu olanların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyi bireyin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir ($f= 74,28$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Lisansüstü mezunu olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyleri, ortaokul, lise ve ön lisans mezunu olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 6. Katılımcıların Gelir Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Yaş	Ort±Ss	f	p	Fark
İÇÖÖ	1. 6000 TL ve altı	2,46±0,71	101,25	0,00	4> 1,2
	2. 6001-8000 TL	2,82±1,05			
	3. 8001-10.000 TL	3,93±0,72			
	4. 10.001 TL ve üstü	4,18±0,31			
İÇOM	1. 6000 TL ve altı	2,82±0,62	112,09	0,00	4< 1,2
	2. 6001-8000 TL	3,27±0,97			
	3. 8001-10.000 TL	4,25±0,62			
	4. 10.001 TL ve üstü	4,46±0,24			
İÇFD	1. 6000 TL ve altı	2,03±0,85	90,84	0,00	4> 1,2
	2. 6001-8000 TL	2,34±1,20			
	3. 8001-10.000 TL	3,75±1,06			
	4. 10.001 TL ve üstü	4,07±0,56			
İÇOY	1. 6000 TL ve altı	2,53±0,79	74,47	0,00	4> 1,2
	2. 6001-8000 TL	2,85±1,10			
	3. 8001-10.000 TL	3,80±0,58			
	4. 10.001 TL ve üstü	4,02±0,44			

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($f= 101,25, p= 0,00, p< 0,05$). 10.001 TL ve üstü gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 6000 TL ve altı ile 6001-8000 TL arası gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyi gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 112,09, p= 0,00, p< 0,05$). 10.001 TL ve üstü gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri, 6000 TL ve altı ile 6001-8000 TL arası gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 90,84, p=0,00, p< 0,05$). 10.001 TL ve üstü gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri, 6000 TL ve altı ile 6001-8000 TL arası gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyi bireyin gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 74,47, p= 0,00, p< 0,05$). 10.001 TL ve üstü gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyleri, 6000 TL ve altı ile 6001-8000 TL arası gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 7. Katılımcıların Evlilik Sayısı Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Evlilik Sayısı	Ort±Ss	t	p
İÇÖÖ	İlk Evliliğim	3,42±1,01	6,85	0,00
	İkinci Evliliğim	2,34±0,79		
İÇOM	İlk Evliliğim	3,78±0,91	7,57	0,00
	İkinci Evliliğim	2,70±0,72		
İÇFD	İlk Evliliğim	3,13±1,26	6,59	0,00
	İkinci Evliliğim	1,83±1,00		
İÇOY	İlk Evliliğim	3,35±0,96	5,72	0,00
	İkinci Evliliğim	2,49±0,83		

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi bireyin evlilik sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($t= 6,85, p= 0,00, p< 0,05$). İlk evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, ikinci evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyi bireyin evlilik sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($t= 7,57, p= 0,00, p< 0,05$). İlk evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri, ikinci evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi bireyin evlilik sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($t= 6,59, p= 0,00, p< 0,05$). İlk evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri, ikinci evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyi bireyin evlilik sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t= 5,72, p=0,00, p< 0,05$). İlk evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyleri, ikinci evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 8. Katılımcıların Çalışma Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	Ort±Ss	t	p
İÇÖÖ	Evet	3,49±0,99	4,89	0,00
	Hayır	2,97±1,06		
İÇOM	Evet	3,85±0,91	5,49	0,00
	Hayır	3,33±0,93		
İÇFD	Evet	3,19±1,20	4,19	0,00
	Hayır	2,63±1,39		
İÇOY	Evet	3,43±0,95	4,71	0,00
	Hayır	2,96±0,97		

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi bireyin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($t= 4,89, p= 0,00, p< 0,05$). Gelir getiren bir işte çalışanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, gelir getiren bir işte çalışmayanların iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde

yüksektir. İletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyi bireyin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($t= 5,49$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Gelir getiren bir işte çalışanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri, gelir getiren bir işte çalışmayanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden anlamlı bir şekilde yüksektir. İletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi bireyin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($t= 4,19$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Gelir getiren bir işte çalışanların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri, gelir getiren bir işte çalışmayanların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden anlamlı bir şekilde yüksektir. İletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyi bireyin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($t= 4,71$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Gelir getiren bir işte çalışanların iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyleri, gelir getiren bir işte çalışmayanların iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden anlamlı bir şekilde yüksektir.

Tablo 9. Katılımcıların Evlenme Yaşı Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Yaş	Ort±Ss	f	p	Fark
İÇÖÖ	1. 18 yaş ve altı	2,21±0,02	104,8	0,00	3> 1,2 2> 1
	2. 19-24 yaş	2,87±1,06			
	3. 25-30 yaş	4,09±0,56			
İÇOM	1. 18 yaş ve altı	2,65±0,45	101,3	0,00	3> 1,2 2> 1
	2. 19-24 yaş	3,27±0,91			
	3. 25-30 yaş	4,37±0,52			
İÇFD	1. 18 yaş ve altı	1,73±0,51	85,02	0,00	3> 1,2 2> 1
	2. 19-24 yaş	2,48±1,22			
	3. 25-30 yaş	3,90±0,89			
İÇOY	1. 18 yaş ve altı	2,25±0,38	103,38	0,00	3> 1,2 2> 1
	2. 19-24 yaş	2,85±0,97			
	3. 25-30 yaş	4,00±0,46			

