

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

EBEVEYNLERİN DUYGU SOSYALLEŞTİRME DAVRANIŞLARINI YORDAMADA
EVLİLİK DOYUMU VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞIN ROLÜ

Neslihan DÖNMEZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADANA / 2025

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

EBEVEYNLERİN DUYGU SOSYALLEŞTİRME DAVRANIŞLARINI YORDAMADA
EVLİLİK DOYUMU VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞIN ROLÜ

Neslihan DÖNMEZ

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Fatoş BULUT ATEŞ
Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi İdil Eren KURT
Jüri Üyesi: Doç. Dr. Sezai DEMİR

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADANA / 2025

ETİK BEYANI

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim./....../2025

Mahmut GİRĞİN

ÖZET

EBEVEYNLERİN DUYGU SOSYALLEŞTİRME DAVRANIŞLARINI YORDAMADA EVLİLİK DOYUMU VE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞIN ROLÜ

Neslihan DÖNMEZ

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik

Danışmanlık Bilim Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Fatoş BULUT ATEŞ

Haziran 2025, 93 sayfa

Bu araştırma, ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışlarını yordamada evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın rolünü belirlemek amacıyla yürütülmüştür. Ayrıca ebeveynlerin duygu sosyalleştirme, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığının birbirleri ile ilişkisi ve cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir.

Araştırmanın çalışma grubunu okul öncesi dönemde (36-72 ay) çocuğu olan evli anne ve babalar oluşturmaktadır. Araştırma verileri 2024-2025 güz döneminde Sakarya'nın Adapazarı, Arifiye, Erenler, Kaynarca, Serdivan ilçelerinde çocuğu okul öncesi eğitime devam eden 340 ebeveyninden toplanmıştır. Bu ebeveynlerin 300' ü (%88.2) anne, 40'ı (%11.8) babadır. Araştırmada ebeveynlerin psikolojik sağlamlığına dair veriler “Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” (Doğan, 2015), evlilik doyumuna dair veriler “Evlilik Yaşamı Ölçeği” (Tezer, 1996) ve duygu sosyalleştirme davranışlarına dair veriler “Çocukların Olumsuz Duyguları ile Baş Etme Ölçeği” (Yağmurlu ve Altan, 2010) kullanılarak elde edilmiştir. Ayrıca katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla “Kişisel Bilgi Formu”, veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırmada, ebeveynlerde psikolojik sağlamlık, evlilik doyumu ve duygu sosyalleştirme davranışlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği bağımsız örneklem t-testi ile analiz edilmiştir. Araştırmada değişkenlerin birbirleriyle ilişkisini belirlemek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu; psikolojik sağlamlık ve evlilik doyumunun, duygu sosyalleştirme davranışlarını yordayıp yordamadığını test etmek için ise çoklu regresyon analizi kullanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre hem evlilik doyumu hem de psikolojik sağlamlık ile destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme tepkilerinden sıkıntı-endişe tepkileri ve cezalandırıcı tepkiler arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişki elde edilmiştir. Evlilik doyumu ile destekleyici duygu sosyalleştirme tepkileri (duygu ifadesini teşvik etme,

duygu odaklı tepkiler ve problem odaklı tepkiler) arasında ise düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki belirlenirken, psikolojik sağlamlıkla ile destekleyici duygu sosyalleştirme tepkileri arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir. Psikolojik sağlamlık ve evlilik doyumunun, duygu sosyalleştirme davranışlarını yordayıp yordamadığını belirlemek için yapılan Çoklu Regresyon Analizi sonucunda, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık toplam puanlarının duygu sosyaleştirme alt boyutlarından cezalandırıcı tepkiler, duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler puanlarını anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. Regresyon kat sayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde, psikolojik sağlamlık sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken evlilik doyumunun, sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir. Ayrıca evlilik doyumunun destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu (duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler ve problem odaklı tepkiler), psikolojik sağlamlığın ise destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir.

Anneler üzerinde yapılan regresyon analizlerine göre, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık toplam puanlarının, duygu sosyaleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri, cezalandırıcı tepkiler, problem odaklı tepkiler puanlarını anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. Regresyon kat sayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde, annelerde psikolojik sağlamlık, sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutunun anlamlı yordayıcısı iken, evlilik doyumunun sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutunun anlamlı yordayıcısı olmadığı bulunmuştur. Ayrıca annelerde evlilik doyumu, problem odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı yordayıcısı iken psikolojik sağlamlığın, problem odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir.

Babalar için yapılan regresyon analizi sonucuna göre ise evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık toplam puanlarının destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerini ifade eden tüm alt boyut puanlarını (duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler) anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. Regresyon kat sayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde, babalarda evlilik doyumu duygu ifadesini teşvik etme alt boyutunun anlamlı yordayıcısı iken, psikolojik sağlamlığın duygu ifadesini teşvik etme alt boyutunun anlamlı yordayıcısı olmadığı bulunmuştur. Ayrıca babalarda psikolojik sağlamlık duygu odaklı tepkiler ve problem odaklı tepkiler alt boyutlarının anlamlı yordayıcısı iken, evlilik doyumunun duygu odaklı tepkiler ve problem odaklı tepkiler alt boyutlarının anlamlı yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: duygu sosyalleştirme, evlilik doyumu, psikolojik sağlamlık

ABSTRACT**THE ROLE OF MARRIAGE SATISFACTION AND PSYCHOLOGICAL
RESILIENCE IN PREDICTING PARENTS' EMOTIONAL SOCIALIZATION
BEHAVIORS**

**Master's Thesis, Department of Educational Sciences, Guidance and Psychological
Counseling Sciences**

Supervisor: Dr. Öğr. Üyesi Fatoş BULUT ATEŞ

June 2025, 93 pages

This research was conducted to determine the role of marital satisfaction and psychological resilience in predicting parents' emotional socialization behaviors. In addition, the relationship between emotional socialization, marital satisfaction and psychological resilience of parents and whether they differ according to gender were also examined.

The study group of the research consists of married mothers and fathers who have children in the preschool period (36-72 months). Research data was collected from 340 parents whose children were attending pre-school education in the Adapazarı, Arifiye, Erenler, Kaynarca, Serdivan districts of Sakarya in the 2024-2025 fall semester. 300 of these parents (88.2%) are mothers and 40 (11.8%) are fathers. In the study, data on parents' psychological resilience was obtained using the "Brief Resilience Scale" (Doğan, 2015), data on marital satisfaction was obtained using the "Marital Life Scale" (Tezer, 1996) , and data on emotional socialization behaviors was obtained using the "Coping With Children's Negative Emotions Scale - CCNES" (Yağmurlu ve Altan, 2010) . Additionally, "Personal Information Form" was used as a data collection tool to determine the demographic characteristics of the participants. In the study, whether psychological resilience, marital satisfaction and emotional socialization behaviors in parents showed a significant difference according to gender was analyzed with an independent sample t-test. The findings from the result of Pearson's Correlation were examined in order to reveal the relationship between the variables and multiple regression analysis was used to test whether psychological resilience and marital satisfaction predict emotional socialization behaviors.

According to the results obtained from the research, a low level negative significant relationship was obtained between both marital satisfaction and psychological resilience and unsupportive emotion socialization reactions such as distress-anxiety reactions and punitive reactions. While a low level positive significant relationship was determined between marital

satisfaction and supportive emotion socialization responses (encouraging emotion expression, emotion-focused responses and problem-focused responses), no significant relationship was determined between psychological resilience and supportive emotion socialization responses. As a result of the Multiple Regression Analysis conducted to determine whether psychological resilience and marital satisfaction predict emotion socialization behaviors, it is seen that the total scores of marital satisfaction and psychological resilience significantly explain the scores of punitive reactions, encouraging emotional expression, emotion-focused reactions, and problem-focused reactions from the emotion socialization sub-dimensions. When the t-test results regarding the significance of the regression coefficients are examined, it is seen that while psychological resilience is a significant predictor of the distress-anxiety reactions sub-dimension, marital satisfaction is not a significant predictor of the distress-anxiety reactions sub-dimension. Additionally, marital satisfaction was found to be a significant predictor of supportive emotion socialization responses (encouragement of emotion expression, emotion-focused responses, and problem-focused responses), whereas psychological resilience was not a significant predictor of supportive emotion socialization responses.

According to the regression analyses conducted on mothers, it is seen that the total scores of marital satisfaction and psychological resilience significantly explain the scores of distress-anxiety reactions, punitive reactions, and problem-focused reactions from the emotional socialization sub-dimensions. When the t-test results regarding the significance of the regression coefficients were examined, it was found that psychological resilience in mothers was a significant predictor of the distress-anxiety reactions sub-dimension, while marital satisfaction was not a significant predictor of the distress-anxiety reactions sub-dimension. In addition, it was determined that while marital satisfaction in mothers was a significant predictor of the problem-focused responses sub-dimension, psychological resilience was not a significant predictor of the problem-focused responses sub-dimension.

According to the results of the regression analysis conducted for fathers, it is seen that the total scores of marital satisfaction and psychological resilience significantly explain all sub-dimension scores expressing supportive emotion socialization reactions (encouraging emotion expression, emotion-focused reactions, problem-focused reactions). When the t-test results regarding the significance of the regression coefficients were examined, it was found that while marital satisfaction in fathers was a significant predictor of the sub-dimension of encouraging emotional expression, psychological resilience was not a significant predictor of the sub-dimension of encouraging emotional expression. In addition, while psychological

resilience in fathers was a significant predictor of the emotion-focused reactions and problem-focused reactions sub-dimensions, marital satisfaction was not a significant predictor of the emotion-focused reactions and problem-focused reactions sub-dimensions.

Keywords: emotional socialization, marital satisfaction, psychological resilience



ÖN SÖZ

Hayatımda verdiğim belki de en doğru karar; ilgi, yetenek ve değerlerimle son derece uyumlu olduğumu hissettiğim psikolojik danışmanlık mesleğini seçmek oldu. Ve öğrenciliğimin ilk anlarından itibaren bu mesleğin hakkını verebiliyor olmak için büyük bir arzu duydum. Yüksek lisans eğitimimden edindiğim bilgi-beceriler ve bundan sonra atacağım tüm adımlarla bu yolda ilerlemeyi umuyorum. Hayatım ve eğitim hayatım boyunca desteklerini esirgemeyen annem Hatice DÖNMEZ ve babam Hasan Hüseyin DÖNMEZ’e çok teşekkür ediyorum.

Lisans öğrenciliğim boyunca psikolojik danışman olmanın ilkelerini, danışmanlık becerilerini, alana dairengin bilgilerini; kararlılık ve ciddiyetle bize kazandırmaya çalışan ve öğrenciliğim boyunca bana kritik geri bildirimlerde bulunan değerli hocam Prof.Dr.Raşit AVCI’ya teşekkürlerimi sunuyorum. İskenderun’da başladığım görevim sırasında yine en büyük şanslarımdan biri olan “Önce çocuklar mutlu olsun.” diyerek her yönüyle işini titizlikle yapan, parlayan ve etrafındaki diğer kişilerin de parlaması için elinden geleni ardına koymayan değerli müdürüm Emel Burcu İLERİ’ ye çok teşekkür ediyorum. İlk görev yerim olan Nene Hatun Anaokulunda yolumun kesiştiği, bana kalplerini açarak mesleki gelişimime katkı sunan, ilham veren tüm öğrenci ve velilerime teşekkür ediyorum. Ortak kaderi paylaştığım ve gönülden bağlılık duyduğum beni kucaklayan, koruyan, öğreten, paylaşan değerli Hatay halkına teşekkür ediyor ve yeniden küllerinden doğmasını diliyorum.

Yüksek Lisans eğitimimin bana kazandırdığı duyarlı, başarılı ve ilham verici bir model olan ve en zor süreçlerimde beni cesaretlendiren sayın hocam Prof. Dr. Fulya CENKSEVEN ÖNDER’ e teşekkürlerimi sunuyorum. Yüksek lisans eğitimim ve tez sürecimde kaygılarımı yatıştırarak yol gösteren danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Fatoş BULUT ATEŞ’ e çok teşekkür ediyorum. Çalışmamızı inceleyerek değerli geri bildirimlerini sunan jüri üyelerimiz; Doç. Dr. Sezai DEMİR ve Dr. Öğr. Üyesi İdil Eren KURT’ a teşekkürlerimi sunuyorum.

El ele tutuşarak yol bulmaya çalıştığımız tez sürecimizde, birlikte yürüdüğüm değerli arkadaşlarım Uzm. Psk. Dan. Gülşah MUT ve Uzm. Psk. Dan. Onur İbrahim ATAY’ a her şey için teşekkür ediyorum. Bu süreçte ihmal ettiğim ancak her koşulda yakınlıklarından güç bulduğum dostlarıma da çok teşekkür ederim. Konsantre olmamamda büyük payı olan en yakın destekçim, muhabbet kuşum Cici’ ye çok teşekkür ediyorum.

2021 yılı itibariyle hayatımda olan en güzel gelişme yüksek lisans sürecimdi ve ardından gelen tüm zorluklara rağmen tutunmam ve yeniden üretken olmamam için bu tez

alışması bir psikolojik sağamlık sınavıydı. Tamamlayabildiğim bu sınav ve kendim olmak-kendim olarak kalmak üzere attığım, atacağım tüm adımlar için kendime teşekkür ederim.

Bu çalışmanın alana katkı sağlamasını ve anne babaların önce kendileri sonrada çocukları için hem kişisel psikolojik sağlıklarına hem de ilişkisel sağlıklarına özen göstermelerini diliyorum...

Neslihan DÖNMEZ

Adana/ 2025



İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
ÖN SÖZ.....	ix
KISALTMALAR.....	xiv
TABLolar LİSTESİ.....	xv
EKLER LİSTESİ	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Problemi	1
1.2. Araştırmanın Amacı	7
1.3. Araştırmanın Önemi	7
1.4. Varsayımlar	9
1.5. Sınırlılıklar.....	9

BÖLÜM II

KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Kuramsal Açıklamalar	11
2.1.1. Evlik ve Aile	11
2.1.1.1. Evlilik Doyumu	13
2.1.1.2. Evlilik Doyumu ve Ebeveyn Olmak	15
2.1.1.3. Evlilik Doyumunu Etkileyen Psikolojik Faktörler	19
2.1.2. Psikolojik Sağlamlık	20
2.1.2.1. Psikolojik Sağlamlığın Alt Boyutları	23
2.1.2.2. Psikolojik Sağlamlık Üzerinde Etkili Faktörler	25
2.1.2.3. Evli Bireylerde Psikolojik Sağlamlık	28
2.1.3. Duygu Sosyalleştirme	30
2.1.3.1. Ebeveynlerin Sergilediği Duygu Sosyalleştirme Davranışları	32
2.1.3.2. Ebeveyn Duygu Sosyalleştirmesi ve Evlilik	33
2.1.3.3. Duygu Sosyalleştirme ve Ebeveynin Psikolojik Özellikleri	34
2.1.3.4. Ebeveyn Duygu Sosyalleştirme Tepkilerinin Çocuk Üzerindeki Etkileri.....	35

2.2.İlgili Araştırmalar	409
2.2.1. Duygu Sosyalleştirme ve Ebeveynlerin Evlilik İlişkisine Dair Araştırmalar	36
2.2.2. Duygu Sosyalleştirme ve Psikolojik Sağlamlığa Dair Çalışmalar	37
2.2.3. Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlığa Dair Araştırmalar	39

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli.....	40
3.2. Çalışma Grubu	40
3.3. Veri Toplama Araçları	42
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	42
3.3.2. Çocukların Olumsuz Duyguları ile Baş Etme Ölçeği (Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES))	42
3.3.3. Evlilik Yaşamı Ölçeği (EYÖ)	43
3.3.4. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)	43
3.4.Verilerin Toplanması	43
3.5. Verilerin Analizi	44

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Ebeveynlerin Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular	45
4.2. Ebeveynlerin Cinsiyetlerine Göre Duygu Sosyalleştirme Tepkileri Evlilik Doyumu Ve Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Bulgular	46
4.2.1. Cinsiyetlerine Göre Duygu Sosyalleştirme Tepkilerine İlişkin Bulgular	46
4.2.2. Cinsiyetlerine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Bulgular	48
4.2.3. Cinsiyetlerine Göre Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Bulgular	48
4.3. Ebeveynlerin Duygu Sosyalleştirme Tepkileri, Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular	49
4.4. Ebeveynlerin Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygu Sosyalleştirme Davranışlarını Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulgular	51

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

5.1. Cinsiyetlerine Göre Duygu Sosyalleştirme Davranışları, Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	57
5.2. Ebeveynlerin Duygu Sosyalleştirme Davranışları, Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu.....	59
5.3. Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlığın Duygu Sosyalleştirme Davranışlarını Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	63

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç	67
6.2. Öneriler	68
6.2.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler	68
6.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	69
KAYNAKÇA	72
EKLER.....	92
ÖZ GEÇMİŞ.....	93

KISALTMALAR

ÇODBEÖ: Çocukların Olumsuz Duyguları ile Baş Etme Ölçeği

EYÖ: Evlilik Yaşamı Ölçeği

KPSÖ: Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği



TABLOLAR LİSTESİ

	Sayfa
Tablo 1. Çalışma Grubuna ait Demografik Özellikler	41
Tablo 2. Ebeveynlerin Kullanılan Ölçeklerden Aldıkları Puanlara İlişkin Betimsel Değerler	46
Tablo 3. Ebeveynlerin Duygu Sosyalleştirme Araştırmada Tepkileri Düzeylerinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları	47
Tablo 4. Ebeveynlerin Evlilik Doyumu Düzeylerinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları	48
Tablo 5. Ebeveynlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları	49
Tablo 6. Ebeveynlerin Duygu Sosyalleştirme Tepkileri, Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	50
Tablo 7. Ebeveynlerin Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygu Sosyalleştirme Alt Boyutlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	52
Tablo 8. Annelerin Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygu Sosyalleştirme Alt Boyutlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	54
Tablo 9. Babalarının Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygu Sosyalleştirme Alt Boyutlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	55

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışları, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiye ait problem durumuna, araştırmanın amacına, önemine, varsayımlarına, sınırlılıklarına ve değişkenlerin tanımlarına yer verilmiştir.

1.1. Araştırmanın Problemi

İnsan sosyal bir varlıktır ve dünyaya geldiği ilk andan itibaren çevresiyle etkileşime girme ihtiyacındadır. İnsanın doğası gereği ortaya çıkan bu ihtiyacı karşılamakta ilk destek kaynağı ise çoğunlukla ebeveynlerdir. Kurulan bu ilk etkileşimler sayesinde çocuğun hem ihtiyaçları karşılanır hem de yaşama dair temel bilgi ve becerileri edinir. Duygular, bireyi yaşantılarını değerlendirerek duruma göre hareket etmeye hazırlayıp onun doğaya ve yaşama uyumla hayatta kalmasına yardım eder (Bayhan & Artan, 2011; Cole vd., 2004; Dökmen, 2000). Sosyalleşme ise bireylerin diğer bireylere ve sosyal hayata uyum süreci olarak ifade edilir (Baldwin, 1967; akt: Sille, 2016) ve insanın yaşamını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmesinde en temel bilgi ve becerileri içerir.

Çocukların hem hayatlarında ilk olarak ebeveynlerini model alması hem de çocuğun ilk ve en uzun iletişim kaynağının aile olması sebebiyle sosyalleşme sürecinde ebeveynlerin rolü oldukça önemlidir (Gümüş, 2014). Öyle ki hayatın erken dönemlerinde sosyalleşmeye dair kritik adımların atılması diğer gelişim dönemlerine de yansıyacaktır. Özellikle okul öncesi dönemde aileden başlayarak arkadaşlar ve diğer yetişkinlere uzanan ilk deneyimler gerçekleşir. Bu ilk deneyimlerin öğrenme fırsatına dönüştürülmesi ise ebeveynlerin rehberliğinde olur.

Okul öncesi dönem diğer gelişim dönemleriyle kıyaslandığında gelişim alanlarının birbiriyle en fazla etkileşimde olduğu ve edinilen becerilerin insan hayatının tamamı için kritik önem taşıdığı bir dönem olarak ifade edilmektedir (Oktay, 2002). Bu dönemde çocukların duygularını deneyimlemesi ve dışa vurmalarında ebeveynlerinin rehberliği belirleyici olabilmektedir. Hayatın en erken dönemlerinden itibaren duygusal ve sosyal gelişimin birbiriyle bağlantılı olarak ilerlediği ve bu süreçte ebeveyn-çocuk etkileşimin büyük önem taşıdığı söylenebilir. Çocuk, duygularını sosyalleştirmeye ilk olarak ailede başlar ve

büyüyüp farklı ortamlara katıldıkça diğer bireyler de çocuğun duygularını sosyalleştirmesinde aktif rol alır (Zahn-Waxler, 2010). Yani ebeveynler, çocuğun duygu sosyalleştirme sürecinde ilk ve en mühim rehberlerdir.

Çocuğun duygu ve davranış özelliklerinin şekillenmesinde, bunlar ortaya çıktığında ebeveynlerinden aldığı ya da alamadığı geribildirimler etkili olmaktadır. Bu noktada duygu sosyalleştirme, çocuk olumlu veya olumsuz bir duygu yaşadığında ebeveynin onun duygusuna gösterdiği tepki ve çocukla iletişim kurma şekli olarak değerlendirilmektedir (Gottman, Katz ve Hooven, 1996). Çocukların olumsuz duygularına gösterilen tepkiler kendi içinde; destekleyici ve destekleyici olmayan tepkiler olarak sınıflandırılmıştır (Eisenberg, Cumberland ve Spinrad, 1998). Destekleyici ana babalar, çocukların yaşadığı olumsuz duyguları bir yaklaşma fırsatı olarak görüp bu duygularla baş etmelerinde rehberlik yaparlar (Denham vd., 2007). Ebeveynin probleme odaklanıp çözümü vurgulaması, duyguya odaklanıp sıcaklık ve yakınlığıyla çocuğu rahatlatması ve çocuğu duygusunu ifade etmekte teşvik etmesi destekleyici tepkileri ifade eder. Öte yanda destekleyici olmayan ebeveynler, çocuklarının deneyimlediği olumsuz duygudan zarar görmemesi için onlardan derhal kurtulmaları gerektiğine inanırlar (Gottman, Katz ve Hooven, 1996). Destekleyici olmayan ana babalar, çocukların olumsuz duyguları ile başa çıkmak amacıyla, çocuğun duygusal yaşantısını küçümseme, yok sayma ve çocuğu cezalandırma gibi işlevsel olmayan duygu sosyalleştirme tepkileri kullanırlar (Denham vd., 2007). Çocuğun duygularına yönelik karşılaştığı tepkilerin destekleyici veya destekleyici olmaması kimi sonuçlar doğurur. Öyle ki, destekleyici duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının çocuğun duygusal ve davranışsal gelişiminde katkısı olduğu vurgulanırken, destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme yaklaşımlarının çocuğun sosyal ve duygusal gelişiminde zarar oluşturduğu belirtilmiştir. (Eisenberg, Cumberland ve Spinrad, 1998). Yani okul öncesi dönemde duygusal yeterliliklerin gelişebilmesi için çocuğun duyguları sağlıklı bir şekilde sosyalleştirilmelidir (Zinsser, Shewark, Denham & Curby, 2014).

Cumberland ve Eisenberg'in ortaya koyduğu modelde doğrudan duygu sosyalleştirme; ebeveynlerin duygularını ifade etme şekilleriyle model olmaları, çocukları ile duygular üzerine konuşmaları ve onların olumsuz duygularına gösterdikleri tepkiler olarak üç farklı şekilde gerçekleşmektedir (Eisenberg vd., 1998). Dolaylı duygu sosyalleştirme ise günlük etkileşimler sırasında ebeveynlerin kendi duygu ifadeleri ile ailede bulunan duygu iklimini kapsar (Eisenberg vd., 1998). Bu modelde duygu sosyalleştirme davranışları ile eşler arası uyum ve ebeveynlerin sahip olduğu evlilik doyumu faktörlerinin ilişkili olduğu değerlendirilmektedir. Evlilik doyumu yüksek ana babaların çocuklarının ihtiyaçlarına daha

duyarlı olacakları belirtilmektedir (Fincham vd., 1994). Öyle ki, evlilik ilişki kalitesinin, eşlerin psikolojik iyiliklerini, ebeveynlik işlevlerini ve bunlarla ilişkili olarak aile yaşamının kalitesini etkilediği belirtilmiştir (Cummings ve Davies., 2014).

Eşlerin kişisel psikolojik süreçlerinin de evliliği etkilemesi ve evlilikten etkilenmesi beklendiktir. Özellikle psikolojik sağlamlık açısından değerlendirildiğinde evlilik ilişkisi temel bir sosyal destek kaynağı olarak koruyucu faktör olabileceği gibi, stres unsurları barındırması sebebi ile risk faktörü konumunda olabilmektedir. Evlilik ilişkisinin her iki durumda da evlilik doyumunu etkilemesi beklendiğinden, evlilik doyumunu ile psikolojik sağlamlık arasında karşılıklı etkileşimden söz edilebilir. Anne babaların hem psikolojik sağlamlığının hem de evlilik doyumunun ebeveynliği etkilediği ve ebeveynlikten etkilendiği öngörülebilir. Belsky (1981) de ailede bireylerin ve ilişkilerin birbirini karşılıklı olarak etkilediğini, sağlıklı nesiller yetiştirmenin daha geniş olan aile sistemini anlayarak olabileceğini vurgulamıştır. Bu durumda ebeveynin duygu sosyalleştirme tepkileriyle ilişkili olarak psikolojik sağlamlık ve evlilik doyumunun etkili olduğu düşünülmektedir.

Evlilik ve ebeveynlik ilişkisini inceleyen araştırmaların 1980’li yıllara dayandığı görülmektedir. Belsky’in (1981) “aile sistemi modeli” ailedeki bireylerin birbiri arasındaki etkileşimleri; doğrudan ve dolaylı etkiler olarak değerlendirip bir sistem olarak ele almaktadır. Çocuğun davranışları eşler arası ilişkiyi etkiler ve bundan etkilenir, aynı şekilde her ikisi ebeveynliği de etkiler ve ondan etkilenir; bu durum doğrudan etkiler kapsamındadır. Sistemdeki bir unsurun diğerini ikincisi aracılığıyla etkilemesi ise dolaylı etkiler kapsamında değerlendirilir. Evlilik ilişkisinin bireylerin nasıl bir ana-baba olacağını böylelikle de çocuğun davranış ve gelişimini etkilemesi buna örnek gösterilebilir (Belsky, 1981; Güre, 2012). Benzer şekilde yayılma hipotezi de evlilik ile anne- baba çocuk ilişkisi arasındaki ilişkiye işaret eder. Bu durumda evlilik doyumunu yüksek ebeveynlerin, çocuklarının ihtiyaçların karşı daha duyarlı olacağı ve olumlu ebeveynlik davranışları sergileyeceği değerlendirilir. Özetle, olumlu nitelikteki evlilik ilişkisi, olumlu nitelikteki ebeveynlik davranışları ile ilişkili görülmektedir (Güre, 2012). Bunun tersi olarak, çatışmalı evlilik ilişkisinin ebeveynleri daha sinirli yapması, çocuklarına yönelik daha düşmanca ve duyarsız davranma ihtimalini artırması da söz konusudur (Fincham, Grych ve Osborne, 1994; Margolin, Gordis ve Oliver, 2004). Daha genel manada yayılma hipotezi, olumlu ya da olumsuz nitelikteki evliliklerin benzer nitelikte ebeveyn-çocuk ilişkisine neden olduğunu belirtmektedir (Grych, 2002).

Evlilik doyumunu ise eşlerin evliliğe ilişkin genel değerlendirmesini ifade eder (Celenk ve Van de Vijver, 2013: 2). Evlilik doyumuna dair tanımlara bakıldığında kavramın genellikle; evlilikten beklenen ihtiyaçların karşılanma derecesi ve beraberinde getirdiği

hoşnutluk hissi ile ifade edildiği görülmektedir. Eşlerin ilişkiden mutluluk düzeyleri, kendi evliliklerine dair duyguları, evliliğe dair genel algı ve bakış açıları evlilik doyumu düzeyini belirlemektedir (Harway, 2005).

Evlilik doyumu üzerine yapılan bir araştırmada çocukların davranış sorunları ile ebeveynin evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve çocuklarına daha az ilgi gösteren annelerin evlilik doyumlarının da daha düşük olduğu sonucuna varılmıştır (Demir, 2017). Evlilik ilişkisinde var olan olumlu ya da olumsuz etkiler, evliliği farklı bir boyuta dönüştüren çocuğa da yansımaktadır. Yapılan bir araştırma, anne baba arasındaki stresin özellikle duygu sosyalleştirme tepkilerini etkilediğini ortaya koymaktadır ve ebeveynler arasındaki stres arttıkça destekleyici olmayan duygu sosyalleştirmenin arttığı belirtilmiştir (Nelson vd., 2009).

Hem evlilik ilişkisi hem de ebeveynlik, kişilerin hayatına kattığı anlam ve aidiyet duygusuyla pek çok olumlu etkiyi beraberinde getirse de bir o kadar stres unsurları barındırmaktadır. Eşlerin stres veren durumlar karşısındaki tutumları ise psikolojik sağlamlıklarıyla doğrudan ilişkilidir. Evlilik doyumları karşılıklı olarak yüksek olan çiftlerin stres düzeyi daha düşükken, yaşam mutluluğu ve olumsuz yaşam şartlarıyla başa etme dayanıklılığı daha yüksektir (Holman, 2002). Bu durumda, evlilik doyumu yüksek bireylerin evlilik doyumu zayıf olanlara göre daha iyi fiziksel ve psikolojik sağlığa sahip olduğu ifadeilmektedir (Fincham ve Beach, 1999). Hawkins ve Booth (2005) da evlilik doyumu ile psikolojik sağlık arasında olumlu bir etkileşim olduğunu ifade etmiştir.

Garnezy (1993)'e göre psikolojik sağlamlık, kişilerin deneyimledikleri olumsuz bir durumdan sonra kendisini toparlayabilme gücü ve yaşadığı olumsuz durumdan önce ki mevcut yetenek ve davranışlara dönebilme becerisidir. Olumsuzluk karşısında mevcut risk ve koruyucu faktörlerin etkileşimiyle birlikte kişinin var olan değişime uyum sağlanması olarak da ifade edilmiştir (Kararımak, 2006).

Olumsuz durumlar ve stres faktörleri hayatın her alanında olduğu gibi evlilik ve ebeveynlik bağlamında da mevcuttur. Bu durumda, zorluk ve stres unsurlarının yönetilmesi ve sağlıklı bir ebeveynlik ortaya koyabilmek için psikolojik sağlamlığın gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Psikolojik sağlamlığı yüksek kişilerin sahip olduğu olumlu özellikler ebeveynlikleri açısından da değerlidir. Öyle ki bu kişilerin; stres oluşturan durumlar karşısında daha başarılı ve etkin şekilde mücadele ettiği, iletişim ve sorun çözme becerilerinin de daha yüksek olduğu bilinmektedir (Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009).

Bireylerin zorlayıcı bir durumla karşı karşıya kaldığında kendilerini geri çekmesi, pes etmesi veya üzerine giderek o durumun sonucunu değiştirme çabası, psikolojik sağlamlık

düzeyine göre farklılaşmaktadır (Sezgin, 2016). Psikolojik sağlık düzeyi yüksek bireyler, evlilik hayatındaki zorlukların üstesinden gelmekte ve ilişkilerinin yeniden canlanmasına yardımcı olmakta diğerlerine göre daha donanımlıdırlar (Neff ve Broady, 2011). Psikolojik sağlamlığa dair özelliklerin evlilik doyumunu artırdığı üzerine çeşitli araştırmalar mevcuttur. Öyle ki; evli bireylerin uyum, olumlu ilişki beklentisi, özyeterlik gibi psikolojik sağlık niteliklerinin evlilik doyumunu artırdığı ifade edilmiştir (Huber vd., 2010). Bir başka çalışmada da psikolojik sağlamlığın evlilik doyumunu yordayan bir faktör olduğu belirlenmiştir (Margelisch vd., 2017). Ayrıca psikolojik sağlamlığa yönelik eğitimlerin evlilik doyumunu artırıp olumlu etki oluşturduğuna dair çalışmalar da mevcuttur. Psikolojik sağlamlığı geliştirme eğitimlerinin bireylerde depresyon ve kaygı düzeyini düşürürken evlilik doyumunu yükselttiği belirlenmiştir (Kaveh Hojjat vd., 2017).

