



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**EVLİLİK UYUMU İLE BAĞLANMA STİLLERİ VE DUYGUSAL  
ZEKA ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**Merve EKİNCİ MURAT**

**Tez Danışmanı**

**Dr. Öğr. Üyesi Mert AKCANBAŞ**

**İSTANBUL – 2021**

T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**EVLİLİK UYUMU İLE BAĞLANMA STİLLERİ VE DUYGUSAL  
ZEKA ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**Merve EKİNCİ MURAT**

**Tez Danışmanı**

**Dr. Öğr. Üyesi Mert AKCANBAŞ**

**İSTANBUL – 2021**

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Evlilik Uyumu ile Bağlanma Stilleri ve Duygusal Zeka Arasındaki İlişki” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Merve EKİNCİ MURAT

## TEŞEKKÜR

Öncelikle öğrencisi olmaktan gurur duyduğum sevgili tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Mert AKCANBAŞ hocama değerli katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Hayata adım attığım ilk günden bu yana koşulsuz sevgi ve ilgilerini üzerimden eksik etmeyen, yaşantımın her aşamasında yanımda olarak maddi manevi desteklerini her zaman hissettiren değerli annem Gülsüm Ekinci ile babam Hasan EKİNCİ'ye ve değerli abilerim Bekir ve Ömer EKİNCİ'ye sevgilerimle teşekkürü borç bilirim. Ayrıca her zaman olduğu gibi yüksek lisansa başlama sürecimde de gösterdiğiniz destekler için minnettarım.

Ve hayatıma dâhil olduğu andan itibaren her anımda olduğu gibi tez yazım sürecimde de emeğini ve zamanını harcayarak yanımda olan sevgili eşim Emre Murat'a tüm içtenliğimle teşekkür ederim.

Ayrıca tez sürecinde aklıma takılan her ne varsa es geçmeden hem duygusal desteği hem de fedakârlığıyla yanımda olarak ilgisini esirgemeyen canım dostum Canan Baygora'ya sevgilerimle teşekkür ediyorum.

Son olarak akademik anlamda ilerlemem için tecrübe ve bilgilerini benimle paylaşarak motivasyon kazanmama yardımcı olan, her zaman kıymetli desteğini hissettiğim canım ablam Dr. Zuhâl KARAKOÇ DORA'ya sevgi ve minnetlerimi sunuyorum.

## ÖZET

(EKİNCİ MURAT, Merve, Yüksek Lisans, İstanbul, 2021)

### **Evlilik Uyumu ile Bağlanma Stilleri ve Duygusal Zeka Arasındaki İlişki**

Evlilik, bireylerin çocukluktan başlayarak farklı yaşam dönemlerinden itibaren edindikleri ve evlilik yaşantısında sergiledikleri tüm davranışları içeren olağan bir süreç olmakla birlikte bireylerin getirdikleri bu edinimlerin evlilik uyumuna etkisi kaçınılmazdır. Bu çalışmanın amacı evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve duygusal zeka arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu bağlamda bağlanma stillerinin ve duygusal zeka düzeylerinin evlilik uyumu üzerine ilişkisi; cinsiyet, eğitim durumu, evlilik süresi, eşlerin evlenme şekli, eşle yakınlık düzeyi, eşler arasındaki yaş farkı, çocuk sayısı, aile yapıları, ekonomik gelir gibi değişkenlerin etkisi literatürdeki bilimsel çalışmalar temel alınarak incelenecektir.

Araştırmaya online oluşturulan anketleri internet üzerinden cevaplayan 225'i kadın, 85'i erkek olmak üzere 310 evli bireyler katılmıştır. Bu kişilerin %72,6'sı kadın, %27,4'ü erkektir. Araştırmada veri toplama aracı olarak online oluşturulan anket kullanılmıştır. Söz konusu anket formu; kişisel bilgilerini içeren Kişisel Bilgi Formu, bağlanma stillerini ölçmek amacıyla Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, evlilik uyumunu ölçmek için Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ), duygusal zekalarını ölçmek için Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zeka Ölçeği olmak üzere dört ayrı ölçüm kullanılmıştır. Ölçeklerin bu araştırmadaki veriler üzerinden güvenilirlik analizleri uygulanmıştır. Değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi yapılmıştır. Normal dağılım görülmediğinden değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve derecesini belirlemek amacıyla non-parametrik testler olan Kendall ve Spearman Korelasyon Testleri ile demografik formula elde ettiğimiz özellikler üzerinden değişkenler üzerindeki farklılıkları incelemek amacıyla non-parametrik testler olan Mann-Whitney U Testi ve Kruskal-Wallis Tek Yönlü Varyans Analizi uygulanmıştır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre evlilik uyumu ile duygusal zeka arasında istatistiksel pozitif açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ancak evlilik uyumu ile bağlanma kaygı boyutu ve bağlanma kaçınma boyutu arasında negatif yönde düşük

düzeyle, istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Demografik bilgi formundan elde edilen verilerden hareketle evlilik uyumu ile cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, eşle yakınlık düzeyi, aile yapısı, ekonomik gelir arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir. Araştırmada evlilik uyumu ile evlilik süresi, evlenme şekli ve çocuk sayısı arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Evlilik uyumu, bağlanma stilleri, duygusal zeka



## **ABSTRACT**

**(EKINCI MURAT, Merve, Master, Istanbul, 2021)**

### **The Relationship Between Marital Adjustment and Attachment Styles and Emotional Intelligence**

Marriage is a process that includes all the behaviors individuals have acquired starting from childhood and exhibit in their life in marriage, and it is inevitable that these acquisitions brought by the same individuals affect marital adjustment. The purpose of this aim is to examine the relationship between marriage and attachment, and emotional intelligence. In this context, the relationship between attachment styles and emotional intelligence levels on marital adjustment; The effects of variables such as age, gender, educational status, marriage age, duration of marriage, marriage type of the spouses, level of the spouse, difference between spouses, number of children, family structures, economic income will be examined in the scientific studies in the literature.

310 married individuals, 225 women and 85 men, who answered online questionnaires online, participated in the study. This URL is 72.6% female and 27.4% male. Online questionnaire was used as data collection tool in the study. The questionnaire form; There are four different measures, namely the Personal Information Form containing personal information, the Experiences in Close Relationship Inventory-II, the Marital Adjustment Scale to measure marital adjustment, and the Revised Schutte Emotional Intelligence Scale to measure their emotional intelligence. Reliability analysis of the scales was applied to the data in this study. Showing whether it shows normal distribution Kolmogorov-Smirnov Normality Test has been done. Since there is no normal distribution, non-parametric tests, Kendall and Spearman Correlation Tests, to determine the direction and degree of relationships between variables, and Mann-Whitney U Test and Kruskal-Wallis One-Way Variance, which are non-parametric tests to examine the differences on variables through the characteristics we have obtained with demographic form. Analysis has been applied.

According to the results obtained from the study, a statistically positive significant relationship was found between marital adjustment and emotional intelligence. However, a negative, low level, statistically significant correlation was found between

marital adjustment and attachment anxiety dimension and attachment avoidance dimension. Based on the data obtained from the demographic information form, it was observed that there was no significant difference between marital adjustment and gender, educational status, employment status, relationship with spouse, family structure, and economic income. In the study, it was found that there is a significant difference between marital adjustment and duration of marriage, the type of marriage and the number of children.

**Keywords:** Marital adjustment, attachment styles, emotional intelligence



# İÇİNDEKİLER

<b>YEMİN METNİ</b> .....	i
<b>TEŞEKKÜR</b> .....	ii
<b>ÖZET</b> .....	iii
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	vii
<b>TABOLAR LİSTESİ</b> .....	ix
<b>SİMGELER VE KISALTMALAR</b> .....	x
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b> .....	1
1.1. Araştırmanın Amacı .....	1
1.2. Araştırmanın Önemi .....	1
1.3. Araştırmanın Hipotezleri .....	2
1.4.Sınırlılıklar .....	3
1.5. Tanımlar .....	3
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b> .....	4
<b>KAVRAMSAL VE KURAMSAL AÇIKLAMALAR</b> .....	4
2.1. Evlilik Uyumuna .....	4
2.1.1. Evlilik Uyumunun Tanımlanması .....	4
2.1.2. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler .....	6
2.3. Kuramsal Açıklamalar Ve İlgili Araştırmalar .....	7
2.3.1. Duygusal Zeka Kavramı .....	7
2.3.2. Duygusal Zeka Modelleri.....	9
2.3.3. Duyguları Algılama .....	9
2.3.4. Duyguların Kullanımı .....	9
2.3.5. Duyguları Anlama .....	10
2.3.6 Duygularını Yönetme .....	10

2.3.7. Duygusal Zeka Modeli.....	10
2.3.8. Duygusal Farkındalık.....	12
2.3.9. Duygusal Zeka ve Evlilik.....	13
Bağlanma Stilleri.....	16
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>26</b>
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....</b>	<b>29</b>
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM .....</b>	<b>42</b>
<b>ALTINCI BÖLÜM.....</b>	<b>46</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>49</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>56</b>
Ek 1.....	56
Ek 2.....	57
Ek 3.....	59
Ek 4.....	61
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>65</b>

## TABOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Ölçeklerin Güvenirlik Analizi.....	29
Tablo 2. Demografik özelliklere ilişkin dağılımlar .....	29
Tablo 3. Yaşın betimsel özellikleri .....	31
Tablo 4. Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler .....	31
Tablo 5. Değişkenlere İlişkin Normallik Testi.....	31
Tablo 6. YİYE II, Evlilik Uyumu ile Duygusal Zeka ölçekleri puanları arasındaki Spearman Korelasyon Analizi .....	32
Tablo 7. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Cinsiyet, Aile Yapısı ve Eşle Yakınlık Düzeyi açısından karşılaştırılmasına yönelik Mann-Whitney U Testi Sonuçları .....	33
Tablo 8. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Eğitim ve Çocuk Sayısı açısından karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis Testi Sonuçları	35
Tablo 9. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Evlenme Şekli ve Evlilik Süresi açısından karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis Testi Sonuçları	37
Tablo 10. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Çalışma Durumu açısından karşılaştırılmasına yönelik Mann Whitneu U Testi Sonuçları.....	39
Tablo 11. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Ailenin Toplam Aylık Geliri açısından karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	40

## SİMGELER VE KISALTMALAR

- EUÖ:** Evlilikte Uyum Ölçeği  
**YİYE II:** Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II  
**DZÖ:** Duygusal Zeka Ölçeği



# BİRİNCİ BÖLÜM

## PROBLEM, SINIRLILIKLAR, ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

### 1.1. Araştırmanın Amacı

Toplumun en temel birimi olarak ailenin ana yapısını oluşturan eşlerin birbiriyle uyumlu olması toplumu sağlıklı kılmaktadır. Günümüzde boşanma miktarlarını hızlı artması sebebiyle eşlerin birbirleriyle olan uyumu son zamanlarda giderek önemini artırmaya devam etmektedir. Bu sebepten dolayı evlilikteki eşlerin birbirleriyle olan uyum ya da uyumsuzluğunu ne tür etkenlere ilişkili olarak ortaya çıktığını ortaya çıkarmak bu çalışmanın ana hedefini oluşturmaktadır. Bütün bunlardan ve yapılan araştırmalardan ortaya çıkan ana nokta, kişilerin erken çocukluk dönemi yaşantıları sonucu geliştirdiği bağlanma stilleri ve duygusal zeka düzeyleri, yetişkinlik dönemindeki evliliklerinde evlilik uyumunu belirleyen etkenler arasında yer almaktadır. Bu çalışmada, yapılan çalışmalar temel alınarak, evlilik uyumunun, bağlanma stilleri ve duygusal zeka düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

### 1.2. Araştırmanın Önemi

Evlilik, kadın ve erkek arasında, mutlu bir hayatı paylaşmak, ortak idealleri gerçekleştirmek ve anne baba olmak gibi farklı amaçlar doğrultusunda yapılan sözleşmedir. İyi bir evlilikte, çiftlerin birbiriyle uyumlu olması beklenmektedir. Uyumsuzluk durumunda, bireyler hem kişisel olarak problem yaşamakta, hem de parçası olduğu toplumu dolaylı olarak etkilemektedir. Bunlara ek olarak çiftler arasındaki uyumsuzluk çocukları da etkisi altına almaktadır (Sümer & Güngör, 1999). Çiftler anne babalarından edindikleri aile yaşantısını evliliklerindeki ilişkilerine taşıyabilmektedirler. Bu çerçevede evlilik uyumu temel alınarak yapılacak olan çalışmaların büyük öneme sahip olduğu düşünülmektedir. Kişilerin duygusal zeka düzeyleri ve bebeklikte kurdukları ilişkinin nitelikli olmasının evlilik uyumunu belirlemede önemli bir yeri olduğu düşünülür. Anne baba ile kurulan bu temel ilişkinin

kalitesi, bireylerin ilerideki ilişkilerini etkilemektedir. Bütün bunlar göz önüne alındığında bağlanma stillerinin ve duygusal zekanın evlilik uyumunu da etkilediği düşünülmektedir. Bu tezin çerçevesi, bireylerin evlilik içinde uyumunu belirleyen çocuklukta temel aldıkları bağlanma stilleri ve duygusal zeka düzeylerinin etkisini anlayarak, çiftlerin birbirleriyle olan ilişkilerinde uyumu etkileyen değişkenleri kavrayıp, bütün evli çiftlere ve ebeveynlere bir rehber niteliğinde sunmaktır. Araştırmanın problemi, bağlanma stillerinin ve duygusal zeka düzeylerinin evlilik uyumu üzerine ilişkisini incelemek olup bütün bunlara ek farklı değişkenlerin (cinsiyet, eğitim durumu, evlilik süresi, eşlerin evlenme şekli, eşle yakınlık düzeyi, eşler arasındaki yaş farkı, çocuk sayısı, aile yapıları, ekonomik gelir vb.) evlilik uyumu üzerine ilişkisi araştırmanın problemi olarak ele alınmıştır. Bu araştırma sürecinde aşağıdaki alt problemlere cevap aranacaktır:

1. Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Evlilik uyumu ile duygusal zeka arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, evlilik süresi, eşlerin evlenme şekli, eşle yakınlık düzeyi, kaçınıcı evlilik, çocuk sayısı, aile yapıları, ekonomik gelir ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark var mıdır?

### **1.3. Araştırmanın Hipotezleri**

H1: Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Evlilik uyumu ile duygusal zeka arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Bu araştırmada hipotezin yanı sıra evli bireylerin kişisel bilgilerinin evlilik uyumuna etkisi ile ilgili bazı sorulara da cevap aranmaktadır. Bu sorular aşağıda verilmiştir:

1. Evlilik uyumu cinsiyet arasında fark var mıdır?
2. Evlilik uyumu eğitim durumu arasında fark var mıdır?
3. Evlilik uyumu çalışma durumu arasında fark var mıdır?
4. Evlilik uyumu evlilik süresi arasında fark var mıdır?
5. Evlilik uyumu eşlerin evlenme şekli arasında fark var mıdır?
6. Evlilik uyumu eşle yakınlık düzeyi arasında fark var mıdır?