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi evlenme yaşına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 104,8$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 25-30 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri 18 yaş ve altı ile 19-24 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden; 19-24 yaş arası evlenenlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri 18 yaş ve altında evlenenlerin

iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyi bireyin evlenme yaşına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 101,3$, $p= 0,05$, $p< 0,05$). 25-30 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri 18 yaş ve altı ile 19-24 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden; 19-24 yaş arası evlenenlerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri 18 yaş ve altında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi bireyin evlilik yaşına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 85,02$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 25-30 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri 18 yaş ve altı ile 19-24 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden; 19-24 yaş arası evlenenlerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri 18 yaş ve altında evlenenlerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyi bireyin evlenme yaşına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 103,38$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 25-30 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyleri 18 yaş ve altı ile 19-24 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden; 19-24 yaş arası evlenenlerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyleri 18 yaş ve altında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 10. Katılımcıların Çocuk Sayısı Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Çocuk Sayısı	Ort±Ss	f	p	Fark
İÇÖÖ	1. 0	3,14±0,61	95,87	0,00	1>4
	2. 1	2,76±1,15			
	3. 2	3,84±0,42			
	4. 3 ve üstü	2,65±0,51			
İÇOM	1. 0	3,05±0,43	96,98	0,00	1>4
	2. 1	2,81±0,86			
	3. 2	2,72±0,72			
	4. 3 ve üstü	2,69±0,35			
İÇFD	1. 0	2,93±0,56	93,72	0,00	1>4
	2. 1	2,85±1,02			
	3. 2	2,83±1,01			
	4. 3 ve üstü	2,74±0,61			
İÇÖY	1. 0	2,74±0,83	86,51	0,00	1>4
	2. 1	2,65±0,89			
	3. 2	2,68±0,58			
	4. 3 ve üstü	2,43±0,45			

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi bireyin sahip olduğu çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 95,87$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Hiç çocuğu olmayanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 3 ve üstü çocuk sayısına sahip olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyi bireyin sahip olduğu çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 96,98$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Hiç çocuğu olmayanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri, 3 ve üstü çocuk sayısına sahip olanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi bireyin sahip olduğu çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 93,72$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Hiç çocuğu olmayanların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri, 3 ve üstü çocuk sayısına sahip olanların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyi, bireyin çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 86,51$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Hiç çocuğu olmayanların iletişimde çözüm odaklı yaklaşım

düzeyleri, 3 ve üstü çocuk sayısına sahip olanların iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 11. Katılımcıların Ailenin Ekonomik Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Ailenin Ekonomik Durumu	Ort±Ss	f	p	Fark
İÇÖÖ	1. Düşük	2,56±0,02	102,56	0,00	3>1
	2. Orta	2,74±1,06			
	3. Yüksek	3,01±0,56			
İÇOM	1. Düşük	2,61±0,45	101,34	0,00	3>1
	2. Orta	2,83±0,91			
	3. Yüksek	3,95±0,52			
İÇFD	1. Düşük	2,48±0,51	93,02	0,00	3>1
	2. Orta	2,61±1,22			
	3. Yüksek	3,89±0,89			
İÇOY	1. Düşük	2,21±0,38	106,87	0,00	3>1
	2. Orta	2,32±0,97			
	3. Yüksek	2,56±0,46			

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi bireyin kendi ailesinin ekonomik durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 102,56$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Kendi ailesinin ekonomik durumu yüksek olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyi, kendi ailesinin ekonomik durumu düşük olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyi bireyin kendi ailesinin ekonomik durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kendi ailesinin ekonomik durumu yüksek olanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyi, kendi ailesinin ekonomik durumu düşük olanların iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi bireyin kendi ailesinin ekonomik durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 93,02$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). Kendi ailesinin ekonomik durumu yüksek olanların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi, kendi ailesinin ekonomik durumu düşük olanların iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Tablo 12. Katılımcıların Evlilik Süresi Durumuna Göre İletişimde Çözüm Odaklılık Puanlarının Karşılaştırılması

Değişken	Evlilik Süresi	Ort±Ss	f	p	Fark
İÇÖÖ	1. 0-1 yıl	3,51±0,72	22,54	0,00	2< 1,3,4,5
	2. 2-7 yıl	2,79±1,02			
	3. 8-13 yıl	3,61±0,93			
	4. 14-19 yıl	3,52±1,08			
	5. 20 yıl ve üstü	3,91±0,77			
İÇOM	1. 0-1 yıl	3,62±0,77	21,25	0,00	5> 1,2 2< 3,4,5
	2. 2-7 yıl	3,22±0,93			
	3. 8-13 yıl	4,09±0,82			
	4. 14-19 yıl	3,80±1,09			
	5. 20 yıl ve üstü	4,15±0,58			
İÇFD	1. 0-1 yıl	3,35±0,66	19,94	0,00	2< 1,3,4,5
	2. 2-7 yıl	2,39±1,36			
	3. 8-13 yıl	3,24±1,09			
	4. 14-19 yıl	3,52±1,14			
	5. 20 yıl ve üstü	3,83±0,72			
İÇOY	1. 0-1 yıl	3,56±0,79	23,92	0,00	2< 1,3,4,5
	2. 2-7 yıl	2,76±0,85			
	3. 8-13 yıl	3,51±0,96			
	4. 14-19 yıl	3,52±1,14			
	5. 20 yıl ve üstü	3,83±0,72			

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi bireyin evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 22,54$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 2-7 yıl arası evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 0-1 yıl, 8-13 yıl, 14-19 yıl, 20 yıl ve üstü evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha düşüktür. İletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyi bireyin evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 21,25$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 20 yıl ve üstü evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri, 0-1 yıl ve 2-7 yıl arası evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksek; 2-7 yıl arası evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeyleri, 8-13 yıl, 14-19 yıl, 20 yıl ve üstü evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı müdahale düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha düşüktür. İletişimde çözüm fırsatlarını

değerlendirme düzeyi bireyin evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 19,94$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 2-7 yıl arası evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyleri, 0-1 yıl, 8-13 yıl, 14-19 yıl, 20 yıl ve üstü evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha düşüktür. İletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyi bireyin evlilik süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($f= 23,92$, $p= 0,00$, $p< 0,05$). 2-7 yıl arası evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeyleri, 0-1 yıl, 8-13 yıl, 14-19 yıl, 20 yıl ve üstü evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklı yaklaşım düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha düşüktür.