Eşlerin birbirlerine karşı sergiledikleri ilgi ve empati psikolojik sağlamlığı olumlu yönde etkilemekte ve bu bağlamda eşlerin birbirlerini destekleyerek zorlu zamanları paylaşımları kritik bir önem taşımaktadır (Reis ve Gable, 2003). Psikolojik sağlamlıkta kişisel koruyucu faktörler kadar ailesel ve çevresel koruyucu faktörler de önemlidir. Evlilikte bu koruyucu faktörlerden en önde olanı çoğu zaman en yakın sosyal destek kaynağı olan eş desteğidir. Evlilik doyumu açısından değerlendirildiğinde de birçok çalışma eşlerin karşılıklı olarak algıladıkları sosyal destek düzeylerinin önemini vurgulamıştır (Bryant ve Conger, 1999; Julien ve Markman, 1991; Pash ve Bradbury, 1998). Belsky (1984) de evlilik ilişkisini, ebeveynler için en önemli destek sistemi olarak değerlendirmiştir. Öyle ki; eşleri tarafından değerli olduğu hissettirilen ebeveynlerin, özgüven ve iyi oluşlarının artacağı ve böylelikle çocuklarına karşı daha ilgili ve sıcak davranma ihtimallerinin de artacağını ifade etmiştir. Özetle, evlilikte eş desteği, ebeveyndeki stres kaynaklarının olumsuz etkilerini azaltan bir unsurdur. Ebeveynlerin zor zamanlarda birbirlerine destek unsuru olması aralarındaki iyilik halini de artıracak ve çocuğun gelişimi tüm yönleri ile bu süreçten olumlu etkilenecektir.

Bireyin psikolojik sağlamlığı, eş ve ebeveyn rollerinin sağlıklı bir şekilde yerine getirilmesini etkilerken; eş ve çocuğun varlığı da sosyal destek niteliği taşıması, aidiyet ve amaç duygusu katması yönleriyle psikolojik sağlamlığı etkileyebilmektedir. Öyle ki; eşiyle kurduğu ilişki sayesinde birey zorlukları paylaşım imkanı bulup destek görebilir, çocuğun varlığı da çocuğu yetiştirmeye yönelik bir anlam ifade etmesi ve birey için aktif çaba göstermesi gereken bir amaç oluşturmasıyla yaşama yönelik bağlılık oluşturabilir. Bireyin karşılaştığı stres yaratan durum ya da olumsuz hayat şartlarına karşın ailesinin, sosyal çevresinin varlığı, ilgi alanlarının, inanç ve değerlerinin varlığını devam ettirmesi yaşama yönelik bağlılıklarının da sürmesini sağlamaktadır (Mund, 2017). Bireylerin yoğun stres

yaşamaları ve olumsuz tecrübelerle sahip olmalarına karşın hayata yeniden bağlanmak istemeleri, mücadele etmelerine ve olumsuz şartlarla başa çıkacak güç ve motivasyonu bulabilmelerine olanak sağlar (Maddi, 2012).

Anne babanın zorluklar karşısında duygu ve davranışlarını nasıl yönettiğini de içeren ebeveyn psikolojik sağlamlığı çocuk için son derece önemlidir. Öyle ki; yetişkinlerin duygusal ifadeleri, kendisi ve diğerlerinin duygularına verdikleri yanıtlar ve baş etme stilleri çocuğa taklit etmesi üzere duygusal davranış modeli sunar (Rhee, 2007). Öte yandan ebeveynlerin kendi duygularını deneyimleme ve bunlarla baş etme tarzlarının çocuklarının duygularına verdikleri tepkileri de etkilediği belirtilmektedir (Eisenberg vd., 1998). Konuya dair bir çalışma, duyguları ile etkin şekilde baş eden annelerin, çocuklarının olumsuz duygularına daha çok destekleyici tepkiler verdiklerini, kendi duygularını bastıran annelerin ise çocuklarının olumsuz duyguları karşısında daha çok destekleyici olmayan (cezalandırıcı ve küçümseyici) tepkiler verdiklerini ortaya koymuştur (Hughes ve Gullone, 2010). Aynı şekilde psikolojik sağlamlığın, yaşanan zorlu durumlarda kişinin psikolojisi üzerindeki olumsuz sonuçları azalttığı hatta kişinin hem kişiliğinde hem de üretkenliğinde olumlu sonuçlar sağladığı bilinmektedir. Kişinin psikolojik sağlamlığının zayıf olduğu durumda başa çıkma mekanizmaları yetersiz kalabilir ve kişide psikolojik bozuklukların gelişme riski daha fazla olabilir. Bu durumda da ebeveynler, kendi psikolojik problemlerine odaklandıklarından dolayı çocuklarının duygularına karşı destekleyici olmayan tutumlar sergileyebilmektedir (Kaya- Bican ve Sarıtaş-Atalar, 2017). Benzer şekilde, ailesel risk faktörleri gibi bağlamsal özelliklerin duygu sosyalleştirmeye etkileri ve bu etkilerin çocuğun duygu düzenlemesiyle ilişkilerine yönelik bir araştırmada, yoksulluk, psikopatoloji, düşük eğitim düzeyi gibi çeşitli ailesel risk faktörlerinin ebeveynler üzerinde yük ve fazladan kaygı yaratıp saldırganlığı ve kontrolcü tutumları arttırarak destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme tepkilerini arttırdığı ifade edilmektedir (Shaffer ve ark., 2012). Tüm bunlar değerlendirildiğinde ebeveynin mevcut psikolojik sağlamlığının duygu sosyalleştirme sürecinde kritik bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir.

Geleneksel roller çocuğun bakımı ve eğitiminde çoğunlukla annenin sorumluluğunu vurgulasa da zamanla kadın-erkek rolündeki eşitliğin artmasıyla çocuğun yaşamında baba da aktif bir konuma gelmiştir. Alan yazında ebeveynlerin duygu sosyalleştirme uygulamalarına dair çalışmalar incelendiğinde araştırmaların genellikle birincil bakım veren annelerle yapıldığı görülmektedir (Eisenberg ve Fabes, 1994). Öte yandan, çocukların duygusal ve sosyal gelişiminde babaların duygu sosyalleştirme davranışlarının da önemli rol oynadığı bilinmektedir. Evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık açısından da değerlendirildiğinde kadın

ve erkeklere dair kimi farklılıklar söz konusudur. Ancak erkeğin babalık rolündeki performans düzeyinin annenin ruh sağlığını ve eşine bakış açısını olumlu yönde etkilediği, böylelikle de hem çocuğun çok yönlü gelişimine hem de evlilik ilişkisine olumlu yansıdığı ifade edilmiştir (Kessler ve McRea, 1982). Görüldüğü üzere babaların çocuklarının bakımına katılımları yalnızca çocuğun yaşamını olumlu etkilememekte; eş zamanlı olarak babanın kendi yaşamı, eşinin yaşamı ve evlilik ilişkisini de olumlu etkilemektedir (Twamley, Brunton, Sutcliffe, Hinds ve Thomas, 2013). Tüm bunlara dayanarak bu çalışmada anne ve babalara yer verilerek cinsiyet değişkenine göre yordayıcılık ilişkisi de incelenecektir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı 4-7 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışları üzerinde evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın rolünü incelemektir. Bu genel amaç çerçevesinde aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur:

1. Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışları, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık puanları cinsiyetlerine göre farklılaşmaktadır.
2. Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışları ile evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık puanları arasında anlamlı ilişkiler vardır.
3. Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışlarını, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık puanları anlamlı düzeyde yordamaktadır.
 - 3.1. Annelerin duygu sosyalleştirme davranışlarını, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık puanları anlamlı düzeyde yordamaktadır.
 - 3.2. Babaların duygu sosyalleştirme davranışlarını, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık puanları anlamlı düzeyde yordamaktadır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Okul öncesi dönem insan gelişim evreleri arasında temel bir dönem olarak değerlendirilmektedir. Bu temel dönemde, çocuğun hem kendi hem de diğerlerinin duygularını farketmesi, davranışları anlamlandırması ve amacı doğrultusunda işlevsel olan ve olmayan davranışları ayırt etmesi gerekir. Ayrıca sosyal ve kültürel olarak kabul gören ve görmeyen davranışları öğrenme süreci de bu dönemde başlar. Çocuk kritik önem taşıyan bu dönemde gerekli rehberliği görmez ve sosyal becerilerin temelleri atılmazsa hayatın geri kalanı için telefı edilmesi zor olumsuzluklar doğabilir. Ebeveyn açısından da böylesi kritik

önem taşıyan bir süreçte ortaya koyduğu duygu sosyalleştirme davranışları ve bunların çocuğu üzerindeki etkileri son derece önemlidir.

Ebeveynin okul öncesi dönemde çocuğa etkin şekilde duygusal- sosyal beceriler kazandırması, çocuğun hayata uyumunu kolaylaştıracak ve bağımsızlaşabilmesini yani birey olma yolunda ilerlemesini sağlayacaktır. Bu becerilerin gelişmesinde de öncelikle çocuğa duygular konusunda model olunmalı, duygular hakkında rehberlik içeren konuşmalar yapılmalı ve bir o kadar önemli olan şekilde çocuğun deneyimlediği duygular karşısında uygun tepkiler verilmelidir. Bu tepkilerin destekleyici ya da destekleyici olmayan tepkilerden seçilmesi çocuğun duygularını ve beraberinde davranışlarını şekillendirmektedir. Okul öncesi dönemde duygusal-sosyal gelişim için oldukça önemli olan duygu sosyalleştirme davranışları son yıllarda Türkiye’de birçok çalışmaya konu olsa da ebeveyn duygu sosyalleştirme davranışları ile evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık kavramlarının birbirleriyle ilişkilendirildikleri bir çalışma bulunmamaktadır.

Çocuğa dair özellikler (mizaç, sağlık, engel durumu vs.) ebeveynliği etkileyebildiği gibi ebeveynin psikolojik özellikleri ve yakın çevresiyle kurduğu ilişki de çocuğuna karşı sergilediği ebeveynlik davranışları üzerinde etkili olabilmektedir. Özellikle kişinin çevresiyle kurduğu ilişki, psikolojik sağlamlığı ile yakından ilişkilidir. Psikolojik sağlamlığı yüksek kişilerin sahip olduğu özellikler arasında; yüksek öz yeterlik, iletişim becerileri, problem çözme becerisi, etkili çatışma çözme stratejileri, empati, iyimserlik ve azimli olmak gibi insan ilişkilerinde yarar sağlayan unsurlar bulunmaktadır. Bireyin bu özelliklere sahip olması hem evlilik doyumunu, yani eşiyle kurduğu ilişkiden memnuniyet düzeyini hem de çocuğuna karşı sergilediği duygu sosyalleştirme davranışlarını etkileyebilir. Benzer şekilde bireylerin psikolojik sağlamlığının zayıf olması da eşi ve çocuğuyla kuduğu ilişkiyi etkileyecek, bu ilişkilerde ortaya çıkan zorluk ve stres faktörlerinden etkilenecektir. Öyle ki sosyal çevre, psikolojik sağlamlık için kimi zaman koruyucu faktör kimi zaman da risk faktörü olarak varlık göstermektedir. Evlilikte eşle kurulan ilişkinin, en yakın sosyal destek kaynağı olarak bireyler için psikolojik sağlamlığı destekleyen bir faktör olması beklenmektedir. Ebeveynlerin yaşanan sıkıntılar karşısında birbirlerinin yanında olmaları, deneyimlenen olumsuz duyguları paylaştırarak azaltabilir ve böylelikle ebeveynin çocuğuna karşı daha olumlu bir ruh hali içerisinde olmasını sağlayabilir. Bu durumda ebeveynin kendi psikolojik sıkıntılarından ziyade çocuğunun gelişimine odaklanması da mümkün olabilmektedir. Yani ebeveynin destekleyici duygu sosyalleştirme tepkileri kullanma ihtimali artmakta ve beraberinde çocuğun sosyal duygusal becerilerinde daha olumlu sonuçlar görülmektedir.

Ebeveynlerin psikolojik sağamlıkları ve evlilik doyumlari, alan yazında sınırlı çalışmada yer verilen ancak ana babaların duygu sosyalleştirme uygulamalarını şekillendiren önemli faktörlerdir. Ülkemizde yapılan çalışmalarda çoğunlukla duygu sosyalleştirme davranışlarının çocuk üzerindeki etkilerine yoğunlaşıldığı görülse de ebeveyn özelliklerinin duygu sosyalleştirmeye etkilerini inceleyen çalışmalar da mevcuttur. Duygu sosyalleştirmenin çocuklar üzerindeki sonuçları kadar ebeveynin duygu sosyalleştirme davranışlarını şekillendiren faktörlerin belirlenmesi de önemlidir. Ancak duygu sosyalleştirmeye dair ebeveynlerin özelliklerine odaklanan çalışma sayısının oldukça yetersiz olduğu görülmektedir. Duygu sosyalleştirme davranışlarının daha iyi anlaşılabilmesi için, psikolojik sağamlık ve evlilik doyumu faktörlerinin de incelenmesinin yararlı olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca duygu sosyalleştirmeye dair yapılan çalışmalar, çoğunlukla annelerin duygu sosyalleştirme davranışlarını şekillendiren faktörlere odaklanmaktadır. Babaların duygu sosyalleştirme davranışlarını etkileyen faktörleri, babalardan elde edilen veriler doğrultusunda inceleyen yeterli sayıda araştırma bulunmamaktadır. Bu çalışma hem duygu sosyalleştirme süreçlerine etki eden faktörleri aydınlatması ve alan yazındaki boşluğu doldurması açısından hem de sadece annelere odaklanmaktan ziyade babaların da duygu sosyalleştirme davranışlarını etkileyen faktörleri incelemesi bakımından önem arz etmektedir.

1.4. Varsayımlar

1. Uygulanan ölçeklere katılımcıların verdikleri cevaplar onların gerçek görüş ve düşüncelerini yansıtmaktadır.
2. Çocukların Olumsuz Duygularıyla Baş Etme Ölçeği, Evlilik Yaşamı Ölçeği ve Kısa Psikolojik Sağamlık Ölçeği ilgili özellikleri ölçmede yeterlidir.

1.5. Sınırlılıklar

1. Araştırmada elde edilecek sonuçlar çalışmanın yapıldığı popülasyonun çocuklarının yaş grubu (4-7 yaş) ile sınırlıdır.
2. Araştırmanın kapsamında incelenecek olan duygu sosyalleştirme davranışları, evlilik doyumu ve psikolojik sağamlık kavramları; Çocukların Olumsuz Duygularıyla Baş Etme Ölçeği, Evlilik Yaşamı Ölçeği ve Kısa Psikolojik Sağamlık Ölçeğinin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.

3. Bu araştırma kesitsel bir çalışma olduğundan evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın duygu sosyalleştirme üzerindeki etkisini belli bir zaman diliyle sınırlı şekilde ortaya koymaktadır, bulguların süreç içindeki değişimi değerlendirilememektedir.
4. Araştırmada değişkenlerin cinsiyete göre değerlendirilmesi söz konusudur, veriler normal dağılım göstererek analiz yapmaya uygun olsa da kadın ve erkek katılımcıların sayısı arasında ciddi bir farklılık bulunmaktadır.



BÖLÜM II

KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Araştırmanın kuramsal boyutuna ilişkin ulaşılabilen bilgiler ve kaynaklar; bağımlı ve bağımsız değişkenlere ilişkin Türkiye’de ve yurtdışında yapılan araştırmalar ve bu araştırmaların sonuçları bu bölümde aktarılmaya çalışılmıştır.

2.1. Kuramsal Açıklamalar

Bu bölümde duygu sosyalleştirme davranışları, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık ile ilgili literatür incelenmiştir.

2.1.1. Evlilik ve Aile

Tüm kültürlerde büyük önem atfedilen evlilik kavramı üzerine pek çok farklı tanımlama mevcuttur. “Evlilik, toplumlarda farklı yapılar gösterebilen, aile kurmayı ve türün devamını sağlayan iki insanın kalıcı bir beraberlik için bir araya gelerek oluşturdukları, birbirlerine ve çocuklarına karşı ortak sorumluluklarını yerine getirmeye söz verdikleri, birbirine bağlı sistemlerden oluşan evrensel bir kurumdur” (Saxton, 1982; s.216). Evliliği, iletişim ve etkileşim temelinde çift yönlü yaşanan; biyolojik, davranışsal, duygusal ve resmi yönleri bulunan, sosyal bir sistem olarak tanımlamak da mümkündür. (Cutler & Radford, 1999; Özer, 2016).

Yasal açıdan ise evlilik, bir ilişkiyi resmileştiren sözleşme olarak değerlendirilebilir. Türk Medeni Kanunu’nun 185. Maddesine göre; “Evlenme ile çiftler arasında evlilik birliği kurulmuş olur. Eşler, evlilik birliğine ait mutluluğu birlikte gerçekleştirir ve çocuk bakımı, eğitim ve gözetimi gibi konularda birlikte özen gösterme konusunda sorumluluk sahibidirler. Eşler beraber yaşam sürdürme, birbirlerine sadık olmak ve yardımda bulunmak durumundadırlar”(Türk Medeni Kanunu Mevzuatı, 2017). Buradan da anlaşılacağı üzere, "Evlilik sadece partnerler arasındaki kişisel bir taahhüt değil, daha geniş bir topluma yansıtılan sosyal ve yasal bir bağlılıktır" (Bird & Melville, 1994). Tutarel-Kışlak’a (1999) göre de evlilik, resmi yönüyle birlikte eşlerin duygu ve davranışlarını kapsayan, biyolojik tarafı olan, cinsellik yönünden eşitlik ve yakın ilişki imkânı sunan sosyal bir sistem olarak değerlendirilmektedir. Özetle evlilik, kurumsallaşmış bir ilişkiler sistemi, dünyaya gelecek

çocuklara statü kazandıran, devletin de üzerinde kontrol, hak ve yetki sahibi olduğu toplumsal ve yasal bir yapıdır (Güngör, 2007; Özer, 2016).

Evlilikte; psikolojik, biyolojik, ekonomik ve sosyal olmak üzere temel işlevlerin varlığından söz edilebilir. Psikolojik ihtiyaçlardan sevmeye, sevilme, ait olma; biyolojik ihtiyaçlardan cinsellik ve çocuk sahibi olup neslin devamını sağlama evlilik yoluyla karşılanabilir. Eşlerin birliktelik duygusu yaşayarak geleceğe güvenle bakabilmesi ve yalnızlık hissetmemeleri de evliliğin sosyal ihtiyaca karşılık gelerek gösterdiği işlevin bir sonucudur (Özgüven, 2001; s.60-61).

Sağlıklı bir evlilik eşlere; fiziksel, sosyal ve duygusal olarak yakınlık imkânı sunar (Çağ ve Yıldırım, 2013). Aynı zamanda evlilik, kişilerin genel sağlık durumları üzerinde iyileştirici gücü olan ve yaşamdan doyum elde etmelerini sağlayan sosyal bir kurum olarak da tanımlanır (Hayward ve Zhang, 2006). Glenn (1990) de, evliliğin ruhsal ve bedensel sağlığa, yaşam sevincine, mutluluk düzeyine ve eşlerin kişilik gelişimine olan katkılarına değinmiştir. Kişinin maddi, manevi doyum elde etmesi, sorumluluklarını yerine getirerek toplumda uyumlu ve faydalı bir birey olarak varlık göstermesinde yürütmüş olduğu evliliğin önemli etkileri vardır (Çelik, 2006). Bireyleri yaşam kalitesi, yaşam doyumu ve iyi oluşu gibi pek çok yönden etkileyen evlilik, bir ailenin oluşmasını ve bir sonraki neslin meydana gelmesini sağlayan en temel insan ilişkisi olarak tarif edilebilir. (Larson ve Holman, 1994).

Evlilikle ilgili yukarıda ifade edilen olumlu etkilerin aksine evlilikte uyumsuzluk ve memnuniyetsizlik de, hem eşlerin hem de dünyaya gelen çocukların hayatını bir çok yönden olumsuz etkilemektedir. Evlilikte yaşanan problemler, çatışma ve uyumsuzluklar eşlerin bedensel ve psikolojik sağlığı için tehdit oluşturabilmektedir (Koydemir, Sun-Selişik ve Tezer, 2008). Ebeveynler birbirlerine düşmanca tavırlar gösterdiğinde çocuklarına da saldırgan davranışlar sergilemeleri olasıdır (Berg-Cross, 2001). Ebeveynler arası uyumsuzluk ve çatışmalar, çocukların güvenlik ve benlik hissini zayıflatarak çocuklar üzerinde de olumsuz etki oluşturabilir. Bu etkiler çocukta duygusal, sosyal ve davranışsal problemleri ifade eder.

Ailenin temelleri de evlilik yoluyla atılır. Eşler evlenerek bir araya geldikleri andan itibaren birer ebeveyn adaydır. Yeni oluşan aile, nesillerin sağlıklı şekilde yetiştirilerek devamlılığına da hizmet eder (Nolen Hoeksema, Parker & Larson, 1994). Evlilikte olduğu gibi aile kavramı da biyolojik ve psikososyal yapısıyla pek çok işleve sahiptir. Bu işlevler; neslin devamlılığını sağlama, cinsellik, sevmeye-sevilme-ait olma, toplumda statü kazanma, çocukların bakım ve sorumluluğunu yerine getirme, toplumsal gelenek ve göreneklerin aktarımı olarak sayılabilir (Özer, 2016). Sayılan bu aile işlevlerinin ne derece yerine getirildiği de ailenin sağlıklı olup olunmadığını göstermektedir. Tüm biyo-psikososyal işlevleri yerine getirebilen

ve eşlerin doyum elde ettiği aileye sağlıklı-işlevsel aile denilmektedir (Erdoğan, 2017). Cutler ve Radford (1999) da aralarında iyi iletişim ve ilişki kuran, çocuklarının güvenliği ve geleceğini düşünen evlilikleri, sağlıklı aile olarak değerlendirmiştir. Sağlıklı bir evlilikte bireylerin evlilikten doyum almaları büyük önem taşımaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013).

İnsan yaşamının önemli doyum kaynaklarından biri evliliğdir. Evlilik doyumu ise evliliğin devam etmesini sağlayan önemli etkenlerden biridir (Cihan Güngör, 2007). Bir çok araştırma; doyuma ulaşamayan evliliklerin büyük oranda boşanmayla sonlandığını, bu durumun eşleri ve çocukları olumsuz olarak etkilediğini ortaya koymaktadır. (Clavarino ve diğ., 2011; Eskin, 2012; Fishman ve Meyers, 2000; Gottman ve Katz, 1989; Grych ve Fincham, 1990; Özgüven, 2014; Robinson ve Neece, 2015; Şirvanlı 1999; Vaez, Indran, Abdollahi, Juhari ve Mansor, 2015; Weaver ve Schofield, 2015; Yavuzer, 2015; Yüksel ve Canel, 2012). Hatta boşanmayla sonuçlanan bir evlilikte en çok zarar gören küçük çocuklardır. Kişiliğin şekillendiği bu kritik zamanlarda, ebeveynleriyle birlikte sevildiğini bilerek güvenle yaşaması çocuklar için önemlidir. (Özgüven, 2014 s.286). Yalnızca eşleri değil çocuklarını ve onların gelişimini de büyük ölçüde etkilediğinden evlilik doyumu aile için mühim bir konudur.

2.1.1.1. Evlilik Doyumu

Kişilerin yaşam memnuniyetlerini ifade eden yaşam doyumunun önemli bir parçası evlilik doyumdur. Evlilik doyumu, kişilerin ihtiyaç ve taleplerinin evlilik ile buluşma derecesi olarak tanımlanmaktadır. (Bahr, Chappbell ve Leigh, 1983). Benzer şekilde Tezer (1996) bu kavramı “bireyin kendi evlilik ilişkisindeki gereksinimlerini karşılama derecesine ilişkin algısı” olarak ifade etmektedir. Heyman, Sayers ve Bellack (1994) ise evlilik doyumunu, eşler arasındaki ilişki kalitesi, uyumu, ilişkiden sağlanan mutluluk ve tüm bunların uyum içinde varlığını sürdürmesi olarak değerlendirmiştir.

Evlilik doyumu, eşlerin evliliğe ilişkin genel değerlendirmesidir (Celenk ve Van de Vijver, 2013: 2). Eşlerin ilişkiden mutluluk düzeyleri, kendi evliliklerine dair duyguları, evliliğe dair genel algı ve bakış açıları evlilik doyum düzeyini belirlemektedir (Harway, 2005). Buradan da anlaşılacağı üzere evlilik doyumu, belirli bir an veya alana dair değerlendirmelerle sınırlı değildir. Özetle, bireylerin, evliliklerini tüm yönleriyle düşündüklerinde yaşadıkları mutluluk ve tatmin duygusu olarak değerlendirilebilir (Erbek vd., 2005b, s. 40).

Sokolski ve Hendrick'e (1999) göre evlilik doyumu, çiftlerin evlilik ilişkisinde birbirlerine karşı sergiledikleri kişisel ve çevresel boyutlardan devşirdiği psikolojik tatmindir. Bu tanımda kişisel boyut; sevgi gösterme biçimi, cinsel tatmin, iletişim biçimi ve kendini ifade edebilmeye, çevresel boyut ise; verilen kararlarda eşit söz sahibi olma, baskınlık, problemleri bölüşme, çalışıp kazanç elde etmeye karşılık gelmektedir. Yani evlilik doyumu, bireyin içinde bulunduğu evlilik ilişkisinin sosyokültürel alanlardaki beklentilerini tatmin edebilme gücüyle de ilişkilidir (Öz ve Tatar, 2020).

Evlilik doyumu üzerine yapılan tüm bu tanımlamalara bakıldığında, evlilikten beklenen ihtiyaçların karşılanma derecesi ve beraberinde getirdiği hoşnutluk hissi evlilik doyumu kavramını karşılamaktadır. Ayrıca bu değerlendirmenin evliğin geneline dair yapılması ve öznelliği de söz konusudur. Bu durum Tezer (1986) tarafından, çiftlerin evlilikte kendilerini mutlu hissetmeleri olarak tarif edilmiştir.

Rosen- Grandon, Myers ve Hattie'ye (2004) göre evlilik doyumunda önemli özellikler; evlilik istikrarı, bağlılık, cinsel açıdan sadık olma, güçlü manevi değerlere bağlılık, eşe saygı duymak, iyi bir eş olamaya ve eşi memnun etmeye istekli olma, affetme-affedilmeyi destekleme olarak sıralanmıştır. Araştırmacılar tarafından evlilik doyumunda etkili farklı unsurların önemine de değinilmiştir. Eşlerin sorumluluk sahibi olması, empatik anlayış göstermesi gibi sağlıklı kişilik özelliklerine sahip olmaları da bu unsurlardandır (Young ve Long, 1998; akt. Çağ ve Yıldırım, 2013). Ek olarak eş desteği, cinsel tatmin ve eğitim düzeyi de evlilik doyumu ile ilişkili olduğu düşünülen faktörler arasındadır (Çağ ve Yıldırım, 2013 Ayer (2016)). Evlilik doyumunda etkili psikolojik ihtiyaçlardan başlıcaları da sevme- sevilme, güvenme-güvenilme, ilgi ve destek alma, koruma ve güvenlik sağlama, cinsel mutluluk, çocuk sahibi olmak olarak sıralanabilir (Tarhan, 2011).

Kişilerin evlilik doyumunun yüksek olması, evlilik doyumu zayıf olan kişilere nazaran daha iyi fiziksel ve psikolojik sağlığa sahip olmayı işaret etmektedir (Fincham ve Beach, 1999). Çoğu çiftin birincil sosyal destek kaynağı olan evlilik ilişkisi, hem fiziksel hem de psikolojik rahatsızlıklara karşı koruyucu bir faktör olarak hareket eder ve böylelikle evlilik doyumu bedensel ve ruhsal sağlığı, iş başarısını, sosyal hayatı ve yaşam doyumunu etkiler (Hatami vd., 2009). Yani kişilerin evlilik kurumundan edindiği kişisel mutluluk olan evlilik doyumu, kişilerin genel iyi oluşlarını şekillendirmektedir (Dimitrovsky, Levy-Shiff, Schattner-Zanaay, 2002). Evlilik doyumu yüksek çiftlerde bireylerin, stres düzeyinin daha düşük, yaşam mutluluğu ve olumsuz yaşam koşullarıyla başa çıkma dayanıklılığının daha yüksek olduğu görülmüştür. (Holman, 2002). Ayrıca, evlilik doyumu ve çiftlerin depresyonu arasında da negatif yönde ilişki söz konusudur. (Bookwala ve Jacobs, 2004; Öztahtacı, 2017).

Düşük evlilik doyumuna sahip bireylerde ise hem bedensel hem de psikolojik sağlıklarının tehdit altında olduğu ve çocukların da aynı tehditle karşı karşıya olduğu görülmektedir (Kirby, 2005). Mutsuz hissettiği bir evlilikte bulunan kişilerin evliliği sürdürmeleri benlik saygısı, genel mutluluk düzeyi, sağlığı ve yaşam doyumu ile olumsuz yönde ilişki göstermektedir (Curun, 2006). Genel olarak doyumlu bir evlilik kişileri olumlu etkilerken, evliliğin doyumsuz olması bireylerde olumsuz duygular oluşturmaktadır. (Özer ve Güngör, 2007). Kabasakal ve Soylu (2016) evlilikte doyum sağlamanın eşleri ve çocukları olası negatif sonuçlardan koruyacağını, bu nedenle konuya dair araştırmaların toplum ruh sağlığı açısından oldukça değerli ve anlamı olduğunu vurgulamıştır. Bu kavrama dikkat çekilmesi ve evlilik doyumunu olumlu veya olumsuz etkileyen etmenlerin belirlenmesi oldukça önemli ve gerekli görülmektedir. Bundan dolayı evlilik doyumu kavramı alan yazında geniş bir yer tutmaktadır (Üncü, 2007).

2.1.1.2. Evlilik Doyumu ve Ebeveyn Olmak

Ebeveynlerin birbirleri arasındaki ilişki, çocuklarına karşı tutumlarını etkilerken, çocuklar da evlilik ilişkisini etkilemektedir (Yavuzer, 2004). Çocuk ve evlilik arasında kompleks bir örüntü söz konusudur. (Belsky, 1981; Lerner ve Spanier, 1978; akt. Yaşar, 2009) Bu örüntüde evlilik ve çocuk karşılıklı olarak birbirini etkiler ve birbirinden etkilenir. Evlilik doyumu ile çocuğa karşı gösterilen tutum da birbiriyle ilişkilidir ve evlilik doyumunun ebeveynlik doyumunu etkilediği söylenebilir (Saygıdeğer Demir, 2017).

Kimi araştırmalarda çocuğu olmayan çiftlerde evlilik doyumunun daha yüksek olduğu bulunmuşken, kimi araştırmalar ise çocukların varlığının ilişkiye katkı sağladığını ve alınan doyumu artırdığını göstermiştir (Çelik, 2006). Evlilik doyumu ile çocuk sayısı arasındaki ilişkiye bakılan araştırmalarda ise bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunamasa da bireylerin ebeveyn olduktan sonra evlilik doyumunun azalarak olumsuz etkilendiği görülmüştür (Çağ & Yıldırım, 2013). Yine Hackel & Ruble (1992) 'nin boylamsal çalışmasında, ebeveynliğe geçişle birlikte evlilik ilişkisi hakkında olumlu duygularda düşüş görülmüştür. Bu süreçte çiftler, doyum ve cinsel yakınlığı daha az yaşarken daha fazla çatışma yaşamaktadır. Ayrıca eşlerin duygusal yakınlık hislerinde de düşüş olduğu belirlenmiştir.