7. Evlilik uyumu çocuk sayısı arasında fark var mıdır?
8. Evlilik uyumu aile yapısı arasında ilişki var mıdır?
9. Evlilik uyumu ekonomik gelir arasında ilişki var mıdır?

#### **1.4.Sınırlılıklar**

- 1-Bu araştırma hipotezde belirtilen sorular ile sınırlıdır.
- 2-Araştırma süre kapsamında 2020 yılı ile sınırlıdır.
- 3-Araştırma örneklemini internete erişimi olan evli Türk bireylerden elde edilen verilerle sınırlıdır.
- 4- Araştırmada elde edilen bulgular veri toplama aracı olarak kullanılan ölçeklerin nitelikleri ile sınırlıdır.
- 2.Araştırma, kapsamında yer alan formlar ve ölçtüklere özellikler ile sınırlıdır.

#### **1.5. Tanımlar**

Evlilikte uyumu: Evlilik uyumu, değişik karakterde olan iki insanın ortak amaçları gerçekleştirebilmek ve mesut olabilmeleri için birbirleri ile bütünleşmesi olarak tanımlanabilir (Şener & Terzioğlu, 2008, s. 8)

Bağlanma: Bağlanma teorisi, psikolojide kişinin, farklı bir bireyden yakınlık hissetme eğilimi ve yakınlık beklediği birey yakınında olduğunda kişinin güven içinde olduğunu bilmesidir. Bağlanma, çoğu zaman çocuk ile yetişkin bir kişi, bu kişi genelde anne olup onunla arasındaki olumlu bağı vurgulamak için kullanılan bir kelimedir.

# İKİNCİ BÖLÜM

## KAVRAMSAL VE KURAMSAL AÇIKLAMALAR

Bu bölümde araştırmadaki kavramsal ve kuramsal çerçeveyi oluşturan değişkenlere değinilmiştir.

### 2.1. Evlilik Uyumu

#### 2.1.1. Evlilik Uyumunun Tanımlanması

Evlilik, insanlık tarihi kadar evvel zamanlara dayanmakla beraber eşlerin yaşamlarında en kritik süreçlerden birisidir (Kalkan & Ersanlı, 2008, s. 965). Evlilik, eşlerin birlikte ortak karar almak, yaşamlarını paylaşmak ve ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla oluşturduğu bir birimdir. Bir başka deyişle iki bireyin yaşadığı ilişkinin hukuki düzlemde ve buldukları topluluk içinde kabul görmesidir evlilik (Akt: Kahyaoğlu Çakmakçı, 2020). Farklı araştırmalara göre ise; eşlerin hissi ve ruhsal anlamda birbirlerini yakın hissettikleri, dünyaya getirdikleri bireylere ise cemiyet önünde bir güvence temin eden yasal bir ilişkidir (Akt: Ulaşoğlu, 2020, s. 44). kışla İyi bir evlilik için, bireylerin öncelikle birbirleriyle vakit geçirmeleri, birbirlerinin benzerlik ve farklılıklarını fark etmeleri, yakınlarının da desteğini alarak süreci yürütmeleri ya da evlilik fikrine uygun görmedikleri kanaatine varmaları durumunda süreci sonlandırmaları faydalı olacaktır (Battal, 2008, s. 11). Buradan hareketle evliliğin psikolojik, fizyolojik, sosyal, duygusal ve toplumsal birçok boyutu olduğunu görmekteyiz. Evlilik kurumu kendi içerisinde türlere ayrılır. Şematik evlilik türlerine bakacak olursak:

#### 1. Oturulan Yer Durumuna göre:

- Matrilokal: Eşlerin kadın eşin ailesinin evinde oturması (İç güveysiliği).
- Patrilokal: Eşlerin erkek eşin ailesinin evinde oturması.
- Neolokal: Eşlerin ailelerinden bağımsız olarak kendi evlerinde yaşamasıdır.

#### 2. Eş Sayısına Göre:

- Monogami: Tek eş ile yapılan evlilik.
- Poligami: Çok eş ile yapılan evlilik olarak tanımlanarak 2'ye ayrılır:
  - Poliandri: Kadın eşin birden fazla erkekle evli olması.

- Polijini: Erkek eşin birden fazla kadınla evli olması.

### 3. Eşin Seçildiği Gruba Göre Yapılan Evlilikler:

- Endogami: Akrabalar ile yapılan evlilik.
- Ekzogami: Akraba dışındaki kişilerle yapılan evliliktir (Bağlı & Sever, 2005).

Evlilik ilişkisinde önemli bir yeri olan kavramlardan biri de evlilik uyumudur. Evlilik uyumu, çiftlerin evdeki mutluluk, işlevsellik, tatmin olma ve sorunlarını çözebilme yetisi olarak değerlendirilir (Yılmaz, 2001). Bireylerin problem çözme yetilerinin yüksek, yaşam doyumlarının fazla ve aynı idealleri arzulamaları olarak da tanımlanmıştır evlilik uyumu (Locke & Williamson, 1958). Ayrıca bireylerin problemler karşısında uzlaşabilecek pozitif bir yön bulabildikleri, ilişkide ortak noktalarda buldukları evlilikler de uyumlu evlilik olarak tanımlanır (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar, & Alpan, 2005, s. 41). Yani görünen o ki eşlerin karşılaştıkları olaylar karşısında gösterdikleri davranış biçimleri evliliğin uyumlu ya da uyumsuz olmasına etki etmektedir. Kişiler evlilik süreci ile birlikte yaşantılarını paylaşma sürecine girerler. Eşler tutum ve davranışlarını dengede tutma ve evliliğin gerekliliklerini yerine getirme konusunda zorlayıcı deneyim yaşayabilmektedir (Ersanlı & Kalkan, 2008). Çiftlerin ihtiyaçlarını karşılama ve yaşantılarını paylaşma konusunda dengeli ve uyumlu olmaları evlilik uyumunun önemli belirleyicilerindedir. Eşlerin evlilik süreci içerisindeki mutluluk düzeyi evlilikten tatmin olma hisleri ile ilişkilidir (Yılmaz, 2001). Eşlerin beklentilerinin yerine getirebiliyor olması onların tatmin olma seviyelerini yükseltmekte evlilikte uyumu sürdürmektedir (Rodoplu, 2019, s. 23). Eşlerin evlilik süreci içerisindeki tutumları, evlilik uyumu için büyük önem arz etmektedir. Çiftlerdeki evlilik uyumu, çifti oluşturan bireylerin yaşları, evliliklerinin süresi, aralarındaki iletişimin düzeyi, ortak karar alabiliyor olmaları, beklentilerinin ve arzularının karşılanması ve tatmini, aile ve akrabalarıyla olan ilişkileri, boş zaman aktiviteleri ve aile bütçesi konusunda aynı fikirde olmaları gibi birçok faktörden etkilenmektedir (Akt: Mutlu, Erkut, Yıldırım, & Gündoğdu, 2018: 243). Buradan hareketle uyumlu bir evlilikte eşlerin birbirine hoşgörülü olması, karşılıklı anlayış ve empatik bir bakış açısı hakimdir diyebiliriz. Başka bir araştırmaya göre de bir evliliğin başarılı olarak değerlendirilebilmesi için evlilik uyumuna işaret eden bazı noktalardan oluşması gerekmektedir.

Bunlar;

1. Nakdi konularda emek vermek
2. Hoş vakit değerlendirmesi
3. Din ile ilgili mevzular
4. Çocuğun korunma ve bakımı
5. Şefkat vermek
6. Arkadaşlar
7. Hayat felsefesi
8. Sorunları halletme biçimi
9. Kişisel ilişkiler
10. Sofra adabı
11. Eşin ailesiyle olan ilişkiyi yönetme tarzı
12. Sofra görgü kuralları
13. Geleneksel konular
14. Çiftin birlikte dışarıda zaman geçirmesidir (Burgess, 1939).

Bu bağlamda evlilikte uyuma bakarken dini,siyasi, ekonomik, politik ve duygusal birçok sürecin etkisinin söz konusu olduğunu düşünebiliriz. Sorumluluklar, öncelikli durumların paylaşımı gibi konularda sık sık sözlü ve sözsüz duygusal ifadelerle iletişim kuran çiftlerin, iletişimi daha az olanlara göre daha uyumlu olduğu görülmektedir (Tucker & Horowitz, 1981, s. 249).

### **2.1.2. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler**

Evlilikte uyumu etkileyen birçok unsur vardır. Bu unsurlar sosyo-demografik değişkenler olarak araştırmalarda yer almaktadır. Ağırlıklı olarak cinsiyet, yaş, eğitim seviyesi, evlenme şekli, evlilik yaşı, gelir durumu, çocuk sayısı, evlilik süresi, anlaşma biçimi gibi özelliklerin evlilik uyumu üzerinde etkili olduğu belirtilmektedir.

Sosyo-demografik değişkenlerin bireylerin evlilik uyumuna etkisinin incelendiği başka bir araştırmada ; cinsiyet bazında erkeklerin evlilik düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olmakla birlikte her iki bireyin de eğitim seviyesi, ekonomik durumu, 35 ve üzeri evlenme yaşı, iletişim paylaşımı ve bundan hoşnut olma seviyeri arttıkça evlilik uyumunun arttığı saptanmıştır (Şener & Terzioğlu, 2008, s. 18).

Ekonomik durum ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiye bakılan başka bir çalışmada, ekonomik seviyesi kötü olan bireylerin, psikolojik bağlamda daha çok sıkıntı yaşadıkları bununla birlikte evlilik uyumuna olumsuz etki ettiği saptanmıştır (Kinnunen & Feldt, 2004, s. 528). Yüksek gelir seviyesinin evlilik uyumuna pozitif yönde etki edeceği belirtilebilir.

Eğitim düzeyi ve evlilik uyumunun incelendiği bir araştırmada lisans ve üstü eğitim seviyesine sahip çiftlerin, eğitim seviyesi düşük olan bireylere göre evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Erdoğan, 2008, s. 75). Benzer nitelikte başka bir çalışmada ise aynı statüde bulunan eşlerin paylaşımları ve evlilik memnuniyetlerinin daha yüksektir olduğu bulunmuştur (Tynes, 1990, s. 172). Eğitim düzeyi yükseldikçe eşlerin birbirlerinin hislerini daha iyi anlayarak daha rahat iletişim kurdukları söylenebilir.

Literatürde evlilik uyumu ve çocuk sahibi olma durumuna yönelik farklı bulgular bulunmakla birlikte, yapılan bir araştırmada çiftlerin kaç çocuk sahibi ve ne kadar süredir evli oldukları gibi özellikler evlilik uyumuna etki etmediği belirtilmektedir (Kışlak & Çabukça, 2002, s. 5). Başka bir çalışmada ise çocuk sahibi olan bireylerin çocuk sahibi olmayan bireylere göre evlilik uyumları daha yüksek bulunmuştur (Şahin Altun, Polat, Ejder Apay, & Olçun, 2020).

Başka bir çalışmada, uyumlu bir evlilik algısı olan bireylerin cinsel doyumlarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Türkseven, Söylemez, & Dursun, 2020, s. 18). Destekler nitelikte olan başka bir araştırmada, cinsel doyum seviyesi yüksek olan bireylerin, evlilik yaşamlarında birçok şeyi problem olarak görmediği belirtilmiştir (Uzel, 2015, s. 57) Buradan hareketle cinselliğin evlilikte uyum konusunda önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir.

## **2.3.Kuramsal Açıklamalar Ve İlgili Araştırmalar**

### **2.3.1.Duygusal Zeka Kavramı**

Son zamanlarda yapılan çalışmalarda kişilerin tutum ve davranışlarını açıklamak için duygusal zeka olgusu üzerine araştırmalar artmıştır. Duygusal zeka olgusunu daha iyi açıklayabilmek için duygu ve zeka kavramlarının ayrı şekilde açıklanması beklenmektedir (Doğan & Şahin, 2007)

Duygu kavramı kişiyi harekete geçiren ruh olarak tanımlanmış (Baltaş, 2011). Buradan anlaşılacağı üzere duygular insanın harekete geçmesine yardımcı olan dürtüler olarak tanımlanmaktadır. Duygular kişilerin davranışlarını etkileyen ve topluma uyumunu sağlayan tepkileri ayarlayan içsel sistemimizdir. Zeka kavramı ise kişinin düşünme, akıl yürütme, çıkarımda bulunma, yargılama ve algılama gibi zihinsel süreçlerin bütününe içeren bir kavram olarak tanımlanmaktadır. Zeka kavramı, zihinsel yetenek ölçütleri olarak da tanımlanmaktadır (Block & Kremen, 1996). Zeka kavramının temeline bakıldığında bireyin öğrenme, bellek yetenekleri ve akademik süreçlerinin değerlendirildiği işlevler olarak da tanımlanabilmektedir.

İnsan hayatının erken döneminde zeka sadece bilişsel beceriler olarak tanımlanırken araştırmacılar, zekayı bireyin çevreye, yakın ilişkilere uyumun sürecini de eklemiştir. Akademik zekanın ifadesi olarak kullanılan IQ yanında zekanın duygusal tarafı olarak tanımlanan EQ kavramı da bulunmaktadır. Buradan hareketle iki farklı zekamız bulunmaktadır. İnsanın akademik başarısını IQ ölçütü belirlerken aynı zamanda hayat başarısının ölçütü olan EQ düzeyidir. Duygusal zeka olarak tanımlanan EQ kavramı farklı birçok alandan araştırmacılar tarafından incelenmiştir (Aslan, 2004). Sanat, edebiyat gibi alanlarda kullanılan farklı zihinsel süreçlerin kullanımı duygusal zeka kavramının önemini artırmıştır. Zekanın birçok farklı özelliğinin olduğunun anlaşılması ile kişinin yaşamdaki etkinliğini içeren duygusal zeka kavramı önemi artmıştır. Duygusal zeka kişinin kendisinin ve bir başkasına ait olan duygusal süreçleri fark edebilme, duygu ve davranışlarını duruma uygun kullanabilme becerisidir (Salovey & Mayer, 1990). Duygusal zeka, kendi iç dünyasını fark edebilme ve başarısının duygularını değerlendirerek eylemlerini düzenleyebilme beceri şeklinde de tanımlanmıştır. Duygusal zeka, kendimizin ve başka insanların duygularını fark edebilmeyi ve duygusal enerjimizi ilişkilerimize aktararak duruma uygun tepkiler verebilmeyi kolaylaştıran etken olarak tanımlanmıştır.

Aile yaşantısı, kişinin duygularla tanıştığı ilk yerdir. Bu yerde kişi kendinin ve başkalarının hislerine ne biçimde karşılık vereceğini, bu duygularla yoluna nasıl devam edeceğini, kendi duygularını nasıl değerlendirip, ifade edebileceğini öğrendiği önemli bir kurumdur (Goleman, 2003, s. 252).