Tablo 13. Katılımcıların İletişimde Çözüm Odaklılık ile Evlilik Uyumu Puanları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Katsayıları

Ölçek		EUÖ
İÇÖÖ	Pearson Korelasyon	,862**
	P	,000
	N	400
İÇOM	Pearson Korelasyon	,858**
	P	,000
	N	400
İÇFD	Pearson Korelasyon	,826**
	P	,000
	N	400
İÇOY	Pearson Korelasyon	,824**
	P	,000
	N	400

İletişimde çözüm odaklılık düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi tespit edebilmek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Yapılan analize göre iletişimde çözüm odaklılık düzeyi ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve yüksek şiddetli ($p= 0,00$, $r= 0,86$), iletişimde çözüm odaklı müdahale ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve yüksek şiddetli ($p= 0,00$, $r= 0,86$), iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve yüksek

şiddetli ($p= 0,00$, $r= 0,83$) ve iletişimde çözüm odaklı yaklaşım ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve yüksek şiddetli bir ilişki tespit edilmiştir ($p= 0,00$, $r= 0,82$).

Tablo 14. Katılımcılarda İletişimde Çözüm Odaklılık ve Evlilik Uyumu Ölçek Puanları Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları

İletişimde çözüm odaklılık düzeyinin evlilik uyumu üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

Model Özeti

Model	R	R ²	Düzeltilmiş R Kare	Tahmini Std. Hata
1	,862 ^a	,743	,743	,34954

a. Tahmin Ediciler: (Sabit) İletişimde Çözüm Odaklılık

Anova

Model		Kareler Toplamı	Df	Kareler		
				Ortalaması	F	p
1	Regresyon	140,912	1	140,912	1153,315	,000 ^b
	Artık	48,628	398	,122		
	Toplam	189,539	399			

a. Bağımlı Değişken: Evlilik Uyumu

b. Tahmin Ediciler: (Sabit) İletişimde Çözüm Odaklılık

Yukarıdaki tabloda görülen R Kare değerine göre, iletişimde çözüm odaklılık düzeyi evlilik uyumu düzeyinin %74'ünü açıklar niteliktedir. Regresyon analizine yönelik yapılan anova analizi sonucunda da elde edilen p anlamlılık değerinin 0,05'in altında olması kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir.

Katsayılar^a

Model		Standardize Olmayan Katsayılar		Standardize Katsayılar		
		B	Std. Hata	Beta	t	p
1	(Constant)	,542	,058		9,396	,000
	İÇÖÖ	,566	,017	,862	33,960	,000

a. Bağımlı Değişken: Evlilik Uyumu

Katsayılar tablosu incelendiğinde iletişimde çözüm odaklılık ile evlilik uyumu arasındaki etkiye bağılı ilişki anlamlıdır. Tabloda yer verilen sonuçlara göre iletişimde çözüm odaklılık düzeyindeki 1 birimlik artış, evlilik uyumu üzerinde 0,566'lık bir artış sağlayacaktır.



TARTIŞMA VE YORUMLAR

Araştırmanın ilk bulgusunda iletişimde çözüm odaklılık düzeyi ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında, iletişimde çözüm odaklılık düzeyinin cinsiyete göre değiştiği tespit edilmiştir. Buna göre kadınların iletişimde çözüm odaklılık düzeyinin erkeklerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyinden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Alan yazında çalışma bulgusunu destekleyen araştırmalar bulunurken (Özşaker, 2013; Çetinkaya, 2011; Erigüç vd., 2013) bunun aksi yönde sonuçlar ortaya koyan araştırmalar da (Görmüş vd., 2013; Bingöl ve Demir, 2011; Özşaker, 2013) mevcuttur. Ortaya çıkan bu farklılığın, iletişim becerilerinin çok yönlü doğası ve onları etkileyebilecek çok sayıda faktörün (iletişim becerisi geliştirme fırsatlarındaki farklılıklar, cinsiyet rolleri ve sosyalleşme seviyelerindeki farklılıklar vb.) varlığından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusunda iletişimde çözüm odaklılık düzeyinin yaş düzeyine göre değiştiği tespit edilmiştir. Buna göre 51 yaş ve üstü olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin 21-30 yaş arası, 31-40 yaş arası ve 41-50 yaş arası bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Konuyla ilgili olarak gerçekleştirilen alan yazın taramasında çalışmada elde edilen iletişimde çözüm becerilerinin yaşa göre farklılaştığı bulgusunu destekleyen araştırmalara rastlanmıştır (Çakır, 1993; Dalkılıç, 2006).

Araştırmada iletişimde çözüm odaklılık düzeyinin eğitim durumuna göre değiştiği tespit edilmiştir. Buna göre lisansüstü mezunu olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin ortaokul, lise ve ön lisans mezunu olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Alan yazında iletişimde çözüm becerilerinin eğitim durumuna bağlı olarak farklılaştığını belirterek araştırmanın bu bulgusunu destekleyen çalışmalar olduğu gibi (Şahin ve Özdemir, 2015; Yaşar-Ekici vd., 2017) araştırma bulgusuna ters yönde iletişim becerilerinin eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediğini belirten çalışmaların da olduğu göze çarpmaktadır (Bingöl ve Demir, 2011; Erigüç vd., 2013; Şen vd., 2013). Alan yazında ortaya çıkan bu farklılığın gerçekleştirilen çalışmalarda kullanılan örneklemelerin farklı sosyodemografik özelliklere sahip olmasından kaynaklandığı tahmin edilmektedir.