Ebeveyn olmak çiftlere yeni rol, görev ve sorumluluklar yükler. Tüm bunlar değişime uyum gerektirir ve zaman zaman karmaşık bir hal alabilir (Kurt, 2018). Çoğunlukla çocukların davranış problemlerinden doğan gerginliğin eşe yansıtılması, çocukların eğitimi ve

terbiyesi konusunda eşle fikir ayrılıkları yaşama, eşlerden birinin çocuk bakımında gereken sorumluluğu almamasıyla diğer eşte yükünün artması ve doğan eşitsizlik hissi gibi durumlar ortaya çıkmaktadır (Synder, 1997). Yani evlilikte çocuğun varlığı kadar, çocuk yetiştirmeye dair sorumluluklar ve buna bağlı yaşanan problemler de evlilik doyumunu etkilemektedir (Segrin, 2004). Öyle ki Özer'e (2016) göre eşlerin evlilik doyumu, ebeveynlik görevlerinin bitmesinin ardından artmaktadır. Zara ve Yücel'in (2017) araştırmasında da evliliğin uzunluğu, çocuk sahibi olma, çocuk sayısının yüksek olması ve çözölemeyen çatışmaların evlilik doyumunu azalttığı belirlenmiştir.

Ailelerin en temel sorumluluklarından biri, çocukların yetiştirilmesidir. Aile çocuk için, en etkili eğitim kurumu olarak görülür. Özellikle toplumsal davranışlar yani iletişim ve sosyal ilişkiler öncelikle ailede öğrenilir. Çocuk çevresinden gözlemlediği tutum ve davranışları kendisine katarak kendi davranışlarını da buna göre şekillendirir. (Yalçın, 2016). Öyle ki, ebeveynler ve evli çocukları üzerinde yapılan boylamsal bir çalışmada evlilik kalitesinin ebeveynden çocuğa aktarıldığını gösteren bulgular mevcuttur (Amato & Booth'un, 2001). Yani ebeveynlerin çift ilişkisindeki davranışları ve çocukları tarafından algılanan evlilik doyumu, bu çocuklar yetişkin olduğunda onların evlilik kalitesini etkileyebilir. Evliliğin sağlıklı uzun yıllar devam edebilmesi ve çocukların mutlu ve huzurlu bir ortamda yaşayabilmesi için, eşler arasındaki ilişkinin güçlü olması gerekir. Doyurucu bir ebeveynlik eşlerin birbirlerine ilgi göstermeleri ve zaman ayırmalarıyla yakından ilişkilidir. Çocuk, ihtiyaçlarının karşılandığı ve ebeveynlerinin birbirini sevdiğini hissettiği müddetçe kendisini mutlu ve güvende hissederek büyüyecektir (Yavuzer, 2015 s.168). Tüm bu sebeplerden dolayı çocuğun normal bir gelişim seyri gösterebilmesi için ebeveynlerin duygu ve davranışlarını yakından etkileyen evlilik doyumu büyük önem taşımaktadır. Çünkü çiftlerin evlilik yaşantısı başta kendisini ve ardından doğal olarak çocuğunu etkilemektedir.

Evlilik doyumu üzerine bazı araştırmalar evlilikteki mutluluğun yaşam doyumuyla ilişkisini ve annelerin evlilik doyumunun çocuk yetiştirme tutumlarına yansıdığını ortaya koymuştur. (Fincham ve Beach,1999; Meyers, 2000; akt: Demir, 2017) Aile özellikle de anne, çocuğun hayata dair temel becerileri edindiği erken dönemde çocuk için en önemli sosyal çevreyi oluşturmaktadır (Özgüven, 2001). Ebeveynler arası iletişim ve çocuğa karşı ebeveynlerin tutum ve davranışları aracılığıyla ortaya koyduğu iletişim çocuğun davranışlarının şekillenmesinde büyük önem taşır. Evlilik doyumu üzerine yapılan bir araştırmada çocukların davranış sorunları ile ebeveynin evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve çocuklarına daha az ilgi gösteren annelerin evlilik doyumlarının da daha

düşük olduğu sonucuna varılmıştır (Demir, 2017). Bir başka çalışmada ise ebeveynlerin evlilik doyumu, baba katılımı ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (Sımsıkı, 2011).

Evlilik ilişkisi ve ebeveyn olmaya dair ilişkileri açıklayan en temel kuram aile sistemler kuramıdır. Güre (2012) de evlilik ve ebeveynlik arasındaki ilişkiye dair temel kuramsal yaklaşımları; aile sistemler kuramı, stres ve başa çıkma yaklaşımı ve yayılma hipotezi olarak ifade etmiştir. Ek olarak Belsky'nin Ebeveynliğin Belirleyicileri Modeli de bu ilişkiye ışık tutmaktadır.

2.1.1.2.1. Aile Sistemleri Kuramı

Aile sistemler kuramında aile, birbirleri ile etkileşim içinde olan alt sistemlerden oluşan bir yapı olarak değerlendirilmektedir (Güre, 2012). Bu yapı parçalarının toplamından daha fazla olan bir bütündür. Ayrıca bu kuram aileyi değişen ve gelişen yeni durumlar karşısında denge sağlamaya çalışarak devamlılığını sürdürmeye programlı canlı bir yapı olarak değerlendirir.

Belsky' in (1981) "aile sistemi modeli" ailedeki bireylerin birbiri arasındaki etkileşimleri; doğrudan ve dolaylı etkiler olarak değerlendirip bir sistem olarak ele almaktadır. Çocuğun davranışları eşler arası ilişkiyi etkiler ve bundan etkilenir, aynı şekilde her ikisi ebeveynliği de etkiler ve ondan etkilenir. Bu durum doğrudan etkiler kapsamındadır. Sistemdeki bir unsurun diğerini ikincisi aracılığıyla etkilemesi ise dolaylı etkiler kapsamında değerlendirilir. Evlilik ilişkisinin bireylerin nasıl bir ana-baba olacağını böylelikle de çocuğun davranış ve gelişimini etkilemesi buna örnek gösterilebilir (Belsky, 1981; Güre, 2012). Görüldüğü üzere aile sisteminde ilişkiler doğrusal değil, daireseldir. Bu işleyiş döngüsel nedensellik, döngüsel geri dönüt çemberi olarak ifade edilir. Çatışmalı bir ilişki içerisinde olan eşlerin, çocuklarına karşı da baskıcı, ilgisiz ve otoriter tutumda yaklaşımları buna örnektir (Öztürk, 2017).

2.1.1.2.2. Stres ve Başa Çıkma Yaklaşımı

Bu yaklaşım ebeveynler için stres ya da desteğin kaynağı olarak evlilik ilişkisini vurgulamaktadır (Belsky, 1984; Rutter, 1988; akt. Grych, 2002). Belsky'e (1984) göre evlilikte yaşanan anlaşmazlık stres kaynağı olarak ebeveynlerin gücünü, enerjisini azaltmakta ve çocuklarına karşı ilgi ve hassasiyeti tehdit etmektedir.

Belsky (1984) "ebeveynliğin belirleyicileri" modelinde ebeveynliğin işleyişi üzerinde üç çeşit etki kaynağından bahsetmektedir. Bunlar; ebeveynlerin kişilik özellikleri, çocuğun

kişilik özellikleri, bağlamsal stres ve destek kaynaklarıdır. Model, ebeveynin gelişim öyküsü, evlilik ilişkisi, çalışma hayatı ve kişiliğinin, ebeveynliğin işleyişini etkileyerek çocuğun gelişimini etkilediği varsayımında bulunur. Belsky (1984), evlilik ilişkisini ebeveynler için en önemli destek kaynağı olarak değerlendirir ve eşleri tarafından değerli hissettirilen ana-babaların öz güven ve iyi oluşlarının artacağını ve böylelikle çocuklarına karşı daha ilgili ve sıcak davranabileceklerini ifade etmektedir. Mevcut destek kaynaklarının zenginliği ya da zayıflığı ebeveynlik davranışlarını belirleyen kilit bir noktadır.

Ebeveynlik stresi ise ana-babaları, mevcut kaynaklarını kullanmak üzere teşvik edici motivasyonel bir özelliğe sahiptir. Ancak bir yandan da, evlilikteki stres ebeveynlerin psikolojik sağlıklarını olumsuz etkileyerek ebeveynliklerinin zarar görmesini sağlayabilir. Bu noktada, evlilikteki destek ebeveyn üzerinde stres kaynaklarının olumsuz etkilerini azaltarak işlev gösteren önemli bir unsurdur. (örn. Crockenberg and McCluskey, 1986; Simons, Lorenz, Conger ve Wu, 1992; akt. Grych, 2002). Görüldüğü üzere, ebeveynlik üzerinde eş desteğinin önemi büyüktür. Sağlıklı ve tutarlı olarak sunulan eş desteği hem ebeveyni hem de ebeveynin çocuğa karşı davranışlarını büyük oranda etkiler.

2.1.1.2.3. Yayılma Hipotezi

Genel manada olumlu ya da olumsuz özellikteki evliliklerin benzer nitelikte ebeveyn-çocuk ilişkisine neden olacağını değerlendiren yaklaşım yayılma hipotezidir. (Grych, 2002). Erel ve Burman'a (1995) göre de evlilik ilişkisinden doyum sağlayan ana-babalar, çocuklarının ihtiyaçlarına karşı daha duyarlı olurken, çatışmalı evlilik ilişkisinde ise ebeveynlerin yıprandığı ve çocuklarına karşı daha sinirli ve duyarsız olduğu değerlendirilmiştir. Benzer şekilde, ebeveynlerin kendi arasındaki ilgi ve sıcaklığın çocuklarına karşı duygusal yakınlığı, açıklığı desteklediği ve çocuklarının ihtiyaçlarına daha iyi karşılık verdikleri bulunmuştur (Easterbrooks ve Emde, 1988).

Eşlerin evlilik ilişkisinde yaşadığı sorunları çocukları ile olan ilişkilerine de yansıttıkları ve olumsuz evlilik ilişkisinin olumsuz ebeveynlik davranışlarını beraberinde getirdiği söylenebilir. Bunun tersi olarak olumlu evlilik ilişkisi ile olumlu ebeveynlik davranışlarının da ilişkili olduğu görülmektedir (Güre, 2012). Yayılma hipotezi kapsamında değerlendirilen geri çekilme hipotezinde ise evliliğinde mutsuz olan ebeveynlerin kendilerini çocuklarından da geri çekebilmeleri söz konusudur (Grych, 2002).

2.1.1.2.4. Ödünleme/ Telafi Hipotezi

Ödünleme hipotezine göre olumsuz bir evlilik ilişkisinde ebeveynin çocuğuna olan ilgi ve dikkatini artırarak evlilikte bulamadığı manevi doyumu ebeveyn-çocuk ilişkisinde yakalamaya çalışması söz konusudur. Buna göre evlilik ilişkisinin niteliği ile ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliği arasında ters yönlü bir ilişki vardır.

2.1.1.3. Evlilik Doyumunu Etkileyen Psikolojik Faktörler

Bilimsel olarak evlilik doyumunun incelenmesi ancak 1990'larda başlamıştır (Bradbury, Fincham ve Beach, 2002). Yapılan araştırmalarda evlilik doyumunda etkili bazı faktörler şöyledir: sevgi, aşk, duygusal bağlılık, problem çözen iletişim şeklinin derecesi, evlilikte çatışma çözme becerisi, evlilikte şiddetin varlığı, birlikte vakit geçirme, maddi konularda anlaşmazlık, cinsel tatminsizlik, çift ilişkisinde cinsiyet rolleri ve rol beklentileri, köken aileden şu an ki ilişkiye getirilenler, çocuklardan kaynaklanan sorunlar (Fitzpatrick, 1988; Bradbury vd., 2000; Chapin, Chapin & Sattler, 2001; Canel, 2007). Evlilik doyumuna dair yapılan çalışmalarda evlilik doyumunu etkileyen çok sayıda unsur belirlenmekle birlikte psikolojik faktörler büyük önem taşımaktadır.

Eşlerin birbirinin psikolojik sağlığına dair güven duymaları, evlilikte başarı ve istikrarın sağlanmasına yardımcı en önemli faktörlerdendir, çünkü psikolojik sağlıktaki bozukluk, doyum veren ilişkiler kurmayı zorlaştırır (Bloch vd., 2010). Hawkins ve Booth' a göre (2005) evlilik doyumu ve psikolojik sağlık arasında olumlu bir ilişki söz konusudur. İlişkide uyumsuzluk ve memnuniyetsizlik yaşayan çiftlerin, psikolojik profilinde olumsuzluk tespit edilmiş, anksiyete ve duygudurum bozukluklarının ise kontrol grubuna göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Bookwala ve Jacobs, 2004). Psikolojik sağlığın önemli göstergelerinden biri iletişim becerisidir. Pek çok çalışma iletişim becerisi iyi olan çiftlerin evlilik doyumlarının da daha yüksek olduğunu, iletişimde zorluk yaşayan çiftlerde ise evlilik doyumunun daha düşük olduğunu göstermektedir. Hatta evlilik terapisine başvuran çiftlerin, başvurma nedenlerinin başında iletişim sorunları gelmektedir (Westerop, 2002).

Evli olmanın da kişilerin psikolojik sağlığı üzerinde kimi koruyucu etkileri mevcuttur. Evlilik ilişkisi bireylerin güvenlik ihtiyaçlarını karşılamakla birlikte düzenli ve istikrarlı bir hayat sunar. Eşlerin biyolojik ve sosyal ihtiyaçları karşılayarak psikolojik sorunlara karşı bireyi korur. İhtiyaçları karşılanan kişi daha mutlu olmaktadır (Akdağ, 2014). Bu nedenle, bekar bireylerin evli bireylere nazaran ruhsal hastalıklara daha fazla yakalandığı belirlenmiştir. (Ziyalar 1999, akt. Pehlivan, 2006).

2.1.2. Psikolojik Sağlamlık

Psikolojik sağlamlık, İngilizce “resilience” kelimesinin dilimizdeki karşılığıdır ve esneklik olarak çevrilebilir. Latince “resilio” kelimesinden gelen esneklik ifadesi, sıçramak, geri sıçramak ya da geri tepmek anlamına gelir (Fletcher ve Sarkar, 2013). Zor bir yaşantı veya dönemden kurtulmanın ardından sağlık ve esneliğe geri sıçrama olarak değerlendirilmiştir (Aburn, Gott ve Hoare, 2016: 994). Ulusal alanyazında “resilience” kavramına dair pek çok farklı kullanım görülmektedir. Bunlar; yılmazlık (Öğülmüş, 2001; Özcan, 2005; Gürkan, 2006), psikolojik sağlamlık (Gizir ve Aydın 2006; Kararımak, 2006), kendini toparlama gücü (Terzi 2006), psikolojik dayanıklılık (Basım ve Çetin, 2011) olmak üzere sayılabilir. Aydın ve Egemberdiyeva (2018) da yılmazlık, dayanıklılık, kendini toparlama gücü, psikolojik dayanıklılık, toparlanma, güçlülük, psikolojik güçlülük, dirençlilik, sağlamlık, psikolojik sağlamlık gibi temelde resilience kavramına karşılık gelen farklı kavramsallaştırmalar bulunduğuna dikkat çekmiştir. Bu çalışma en yaygın ve popüler kullanımlardan biri olan da “psikolojik sağlamlık” ifadesi tercih edilmiştir.

Psikolojik sağlamlık üzerine yapılan ilk çalışmalar, risk altında olup zor koşullarda büyüyen çocukların ilerleyen yıllardaki gelişim seyri ve işlevselliği üzerinedir. Çocukların yaşadıkları zorluklara karşın hayatta başarı elde etmelerini sağlayan şeyin ne olduğunu, psikolojik sağlamlıkla ifade etmek kabul görmüştür (Masten, 2000). Kavrama dair araştırmaların devam ettiği süreç içerisinde, çalışmaların odak noktası giderek farklı yaş gruplarına, evlilik, iş yaşamı, göçmen ve azınlık gruplar gibi alanlara doğru genişlemiştir. Luthar (1991) dinamik bir süreç olarak ele aldığı psikolojik sağlamlık kavramını, kişilerin karşılaştığı zorluklara rağmen sağlıklı gelişimi ve uyum yeteneği olarak değerlendirmiştir. Olumsuzluklarla karşılaşan pek çok bireyin, tahminlerin ötesinde olumlu sonuçlara ulaşması psikolojik dayanıklılığın göstergesi olarak benimsenmiştir (Waller, 2001).

Psikolojik sağlamlığı olan bireylerin olumsuz durumu yıkılmadan atlatabilmesi, darbe aldığı anda sallansa da yıkılmadan eski konumuna dönen hacıyatmazlara benzetilebilir (Greene, 2002). Bireyin yaşadığı olumsuz ve stres verici yaşam olayları ardından eski fonksiyonelliğine yeniden dönme kapasitesi psikolojik sağlamlık kavramı kapsamındadır (Stewart, Reid & Mangham, 1997). Arslan (2015) da benzer şekilde psikolojik sağlamlığı, bireyin içsel ve dışsal kaynakları kullanarak olumsuz deneyimlere rağmen olumlu uyum gösterebilmesini sağlayan gelişimsel süreç olarak değerlendirmektedir. Kişilerin risk faktörleri barındıran travmatik bir yaşam olayı ile karşılaştığında, bu durumu kolaylıkla atlatıp ve eski işlevselliğine ulaştığı bir süreç olarak ta ifade edilebilir (Li vd. 2015).

Garmezy (1991) psikolojik sağlamlığı, yaşanan olumsuzluklara rağmen olumlu uyum gösterme olarak tanımlamıştır. Psikolojik sağlamlık, zor şartlardayken olumlu yönde ve beklenmedik başarılar elde edip sıradışı şartlara ve durumlara uyum sağlayabilme yetisidir. (Fraser vd. 1999) Masten(2001) de kişilerin, karşılaştıkları önemli zorluklara rağmen uyum göstermesi ve gelişimlerinde olumlu sonuçlar görülmesi olarak psikolojik sağlamlığı tanımlamıştır. Bireylerin stresli deneyimler yaşadktan sonra duruma olumlu şekilde uyum sağlaması (Werner ve Smith, 1992), toparlanma gücüne sahip olup direnç ortaya koyması (Krovetz, 1999), hayata karşı umudu devamlı kılabilme becerisi (Arslan, 2015), baş etmek için gerekli azme sahip olması (Luthar & Cicchetti, 2000) psikolojik sağlamlık ile ilişkilendirilmektedir.

Psikolojik sağlamlık üzerine yapılan tüm bu tanımlara bakıldığında; bireylerin karşılaştıkları olumsuz yaşam şartları, travmalar gibi herhangi bir stres verici durum ya da olay karşısında yaşamlarına devam edebilmeleri, yaşanan olumsuzluğun ardından eski haline dönebilme, yeniden uyum sağlama becerisi ve risk faktörlerine rağmen olumlu sonuçlar elde etme ifadeleri psikolojik sağlamlık kavramını karşılamaktadır. Özetle psikolojik sağlamlık, kişilerin yaşadığı bir travma, tehdit, trajedi, sağlık sorunu, ailesel ya da ilişkisel problemler, iş ve maddi sıkıntılar gibi önemli stres kaynaklarına karşı uyum gösterme süreci, kendini toparlama gücü veya değişimlerin başarıyla üstesinden gelme yeteneği olarak ifade edilebilir. (Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011). Ayrıca kimi tanımlarda psikolojik sağlamlık doğuştan gelen bir özellik olarak ele alınsada kişilerin yaşamları boyunca karşılaştıkları deneyimler aracılığıyla gelişebilen bir beceri şeklinde tanımlanması da söz konusudur. Bu durum Buz ve Genç (2019) tarafından, psikolojik sağlamlığın öğrenilebilir ve geliştirilebilir bir özellikte olduğu şeklinde ifade edilmiştir. Windle (1999) de yapılan pek çok farklı tanımda bulunan üç temel noktaya dikkat çekmektedir. Bunlar; risk, olumlu uyum sergileme ve koruyucu faktörlerdir. (Windle, 1999). Bu üç faktörün etkileşimi sonucunda kişiler yaşam boyu karşılaştıkları zorluklara karşı psikolojik sağlamlık geliştirebilir. Fletcher ve Sarkar (2013) ise farklı tanımlarda öne çıkan iki ana kavramı “olumsuzluklar” ve “olumlu adaptasyon” olarak ifade etmiştir.

Kişinin zorlu deneyimlerle ve sıkıntılı koşullarla karşılaşması da pek çok tanımlamada psikolojik sağlamlığın ön koşulu olarak ele alınmıştır (Luthar & Cicchetti, 2000; Güran, 2006; Orbke ve Smith, 2013). Gizir (2007) de tanımlamalarda farkedilen ortak noktaları, psikolojik sağlamlığın genellikle kişilerin hayatındaki olumsuzluklardan kaynaklandığını ve buna uyum sağlama süreci olduğunu belirterek ifade etmiştir. Yılmazlık, dayanıklılık, sağlamlık ifadeleri temel anlamları itibariyle bir sıkıntıya mukavemet göstermeyi

çağrıştırmaktadır. Psikolojik sağlamlık bu açıdan ele alındığında kişilerin, çift, aile ve toplulukların stres veren bir veya birden fazla risk durumu ile karşı karşıya kalması söz konusudur. Sağlamlık için riskin bir şekilde algılanması zorunlu görülmektedir (Orbke ve Smith, 2013). Yani önce bir risk durumunun ortaya çıkması ve bireyin bu durumu başarıyla aşması (olumlu sonuç) psikolojik sağlamlık için ön koşuldur (Gürkan, 2006). Tüm bunlardan hareketle psikolojik sağlamlığın varlığından söz edebilmek için bireyin risk altında olması, travmatik deneyime maruz kalmasına karşın sağlıklı bir uyum göstererek çeşitli yaşam alanlarında başarı elde etmesi gerekir (Luthar & Cicchetti, 2000).

Kişilerin hayatındaki stres verici yaşam olayları ve olumsuzluklar geniş bir bağlamda değerlendirilebilir. Gelişimsel süreçte aile yaşam döngüsünde karşılaşılan zorluklar, yaygın ve öngörülebilir yaşam olayları (evlenme, ebeveyn olma, çocuğun sağlığı, okulu, ergenliği, evden ayrılma) olduğu gibi, yine yaşam döngüsü içinde nadir görülen ve ani şekilde gelişen (çocuğun ölümü, uzun süre işsizlik, süregelen hastalığa yakalanma vb) yaşam olayları da olabilir. Bektaş'a (2018) göre kişiler hayatları boyunca günlük sıkıntılardan ciddi yaşam olaylarına kadar farklı düzey ve çeşitlilikte sıkıntılarla karşılaşmaktadır. Sevilen birinin ölümü, kişilerin işi veya eğitiminde yaşadığı başarısızlık, afetler, terör saldırıları, işsizlik, sağlık sorunu, maddi problem vb. olumsuz durumlar alışkın olunan yaşam şekli ve duygusal düzende değişime neden olmaktadır (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018). Tüm bu yaşam deneyimleri karşısında ortaya çıkan psikolojik sağlamlık ise öğrenilen ve geliştirilen bir süreç olarak değerlendirilmiştir (Masten, 2001). Bu açıdan psikolojik sağlamlık dinamik bir süreci ifade etmesi, geliştirilebilir özellikler barındırması, travmatik ve olumsuz deneyimlerle başetme becerilerini geliştirebilmesi, yaşamın farklı alanlarında başarı ve koruyucu kişilik özellikleri kazandırması ile çok boyutlu bir yapı ortaya koymaktadır (Gizir, 2007).

Stres verici deneyimlere karşı uyum sürecinde yalnızca kişisel özellikler yeterli olmayabilir. Bu durumda kişinin aile ve arkadaşlardan toplumsal düzene kadar genişletilebilen sosyal destek kaynakları önem kazanmaktadır. İnsanın biyo-psiko-sosyo-kültürel bir varlık olması psikolojik sağlamlık sürecinde de sosyal bağlamın etkisini kaçınılmaz kılmaktadır. Sosyal bağlam ise kimi zaman bireyler için risk kimi zaman da koruyucu bir faktör olarak işlev göstermektedir. Luthar (2006) bu yönü ile sağlamlığın temelde ilişkilere dayandığını ifade etmiştir. Olumsuz deneyimler karşısında psikolojik sağlamlık, hem sosyal desteğin varlığı hem de sosyal destek arama davranışı ile ilişkilendirilmiştir (Özbay ve ark., 2008). Özetle psikolojik sağlamlık, oldukça karmaşık, çok boyutlu ve dinamiktir (Southwick & Charney, 2023, s. 22). Risk ve koruyucu faktörlerinin birlikte oluşturduğu dinamik yapı, psikolojik sağlamlık olarak ifade edilmiştir (Rutter, 1999). Ayrıca birey psikolojik sağlamlığı

her alanda göstermeyebilir (Herrenkohl vd., 2003). Amerikan Psikoloji Derneği de, psikolojik sağlamlığı doğuştan gelen bir özellikten ziyade yaşam deneyimleri sonucu kazanılan ve bireyin yaşamında farklı alanlarında değişkenlik gösteren bir kavram olarak tanımlamıştır (APA, 2023). Yani bireylerin hayatın bir alanında sağlamlığı diğer alanlardaki sağlamlığını ifade etmez. Alanlar arası böylesi bir tutarlılık olmaması sebebiyle psikolojik sağlamlık “ya hep ya hiç” olarak değerlendirilmemelidir. (Tusaie ve Dyer, 2004). Öyle ki farklı yaşam alanlarında olduğu gibi farklı yaşam dönemlerinde bireylerin psikolojik dayanıklılığı değişkenlik gösterebilir. Örneğin birey gençlikte strese karşı daha yüksek dayanıklılık ortaya koyarken yaşı ilerledikçe dayanıklılık seviyesinde düşüş olabilmektedir (Southwick & Charney, 2023, s. 22).

2.1.2.1. Psikolojik Sağlamlığın Alt Boyutları

Kişilerin yaşadığı stres durumlarında, hâlihazırda bulunan riskleri bilmelerine karşın riskleri fırsata çevirme gücünü sağlayacak motivasyonu veren psikolojik sağlamlık; bağlılık, kontrol etme ve meydan okuma boyutlarından oluşmaktadır (Ghorbani, Watson ve Morris, 2000). Maddi (2002) de psikolojik sağlamlığı meydana getiren bağlılık, kontrol ve meydan okuma tutumlarının birbirine bağlı olduğunu ifade etmiştir (Maddi, 2002; 2013). Öyle ki varoluşsal cesaret için bu tutumlardan yalnızca bir ya da ikisinin yeterli olmadığını, üçünün de birlikte olmasının gerekli ve önemli olduğunu değerlendirmiştir (Maddi, 2006). Psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerin hayatta daha çok kendini adama, kontrol ve meydan okuma tutumlarının olduğu bilinmektedir (Linn, 2017).

2.1.2.1.1. Bağlılık

Kendini adama ya da bağlılık boyutu, bireyin yaşanan zorluklara rağmen hayata karşı hissettiği aidiyet duygusu ve yaşam anlamı doğrultusunda hedefleri aracılığıyla gösterdiği sahiplenıştır. Yani bireylerin hayatlarındaki tüm olumsuzluklara karşın yaşamdan uzaklaşmayı ve ayrılmayı tercih etmeden yaşama tutunup direnme gücü ortaya koymasındır (Maddi, 2012). Bağlılık, bireyin yaşamdaki olaylara karşı yabancılaşmadan dahil olması ve bu olayları anlamlı hale dönüştürme yeteneğidir (Maddi ve Khoshaba 1994). Yaşanan olumsuz deneyimler ve yoğun strese karşın bireylerin hayata yeniden bağlanmak istemeleri, mücadele etmelerini ve başedebilmek için gerekli güç ve motivasyonu bulmalarını sağlar (Maddi, 2012). Aynı zamanda bağlanma, bireyin hayatını sahiplenmesi, kendine güvenmesi, önem göstermesi, çevresindeki olaylara katılım göstermesi ve insanlara duygusal destek sunması

veya ihtiyaç duyduğunda onlardan duygusal destek almasıdır (Maddi, 2004). Mund'a (2018) göre bireyin karşılaştığı stres verici durumlar ya da olumsuz hayat şartları karşısında aile ve sosyal çevreye sahip olması, ilgi alanlarının devam etmesi, inanç ve değerlerin sürdürülmesi hayata karşı bağlılığın da devam etmesini sağlamaktadır. Durak (2002) da birey açısından bağlılığı, karşılaşılan olumsuz hayat şartları, yaşanan stres ve zorluklara karşın pozitif ve hayatın içerisinde kalabilmek olarak ifade etmiştir.

2.1.2.1.2. Kontrol Etme

Kontrol etme boyutunda, bireyinlerin karşılaştığı güçlükler, olumsuz yaşam şartları ve stres durumları karşısında güçsüz hissetmek ya da pasif kalmak yerine gösterdiği çabayla olayların akışını değiştirebileceğine yönelik inancı söz kosudur. Bu zorluklardan bireylerin çok fazla etkilenmemesi, olayları değiştirip düzeltebileceğine inancı ve buna yönelik davranışlarda bulunması kontrol etme boyutunu ifade eder (Kamya, 2000). Zorluklarla karşılaşıldığında çaresiz kalmadan olayların sonucunda etki oluşturabilme inancı ve aynı zamanda öz disiplin, başarı yönelimlik, özerklik, içsel motivasyon, karar verebilme, özgürlük ve seçeneklerden uygun olanı belirleyip seçmeyi içermektedir (Kobasa, 1979). Bireylerin kontrol yeteneğinin zayıf olması onları yaşamlarındaki durumları etkilemek konusunda başarısız kılar (Stein ve Bartone, 2020), güçlü bir kontrol yeteneğine sahip olmaları ise ne kadar kompleks bir yapıda da olsa sonuçları kontrol edebilecek iradeyi göstermelerini sağlar (Maddi, 2013; 2015). Kontrol sağlamak isteyen bu kişilerin, motivasyonlarını güçlü tutup hayata devam etme çabalarının, psikolojilerini olumlu etkilediği değerlendirilmiştir (Kayacı ve Özbay, 2016).

2.1.2.1.3. Meydan Okuma

Krizler karşısında hayata bağlılık göstererek kontrolünü kaybetmeyen bireylerin zorluklardan kazançlı çıkabilmesi, meydan okuma ile mümkün olabilmektedir. Meydan okuma alt boyutunda, değişimin bir tehditten ziyade hayatın bir parçası olarak görülmesi ve başarıya/gelişmeye yönlendiren bir unsur olarak değerlendirilmesi söz konusudur. Zorluklar karşısında güçlü olan bireyler, durağanlıktan ziyade değişime inandıkları için stres verici durumları tehdit olarak değerlendirmeyiz, kişisel gelişimleri için fırsat olarak görürler (Terzi, 2005: 26). Benzer şekilde bu kişiler, hayatta stres verici durumların olağan bir sonuç olduğunu bilir ve yaşanacak değişimleri olumluya çevirmeyi başarabilirler (Stein ve Bartone, 2020). Zorlu yaşam koşullarını deneyimleyerek strese maruz kalan bireylerin, bunu psikolojik

büyüme fırsatı olarak değerlendirip kazanca çevirmesi meydan okumadır (Maddi ve Harvey, 2006). Özetle meydan okuma tutumu, değişimi yaşamın içinde bir süreç ve başarıya yönelten bir unsur olarak görmeyi ifade eder (Kamya, 2000).

2.1.2.2. Psikolojik Sağlamlık Üzerinde Etkili Faktörler

Psikolojik sağlamlığın tam manasıyla anlaşılabilmesi için risk faktörleri, koruyucu faktörler ve olumlu sonuçlar olmak üzere üç ana unsur ve bunlar arasındaki dinamik etkileşim ele alınmalıdır.