Duygusal zeka ve akademik zeka birbirinden farklı yönleri bulunsa bile aslında temel olarak birbirinin tamamlayıcısıdır. Farklı bir tanıma göre duygusal zeka aslında zeka duygularının akılcı bir şekilde kullanılması olarak tanımlanmaktadır (Goleman, 2003)

### **2.3.2. Duygusal Zeka Modelleri**

Duygusal zekayı açıklamaya yönelik farklı modeller geliştirilmiştir. Literatürde farklı şekillerde açıklanan duygusal zeka kavramı yetenek ve karma olarak iki farklı modelle açıklanmaktadır (Baltaş, 2011).

Mayer ve Salovey aracılığı ile ortaya konulan yetenek modeli, kişinin duyguları anlama, anlamlandırma, yönetme ve uyum sağlama becerisi şeklinde bölümlere ayrılmıştır. Bu zeka modeline göre, duygusal zeka kişinin duyguya dayalı bilgileri işleme koyan zekanın bir bölümüdür (Van Rooy, Alonso, & Viswesvaran, 2005). Karma model ise kişiyi kişisel özellikleri ile bütüncül bir yaklaşım ile incelemektedir. Bu modele göre, duygusal zeka düzeyi yüksek olan bireylerin, kendileri ve diğerlerinin duygularını doğru bir şekilde anlama becerisi onların ilişkilerini nitelikli hale getirecektir.

### **2.3.3. Duyguları Algılama**

Bireylerin sözlü ve sözsüz duygu ifadelerini algılaması en temel becerilerinden biridir. Kişinin ilişkilerini şekillendiren en temel işlevlerinden biri olan bu yeteneği ile sosyal işlevselliği artmaktadır. Duyguları algılama kişinin bilgi kaynakları doğru bir şekilde değerlendirmesine ve karar vermesine kaynaklık eden önemli bir beceridir.

### **2.3.4. Duyguların Kullanımı**

Duyguların kullanımı duygusal zeka modelinin ikinci bölümünü oluşturmaktadır. Duyguları kullanma, kişinin duyguları ve duygularıyla ilişkili bilgileri kullanma yeteneğidir. Duygu kullanımı konusunda beceri sahibi kişi, kendisinin ve bir diğerinin duygularını önceden anlamlandıracak ve ilişki sürecini sağlıklı bir şekilde yönetecektir. Duyguların doğru kullanımı kişinin sorun çözme becerisine de olumlu etkisi olduğu bilinmektedir.

### **2.3.5. Duyguları Anlama**

Duyguları anlama duygusal zeka modelinin üçüncü bölümünü oluşturmaktadır. Kişinin etkileşimde bulunduğu durumlarda ortaya çıkan duygular arasındaki farkı anlayabilmesine katkı sağlar. Kişi, bu becerisi ile duyguların anlamlarını anlayarak duygusal bilgi ile kıyaslama yapabilmektedir.

### **2.3.6 Duygularını Yönetme**

Duyguları yönetme duygusal zeka modelinin dördüncü bölümünü oluşturmaktadır. Bu yetenek ile birey kendi içsel sürecini yönetirken buna ek olarak başkalarının duygularını yönetebilmektedir. Buradan anlaşılacağı üzere, duygusal zeka ile birey olumsuz duyguları azaltarak başkalarının duygularını yönetebilmektedir.

### **2.3.7. Duygusal Zeka Modeli**

Duygusal zeka modeli, duygusal zekanın yapısını açıklama getiren modellerden birisidir (Karahana & Özçelik, 2006). Bu zeka modeline göre duygusal zeka en basit düzeyden kompleks yapıya doğru sıralanan basamaklardan oluşur (Karahana & Özçelik, 2006). Bu basamakların tanımlanırken şu şekilde sıralanmıştır:

1. Modelin ilk basamağına da duyguların algılanma, değerlendirilme ve ifade edilme süreçleri yer almaktadır. Duygusal süreçlerde kullanılan dil, ses tonu ve fiziksel değişim belirtilerinin yorumlanması ve ifadeler arasındaki farkların ayrımını yapabilme becerisi bu boyutta yer almaktadır
2. Bu modelin ikinci basamağında duyguların düşünce ile ilgili basamağıdır. Bu boyutta duyguların bilişsel süreçler üzerine etkisini açıklar.
3. Modelin üçüncü basamağında duygusal hafıza basamağı yer almaktadır. Erken dönemde edinilen deneyimlerin, duyguları anlama ve yorumlama süreçlerine olan etkisini açıklar.
4. Modelin son basamağında duygusal ve bilişsel olgunlaşmayı artıran duygu düzenleme basamağı yer almaktadır. Bu basamakta duyguları ve nedenlerini anlayabilme, duyguların bedensel yansımalarını fark edebilme süreçleri yer almaktadır. Bu basamakta olumsuz duyguları kontrol altına alma ve olumlu duyguların gelişimini hızlandırma süreçleri yer almaktadır.

Duygusal zekanın ele alınan bu boyutları insanın kurduğu ilişkileri doğrudan etkiler. Çevre ile kurulan ilişkilerin niteliğinde duygusal zekanın rolü önem taşımaktadır. Bir yandan kendi iç dünyamızı tanımamız, bir yandan da dış dünyadaki farkındalık düzeyimiz duygu ve davranışlarımızı düzenlememiz için gereklidir. Duygusal zeka, bireyin kendi iç dünyasını düzenleyebilme, dış dünyadaki etkileşiminde ruh halini düzenleyebilme becerisi olarak da tanımlanmaktadır. Stresli yaşam deneyimlerinin kişinin uyum düzeyine etkisi bilinmekle beraber, duygusal zeka düzeyi yüksek olan kişilerin bu olaylara karşı uyum sağlayıcı eylemler gösterdikleri bilinmektedir. Bu durum kişinin duyguları doğru yorumlaması, değerlendirmesi, ifade etmesi, duygu kontrolü ve duygu düzenleme becerileri ile açıklanmaktadır (Armstrong, Galligan, & Critchley, 2011). Duygusal zeka, kişinin kendi duygularının farkında olmayı, duygusal deneyimlerinden hareketle problem çözme sürecinin önemli bir parçası olarak da tanımlanmaktadır. Duygusal zeka bireylerin problem çözme, duygularını düzenleyebilme, çatışma çözme ve zorlayıcı duygularla idare etme ve sağlıklı ilişkiler kurması açısından önemlidir. Yapılan araştırmalarda duygusal zeka düzeyi yüksek olan bireylerin yakın ilişkilerindeki uyumu daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatürde duygusal zeka düzeyi yüksek olan kişilerin ilişkilerinde daha memnun oldukları ve ilişkilerindeki çatışma durumlarının çözümünde daha etkin çözüm yöntemleri kullandıkları belirlenmiştir (Simith, Heaven, & Ciarrochi, 2008). Evlilik sürecinde çiftler süreç içerisinde utanç, öfke, üzüntü gibi negatif duygular hissedebilir. Bu duyguların doğru bir şekilde tanınması, çatışma yaşarken bu duyguları düzenlenebilmesi evlilik uyumunu artmasına katkı sağlar. Bunlara ek olarak duyguların düzenlenmesi çiftlerin uzun süreli ilişkilerinde iyi oluşlarına katkı sağlar (Schutte, ve diğerleri, 2001). Duygusal zeka düzeyi yüksek olan kişilerin yakın ilişkilerinden aldıkları doyumun yüksek olduğu bulunmuştur. Duygusal zekası yüksek olan kişiler duyguları tanıma, kendi istek ve ihtiyaçlarının farkına varma, kişilerarası ilişkilerinde güvene dayalı ilişkiler kurmaktadır.

Duygusal zeka kişiye insanların duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını anlayabilme ve diğer insanlarla iletişim halinde olmasını güçlendiren etkenlerin önemli bir parçasıdır. Duygusal zeka düzeyi kişinin içinde bulunduğu bağlamdan etkilenen bir faktör olarak değerlendirilir. Bu açıklamadan anlaşılacağı üzere etkileşimler ve içinde bulunduğumuz ortam duygusal zeka gelişiminin önemli bir belirleyicisidir. Yapılan araştırmalarda, duygusal zekanın verilen eğitim ile gelişebileceği ve aynı zamanda gelişen duygusal

zekanın, akademik zeka düzeyine de etki ederek kişinin hayat kalitesini artıracığı bulunmuştur (Yeşilyaprak, 2001). Duygular, bireylerin diğer kişilerle ilişki kurma ve bu ilişkileri sürdürmesinde önemli bir belirleyicidir. Duygular, insan yaşamının önemli bir parçasıdır. Duygusal zekası yüksek olan insanlar duygularını değerlendirme ve ifade etme özelliğine sahiptir. Duyguları düzenleyebilme becerileri bu kişilerin karşılına çıkan stresli yaşam olayları ile baş edebilme ve sorunlarına etkin çözüm yolları üretebilme noktasında büyük yarar sağlar. Duygusal zeka kişilerin duyguları yolu ile edindikleri bilgileri kullanma ve kendi ruh hallerini düzenleyebilme becerisi katar. Duygusal zeka kişiye kendisinin ve diğer insanların duygularını düzenleyebilme becerisi katan önemli bir etkidir (Çetinkaya & Alparslan, 2011, s. 365).

Duygusal zeka, bireylerin sahip olduğu önemli bir zihinsel beceridir. Duygusal zeka, kişinin kendisinin ve diğerinin duygularını doğru bir şekilde anlamasına, yönetmesini ve yorumlamasını sağlayan önemli bir zihinsel beceridir.

Duygusal zeka, insanın duygularını kullanarak diğer insanlarla etkili bir şekilde iletişim kurma becerisi ve bu iletişimi sürdürmesine katkı sağlayan önemli bir motivasyon kaynağıdır. Duygusal zeka gelişiminde yaşanan aksaklıklar bireyin diğer insanlarla ilişkilerine yansır ve çeşitli ruhsal sorunlar yaşamasına sebep olabilir.

### **2.3.8. Duygusal Farkındalık**

Duygusal farkındalık, bireyin duygularının farkında olması ve bu duyguları ifade etmesi olarak tanımlanabilir. Duygusal deneyimler kişinin hem dış dünyayı yorumlama süreçlerine hem de kişinin iç dünyasındaki değişimleri anlamlandırma şekillerine etki eder. Duygusal farkındalık, bireyin kendisi ve karşısındaki diğer bireylerin duygularını anlayabilmesini süreci olarak tanımlanır (Kurt, Kızıldağ, Zorbaz, & Özer, 2015). Kişinin kendi duygularının farkında olması, kendi iç dünyasını tanıması, diğer insanlarla kurduğu ilişkilerde eylemlerini düzenlemesine katkı sağlar. Duygu düzenleme becerisi kişinin ilişkilerindeki uyumu artırmasını sağlar. Duygusal farkındalık düzeyi yüksek olan bireyler sorun çözme ve karar verme süreçlerinde daha başarılıdır (Stanton, Kirk, Cameron, & Danoff-Burg, 2000). Duyguları tanıma, kendi iç dünyasındaki duyguları anlamlandırma becerisi düşük olan bireyler sosyal ilişkilerinde daha çok olumsuz duygular yaşarlar (Swinkels & Giuliano, 1995).

Kişinin farkındalık düzeyi, kendi iç dünyasını tanımaya yardımcı olan önemli bir etkidir. Kendi iç dünyasının farkında olan kişi duygularını ifade etme ve bunları dile getirme konusunda kaynaklara sahiptir. Bu tür beceriler kişinin nitelikli yakın beceriler kurmasına yardımcı olur.

Duygusal zeka, kişilerin ilişkilerinde kendini gösteren en önemli faktörlerden biridir. Duygusal zeka düzeyi yüksek olan bireyler insanlarla kurduğu ilişkilerinde empati duyabilen, değişime uyum sağlayabilen, yaşanan stresli yaşam olaylarında kendini düzenleme becerisine sahip bireylerdir. Duygusal zeka insanların birbirleri ile kurdukları ilişkilerindeki başarısını etkileyen önemli bir faktördür. Duygusal zeka düzeyi düşük olan bireyler, duyguları tanıma ve işlevsel bir çözüm yolu bulma noktasından uzak oldukları belirlenmiştir. Duygusal zeka, çiftlerin evlilik süreçlerindeki uyumunu etkileyen faktörler arasındadır (Durmuş & Eser, 2014). Araştırmalara göre duygusal farkındalık, karşısındaki kişinin duygularını anlama düzeyi arttıkça çiftlerin evlilik uyum düzeylerinin de arttığını göstermektedir. (Dilbar, Bashir, Shoaib, Sultan, & Saeed, 2012). Çiftlerin duygusal farkındalık düzeylerinin yüksek olması ilişkide duyulan memnuniyetin artırıcı bir faktör olarak değerlendirilmiştir. Bu nedenle duyguların farkındalığı, ifadesi evlilik sürecinde ilişkinin sağlıklı ilerlemesi için gereklidir (Cordova, Gee, & Warren, 2005). Çiftlerin ilişkilerinin sağlıklı ilerleyebilmesi için kişilerin duygusal zeka düzeyi önemli bir faktördür. Duygusal zeka düzeyi bireylerin kendi duygularını ve başkalarının duygularını fark edebilmesi ve eylemlerinde bu farkındalık doğrultusunda şekillendirmesi açısından önemlidir. Duyguların farkındalığı, bireye karşısındaki kişiyi anlaması ve empati duyması için sosyal ipucu sağlayan önemli bir faktördür (Alcorn & Torney, 1982).

Duygusal zeka, bireylerin sahip olduğu önemli bir zihinsel beceridir. Duygusal zeka, kişinin kendisinin ve diğerinin duygularını doğru bir şekilde anlamasına, yönetmesini ve yorumlamasını sağlayan önemli bir zihinsel beceridir.

### **2.3.9. Duygusal Zeka ve Evlilik**

Evlilik, çiftlerin ortak hedefler doğrultusunda bir araya geldiği, olumlu ve olumsuz birçok duyguyu birlikte yaşadıkları sosyal ve duygusal bir kurumdur. (Saygılı , 2000). Çiftlerin birlikte yaşam kurma arzusu ile oluşturdukları evlilik kurumu, birbirini tamamlayan roller ve sorumluluklar bütünüdür. Evlilik, çiftlerin

biyolojik, sosyal, psikolojik olarak birçok işlevlerini yerine getirme arzusu ile meydana getirdikleri bir kurumdur (Özgüven, 2017).

Biyolojik olarak eşlerin birlikteliği insanlığın devamını sağlama noktasında önemli bir işlevi vardır (Tarhan, Duyguların dili, duygusal zekâya yeni bir yorum, 2010). Evlilik kurumu ile çiftler çocuk sahibi olma ve cinsel hazzını karşılama arzusunu karşılar. Buradan anlaşılacağı üzere, evlilik kurumu çiftleri biyolojik ihtiyaçlarını karşılamasına ve birlikteliklerine toplumsal olarak meşru boyut kazandırmalarına aracılık eder (Tarhan, Duyguların dili, duygusal zekâya yeni bir yorum, 2010).