Araştırma kapsamında iletişimde çözüm odaklılık düzeyinin gelir durumuna göre değiştiği tespit edilmiştir. Buna göre 10.001 TL ve üstü gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin 6000 TL ve altı ile 6001-8000 TL arası gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada elde edilen bu bulgu alan yazında gerçekleştirilen çok sayıda araştırmanın sonuçları ile ters düşmektedir. Bu araştırmalardan birinde Erigüç ve diğerlerinin (2013) katılımcıların iletişimde çözüm becerilerinin gelir durumuna göre farklılaşmadığını bildirmişlerdir. Ayrıca Gölönü (2010) tarafından yapılan çalışmada da Erigüç vd. (2013) tarafından yapılmış olan çalışma ile benzer sonuçlara ulaşılmış ve farklı gelir düzeylerine sahip olan katılımcıların benzer iletişimde çözüm becerilerine sahip olduğu dile getirilmiştir. Özerbaş vd. (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgunun alan yazında çalışmalardan elde edilen sonuçlar ile ters düşmesinin çalışmalarda kullanılan ölçüm yöntemlerinin farklılık göstermesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırmaya dahil edilen katılımcıların iletişimde çözüm odaklılık düzeyinin bireyin evlilik sayısına göre değiştiği tespit edilmiştir. İlk evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin ikinci evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Alan yazında iletişimde çözüm odaklılık düzeyini kişilerin evlilik sayısına göre inceleyen hiçbir araştırmaya rastlanmamış olması çalışmada elde edilen bu bulgunun karşılaştırılmasına imkan sağlamamaktadır. Bu nedenle gerçekleştirilen çalışmada elde edilen bu bulgunun ilgili alan yazın için önem arz ettiği ve ilk evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık üzerinde yapılacak çalışmaların arttırılmasının alan yazına önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmada iletişimde çözüm odaklılık düzeyinin bireyin çalışma durumuna göre değiştiği tespit edilmiştir. Buna göre gelir getiren bir işte çalışanların iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin gelir getiren bir işte çalışmayanların iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Yıldırım (2018) ve Uzel (2015) tarafından gerçekleştirilen çalışmalarda iletişimde çözüm becerilerinin kişilerin çalışma durumundan etkilenmediği sonucuna varılmıştır. Araştırmalarında bu iki değişken arasında bağlantı olmadığını keşfeden Akpınar ve Kırlioğlu (2020) ve Özaydınlık (2014) tarafından da benzer bulgular elde edilmiştir. Ancak Tüfekçi-

Hoşgör (2013) çalışmasında bu çalışmada elde edilen bulguları destekler nitelikte, çalışan gruplarının çalışmayan gruplardan daha yüksek iletişimde çözüm odaklılık düzeyine sahip olduğu saptanmıştır.

Araştırma kapsamında iletişimde çözüm odaklılık düzeyi evlenme yaşına göre değiştiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte 25-30 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin 18 yaş ve altı ile 19-24 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm becerilerinden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Akpınar ve Kırlioğlu'nun (2020) araştırmasına göre de iletişimde çözüm becerileri evlilik yaşına göre değişmektedir. Bununla beraber, 25-29 ve 20-24 yaşları arasında evlenen çiftlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinin 15-19 yaşları arasında evlenenlere göre daha yüksektir. Terzi'nin (2020) çalışmasında ise iletişimde çözüm becerileri ile evlilik yaşı arasında bir ilişki olup olmadığını belirlemek için literatür incelenmiş ve elde edilen sonuçlar, iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermiştir. Şener (2002) tarafından yapılan çalışmada da çalışma bulgularını destekler nitelikte sonuçlar elde edilmiş ve evlilik yaşı arttıkça iletişimde çözüm becerilerinin arttığı belirtilmiştir.

Araştırmada iletişimde çözüm odaklılık düzeyi bireyin sahip olduğu çocuk sayısına göre değiştiği tespit edilmiştir. Buna göre hiç çocuğu olmayanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 3 ve üstü çocuk sayısına sahip olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Alan yazın incelendiğinde Terzi'nin (2020) gerçekleştirmiş olduğu çalışmada çalışma bulgularına ters düşer nitelikte, çocuk sayısı ile iletişimde çözüm becerileri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu elde edilmiştir. Buna benzer olarak Köroğlu (2006) tarafından yapılan çalışmada da çocuk sayısı ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ayrıca Kumcağız vd. (2011) de ebeveynlik deneyimi ile iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri arasında hiçbir bağlantı olmadığını dile getirmişlerdir.

Araştırmanın bir diğer bulgusunda iletişimde çözüm odaklılık düzeyi bireyin evlilik süresine göre değiştiği tespit edilmiştir. Buna göre 2-7 yıl arası evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 0-1 yıl, 8-13 yıl, 14-19 yıl, 20 yıl ve üstü evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden düşük olduğu gözlenmiştir. Gerçekleştirilen alan yazın incelemesinde araştırmanın bu bulgusunu destekleyen çalışmalara rastlanmıştır.

Akpınar ve Kırlioğlu'nun (2020) alışmasında 1-5 yıllık evli çiftlerin, 26-35 yıllık evli çiftlere göre çözüm odaklı iletişim puanlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Özaydınlık'ın (2014) alışmasında da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. şendil ve Korkut'un (2008) alışmasına göre çalışma bulgusuna ters dūřer nitelikte, evlilik süresi ile iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Uşaklı (2010) tarafından yapılan çalışmada ise evlilik süresi uzadıkça çözüm odaklı iletişimin arttığı saptanmıştır. Aynı şekilde Jose ve Alfons (2007) da çalışmalarında evlilik süresi ile çözüm odaklı iletişim arasında pozitif bir ilişki bulmuşlardır.

Araştırmanın önemli bulgusunda iletişimde çözüm odaklılık düzeyi ile evlilik uyumu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde, bu çalışmanın iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri ile evlilik uyumu arasında olumlu bir ilişki olduğu bulgusunu destekleyen çok sayıda çalışma olduğu görölmektedir. Dilmaç ve Bakırcıalıoğlu (2019) tarafından evli bireylerin değerler, iletişim becerileri ve evlilik uyumu arasındaki yordayıcı ilişkiyi inceleyen çalışmasında evlilik uyumunu etkileyen en önemli faktörün iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri olduğu bulunmuştur. Atan ve Buluş'un (2020) aile iletişim becerileri programının eşlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri ve evlilik uyumunu nasıl etkilediğini inceleyen çalışmasında, psikoeğitim programına katılan eşlerin çift uyum puanlarının programa dahil olmayan gruptan anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

SONUÇ

- Kadınların iletişimde çözüm odaklılık düzeyi, erkeklerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- 51 yaş ve üstü olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 21-30 yaş arası, 31-40 yaş arası ve 41-50 yaş arası bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- Lisansüstü mezunu olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, ortaokul, lise ve ön lisans mezunu olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- 10000 TL ve üstü gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 6000 TL ve altı ile 6001-8000 TL arası gelir düzeyine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- İlk evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, ikinci evliliğini yaşayan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- Gelir getiren bir işte çalışanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, gelir getiren bir işte çalışmayanların iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde yüksektir.
- 25-30 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri 18 yaş ve altı ile 19-24 yaş arasında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden; 19-24 yaş arası evlenenlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri 18 yaş ve altında evlenenlerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- Hiç çocuğu olmayanların iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 3 ve üstü çocuk sayısına sahip olanların iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.
- Kendi ailesinin ekonomik durumu yüksek olan evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyi, kendi ailesinin ekonomik durumu düşük olan evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