2.1.2.2.1. Risk Faktörleri

Birey için psikolojik sağlamlık, zorlayıcı hayat şartları ve stres veren durumlarla tetiklenir ve gelişir. Yani psikolojik sağlamlıktan söz edebilmek için bireyin yaşamında olumsuz sonuçlar doğma ihtimalini oluşturan risk varlığı ön koşul olarak görülmektedir. Risk, bireylerin hayatlarında çeşitli sorunlar yaşanması ve hayatlarının kötüleşmesine sebep olan olumsuz olay, durum ya da yaşantılar olarak tanımlanmaktadır (Zolkoski ve Bullock, 2012). Yani risk, bir problemin ortaya çıkma, süreklilik gösterme ya da daha kötü hale gelme ihtimalini artıran olay veya durumdur (Jenson ve Fraser, 2006). Risk faktörleri ise, bazı bireyler için sıkıntı içeren ve nihai olarak onlara zarar verme potansiyeli barındıran durumların tamamıdır (Masten, 1994). Öyle ki risk faktörleri, bir sıkıntı doğmasına neden olan, ihtimalini arttıran veya devamlı hale gelmesini sağlayan bütün etkilere (Norman, 2000). Probleme ve onun olumsuz sonuçlarına neden olan her türlü yapı ve süreç, risk faktörleri olarak ifade edilmektedir (Luthar ve Cicchetti, 2000).

Risklerin, bireylerin kişisel değerlendirmesine bağlı olduğu yani fenomenolojik bir özellik taşıdığı da göz önünde bulundurulmalıdır. (Rutter, 1985; Everall ve diğ., 2006; Luthar ve diğ., 2000). Aynı zorluğu deneyimleyen farklı kişilerin algılamalarına bağlı olarak riskin risk faktörü olup olmadığı ya da riskin büyüklüğü değişkenlik gösterebilir.

Literatürde psikolojik sağlamlığın gelişmesi sürecinde etkili risk faktörleri; bireysel risk faktörleri, ailesel risk faktörleri, çevresel risk faktörleri olarak sınıflanmıştır (Werner ve Smith, 1992; Everall, Altrows ve Paulson, 2006; Gizir, 2007; Akar, 2018).

Bireysel risk faktörleri; bireyin doğuştan getirdiği ya da sonradan edindiği kişisel özellikleri dolayısıyla hayatta karşısına çıkan stres verici durumlarla başa çıkmasını ve uyum göstermesini zorlaştıran unsurlardır. Gizir (2007) ise psikolojik sağlamlık üzerinde etkili bireysel risk faktörlerinin, kişinin genetik ve demografik özelliklerinden meydana geldiğini

ifade etmektedir. Bireysel risk faktörlerinden bazıları; genetik bozukluk ve düşük zeka seviyesi (Masten ve ark., 1999), iletişim becerisinin olmayışı ve utangaç kişilik özelliği (Tusaie ve Dyer, 2004), zayıf otokontrol (Kararımak, 2006), erken doğum ve madde kullanımı (Öz ve Bahadır, 2009) olarak sıralanabilir.

Ailesel risk faktörleri; bireyin kişisel özelliklerinin dışında aile bağlamında bulunup bireyin zorluklar karşısındaki uyumunu ve başa çıkmasını zorlaştıran unsurlardır. Öyle ki bu faktörler, bireye ait özelliklerden bağımsız olup aile içi ilişkileri kapsayan, dünyaya geldiği ailenin nitelikleri ve aile ortamı aracılığıyla bireyin hayatında olumsuz etki oluşturan durum ve özellikleri kapsamaktadır (Açıkgöz, 2016). Ailesel risk faktörlerinden bazıları; kalabalık bir ailesinin olması, psikopatolojik hastalığı bulunan ebeveynle yaşama (Masten, 2001), madde kullanan veya suça karışmış ebeveynin varlığı (Öz ve Bahadır, 2009), anne-babanın boşanmış olması (Lin ve ark., 2004), aile içi şiddete mazruz olma, aile içi istismar ve ihmalin bulunmasıdır (Kararımak, 2006). Ek olarak ebeveyn-çocuk ilişkisinin iyi olmaması (Durlak, 1998) ve olumsuz kardeş ilişkileri (Gizir, 2007) de ailesel risk faktörleri kapsamındadır.

Çevresel risk faktörleri; bireyin kişisel ve ailesel özelliklerinin dışında daha geniş bir bağlamdan yani kişinin içinde bulunduğu çevreden kaynaklı olumsuzlukları ifade etmektedir. Gizir (2007) psikolojik sağlamlığı etkileyen bu faktörlerin, bireylerin hayatlarını sürdürdüğü sosyal çevre ve onun koşullarından oluştuğunu ifade etmiştir. Çevresel risk faktörlerinden bazıları; toplumsal şiddet ve travmalar, evsizlik (Gizir, 2007), yoksulluk (Flores, Rogosch ve Cicchetti, 2004), yetersiz beslenme, örnek alınabilecek kişilerin az olması (Kararımak, 2006), yetersiz akran desteği (Terzi, 2008), akran zorbalığı (Durlak, 1998), savaş ve doğal afet gibi travmalar (Goodman, 2004) sıralanabilir.

2.1.2.2.2. Koruyucu Faktörler

Psikolojik sağlamlığı oluşturan içsel ve dışsal kaynakların incelenmesi, bazı bireylerin zorlayıcı durumlar karşısında nasıl sağlam kalabildiklerinin anlaşılması açısından büyük önem ifade etmektedir (Ryff ve Singer, 2003). Risklere karşı harekete geçen koruyucu faktörler, bireylerin hayatında olumsuzlukların etkisini azaltıcı ve uyum sağlamayı kolaylaştırıcı etkidedir. (Kararımak, 2006). Öyle ki Terzi (2006) tarafından koruyucu faktörler, bireyin uyum gösterebilmesi ve başarıya sahip olması için bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörlerinin olumsuz etkilerini azaltan ve gelişimsel ödevlerini sağlıklı şekilde yerine getirmeyi saylayan destek yapıları olarak ifade edilmiştir. Özetle koruyucu faktörler, birey için risk içeren durumlarda olumsuz sonuçlar yaşamasını önleme ve olumsuz sonuçların

etkisini azaltarak bireyi koruma fonksiyonu göstermektedir. Risk faktörlerinde olduğu gibi koruyucu faktörler de öznel bir anlam ifade edebilir. Yani risk karşısında sahip olunan unsurlar bir bireyi olumlu etkileyerek önleyici ve koruyucu bir işlev gösterirken farklı bir bireyi için aynı işlevlere sahip olmayabilir.

Literatürde psikolojik sağlamlığın gelişmesi sürecinde etkili koruyucu faktörler; bireysel koruyucu faktörler, ailesel koruyucu faktörler, çevresel koruyucu faktörler olarak sınıflanmıştır (Garmezy, 1985; Luthar ve diğ., 2000; Everall ve diğ., 2006; Kararımak, 2006; Akar, 2018).

Bireysel koruyucu faktörler; bireylerin karşılaştığı risk faktörlerinin olumsuz sonuçlarını önleyen veya azaltan, zorluklar karşısındaki uyumunu ve başa çıkmasını kolaylaştıran bireyin doğuştan getirdiği ya da soradan kazandığı özelliklerdir. Bu özellikler bireylerin karşı karşıya kaldığı riskli durumların sebep olduğu olumsuz sonuçları azaltmayı ve uyum becerileri geliştirmeyi sağlar (Gizir, 2007). Bireysel koruyucu faktörlerinden bazıları; yüksek eğitim düzeyi, yüksek bilişsel yetenek/zeka (Gizir, 2007), sorumluluk sahibi olma (Cappella ve Rhona, 2001), iyimser olma (Masten, 2001), empati (Caffo ve Belaise, 2003) ve mizah (Terzi, 2008) duygusuna sahip olma, dışa dönük, öz güvenli (Werner, 1982) ve sağlıklı olma (Öz ve Bahadır, 2009) olarak sıralanabilir.

Ailesel koruyucu faktörler; aile bağlamında var olan durum ve özelliklerin, bireyinlerin riskler karşısında zarar görmesini engellemesi veya etkilerini azaltmasını ifade eder. Ailenin içinde bulunduğu olumlu koşullar ve aile üyelerinin mevcut olumlu özellikleri, koruyucu bir etki göstererek bireyi psikolojik olarak daha sağlam hale getirir. (Tanyeri, 2016; Toprak, 2014) Ailesel koruyucu faktörlerinden bazıları; ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumlu olması, yakın aile bağları (Werner, 1982), destekleyici ebeveyn tutumu (Kararımak, 2006), ebeveynlerin birlikte olması (Lin ve ark., 2004), anne-babanın iyi eğitilmiş olması (Masten, 2001), ailece birlikte vakit geçirme (Öz & Yılmaz, 2009, s. 84) olarak sıralanabilir.

Çevresel Koruyucu Faktörler; kişisel özellikler ya da aile bağlamı dışında kişinin hayatını sürdürdüğü sosyal çevreden kaynaklanan ve kişinin risk faktörlerinden olumsuz etkilenmesini engelleyen, ya da bu etkiyi azaltan unsurlardır. Bireyin karşı karşıya geldiği risk faktörlerinin olumsuz etkilerini ayaltmaya yardımcı iş, eğitim, istihdam gibi çevreden kaynaklanan unsurlar, çevresel koruyucu faktörleri ifade eder (Southwick vd., 2014). Çevresel koruyucu faktörlerinden bazıları; olumlu sosyal destek (Werner, 1982; Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000), olumlu okul ilişkisi (Olsson ve ark., 2003) ve olumlu rol model (Masten, 2001) varlığıdır.

2.1.2.2.3. Olumlu Sonuçlar

Psikolojik sağlamlığın çıktısı olarak görülen olumlu sonuçlar, risk ve tehditlere karşın bireyin sağlıklı uyum ile ortaya koyduğu bir takım yeterlilikleri ve başarıları ifade etmektedir. Zor yaşam olayları ve tehditlere karşın bireyin yetkinlik ortaya koyması olarak da değerlendirilebilir (Luthar vd., 2000). Kısaca bireylerin koruyucu faktörlerinin, risk faktörlerine galip gelmesiyle oluştuğu söylenebilir (Masten vd., 1999). Bireylerin gelişim alanında yaşına özgü gelişimsel ödevlerini başarıyla gerçekleştirmesi ve uyum göstermesi de olumlu sonuçları tanımlamaktadır (Masten & Reed 2002). Masten ve Reed'e (2002) göre de bu olumlu sonuçlar akademik ve sosyal alanda ulaşılan başarılar ve psikolojik sorunlarla başa çıkabilme şeklinde olabilir.

2.1.2.3. Evli Bireylerde Psikolojik Sağlamlık

İnsan sosyal bir varlık olması yönüyle, diğerleriyle ilişki kurmak yönünde doğal bir eğilim ortaya koyar. Birey için aile, arkadaş, romantik ilişki, evlilik, okul ve iş çevresi kimi zaman risk faktörleri kimi zaman da koruyucu faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Yani psikolojik sağlamlık ilişkilerden bağımsız olarak değerlendirilemez. Özellikle son yıllarda psikolojik sağlamlığa dair yapılan çalışmalarda da giderek daha çok ilişkisel bakış açısının önemi vurgulanmaya başlamıştır (Walsh, 2006). Ekolojik bakış açısına göre de aile, akran grubu, topluluğun kaynakları, okul veya iş çevresi, komşuluk ilişkileri ve diğer sosyal sistemler, psikolojik sağlamlığın beslenmesinde ve güçlendirilmesinde rol oynayan temel bağlamlardır (Bronfenbrenner, 1979).

En yakın ve önemli sosyal destek kaynağı çoğu zaman ailedir. Aile bağlamında da evli bireyler için en önemli unsurlardan birinin eş desteği olduğu söylenebilir. Zorlu yaşam olayları karşısında eşler birbirlerinden daha fazla sosyal destek ihtiyacı duyarlar ve eş desteği ihtiyacının giderilmesi, olumsuz şartlarla daha kolay ve hızlı başa çıkılmasını sağlar (Aydoğan ve Kızıldağ, 2017). Evli olmanın doğal bir sonucu olarak bireyler hayatlarında olup biten sorunları paylaşabilecekleri birini de bulmuş olur. Yasal bir kurum olarak evlilik, kişinin sosyal bağlarını daha verimli hale getirerek bireyin daha çok sosyal destek bulmasına imkan verir ve böylelikle daha fazla psikolojik iyi olma hali sağlar (Cotton, 1999). Yani sosyal sermayeleri, önce evlenme daha sonra da aile olma yoluyla yükselmektedir (Zautra, 2013).

Evlilikte bir eşin deneyimlediği olumlu veya olumsuz yaşam durumlarından diğerinin de etkilenmesine neden olacak türde yakın bir ilişki söz konusudur. Öyle ki, eşler

arasındaki sevgi ve saygının, hayatlarında bulunan stres ve gerginlikten doğabilecek duygusal ve fizyolojik uyarılmaların yatıştırılmasında ve azaltılmasında büyük etkisi vardır (Gottman, Coan ve Swanson, 1998). Bu yönüyle eşlerden birinin psikolojik olarak sağlam olması, diğer eşin sağlamlığını etkileyebilir. Eşe karşı empatik ve destekleyici olma, zor zamanlarda ilgi ve destek sunma aynı zamanda dolaylı yönden kişinin kendisine yaptığı bir yatırımdır (Reis, 2013).

2.1.2.3.1 Psikolojik Sağlamlık Ve Evlilik Doyumu

Araştırmalar, evliliğin bireyin sağlığı ve mutluluğu için pozitif etkilere sahip olduğunu ortaya koysa da olumsuz evlilik ilişkisi, psikolojik sağlamlık açısından risk faktörü olarak işlev gösterebilir. Öyle ki, evliliğinden yeterince memnun olmayanlar, ilişkisini doyum verici olarak algılamayanlar, psikolojik sağlamlığın temel kaynaklarından ve algılanan sosyal desteğin önemli bileşenlerinden olan eş ve aile desteğini daha az hissederler. Bu durumda, en yakın ilişkiden beklenen sosyal destek karşılanamadığı gibi ihanet, kıskançlık, uyumsuz çocuk yetiştirme tutumları, ortak karar almada güçlükler, görev paylaşımı, aile içi şiddet, ayrılık ve boşanma sorunları psikolojik sağlamlığı zorlayıcı stres kaynakları olabilir. Yani, evlilikten doyum elde edememek, evlilik problemleriyle ilişkilidir ve uzun süreli olarak çözülmeyen evlilik sorunları kişisel ve ruhsal sağlık üzerinde önemli bir risk faktörüdür. Mutlu çiftler ise stresli durumlarla karşı karşıya kaldıklarında, birbirlerinin mücadelelerinden daha fazla haberdar olurlar ve birbirlerini desteklemek ve teşvik etmek için bir takım gibi hareket ederler (Driver, Tabares, Shapiro ve Gottman, 2003).

Çatışma evliliğin kaçınılmaz bir parçası olsa da psikolojik sağlamlığı olan çiftler, evlilikteki sıkıntıların üstesinden gelmek ve ilişkilerinin tekrar canlanmasına yardımcı olmak için diğerlerinden daha donanımlıdır (Noller & Feeney, 2002). Olumsuz durumlarla karşılaşsa da aşırı stresin olumsuz etkisine karşı psikolojik sağlamlığını sürdüren bireylerin; özdenetimi yüksek, iyimser, aktif başa çıkma becerilerine sahip ve ilişkilerinde güvenli bağlanan özellikte olduğu ifade edilmiştir (Richardson, 2002). Bireylerin bu özellikleri aynı zamanda evliliklerindeki sorunlarla da etkin şekilde baş etmelerine yardımcı olarak evlilik doyumuna katkı sağlayabilir.

2.1.2.3.2 Psikolojik Sağlamlık ve Ebeveynlik

Evliliğin ardından bir çocuğun dünyaya gelmesi ile ebeveynliğe geçiş çiftlerin hayatında en köklü değişimlerden biridir ve iki uçta duyguları beraberinde getirir. Öyle ki, bir

yanda heyecan, gurur ve mutluluk diğer yandan ise çocuğun temel sorumluluklarının yerine getirilip getirilemeyeceğine ilişkin kaygılar ve fiziksel tükenmişlik belirtileri doğabilir (Cavanaugh, 2006). Birçok çift bu dramatik değişim ve sıkıntı dönemine uyum sağlamak zorlansa da (Bateman ve Bharj, 2009) bu durum bir yandan da ilişki kalitesini güçlendiren, çiftleri “biz” yapan bir sürece doğru da dönüştürebilmektedir (Gray ve Walters, 2009). Yani çocuk sahibi olmak aynı zamanda eşlerin birbirine bağlılık ve samimiyetlerini de derinleştirmektedir (Walsh, 2012).

Ebeveyn olmanın getirdiği yeni sorumluluklar, zorluk ve stres faktörleri bireyleri hem kişisel hem de çift olarak bir dönüşüme zorlar. Bu süreçte, bireyler ilişkilerinde öncesinde kullanmadıkları kaynakları harekete geçirir veya öncesinde geliştiremedikleri yönlerini güçlendirme imkânı bulurlar ki böylelikle psikolojik sağlamlıkları da güçlenir (Updegraff ve Taylor, 2000). Ayrıca ebeveynlik, çifti sorumluluklar karşısında takım olarak hareket etmeye iterek yakınlaşmalarına katkı da sağlayabilir. Öyle ki bu normatif geçiş döneminde eşlerin karşı karşıya geldikleri güçlükler, hem ayrı ayrı bireylere hem de bir çift ve aile olarak tüm aile sistemine önemli bir büyüme ve gelişme imkânı sunar (Piontkowski, 2011).

Sistem bakış açısıyla değerlendirildiğinde, çocuğun evliliği etkilemesi kadar evlilik ilişkisinin çocukla iletişimi etkilemesi de doğaldır. Bond ve McMahon’ a (1994) göre evlilikten doğan stres kadınlar için önemli bir risk faktörüdür ve evlilik stresi kadınları daha kaygılı ve depresif kılar, çocuklar da bundan olumsuz etkilenir (akt. Aydoğan ve Kızıldağ, 2017). Yani evlilik ve aile içi yaşanan çatışmalar, memnuniyetsizlikler ve negatif duygular aynı zamanda ebeveynlik stresini ve olumsuz ebeveyn- çocuk ilişkisini de etkileme riski taşır (Krishnakumar ve Buehler 2000). Tüm bu olumsuzluk ve risk faktörleri, sosyal desteğin önemli bir parçası olan eş desteğinin değerini de ortaya koymaktadır. Öyle ki eş desteği, eşler arasındaki ilişkiyi güçlendirir ve aile sistemi de bundan olumlu etkilenir.

Görüldüğü üzere ebeveynlerin psikolojik sağlamlığı ve bunun hangi koruyucu faktörlerle arttığının belirlenmesi çocukların gelişimi açısından büyük önem taşımaktadır.

2.1.3. Duygu Sosyalleştirme

Ebeveynlerin, çocuğun olumlu veya olumsuz duygular yaşadığı anlarda, onların duygularına verdikleri tepkiler ve kurdukları iletişim şekli, “duygu sosyalleştirme” olarak ifade edilmektedir (Gottman, Katz ve Hooven, 1996). Bu kavram özellikle, çocukların sosyalleştiği ve akran ilişkilerinin belirmeye başladığı okul öncesi çağıdaki çocukların anneleri için kullanılmaktadır (Premo ve Kiel, 2014). Bir başka ifadeyle “Maternal socialization” yani

annenin duygusal sosyalizasyonu, annenin çocuğun duygusal deneyimini ifade edişı ve bu duygusal yaşantıya yönelik çocuğa sergilediği tutumdur (Yağmurlu ve Altan, 2010).

Cole ve Tan (2007) her çocuğun duygularını ifade etme ve dñzenleyebilme potansiyeli ile dñnyaya geldiğini ifade etmiştir. Ancak bu potansiyeli ortaya koyabilmesi için çocuğa rehberlik edilmelidir. Okul ncesi dönem, çocuğun duygusal gelişiminde kritik bir öneme sahiptir (Denham, 1998). Bu bağlamda duygu sosyalleştirme, çocukların duyguları anlama, duyguları deneyimleme, bu duyguları ifade etme ve onlarla baş etme becerilerinin sosyal etkileşim yoluyla kazanılması sñreci şeklinde de ifade edilmektedir (Eisenberg ve ark., 1998; Gottman, Katz ve Hooven, 1996). Yani duygu sosyalleştirme, çocuğun sosyal-duygusal gelişiminde de kilit bir role sahiptir (Denham vd., 1997; Eisenberg vd., 1998).

Duygu sosyalleştirme sñrecinin en önemli yol gstercileri ebeveynlerdir (Kaya- Bican & Sarıtaş-Atalar, 2017). Çocukların sosyalleşme sñrecinde etkili tek bağlam ebeveynleri değilse de sosyalleşmede en bñyk katkının anne babalardan geldiği görülmektedir. Bu yönüyle duygu sosyalleşmesi de öncelikle ailede başlar ve çocukların sosyal çevresinin zamanla artmasıyla dışa doğru genişler.

Duygular, hayat boyu sahip olduğumuz dñřncelerin, bu sñrete ortaya koyduğumuz davranışların ve deneyimlerimizin kıymetli parçalarıdır (Kılıç, 2020). Duygu sosyalleştirme sñreciyle de çocuklar, hangi davranışların toplumca kabul edilir olduğu ve herhangi bir durumda hangi duygusal tepkilerin daha işlevsel olacağına dair ipuçlarını kazanırlar (Kaya-Bican & Sarıtaş-Atalar, 2017). Benzer şekilde Shadur (2013) da ebeveyn duygu sosyalleştirmesini, duyguları hissetme ve ifade etmenin uygun olup olmadığı, ne zaman ve nasıl uygun olduğuyla, bu duygularla başa çıkma yollarına dair ebeveynlerin çocuklarına yönelik açık ve örtük mesaj aktarım şekli olarak ifade etmiştir. Özetle ebeveynler, duygular ve bunların dışavurumuna dair kişisel inanış ve kültürel değerlerine uygun olarak çocuklarının duygusal yaşamına müdahale etmekte ve bebeklikten başlayarak bu müdahaleler duygusal deneyimi sosyalleştirmektedir (Thompson, 1991).

Çocuğun duygusal yaşantılarına karşı, ebeveynlerin sergiledikleri davranışlar duygu sosyalleştirme davranışlarını ifade eder. Duygu sosyalleştirme sñrecinin en önemli aktörleri olan ebeveynlerin, bu sñrete hem doğrudan hem de dolaylı olarak yer aldığı bilinmektedir. şöyle ki; çocukların duygu ifadesinden hemen sonra gösterdikleri tepkiler doğrudan duygu sosyalleştirme uygulamalarını; çocukları ile duygulara dair konuşma ve kendi duygularını ifade edip onlara model olma ise dolaylı duygu sosyalleştirme uygulamalarını ifade etmektedir (Eisenberg ve ark., 1998). Tüm bu ebeveyn duygu sosyalleştirme davranışlarının, duygusal ifadeleri yönetme yollarını modelleme ve öğretmeyi içeren şekilde farklı yollarla

çocukların uyum ve sosyal yeterliliğine katkı sağladığına inanılmaktadır (Eisenberg vd., 2001).

2.1.3.1. Ebeveynlerin Sergilediği Duygu Sosyalleştirme Davranışları

Alanyazında duygu sosyalleştirme davranışlarının üç ana başlıkta değerlendirildiği görülmüştür (Denham; 1998; Eisenberg vd., 1998; Gottman vd., 1997). Ebeveynlerin kendi duygularını ifade etme şekliyle model olması, ebeveynlerin çocuğun duygularına rehberlik etmesi yani duygu koçluğu ve ebeveynlerin çocukların duygularına verdikleri durumsal tepkiler duygu sosyalleştirme davranışlarının temel kategorilerini oluşturmaktadır.

2.1.3.1.1. Model Olma

Yetişkinlerin duygu ifadeleri, kendileri ve diğerlerinin duygularına gösterdikleri tepkiler, baş etme şekilleri çocuğun taklit etmesi için duygusal davranış modeli sunar (Rhee, 2007). Yani anne babalar, kendi deneyimledikleri duygulara yönelik tepkileri aracılığıyla çocuklarına model olurlar. Ebeveynlerinin bu duygusal deneyimlerini izleyen çocuk, böylelikle duygular hakkında, onları ne zaman ve nasıl göstereceğine dair bilgi sahibi olur (Denham ve Grout, 1993). Bu yolla çocuk ebeveyninin duygulara bakış açısını da keşfeder ve olumsuz duyguların kabul edilebilirliği hakkında bir fikir edinir.

2.1.3.1.2. Duygu Koçluğu

Ebeveynlerin, çocukların duygularına dair konuşup onlarla duygularını tartışmaları duygu koçluğunu ifade eder (Eisenberg vd., 1998) Duygular hakkında konuşabilmek amacıyla ebeveynin çocuğa bir alan açması, çocuğun kendi duygularını değerlendirebilmesi ve deneyimleri arasında bağlantı kurabilmesi açısından oldukça önemlidir (Denham ve Kochanoff, 2002). Duygu koçluğu yapan anne babalar genel itibariyle; kendilerinin ve çocuklarının duygularının farkında olup bu farkındalıkları çocuklarıyla yakınlık kurmada bir fırsat ve ortak yaşantılar oluşturmada bir yol olarak görür (Gottman vd., 1996) .

2.1.3.1.3. Olumsal Tepkiler

Anne babaların ve sosyalleşme sürecinde yer alan başka yetişkinlerin çocuğun duygularına verdiği tepkiler, olumsal tepkiler olarak adlandırılır (Kılıç, 2020). Eisenberg ve arkadaşları (1998), bu tepkileri destekleyici ve destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme

tepkileri olmak üzere iki grupta değerlendirilmiştir. Destekleyici duygu sosyalleştirme tepkileri; duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler ve duygu ifadesini kolaylaştırıcı tepkiler iken destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme tepkileri ise küçümseyici tepkiler, cezalandırıcı tepkiler ve ebeveynde sıkıntı tepkileridir (Yağmurlu ve Altan, 2010).

Destekleyici duygu sosyalleştirme tepkileri sırasıyla ele alındığında:

Duyguya odaklı tepkiler, ebeveynin ilgi-yakınlık göstermesi ve çocuğun dikkatini başka yöne çekmesiyle çocuğun daha iyi hissetmesine yönelik çaba ve desteğini; *duygu ifadesini kolaylaştırıcı tepkiler*, ebeveynin çocuğun duygusunu ifade etmesi için yardım ve cesaretlendirici davranışlarını; *problem odaklı tepkiler* ise ebeveynin çocuğu duygusal açıdan zorlayan problemin çözülmesi ve bunun üstesinden gelmesinde yardımcı olmayı ifade eder.

Destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme tepkileri sırasıyla ele alındığında:

Ebeveynde sıkıntı tepkileri, çocukta ki olumsuz duygularının ebeveynde üzüntü veya stres oluşturmalarını; *cezalandırıcı tepkiler*, ebeveynin çocukta ki olumsuz duygulara sözel veya fiziksel ceza ile karşılık vermesini; *küçümseyici tepkiler* ise ebeveynin çocuğun olumsuz duygu tepkisini önemsiz görmesi ve hafife alan şekilde davranışları ifade eder.

Olumsuz ebeveyn duygu sosyalleştirme tutumlarının çocuklarda olumsuz sosyal-duygusal sonuçlarla ilişkili olduğu bilinmektedir (Gottman vd., 1996, Eisenberg vd., 1996). Öyle ki, 'duyguları reddeden' anne babalar çocuklarının duygularının farkında değildir ve hem zayıf bir duygu sözlüğüne sahiptir hem de yönetim becerilerini öğretme fırsatını kullanmak yerine çocuklarının duygularını kendileri değiştirmeye çalışırlar (Gottman vd., 1997). Yani, ebeveynlerin destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme davranışları, çocukların olumsuz duyguları tanımasını, bunlarla baş etmesini zorlaştırır ve bu durumun sosyal-duygusal gelişimlerini olumsuz etkilemesi beklendiktir. Buradan da anlaşılacağı üzere çocuğun özellikle olumsuz duygularına verilen ebeveyn tepkileri, duygu sosyalleştirmenin kritik bir parçasıdır.

2.1.3.2. Ebeveyn Duygu Sosyalleştirmesi ve Evlilik

Eşler arası uyum ve ebeveyn- çocuk ilişkisine etkileri çoğunlukla yayılma hipotezi bağlamında ele alınmıştır (Engfer, 1988). Yayılma hipotezi, temelde olumlu ya da olumsuz evliliklerin benzer bir ebeveyn- çocuk ilişkisine neden olduğunu ifade etmektedir. Evlilik ilişkisinin ebeveynliği etkilemesi, böylelikle de çocuktaki duygusal-davranışsal sonuçları şekillendirmesi beklendiktir. Evlilikteki olumlu iletişim, çocukların psikolojik olarak güvende hissetmesini sağlayabilir ve bu olumlu evlilik ilişkisi onların yaşadığı günlük stresli olaylarla

başa çıkma yeteneklerini geliştirebilirken (Cummings, Goeke-Morey & Papp, 2004) evlilik çatışması ise çocuğun içe yönelim ve dışa yönelim problemleri ile ilişkilidir. Bu ilişkide ise ebeveynliğin aracı rolü söz konusudur (Kaczynski vd, 2006). Yani eşler arası ilişkideki olumsuzluk ebeveynliği etkileyerek çocuklarda uyum sorunlarına sebep olmaktadır (Engfer, 1988). Bunun tersi olarak; eşlerin evliliğinden memnuniyeti, çocukların yetiştirilmesi ve diğer alanlarda birbirlerine sosyal destek sağlayarak stresin olumsuz etkilerini azaltmaları da daha olumlu duygular deneyimlemelerini sağlayacak ve destekleyici duygu sosyalleştirme davranışları aracılığıyla çocuklarının sosyal-duygusal gelişimine yansıyacaktır.

2.1.3.3. Duygu Sosyalleştirme ve Ebeveynin Psikolojik Özellikleri

Ebeveynin destekleyici duygu sosyalleştirme davranışlarını etkin bir şekilde kullanabilmesi için öncelikle temel bir iç görüye sahip ve kişisel psikolojik süreçlerini yönetebiliyor olması gerekmektedir. Bu noktada ebeveynlerin kendi duygularını deneyimleme biçimleri ve bu duygularla başa çıkma yolları önem kazanmaktadır. Örneğin, depresif anne babaların, kendi duygularını düzenlemede yetersizlik gösterdiği hakkında bulgular mevcuttur (Bradley, 2000). Öyle ki, depresyon düzeyi yüksek annelerin, çocuklarının olumsuz duyguları karşısında destekleyici duygu sosyalleştirme davranışlarını daha az sergiledikleri görülürken ceza ve görmezden gelme gibi destekleyici olmayan davranışları daha fazla gösterdikleri belirlenmiştir (Silk ve ark., 2011). Duygularıyla etkin şekilde baş eden annelerin, çocuklarının olumsuz duygularına karşı daha çok destekleyici tepkiler verdikleri, kendi duygularını bastıran annelerin ise daha çok destekleyici olmayan (küçümseyici ve cezalandırıcı) tepkiler verdikleri görülmüştür (Hughes ve Gullone, 2010).

Ebeveynlerin yaşadığı psikolojik zorluklar çocuklarına gösterdikleri duygu sosyalleştirme davranışlarını olumsuz etkileyebilmektedir. Öyle ki, ebeveynler kendi psikolojik sorunlarına yoğunlaştıklarından dolayı çocuklarının duygularına karşı destekleyici olmayan tutumlar gösterebilmektedir (Kaya- Bican ve Sarıtaş-Atalar, 2017). Ayrıca anne babaların kendi duygularını deneyimleme tarzı ve bu duygularıyla başa çıkma şekilleri çocuklarının duygularına verdikleri tepkileri etkilemektedir (Eisenberg vd., 1998). Yani, duygu sosyalleştirme sürecinde ebeveynlerin mevcut psikolojik durumu belirleyici bir etki oluşturabilmektedir.