Evlilik kurumu ile çiftler onay görme, hayata karşı güven duyma ve koruma ihtiyaçlarını karşılar. Bu ihtiyaçların karşılanması ile evliliğin sosyal işlevidir. Kurduğu evlilik ile çiftler toplum normlarına uygun davranarak huzur, mutluluk, güven ve saygınlık gibi birçok olumlu sosyal kazanç elde etmektedir.

Evlilik kurumu ile çiftler sevmeye ve sevilme ihtiyaçlarını karşılar. Bu ihtiyacın karşılanması evlilik kurumunun psikolojik işlevini gösterir (Özgüven, 2017). Buradan anlaşılacağı üzere, evlilik kurumu çiftlerin sevmeye, beğenilmeye ve kabul görme duygusu gibi birçok olumlu duygusunu karşılar. Eşlerin evlilik süreci boyunca etkileşimleri, yaşanan problem durumlarına çözüm bulmaları evliliğin psikolojik boyutunu göstermektedir (Tarhan, Duyguların dili, duygusal zekâya yeni bir yorum, 2010).

Günümüzde birçok ihtiyacı karşılamak için bir araya gelen çiftlerin uyumu, toplumsal refah açısından önem kazanmaktadır. Birbirlerini tercih eden bireylerin huzur ve mutluluğu aile kurumunun sağlıklı işleyişi açısından önemlidir. Sağlıklı aile yapısının temelinde çocukların huzur ve mutluluk içinde yaşadığı, geleceğe karşı umut verici bir yapının olduğu görülmektedir. Evlilik sürecinde çiftlerin mutlu ve uyum içinde olması ruh sağlıklarını olumlu yönde etkilemektedir. Evlilik kurumunun sağlıklı işlememesi kişilerin beden ve akıl sağlığına zarar verici etkide bulunur. Evlilik sürecinde uyum, çiftlerin ruh sağlığını etkileme konusunda olumlu yönde etkisi bulunmaktadır (Sardoğan & Karahan, 2005).

Son yıllarda yapılan araştırmalar, dünyada meydana gelen sosyal ve kültürel değişimlerin, evlilik ilişkisinin yapısını etkilediğini göstermektedir. Geçmiş dönemde daha temel sorumluluklar ve ilişki yapısı bulunurken, son zamanlarda çiftler daha karmaşık bir ilişki yapısı ile birlikteliklerini devam ettirmeye çalışmaktadır. Yapılan araştırmalar, duygusal zekanın evlilik uyumunu etkileyen önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Duygusal zeka düzeyleri yüksek olan

çiftlerin evlilik doyumlarının yüksek olduğu belirtilmektedir (Zarch, Marashi, & Raji, 2014). Literatürde, evlilik uyumu ve duygusal zeka arasındaki ilişki inceleyen araştırmalar yer almaktadır. Evlilik ile birlikte kişinin hayatında bir takım değişiklikler meydana gelir. Bireyin evlilik rolüne girmesiyle birlikte sorumluluklarında ve diğer insanlarla olan ilişkilerinde bir takım değişiklikler yaşar. Evlilik süreci ile birlikte, kişiler birbirlerinden bir takım beklentiler içinde olurlar. Bu beklentiler karşılanmadığı ya da eksik kaldığı zaman bazı sorunlara sebep olabilmektedir (Sevim, 1999). Bütün bunlardan anlaşılacağı üzere, evlilikte sağlanan uyumun artması hem çiftlerin hem de toplumun sağlıklı işleyişi açısından önemli bir işleve sahiptir. Evlilik sürecinde uyumun artması, stres durumları karşısında bireylerin ruh sağlığını koruma konusunda önemli bir işleve sahip olduğu bilinmektedir (Sardoğan & Karahan, 2005).

Evlilik sürecinde yaşanan sorunlar, çiftlerin olumsuz duygular yaşamasına sebep olurken aynı zamanda birbirlerine karşı olumsuz tutum ve davranış sergilemelerine neden olmaktadır. Evlilik sürecinde kişilerin iletişim becerileri evlilik uyumunu etkilediği düşünülmektedir (Yalçın, 2014). Çiftler sözlü ve sözsüz iletişim kaynaklarını ne hissettiklerini anlamak ve ifade etmek için kullanırlar. Duygusal zeka düzeyi yüksek olan bireyler kendi duygularını ve aynı zamanda diğer kişilerin duygularını anlama ve karşıdan gelen talepleri doğru bir şekilde değerlendirebildikleri için nitelikli iletişim kurabilmektedir.

Evlilik uyumunda ortaya çıkan mutluluk ve huzurlu birliktelikler hem çocukların hem de eşlerin ruhsal durumlarını olumlu yönde etkilemektedir. Evlilik sürecinde sağlanan uyumun kişilerin ruh sağlığına olumlu yönde etki ettiği bilinmektedir (Bloom, Asher, & White, 1978).Eşlerin ekonomik, sosyal, psikolojik ve sorumluluklar yönünden doğru planlanması ailenin sağlıklı işleyişi açısından önem arz etmektedir. Eşlerin birbiri ile bu gibi konularda uyumsuz olması, aile yapısını olumsuz yönde etkileyerek evlilik kurumuna zarar verici etkiler meydana getirebilmektedir.

Son zamanlarda evlilik uyumu ile duygusal zeka arasındaki inceleyen birçok araştırma bulunmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre duygusal zeka düzeyi yüksek olan çiftlerin evlilik uyumlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Yapılan araştırmalarda, evlilik uyumu eşlerin karşılıklı istek ve beklentilerinin ne ölçüde karşılandığı ile yakından ilişkili olduğu bulunmuştur.

Duygusal zekanın alt boyutları olan duyguları algılama, kullanma, anlama ve yönetme becerileri eşlerin uyumunu arttırmasına yardımcı olan belirleyicilerdir. Evlilik uyumunu etkileyen faktörler arasında nitelikli ve etkili iletişim kurabilme becerisi olduğu çalışmalarca gösterilmiştir. Evliliğin başlaması ve devam etmesine yardımcı olan etkili iletişim becerisi eşlerin aralarında dayanışma kurma sağlayan önemli bir etkidir. İyi ve nitelikli bir iletişim evliliğin niteliğini belirlemede önemli bir etkidir. Çiftlerin etkileşim içerisinde bulunduğu evlilik yaşantısı kadın ve erkeğin iletişim içerisinde bulunduğu önemli bir kurumdur (Cingisiz & Murat, 2010).

Evliliklerde eşler arasında sorunlar yaşanabilmektedir ancak asıl önemli olan bu sorunlara nasıl çözümler geldikleridir. Kişilerin sorun çözme becerisinde önemli bir yeri olan duygusal zeka düzeyinin, kişilerin evlilik sürecindeki sorunlarını çözme noktasında önemli bir yeri bulunmaktadır. Çiftlerin sağlıklı bir evlilik düzeni kurmaları ve devam ettirmeleri için birbirlerinin duygularını tanıma ve duygularını ifade etme becerisine sahip olmaları gerekmektedir. Duygusal zeka, kendi içsel süreçlerin farkındalığı ve duygu ile ilgili bilgiyi değerlendirme yeteneği sağladığından problem çözme sürecinde önemli bir belirleyicidir. Duygusal zeka düzeyi yüksek olan bireyler evliliklerinde eşlerinin duygularını anlama ve sorunları daha etkin çözüm yolları kullanarak çözdükleri bilinmektedir (Şahin, Güler, & Basım, 2009). Duygusal zeka düzeyi yüksek olan kişiler, yaşanan çatışma durumlarını idare etme ve etkin çözüm yöntemleri bulma konusunda yetenekli kişilerdir (Karabulutlu, Yılmaz, & Yurttaş, 2011).

Evlilik ilişkisi içerisinde çiftlerin birbirinin duygularını anlamama, ifade edememe ve düzenleyememesi evlilik uyumlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Literatürde bu durumu destekleyen farklı sonuçlar bulunmuştur.

## **Bağlanma Stilleri**

### **Bağlanma Kuramı**

İnsan yapısı gereği çevresindeki kişilerle ilişki kurmaya muhtaç bir varlıktır. Bu muhtaç olma durumu insanda çevresiyle bağ kurma gereksinimine götürmüştür. Bu bağı Bowlby bağlanma kavramı ile açıklamıştır. Ona göre bağlanma; insanların yaşamları boyunca stresli süreçler dâhil olmak üzere bir figüre yakın olma ve bu durumu devam ettirme halidir (Bowlby, Bağlanma, 2012, s. 252). Ainsworth ise, 'bebeğin annesiyle

etkileşimlerinin, deneyiminin bir sonucu olarak ve bu sırada sinir sisteminin içine eklenerek' meydana gelen bağlanmayı gözle görünen davranışların da ötesinde içsel kaynaklarla ilişkilendirmektedir (Ainsworth, 1967, s. 429). Dolayısıyla bağlanma, bebeklerin bakım verenler ile yakınlıklarını gözeterek hem çevreden gelecek riskleri önleme de hem de çevreyi gözlemlerinde destekleyici rol oynar. Kısaca bağlanma sistemi çocuklar ile bakım verenleri arasında kurulan bağ noktasında dört tip davranış ile belirlenebilir; yakınlık arayışı ve bunu sürdürme isteği, ayrılma durumunda karşı çıkma tepkisi, deneyimleme sırasında bakım vereni güvenli bölge olarak görme ve ihtiyaç durumunda güvenilir bir kaynak olarak değerlendirebilme (Sümer & Güngör, 1999, s. 73). Bağlanma ilişkisinin 4 temel amacı vardır (Bowlby, 1988). Bunlar:

1. “*Yakın bakım da yakın olma arzusu*”: Fiziki yakınlık ile zararlara yönelik korunma ve çevreyi keşfe çıkma.
2. “*Güvenli bir sığınak*”: Çevreden gelebilecek zararlara karşı bakım verene dönebilme durumu.
3. “*Güvenli üs*”: Keşfe çıktığı sırada karşılaşacağı zararlara karşılık bakım verenin desteğini kullanma..
4. “*Ayrılık acısı yaşaması*”: Bakım verenin yokluğu durumunda kaygılanma.

Bowlby (1969) bağlanmayı canlıların doğuştan getirdiği ve hayata devam edebilmeleri için temel olan bir duygu düzenleme sistemi olarak tanımlamaktadır. Bağlanma, bebek ile bakım veren arasındaki duygusal bağ, bakım verme ve bağlanma mekanizmalarının bir bütün içinde işleyişinin bir sonucu olarak açıklanmaktadır.

Bağlanma kuramı geçmişten günümüze kadar detaylı bir şekilde incelenen kavramdır. Dünyaya savunmasız bir şekilde gelen her bireyin dünya ile temas ettiği andan itibaren bir bağlanma nesnesine ihtiyaç duyduğu ve onunla temas kurarak güven ihtiyacını karşılamak istediği bilinmektedir. Bebeklik döneminde bağlanma nesnesi ile kurulan iletişim, bebeğin ihtiyacı olan güven ve yakınlık ihtiyacını karşılaması için aracılık etmektedir. Ancak bağlanma nesnesi ile her birey aynı şekilde iletişim biçimi geliştirememekte, güven ve yakınlık ihtiyacını uygun bir şekilde karşılayamamaktadır (Bowlby, 1980). Bu durumun sebepleri araştırıldığında çocuğun yetiştiği aile ortamının

ve ebeveyn tutumlarının etkili olduğu bulunmuştur. Bireylerin erken dönemde aile ortamında yaşadığı olumsuz yaşam deneyimleri ileri dönemde çevreye ve kendine olumsuz zihinsel yapılar geliştirmesine zemin hazırlamaktadır.

Bebekler dünyaya geldiği andan itibaren bir bağlanma nesnesinin bakım ve korumasına ihtiyaç duyar. Bir süre sonra kendine bakım ve koruyucu görev üstlenen bağlanma nesnesine karşı yakınlık geliştirmeye başlar. Bebek, bağlanma nesnesi ile kurduğu yakınlığı tehlike anında bağlanma davranışları sergileyerek her defasında tekrar sağlar. Tekrarlayan bağlanma davranışları bebeğin bakım verene sevgi ve güven duymasını sağlar. Bowlby'e göre bebek ile bakım nesnesi arasında oluşan duygusal etkileşime bağlanma denir (Shaver & Hazan, 1993).

Bağlanma (1980) bebek ile bağlanma nesnesi arasında güvenli bir bağlanma oluşturabilmek için birbirini tekrarlayan bir iletişim ve etkileşimin gerekliliğini savunmaktadır. Bağlanma, kişinin hem kendi hem de çevreye karşı zihinsel temsillerinin oluşmasında önemli bir rol oynamaktadır.

Bowlby (1980)'e göre bebek ile bakım veren arasında bir bağlanma oluşması için güvenli ve güvensiz ortamların deneyimlenmesi gerekmektedir. Bakım veren ile bebek arasında bağlanma ilişkisi incelendiğinde gelişimsel boyutların olduğu savunulmaktadır.

İlk boyut, bebeğin dünya ile teması ile başlayan ve ilk altı hafta devam eden bir süreçtir. Bu zaman diliminde bebek ile bakım veren arasında yakın temas olmaktadır. Temel ihtiyaçları karşılanan bebek bu dönemde, yanında yabancı birinin varlığında rahatsızlık duymamaktadır. Çünkü bu zaman diliminde bebek yabancı biri ile bakım veren arasındaki farklılığın bilincinde değildir (Bowlby, 1980).

İkinci boyut, bağlanmanın ilk altı haftası ile sekiz ay arasındaki dönem arasındadır. Bu dönemde bebek, bağlanma nesnesi ile yabancı kişiler arasındaki farkı anlamakta ve bakım veren ile yakın temas içinde bulunmak istemektedir (Bowlby, 1980).

Üçüncü boyut, gelişimsel olarak 6-24 aylık dönemi kapsamaktadır. Bu dönemde bebek, bağlanma nesnesinden ayrıldığında endişe duymakta ve bu endişe ile bağlanma nesnesi ile tekrar bağlanma davranışları geliştirerek yakınlık kurmaya çalışmaktadır. Bağlanma nesnesi ile arasındaki mesafe arttıkça zaman bu durumu azaltmak için

duygusal ve fiziksel temaslar kurmaktadır. Bebekler, bu dönemde bağlanma nesnesini güvenli bir üs olarak görmek ve çevreyi keşfetmeyi istemektedir (Bowlby, 1980).