- 2-7 yıl arası evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri, 0-1 yıl, 8-13 yıl, 14-19 yıl, 20 yıl ve üstü evlilik süresine sahip olan bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha düşüktür.
- İletişimde çözüm odaklılık düzeyi ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve yüksek düzeyde, iletişimde çözüm odaklı müdahale ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve yüksek düzeyde iletişimde çözüm fırsatlarını değerlendirme düzeyi ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve yüksek düzeyde ve iletişimde çözüm odaklı yaklaşım ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü ve yüksek düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

ÖNERİLER

Araştırma kapsamında elde edilen bulgulardan yola çıkılarak sunulan öneriler şu şekildedir;

- Çalışmada evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri ile evlilik uyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler olduğu saptanmıştır. Evli bireylerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyleri arttıkça evlilik uyumu düzeyleri de artmaktadır. Bu bağlamda evli çiftler arasındaki evlilik uyumunu arttırmak amacıyla çözüm odaklı yaklaşım terapileri kullanılabilir. Evlilik uyumunu desteklemek isteyen çiftler için çeşitli aile danışmanlığı programları ve psikoterapiler yardımıyla çiftlerin çözüm odaklı iletişim becerileri yapılandırılacak olan danışmanlık programı çerçevesinde esas nokta olarak kabul edilebilir. Evlilik hazırlığı yapan bireylere ve evli bireylere çözüm odaklı iletişim konusunda eğitim programları sağlanarak evliliklerindeki uyuma katkı sağlanabilir.
- Çalışmada lisansüstü mezunu olan kişilerin iletişimde odaklılık düzeylerinin ortaokul, lise ve ön lisans mezunu olan bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu nedenle ortaokul ve liselerde iletişimde çözüm odaklılık düzeyi ve çözüm odaklı yaklaşım pratiklerinin öğretilmesi ve geliştirilmesi için çeşitli akademik programlar düzenlenebilir.

- Bu araştırma iletişimde çözüm odaklılık ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılandırılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulguların artırılması ve bu programlara yönelik desteğin güçlendirilmesi adına ilgili değişkenler ile yapılacak olan araştırma sayıları artırılabilir.
- Araştırmada hiç çocuğu olmayan kişilerin iletişimde çözüm odaklılık düzeyinin 3 ve üstü çocuk sahibi olan kişilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Gerçekleştirilecek yeni araştırmalarda ebeveynlerin çözüm odaklı iletişim becerilerini etkileyen faktörlerin incelenmesi önerilebilir.
- Bu araştırma nicel araştırma paradigması altında yürütülmüş olup, yapılandırılacak olan diğer araştırmalar nitel araştırma paradigmalarıyla daha derin ve kaynaklı verilere eşlik edebilecek şekilde kurgulanabilir.

KAYNAKÇA

- Açık, Ö. (2008). *Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü İzmir.
- Akar, H. (2005). *Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırması*, (Uzmanlık Tezi). Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi. Psikiyatri Birimi, İstanbul.
- Akpınar, B. ve Kırlioğlu, M. (2020). *Bazı değişkenler açısından evlilik uyumunun incelenmesi ve toplumsal cinsiyet rolleri tutumunun evlilik uyumuna etkisi*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi, 23(2), 736-746.
- Aksan, G. (2019). *Üniversite gençliğinin değerleri: 20 yıl sonra ne değişti?* Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 11(18): 2241-2274.
- Atan, A., ve Buluş, M. (2020). *Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının eşlerin iletişim becerilerine ve çift uyumuna etkisi*. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 40(1), 255-288.
- Atçeken, E. (2014). *İlişkilerdeki yüklemelerin, bağlanmaların, eş benzerliğinin ve problem çözme becerilerinin eş desteğini yordaması*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Aycanoğlu, C. ve Ünsal, G. (2017). *Bağlanma tarzları ve internet bağımlılığının evlilik uyumuna etkisi*. Journal of Academie Research in Nursing, 3(3), 163-168.
- Baltaş, A. ve Baltas, Z. (2008). *Stres ve başa çıkma yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bannink, F. P. (2007). *Solution-focused brief therapy*. Journal of Contemporary Psychotherapy, 37(2), 87-94.

- Bayraktaroğlu, H. ve akıcı, E. (2013). *Factors Related with Marital Adjustment*. Eurasian Journal of Educational Research, 53, 297-312.
- Berg, I. ve Miller, D. (1992). *Working with the problem drinker a solution focused approach*. New York: W.W. Norton and Company.
- Bingöl, G. ve Demir, A. (2011). *Amasya Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri*. Göztepe Tıp Dergisi, 26(4), 152-159.
- Boylu, Ş. (2018). *Evli bireylerin bilinçli farkındalık düzeyleri ile evlilik doyumu ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Atıf İndeksi, 001-214.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları*. T. Ergene (Çev.), Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Cüceloğlu, D. (2004). *İnsan ve davranışı*. Remzi Yayınları. İstanbul.
- akır, Y. (1993). *12-22 Yas Grubu Gençlerde Çok Yönlü Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Araştırması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- elik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması*, (Doktora Tezi). ukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Dalkılıç, M. (2006). *Lise Öğrencilerinin Ana-Baba ve Ergen İlişkilerinde Algıladıkları Problem Çözme ve İletişim Becerilerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- De Jong, P. ve Miller, S. D. (1995). *How to interview for client strenghts*. Social Work, 40, 729-736.
- De Shazer, S. (1985). *Keys to solutions in brief therapy*. New York: Ww Norton.