2.1.3.4. Ebeveyn Duygu Sosyalleştirme Tepkilerinin Çocuk Üzerindeki Etkileri

Çocuklar sosyalleşme süreci boyunca, öncelikle ebeveynleriyle arasındaki sürekli etkileşimler aracılığıyla, duygusal olarak zorlayıcı olayları adlandırmayı, yorumlamayı ve bunlarla başa çıkmayı öğrenirler (Barrett & Campos, 1987, 1991; Saarni, 1999). Aynı zamanda duygu sosyalleştirme, hem çocukların duygularının onaylanmasını sağlar hem de çocukların diğerlerinin duygusal ipuçlarına karşı duyarlılığında artırır ve çocuklar bunu diğerlerine faydalı olmakta ve iş birliğinde kullanır. (Garner, Dansmore ve Southam- Gerrow, 2007). Duygu sosyalleştirme davranışlarının, özellikle çocukların sosyal-duygusal gelişimi üzerinde etkisine odaklanan çalışmalar mevcuttur.

Ebeveynler bilinçli şekilde çocuklarına duygular hakkında model olurlar ise çocukların duygusal yetkinliğine fayda sağlayarak problem çözme ve öğrenme süreçlerini de desteklemiş olurlar (Fredrickson, 1998). Örneğin, annelerin olumlu duygu temaları çocukların hem ilişkisel saldırganlığı hem de saldırgan davranışları ile ters yönde ilişkilidir. Özellikle, konuşma aralarında olumlu duygulardan ne kadar çok bahsederse, akran etkileşimde de o kadar az saldırganlık sergilemektedir (Garner, Dansmore ve Southam- Gerrow, 2007). Ailede daha az olumlu duygu ifadesine maruz kalmak, çocuk için düzenlemesi gereken olumsuz duyguları artırabilirken, duygu sosyalleştirmenin olmayışı çocuğu olumsuz duygularını yönetmekte daha az stratejiyle bırakabilir (Ramsden ve Hubbard, 2002). Benzer şekilde, anne babaların destekleyici tepkileriyle, çocuğun oyunda diğer çocuklarla paylaşım ve koordinasyonu yüksek ilişkilidir (Eisenberg vd. 1999). Ebeveynlerin problem odaklı duygu sosyalleştirme stratejilerini kullanmalarının da çocukların duygu düzenleme becerilerini artırdığı görülmüştür (Uyar vd., 2018).

Çocuğa gösterilen eleştirel ve saygısız anne tepkileri ise hem duygularını bastırmasına sebep olur hem de çocuğun duygularını kontrol etmesine yardım eden ipuçlarını öğrenmesini engeller (Yağmurlu ve Altan, 2010). Gottman vd. de (1996) çocuğun duygusunu eleştiren, duygusal yaşantılarını küçümseyen ebeveyn tepkilerinin, çocuğun duygu düzenleme becerisini olumsuz etkilediğini ileri sürmüştür. Çocuğun olumsuz duygusuna annenin verdiği cezalandırıcı tepkilerle çocuğun problem davranışı arasında da bir ilişki söz konusudur (McElwain vd., 2007). Özetle, ebeveynlerin destekleyici olmayan tepkileriyle çocukların olumsuz duygulanımı arasında anlamlı ilişki vardır (Wong vd., 2009).

2.1. İlgili Araştırmalar

2.2.1. Duygu Sosyalleştirme ve Ebeveynlerin Evlilik İlişkisine Dair Araştırmalar

Nelson vd. (2009) aile stresinin 4 kaynağı (evlilik tatminsizliği, evdeki kaos, ebeveynlerde depresif semptomlar ve iş rolü tatminsizliği) ile ebeveynlerin çocuklarının olumsuz duygularına verdikleri tepkiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmaya, 7 yaşında çocukları olan 101 çift katılım göstermiştir. Araştırma bulguları; aile stresinin destekleyici ve destekleyici olmayan ebeveyn tepkileriyle ilişkili olduğunu ve bu stres arttıkça destekleyici olmayan duygu sosyalleştirmenin arttığını ortaya koymuştur. Ancak bu ilişkilerin çoğunun ebeveyn cinsiyetine göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

Wong, McElwain ve Halberstadt (2009) aile ve çocuğun özellikleri ile ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu çalışmaya, 55 iki ebeveynli aile ve çocukları katılmıştır. Araştırma bulguları; anneler ve babalar için çocukların olumsuz duygularına yönelik daha kabul edici inançların destekleyici olmayan tepkilerle negatif ilişkili olduğunu, evlilik çatışmasının ise olumsuz ifade ile pozitif ilişkili olduğu ortaya koymuştur. Çocukların olumsuz duygu ve tepkilerinin düşük, aile içi kaynakların ise yüksek olduğu hallerde hem babaların destekleyici olmayan tepkilerinin hem de annelerin olumsuz ifadelerinin daha az olduğu görülmüştür.

Güven (2013) araştırmasında çocuğun davranış sorunları ile algıladığı anne baba çatışması arasındaki ilişkide duygu sosyalleştirmenin aracı rolünün incelemiştir. Bu çalışmaya, 9-13 yaşlarında 266 çocuk ve onların anneleriyle öğretmenleri katılmıştır. Araştırma bulguları; anne baba çatışması ve bu çatışmalarda kendini suçlama arttıkça çocukta ortaya çıkan davranış sorunlarının da arttığını ortaya koymuştur. Ek olarak, çocuğun algıladığı anne baba çatışması ile annelerde sıkıntılı duygu sosyalleştirme tepkilerinin pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Nihai olarak çocuğun davranış sorunları ile algılanan anne baba çatışmasında kendini suçlama arasındaki ilişkide annelerin cezalandırıcı ve/veya sıkıntılı duygu sosyalleştirme davranışlarının aracılık ettiği bulunmuştur.

Kaya (2016) babaların duygu sosyalleştirme yaklaşımlarıyla ilişkili faktörleri incelemiştir. Bu çalışmaya, 30-84 ay arası çocuğu olan 149 anne ve baba katılım göstermiştir. Araştırma bulgularına göre; babaların destekleyici duygu sosyalleştirme davranışlarını, geçimlilik ve babaların eşleriyle uyumunun olumlu yönde yordadığı, duygusal tutarsızlığın ise olumsuz yönde yordadığı görülmüştür. Ayrıca babaların destekleyici olmayan tepkilerini eğitim düzeyi ve dışadönüklüğün olumsuz yönde, psikopatolojisinin ise olumlu yönde yordadığı görülmüştür.

Arslan (2021) okul öncesi çocukların duygu düzenleme becerileri ile annelerin evlilik doyumu arasındaki ilişkide duygu sosyalleştirmenin aracı rolünü incelemiştir. Bu çalışmaya, okul öncesi dönemde çocuğu olan 421 anne katılım göstermiştir. Araştırma bulguları; çocukların duygu düzenlemeleri ile annelerin evlilik doyumu ilişkisine, destekleyici ve destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme davranışlarının aracılık ettiğini ortaya koymuştur. Ayrıca çocukların duygu düzenlemeleriyle annelerin destekleyici duygu sosyalleştirme davranışları ve evlilik doyumu pozitif yönde ilişkiliyken; destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme davranışlarının ise çocukların duygu düzenlemeleri ve annelerin evlilik doyumu ile negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir.

2.2.2. Duygu Sosyalleştirme ve Psikolojik Sağlamlığa Dair Çalışmalar

Godleski, Eiden, Shisler ve Livingston (2020) tarafından yüksek risk örnekleminde bulunan ebeveyn duygu sosyalleştirme davranışları incelenmiştir. Bu çalışmaya, bebeklik döneminden ergenliğe kadar takip edilen alkolik/alkolik olmayan babalardan oluşan 227 aile katılım göstermiştir. Bu örnekleme duygu sosyalizasyonu için kavramsal bir model incelenmiştir. Araştırma bulguları; ebeveyn psikopatolojisi ile erken çocukluktaki duyarlılık arasında, çocuğun olumsuz duygusalılığı ve destekleyici duygu sosyalleşmesi yoluyla orta çocukluktan ergenliğe kadar hem uyarlanabilir (ör., duygu düzenleme) hem de uyumsuz (ör., saldırganlık ve akran suçu) sonuçlara duyarlılık arasında önemli dolaylı etkiler olduğunu ortaya koymuştur.

Gürses (2022) araştırmasında 48-72 aylık çocuğu olan annelerin psikolojik dayanıklılık ve duygu sosyalleşme stratejilerinin, bazı sosyodemografik değişkenler kontrol edildikten sonra, çocuklarının duygu düzenleme becerileri üzerindeki yordayıcı rolünü incelemiştir. Bu çalışmaya, 48-72 aylık çocukları olan 659 anne katılım göstermiştir. Araştırma bulguları; çocukların duygu düzenleme beceri puanlarının annelerin psikolojik dayanıklılık ve destekleyici duygu sosyalleşme stratejileri puanları tarafından pozitif ve anlamlı şekilde yordandığını, annelerin destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme stratejileri puanları tarafından ise negatif ve anlamlı şekilde yordandığını ortaya koymaktadır. Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları, çocuk cinsiyeti ve çocuk sayısı kontrol edildikten sonra annelerin psikolojik dayanıklılık, destekleyici ve destekleyici olmayan duygu sosyalleşme stratejileri puanlarının duygu düzenleme puanlarının anlamlı yordayıcıları olduğunu göstermektedir.

Kishalı (2022) araştırmasında okul öncesi dönem çocuğa sahip annelerin duygu sosyalleştirme davranışları ve okul öncesi dönem çocuklarının 21. yüzyıl becerileri ile psikolojik sağlamlık düzeylerini arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmaya, Erzurum'un Yakutiye ve Palandöken ilçelerinde bulunan resmi ilkokul anasınıfları ve bağımsız anaokullarına devam eden 5-6 yaş grubu 282 çocuk ve bu çocukların anneleri katılım göstermiştir. Araştırma bulguları; çocukların anne eğitim durumu ve anne yaşı değişkenleri ile psikolojik sağlamlık düzeylerinin istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Ek olarak, annelerin destekleyici olmayan tepkileriyle çocukların 21. yüzyıl becerileri alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu; destekleyici tepkiler ile çocukların 21. yüzyıl becerileri alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu; çocukların 21. yüzyıl becerileri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.

Aktan (2023) araştırmasında, anne babaların çocukların duygularına yönelik inanışları ve duygu sosyalleştirme tepkileri ile çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları üzerindeki yordayıcılığı incelemiştir. Bu çalışmaya, Aksaray ilinde, okul öncesi eğitim kurumları ile anasınıflarında eğitim gören 4-6 yaş arası çocukların anne ve babaları olmak üzere toplam 210 ebeveyn katılım göstermiştir. Araştırma bulguları anne babaların; çocukların duygularına yönelik inanışları kapsamında pozitifliğin bedeli alt ölçeğinin, çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları kapsamında yer alan keşfetmekten hoşlanma üzerinde negatif yönde ve anlamlı yordayıcı olduğunu ortaya konulmuştur. Ayrıca çocukların olumlu duygularına verdikleri destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerinin, çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları kapsamında yer alan keşfetmekten hoşlanma üzerinde pozitif ve anlamlı yordayıcı olduğunu göstermiştir. Anne babaların çocukların olumsuz duygularına verdikleri destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerinin, çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları kapsamında yer alan keşfetmekten hoşlanma, öz kontrol/ düşüncelilik ve atılganlık üzerinde pozitif ve anlamlı yordayıcı olduğu da görülmüştür. Anne babaların çocukların duygularına yönelik inanışları kapsamında özerklik alt ölçeğinin ise çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları kapsamında olan keşfetmekten hoşlanma üzerinde negatif ve anlamlı bir yordayıcı etkisi olduğu belirlenmiştir.

2.2.3. Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlığa Dair Araştırmalar

Kallampally, Oakes, Lyons, Greer ve Gillespie (2007) cinsiyet, psikolojik sağlamlık, kültürleşme ve maneviyatın Asya kökenli Hintli Amerikalıların evlilik doyumuna çeşitli demografik değişkenler açısından katkısı incelemiştir. Araştırma bulguları; cinsiyet, psikolojik sağlamlık, kültürleşme ve maneviyatın birlikte evlilik doyumunu yordadığını ortaya koymuştur. Ek olarak, bağımsız değişkenlerden “maneviyat” ın yordama gücünün daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, cinsiyet, psikolojik sağlamlık ve kültürleşmenin Asya Kökenli Hintli Amerikalıların evlilik doyumunu varyansını bağımsız olarak yordamadığı tespit edilmiştir.

Bradley ve Hojjat (2016), psikolojik sağlamlığın; evlilik doyumunu ile eşe bağlanma, sosyal destek ve etkileşim gibi, bir dizi ilişkili değişken arasındaki ilişkiye aracılık etkisi incelenmiştir. Bu çalışmaya, 195 evli birey katılım göstermiştir. Araştırma bulguları; psikolojik sağlamlığın evlilik doyumunu üzerinde doğrudan bir etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Ayrıca, etkileşim ve sosyal desteğin her birinin psikolojik sağlamlık üzerinden evlilik doyumunu dolaylı şekilde etkilediği belirlenmiştir.

Öziş (2016), evlilik yaşam doyumunu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücünü temel alarak incelemiştir. Araştırma bulguları; evlilik yaşam doyumunu, algılanan ebeveyn ilişkisi olan anneye yönelik demokratik tutum algısı ile babaya yönelik ilgisiz tutum algısı, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur.

Bektaş (2018), evli bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini incelemiştir. Araştırma bulguları; psikolojik sağlamlıkla öz yeterlik algısının, iyimserlik düzeyi, algılanan sosyal destek, evlilik tatmini ve yaşam doyumunu düzeyleri arasında olumlu anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Ek olarak, psikolojik sağlamlık düzeyi cinsiyet bakımından değerlendirildiğinde kadınlarla erkekler arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Bozyel (2019) şiddet görüp görmeme durumuna göre evli kadınların evlilik doyumunu ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini incelemiştir. Bu çalışmaya, eşinden psikolojik ve fiziksel şiddet görmüş(58)/görmemiş(79) toplam 194 kadın katılım göstermiştir. Araştırma bulguları; şiddet görüp görmeme durumunun psikolojik dayanıklılık ölçeğinin bir alt boyutu olan kendini adama ve kontrol üzerinde anlamlı düzeyde etkisi olduğunu, meydan okuma boyutu üzerinde ise anlamlı düzeyde etkisi olmadığını ortaya koymuştur.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde; araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizine dair açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma 3-7 yaş grubu çocuğu olan ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışlarını, psikolojik sağlamlık ve evlilik doyumunun ne düzeyde yordadığını belirlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeline dayalı betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın bağımlı değişkeni duygu sosyalleştirme davranışları, bağımsız değişkenler ise evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlıktır.

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu okul öncesi dönemde (36-72 ay) çocuğu olan evli anne ve babalar oluşturmaktadır. Araştırma verileri 2024-2025 güz döneminde Sakarya'nın Adapazarı, Arifiye, Erenler, Kaynarca, Serdivan ilçelerinde çocuğu okul öncesi eğitime devam eden 340 ebeveyninden toplanmıştır. Araştırmaya toplamda 368 anne ve baba katılmıştır ancak 340 ebeveyninden elde edilen sonuçlar çalışmada kullanılmıştır. Bu ebeveynlerin 300 'ü (%88.2) anne, 40'ı (%11.8) babadır. Çalışma grubunda yer alan anne ve babalara resmi anaokulu ve ilköğretim okulu bünyesindeki anasınıfları aracılığı ile ve kartopu yöntemi ile ulaşılmıştır. Evlilik doyumu araştırmanın bir değişkeni olduğundan ötürü çalışma grubunda sadece evli anne ve babalar yer almaktadır. Veri toplama sürecinde katılımcılarda gönüllülük ilkesi esas alınarak araştırmaya katılmaları konusunda onamları alınmıştır. Araştırmaya katılan anne-babalara ilişkin bilgiler Kişisel Bilgi Formu ile toplanmış ve Tablo 1'de sunulmuştur.

Araştırmaya katılan anne-babalar ve sahip olunan çocuklara ilişkin demografik özelliklerin dağılımı Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1

Çalışma Grubuna ait Demografik Özellikler

	Değişkenler	<i>f</i>	%
Ebeveynin Cinsiyet	Kadın	300	88,2
	Erkek	40	11,8
Yaş	20-29	71	20,9
	30-39	216	63,5
	40 ve üzeri	53	15,6
Evlilik süresi	1-5 yıl	45	13,2
	6-10 yıl	204	60,0
	11-15 yıl	55	16,2
	16-20 yıl	22	6,5
	20 yıl ve üzeri	14	4,1
Ailedeki Çocuk Sayısı	Tek Çocuk	146	42,9
	İki Çocuk	150	44,1
	Üç ve Üzeri Çocuk	44	13,0
Çocuğun Yaşı	3 Yaş	23	6,8
	4 Yaş	119	35,0
	5 Yaş	161	47,4
	6 Yaş	29	8,5
	7 Yaş	8	2,4
Çocuğun Cinsiyeti	Kız	175	51,5
	Erkek	165	48,5
Ebeveynin Eğitim Durumu	İlkokul	10	2,9
	Ortaokul\ İlköğretim	29	8,5
	Lise	101	29,7
	Ön Lisans	76	22,4
	Lisans	105	30,9
	Y. Lisans \ Doktora	19	5,6
Alınan Destek	Ücretli Temizlik	7	2,1
	Ücretli Bakıcı	11	3,2
	Büyük Ebeveyn	68	20,0
	Tek Başına	254	74,7

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada; katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla Kişisel Bilgi Formu, ebeveynlerin kullandığı duygu sosyalleştirme davranışlarını belirlemek amacıyla Çocukların Olumsuz Duygularıyla Baş Etme Ölçeği, evlilik doyumlarını belirlemek için Evlilik Yaşamı Ölçeği, psikolojik sağlık düzeylerini ölçmek amacıyla da Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçme araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda yer almaktadır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu, çalışmanın amacı doğrultusunda araştırmacı tarafından hazırlanmış, ebeveyni ve çocuğu tanımaya yönelik genel bilgiler içeren bir formdur. Bu formda ebeveynlerin cinsiyet, yaş, evlilik süresi, çocuk sayısı, mesleği, çocuğun (formu doldururken göz önünde bulunduracakları) yaşı ve cinsiyeti, eğitim durumu ve alınan destek durumuna ilişkin sorular bulunmaktadır. Kişisel Bilgi Formu Ek-4'te sunulmaktadır.

3.3.2. Çocukların Olumsuz Duyguları ile Baş Etme Ölçeği (Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES))

Fabes, Eisenberg ve Bernzweig (1990) tarafından ebeveynlerin, çocukların olumsuz duygularına yönelik duygu sosyalleştirme tepkilerini ölçme amacıyla geliştirilen ölçek Yağmurlu ve Altan (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, “ebeveynde sıkıntı tepkileri, cezalandırıcı tepkiler, küçümseyici tepkiler, duygu ifadesini kolaylaştıran tepkiler, duygu odaklı tepkiler ve problem odaklı tepkiler” olmak üzere altı alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte çocukların deneyimlediği olumsuz duyguları (öfke, korku, üzüntü, utanç ve hayal kırıklığı vb.) içeren 12 senaryoya yönelik a ile f arasında 6 farklı tepki bulunmaktadır. Ebeveynlerden ilgili senaryoyu okuduktan sonra altındaki tepki seçeneklerini ne sıklıkta kullanabileceğine dair işaretleme yapması beklenmektedir. Ölçek 5'li Likert tipinde puanlanmaktadır (1= hiç böyle yapmam, 5= kesinlikle böyle yaparım) . Ölçeğin doğası gereği toplam puan hesaplanması uygun değildir. Orijinal ölçeğin alt boyutlarında iç tutarlılık katsayıları .69 ile .85 arasında değişmektedir (Fabes vd., 1990). Yağmurlu, Yavuz ve Altan (2013) ın yaptığı uyarlama çalışmasında ise alt boyutlara ait iç tutarlılık katsayılarının .54 ile .88 arasında değiştiği belirlenmiştir. Bu çalışmada hesaplanan alt boyutlara ait iç tutarlılık katsayıları; “sıkıntı-endişe tepkileri” alt boyutu için .31, “cezalandırıcı tepkiler” alt boyutu için .66, “küçümseyici tepkiler” alt boyutu için .73, “duygu ifadesini teşvik etme” alt boyutu

için .87, “duygu odaklı tepkiler” alt boyutu için .81 ve “problem odaklı tepkiler” alt boyutu için .74 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Evlilik Yaşamı Ölçeği (EYÖ)

Tezer (1996) tarafından evli bireylerin evlilikten aldıkları doyumu değerlendirmek amacıyla geliştirilen “Evlilik Yaşamı Ölçeği (EYÖ)” 10 maddeden oluşan tek boyutlu bir ölçektir. Ölçek 5’li Likert tipinde puanlanmaktadır (1= “Kesinlikle Katılmıyorum”, 5= “Kesinlikle Katılıyorum”) . Ölçekten alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan ise 50 dir ve alınan puanın yüksekliği evlilik doyumu düzeyinin yüksek olduğunu, puanın düşüklüğü ise evlilik doyum düzeyinin düşük olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin test tekrar test (3 ay) güvenirlik katsayısı .85 olarak belirlenmiştir. Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ise ilk uygulamada 0.91, ikinci uygulamada ise 0.89 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlar Evlilik Yaşamı Ölçeği’nin yüksek güvenirliğe sahip olduğunu göstermektedir (Tezer, 1996). Bu çalışmada ise hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)

Smith ve ark., (2008) tarafından bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ)" Doğan (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 6 maddeden oluşmaktadır ve tek faktörlü yapıdadır. 5' li Likert tipinde bir ölçe aracıdır (1= “uygun değil”, 5= “tamamen uygun”). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 6, en yüksek puan ise 30 dur ve alınan puanın yüksekliği psikolojik sağlamlığın yüksek düzeyde olduğunu, puanın düşüklüğü ise psikolojik sağlamlığın düşük düzeyde olduğunu ifade etmektedir. KPSÖ’nün güvenirliğini belirlemek amacıyla hesaplanan iç tutarlılık katsayısı .83 olarak belirlenmiştir. Üniversitelerde öğrencileri üzerinde yapılan uyarılama çalışmasında ölçeğin psikolojik sağlamlık düzeyini ölçmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçe aracı olduğu ifade edilmiştir (Doğan, 2015). Bu çalışmada ise hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .82 olarak bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu, Çocukların Olumsuz Duygularıyla Baş Etme Ölçeği, Evlilik Yaşamı Ölçeği ve Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği kullanılarak 2024-2025 güz döneminde okul öncesi dönemde çocuğu olan anne ve babalardan toplanmıştır. Verilerin toplanma sürecinde öncelikle araştırma için belirlenen ölçekleri geliştiren veya

Türkçe'ye uyarlayan araştırmacılardan mail yoluyla kullanım izin alınmıştır. Araştırmanın yürütülmesi amacıyla öncelikle Çukurova Üniversitesi Rektörlüğü'nden Etik Kurul İzni (Ek-1) alınmıştır. Daha sonra uygulama yapabilmek için <https://arastirmaizinleri.meb.gov.tr/> adresi aracılığıyla Sakarya İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden araştırma izinleri (Ek-2) alınmıştır. Bu süreçte anaokulu ve ilköğretim okulu bünyesindeki anasınıfları için öncelikle kurum müdürlerine yüz yüze görüşme ile ön bilgilendirme yapılmış ve ölçekler velilere okul öncesi kurumlar aracılığı ile ve kartopu yöntemi ile online link üzerinden gönderilerek toplanmıştır. Uygulanmadan önce ebeveynlere; araştırmanın amacı ve kapsamı hakkında bilgi verilmiş, araştırmaya katılmanın gönüllülük esasına dayandığı ve cevapların gizli tutulacağı hakkında açıklamaların bulunduğu Bilgilendirilmiş Onam Formu (Ek-3) sunulmuştur. Ölçeklerin doldurulması yaklaşık 20-30 dakika sürmüştür. Verilerin toplanması araştırmacı tarafından, yaklaşık iki ayda tamamlanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Veriler SPSS (Statistical Package For Social Sciences) 22,0 windows paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Bu araştırmanın bağımlı değişkeni duygu sosyalleştirme davranışlarıdır. Bağımsız değişkenler ise psikolojik sağlamlık ve evlilik doyumdur. Araştırmanın verileri bilgisayar ortamında toplanmış ve sonrasında analizler gerçekleştirilmiştir. Verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir ve buna göre verilerin normal bir dağılım gösterdiği söylenebilir. (Bkz: Tablo 2). Bu sayede çalışmada parametrik testler kullanılabilmiştir. Veriler çoklu doğrusal regresyon analizi için ön koşul olan doğrusallık ve normallik sayıltılarını karşılamaktadır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda ebeveynlerin araştırmada kullanılan ölçeklerden aldıkları puanlara ilişkin betimsel değerler, ebeveynlerin duygu sosyalleştirme tepkisi düzeyleri, evlilik doyumu düzeyleri ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyete göre t testi sonuçları, ebeveynlerin duygu sosyalleştirme tepkileri, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığı arasındaki ilişkiye yönelik bulgular, ebeveynlerin (anne ve babalar) evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık toplam puanlarının duygu sosyalleştirme tepkilerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları ile anne ve babaların ayrı ayrı evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık toplam puanlarının duygu sosyalleştirme tepkilerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçlarına ilişkin toplanan verilerin istatistiksel bulgularına yer verilmiştir.

4.1. Ebeveynlerin Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular

Bu bölümde ebeveynlerin araştırmada kullanılan ölçme araçları ve alt ölçeklerinden aldıkları puanlara ait ortalama ve standart sapmaları, çarpıklık basıklık katsayıları belirlenmiş ve ebeveynlerin cinsiyetlerine göre ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki fark olup olmadığı bağımsız gruplar t testi ile incelenmiştir. Çocukların Olumsuz Duyguları ile Baş Etme Ölçeği alt ölçekleri, Evlilik Yaşam Ölçeği ve Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeğine ait betimsel istatistikler aşağıda verilmiştir.

Tablo 2.

Ebeveynlerin Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Aldıkları Puanlara İlişkin Betimsel Değerler

Değişkenler	N	En düşük	En yüksek	$\bar{X}$	Ss	Basıklık	Çarpıklık
Sıkıntı-Endişe Tepkileri	340	1.11	3.33	2.09	.44	-.13	.29
Cezalandırıcı Tepkiler	340	1.00	2.33	1.33	.34	.24	1.05
Küçümseyici Tepkiler	340	1.00	3.42	1.95	.51	-.20	.63
Duygu İfadesini Teşvik Etme	340	1.50	5.00	3.82	.76	-.34	-.54
Duygu Odaklı Tepkiler	340	2.50	5.00	4.28	.52	.10	-.76
Problem Odaklı Tepkiler	340	2.42	5.00	4.09	.48	.42	-.62
EYÖ	340	12.00	50.00	40.89	7.61	.71	-1.03
KPSÖ	340	6.00	30.00	20.72	4.89	.04	-.19

EYÖ: Evlilik Yaşam Ölçeği **KPSÖ:** Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği

Araştırmada kullanılan ölçeklerin puanları için değerlendirme yapıldığında, çarpıklık basıklık değerleri normal dağılım sergilemektedir.

4.2. Ebeveynlerin Cinsiyetlerine Göre Duygu Sosyalleştirme Tepkileri Evlilik Doyumu Ve Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Bulgular

4.2.1. Cinsiyetlerine Göre Duygu Sosyalleştirme Tepkilerine İlişkin Bulgular

Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme tepkileri düzeylerinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığını ölçmek için yapılan bağımsız gruplar t testi sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 3.

Ebeveynlerin Duygu Sosyalleştirme Tepkileri Düzeylerinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	SS	t	p
Sıkıntı-Endişe	Kadın	300	2.11	.43	1.90	.058
Tepkileri	Erkek	40	1.97	.48		
Cezalandırıcı	Kadın	300	1.34	.34	.37	.714
Tepkiler	Erkek	40	1.31	.32		
Küçümseyici	Kadın	300	1.94	.50	-1.44	.150
Tepkiler	Erkek	40	2.06	.61		
Duygu İfadesini	Kadın	300	3.88	.71	2.76	.008
Teşvik Etme	Erkek	40	3.44	.97		
Duygu Odaklı	Kadın	300	4.30	.51	1.77	.077
Tepkiler	Erkek	40	4.14	.58		
Problem Odaklı	Kadın	300	4.11	.46	1.50	.140
Tepkiler	Erkek	40	3.96	.62		

 $p < .05$

Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için yapılan t testi analizi sonucunda ebeveynlerin sıkıntı-endişe tepki düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=1.90$, $p>.05$). Ebeveynlerin cezalandırıcı tepkiler alt boyutu ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılan t testi sonucunda ebeveynlerin cezalandırıcı tepki düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=.37$, $p>.05$). Ebeveynlerin küçümseyici tepkiler alt boyutu ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılan t testi sonucunda ebeveynlerin küçümseyici tepki düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=-1.44$, $p>.05$). Ebeveynlerin duygu ifadesini teşvik etme tepkileri alt boyutu ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılan t testi sonucunda ebeveynlerin duygu ifadesini teşvik etme tepki düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t=2.76$, $p<.05$). Annelerin duygu ifadesini teşvik etme tepki düzeyleri ($\bar{x} = 3.88$), babalara ($\bar{x} = 3.44$) göre daha yüksek çıkmıştır. Ebeveynlerin duygu odaklı tepkiler alt boyutu ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılan t testi sonucunda ebeveynlerin duygu odaklı tepki düzeyleri ile

cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=1.77$, $p>.05$). Ebeveynlerin problem odaklı tepkiler alt boyutu ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılan t testi sonucunda ebeveynlerin problem odaklı tepki düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=1.50$, $p>.05$).

4.2.2. Cinsiyetlerine Göre Evlilik Doyumuna İlişkin Bulgular

Ebeveynlerin evlilik doyumu düzeylerinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığını ölçmek için yapılan bağımsız gruplar t testi sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 4.

Ebeveynlerin Evlilik Doyumu Düzeylerinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	SS	t	p
EYÖ	Kadın	300	40.89	7.44	-.01	.994
	Erkek	40	40.90	8.89		

$p<.05$

*Not: EYÖ= Evlilik Yaşam Ölçeği Toplam Puanı

Ebeveynlerin evlilik yaşam ölçeği toplam puanı (EYÖ) ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için yapılan t testi analizi sonucunda ebeveynlerin evlilik doyumu düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=-.01$, $p>.05$).

4.2.3. Cinsiyetlerine Göre Psikolojik Sağlamlığa İlişkin Bulgular

Ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığını ölçmek için yapılan bağımsız gruplar t testi sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 5.

Ebeveynlerin Psikolojik Sağamlık Düzeylerinin Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	SS	t	p
KPSÖ	Kadın	300	20.43	4.85	-2.97	.003
	Erkek	40	22.85	4.76		

 $p < .05$

*Not: KPSÖ= Kısa Psikolojik Sağamlık Ölçeği Toplam Puanı

Ebeveynlerin kısa psikolojik sağamlık ölçeği toplam puanı (KPSÖ) le cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılan t testi sonucunda ebeveynlerin psikolojik sağamlık düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t = -2.97$, $p < .05$). Babaların psikolojik sağamlık düzeyleri ($\bar{x} = 22.85$), annelere ($\bar{x} = 20.43$) göre daha yüksek çıkmıştır.

4.3. Ebeveynlerin Duygu Sosyalleştirme Tepkileri, Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağamlık Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme tepkileri, evlilik doyumu ve psikolojik sağamlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla ilgili ölçek ve alt boyutlardan elde ettikleri puanlar arasında hesaplanan korelasyon katsayıları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 6.