Bağlanma sistemi, bir dizi temas kurma biçimlerinin hiyerarşik düzeyde arttığı davranış kalıplarını içermektedir. Doğum süreci ile başlayan bebek ile bakım verenler arasındaki hiyerarşik bir temas biçimidir. Davranış hiyerarşisi içerisinde güvenli bir bağlanma ilişkisinin oluşması için bakım verenin üç temel görevi vardır. Bakım verenin ilk temel görevi bebek için fiziksel olarak ulaşılabilir durumda olması. İkinci temel görevi bebeğin fiziksel duyumsamalarını doğru bir şekilde algılama ve onları yatıştırmasıdır. Üçüncü görevi, bebeğin dünyayı keşfetme duygusunu desteklerken aynı zamanda ona güvenli alan oluşturmaktır. Bowlby'e (1969) göre bakım veren ve bebek arasında sürekli devam eden bu temas biçimleri, kişinin ileri dönemdeki yakın ilişki biçimlerinin temelini oluşturmaktır. Bakım verenin bebeğine sağladığı fiziksel olarak ulaşılabilir olma, duyumsamaları doğru tanımlama ve yatıştırma, keşfetme duygusunu destekleme ve güvenli bir alan oluşturma görevleri ileri dönemdeki etkileşimlerine etki etmektedir. Ergenlik döneminde yakınlık ve güven işlevlerini akranlara geçerken, yetişkinlik döneminde yakın ilişkisine aktarıldığı öne sürülmektedir (Hazan & Zeifman, 1999). Yetişkinlik döneminde, kişinin yakın ilişkilerinde bağlanma figürü olarak seçtiği kişinin erken dönemde bakım veren tarafından sağlanan üç temel görevi yerine getirmesi gerekmektedir. İlk önemli görev olan fiziksel ulaşılabilir olma yakın ilişki nesnesi tarafından sağlanmalı. İkinci önemli görev olan fiziksel duyumsamaları doğru anlama ve onu yatıştırma sağlanmalı. Üçüncü önemli işlevi güvenli bir ilişki içerisinde keşfetme duygusunu desteklemelidir. Diğer bir ifade ile zihinsel temsilinin iyi olması ve keşfetme cesaretini destekleyen bir yapıda olması yakın ilişkilerde bağlanma figürünün önemli işlevlerindedir.

Hazan ve Shaver (1987) yetişkin yakın ilişkilerini anlamak için Bowlby'nin (1969, 1982) bağlanma kuramına eklemeler yapmıştır. Araştırmaları, yakın ilişkilerdeki davranış sistemlerinin, doğuştan gelen üç temel temas biçiminin bütününe içerdiğini varsaymaktadır. Bowlby (1969, 1980) bu davranış sistemleri bağlanma, bakım verme ve cinsellik olarak tanımlamaktadır. Bu davranış sisteminde denge ve uyumun yakalanması yakın ilişkilerin kurulması ve sürdürülmesini kolaylaştırmaktadır. Diğer taraftan bu davranış sistemlerinde meydana gelen dengesizlik ve uyumsuzluk hali ilişkilerin zarar görmesine sebep olmaktadır.

Bağlanma kuramı, bireyler için önemli yeri olan diğer kişi ile kuvvetli duygusal bağ kurma biçimini açıklayan ve bireyin bakım veren kişi ile arasındaki bağ kurma şeklinin, ruhsal ve duygusal gelişim üzerine etkisini tanımlanan bir kuramdır (Bowlby, Attachment and Loss: Vol. 3, Loss, Sadness and Depression, 1980)..

### **Bağlanma Sistemi**

Bebek ile bakım veren arasındaki bağlanma biçiminden farklı olarak yetişkin bağlanmasında cinsel ilişkiler yakın ilişki içerisindeki davranış sistemine etki etmekte ve bağlanma sistemini karşılıklı bir etkileşim haline dönüştürmektedir. Buradan anlaşılacağı üzere, yetişkin bağlanma sistemini, bakım verme ve cinsellik bir bütünlük içerisinde şekillendirmektedir. Bağlanma sistemi, canlı organizmanın tehlikeden korunması için bakım veren ile yakınlık kurmasına onu motive eder ve bu yakınlık sonucu organizma güvende olma hissi ile çevreyi keşfetmeye başlar.

Bowlby'e (1969, 1982) göre, bağlanma sisteminin biyolojik temelinde bakım veren ile bebeğin yakın ilişki kurmasını sağlamak ve böylece bebeği korumaktır. Dünya ile etkileşime girdiğimiz ilk andan itibaren bağlanma sistemi aktifleşir, bağlanma nesnesine ulaşıncaya kadar bu sistem aktif halde devam eder. Başka bir ifadeyle, kişi dünya ile ilk temasında bağlanma nesnesi ile yakınlık kurma arayışında bulunur. Güvenli bir ortam sağlandığında yakınlık ihtiyacı bir miktar azalarak dünyayı keşfetmek için harekete geçerek farklı faaliyetlerde bulunur. Bağlanma sistemi ile kişi çevreyi keşfederken, fiziksel yakınlık kurarak güvenlik ihtiyacını karşılar (Onur, 2017, s. 400)

Hazar ve Shaver'e (1987) göre yetişkin bağlanma sistemi üç kısma ayrılmaktadır. Bunlar, güvenli, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma sistemleridir. Bağlanma türleri, ilk bağlanma nesnemiz ile etkileşimimizden edindiğimiz beklenti, duygu ve davranış biçimleridir (Shaver & Mikulincer, Attachment theory, individual psychodynamics, and relationship functioning, 2006). Bartholomew ve Horowitz'e (1991) göre, bağlanma sistemi iki farklı boyuttan oluşmaktadır. İlk boyutun temelinde bağlanma kaçınması yer almaktadır. Bağlanma kaçınması içerisinde olan kişi, eşi ile olan ilişkisinde davranışsal ve duygusal uzaklığı arzulamaktadır. İkinci boyutun temelinde bağlanma kaygısı yer almaktadır. Bağlanma kaygısı içerisinde olan kişi, eşinin ihtiyaç duyulduğunda fiziksel olarak ulaşılabileceğine yönelik korku ve endişe duymaktadır. Bartholomew ve Horowitz'e (1991) göre bu iki boyutun belirleyicisi olduğu dört bağlanma türü bulunmaktadır. Bu bağlanma türlerin birincisi güvenli (düşük

kaygı, düşük kaçınma), ikincisi kaygılı (yüksek kaygı, düşük kaçınma), üçüncüsü kaçınıcı (yüksek kaçınma, düşük kaygı) ve dördüncüsü (yüksek kaygı, yüksek kaçınma) olarak tanımlanmaktadır.

Kişinin erken dönemde bağlanma nesnesinden edindiği zihinsel temsiller hayatına büyük etki etmektedir. Erken dönemde kurulan bağ, yetişkinlik döneminde kişinin kuracağı ilişkinin temel yapısını oluşturmaktadır. Bağlanma nesnesi ile kurulan etkileşim biçimi, kişinin hayatının tüm aşamalarında kurduğu ilişkilerin niteliğini etkilemektedir (Erözkan, 2011, s. 61). Güvenli bağlanma zihinsel temsiline sahip olan kişiler, stresli durumlarla baş edebilme, güven duyabilme ve tehlike durumunda duygusal ve davranışsal dengeyi yakalayabilme konusunda öz yeterliliğe sahip olan kişilerdir (Shaver & Hazan, 1993). Fakat güvensiz bağlanma zihinsel temsiline sahip olan kişiler stresli durumlarla baş edebilme, güçlük durumlarında dengeyi bulabilme ve duygularını düzenleme konusunda zorluk çekmektedir. Güvensiz zihinsel temsile sahip kişiler güçlük durumlarında kullandıkları davranışsal stratejiler bedensel hareketlilik ya da bedensel hareketsizlik durumlarıdır (Mikulincer, Shaver, Gillath, & Nitzberg, 2005). Güvensiz bağlanma zihinsel temsiline sahip olan kişilerin bu tür farklı davranışsal stratejiler geliştirmesine sebep olan durumlar iki şekilde açıklanmaktadır. Birinci durumda, bağlanma nesnesinin ulaşılamama durumu söz konusu olduğunda bu durumun verdiği sıkıntıyı azaltıp, bağlanma sisteminin etkin hale gelmesini engellemek için bedensel olarak hareketsizlik durumuna geçerler. Bu durum yakın ilişki içerisinde bağlanma nesnesine olan ihtiyacın reddini, yakınlığa ve bağlanmaya karşı kaçınmayı oluşturan davranışsal yapıları içermektedir (Cassidy & Kobak, 1988). Bunlara ek olarak tehlike ve bağlanma nesnesinin verdiği rahatsızlık hissinden uzaklaşmayı içermektedir. İkinci durumda, bağlanma nesnesinden beklenen yakınlık, destek ve sevgi gibi girişimleri sağlamak için ısrarcı duruma geçerek bedensel hareketlilik durumuna geçerler. Bu durumda olan kişi yakın ilişki içerisinde bağlanma nesnesine yapışma ve kontrol edici davranışsal stratejiler geliştirir (Cassidy & Kobak, 1988).

Güvensiz bağlanmanın harekete geçme ve hareketsizliği içeren farklı davranış stratejilerinin eşlerin ilişkilerine etki ettiği varsayımı bulunmaktadır. Eşlerden birinin aşırı harekete geçme davranış stratejisi ile aşırı talep etme diğersinin hareketsizlik davranış stratejisi ile kaçınma davranış örüntüsü içerisinde kurdukları iletişim biçimleri güvensiz bağlanma türünün birer uzantısıdır. Kaçınıcı bağlanma zihinsel alt yapısına

sahip kişiler yakın ilişki kurmaktan kaçınarak, ilişkilerinde mesafeli tutum ve davranışlar göstermektedirler (Açık, 2008, s. 6)

Evlilik uyumu ve bağlanma örüntüleri üzerinde yapılan çalışmalarda evlilik uyumunun en yüksek olduğu bağlanma türünün güvenli bağlanma zihinsel alt yapısına sahip çiftlerde olduğu, en düşük evlilik uyumunun kaygılı-kararsız bağlanma türü olan çiftlerde olduğunu öngörülmektedir (Feeney, 2002). Çiftlerin evlilik ilişkisi içerisinde kaygılı veya kaçınmacı bağlanma stiline sahip olması ilişkinin kalitesini düşürmektedir. .Bütün bunlara ek olarak, çiftlerin bağlanma türünün karşılıklı etkileşimi de ilişkinin niteliğini belirlemede önemli bir rolü olduğu belirtilmektedir (Banse, 2004).

Bağlanma ve evlilik uyumu arasındaki araştırmalar incelendiğinde, bağlanma örüntülerinin ilişkinin niteliksel durumunu etkilediği görülmektedir. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olan kişilerin duygularını ifade etme, uyum sağlama ve partnerini destekleyen tarzda iletişim biçimine sahip olduğu bilinmektedir (Solmuş, 2010). Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip olan kişilerin, kendisinin ve diğer kişilerin sevmeye değer olduğuna dair bir zihinsel alt yapısı vardır (Terzi & Çankaya, 2016). Bu durumun bir sonucu olarak, güvenli bağlanma örüntüsüne sahip kişilerin güven ilişkisi temellendirdiği olumlu ilişki biçimi vardır. Kaçınmalı bağlanma zihinsel alt yapısına sahip kişilerin ilişkilerinde güven ve uyumun yerini güvensizlik ve uyumsuzluk halinin aldığı bir ilişki biçimi vardır (Hazan & Zeifman, 1999). Bu bağlanma biçiminde kendi kendime yeterliyim duygusu baskındır. Dolayısı ile yakın ilişki kurmaz, insanlarla mesafeli bir tutum sergiler (Mikulincer, Shaver, Gillath, & Nitzberg, 2005). Kaygılı bağlanma geçmişine sahip kişiler ise güvensizlik ve terk edilme duygusu ile sürekli destek görme ihtiyacı hissetmektedir (Solmuş, 2010). Bu durumun ilişkilerinde korku ve kaygıyı yoğun olarak hissetmesine ve tutarsız davranışlar sergilemesine sebep olmaktadır.

### **Bakım Verme Sistemi**

Biyolojik olarak bağlanma nesnesine sahip olmak kişinin zarar görme riskini azaltırken aynı zamanda güven hissini tamamlayan bir öz düzenleme sistemidir (Bowlby, Attachment and Loss: Vol. 3, Loss, Sadness and Depression, 1980). Bakım verme sistemi, bireyin ihtiyaçlarının bağlanma nesnesi tarafından fark edilmesini, korunmasını ve yardım almasını sağlayan bir güdülenmedir (Collins & Feeney, A safe

haven: An attachment theory perspective on support-seeking and caregiving in intimate relationships, 2000).

Bağlanma kuramına göre, bakım verme sisteminin organizma için iki temel işlevi bulunmaktadır. Birinci işlevi, tehlike anında kişinin yatıştırılma ihtiyacını karşılayarak güven sağlamak. İkinci işlevi, tehlike durumu olmadığında kişinin keşfetme duygusunu destekleyerek güven vermesidir. Sonuç olarak bağlanma sistemi, kişinin bakım verenle arasındaki yakınlığın devam etmesini sağlayarak hayatını sürdürmesine olanak sağlar (Bowlby, 1969). Yetişkinlik döneminde kişinin yakın ilişkisinde bakım sistemi hem tehdit durumlarından korunmaya hem de keşfetme duygusunun desteklenmesine hizmet etmektedir. (Collins, Cooper, Albino, & Allard, 2002).

Kişinin yetişkinlik döneminde devam eden bağlanma ve bakım verme ihtiyacı, ilişkilerindeki davranış örüntülerini belirleyen etkenler arasındadır. Bağlanma karşılıklı etkileşim içerisinde bireylerin birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılanması ile gelişen bir yapıdır. Bowlby'a (1969) göre, kişinin bağlanma sistemi aktif olmadığı zaman dikkatini bağlanma nesnesinin dışında farklı nesnelere yönelterek keşfetme duygusu devreye girecektir. Bir eş ilişkisi içerisinde kişinin hem bakım verme hem de bakım alma yönünde çift yönlü ihtiyacı bulunmaktadır. Kişilerin bağlanma türünün hem duygusal hem de davranışsal olarak ilişkilerin niteliğini etkilediği bilinmektedir (Shaver & Mikulincer, 2006).

Güvensiz bağlanma zihinsel temsiline sahip olan kişilerin yakın ilişkide bulunduğu kişilerin stresini fark etme ve bedensel duyumsamalarını okuma sürecinde başarısız olarak bakım verme sürecinde başarısız oldukları bilinmektedir. Güvenli bağlanma stiline sahip çiftlerin ilişkilerinde birbirlerini destekleyici ve yakın ilişkiler kurdukları bilinmektedir (Shaver & Mikulincer, 2006). Yapılan araştırmalarda bakım verme sisteminin bağlanma süreçleri ile yakından ilişkili olduğu, kişinin çatışma çözme becerilerinde etkili olduğu bilinmektedir (Lafontaine, Bélanger, & Gagnon, 2009).

Bağlanma kuramı, canlı organizmanın hayatını devam ettirebilmek için bir bakım verene ihtiyacı olduğunu ve organizmanın dünya teması ile birlikte yakın ilişkiler geliştirme yönünde bir yöneliminin olduğunu varsaymaktadır. Bebek hayatta kalabilmek için bakım alma, beslenme gibi temel ihtiyaçlarını karşılamak için bakım verene yönelir, bağ kurmak için yakınlaşır. Çocuk bir yandan temel ihtiyaçlarının karşılanması bir

yandan da güvenlik arayışı ile sürekli bakım verene yakınlaşma çabası içindedir. (Van Der Kolk, 2018).