- Demir, D. S. (2018). *Yetişkinlerde bağlanma stilleri ile sürekli kaygı düzeyi ve sosyopatik otonomik kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- D. Demir Erbil ve O. Hazer (2018) , "*Çalışan Bireylerin Evlilik Uyumlarının İncelenmesi*", International Journal of Eurasian Education and Culture, 3(5), 99-116.
- Dilmaç, B. ve Bakırcıaloğlu, A. (2019). *Evli bireylerin sahip oldukları değerler, iletişim becerileri ve evlilik uyumu arasındaki yordayıcı ilişki*. Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi, 1(2), 110-122.
- Doğan, S. (2000). *Okul psikolojik danışmanları için yeni ve pratik bir yaklaşım: çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışma*. Eğitim ve Bilim Dergisi, 25(116), 5964.
- Dökmen, Ü. (2017). *Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Dölek, N. ve Kurter, F. M. (2020). *Çözüm odaklı kısa danışmanlık yaklaşımı eğitim*. İstanbul, Kim Psikoloji.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpkan, L. (2005). *Evlilik uyumu*. Düşünen Adam, 18(1), 39-47.
- Erigüç, G., Şener, T. ve Eriş, H. (2013). *İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi: Bir Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Örneği*. Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi, 16(1), 45- 65.
- Ersanlı, K. ve Kalkan, M. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme*. Ankara: Nobel Yayınları.

- Franklin C, Zhang A, Froerer A, Johnson S. (2017). *Çözüm odaklı kısa terapi: sistematik bir inceleme ve süreç araştırmasının meta özeti*. Journal of Marital and Family Therapy. 43(1):16-30.
- Geçtan, E. (1984). *Çağdaş yaşam ve normal dışı davranışlar*. Ankara: Maya Yayıncılık.
- Giddens, A. (2000). *Toplumun kuruluşu*. Çev: Hüseyin Özel, Bilim ve Sanat Yayınları. Ankara.
- Gozzi, R. J. (2004). *Where is the message in communication models? A Review Of General Semantics*, 61(1), 145-146.
- Gölönü, D. (2010). *İletişim meslek lisesi öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerinin incelenmesi (Ankara il örneği)*. İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi, (31), 123-140.
- Görmüş, A. Ş., Aydın, S. ve Ergin, G. (2013). *İşletme Bölümü Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Cinsiyet Rollerine Bağlamında İncelenmesi*. Sosyal Bilimler Dergisi, 15(1), 109-128.
- Griffin, E. (2012). *A first look at communication theory*. New York: Mc Graw Hill.
- Gucciardi, D. F., Hanton, S., ve Mallett, C. J. (2012). *Progressing measurement in mental toughness: a case example of the mental toughness questionnaire 48*. Sport, Exercise, And Performance Psychology, 1(3), 194–214.
- Gülsün, M., Ak, M. ve Bozkurt, A. (2009) *Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik*. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar. 1, 68-79.
- Günay, V. D. (2013). *İletişim ve dil*. İstanbul: Papatya Yayıncılık.
- Güngör, N. (2015). *İletişime giriş*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Gürsoy, F. Ç. (2004). *Kaygı ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

- Güven, N. ve Sevim, S. A. (2007). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(28), 49-61.
- Güvenç B. (1984). *İnsan ve kültür*. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Hekimoğlu F, Uluç S (2019). *Bağlanma Örüntüleri ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Eşe Yönelik Kişilerarası Şemaların Aracı Yolu*. Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi, 9(1), 187 - 199.
- Hosford, R. E., Moss, C. S., ve Morrell, G. (1976). *The self-as-a-model technique: Helping prison inmates change*. In J. D. Krumboltz, & C. E. Thoresen (Eds.), *Counseling methods*. Holt, Rinehart & Winston. New York.
- Hoşgör, T. E. (2013). *Evli çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- İbrahimoglu, D. (2004), *Evlilikte doğru seçim ailede mutluluk*, Hayat Yayınları. İstanbul.
- İlbay, A. B. (2014). *Motivasyonel kararlılık ölçeğinin türkçe formu: geçerlik ve güvenirlik çalışması*. Turkish Journal of Education, 3(1), 60-69.
- İlkketenci, R. (2004). *Evli bireylerin problem çözme becerileri ve evlilik uyumları arasındaki ilişki*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Jacobson, E. (1987). *Progressive relaxation*. *The American Journal of Psychology*, 100(3-4), 522–537.
- Jefkins, F. (1987). *International dictionary of marketing and communication*. Glasgow & London: Blackie.
- Jose, O. A., ve Alfons, V. (2007). *Religiosity and forgiveness among first-married and remarried adults*. *Mental Health, Religion & Culture*, 10(4), 379–394.

- Kaçar M. (2018). *Flört süresinin bireylerin eş seçme öncelikleriyle ilişkisinin incelenmesi*. İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Kalkan, M. (2002). *Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi*,(Doktora Tezi). On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kandaş, S. (2021). *Covid-19 Pandemisi sırasında evli bireylerin algıladıkları stres düzeyleri ve çözüm odaklı düşünme becerileri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Karasar, N. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Kendrick H.M ve Drentea P. (2016). *Marital adjustment*. Encyclopedia of Family Studies. 1-2.
- Klopper, C. (2011). *The Classroom Practice of Creative Arts Education in NSW Primary Schools: A Descriptive Account*. International Journal of Education & the Arts, 12(11), 1-26.
- Koç, B., Terzi, Y., Gül, A. (2015). *Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişki*. Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi, 4(1), 369-390.
- Köknel, Ö (1994). *İnsanı anlamak*. İstanbul, Altın Kitaplar.
- Köroğlu, M. (2006). *Emniyet teşkilatı emniyet hizmetleri sınıfı personelinin iletişim becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi, Samsun.
- Kublay, D. ve Oktan, V., (2015). *Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi*. Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi, 5(44), 25-35.
- Kul, H. (2019). *Kuşaklara Göre Yakın İlişkilerde Yaşantılar, Romantizm Ve Eş Seçimi Tutumları Arasındaki İlişkilerin Araştırılması*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.