Ebeveynlerin Duygu Sosyalleştirme Tepkileri, Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8
1-Sıkıntı-Endişe Tepkileri	1							
2-Cezalandırıcı Tepkiler	.40**	1						
3-Küçümseyici Tepkiler	.24**	.43**	1					
4-Duygu İfadesini Teşvik Etme	-.08	-.13*	.07	1				
5-Duygu Odaklı Tepkiler	-.11*	-.08	.21**	.47**	1			
6-Problem Odaklı Tepkiler	-.09	-.12*	.16**	.67**	.73**	1		
7-EYÖ	-.15**	-.19**	-.02	.17**	.14**	.22**	1	
8-KPSÖ	-.26**	-.17**	.06	.07	.07	.06	.22**	1

Not: (* $p < .01$) , (** $p < .01$) EYÖ: Evlilik Yaşam Ölçeği, KPSÖ: Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği

Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme alt boyutları; sıkıntı-endişe tepkileri, cezalandırıcı tepkiler, küçümseyici tepkiler, duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler, evlilik yaşam ölçeği toplam puanı ve kısa psikolojik sağlamlık ölçeği toplam puanı arasındaki ilişki Pearson Korelasyon Analizi ile ölçülmüştür.

Bu değişkenlerden sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutu puanı ile cezalandırıcı tepkiler alt boyutu puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .40$, $p < .01$). Sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutu puanı ile küçümseyici tepkiler alt boyutu puanı arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır ($r = .24$, $p < .01$). Sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutu puanı ile duygu odaklı tepkiler alt boyutu puanı arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır ($r = -.11$, $p < .05$). Cezalandırıcı tepkiler alt boyutu puanı ile küçümseyici tepkiler alt boyutu puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki

bulunmuştur ($r=.43$, $p<.01$). Cezalandırıcı tepkiler alt boyutu puanı ile duygu ifadesini teşvik etme alt boyutu puanı ve problem odaklı tepkiler alt boyutu puanı arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır (sırasıyla $r= -.13$, $r= -.12$; $p<.05$). Küçümseyici tepkiler alt boyutu puanı ile duygu odaklı tepkiler alt boyutu puanı ve problem odaklı tepkiler alt boyutu puanı arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır (sırasıyla $r=.21$, $r=.16$; $p<.01$). Duygu ifadesini teşvik etme alt boyutu puanı ile duygu odaklı tepkiler alt boyutu puanı ve problem odaklı tepkiler alt boyutu puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur (sırasıyla $r=.47$, $r=.67$; $p<.01$). Duygu odaklı tepkiler alt boyutu puanı ile problem odaklı tepkiler alt boyutu puanı arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır ($r=.73$, $p<.01$).

Evlilik yaşam ölçeği toplam puanı (EYÖ) ile duygu sosyalleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri puanı ve cezalandırıcı tepkiler puanı arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır (sırasıyla $r= -.15$, $r= -.19$; $p<.01$). Evlilik yaşam ölçeği toplam puanı (EYÖ) ile duygu sosyalleştirme alt boyutlarından duygu ifadesini teşvik etme puanı, duygu odaklı tepkiler puanı ve problem odaklı tepkiler puanı arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır (sırasıyla $r=.17$, $r=.14$, $r=.22$; $p<.01$).

Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği toplam puanı (KPSÖ) ile duygu sosyalleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri puanı ve cezalandırıcı tepkiler puanı arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır (sırasıyla $r= -.26$, $r= -.17$; $p<.01$). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği toplam puanı (KPSÖ) ile Evlilik yaşam ölçeği toplam puanı (EYÖ) arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır ($r=.22$, $p<.01$).

4.4. Ebveynlerin Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygu Sosyalleştirme Davranışlarını Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulgular

Ebveynlerin evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygu sosyalleştirme davranışlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla öncelikle bütün ebeveynlerin üzerinde, daha sonra ise anne ve babalar üzerinde ayrı ayrı regresyon analizleri yapılmıştır.

Tablo 7.

Ebeveynlerin Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygu Sosyalleştirme Alt Boyutlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken		B	SH	β	t	p	R	R ²	F
Sıkıntı-Endişe Tepkileri	Sabit	2,768	.144		19.26	.000			
	EYÖ	-.006	.003	-.101	-1.88	.061	.28	.07	14.18**
	KPSÖ	-.021	.005	-.239	-4.46	.000			
Cezalandırıcı Tepkiler	Sabit	1.819	.113		16.05	.000			
	EYÖ	-.007	.002	-.162	-2.98	.003	.23	.05	9.48**
	KPSÖ	-.009	.004	-.133	-2.46	.015			
Küçümseyici Tepkiler	Sabit	1.905	.176		10.83	.000			
	EYÖ	-.002	.004	-.034	-.61	.545	.07	-.00	.76
	KPSÖ	.007	.006	.066	1.18	.240			
Duygu İfadesini Teşvik Etme	Sabit	3.035	.257		11.81	.000			
	EYÖ	.017	.005	.166	3.03	.003	.18	.03	5.44*
	KPSÖ	.005	.009	.035	.63	.528			
Duygu Odaklı Tepkiler	Sabit	3.810	.176		21.62	.000			
	EYÖ	.009	.004	.133	2.41	.017	.15	.02	3.82*
	KPSÖ	.005	.006	.044	.81	.421			
Problem Odaklı Tepkiler	Sabit	3.504	.161		21.71	.000			
	EYÖ	.014	.003	.218	4.01	.000	.22	.04	8.65**
	KPSÖ	.001	.005	.012	.21	.833			

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin sonuçlar incelendiğinde evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın; duygu sosyalleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri ($R=.28$, $R^2=.07$), cezalandırıcı tepkiler ($R=.23$, $R^2=.05$), duygu ifadesini teşvik etme ($R=.18$, $R^2=.03$), duygu odaklı tepkiler ($R=.15$, $R^2=.02$), problem odaklı tepkiler ($R=.22$, $R^2=.04$) puanlarını anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir (sırasıyla $F=14.18$, $F= 9.48$, $F= 8.65$, $p<.01$; $F= 5.44$, $F= 3.82$, $p<.05$). Yapılan çoklu regresyon analizine göre evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık değişkenleri birlikte; sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutundaki değişimin %7' sini, cezalandırıcı tepkiler alt boyutundaki değişimin %5'ini, duygu ifadesini teşvik etme

alt boyutundaki değişimin %3' ünü, duygu odaklı tepkiler alt boyutundaki değişimin %2'sini, problem odaklı tepkiler alt boyutundaki değişimin %4' ünü açıklamaktadır.

Regresyon kat sayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde psikolojik sağlık (t=-4.46, p<.001) sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken, evlilik doyumunun (t= -1.88, p>.05) sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir. Evlilik doyumu (t=-2.98, p<.01) ve psikolojik sağlamlığın (t=-2.46, p<.05) cezalandırıcı tepkiler alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Evlilik doyumu (t=3.03, p<.01) duygu ifadesini teşvik etme alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken, psikolojik sağlamlığın (t= .63, p>.05) duygu ifadesini teşvik etme alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir. Evlilik doyumu (t=2.41, p<.05) duygu odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken, psikolojik sağlamlığın (t=.81, p>.05) duygu odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir. Evlilik doyumu (t=4.01, p<.001) problem odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken, psikolojik sağlamlığın (t=.21, p>.05) problem odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir.

Annelerde duygu sosyalleştirme alt boyutlarının evlilik doyumu ve psikolojik sağlık düzeyleri tarafından ne oranda yordandığını belirlemek için yapılan regresyon analizi sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 8.

Annelerin Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygu Sosyalleştirme Alt Boyutlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken		B	SH	β	t	p	R	R ²	F
Sıkıntı-Endişe Tepkileri	Sabit	2.778	.151		18.34	.000			
	EYÖ	-.005	.003	-.088	-1.54	.124	.29	.08	13.60**
	KPSÖ	-.023	.005	-.257	-4.52	.000			
Cezalandırıcı Tepkiler	Sabit	1.932	.122		15.88	.000			
	EYÖ	-.009	.003	-.206	-3.60	.000	.28	.07	12.34**
	KPSÖ	-.010	.004	-.145	-2.54	.012			
Küçümseyici Tepkiler	Sabit	2.054	.184		11.15	.000			
	EYÖ	-.004	.004	-.067	-1.13	.260	.07	-.00	.69
	KPSÖ	.003	.006	.033	.56	.574			
Duygu İfadesini Teşvik Etme	Sabit	3.246	.261		12.42	.000			
	EYÖ	.011	.006	.111	1.88	.061	.14	.01	2.99
	KPSÖ	.010	.009	.065	1.11	.268			
Duygu Odaklı Tepkiler	Sabit	3.915	.186		21.01	.000			
	EYÖ	.008	.004	.121	2.06	.040	.13	.01	2.44
	KPSÖ	.002	.006	.019	.33	.741			
Problem Odaklı Tepkiler	Sabit	3.654	.166		21.97	.000			
	EYÖ	.013	.004	.206	3.53	.000	.20	.03	6.27**
	KPSÖ	-.003	.006	-.032	-.56	.579			

Tablo 8 incelendiğinde annelerde evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın; duygu sosyalleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri ($R=.29$, $R^2=.08$), cezalandırıcı tepkiler ($R=.28$, $R^2=.07$), problem odaklı tepkiler ($R=.20$, $R^2=.03$) puanlarını anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir (sırasıyla $F=13.60$, $F=12.34$, $F=6.27$, $p<.01$). Yapılan çoklu regresyon analizine göre evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık değişkenleri birlikte; sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutundaki değişimin %8'ini, cezalandırıcı tepkiler alt boyutundaki değişimin %7'sini, problem odaklı tepkiler alt boyutundaki değişimin %3' ünü açıklamaktadır.

Regresyon kat sayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde annelerde psikolojik sağlık (t=-4.52, p<.001) sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken, evlilik doyumu (t=-1.54, p>.05) sıkıntı-endişe tepkileri alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir. Annelerde evlilik doyumu (t=-3.60, p<.01) ve psikolojik sağlamlığın (t=-2.54, p<.05) cezalandırıcı tepkiler alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Annelerde evlilik doyumu (t=3.53, p<.001) problem odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken, psikolojik sağlamlığın (t=-.56, p>.05) problem odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir.

Babalarda duygu sosyalleştirme alt boyutlarının evlilik doyumu ve psikolojik sağlık düzeyleri tarafından ne oranda yordandığını belirlemek için yapılan regresyon analizi sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 9.

Babaların Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygu Sosyalleştirme Alt Boyutlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken		B	SH	β	t	p	R	R ²	F
Sıkıntı-Endişe Tepkileri	Sabit	2.445	.474		5.16	.000			
	EYÖ	-.011	.009	-.200	-1.22	.232	.20	-.01	.80
	KPSÖ	-.001	.017	-.014	-.09	.933			
Cezalandırıcı Tepkiler	Sabit	1.121	.317		3.53	.001			
	EYÖ	.005	.006	.131	.78	.439	.13	-.04	.32
	KPSÖ	8.327	.011	.001	.01	.994			
Küçümseyici Tepkiler	Sabit	1.081	.590		1.83	.075			
	EYÖ	.010	.011	.149	.92	.364	.27	.02	1.44
	KPSÖ	.025	.021	.194	1.19	.240			
Duygu İfadesini Teşvik Etme	Sabit	1.177	.883		1.33	.191			
	EYÖ	.044	.017	.399	2.63	.012	.43	.14	4.24*
	KPSÖ	.021	.031	.101	.67	.508			
Duygu Odaklı Tepkiler	Sabit	2.710	.533		5.08	.000			
	EYÖ	.011	.010	.165	1.08	.287	.42	.13	3.96*
	KPSÖ	.043	.019	.352	2.31	.027			
Problem Odaklı Tepkiler	Sabit	2.081	.536		3.88	.000			
	EYÖ	.017	.010	.249	1.78	.094	.51	.22	6.44**
	KPSÖ	.051	.019	.393	2.71	.010			

Tablo 9 incelendiğinde babalarda evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın; duygu sosyalleştirme alt boyutlarından duygu ifadesini teşvik etme (R=.43, R²=.14), duygu odaklı

tepkiler ($R=.42$, $R^2=.13$), problem odaklı tepkiler ($R=.51$, $R^2=.22$) puanlarını anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir (sırasıyla $F=4.24$, $F=3.96$, $p<.05$; $F=6.44$, $p<.01$). Yapılan çoklu regresyon analizine göre evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık değişkenleri birlikte; duygu ifadesini teşvik etme alt boyutundaki değişimin %14'ünü, duygu odaklı tepkiler alt boyutundaki değişimin %13'ünü, problem odaklı tepkiler alt boyutundaki değişimin %22'sini açıklamaktadır.

Regresyon kat sayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde babalarda evlilik doyumu ($t=2.63$, $p<.05$) duygu ifadesini teşvik etme alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken, psikolojik sağlamlığın ($t=.67$, $p>.05$) duygu ifadesini teşvik etme alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir. Babalarda psikolojik sağlamlık ($t=2.31$, $p<.05$) duygu odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken, evlilik doyumunun ($t=1.08$, $p>.05$) duygu odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir. Babalarda psikolojik sağlamlık ($t=2.71$, $p<.05$) problem odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı iken, evlilik doyumunun ($t=1.78$, $p>.05$) problem odaklı tepkiler alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde veri analizleri sonucunda ulaşılan bulgular tartışılmış ve kuramsal çerçeve ile yorumlanmıştır. Bu çalışmadaki amaç ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışlarını, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın ne düzeyde yordadığını araştırmaktır. Araştırma sonucunda ulaşılan bulguların yorumlanması aşağıda bulunmaktadır.

5.1. Cinsiyetlerine Göre Duygu Sosyalleştirme Davranışları, Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Yapılan araştırmada ebeveynlerin psikolojik sağlamlık, evlilik doyumu ve duygu sosyalleştirme tepki düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amaçlanmıştır. Araştırma sonucuna göre ebeveynlerin cinsiyetlerine göre; destekleyici olmayan tepkilerinde (sıkıntı-endişe tepkisi, cezalandırıcı tepki, küçümseyici tepki) ve destekleyici tepkilerinden duygu odaklı ve problem odaklı tepki değişkenlerinden anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Ancak ebeveynlerin cinsiyetlerine göre destekleyici tepkilerden olan duygu ifadesini teşvik etme değişkeninde anlamlı farklılaşma görülmüştür. Annelerin duygu ifadesini teşvik etme tepki düzeylerinin babalara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ebeveynlerin cinsiyetlerine göre evlilik doyumu değişkeninde de anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Ebeveyn cinsiyetine göre psikolojik sağlamlıklarında ise anlamlı farklılaşma görülmüştür. Babaların psikolojik sağlamlık düzeylerinin annelere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Literatür incelendiğinde duygu sosyalleştirme davranışlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını inceleyen çalışmalar görece sınırlıdır. Ebeveyn duygu sosyalleştirme davranışları üzerine yapılan çalışmalar çoğunlukla annelerden toplanan verilere dayansa da son zamanlarda anne ve babaların birlikte ele alındığı çalışmaların sayısı artmaktadır. Bu çalışmalardan bazıları babaların annelere göre destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme tepkilerini daha fazla sergilediklerini (Kuzu, 2019; Mutlu, 2020), bazıları da annelerin babalara göre daha fazla destekleyici tepkiler gösterdiklerini ortaya koymuştur (Baker, Fenning & Crnic, 2011; Kaya, 2016). Kaya (2016) araştırmasında destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerinde anne ve babalar arasında farklılık ortaya koyarken, destekleyici olmayan tepkiler için ebeveyn cinsiyetine göre bir farklılık belirlememiştir. Araştırmamızda

ise destekleyici tepki türlerinden yalnızca duygu ifadesini teşvik etmede ebeveyn cinsiyetine göre fark belirlenmiş ve annelerin duygu ifadesini teşvik etmeye daha fazla başvurdukları ortaya koyulmuştur. Benzer şekilde Uzibilir Has (2016)' ın yaptığı araştırma sonucunda da annelerin, çocuklarının olumlu ve olumsuz duygularına babalara göre daha fazla değer verdikleri ve olumsuz duygularını ifade etmekte onları daha çok teşvik ettikleri ortaya koyulmuştur. Brown, Craig ve Halberstadt (2015) da çalışmalarında annelerin duygu ifadesini teşvik ve problem çözme stratejilerini daha fazla kullandığını belirlemiştir.

Evlilik doyumu ilgili literatür incelendiğinde Kabasakal ve Soylu (2016) araştırmalarında, kadınların evlilik doyumu puan ortalamalarının erkeklerin evlilik doyumu puan ortalamalarına göre düşük olduğu görülmesine rağmen istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklılaşmadıklarını ifade etmiştir. Bu sonuç çalışmamızla paraleldir. Araştırmamızda hem erkek ve kadınların evlilik doyumu puan ortalamaları birbirine çok yakın olup hem de benzer şekilde istatistiksel olarak anlamlı fark ortaya koymadığı görülmüştür. Çağ ve Yıldırım (2013) da araştırmalarında cinsiyetin evlilik doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığını ortaya koymuştur. Vural Batık ve Kalkan (2017)' ın araştırma sonuçlarına göre de evlilikte algılanan sorun çözme, evlilik süresi ve ekonomik durum evlilik doyumunu anlamlı olarak yordarken, cinsiyet ve çocuk sahibi olup olmama durumunu evlilik doyumunu anlamlı olarak yordamamaktadır.

Psikolojik sağlamlıkla ilgili literatür incelendiğinde farklı örnekleme cinsiyete göre farklılaşma ele alınmıştır ancak evli bireylerde cinsiyete göre farklılaşmayı inceleyen çalışmalar görece sınırlıdır. Bununla birlikte evli bireylerde psikolojik sağlamlığı ele alan çalışmaların son yıllarda yoğunlaştığı görülmektedir. Farklı örneklemlerde gerçekleştirilen Yazıcı Çelebi (2020); Taşgın ve ark. (2017); Erkoç ve Danış'ın, (2020)' ın çalışmalarında erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Kımtır (2020)' in Covid-19 pandemisi sürecinde yaptığı çalışmada da benzer şekilde erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç araştırmamızla paraleldir ve aynı çalışmada katılımcıların medeni durumlarına göre psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında da anlamlı bir farklılık olduğu ifade edilmiştir. Evli bireylerin bekarlardan, boşanmış olanların da bekar, evli ve dul olanlardan psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bektaş ve Özben (2016)'in araştırmasında ise evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Hökkaş ve Gördeles Beşer (2019)'in hemişeler üzerine yaptığı ve katılımcıların %69'unun evli olduğu çalışmada da cinsiyete göre yılmazlıkları değerlendirilmiş ve istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Alkım Arı ve

ark. (2020)'nın 'resilience' kavramı ve cinsiyeti konu alan 57 lisansüstü tezi meta analiz yöntemi ile incelediği çalışmada da kadın ve erkeklerin cinsiyetlerine göre psikolojik sağlık düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını ortaya koyulmuştur. Çalışmamızda farklı sonuç elde edilmesinin nedenlerinden biri hem evli hem de ebeveyn olan daha özelleştirilmiş bir gruba örneklem olarak belirlememiz olabilir. Aynı örnekleme (evli ve ebeveyn) gelecekte psikolojik sağlık üzerine gerçekleştirilecek çalışmalar bu durumu aydınlatmaya yardımcı olabilir.

5.2. Ebeveynlerin Duygu Sosyalleştirme Davranışları, Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırmamızda Evlilik Yaşam Ölçeği toplam puanı (EYÖ) ile duygu sosyalleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri puanı ve cezalandırıcı tepkiler puanı arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişki bir bulunmuştur. Evlilik yaşam ölçeği toplam puanı (EYÖ) ile duygu sosyalleştirme alt boyutlarından duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler ve problem odaklı tepkiler arasında ise düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Aile kurmakla birlikte, bireylerin hayatı boyunca edindiği ilişkisel sıfatlara (evlat, kardeş, arkadaş vb.) yenileri eklenir. Eş olmak ve dünyaya gelen çocuğa ebeveyn olmak, sorumlulukları beraberinde getiren yeni aidiyetler oluşturur. Evlilikte elde edilen doyumun, bireyin kişisel psikolojik süreçleriyle karşılıklı etkileşim halinde olması kadar, başta çocuğuyla kurduğu ilişki olmak üzere diğer sosyal ilişkilerine yansımaları neredeyse kaçınılmazdır. Özellikle ebeveynin, hem kişisel hem de çocuğunun deneyimlerini yönetmesi gereken zor zamanlarda ortaya koyduğu tepkiler, çocuğun duygu ve davranışlarına şekil veren süreçleri ifade eder ve duygu sosyalleştirme olarak adlandırılır. Tüm bu süreçlerde aile içi çoklu etkileşimler de devam etmektedir ve kimi zaman eşler arası başlayıp çocuğa doğru genişleyen kimi zaman da çocuğun etkisinde şekillenen süreçler ailenin duygu iklimini oluşturur. Öyle ki, ebeveynler arasındaki ilişki çocuğun üçüncü ebeveyni olarak adlandırılmaktadır. Norton ve Norton (2006)'un belirttiği üzere: 'Bir çocuğun 3 ebeveyni vardır: Annesi, babası ve ana-baba arasındaki ilişki. Bu üçüncü ebeveyn son derece önemlidir.

Evlilik ilişkisi ve ebeveyn olmaya dair araştırmalar batıda daha yaygın olmakla birlikte ülkemizde görece az sayıda çalışma olduğu ve son yıllarda yoğunlaştığı görülmektedir. Kaya-Bican ve Sarıtaş-Atalar (2017) eşler arası ilişkiyi, ebeveyn-çocuk ilişkisine önemli katkıları olan bir faktör olarak değerlendirmiştir. Kaya ve Buğa (2021) da araştırmalarında evlilik doyumunun çocukla ilgilenme ve olumlu ebeveynlik davranışlarıyla

pozitif; tutarsız disiplin, dayakla cezalandırma ve zayıf ebeveyn takibiyle negatif ilişkisini ortaya koymuştur. Bizim araştırmamızda da evlilik doyumu ile destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerinin pozitif, destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme tepkilerinin (sıkıntı-endişe tepkileri ve cezalandırıcı tepkiler) negatif yönde ilişki göstermesi benzer bir sonuç ifade etmektedir.

Arslan (2021) 421 anneden veri topladığı yüksek lisans tezinde, annenin duygu sosyalleştirme davranışları alt boyutları ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirlemiştir. Bizim anne ve babalardan veri topladığımız araştırmamızla benzer şekilde destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerini oluşturan duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler, duygu ifadesini kolaylaştıran tepkiler alt boyutları ile evlilik doyumu arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki ortaya koymuşlardır. Yine araştırmamızla benzer şekilde destekleyici olmayan tepkileri oluşturan cezalandırıcı tepkiler alt boyutuyla evlilik doyumu arasında düşük düzeyde negatif yönde ilişki belirlemişlerdir. Bizim araştırmamızda farklı olarak ebeveynde sıkıntı tepkileri alt boyutu da analize dahil edilip evlilik doyumu ile düşük düzeyde negatif yönde ilişki ortaya koyarken ve küçümseyici tepkilerle evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki belirlenememiştir.

Pauli-Pott ve Beckmann (2007)' ın araştırmasında da annelerin evlilik doyumlarının çocuklarına karşı davranışlarına etkisi ortaya koyulmuş ve evlilik doyumu düşük olan annelerin katı ve otoriter olma eğilimi görülmüştür. Araştırmamızda ortaya koyulan evlilik doyumu ile cezalandırıcı ve ebeveynde sıkıntı tepkilerinin negatif yönde ilişki göstermesi Pauli-Pott ve Beckmann (2007)' ın araştırma bulgularıyla paralel değerlendirilebilir. Buna göre annelerin evlilik doyumunu ifade eden; ilişkiden memnuniyet, karşılıklı ihtiyaçların karşılanması, evliliğin dinamiklerini olumlu değerlendirme hali ebeveynin stres verici durumlar (çocuğunun olumsuz duygusu) karşısında daha duyarlı ve destekleyici olmasına katkı sağlarken bunun tersi olduğunda ebeveyni daha katı ve destekleyici olmayan tepkilere itebilmektedir. Nelson vd. (2009) araştırması da ebeveynler arası stresin özellikle duygu sosyalleştirme tepkilerini etkilediğini ve bu stres artıkça destekleyici olmayan duygu sosyalleştirmenin arttığını ortaya koymuştur. Güre (2012)' nin de ifade ettiği üzere olumlu evlilik ilişkisi, olumlu ebeveynlik davranışları ile ilişkili görülürken olumsuz nitelikteki evlilik ilişkisi de olumsuz ebeveyn-çocuk etkileşimiyle ilişkili değerlendirilebilir.

Araştırmamızda Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği toplam puanı (KPSÖ) ile duygu sosyalleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri puanı ve cezalandırıcı tepkiler puanı arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Gürses (2022) 659 anneden veri topladığı yüksek lisans tezinde, psikolojik dayanıklılığın duygu sosyalleştirme

yaklaşımlarını etkilediğini ve annenin psikolojik dayanıklılığı arttıkça çocuğun duygularına karşı gösterdiği destekleyici tepkileri de arttığını ve destekleyici olmayan tepkilerin azaldığını ortaya koymuştur. Bizim araştırmamızda da psikolojik sağlamlık ile destekleyici olmayan tepkilerden sıkıntı endişe ve cezalandırıcı tepkiler arasında negatif yönlü ilişki belirlenmesi benzer bir sonuç olarak değerlendirilirken araştırmamızda farklı olarak psikolojik sağlamlık ile destekleyici tepkiler arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir.

Psikolojik sağlamlık bireyin duygularını yönetme biçimiyle yakından ilgilidir ve ebeveynin hem kişisel hem de çocuğunun olumsuz duyguları karşısında gösterdiği psikolojik sağlamlık duygu sosyalleştirme sürecinin bir parçası olarak değerlendirilebilir. Eisenberg, Cumberland ve Spinrad (1998) da ebeveynlerin kendi duygularını deneyimleme biçimleri ve onlarla başa çıkma şekillerinin, çocuklarının duygularına karşı gösterdikleri tepkileri etkilediğini ifade etmiştir. Ebeveynin kendi duygularını doğru bir şekilde farketmesi, kabul etmesi ve dışa vurması da zor durumlar karşısında ortaya koyduğu psikolojik sağlamlığın bir parçası olarak değerlendirilebilir. Bunun tersi olduğunda ise, yani ebeveyn stres karşısında duygularını ve davranışlarını yöneterek psikolojik sağlamlık ortaya koyamadığında araştırmamızda belirlendiği üzere destekleyici olmayan tepkilerden sıkıntı endişe tepkileri ve cezalandırıcı tepkiler ön plana çıkabilmektedir. Hughes ve Gullone (2010) da araştırmalarında kendi duygularını bastıran annelerin, çocuklarının deneyimlediği olumsuz duygular karşısında cezalandırıcı ve küçümseyici tepkiler gösterdiklerini, duygularıyla etkin bir şekilde baş eden annelerinse çocuklarının olumsuz duyguları karşısında destekleyici tepkiler verme eğiliminde olduğunu ifade etmişlerdir.

Evliliğin ve ebeveynliğin kişinin hayatına olumlu katkıları kadar, doğası gereği stres unsuru barındıran deneyimler de sunduğu bilinmektedir. Psikolojik sağlamlığı oluşturan pek çok olumlu özellik bulunmaktadır ve bireyin bu özelliklere sahip olması hem eşi hem de çocuğu ile kurduğu ilişkide de kendini gösterebilir. Öz ve Bahadır Yılmaz (2009) da psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin, stres verici durumlar karşısında daha etkili ve başarılı bir şekilde mücadele ettiğini, iletişim ve sorun çözme becerilerinin daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Araştırmamızda görüldüğü üzere psikolojik sağlamlık düzeyinin düşmesi, bireyi bu olumlu özellikler açısından yetersiz kılmakta ve destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme terikilerinden cezalandırıcı tepkiler ve sıkıntı endişe tepkilerini beraberinde getirmektedir. Atay (2009) da duygu farkındalığı daha az olan annelerin, duygulara dair destekleyici tepkileri daha az kullandığını ve çocuklarının olumsuz duygularıyla baş etmede yetersiz kaldıklarını ifade etmektedir.

Araştırmamızda Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği toplam puanı (KPSÖ) ile Evlilik yaşam ölçeği toplam puanı (EYÖ) arasında ise düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Psikolojik sağlamlıkta, koruyucu faktörlerden olan sosyal destek önemli bir yere sahiptir. Evli bir bireyin hayatında ise eş desteğinin en yakın sosyal destek kaynağı olduğu düşünülebilir. Çağ ve Yıldırım (2013) evlilik ilişkisinde sosyal desteğin önemini vurgulamış ve bu desteğin değer görme, sevilme ve saygıyı ifade ettiğini belirtmiştir. Evlilik doyumu kavramı üzerine yapılan tanımlarda ortak vurgulardan bir tanesi bireyin evlilikten beklenti ve ihtiyaçlarının karşılanmasıdır. Özellikle yakınlık beklentisi ve destek ihtiyacının karşılanması, stres verici durumlar karşısında bireyin psikolojik sağlamlığını olumlu etkileyebilir. Çalışmamızda da evlilik doyumu yükseldikçe psikolojik sağlamlığında yükseldiği sonucu ortaya konulmuştur.

Evlilik doyumu tanımlarında karşımıza çıkan bir diğer önemli konu da bireyin evliliğine dair olumlu değerlendirmesidir. Evlilikte yaşanan zorluklar karmaşık ve çözümsüz görüldüğünde bireyler evliliklerini daha olumsuz değerlendirebilmektedir. Psikolojik sağlamlık ise bireyler zorlayıcı durumlarla karşılaştıklarında geri çekilme, pes etme ya da üstüne gidip sonucu değiştirmeye çabalama düzeyine göre farklılık göstermektedir (Sezgin, 2016). Psikolojik sağlamlığın boyutlarından özellikle, mücadele etme ve kontrol bireyin evlilikte yaşanan sorunları daha çözülebilir görmesini ve evliliğini de daha olumlu değerlendirmesini beraberinde getirebilir. Öyle ki psikolojik sağlamlığı yüksek kişiler evliliklerinin geleceği konusunda da daha iyimser bir yaklaşım içerisinde olabileceği gibi sorunları çözme konusunda daha güvenli yaklaşabilir. Neff ve Broadly (2011) da psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin, evlilikteki zorlukları aşmakta ve ilişkilerini yeniden canlandırmakta diğerlerine göre daha donanımlı olduklarını ifade etmiştir. Görüldüğü üzere psikolojik sağlamlığın beraberinde getirdiği olumlu özellikler evlilik ilişkisine yansyarak evlilik doyumuna katkı sağlayabilir. Huber vd. (2010) araştırmalarında uyum, olumlu ilişki beklentisi ve özyeterlik gibi olumlu psikolojik sağlamlık özelliklerinin evlilik doyumunu artırdığını ifade etmişlerdir.

Proulx ve arkadaşları (2007)'nın 93 araştırmayı değerlendirdiği metaanaliz çalışmasında psikolojik dayanıklılık ve evlilik doyumu arasında pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Bizim araştırmamızda aynı sonucu ifade etmektedir ve psikolojik dayanıklılık arttıkça evlilik doyumu artmaktadır. Kaveh Hojjat vd.(2017) psikolojik dayanıklılığı geliştirici eğitimle depresyon ve kaygının düşürüldüğü, evlilik doyumunun ise arttığı sonucunu ortaya koymuşlardır. Holman (2002) da çalışmasında, karşılıklı olarak evlilik

doymaları yüksek olan eşlerin daha düşük stres düzeyine sahipken yaşam mutluluğu ve olumsuz yaşam koşullarıyla başa çıkma dayanıklılığının daha yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Bookwala ve Jacobs (2004) evlilik doyumu ile çiftlerin depresyonu arasında ters bir ilişki olduğunu ortaya koyarken Fincham ve Beach (1999) de evlilik doyumu yüksek bireylerin evlilik doyumu zayıf olanlara göre daha iyi fiziksel ve psikolojik sağlığa sahip olduğunu belirlemiştir. Bu araştırma sonuçları, bizimde çalışmamızda ortaya koyduğumuz psikolojik sağlık ve evlilik doyumu arasındaki pozitif ilişkiyi destekler niteliktedir.