Bebek bakım vereni ile arasındaki ilişkide bakım vereni güvenli bir üs olarak görmemesi durumunda diğerleriyle sağlıklı bağ kurmak için gerekli olan becerilerini geliştiremez. Bu nedenle ileride kuracağı ilişkilerde güvensiz ve doyurucu ilişkiler kurma noktasında başarısız olur.

### **Cinsellik Sistemi**

Araştırmalara göre cinsellik sisteminin temel amacı, insanlığın devamını sağlamaktır. İnsan soyunun devamlılığı düşünüldüğünde evlilik sürecinde cinsel sistemin varlığı gereklidir (Tarhan, Evlilik psikolojisi, 2006). Bağlanma, bakım verme ve cinsellik sistemleri ilişki süreçlerinde güdülenmeyi sağlayan organizmanın temel mekanizmalarıdır. Yakın ilişkilerde kurulan bağlanma stillerinin cinsel yaşam üzerinde etkisi vardır (Okci, 2017). Güvenli bağlanma zihinsel alt yapısına sahip kişiler, cinsel ilişkilerinde şefkat, ilgi ve sevgiyi güçlendiren koşulları oluşturma gayretinde bulunmaktadır. Bunun yanında, kaygılı bağlanma zihinsel yapılanmasına sahip kişiler, cinsel ilişkilerinde yakınlık arayışı içerisinde bulunmaktadır fakat yaşadıkları güvensizlik yakınlığın kurulmasını güçleştirmektedir. Kaçınmacı bağlanma zihinsel alt yapısına sahip kişiler hem kaçınma hem de rastgele cinsel ilişkiye girme tutumlarında buldukları görülmektedir (Gillath & Schachner, 2006). Bütün bunlardan anlaşılacağı üzere cinsellik sistemi kişinin bağlanma ile ilgili ihtiyaçları tarafından şekillendiği düşünülmektedir. Çiftler arasında kurulan bağlanma türü, aralarındaki fiziksel yakınlığı ve teması belirleme noktasında önemli bir rolü bulunmaktadır (Birnbaum, 2010). Araştırmalara göre güvensiz bağlanma zihinsel alt yapısına sahip kişiler, cinsellik sisteminde aşırı harekete geçirici veya hareketsiz duruma getirici davranış kalıpları kullandıkları düşünülmektedir (Shaver & Mikulincer, 2006).

Kişilerin bağlanma stilleri ve cinsel ilişkilerini arasında önemli bir etkileşim bulunmaktadır. Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip kişilerin, ilişkilerinde yakın fiziksel temas ve olumlu etkileşim içerisinde olması tatmin edici cinsel doyum yaşamalarını sağlamaktadır (Shaver & Mikulincer, 2006). Buna ek olarak güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin samimi yakın ilişkiler geliştirdikleri ve cinsel yaşantılarından daha çok tatmin oldukları bulunmuştur (Birnbaum, 2010). Güvensiz bağlanma stiline sahip çiftlerde ise birbirlerine karşı olumsuz tutum ve davranış beklentileri nedeniyle

cinsellikten elde ettikleri doyumun azaldığı belirlenmiştir (Adams & Robinson, 2001). Sonuç olarak güvensiz bağlanma stiline sahip olan kişilerin olumsuz tepki alacaklarına yönelik beklenti içinde olmaları cinsel doyumlarını azalttığı düşünülmektedir (Brassard, Shaver, & Lussier, 2007). Evlilik uyumunu anlamak için yapılan çalışmalarda, cinsel doyumun evlilik uyumunu etkilediği sonucu bulunmuştur (Başat, 2004).



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### GEREÇ VE YÖNTEM

#### **Katılımcılar**

Araştırma evrenini online oluşturulan anketleri internet üzerinden cevaplayan evli bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini, rastgele örnekleme yoluyla seçilen 225'i kadın 85 ' i erkek olmak üzere 310 evli birey oluşturmaktadır.

#### **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplama aracı olarak online oluşturulan anket kullanılmıştır. Söz konusu anket formu; kişisel bilgilerini içeren Kişisel Bilgi Formu, bağlanma stillerini ölçmek amacıyla Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, evlilik uyumunu ölçmek için Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ), duygusal zekalarını ölçmek için Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zeka Ölçeği olmak üzere dört ayrı ölçüm kullanılmıştır.

#### **Kişisel Bilgi Formu**

Bu form katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, evlenme yaşı, evlilik süresi, eşlerin evlenme şekli, eşle yakınlık düzeyi, kaçınıcı evlilik, çocuk sayısı, aile yapıları, ekonomik gelire ilişkin bilgileri araştırmacı tarafından geliştirilen demografik bilgi formu aracılığıyla toplanmıştır.

#### **Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II**

Araştırmanın çalışma grubunu uygun örnekleme yoluyla seçilen ve internette erişim imkânı olan yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Çalışmaya katılacak bireylerin kaçınımacı ve kaygılı bağlanma düzeylerini ölçmek için Fraley, Waller ve Brennan (2000) tarafından oluşturulan bağlanma ölçeklerinin madde tepki kuramı analizleriyle incelenmesi sonucu geliştirilen ve Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005) tarafından türkçe, geçerlilik ve güvenirlilik çalışmaları yapılan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II) uygulanıp kullanılacaktır.

YİYE-II kaçınımacı bağlanmada 18 ve kaygılı bağlanmada 18 madde olmak üzere toplamda 36 madde içeren envanterdir. Çalışmaya katılan bireylere ölçeğin her bir maddesine katılma düzeylerine göre *Hiç katılmıyorum*'dan (1), *Tamamen katılıyorum*'a (7) uzanan 7'li Likert türü ölçekte belirtmeleri istenmektedir.

YİYE-II de 14 madde tersten kodlanmaktadır. Bu maddelerin tekrar kodlanmasının ardından bütün alt boyutların ayrı ayrı ortalaması alınarak bu boyutlardan alınacak puanlar 1 ile 7 arasındaki puanlardan oluşmaktadır. Edinilen puanlar neticesinde yüksek puanlar kişilerin öncelikle kaçınmacı ve sonrasında kaygılı bağlanma düzeylerinin yüksekliğini göstermektedir

YİYE II'nin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı ise kaygılı bağlanma boyutu için .90, kaçınmacı bağlanma boyutu için .86'dır. Kaygılı bağlanma alt boyutundan örnek bir madde "İlişkilerimi kafama çok takarım." iken, kaçınmacı bağlanma alt boyutundan örnek bir madde "Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim." biçimindedir. Bu araştırma kapsamında cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .87 bulunmuştur.

### **Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)**

Evlilik Uyum Ölçeği Locke-Wallace (1959) tarafından geliştirilmiş, Tutarel-Kışlak (1999) tarafından Türk diline uyarlanmıştır. Çiftlerin, evlilik ilişkisinden aldıkları doyum ve uyumu ölçmeyi hedefleyen ölçek, farklı alternatifleri olan 15 maddeden meydana gelmektedir. Her madde, seçenek miktarına göre değişiklik gösteren 0 ile 6 arasındaki bir puan ile oluşturulmuştur. Ölçekten edinebilecekleri puan minimum 1, maksimum 58'tir. 43 ve üstünde edinilen puan evlilik ilişkilerindeki uyumlu ilişkileri, altında edinilen puanlar evlilikte uyumsuz ilişkilerini temsil etmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılığı .90, iki yarı güvenilirliği.84, test tekrar test güvenilirliği ise .57 olarak belirlenmiştir. Bu araştırma kapsamında cronbach alfa iç tutarlılığı .87 olarak saptanmıştır.

### **Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zeka Ölçeği(DZÖ)**

Schutte ve ark. (1998) tarafından geliştirilerek Austin ve ark. (1998) tarafından yeniden düzenlenip 41 maddeye yükseltile ölçeğin Türk diline adapte edilmesi Tatar ve ark. (2011) tarafından 2011 yılında yapılmıştır. İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi (Optimism/Mood Regulation), Duyguların Kullanımı (Utilizations of Emotions) ve Duyguların Değerlendirilmesi (Appraisal of Emotions) olarak tanımlanmış üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek değerlendirilmesi ise, 1= Tamamen Uygun ve 5= Hiç Uygun Değil olmak üzere 5'li Likert tipi skala ile oluşturulmuştur (9). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa değerleri ölçeğin toplamı için 0.88 olarak bulunmuştur.

## **Verilerin Toplanması**

Araştırma verileri Haziran 2020 ve Ağustos 2020 tarihleri arasında toplanılmıştır. Katılımcılara online olarak iletilmiştir ve yanıtlamaları için “Kişisel Bilgi Formu”, “Kişisel Bilgi Formu”, “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II”, “Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)”, “Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zeka Ölçeği” online oluşturulan anketler şeklinde iletilmiştir. Ölçeklerin cevaplanması yaklaşık 20-25 dk sürmüştür.

## **Verilerin Değerlendirilmesi**

Veriler, IBM SPSS versiyon 26.0 paket program ile analiz edilmiştir. Demografik özelliklere ilişkin dağılımları belirlemek ve ölçek puanlarıyla elde edilen değişkenlerin betimsel özelliklerini belirlemek amacıyla betimsel istatistikler (Durmuş , Yurtkoru, & Çinko, 2011) kullanılmıştır. Ölçeklerin bu araştırmadaki veriler üzerinden güvenilirlik analizleri uygulanmıştır. Değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi yapılmıştır. Normal dağılım görülmediğinden değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve derecesini belirlemek amacıyla non-parametrik testler olan Kendall ve Spearman Korelasyon Testleri ile demografik formda elde ettiğimiz özellikler üzerinden değişkenler üzerindeki farklılıkları incelemek amacıyla non-parametrik testler olan Mann-Whitney U Testi ve Kruskal-Wallis Tek Yönlü Varyans Analizi uygulanmıştır.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Araştırma grubunun sosyo-demografik özellikleri aşağıdaki Tablo 1 ve Tablo 2’de yer almaktadır.

**Tablo 1. Ölçeklerin Güvenirlik Analizi**

Ölçekler	Cronbach’s Alfa	Madde Sayısı
Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II	,878	36
Evlilik Uyumu	,877	15
Duygusal Zeka	,884	41

**Tablo 2. Demografik özelliklere ilişkin dağılımlar**

Değişken	Grup	N	%
Cinsiyet	Kadın	225	72,6
	Erkek	85	27,4
Eğitim	Lise ve altı	48	15,5
	Üniversite	173	55,8
	Yüksek Lisans ve üstü	89	28,7
Evlilik Süresi	1-5	135	43,5
	6-10	50	16,1
	11-15	32	10,3
	16-20	38	12,3
	21 ve sonrası	55	17,7
Eşle Yakınlık Düzeyi	Akraba	16	5,2
	Akraba Değil	294	94,8
Evlenme Şekli	Aşk	225	72,6
	Mantık	30	9,7
	Görücü usulü	55	17,7
Çocuk Sayısı	0	102	32,9
	1	99	31,9
	2 ve üstü	109	35,2

Aile Yapısı	Çekirdek Aile	285	91,9
	Geniş Aile	25	8,1
Kaçınıcı Evlilik	1	303	97,7
	2	6	1,9
	3 ve üstü	1	,3
Çalışma Durumu	Çalışıyor	214	69,0
	Çalışmıyor	96	31,1
Ailenin Aylık Geliri	2499 ve altı	11	3,5
	2500-3499	36	11,6
	3500-4499	31	10,0
	4500-5499	36	11,6
	5500-6499	27	8,7
	6500 ve üzeri	169	54,5

Araştırmaya 310 kişi katılmış olup; katılımcıların cinsiyet bazında %72,6'sının kadın, %27,4'ünün erkek olduğu; eğitim düzeyi bağlamında 15,5'inin lise ve altı, %55,8'inin üniversite, %28,7'sinin yüksek lisans ve üstü eğitim düzeyinde olduğu; evlilik süresi olarak %43,5'inin 1-5 yıllık, %16,1'inin 6-10 yıllık, %10,3'ünün 11-15 yıllık, %12,3'ünün 16-20 yıllık, %17,7'sinin 21 ve üstü yıllık evli olduğu; eşle yakınlık düzeyine göre % 5,2'inin akraba, %94, 8'inin akraba olmadığı; evlenme şekli bağlamında %72,6'sının aşk evliliği, %9,7'sinin mantık evliliği, %17,7'sinin görücü usulü evliliği yaptığı; %32,9'unun çocuk sahibi olmadığı, %31,9'unun 1 çocuğu, %35,2'sinin 2 ve üstü çocuğu, %91,9'unun çekirdek, %8,1'inin geniş aile olduğu; %97,7'sinin 1.evliliği, %1,9'unun 2.evliliği, % 0,3'ünün 3.evliliği olduğu; %69'unun çalıştığı, %31,1'inin çalışmadığı ; %3,5'inin 2499TL ve altında, %11,6'sının 2500-3499TL arasında, %10'unun 3500-4499TL arasında, %11,6'sının 4500-5499TL arasında, %8,7'sinin 5500-6499TL arasında, %54,5'inin 6500 ve üstünde aile aylık geliri olduğu gözlenmiştir.

**Tablo 3. Yaşın betimsel özellikleri**

Değişken	Ortalama	Standart Sapma
Yaş	36,5903	9,57224
Eşle Evlenme Yaşı	26,2387	4,98488

**Tablo 4. Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler**

	N	Ortalama	Minimum	Maksimum	Standart Sapma
YİYE II Kaygı Boyutu	310	1,11	6,33	3,1627	1,03740
YİYE II Kaçınma	310	1,00	6,11	2,9283	1,11789
Evlilik Uyumu	310	19,00	58,00	43,4742	8,66666
Duygusal Zeka	310	97,00	193,00	155,8548	20,22131

**Tablo 5. Değişkenlere İlişkin Normallik Testi**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
YİYE Kaygı Boyutu	,097	310	,000	,956	310	,000
YİYE Kaçınma Boyutu	,078	310	,000	,976	310	,000
Evlilik Uyumu	,081	310	,000	,976	310	,000
Duygusal Zeka	,096	310	,000	,957	310	,000

Normallik testi sonucunda, veri setinin bağlanma kaygı, bağlanma kaçınma boyutları, evlilik uyumu ve duygusal zeka değişkenleri için ( $p < 0,05$ ) normal dağılım göstermediği bulgulanmış olup, verilerin analizinde non-parametrik testler kullanılmıştır.

**Tablo 6. YIYE II, Evlilik Uyumu ile Duygusal Zeka ölçekleri puanları arasındaki Spearman Korelasyon Analizi**

		1	2	3	4	5	6	7
1-YIYE kaygı	r	1						
2-YIYE kacınma	r	,294**	1					
	p	<0,001						
3-Evlilik uyumu	r	-,393**	-,354**	1				
	p	<0,001	<0,001					
4-Duygusal zeka top.	r	-,150**	-,413**	0,098	1			
	p	0,008	<0,001	0,085				
5-İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi	r	-0,039	-,293**	0,067	,838**	1		
	p	0,496	<0,001	0,241	<0,001			
6-Duyguların Kullanımı	r	-,116*	-,347**	-0,012	,488**	,247**	1	
	p	0,041	<0,001	0,830	<0,001	<0,001		
7-Duyguların Değerlendirilmesi	r	-,264**	-,301**	,194**	,741**	,458**	,307**	1
	p	<0,001	<0,001	0,001	<0,001	<0,001	<0,001	

**Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır (Spearman korelasyon testi), \*\* Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (Spearman korelasyon testi)**

Tablo 5’te katılımcılara uygulanan ölçek ve alt ölçeklerden elde edilen skorlar arasındaki ilişkiler spearman korelasyon analizi ile gösterilmiştir.