- Locke, H. J., ve Wallace, K. M. (1959). *Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity*. Marriage & Family Living, 21, 251–255.
- Mackey, R. A., Diemer, M. A. ve O'Brien, B. A. (2000). *Conflict management styles of spouses in lasting marriages*. Psychotherapy, 37(2), 134-148.
- Malkoç, A. ve Akkoyun, F. (2012). *Çözüm odaklı terapi. psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Meyer, M. (2009). *Retorik*. Ankara: Dost Kitabevi.
- Murdock, N. L. (2012). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*. F. Akkoyun (Çev.), Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Navran, L. (1967). Communication and adjustment in marriage. *Family Process*, 6, 173-184.
- Osborne, J. (2010). Arguing to learn in science: The role of collaborative, critical discourse. *Science* 328(5977), 463-466.
- Oskay, Ü. (2016). *İletişimin ABC'si*. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Özaydınlık, Y. D. D. K. (2014). *Toplumsal Cinsiyet Temelinde Türkiye'de Kadın ve Eğitim*. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi.
- Özden, Ç. N. (2014). *Evlilik uyumu ve olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişkinin incelenmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Özerbaş, D., ve Bulut, M. (2007). *Öğretmen Adaylarının Algıladıkları İletişim Becerisi Düzeylerinin İncelenmesi*. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(1), 123-135.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. PDREM Yayınları.
- Özsaker, M. (2013). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi*. International Journal of New Trends in Arts, Sports and Science Education, 2(3), 29-39.

- Plosker, R., Chang, J. (2014). *A solution-focused therapy group designed for caregivers of stroke*.
- Poroy, A. (2006). *Cinsellik el kitabı*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Prochaska, J. ve Norcross, J. C. (2003). *Systems of psychotherapy a transtheoretical analysis*. Thomson Brooks/Cole.
- Quick, E. K. (1996). *Doing what works in brief therapy: A strategic solution focused approach*. San Diego: Academic Press.
- Ratner, H. (2012). *Solution focused brief therapy, course notes*. London: Brief Therapy Practice.
- Schramm W. (1983). *İletişimin eşsiz perspektifi: Geriye dönük bir bakış*. Journal of Communication. 6-17.
- Sheafor, W. B. ve Horejsi, J. C. (2002). *Techniques and guidelines for social work practice*. Boston: Pearson.
- Sklare, B. G. (2013). *Okul danışmanları için çözüm odaklı kısa süreli psikolojik danışma*. Ç. M. Siyez ve A. Kaya (Çev.). Ankara: Pegem-A Yayıncılık.
- Sparrer, I. (2012). *Çözüm odaklı yaklaşıma ve sistemik yapısal dizime giriş*.(Çev.; E. Suvarierol). İstanbul: Pan Yayıncılık.
- Sungur, M. A. , Duyar, N. , Yıkılmaz, H. , Boyacı, R. , Urhan, H. M. , Çetin, G. , Arıkan, T. , Çiçek, Ş. N. ve İspaha, T. (2017). *Evlilik ve eş seçme tutumuna kuşakların etkisi : X ve Y kuşaklarının karşılaştırılması* . Toplum ve Sosyal Hizmet , 28 (1) , 69-92 .
- Şahin, E. S., ve Derin, S. (2020). *İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeğinin (İÇÖÖ) geliştirilmesi, geçerlilik ve güvenilirliği*. IBAD Sosyal Bilimler Dergisi, Özel Sayı, 662-674.
- Şen, B. (2009). *Evlenmek üzere başvuruda bulunan bir grup nişanlı çiftin evlilik ve "evlilik öncesi çift eğitimi"ne ilişkin bilgi, görüş ve değerlendirmeleri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Şen, H., Yılmaz, F., ve Önüvar, Ö. P. (2013). *Hizmet içi eğitim hemşirelerinin iletişim beceri düzeyleri*. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 4(1), 13-20.
- Şener, A. ve Terzioğlu, G. (2008). *Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması*. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4(13), 7-20.
- Şener, A., ve Terzioğlu, G. (2008). *Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arasındaki ilişkilerinin incelenmesi*. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(1), 9-18.
- Şendil, G. ve Korkut, Y. (2012). *Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi*. *Psikoloji Çalışmaları*, 28(0), 15-3.
- Taycan, S., ve Kuruoğlu, A. (2014). *Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(1), 9-18.
- Terzi, E. (2020). *Boşanmış ve evliliğini sürdüren bireylerin iletişim becerileri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması*. (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Tüfekçi-Hoşgör, E. (2013). *Evli çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Uluyol, F. M. (2014). *Bağlanma örüntüleri, eşe yönelik kişilerarası şemalar ve evlilik sorunlarıyla başa çıkabilme düzeyleri arasındaki ilişkiler*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Uzel, A. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisinde çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vaan, M. (2008). *Etymological dictionary of latin and the other italic languages*. (A. Lubotsky, Dü.) Leiden - Boston: BRILL.

- Vardar, B. (2001). *Dilbilimin temel kavram ve ilkeleri*. İstanbul, Multilingual Yabancı Dil Yayınları.
- Walter, J. L. ve Peller, J. E. (1992). *Becoming solution-focused in brief therapy*. New York: Brunner-Mazel.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 299-312.
- Yaşar Ekici, F., Günhan, G., Anılan, Ş. (2017). Okul Öncesi Öğretmenlerinin İletişim Becerileri. *Uluslararası Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi*, 11, 1-27.
- Yavuzer, H. (2005). *Çocuğu tanımak ve anlamak*. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Yaylagül, L. (2016). *Kitle iletişim kuramları egemen ve eleştirel yaklaşımlar*. Ankara, Dipnot Yayınları.
- Yıldırım, N. H. (2019). *Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeyleri ile evliliğe yükledikleri anlam ve eş seçim kriterleri arasındaki ilişki*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, T. (2018). *Evli bireylerde bağlanma biçimleri, ilişkiye dair bilişsel çarpıtmalar ve evlilik uyumu ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldız, Y. (2012). *İlişkiye ilişkin inançların evlilik uyumunu yordaması*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum, anne-baba tutumu ve benlik algısı arasındaki ilişkilerin gelişimsel olarak incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 16(47), 1-20.
- Zıllıoğlu, M. (2014). *İletişim nedir?* İstanbul: Cem Yayınevi.

EKLER

EK-A

İletişimde Çözüm Odaklılık Ölçeği(İÇÖÖ) Örnek Maddeleri

Açıklama

Değerli katılımcılar; aşağıdaki maddelerde, size günlük hayatınızda gerçekleştirdiğiniz iletişim hakkında ifadeler sunulmuştur. Maddelerin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sizden beklenen maddeleri kendi durumunuza uygun şekilde yanıtlamanızdır. Lütfen her maddeyi cevaplayınız. Cevaplamada gösterdiğiniz ilgi ve yardım için teşekkür ederim.