5.3. Evlilik Doyumu ve Psikolojik Sağlamlığın Duygu Sosyalleştirme Davranışlarını Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Bu bölümde ebeveynlerde evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın duygu sosyalleştirme alt boyutlarından ebeveynde sıkıntı tepkileri, cezalandırıcı tepkiler, küçümseyici tepkiler, duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler ve problem odaklı tepkileri ne düzeyde yordadığı, ebeveynlerin tamamı ve cinsiyetlerine göre ayrı ayrı ele alınmıştır. Yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda ebeveynlerde cezalandırıcı tepkiler, duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler puanlarını evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Cinsiyet açısından değerlendirildiğinde evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın annelerde sıkıntı-endişe tepkileri, cezalandırıcı tepkiler ve problem odaklı tepkiler puanlarını; babalarda ise duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler puanlarını anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür.

Ulaşılan regresyon kat sayılarının anlamlılığı değerlendirildiğinde ebeveynlerde evlilik doyumunun destekleyici tepkileri ifade eden duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler ve problem odaklı tepkiler alt boyutlarının anlamlı bir yordayıcısı iken, psikolojik sağlamlığın bu destekleyici tepkilerin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir. Evlilik doyumunun destekleyici tepkiler (duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler ve problem odaklı tepkiler) üzerinde yordayıcı etkisinin olması yayılma hipotezi ile açıklanabilir. Yayılma hipotezi, evlilik ilişkisiyle ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında olumlu ilişkiyi ifade eder ve evlilik doyumu yüksek bireylerin çocuklarının ihtiyaçlarına daha duyarlı yaklaşacağını ileri sürer. Norton & Norton (2006)'a göre sevgi, saygı, cinsellik, aşk, mutluluk, destek, anlaşılma, iletişim, paylaşım, sadakat, mahremiyet çift ilişkisinde önemli olan temel ihtiyaçlarındandır. Bireyin ihtiyaçlarını içinde bulunduğu ilişkide karşılayamaması ise memnuniyetsizlik duygusu oluşturarak bireyde gerilime neden olabilir. Bireyin eş ilişkisinden memnun ya da memnuniyetsiz olma hali bireyin kişisel psikolojik süreçlerini olduğu gibi

çocuğuyla olan temasını da etkileyebilir. Norton & Norton (2006) öncelikle anne baba arasındaki ilişkinin doyuma ulaştırılıp tutarlı şekilde olumlu özellikleriyle çocuğa temas ederse çocuğunda bu ilişkiden olumlu etkileneceğini ve sunduğu olumlu tepkilerle bu ilişkiye katkı sağlayacağını ifade etmiştir.

Araştırmamızda ulaşılan regresyon kat sayılarının anlamlılığı değerlendirildiğinde ilişkisel bir değişken olarak değerlendirilen evlilik doyumu, sıkıntı endişe tepkilerini yordamazken, kişisel bir değişken olup zorluklar ve stres verici durumlar karşısında bireyin duruşunu ifade eden psikolojik sağlamlığın sıkıntı endişe tepkilerini yordadığı görülmektedir. Psikolojik sağlamlığın yüksek olması bireylerin olumlu kişilik özellikleri ve daha iyi ruh sağlığına sahip olmasını da ifade edebilir. Baydar vd. (2012)'ın ifade ettiği üzere çocuklara bakım veren ebeveynin psikolojik ruh sağlığının bozuk olması olumlu ebeveyn davranışlarını azaltıp seyrekleşen ve kalitesiz duruma gelen ebeveyn-çocuk ilişkilerine neden olmaktadır. Bu durumda araştırmamızda belirlenen, psikolojik sağlamlığın destekleyici olmayan tepkilerden sıkıntı endişe tepkilerinin anlamlı bir yordayıcısı olması sonucu alan yazınla uyumlu bir sonuçtur.

Kaya (2016)'nın 30-84 ay arası çocuğu olan 149 anne ve babadan veri topladığı yüksek lisans tezinde babaların destekleyici ve destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme uygulamalarını yordayan faktörleri belirlemek amaçlanmıştır. Araştırma sonuçları babaların destekleyici duygu sosyalleştirme uygulamalarını babaların kişilik özelliklerinden geçimlilik (olumlu yönde) ve duygusal tutarsızlık (olumsuz yönde) ile babaların eşleriyle uyumunun (olumlu yönde) yordadığını; destekleyici olmayan duygu sosyalleştirme uygulamalarını ise babaların eğitim düzeyi (olumsuz yönde), kişilik özelliklerinden dışadönük (olumsuz yönde) ve psikopatolojisinin (olumlu yönde) yordadığını ortaya koymuştur. Kaya (2016) anne-baba arasındaki ilişkinin niteliğini de ebeveyn çocuk ilişkisini etkileyen kavramlardan biri olarak ifade etmiştir. Buradan hareketle babaların eşleri ile uyumunun destekleyici duygu sosyalleştirme uygulamalarını yordaması sonucu, bizim araştırmamızda ortaya koyulan babalarda evlilik doyumunun destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerini (duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler) yordadığı bulgusu ile paralellik göstermektedir. Annelerde ise evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın destekleyici olmayan tepkilerden sıkıntı endişe tepkileri ve cezalandırıcı tepkileri, destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerinden ise problem odaklı tepkileri anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir.

Ebeveyn cinsiyetine göre evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın farklı tepki türlerinde yordayıcı etkisi belirlenmiştir. Ancak her iki cinsiyette de evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın problem odaklı tepkileri anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir.

Buradan anlaşılabacağı üzere evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık annelerde daha çok destekleyici olmayan tepkiler (sıkıntı-endişe tepkileri, cezalandırıcı tepkiler) üzerinde etki gösterirken babalarda ise destekleyici olan tepkiler (duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler) üzerinde anlamlı bir etki oluşturmaktadır.

Annelerde ve babalarda gözlenen farklı yordayıcı etkiler, toplumsal cinsiyet rolleri ve ebeveynlikten beklentilerle açıklanabilir. Geleneksel olarak anneler çocukların duygusal bakımından ve stresli anlarda destek vermekten daha sorumlu görülür. Bu nedenle, annelerin kendi psikolojik sağlamlık düzeyleri, çocuklarının sıkıntı ve endişe anlarına verdikleri tepkilerle daha yakından ilişkili olabilir. Babalarda ise genellikle daha az doğrudan duygusal bakım yükü bulunur, bu nedenle onların desteği daha çok olumlu duyguların ifadesini teşvik etme veya problem çözmeye katkı sağlama alanlarında öne çıkabilir. Annelerde psikolojik sağlamlık yalnızca sıkıntı-endişe tepkilerini yordarken, babalarda duygu odaklı ve problem odaklı tepkilerle ilişkili bulunması dikkat çekicidir. Bu durum, babaların çocukların olumsuz duyguları karşısında sergiledikleri yaklaşımların kendi dayanıklılık kaynaklarıyla daha doğrudan bağlantılı olabileceğini düşündürmektedir. Yani babalar, stresli durumlarla baş etme kapasitelerine güvendiklerinde çocuklarına daha aktif destek sunabiliyor olabilirler. Annelerde evlilik doyumu problem odaklı tepkileri yordarken, babalarda duygu ifadesini teşvik etmeyi yordaması, çift ilişkisinin çocuk yetiştirmeye yansımalarının da farklılaştığını gösterebilir. Annelerde evlilik doyumu, belki de aile içindeki işbirliği ve destek duygusunu artırarak daha yapıcı (problem odaklı) çözümler geliştirme motivasyonunu artırırken; babalarda ise bu doyum, duyguların paylaşılması ve ifade edilmesi için daha güvenli bir ortam yaratmalarını sağlamış olabilir. Bu bulgular, Türkiye gibi daha geleneksel aile yapılarının etkili olduğu toplumlarda, toplumsal beklentilerin ve rollerin ebeveynlik davranışlarını nasıl şekillendirdiğini de göstermektedir. Özellikle babaların olumlu duygu ifadesine katkısının evlilik doyumu ile ilişkili olması, babalık rolünün son yıllarda değişmekte olduğunu da yansıtır olabilir.

Çalışmada elde edilen çoklu regresyon analizleri, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık değişkenlerinin ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışlarını anlamlı düzeyde yordadığını göstermiş olmakla birlikte, yordama güçlerinin oldukça düşük olduğu dikkat çekmektedir. Bu bulgu, ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışlarının yalnızca evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık gibi bireysel ve ilişkisel faktörlerle sınırlı olarak açıklanamayacağını ortaya koymaktadır. Duygu sosyalleştirme, ebeveynlerin çocuklarının duygularını tanımalarına, düzenlemelerine ve ifade etmelerine rehberlik etme biçimlerini içeren çok boyutlu ve dinamik bir süreçtir. Bu süreç, ebeveynin kişisel özelliklerinden (örn.

kişilik, bağlanma stilleri, stresle başa çıkma becerileri), ebeveyn-çocuk etkileşiminin kalitesine, çocuğun mizaç özelliklerinden (örn. duygusal hassasiyet, uyum yeteneği) kültürel norm ve beklentilere kadar geniş bir yelpazede şekillenir. Ayrıca, aile içindeki genel iletişim örüntüleri, ebeveynlik inançları, sosyal destek kaynaklarının varlığı veya yokluğu ve çevresel stres faktörleri de duygu sosyalleştirme davranışlarını önemli ölçüde etkileyebilmektedir. Dolayısıyla yalnızca evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık değişkenleri dikkate alınarak yapılan bir modelle duygu sosyalleştirme davranışlarının tam olarak açıklanması güçleşmektedir. Ölçüm araçlarının öz bildirime dayanması ve sosyal beğenirlik etkisi gibi ölçüm sınırlılıkları da göz önünde bulundurulduğunda, elde edilen düşük yordama gücü daha anlaşılır hale gelmektedir. Öte yandan, sosyal bilimlerde özellikle karmaşık insan ilişkileri ve bireysel farklılıkların incelendiği çalışmalarda düşük düzeyli açıklanan varyans oranlarının olağan kabul edildiği hatırlanmalıdır. Bu bağlamda, ilerleyen araştırmalarda duygu sosyalleştirme davranışlarını daha güçlü biçimde açıklamak amacıyla farklı bireysel, ailesel ve çevresel değişkenlerin modele dahil edilmesi faydalı olacaktır.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonuçlarına ilişkin genel bir değerlendirme ile birlikte bu doğrultuda uygulamaya ve gelecekte yapılacak araştırmalara yönelik önerilere yer verilmiştir.

6.1. Sonuç

Yapılan araştırmada öncelikli olarak ebeveynlerin duygu sosyalleştirme tepki düzeyleri, evlilik doyumu ve psikolojik sağlık düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amaçlanmıştır. Bunun için yapılan t testi analizi sonucunda ebeveynlerin cinsiyetlerine göre duygu sosyalleştirme alt boyutlarından yalnızca duygu ifadesini teşvik etme değişkeninde anlamlı farklılaşma görülmüştür. Annelerin duygu ifadesini teşvik etme tepki düzeylerinin babalara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ebeveynlerin cinsiyetlerine göre evlilik doyumu değişkeninde de anlamlı bir farklılaşma görülmezken psikolojik sağlık düzeylerinde ise anlamlı farklılaşma görülmüştür. Babaların psikolojik sağlık düzeylerinin annelere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmada bunun yanı sıra duygu sosyalleştirme davranışları, evlilik doyumu ve psikolojik sağlık arasındaki ilişki de incelenmiştir. Evlilik yaşam ölçeği toplam puanı (EYÖ) ile duygu sosyalleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri puanı ve cezalandırıcı tepkiler puanı arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Evlilik yaşam ölçeği toplam puanı (EYÖ) ile duygu sosyalleştirme alt boyutlarından duygu ifadesini teşvik etme puanı, duygu odaklı tepkiler puanı ve problem odaklı tepkiler puanı arasında ise düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kısa psikolojik sağlık ölçeği toplam puanı (KPSÖ) ile duygu sosyalleştirme alt boyutlarından sıkıntı-endişe tepkileri puanı ve cezalandırıcı tepkiler puanı arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kısa psikolojik sağlık ölçeği toplam puanı (KPSÖ) ile Evlilik yaşam ölçeği toplam puanı (EYÖ) arasında ise düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın duygu sosyalleştirme davranışlarını yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Bu analiz sonucunda evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın ebeveynlerde; cezalandırıcı tepkiler, duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı

tepkiler puanlarını anlamlı bir şekilde açıkladığı görülmektedir. Evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık annelerde sıkıntı-endişe tepkileri, cezalandırıcı tepkiler, problem odaklı tepkiler puanlarını anlamlı bir şekilde açıklarken babalarda ise; duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkilerden oluşan ve destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerini anlamlı bir şekilde açıklamaktadır.

Yapılan araştırmanın sonucunda ebeveynlerin çocukların olumsuz duyguları karşısında sergiledikleri duygu sosyalleştirme tepkilerinde, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın etkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın duygu sosyalleştirme tepkilerine etkisi ebeveynlerin cinsiyetlerine göre farklılık göstermiş ve babalarda yalnızca destekleyici tepkilerin (duygu ifadesini teşvik etme, duygu odaklı tepkiler, problem odaklı tepkiler) ortaya koyulmasını açıklarken annelerde ise; destekleyici olmayan tepkilerden sıkıntı endişe tepkilerini ve cezalandırıcı tepkileri anlamlı şekilde açıklamıştır. Ayrıca her iki cinsiyette ortak olarak evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık, destekleyici duygu sosyalleştirme tepkilerinden olan problem odaklı tepkileri anlamlı bir şekilde açıklamaktadır.

6.2. Öneriler

Bu bölümde uygulamaya ve gelecekteki araştırmalara katkı sağlayacağı düşünülen önerilere yer verilmiştir.

6.2.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler

1. Bireyin psikolojik dayanıklılığının yüksek olması, onu stres verici durumlar karşısında güçlü kılan pek çok olumlu özelliği (iyimserlik, öz yeterlilik, çatışma çözme becerileri vb) beraberinde getirir. Psikolojik dayanıklılığı artırmaya yönelik yapılacak programların çiftler arası iletişimi geliştireceği ve dolayısıyla çocuklarına karşı daha destekleyici duygu sosyalleştirme davranışları sergilemelerini sağlayacağı düşünülmektedir.
2. Evlilikte eş desteği ve yakınlığı aynı zamanda psikolojik sağlamlıkta koruyucu faktörlerden olan sosyal desteği de ifade eder. Ebeveynlikte, başta bakım olmak üzere çocuğun olumsuz duygularını da kapsayan şekilde artan stres unsurlarına karşı çiftlerin birbiri için en temel sosyal destek kaynağı olması beklendiktir. Sosyal desteğin (eş desteği) önemi vurgulanarak kişilerin evliliklerinden memnuniyetlerini

artıracak müdahaleler, hem ebeveynin psikolojik dayanıklılığını hem de çocuklarına gösterdikleri duygu sosyalleştirme davranışlarını olumlu etkileyebilir.

3. Araştırmamızda evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığın anne ve babalarda ortak olarak açıkladığı tek duygu sosyalleştirme alt boyutu problem odaklı tepkiler olarak belirlenmiştir. Bireylerin hem evlilik doyumunda hem de psikolojik sağlamlıklarından temel bir yeri olan sorun çözme becerisi çocuğa karşı gösterilen problem odaklı tepkilerde etkili olabilir. Bu doğrultuda ebeveynlere yönelik psikoeğitim çalışmalarında sorun çözme becerisini geliştirmeye yönelik içeriklere yer verilebilir.
4. Babaların evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlıkları yüksek olduğunda daha fazla destekleyici duygu sosyalleştirme tepkileri gösterdikleri bulgusundan hareketle okullar ve diğer resmi kurumlar tarafından babalara yönelik psikolojik destek ve eğitim çalışmalarında psikolojik sağlamlık ve evlilik doyumuna katkıda bulunacak çalışmalar ön plana çıkarılabilir.
5. Araştırmamız bulgularına göre, anneler babalardan daha fazla duygu ifadesini teşvik etme tepkisi ortaya koyarken evlilik doyumu babalarda duygu ifadesini teşvik etmeyi yordamaktadır. Evlilik doyumunun yüksek olması babaların çocuğun olumsuz duyguları hakkında konuşmasını kolaylaştırabildiğinden, evlilik doyumunu artırmaya yönelik çalışmalarda duygu farkındalığı, duyguyu ifade etme ve dinleme becerilerine yoğunluk verilebilir.

6.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Araştırmada anne ve babaların duygu sosyalleştirme davranışları ile evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya görece az sayıda baba katılım göstermiştir. Sonraki çalışmalarda cinsiyete göre daha denk katılımcı sayısı hedeflenebileceği gibi yalnızca babaların duygu sosyalleştirme davranışları ve ilgili değişkenler arasındaki ilişkiler de incelenebilir.
2. Alanyazında ebeveynin evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığı ile duygu sosyalleştirme davranışları arasındaki ilişkiler okul öncesi dönemdeki çocuklar için incelenmiş olmasına rağmen farklı gelişim dönemlerindeki çocuklar için çok daha az çalışmaya rastlanmaktadır. Bu konuda yapılacak farklı gelişimsel dönemleri içeren çalışmalara da ihtiyaç duyulmaktadır.
3. Duygu sosyalleştirme sürecine etki eden evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık bu çalışmada ele alınan bağımsız değişkenler olmuştur. Sonraki çalışmalarda bu süreç

katkıda bulunan diğer bireysel ve eşler arası faktörlerin incelenmesi önem arz etmektedir. Öyle ki boşanma oranlarının hızla arttığı günümüzde, duygu sosyalleştirme tepkilerini ele alırken yalnızca evli ve birlikte yaşayan ebeveynlere odaklanmak yeterli olmayacaktır. Ayrı yaşayan ebeveynler ve diğer bakım verenlerde çalışmaya dahil edilerek farklı örneklemeler oluşturulabilir. Gelecek çalışmalarda “birlikte ebeveynlik” gibi diğer ilişkisel kavramlara yer verilerek duygu sosyalleştirme davranışları daha fazla aydınlatılabilir.

4. Ebeveynlerin psikolojik sağlamlıklarının ve evlilik doyumlarının duygu sosyalleştirme davranışlarında etkili olduğu araştırmamızla ortaya koyulmuştur. Ancak ebeveynlerin duygu sosyalleştirme davranışlarının şekillenmesinde önemli olduğu düşünülen bu kavramların ulusal yazında az sayıda çalışmada ele alındığı görülmektedir. Özellikle, evli bireylerle yürütülen psikolojik sağlamlık çalışmalarının sınırlı olduğu görülmüştür. Bu nedenle, gelecek çalışmalarda bu kavramların ebeveyn duygu sosyalleştirme davranışlarına etkileri ve çocukların sosyal-duygusal gelişimiyle ilişkisi daha derinlemesine araştırılmalıdır.
5. Çalışmada çoğunlukla bir çocuğun tek ebeveyninden elde edilen veriler kullanılmış, çift olarak katılım gösterilse dahi veriler birbirinden bağımsız olarak ele alınmıştır. Sonraki çalışmalarda birbirleri ile evli olan katılımcılara odaklanılarak, her bir değişken açısından iki yönlü bulguya ulaşılabilir.
6. Bu araştırmada psikolojik sağlamlık normatif stresörler temelinde ele almakla birlikte örneklemin psikolojik sağlamlığına etki eden kişisel ve sosyal travmalar değerlendirme dışında bırakılmıştır. Gelecek çalışmalarda normatif olmayan yaşam olayları deneyimlemiş (depresyon, savaş, kayıp vb.) homojen gruplarla çalışılarak psikolojik sağlamlığın duygu sosyalleştirmeye etkileri incelenebilir.
7. Bu araştırmada anne ve babaların çocukların olumsuz duygularına verdiği tepkilerin evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlık tarafından ne düzeyde açıklandığı araştırılmıştır. Gelecek çalışmalarda ebeveynlerin evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlığının, çocukların olumlu duygularına verilen tepkileri ne düzeyde açıkladığı da incelenebilir.
8. Araştırmada demografik verilerden ebeveyn cinsiyeti ön plana çıkarılmıştır. Sonraki çalışmalarda demografik verilerin çoğaltılması duygu sosyalleştirme davranışlarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi açısından önemli olabilir.

9. Sosyo-ekonomik düzeyi farklı olan gruplar arasında bu çalışmanın gerçekleştirilmesi özellikle gelir ve eğitim durumunun duygusal sosyalleştirme davranışları, evlilik doyumu ve psikolojik sağlamlıkla ilişkisini belirlemek açısından önemli olabilir.



KAYNAKÇA

- Aburn, G., Gott, M. ve Hoare, K. (2016). What is Resilience? An Integrative Review of the Empirical Literature. *Journal of Advanced Nursing*. 72(5), 980-1000.
- Aburn, G., Gott, M., & Hoare, K. (2016). What is resilience? An integrative review of the empirical literature. *Journal of Advanced Nursing*, 72(5), 980-1000.
- Açıkgöz, M. (2016). Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Akar, A. (2018). Psikolojik sağlamlık programının ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyine etkisi, Yayınlanmamış doktora tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Akdağ, F. (2014). Evli Bireylerde Psikolojik İyi Oluşun Kök Aile İle İlişkiler, Benlik Saygısı Ve Evlilik Doyumu Açısından Yordanması. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi.
- Aktan, G. (2023). Anne babaların çocukların duygularına yönelik inanışları ve duygu sosyalleştirme tepkileri ile çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Alkım Arı, F. Çakıt, (2020).E. Investigation of resilience in terms of gender: A meta-analysis study. *Research on Education and Psychology (REP)*, 4(Special Issue), 34-52.
- Amato, P.R. ve Booth, A. (2001). The legacy of parents' marital discord: Consequences for children's marital quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(4), 627-638.
- American Psychological Association (APA). The road to resilience. 2023, 750 First St. NE. Washington. DC 20002-4242. Erişim Tarihi:13.07.2023
- Arslan, G. (2015). Psikolojik istismar, psikolojik sağlamlık, sosyal bağlılık ve aidiyet duygusu arasındaki ilişki. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(36), 47-58.
- Arslan, E. S. (2021). Okul öncesi çocukların duygu düzenlemeleri ile annelerin evlilik doyumu arasındaki ilişkide duygu sosyalleştirmenin aracı rolü (Doctoral dissertation, Ankara Üniversitesi).

- Atay, Zeynep. The Relationship Between Maternal Emotional Awareness and Emotion Socialization Practices. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi, 2009.
- Aydın, M., & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Aydoğan, D. ve Kızıldağ, S. (2017). Examination of Relational Resilience With Couple Burnout and Spousal Support in Families With a Disabled Child. *The Family Journal*. 25(4), 407-413.
- Ayer, F. D. (2016). Evlilik doyumunun, eş desteği, evlilik iletişim şekilleri ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bahr, S. J. , Chappell, C. B., ve Leigh, G. K. (1983). Age at marriage, role enactment, role consensus and marital satisfaction. *Journal Of Marriage And The Family*, 45 (4), 795-803.
- Baker, J. K., Fenning, R. M., ve Crnic, K. A. (2011). Emotion socialization by mothers and fathers: Coherence among behaviors and associations with parent attitudes and children's social competence. *Social Development*, 20(2), 412-430.
- Baldwin, J. M. (1967). Habit and Accommodation in Development. *The Child* (pp.168- 181). Ed. William Kessen, George Mendler. London: John Wiley & Sons Inc.
- Barrett, K. C., & Campos, J. J. (1987). Perspectives on emotional development: II. A function- alist approach to the development of emotions. In J. Osofsky (Ed.), *Handbook of infant development* (2nd ed., pp. 555–578). New York: Wiley.
- Barrett, K. C., & Campos, J. J. (1991). A diacritical function approach to emotions and coping. In E. M. Cummings, A. L. Greene, & K. H. Karraker (Eds.), *Life-span developmental psychology: Perspectives on stress and coping* (pp. 21–41). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Basım, H. N., Çetin, F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2): 104-114.
- Batık, M. V., & Kalkan, M. (2017). Evlilikte algılanan sorun çözme becerileri ve evlilik doyumu. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(5), 2630-2646
- Baydar, N., B. Akcinar ve N. Imer. "Environment, Socio-Economic Context, and Parenting." *Parenting: Theory and Research* (2012): 81-128.
- Bayhan, S. P., & Artan, İ. (2011). Çocuk gelişimi ve eğitimi. İstanbul: Morpa.

- Bektaş, M., Özben, Ş. (2016). Evli Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1): 215-240.
- Bektaş, M. (2018). Evli bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yordanması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Belsky, J. (1981). Early human experience: A family perspective. *Developmental Psychology*, 17(1), 3–23.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55(1), 83–96.
- Berg-Cross, L. (2001). *Couples therapy*. Binghamton: The Haworth Press, Inc.
- Bird, G. ve Melville, K. (1994). *Families and intimate relationships*. London: McGraw- Hill, Inc.
- Bloch J.R., D. Webb., L. Mathews., E. Dennis., M. Bennett ve F. Culhane (2010). Beyond Marital Status: The Quality Of The Mother-Father Relationship And Its Influence On Reproductive Health Behaviors And Outcomes Among Unmarried Low Income Pregnant Women. *Matern Child Health Journal*, 14(5), 726-34.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events? *American Psychologist*, 59, 20-28.
- Bookwala J. ve J. Jacobs (2004). Age, Marital Processes, and Depressed Affect. *Gerontologist*, 44, 328-38
- Bozyel, P. (2019). Şiddet Görüp Görmeme Durumuna Göre Evli Kadınların Evlilik Doyumu Ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Toros Üniversitesi, Mersin.
- Bradbury, T.N., Fincham, F. D. ve Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964-980.
- Bradley, J., M. & Hojjat, M. (2017) A model Of Resilience And Marital Satisfaction, *The Journal of Social Psychology*, 157(5): 588-601.
- Bradley, S. J. (2000). *Affect regulation and the development of psychopathology*. New York: The Guilford Press.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge: Harvard University Press.

- Brown, G. L., Craig, A. B., & Halberstadt, A. G. (2015). Parent gender differences in emotion socialization behaviors vary by ethnicity and child gender. *Parenting: Science and Practice*, 15(3), 135–157.
- Bryant C. M. & Conger R. D. (1999). Marital success and domains of social support in long term relationships: Does the influence of network members ever end? *Journal of Marriage and The Family*, 61, 437-450.
- Buz, S. ve Genç, B. (2019). Sosyal Hizmet Uzmanları İçin Psikolojik Dayanıklılığın Önemi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 30(2): 623-642.
- Caffo, E. ve Belaise, C. (2003). Psychological aspects of traumatic injury in children and adolescents, *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 12, 493-535
- Canel, A. N. (2007). Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması. Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Cappella, E. ve Rhona, W. (2001). Turning around reading achievement predictors of high school student's academic resilience, *Journal of Educational Psychology*, 93(4), 758-771
- Celenk, O., & van de Vijver, F. J. (2013). What makes couples happy? Marital And Life Satisfaction Among Ethnic Groups in The Netherlands. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44: 1273-1291.
- Chapin, L. A., Chapin, T. J., & Sattler, L. G. (2001). The relationship of conflict resolution styles and certain marital satisfaction factors to marital distress. *The Family Journal*, 9(3), 259-264.
- Cihan Güngör, H.(2007). Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme. (Yayımlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara. YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanından elde edildi. (Tez no: 211681).
- Clavarino, A., Hayatbakhsh, M., Williams, G., Bor, W., Callaghan, M., ve Najman, J. M. (2011). Depression following marital problems: different impacts on mothers and their children? A 21-year prospective study. *Soc Psychiatry Psychiatry Epidemiol*, 46, 833-841.
- Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317 – 333
- Cole, P. M. ve Tan, P. Z. (2007). Emotion socialization from a cultural perspective. In J. E. Grusec ve P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of Socialization: Theory and Research* (pp. 516–542). Newyork NY: The Guilford Press.

- Cotton, S., R. (1999). Marital Status and Mental Health Revisited: Examining The Importance of Risk Factors And Resources. *Family Relations*, 48(3): 225- 234.
- Cummings, E. M., Goeke-Morey, M. C., & Papp, L. M. (2004). Everyday marital conflict and child aggression. *Journal of abnormal child psychology*, 32(2), 191-202.
- Curun, F. (2006). Yüklemeler, İletişim Çatışmaları, Cinsiyet Ve Cinsiyet Rolü Yönelimi İle Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Cutler, H. A. Ve Radford, A. (1999). Adult Children of Alcoholics: Adjustment to a College Environment: Counseling and Therapy For Couples and Families. *The Family Journal*. 7, 148-153.
- Çağ P. ve Yıldırım İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23.
- Çelik M. (2006). Evlilik Doyum Ölçeği Geliştirme Çalışması. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana, Türkiye.
- Demir, B. S. (2017). Annelerde kaygı düzeyi ve evlilik doyumunun ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algıları üzerindeki etkilerinin değerlendirilmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Denham, S. A. (1998). Emotional development in young children. New York NY: The Guilford Press.
- Denham, S. A., & Grout, L. (1993). Socialization of emotions: Pathway to preschoolers' emotional and social competence. *Journal of Nonverbal Behavior*, 17, 205-227.
- Denham, S. ve Kochanoff, A. T. (2002). Parental contributions to preschoolers' understanding of emotion. *Marriage & Family Review*, 34(3-4), 311-343.
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Wyatt, T. (2007). The Socialization of Emotional Competence. In J. E. Grusec & P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of socialization: Theory and research* (pp. 614-637). Guilford Press.
- Denham, S. A., Mitchell-Copeland, J., Strandberg, K. Auerbach, K. S., & Blair, K. (1997). Parental contributions to preschoolers' emotional competence: Direct and indirect effects. *Motivation and emotion*, 21, 65-86.
- Dimitrovsky, L., Levy-Shiff, R., Schattner-Zanaay, I. (2002). Dimensions of depression and perceptionism in pregnant and nonpregnant women: Their levels and interrelationships and their relationship to marital satisfaction. *The Journal of Psychology*, 136(6), 631-646.

- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Dökmen, Ü. (2000). Varolmak gelişmek uzlaşmak. İstanbul: Remzi.
- Driver, J., Tabares, A., Shapiro, A. F. ve Gottman, J. M. (2012). Couple Interaction in Happy and Unhappy Marriages: Gottman Laboratory Studies. Ğinde F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (ss. 57-77). New York, NY: Guilford Press.
- Durak, M. (2002). Deprem yaşamış üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerini yordamada psikolojik dayanıklılığın rolü. Yayınlanmamış doktora tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara
- Durlak, J. A. (1998). Common risk and protective factors in successful prevention programs. *American journal of orthopsychiatry*, 68(4), 512-520.
- Easterbrooks, M. A., and Emde, R. N. (1988). Marital and parent-child relationships: The role of affect in the family system. In R. Hinde and J. Stevenson-Hinde (Eds.), *Relationships within families*. (pp. 83-103). Oxford, England: Oxford University Press.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. (1998). Parental Socialization of Emotion. *Psychological Inquiry*, 9(4), 241-273.
- Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (1994). Mothers' reactions to children's negative emotions: Relations to children's temperament and anger behavior. *Merrill- Palmer Quarterly*, 40(1), 138-156.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Murphy, B. C. (1996). Parents' reactions to children's negative emotions: relations to children's social competence and comforting behavior. *Child Development*, 67(5), 2227-2247. doi: 10.2307/1131620
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Guthrie, I. K., Murphy, B. C., & Reiser, M. (1999). Parental reactions to children's negative emotions: Longitudinal relations to quality of children's social functioning. *Child Development*, 70(2), 513-534.
- Eisenberg, N., Gershoff, E. T., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Cumberland, A. J., Losoya, S. H., ... & Murphy, B. C. (2001). Mother's emotional expressivity and children's behavior problems and social competence: Mediation through children's regulation. *Developmental Psychology*, 37(4), 475. .
- Eisenberg, N., Losoya, S., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., Reiser, M., Murphy, B., Shepard, S. A., Poulin, R., & Padgett, S. J. (2001). Parental socialization of children's dysregulated expression of emotion and externalizing problems. *Journal of Family*

- Psychology, 15(2), 183–205. Engfer, A. (1988). The Interrelatedness of Marriage and The Mother-Child Relationship. In R. Hinde ve J. Stevansson-Hinde (Eds.), Relationships Within Families: Mutual Influences, (pp. 104- 118). Oxford: Oxford University Press.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpkan, R. L. (2005b). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 18 (1), 39-47.
- Erdoğan, Ö. E. (2017). *Günümüz Evliliklerinin Sağlıklı Aile Kavramı Bağlamında Değerlendirilmesi: Yeni Evli Bireyler Üzerine Bir Çalışma*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Aydın Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Erel, O, Burman, B. (1995), Interrelatedness of marital relations and parent-child relations; a meta analytic review. *Psychological Bulletin*, (118), 108-132.
- Erkoç, B. ve Danış, M. Z. (2020). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin tespit edilmesine yönelik bir araştırma. *Kırklareli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 34-42.
- Eskin, M. (2012). Evlilik terapisine başvuran çiftlerin evlilik doyumu ve evlilik terapisi hakkındaki görüşleriyle ilişkili etmenler. *Klinik Psikiyatri*, 15, 226-237.
- Everall, R. D., Altrows, K. J. ve Paulson, B. L. (2006). Creating a Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescents. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 461-470.
- Fabes, R. A., Eisenberg, N., & Bernzweig, J. (1990). Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES): Description and scoring. Tempe, AZ: Arizona State University (unpublished manuscript).
- Fletcher, D. ve Sarkar, M. (2013). Psychological Resilience: A Review and Critique of Definitions, Concepts and Theory. *European Psychologist*. 18, 12-23.
- Fincham, F. D., Grych, J.H. ve Osborne, L.N. (1994). Does Marital Conflict Cause Child Maladjustment? Directions And Challenges For Longitudinal Research. *Journal Of Family Psychology*, 8(2), 128-140.
- Fincham, F.D. ve Beach, S.R. (1999). Marriage in the new millennium: Is there a place for social cognition in marital research? *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 685-704.
- Fishman, E. A. ve Meyers, S. A. (2000). Marital satisfaction and child adjustment: direct and mediated pathways. *Contemporary Family Therapy*, 22(4), 437- 452.
- Fitzpatrick, M. A. (1998). "Marital interaction: what do we know?" Between husbands and wives: Communication in marriage. Beverly Hills, CA, 31-58.

- Flores, E., D. Cicchetti ve F. Rogosch. (2005). Predictors of Resilience İn Maltreated and Nonmaltreated Latino Children. *Developmental psychology*, 41(2), 338.
- Fraser, M.W., Richman, J. M. & Galinsky, M. J. (1999). Risk, protection and resilience: toward a conceptual framework for social work practice. *Social Work Research*, 23(3), 129-208.
- Fredrickson, B. L. (1998). What Good Are Positive Emotions? *Review of General Psychology*, 2(3), 300-319.
- Garner, P. W. , Dansmore, J. C. ve Southam- Gerrow, M. (2007). Mother– Child Conversations about Emotions: Linkages to Child Aggression and Prosocial Behavior. *Social Development* 259-277.
- Garnezy, N. (1985). Stress-resistant children: The search for protective factors. *Recent research in developmental psychopathology*, 4(19), 213-233.
- Garnezy, N. (1991). Resilience in Children"s Adaptation to Negative Life Events and Stressed Environments. *Pediatrics*, 20, 459-466.
- Garnezy N. (1991). Resilience and Vulnerability to Adverse Developmental Outcomes Associated with Poverty. *Am Behav Sci*, 34: 416-430.
- Garnezy, N. (1993). Children in Poverty: Resilience Despite Risk. *Psychiatry*, 56(1), 127-136.
- Ghadampour, E., Heidaryani, L.ve Bafrooeii, M. B. (2019). The effectiveness of quality of life therapy on psychological well-being, resiliency, marital satisfaction in wives of veterans. *Journal of Military Medicine*, 21(1), 22-31.
- Ghorbani, N., Watson, P. J. ve Morris, R. J. (2000). Personality, stres and mental health: Evidence of relationships in a sample of Iranian managers, *Personality and Individual Differences*, 28, 647-657
- Gizir, C., A., Aydın, G. (2006). Psikolojik Sağlamlık ve Ergen Gelişim Ölçeğinin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk PDR Dergisi*, 26: 87- 99.
- Gizir C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 113-28.
- Glenn, N. D. (1990). Quantitative Research On Marital Quality In The 1980s: A Critical Review. *Journal of Marriage and The Family*, 52, 818-831.
- Godleski, S. A., Eiden, R. D., Shisler, S., & Livingston, J. A. (2020). Parent socialization of emotion in a high-risk sample. *Developmental Psychology*, 56(3), 489–502.
- Goodman, J. H. (2004). Coping with trauma and hardship among unaccompanied refugee youths from Sudan, *Qualitative Health Research*, 14(9), 1177- 1196

- Gottman, J. M., ve Katz, L. F. (1989). Effects of marital discord on young children's peer interaction and health. *Developmental Psychology*, 25 (3), 373-381.
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). Parental meta- emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology*, 10(3), 243-268.
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1997). *Meta-emotion: How families communicate emotionally*. Londra: Routledge.
- Greene, R.R. ve A. Conrad. (2002). Basics Assumptions and Terms. En R. Greene (ed.). *Resiliency. An Integrated Approach to Practice, Policy and Research*. Washington, DC. NASW Press.
- Greene, R. R. (2002). Holocaust survivors: A study in resilience. *Journal of Gerontological Social Work*, 37(1), 3-18.
- Grych, J. H., ve Fincham, F. D. (1990). Marital conflict and children's adjustment: A cognitive-contextual framework. *Psychological Bulletin*, 108, 267-290.
- Grych, J. H. (2002). Marital relationships and parenting. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Social conditions and applied parenting* (pp. 203-226). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Gümüş, N. (2014). Çocuk Evlerinde Bulunan Kız Çocukların Sosyalizasyonu Üzerinde Niteliksel Bir Araştırma: Tekirdağ İli Örneği. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Güngör, C. H. (2007). Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güre, A. (2012). Evlilik İlişkisi ve Ana Babalık. M. Sayıl ve B. Yağmurlu (Ed.), *Ana Babalık Kuram ve Araştırma içinde* (ss. 365-400). İstanbul: Koç Üniversitesi.
- Gürkan, U. (2006). Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkisi. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara,
- Gürkan, U. (2006). Yılmazlık Ölçeği (YÖ): Ölçek Geliştirme, Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(2): 45- 74.
- Gürses, D. (2022). Annelerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve duygu sosyalleştirme stratejileri ile 48-72 aylık çocukların duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişki (Master's thesis, Işık Üniversitesi).

- Güven, Esra. Çocuğun Davranış Sorunları ile Algıladığı Anne Baba Çatışması Arasındaki İlişkiler: Duygu Sosyalleştirmenin Aracı Rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, 2013.
- Hackel, L.S. ve Ruble, D.N. (1992). Changes in the marital relationship after the first baby is born: Predicting the impact of expectancy disconfirmation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(6), 944-957.
- Harway, M. (2005). *Handbook of Couples Therapy*. NJ: Wiley, Hoboken.
- Hatami, H., M. Habi ve A. Akbari. (2009). Assessing the Impact of Religiosity on Marital Satisfaction. *J Military Psychology*, 1(1), 13-22.
- Hayward, M. ve Zhang, Z. (2006). Gender, the Marital Life Course, and Cardiovascular Disease in Late Midlife. *Journal of Marriage and Family*. 68(3), 639-657.
- Hawkins, N. Daniel ve A. Booth (2005), Unhappily Ever After: Effects of Longterm, Low-Quality Marriages on Well-Being. *Social Forces*, 84(1), 451- 471.
- Herrenkohl, T. I., K. Hill, J. Chung, J. Guo, R. Abbott ve J. D. Hawkins. (2003). Protective Factors Against Serious Violent Behavior in Adolescence: A Prospective Study of Aggressive Children. *Social Work Research*, 27(3), 179-191.
- Heyman, R. E.; Sayers, S. L.; Bellack, A. S. (1994). Global marital satisfaction versus marital adjustment: An empirical comparison of three measures. *Journal of Family Psychology*, 8, 432-446.
- Holman, T. B. (2002). *Premarital Prediction of Marital Quality or Breakup: Research, Theory, and Practice*. MA: Kluwer Academic Publishers, Hingham.
- Hökkaş, M., & Gördeles Beşer, N. (2019). Hemşirelerin psikolojik sağlık düzeyleri ve etkileyen faktörler (Master's thesis, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi).
- Huber, C. H., Navarro, R. L., Womble, W.M. ve Mumme, F. L. (2010). Family resilience and midlife marital satisfaction. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 18 (2), 136-145.
- Hughes, E.K. ve Gullone E. (2010). Parent Emotion Socialisation Practices and Their Associations with Personality and Emotion Regulation. *Personality and Individual Differences*, 49(7), 694-699.
- Jenson, J. M. ve Fraser, M. W. (2006). A Risk And Resilience Framework For Child, Youth, And Family Policy. *Social Policy For Children & Families: A Risk And Resilience Perspective*, 5-24.

- Julien, D. & Markman, H. J. (1991). Social support and social networks as determinants of individual and marital outcomes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 549-568.
- Kabasakal, Z. ve Soylu, Y. (2016). Evli Bireylerin Evlilik Doyumunun Cinsiyet ve Eş Desteğine Göre İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 208-214.
- Kallampally, G. A., Oakes, K. E., Lyons, H. Z., Greer, J. M., ve Gillespie, C. K. (2007). Gender, Psychological Resilience, Acculturation and Spirituality as Predictors of Asian Indian American Marital Satisfaction. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 10, 35-52.
- Kamya H. (2000). Hardiness and Spiritual Wellbeing Among Social Work Students. *Journal of Social Work Education*, 36(2), 231-241.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler. *Türk PDR Dergisi*, 26:129-142.
- Kararımak, Ö., & Çetinkaya, R. S. (2011). The effect of self-esteem and locus of control on resilience: The mediating role of affects. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(35), 30-41.
- Kaveh Hojjat, S., H. Monadi Ziarat, M. Rezaei, S.E. Hatami, R. Ghaljooghi ve M. N. Khalili. (2017). Effectiveness of Group Resiliency Training on Anxiety, Depression, and Marital Satisfaction in Mothers of Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Journal of Family Psychotherapy*, 28(3), 257- 268.
- Kaya, E. (2016). Babaların Duygu Sosyalleştirme Uygulamaları ve Bu Uygulamaların Okul Öncesi Çocukların Sosyal ve Duygusal Gelişimlerindeki Rolü. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kaya, A G., Buğa, A. (2021). Anne Babaların Ebeveyn Davranışlarının ve Evlilik Doyumlarının İncelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 21(51), 371- 410.
- Kaya-Bican, E., & Sarıtaş-Atalar, D. (2017). Ana Babaların Duygu Sosyalleştirme Uygulamaları Ve Erken Çocukluk Döneminde Duygusal Ve Sosyal Gelişim. *Ankara Üniversitesi Dil Ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 57(2), 1365-1388
- Kayacı, Ü. ve Özbay Y. (2016). Üniversite öğrencilerinin travmatik yaşı, psikolojik doğum sıraları ve sosyal ilgilerinin psikolojik dayanıklılıklarını yordaması, *The Journal of Happiness & Well-Being*, 4(1), 128-142
- Kılıç, Ş. (2020). Duygu Sosyalleştirme Kuramdan Araştırmaya. Ankara: Pegem Akademi.
- Kımtır, N. (2020). Covid-19 günlerinde bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 574-605.

- Kirby, J.S. (2005). A study of the marital satisfaction levels of participants in a marriage education course (Unpublished doctoral dissertation). Louisiana University, Louisiana, USA.
- Kishalı, Z. (2022). Annelerin duygu sosyalleştirme davranışları ile okul öncesi dönem çocuklarının 21.yy. becerileri ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful Life Events, Personality, And Health: An Inquiry Into Hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1): 1-11.
- Koydemir, S., Sun-Selişik, Z.E. ve Tezer, E. (2008). Conflict behaviors and marital adjustment in Turkish couples. *Family Therapy*, 35(3), 133-143.
- Krovetz, M. L. (1999). Resiliency: A key element for supporting youth at-risk. *The Clearing House*, 73(2), 121-123.
- Kurt, İ.E. (2018). Ebeveynlik Stresi Ve Evlilik Kalitesi Arasındaki İlişkide Stresle Çift Olarak Baş Etmenin Aracı Rolünün İncelenmesi. Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kuzu, B. (2019). *Ebeveynlerin Öz Yeterlilik Algılarıyla Duygu Sosyalleştirme Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Doctoral Dissertation, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Larson, J.H. ve Holman T.B. (1994). Predictors of marital quality and stability. *Family Relations* 43, 228-237.
- Li, X., Chi, P., Sherr, L., Cluver, L., & Stanton, B. (2015). Psychological Resilience Among Children Affected By Parental HIV/AIDS: A Conceptual Framework. *Health Psychology and Behavior Medicine*, 3(1), 217-235.
- Lin, K. K., Sandler, I. N., Ayers, T. S., Wolchik, S. A. ve Luecken, L. J. (2004). Resilience in parentally bereaved children and adolescents seeking preventive services, *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33(4), 673-683
- Linn, M. (2017). A Study on the Relationship Between Hardiness and Psychological Stress Responses. *Yadanabon University Research Journal* 8(1), 1-7.
- Luthar S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. in d. cicchetti & d. j. cohen (eds), *developmental psychopathology, risk, disorder, and adaptation*. 739-95.
- Luthar, S. S. ve Cicchetti, D. (2000). The Construct of Resilience: Implications for Interventions and Social Policies. *Development and Psychopathology*. 12(4), 857-885.

- Luthar, S. S., D. Cicchetti ve B. Becker. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543- 562.
- Luthar, S., S., Cicchetti, D., Becker, B. (2000). Research on Resilience: Response to Commentaries. *Child Development*, 71(3): 573-575.
- Luthar, S. S. ve Zigler, E. (1991). Vulnerability and Competence: A Review of Research on Resilience in Childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*. 61(1), 6-22.
- McElwain, N. L., Halberstadt, A. G., & Volling, B. L. (2007). Mother-and father-reported reactions to children's negative emotions: Relations to young children's emotional understanding and friendship quality. *Child Development*, 78(5), 1407-1425.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The Personality Construct Of Hardiness, III: Relationships With Repression, Innovativeness, Authoritarianism, And Performance. *Journal of Personality*, 74(2): 575-598.
- Maddi, S. R. (2002). The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 173- 185.
- Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An Operationalization Of Existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(3): 279-298.
- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The Courage to Grow From Stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160-16.
- Maddi, S. R. (2012). *Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth*. USA: Springer Science and Business Media.
- Maddi R. S., R. H. Harvey ve M. Brow. (2006). The Personality Construct of Hardiness: Relationships with Repression, Innovativeness, Authoritarianism, and Performance. *Journal of Personality*, 74(2), 575–598.
- Maddi, S. R. (2013). Hardiness As The Existential Courage to Grow Through Searching for Meaning. In J. A. Hicks & C. Routledge (Eds.), *The experience of meaning in life: Classical perspectives, emerging themes, and controversies* (pp. 227–239).
- Maddi, S. (2015) Hardiness, In S. Krauss-Whitbourne (Eds.), *The Encyclopedia of Adulthood and Aging* (pp.1-4). New York: John Wiley & Sons.
- Maddi, S. R., ve D. M. Khoshaba. (1994). Hardiness and mental health. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 265-274.
- Margelisch, K., K. A. Schneewind., J. Violette ve P. Perrig-Chiello. (2017). Marital Stability, Satisfaction and Well-being in Old Age: Variability and Continuity in Longterm Continuously Married Older Persons. *Aging and Mental Health*, 21(4), 389- 398

- Margolin, G., Gordis, E. B. ve Oliver, P.H. (2004). Links Between Marital and Parent– Child Interactions: Moderating Role of Husband-to-Wife Aggression. *Development And Psychopathology*, 16(3,) 753-771.
- Masten A.S. (1994). Resilience in individual development: successful adaptation despite risk and adversity. İçinde Wang M. Ve Gordon E (Ed.), *Risk and Resilience in Inner City America: Challenges and Prospects* (ss.3–25). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity: Challenges and prospects. Margaret C Wang ve Edmund W. Gordon (Ed.), *Educational resilience in inner city America: Challenges and prospects içinde* (s. 3-25). New York: Routledge.
- Masten, A. S., Hubbard, J. J., Gest, S. D., Tellegen, A., Garnezy, N. ve Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence, *Development and Psychopathology*, 11, 143-169
- Masten A.S. (2001). Ordinary magic: resilience process in development. *American Psycho/Ogist*, 56, 227-38.
- Masten, A. S. & Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. Snyder, C. R. & Lopez, S. J. (Ed.). *The handbook of positive psychology*, 74- 88. Oxford University Press.
- Mund, P. (2017). Hardiness and Culture: a Study with Reference to 3 Cs of Kobasa. *International Research Journal of Management, IT and Social Sciences*, 4(2), 152-159.
- Mutlu, Ö. (2020). Okul öncesi çocukların duygu düzenleme stratejileri ile anne babaların duygu sosyalleştirme yaklaşımları arasındaki ilişki (Master's thesis, Maltepe University (Turkey)).
- Neff, L. A., ve Broady, E. F. (2011). “Stress resilience in early marriage: Can practice make perfect?”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(5), 1050.
- Nelson, J., O’Brien, M., Blankson, A., Calkins , S., & Keane, S. (2009). Family stress and parental responses to children’s negative emotions, Tests of the spillover, crossover, and compensatory hypotheses. *Journal of Family Psychology*, 671-679.
- Nolen-Hoeksema, S., Parker, L. E. & Larson, J. (1994). Ruminative Coping With Depressed Mood Following Loss. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 92-104.
- Noller, P., & Feeney, J.A. (2002). Communication, relationship concerns and satisfaction in early marriage. stability and change on relationships. H. T. Reis (Ed.). New York: Cambridge University Press.

- Norton, C., & Norton, B. (2006). *Experiential play therapy*. (C. Scheafer & H. Kuidsson, Eds.), *Contemporary play therapy* (pp. 28–54). Gilford Publishing.
- Oktay, A. (2002). *Yaşamın Sihirli Yılları Okul Öncesi Dönem* (3.Baskı). İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Olsson, C. A., J. Burns., D. Vella-Brodrick ve S. M. Sawyer. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence*, 26(1), 1-11.
- Orbke, S. ve Smith, H. L. (2013). A Developmental Framework for Enhancing Resiliency in Adult Survivors of Childhood Abuse. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 35(1):46-56.
- Öğülmüş, S. (2001). Bir Kişilik Özelliği Olarak Yılmazlık. I. Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmaları, 29-30 Mart, Ankara.
- Öz, T., Tatar, A.(2020). Evlilik Doyumu İle Depresyon, Mutluluk ve Psikolojik İyi Oluş Arası İlişkide Evlilik Süresinin Aracı Rolü. *Uluslararası Akademik Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*, 2(1): 18-31.
- Öz, F., & Bahadır Yılmaz, E. (2009). “Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık”. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.
- Özbay, F., Johnson, D. C., Dimoulas, E., Morgan, C. A., Charney, D. ve Southwick, S. (2007). Social support and resilience to stress: from neurobiology to clinical practice. *Psychiatry*, 4(5), 35–40.
- Özcan, B. (2005). Anne-Babaları Boşanmış ve Anne-Babaları Birlikte olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Özellikleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Karşılaştırılması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özer, E. (2016). *Evlilik Doyumu ve Çift İlişkisi*. Akademisyen Kitapevi: Ankara
- Özer, A, C., Güngör, H. (2007). Yükleme tarzları, bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerine göre evlilik uyumu. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8 (2), 11-24.
- Öziş, G. (2016). *Evlilik Yaşam Doyumunun Algılanan Ebeveyn İlişkisi, Psikolojik Dayanıklılık ve Dinsel İnanç Gücü Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede İletişim Ve Yaşam*. Ankara: Pdrem Yayınları.
- Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve aile terapisi* (3.Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- Öztahtacı, D. (2017).*Evli Kadınlarda Evlilik Doyumu, Yetişkin Bağlanma Stilleri Ve Depresyon Düzeyinin İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Öztürk, N. (2017). 6. ,7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinde, Ailelerin Çocuk Yetiştirme Tutumu İle İstismar Arasındaki Bağlantının İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Pasch, L. A. & Bradbury, T. N. (1998). Social support, conflict, and the development of marital dysfunction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 219-230.
- Pauli-Pott, U., & Beckmann, D. (2007). On the association of interparental conflict with developing behavioral inhibition and behavior problems in early childhood. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 529–532.
- Pehlivan, K. (2006). Psikiyatrik Kadın Hastalarda Evlilik ve Ebeveyn Olma; Bir Gözden Geçirme. *Düşünen Adam Dergisi* , 19 (3), 143-154.
- Premo, J.E. & Kiel, E.L. (2014). The effect of toddler emotion regulation on maternal emotion socialization: moderation by toddler gender. *American Psychological Association*, 14(4) 782-793.
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and family*, 69(3), 576-593.
- Ramsden, S. R., & Hubbard, J. (2002). Family Expressiveness and Parental Emotion Coaching: Their Role in Children's Emotion Regulation and Aggression. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30(6), 657–667.
- Reis, H. T. & Gable, S. L. (2003). Toward a positive psychology of relationships (Chapter 6). In Keyes, C. L. M. & Haidt, J. (Eds.) *Flourishing: The Positive Person and The Good Life*. American Psychological Association.
- Rhee, W. Y. (2007). The role of teachers in furthering the development of social competence in young children. *Asia-Pacific Journal of Research in Early Childhood Education*, 1, 39-61.
- Robinson, M., ve Neece, C.L. (2015). Marital satisfaction, parental stress, and child behavior problems among parents of young children with developmental delays. *Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities*, 8, 23-46.
- Richardson G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal Clinical Psychology*, 58(3), 307–321.
- Rosen-Grandon, J., Myers, J. E. & Hattie, J. A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, 82(1), 58-68.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the Face of Adversity: Protective Factors and Resistance to Psychiatric Disorder. *British Journal of Psychiatry*. 147, 598- 611.

- Rutter, M. (1999). Resilience Concepts and Findings: Implications For Family Therapy. *Journal of Family Therapy*. 21(2), 119-144.
- Ryff, C. D. ve Singer, B. (2003). Flourishing Under Fire: Resilience as a Prototype of Challenged Thriving. Ğçinde C.L.M. Keyes, & J. Haidt (Ed.), *Flourishing: Positive psychology and the life well lived* (ss. 15–36). Washington: American Psychological Association.
- Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. New York: Guilford Press.
- Saygıdeğır Demir, B. (2017). *Annelerde Kaygı Düzeyi Ve Evlilik Doyumunun Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algıları Üzerindeki Etkilerinin Değırlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Saxton. L. (1982), *Marriage. The Nature of Marriage, The Individual, Marriage, and the Family*. (5.Baskı). Wadsworth Publishing Company Belmont, California A Division of Wadsworth, Inc. (pp. 216-224).
- Segrin, C. (2004). *Family Communication*. Lawrence Erlbaum Associates, Incorporated, Mahwah, NJ, USA.
- Sezgin, K. (2016). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve dindarlık düzeylerinin incelenmesi: dicle örneğı*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sokolski, D.M., Hendrick, S.S. (1999). Marital satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 26(1), 39-49.
- Southwick, S.M., Bonanno, G.A., Masten, A.N., Panter-Brick, C & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives. *European journal of psychotraumatology*,5(4), 1-14.
- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2023). *Psikolojik Dayanıklılık*. (D. Orhun, Çev.). İstanbul: İletişim Yayıncılık. (Orijinal çalışma 2018 yılında yayınlanmıştır).
- Shadur, J. M. (2013). *Parent Emotion Socialization And Emotion Regulation In Substance Abusing Families*. Chapel Hill: North Carolina Üniversitesi.
- Shaffer, A. , Suveg, C. , Thomassin, K. ve Bradbury, B. B. (2012) *Emotion Socialization in the Context of Family Risks: Links to Child Emotion Regulation* *Journal of Child and Family Studies*, 21(6): 917- 924.
- Sımsıkı, H. (2011). *Baba Katılımının Ebeveyn Tutumu, Bağlanma Stili Ve Çift Uyumunu Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Sille, A. (2016). Annenin Duygusal Sosyalleşimi ile 48-72 Aylık Çocukların Duygu Düzenleme Becerisi Arasındaki İlişki (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Silk, J. S., Shaw, D. S., Prout, J. T., O'Rourke, F., Lane, T. J. ve Kovacs, M. (2011). Socialization of emotion and offspring internalizing symptoms in mothers with childhood-onset depression. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 32(3), 127-136.
- Stein, S. J., ve P. T. Bartone. (2020). *Hardiness: Making Stress Work for You to Achieve Your Life Goals*. New York: John Wiley & Sons.
- Stewart, M., Reid, G.J. & Mangham, C. (1997). Fostering Children's Resilience. *Journal Of Pediatric Nursing*, 12 (1), 21-31.
- Snyder, D.K. (1997). Marital satisfaction inventory, revised (msi-r) manual. Published by Western Psychological Services, Los Angeles.
- Şirvanlı, D. (1999). Eşler arası çatışma ve boşanmanın çocuklar üzerindeki etkileri I: davranış ve uyum problemleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 6(1), 19-29.
- Tanyeri, E. (2016). 23 yaş ve üzeri heteroseksüel ve homoseksüel bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının ilişkilerde yükleme tarzları ve psikolojik sağlamlık üzerine etkisi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tarhan, N.(2011). *Evlilik psikolojisi* (6 Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taşkın, Ö., Bozgeyikli, H., Boğazlıyan, E. E. (2017). Üniversiteli gençlerin işsizlik kaygıları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 6(15), 551-567.
- TDK. (2019). Mayıs 9, 2019 tarihinde tdk.gov.tr adresinden alındı. Türk Medeni Kanunu Mevzuatı (2017). <http://www.basarmevzuat.com/dustur/kanun/5/4721/a/4721k-2.htm>.
- Thompson, R. A. (1991). Emotional Regulation and Emotional . *Educational Psychology Review*, 3(4), 269-307.
- Terzi, Ş. (2005). Öznel İyi Olmaya İlişkin Psikolojik Dayanıklılık Modeli. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini Toparlama Gücü Ölçeğinin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk PDR Dergisi*, 26: 77-86.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 3-11.

- Tezer, E. (1986). Evli eşler arasındaki çatışma davranışları: algılama ve doyum. (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler
- Tezer, E. (1996). Evlilik İlişkisinden Sağlanan Doyum: Evlilik Yaşamı Ölçeği. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(7), 1-7.
- Toprak, H. (2014). Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Tusaie, K. ve Dyer, J. (2004). Resilience: A Historical Review of the Construct. Holistic Nursing Practice. 18(1), 3-10.
- Tutarel-Kışlak Ş. (1999) Evlilikte Uyum Ölçeğinin (EUÖ) Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. 3P Dergisi, 7(1), 50-57.
- Twamley, K., Brunton, G., Sutcliffe, Hinds, K. ve Thomas, J. (2013). Fathers' involvement and the impact on family mental health: Evidence from millennium cohort study analyses, Community, Work and Family, 16, 212-224
- Uyar, R. Ö., Genç, M. M. Y., & Arnas, Y. A. (2018). Okul Öncesi Dönem Çocukların Duygu Düzenleme ve Duyguları Anlama Becerilerinin Yordayıcısı Olarak Annelerin Duygu Sosyalleştirme Davranışları. Eğitim ve Bilim, 43(195).
- Uzbilir Has, G. (2016). The relationship between mothersand fathersbeliefs about childrenemotions and emotion socialization practices (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Üncü, S. (2007). Duygusal zekâ ve evlilik doyumu ilişkisi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Vaez, E., Indran, R., Abdollahi, A., Juhari, R., ve Mansor, M. (2015). How marital relations affect child behavior: review of recent research. Vulnerable Children and Youth Studies, 10(4), 321-336.
- Waller, M. A. (2001). Resilience in ecosystemic context: Evolution of the concept. American Journal of Orthopsychiatry, 71(3), 290–297.
- Walsh, F. (2006). Strengthening Family Resilience (2. Baskı). New York: The Guilford Press.
- Weaver, J. M. ve Schofield, T. J. (2015). Mediation and moderation of divorce effects on children's behavior problems. Journal of Family Psychology, 29 (1), 39-48.
- Werner, E. E. ve R. Smith. (1992). Overcoming the Odds: High Risk Children From Birth to Adulthood. Cornell University Press.
- Werner E. ve Smith R. (1982). Vulnerable but Invincible. A Longitudinal Study of Resilient Children and Youth. New York, NY: McGraw Hill.

- Westerop, K. (2002). Building healthy couple relationships: Do communication skills, gender, hope and family types make a difference?. Unpublished master of art thesis, Trinity Western University, Graduate Counselling Psychology Program, Canada.
- Windle, M. (1999). Critical conceptual and measurement issues in the study of resilience (Ed: Glantz, M. D. & Johnson, J. L.). Resilience and development: Positive life adaptations. Kluwer Academic, Plenum Publishers.
- Wong, B. , McElvain, N. L. ve Halberstadt A. G. (2009) Parent, family, and child characteristics: Associations with mother- and father- reported emotion socialization practices Child Development. 23(4) : 452– 463.
- Yagmurlu, B., & Altan, Ö. (2009). Maternal Socialization and Child Temperament as Predictors of Emotion Regulation in Turkish Preschoolers. Infant and Child Development, 275-296.
- Yağmurlu, B., Yavuz, M., & Altan, Ö. (2013) Turkish mothers' coping with children's negative emotions: A brief report. Journal of Child and Family Studies, 22(3), 437-443.
- Yalçın, V. (2016). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Okula Uyum Süreci İle Ebeveynlerinin Çocuk Yetiştirme Tutumları Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yaşar, F. (2009). İlköğretime Devam Eden Öğrencilerin Anne-Çocuk İlişisini Kabul ve Reddedici Algılama Düzeyinin Annenin Evlilik Doyumu ve Evlilik Uyumu Düzeyiyle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yavuzer, H. (2004), Çocuk psikolojisi, (34. Basım), İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2015). Evlilik okulu (11. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazıcı Çelebi, G. (2020). Covid 19 salgınına ilişkin tepkilerin psikolojik sağlık açısından incelenmesi. IBAD Sosyal Bilimler Dergisi, 8, 471-483.
- Yüksel, M. ve Canel, A. N. (2012). The analysis of social competency and anti-social behaviors of children aged between 4 and 5 from the perspective of marital satisfaction and some other variables. Procedia- Social and Behavioral Science, 46, 4973-4980.
- Zara, A. ve Yücel, F.G. (2017). The effect of projective identification, conflict resolution styles and gender roles on marital satisfaction. Turkish J. Clinical Psychiatry, 20,76-83.
- Zahn-Waxler, C. (2010). Socialization of emotion: Who influences whom and how? New Directions for Child and Adolescent Development, 128, 101–109.

- Zautra, A. (2013). Resilience Is Social, After All. *The resilience handbook: Approaches to stress and trauma*. Çinde Kent, M, Davis, M.C., & Reich, J.W. (2014). *Handbook of Resilience Approaches to Stress and Trauma*. (ss. 185-196), New York: Rutledge.
- Zinsser, K. M., Shewark, E. A., Denham, S. A., & Curby, T. W. (2014). A mixed-method examination of preschool teacher beliefs about social–emotional learning and relations to observed emotional support. *Infant and Child Development*, 23, 471–493.
- Zolkoski S. M. ve Bullock L. M. (2012). Resilience in children and youth: A review. *Children and Youth Services Review*, 34(12), 2295-2303