Bu analize göre, “Kaygı boyutu ”ile “evlilik uyumu” ( $r=-0,393$   $p<0.001$ ), “Kaçınma boyutu” ile “evlilik uyumu” ( $r=-0,354$   $p<0.001$ ) puanları arasında negatif yönde istatistikçe anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

“Kaygı boyutu ”ile “Duygusal zeka” ( $r=-0,150$   $p=0.008$ ), “Kaçınma boyutu” ile “duygusal zeka” ( $r=-0,413$   $p<0.001$ ) puanları arasında negatif yönde istatistikçe anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

“Kaçınma boyutu” ile duygusal zeka ölçeği alt boyutlarından “iyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi” ( $r=-0,293$   $p<0.001$ ), “duyguların kullanımı” ( $r=-0.347$   $p<0.001$ ) ve “duyguların değerlendirilmesi” ( $r=-0,301$   $p<0.001$ ) puanları arasında negatif yönde istatistikçe anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

“Kaygı boyutu” ile duygusal zeka ölçeği alt boyutlarından “duyguların kullanımı” ( $r=-0.116$   $p=0.041$ ) ve “duyguların değerlendirilmesi” ( $r=-0,264$   $p<0.001$ ) puanları arasında negatif yönde istatistikçe anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Evlilik uyumu ölçeği toplam puanı ile duygusal zeka ölçeği alt boyutlarından “Duyguların değerlendirilmesi” ( $r=0,194$   $p=0.001$ ) puanı arasında pozitif yönde istatistikçe anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

**Tablo 7. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Cinsiyet, Aile Yapısı ve Eşle Yakınlık Düzeyi açısından karşılaştırılmasına yönelik Mann-Whitney U Testi Sonuçları**

	Ölçekler	Demografik Özellikler	N	Ort.	Z	p
Cinsiyet	Bağlanma Kaygı Boyutu	Kadın	225	3,15	-0,080	0,937
		Erkek	85	3,17		
	Bağlanma Kaçınma Boyutu	Kadın	225	2,86	-1,669	0,095
		Erkek	85	3,08		
	Evlilik Uyumu	Kadın	225	43,82	-1,232	0,218
		Erkek	85	42,55		
	Duygusal Zeka	Kadın	225	156,97	-1,654	0,098
		Erkek	85	152,88		
	İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi	Kadın	225	45,72	-0,763	0,445
		Erkek	85	45,56		
	Duyguların kullanımı	Kadın	225	22,20	-1,093	0,275
		Erkek	85	21,47		
Duyguların değerlendirilmesi	Kadın	225	39,23	-1,067	0,286	
	Erkek	85	38,54			
Aile Yapısı	Bağlanma Kaygı Boyutu	Çekirdek Aile	285	3,16	-0,265	0,791
		Geniş Aile	25	3,10		
	Bağlanma Kaçınma Boyutu	Çekirdek Aile	285	2,90	-0,880	0,379
		Geniş Aile	25	3,22		
	Evlilik Uyumu	Çekirdek Aile	285	43,22	-1,715	0,086
		Geniş Aile	25	46,28		
	Duygusal Zeka	Çekirdek Aile	285	155,68	-0,545	0,586
		Geniş Aile	25	157,80		
	İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi	Çekirdek Aile	285	45,57	-0,504	0,614
		Geniş Aile	25	46,92		
Duyguların kullanımı	Çekirdek Aile	285	22,03	-0,254	0,799	

		Geniş Aile	25	21,60			
	Duyguların değerlendirilmesi	Çekirdek Aile	285	38,84	-2.238	<b>0.025</b>	
		Geniş Aile	25	41,28			
Eşle Yakınlık Düzeyi	Bağlanma Kaygı Boyutu	Akraba	16	2,97	-0,968	0,333	
		Akraba Değil	294	3,17			
	Bağlanma Kaçınma Boyutu	Akraba	16	3,13	-0,759	0,448	
		Akraba Değil	294	2,91			
	Evlilik Uyumu	Akraba	16	42,06	-0,825	0,409	
		Akraba Değil	294	43,55			
	Duygusal Zeka	Akraba	16	153,31	-0,610	0,542	
		Akraba Değil	294	155,99			
	İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi	Akraba	16	44,37	-0,085	0,933	
		Akraba Değil	294	45,75			
	Duyguların kullanımı	Akraba	16	22,25	-0,153	0,879	
		Akraba Değil	294	21,98			
	Duyguların değerlendirilmesi	Akraba	16	38,93	-0,115	0,909	
		Akraba Değil	294	39,05			
		Total		310			

### Mann Whitney U test

Tablo 7’de görüldüğü gibi Ölçek ve alt ölçekler ile cinsiyet, eşle yakınlık düzeyi ve Aile yapısı arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Ancak Duygusal zeka ölçeği alt boyutlarından “Duyguların değerlendirilmesi” puanı ile aile yapısı arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptanmıştır ( $Z=-2.238$   $p=0.025$ ). “Duyguların değerlendirilmesi” alt boyut puanı çekirdek aliye kıyasla geniş aile olanlarda daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 8. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Eğitim ve Çocuk Sayısı açısından karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis Testi Sonuçları**

		<b>Demografik Özellikler</b>	<b>N</b>	<b>Ort.</b>	<b>KV</b>	<b>p</b>
<b>Eğitim</b>	Bağlanma Kaygı Boyutu	Lise ve altı	48	3,22	0,102	0,950
		Üniversite	173	3,14		
		Y.L. ve üstü	89	3,15		
	Bağlanma Kaçınma Boyutu	Lise ve altı	48	3,37	12,913	<b>0,002</b>
		Üniversite	173	2,96		
		Y.L. ve üstü	89	2,61		
	Evlilik Uyumu	Lise ve altı	48	44,14	0,762	0,683
		Üniversite	173	43,60		
		Y.L. ve üstü	89	42,86		
	Duygusal Zeka	Lise ve altı	48	145,58	19,096	<b>&lt;0,001</b>
		Üniversite	173	155,40		
		Y.L. ve üstü	89	162,26		
İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi	Lise ve altı	48	41,20	9,339	<b>0.009</b>	
	Üniversite	173	45,86			
	Y.L. ve üstü	89	47,74			
Duyguların kullanımı	Lise ve altı	48	20,77	15,192	<b>0.001</b>	
	Üniversite	173	21,80			
	Y.L. ve üstü	89	23,04			
Duyguların değerlendirilmesi	Lise ve altı	48	37,47	7,887	<b>0.019</b>	
	Üniversite	173	38,90			
	Y.L. ve üstü	89	40,16			
<b>Çocuk Sayısı</b>	Bağlanma Kaygı Boyutu	0	102	3,23	1,154	0,164
		1	99	3,10		
		2 ve üstü	109	3,14		
	Bağlanma Kaçınma Boyutu	0	102	2,59	14,346	<b>0.001</b>
		1	99	3,03		
		2 ve üstü	109	3,14		
	Evlilik Uyumu	0	102	45,84	11,443	<b>0.003</b>
		1	99	42,34		
		2 ve üstü	109	42,28		
	Duygusal Zeka	0	102	154,17	3,824	0,148
		1	99	159,69		
		2 ve üstü	109	153,93		
	İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi	0	102	44,09	3,776	0,151
		1	99	47,02		
		2 ve üstü	109	45,94		
	Duyguların kullanımı	0	102	22,66	12,561	<b>0.002</b>
		1	99	22,30		

		2 ve üstü	109	21,10		
	Duyguların değerlendirilme esi	0	102	38,49	3.403	0.182
		1	99	39,84		
		2 ve üstü	109	38,83		
	Total		310			

KV: Kruskal-Wallis H testi,

Tablo 8’de görüldüğü gibi Bağlanma kaçınma boyutu (KV=12.913 p=0.002), Duygusal zeka toplam puanı (KV=19.096 p<0.001), Duygusal zeka alt boyutlarından “iyimserlik/ruh halinin düzenlenemsi” (KV=9.339 p=0.009), “Duyguların kullanımı” (KV=15.192 p=0.001) ve “Duyguların değerlendirilmesi” (KV=7.787 p=0.019) puanları ile eğitim durumu arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Belirtilen ölçek ve alt ölçek puanları eğitim durumu yüksek lisans ve üstü olanlarda diğer eğitim gruplarına kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

Bağlanma kaçınma boyutu (KV=14.346 p=0.001), Evlilik Uyumu toplam puanı (KV=11.443 p=0.003), Duygusal zeka alt boyutlarından “Duyguların kullanımı” (KV=12.561 p=0.002) puanları ile Çocuk sayıları arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Belirtilen ölçek ve alt ölçek puanları eğitim durumu yüksek lisans ve üstü olanlarda diğer eğitim gruplarına kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Evlilik uyumu ve duyguların kullanımı puanları hiç çocuğu olmayanlarda diğer çocuk sayısı gruplarına kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Ancak bağlanma kaçınma boyutu puanları 2 ve üstü çocuğa sahip olanlarda diğer çocuk sayısı gruplarına kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 9. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Evlenme Şekli ve Evlilik Süresi açısından karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis Testi Sonuçları**

		<b>Demografik Özellikler</b>	<b>N</b>	<b>Sıra Ortalaması</b>	<b>KV</b>	<b>p</b>
<b>Evlenme Şekli</b>	Bağlanma Kaygı Boyutu	Aşk	225	3,13	0,817	0,665
		Mantık	30	3,33		
		Görücü usulü	55	3,16		
	Bağlanma Kaçınma Boyutu	Aşk	225	2,79	11,173	<b>0,004</b>
		Mantık	30	3,18		
		Görücü usulü	55	3,32		
	Evlilik Uyumu	Aşk	225	44,40	10,620	<b>0,005</b>
		Mantık	30	39,73		
		Görücü usulü	55	41,69		
	Duygusal Zeka	Aşk	225	156,73	7,556	<b>0,023</b>
		Mantık	30	159,90		
		Görücü usulü	55	150,03		
	İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi	Aşk	225	45,96	3,543	0,170
		Mantık	30	47,03		
		Görücü usulü	55	43,80		
	Duyguların kullanımı	Aşk	225	22,19	3,181	0,204
		Mantık	30	21,46		
		Görücü usulü	55	21,49		
Duyguların değerlendirilmesi	Aşk	225	39,16	6,295	<b>0,043</b>	
	Mantık	30	40,66			
	Görücü usulü	55	37,65			
Bağlanma Kaygı Boyutu	1-5 yıl	135	3,16	5,058	0,281	
	6-10 yıl	50	3,30			
	11-15 yıl	32	2,97			
	16-20 yıl	38	3,33			
	21 ve sonrası	55	3,01			
Bağlanma Kaçınma Boyutu	1-5 yıl	135	2,67	14,101	<b>0,007</b>	
	6-10 yıl	50	2,94			
	11-15 yıl	32	3,23			
	16-20 yıl	38	3,28			
	21 ve sonrası	55	3,11			
Evlilik Uyumu	1-5 yıl	135	45,16	19,932	<b>0,001</b>	
	6-10 yıl	50	40,16			
	11-15 yıl	32	42,37			
	16-20 yıl	38	41,21			
	21 ve sonrası	55	44,54			
Duygusal	1-5 yıl	135	157,11	5,441	0,245	

	Zeka	6-10 yıl	50	157,54		
		11-15 yıl	32	148,28		
		16-20 yıl	38	158,21		
		21 ve sonrası	55	154,00		
	İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi	1-5 yıl	135	45,48	6.826	0.145
		6-10 yıl	50	46,26		
		11-15 yıl	32	42,28		
		16-20 yıl	38	46,92		
		21 ve sonrası	55	46,74		
	Duyguların kullanımı	1-5 yıl	135	22,77	19.606	<b>0.001</b>
		6-10 yıl	50	21,76		
		11-15 yıl	32	21,00		
		16-20 yıl	38	22,23		
		21 ve sonrası	55	20,72		
	Duyguların değerlendirilmesi	1-5 yıl	135	38,88	0.613	0.962
		6-10 yıl	50	39,62		
		11-15 yıl	32	39,00		
		16-20 yıl	38	39,44		
		21 ve sonrası	55	38,65		
		Total	310			

KV: Kruskal-Wallis H testi,

Tablo 9’da görüldüğü gibi Bağlanma kaçınma boyutu (KV=11.173 p=0.004), Evlilik uyumu (KV=10.620 p=0.005), Duygusal zeka toplam puanı (KV=7.556 p=0.023), Duygusal zeka alt boyutlarından “Duyguların değerlendirilmesi” (KV=6.295 p=0.043) puanları ile evlenme şekilleri arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Duygusal zeka ölçeği toplam puanı ve alt boyutlarından duyguların değerlendirilmesi puanı mantık evliliği yapanlarda diğer evlilik türlerine göre daha yüksek bulunmuştur. Bağlanma kaçınma puanı ise görücü usulü evlenenlerde diğer evlilik türlerine göre daha yüksek bulunmuştur. Evlilik uyumu puanları ise aşk evliliği yapanlarda diğer evlilik türlerine kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

Bağlanma kaçınma boyutu (KV=14.101 p=0.007), Evlilik Uyumu toplam puanı (KV=19.932 p=0.001), Duygusal zeka alt boyutlarından “Duyguların kullanımı” (KV=19.606 p=0.001) puanları ile evlilik süreleri arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

**Tablo 10. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Çalışma Durumu açısından karşılaştırılmasına yönelik Mann Whitneu UTesti Sonuçları**

		Demografik Özellikler	N	Ort.	Z	p
Çalışma Durumu	Bağlanma Kaygı Boyutu	Çalışıyor	214	3,16	-0.163	0.870
		Çalışmıyor	96	3,16		
	Bağlanma Kaçınma Boyutu	Çalışıyor	214	2,90	-0.437	0.662
		Çalışmıyor	96	2,98		
	Evlilik Uyumu	Çalışıyor	214	43,39	-0.166	0.868
		Çalışmıyor	96	43,65		
	Duygusal Zeka	Çalışıyor	214	157,50	-2.118	<b>0.034</b>
		Çalışmıyor	96	152,16		
	İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi	Çalışıyor	214	46,44	-2.098	<b>0.036</b>
		Çalışmıyor	96	43,96		
	Duyguların kullanımı	Çalışıyor	214	22,14	-1.011	0.312
		Çalışmıyor	96	21,68		
	Duyguların değerlendirilmesi	Çalışıyor	214	39,43	-1.670	0.095
		Çalışmıyor	96	38,16		
	Total		310			