No	MADDELER	Hiçbir zaman	Nadiren	Arasına	Sık sık	Her zaman
1	İletişim sorununun çözümü için küçük adımlarla ilerlemeyi tercih ederim.	()	()	()	()	()
2	İletişim sorununa çözümcül bir kişi olarak yaklaşmaya çalışırım.	()	()	()	()	()
3		()	()	()	()	()
4	İletişimde anlaşılır bir dil kullanmaya özen gösteririm	()	()	()	()	()
5		()	()	()	()	()
6	İletişim sorunlarının çözülebileceği önemli anları yakalamaya özen gösteririm.	()	()	()	()	()
7	İletişim sorununda, bu soruna en uygun müdahale yöntemini seçmeye özen gösteririm.	()	()	()	()	()
8		()	()	()	()	()
9	İletişim sorununun çözümü için çabalarken; olasılıklardan ziyade somut verilere odaklanırım.	()	()	()	()	()
10		()	()	()	()	()
11	İletişim sorununun çözümünde "o sorun" oluşmadan önceki olumlu durumları görmeye çalışırım.	()	()	()	()	()
12	İletişimde karşımdaki kişinin anlayabileceği düzeyde konuşmaya özen gösteririm.	()	()	()	()	()
13		()	()	()	()	()
14	İletişim sorununun çözümü için karşımdaki kişiyi olduğu gibi kabul etmeye çalışırım.	()	()	()	()	()
15		()	()	()	()	()
16	İletişim sorununu çözmek için işlemeyen çözüm yolları yerine işleyen çözüm yollarını bulmaya çalışırım.	()	()	()	()	()
17		()	()	()	()	()

Not: 2, 4, 5, 7 10, 12, 14 ve 16. maddeler - İletişime Çözüm Odaklı Müdahale Alt Ölçeği

3, 6, 8, 11 ve 13. maddeler - İletişimde Çözüm Fırsatlarını Değerlendirme Alt Ölçeği

1, 9, 15, 17. maddeler - İletişime Çözüm Odaklı Yaklaşım Alt Ölçeği

EK-B

Evlilik Uyumu Ölçeği(EUÖ) Örnek Maddeleri

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

*	*	*	*	*	*	*	*
Çok							Çok
Mutsuz			Mutlu				Mutlu

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

	Herzaman Anlaşırsınız	Hemen her zaman Anlaşırsınız	Arasıra anlaşamadı- ğımız olur	Sıklıkla anlaşa- mayız	Hemen her zaman anlaşırsınız	Hiç anlaşa- mayız
1.Aile						
bütçesini idare etme	()	()	()	()	()	()
3.Boş zaman						
Etkinlikleri	()	()	()	()	()	()
4.Duyguların						
İfadesi	()	()	()	()	()	()
5.Arkadaşlar	()	()	()	()	()	()
6.Cinsel ilişkiler	()	()	()	()	()	()

Ölçme Aracı Kullanımı İzin Yazışmaları

Evlilikte Uyum Ölçeği Gelen kutusu ☆

 Şennur Kışlak 19 Ağu
alıcı: ben ▾

Merhaba,
Ekte EUÖ yer alıyor. Çalışmanızda kullanabilirsiniz. Makaleyi de research gate'den indirebilirsiniz.
Puanlamayı doğru yapmak için makalenin tümünü iyi okuyunuz.
Makalede ilk gördüğünüz tablodaki puanlama yerine makalede yer verilen daha sonra geliştirilen puanlama geçerlidir. Makaleyi okuyunca puanlama da sizin için daha açık olacaktır.
İyi günler
Şennur Kışlak

Prof.Dr.Şennur Tutarel Kışlak
Ankara Üniversitesi
DTCF Psikoloji Bölümü Başkanı
Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Başkanı
Sıhhiye-Ankara

Ölçek Hakkı İzni

Gelen kutusu



ben 18 Ağu

Merhaba Hocam, Ben İstanbul Gelişim Üniversitesi...



SÜMEYYE DERİN 19 Ağu

alıcı: ben



Merhaba Berivan Hanım,

Öncelikle çalışmanızda kolaylıklar dilerim. Ölçeği tez çalışmanızda kullanabilirsiniz.

İyi çalışmalar.

18 Ağu 2022 Per 23:22 tarihinde Berivan Kaya
< [redacted] > şunu yazdı:



Etik Kurul İzni



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

Toplantı No	Toplantı Tarihi	Toplantı Saati	Toplantı Yeri
2022 – 17	30.11.2022	14.00	Online

KARAR NO: 2022-17-47: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 190624454 numaralı öğrencisi Berivan KAYA' nın "Evli Bireylerin İletişimde Çözüm Odaklılıkları İle Evlilik Uyumları Arasındaki Yordayıcı İlişkiler" konulu çalışması hakkında yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, İGÜ Etik Kurulumuzun 23.09.2022 tarih ve 2022-15 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.

ASLI GİBİDİR

BİRİM Etik Kurul Başkanlığı 30.11.2022 TARİH 2022 – 17 ETİK KURUL TOPLANTI TUTANAĞI KARAR ÖRNEĞİ

Cihangir Mah. Şehit Jandarma Komando Er Hakan Öner Sokak No:1 34310 Avcılar / İSTANBUL
Tel: (+90212) 422 70 00 Faks: (+90212) 422 74 01
www.gelisim.edu.tr [https://\(birim\).gelisim.edu.tr](https://(birim).gelisim.edu.tr) [\(birim\)@gelisim.edu.tr](mailto:(birim)@gelisim.edu.tr)

KYS.YD.004 / 4.08.2022 / 0 / 4.08.2022

1/1

EK-E

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, adı : KAYA, Berivan

Uyruğu : T.C

Eğitim

Derece	Eğitim Birimi	Mezuniyet Tarihi
Yüksek lisans	İstanbul Gelişim Üniversitesi	-
Lisans	İstanbul Gelişim Üniversitesi	2019
Lise	Yalova Koleji	2014

İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
------------	------------	--------------

Yabancı Dil

-

Yayımlar

-

Hobiler

Kitap okumak, Fotoğraf çekmek, Çizim yapmak