Mann Whitney U test

Tablo 10’da görüldüğü gibi Ölçek ve alt ölçekler ile çalışma durumu karşılaştırılmıştır. Yalnızca Duygusal zeka toplam puanı ( $z=-2.118$   $p=0.034$ ) ve alt boyutlarından ( $Z=-2.098$   $p=0.036$ ) puanları ile çalışma durumu arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Belirtilen ölçek ve alt ölçek puanları çalışanlarda çalışmayanlara kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 11. YİYE, Evlilik Uyumu ve Duygusal Zeka ölçekleri puanlarının Ailenin Toplam Aylık Geliri açısından karşılaştırılmasına yönelik Kruskal Wallis Testi Sonuçları**

		Demografik Özellikler	N	Ort.	KV	p
Ailenin Toplam Aylık Geliri	Bağlanma Kaygı Boyutu	2499 ve altı	11	2,93	12,064	<b>0,034</b>
		2500-3499	36	3,57		
		3500-4499	31	3,19		
		4500-5499	36	3,41		
		5500-6499	27	3,29		
		6500 ve üzeri	169	3,00		
	Bağlanma Kaçınma Boyutu	2499 ve altı	11	2,61	22,437	<b>&lt;0,001</b>
		2500-3499	36	3,44		
		3500-4499	31	3,55		
		4500-5499	36	2,87		
		5500-6499	27	2,95		
		6500 ve üzeri	169	2,73		
	Evlilik Uyumu	2499 ve altı	11	44,90	4,728	0,450
		2500-3499	36	40,88		
		3500-4499	31	43,67		
		4500-5499	36	44,11		
		5500-6499	27	44,59		
		6500 ve üzeri	169	43,57		
	Duygusal Zeka	2499 ve altı	11	155,63	33,090	<b>&lt;0,001</b>
		2500-3499	36	139,69		
		3500-4499	31	151,06		
		4500-5499	36	156,36		
		5500-6499	27	154,77		
		6500 ve üzeri	169	160,25		
İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi	2499 ve altı	11	45,18	19.910	<b>0.002</b>	
	2500-3499	36	38,63			
	3500-4499	31	43,64			
	4500-5499	36	46,50			
	5500-6499	27	46,14			
	6500 ve üzeri	169	47,33			
Duyguların kullanımı	2499 ve altı	11	21,81	5.570	0.350	
	2500-3499	36	20,77			
	3500-4499	31	21,87			
	4500-5499	36	21,97			
	5500-6499	27	21,88			
	6500 ve üzeri	169	22,31			
Duyguların	2499 ve altı	11	39,63	22.330	<b>&lt;0.001</b>	

	değerlendirilm esi	2500-3499	36	36,13		
		3500-4499	31	38,41		
		4500-5499	36	37,88		
		5500-6499	27	37,48		
		6500 ve üzeri	169	40,23		
		Total	310			

KV: Kruskal-Wallis H testi,

Tablo 11’de görüldüğü gibi Bağlanma kaygı boyutu (KV=12.064 p=0.034), Bağlanma kaçınan boyutu (KV=22.437 p<0.001), Duygusal zeka toplam puanı (KV=33.090 p<0.001), Duygusal zeka alt boyutlarından “iyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi” (KV=19.110 p=0.002) “Duyguların değerlendirilmesi” (KV=22.330 p<0.001) puanları ile aylık gelir arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırmanın bulgular bölümünden elde edilen sonuçlar tartışılmıştır.

*H1: Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.*

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II kaygı ve kaçınma olmak üzere iki boyuta sahiptir. Araştırmaya katılan 310 katılımcıdan elde edilen veriler sonucunda evlilik uyumu ile bağlanma kaygı boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyli istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre kaygılı bağlanma stiline sahip olan bireylerin evliliklerinde uyum sorunları yaşayabilecekleri öngörülmektedir. Yapılan başka bir araştırmaya göre kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip kişilerin evlilik doyumlarının düşük olduğu bulunmuştur (Feeney, 2002). Aksine başka bir çalışmada evlilik uyumu ile kaygılı bağlanma arasında bir ilişki bulunamamıştır (Daşçı Kılıç, 2002, s. 64). Bu araştırmanın bulgularında aynı şekilde evlilik uyumu ile bağlanma kaçınma boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyli istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buradan hareketle bağlanma kaçınma düzeyi yüksek olanların evlilik uyumlarının düşük olduğu söylenebilir. Araştırmanın bu sonucu literatürdeki kaçınmacı bağlanma zihinsel alt yapısına sahip kişilerin, sınırlı yakın ilişkide bulunma eğiliminde oldukları bilgisiyle (Gillath & Schachner, 2006) tutarlılık göstermektedir

*H2: Evlilik uyumu ile duygusal zeka arasında anlamlı bir ilişki vardır.*

Evlilik uyumu ile duygusal zeka arasında istatistiksel açıdan pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Literatür incelendiğinde bu çalışmayı destekler nitelikte duygusal zekanın bireylerin evlilik ilişkilerinde iletişim süreçlerini etkileyen ve evlilik uyumunu etkileyen faktörler arasında olduğunu saptayan çalışmalar vardır (Durmuş & Eser, 2014). Yapılan başka bir çalışmada da duygusal zeka ve evlilik uyumu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuş olup duygusal zeka seviyesi arttıkça evlilikte uyumun artacağı saptanmıştır (Daşçı Kılıç, 2002, s. 66).

### *Demografik Değişkenler ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi*

Son olarak, evlilik uyumu ve sosyo-demografik arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Buna göre, cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, evlilik süresi, eşlerin evlenme şekli, eşle yakınlık düzeyi, kaçınıcı evlilik, çocuk sayısı, aile yapıları, ekonomik gelir incelenen sosyo-demografik değişkenleri oluşturmaktadır.

Araştırmada evlilik uyumu ve **cinsiyet** arasında fark saptanmamıştır. Literatüre bakıldığında destekler nitelikte çalışmalar bulunmaktadır (Fışiloğlu, 1992, s. 20). Yine başka bir çalışmada evlilik uyumu ile cinsiyet arasında ilişki saptanmamıştır (Kışlak, 1995).

Araştırmada **eğitim** durumu ve evlilik uyumu arasında fark olmadığı saptanmıştır. Bu bulgunun aksine alan yazındaki araştırmalara bakıldığında eğitim seviyesindeki artışın evlilik uyumuna olumlu yönde etki edeceği yönünde sonuçlar bulunmuştur. Yine benzer şekilde başka bir araştırmaya göre lisansüstü eğitim seviyesine sahip eşe sahip bireylerin, lisans ve altı eğitim seviyesine sahip bireylere kıyasla evlilik uyumunun daha fazla olduğu saptanmıştır (Fışiloğlu, 1992, s. 20). Literatürdeki araştırma sonuçlarından farklı olarak eğitim durumuyla evlilik uyumu arasında fark olmadığı bulgusunun, bu araştırmadaki örnekleme eğitim düzeyi gruplarındaki katılımcı yüzdelerinin yakın oranda dağılmamasından kaynaklandığını düşünülmektedir.

Araştırmada **çalışma durumu** ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bu sonucu destekler nitelikte olan başka bir çalışmada da çiftlerin çalışma durumuna göre evlilik uyumlarının farklılaşmadığı saptanmıştır. Çiftlerin çalışma durumunun evlilik uyumuna etki etmediği belirlenmiştir (Uzel, 2015). Çalışma durumuyla evlilik uyumu arasında çalışmalarda fark saptanamamasının sebebi olarak, ülkemizde kadınların çalışma oranlarının hala erkeklere nazaran düşük olması ve literatüre göre evlilik uyumunda cinsiyet açısından farklılıkların olmamasını düşünmekteyiz.

Araştırmada evlilik uyumu ile **evlilik süresi** arasında anlamlı bir fark saptanmıştır. Literatürde bu bulgunun aksini destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Kışlak & Çabukça, 2002). Literatür incelendiğinde evlilik süresi ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark olduğunu belirten çalışmalar da mevcuttur. Evlilik süresinin artışına bağlı olarak uyumun azaldığını bildiren çalışmalar bulunmaktadır (Demiray, 2006). Bu araştırmada evlilik süresi 1-5 yıl arasında olanların evlilik uyumu puanlarının daha

yüksek olması, literatürdeki benzer sonuçları veren araştırmaları destekler nitelikte olsa da 21 yıl ve sonrası sürede evli olanların evlilik uyumu puanlarının ikinci en yüksek olmasının araştırma örneğinde evlilik süresi gruplarının benzer oranlarda dağılmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Buradan hareketle örneklemin artırılmasıyla daha kapsamlı sonuçlar elde edileceği varsayılmaktadır.

Araştırmada **evlenme şekli** ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark saptanmıştır. Aşk evliliği yapan katılımcıların evlilik uyumları mantık ve görücü usulü evlilik yapanlara göre daha yüksek, görücü usulü evlilik yapanların evlilik uyumlarının ise mantık evliliği yapanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatür incelemelerinde aşk ve mantık evliliği yapan çiftlerin, görücü usulü ile evlenen çiftlere oranla daha yüksek evlilik uyumu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Görücü usulü ve mantık evliliği açısından bulguların literatürden farklı çıkmasının sebebi olarak, bu gruplardaki katılımcı oranlarının birbirine yakın dağılmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırmada **eşle yakınlık düzeyi** ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde akraba evliliği yapan çiftlerin evlilik uyumlarının akraba olmayan bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Şendil & Korkut, 2008). Bu araştırmanın örneğinde akraba evliliği yapan katılımcı oranı oldukça düşük olduğundan, bulguların literatürden farklı çıktığı düşünülmektedir.

Araştırmada **çocuk sayısı** ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Çocuk sahibi olmayanların evlilik uyum puanları çocuk sahibi olanlara göre daha yüksek olduğu, çocuk sahibi olanlar arasında ise çocuk sayısının evlilik uyumu açısından benzer düzeylerde oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Çocuk sahibi olanlar açısından değerlendirdiğimizde literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde araştırmanın sonucunu destekler nitelikte Çelik'in (2006) çalışması gibi çocuk sayısı ile evlilik uyumu düzeyi arasında bir fark olmadığı, aksi olarak çocuk sayısı arttıkça evlilikte uyumun azaldığı (Şendil & Korkut, 2008, s. 31) sonucuna ulaşan araştırmalar bulunmaktadır.

Araştırmada evlilik uyumu ve **aile yapısı** arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu sonucu destekler nitelikte Yalçın (2014)'ün çalışmasında da bir ilişki bulunamamıştır. Bu araştırmada geniş aile üyesi katılımcıların oranının çekirdek aile üyesi olan

katılımcılara nazaran düşük olması sebebiyle, daha çok katılımcıya ulaşılması halinde fark çıkabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada evlilik uyumu ve **ekonomik gelir** arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ekonomik gelir ve evlilik uyumunu değerlendiren bazı araştırmalarda, ekonomik geliri yüksek olan çiftlerin, ekonomik geliri düşük olan çiftlere göre daha yüksek evlilik uyumu gösterdikleri sonucu bulunmuştur. Çiftler ekonomik gelir açısından değerlendirildiğinde, ekonomik gelir düzeyinin getirdiği bazı farklılıkların evlilik uyumuna etki etmesi beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilir (Bradbury, Fincham, & Beach, 2000). Bu araştırmadaki örneklemin ekonomik gelir düzeyleri arasındaki oran dağılımlarının yakın olmaması sebebiyle literatürle benzer bir sonuç bulunmadığı düşünülmektedir.

## ALTINCI BÖLÜM

### SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmanın bulgularından elde edilen sonuçlara, sınırlılıklara ve gelecekte yapılacak çalışmalara yönelik önerilere yer verilmiştir.

Araştırmadan elde edilen bulgularda evlilik uyumu ile duygusal zeka arasında pozitif açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Duygusal zekanın ilk öğrenildiği yer aile ortamıdır. Bu ortamda kişi, kimlik gelişiminin ilk yıllarından başlayarak, çevresinde etkileşimde bulunduğu kişilerle kimlik gelişimini şekillendirir. Kişinin yaşamının ilk döneminden başlayarak ebeveynleri ile kurduğu ilişkinin yakın ve güvene dayalı olması, kendisini ve çevresini nasıl göreceğinin temelini oluşturur (Goleman, 2003). Yaşamın ilk dönemi düşünüldüğünde bireyin anne ve baba ile olan etkileşimi duygusal yaşantısında büyük etkiler yaratır. Çocuklarının duygularını önemseyen anne ve babalar onların duygusal zekalarının gelişimine etki ederken aynı zamanda onların zihinsel gelişimine de etki ederler (Goleman, 2003). Goleman'a göre (2003), göre duygusal zeka: kendini harekete geçirebilme, dürtülere karşı hazzı erteleyebilme becerisi, diğerlerini anlayabilme ve geleceğe dair umut besleyebilme becerisi olarak tanımlanmıştır. Buradan hareketle duygusal zekasını geliştirme yolunda olan çiftlerin evlilik uyumlarının yüksek olacağı söylenebilir.

Evlilik uyumu ile kaygılı bağlanma arasında negatif yönde düşük düzeyli istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgulara göre, kaygılı bağlanma arttıkça evlilik uyumunun azaldığı, kaygılı bağlanma azaldıkça evlilik uyumunun arttığı sonucuna ulaşılabilir. Literatür incelendiğinde kaygılı bağlanma geçmişine sahip kişilerin evlilik uyumu arasında negatif yönde ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir (Türk, 2016). Araştırmalara göre, kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip kişilerin duygusal olarak daha dengesiz oldukları, kıskanç ve ilişkilerinde tutarsız davrandıkları görülmektedir. Bütün bu sonuçlar değerlendirildiğinde duygusal dengelilik hallerinin daha az olabileceği beklenmektedir.

Aynı zamanda evlilik uyumu ile kaçınmacı bağlanma arasında negatif yönde düşük düzeyli istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan bazı araştırmalara göre, kaçınmacı bağlanma ve evlilik uyumu arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur (Türk, 2016). Yetişkinlik döneminde kaçınmacı bağlanma

örüntüsüne sahip kişilerin yakın ilişki kurmak istemedikleri ve aynı zamanda kendini ilişkilerden uzaklaştıracak davranışlarda buldukları sonucu bulunmuştur. İlişkilerinde tutarsız olan kaçınmacı bağlanma geçmişine sahip olan kişiler ilişkilerinde tartışma oralarının yüksek olduğu, daha az sosyal etkileşimlerde buldukları söylenmektedir. Bütün bunlardan anlaşılacağı üzere kaçınmacı bağlanma geçmişine bireylerin ilişkilerinde daha az uyumu olduğu söylenebilir.

- Araştırmadan elde edilen bulgular sonucunda katılımcılardan 225'inin kadın 85'inin erkek olduğu saptanmıştır. Yapılacak diğer çalışmalarda erkek katılımcı sayısı artırılarak sonuçlar yeniden değerlendirilebilir.
- Örnekleme online oluşturulan anketleri cevaplayan katılımcıların oluşturması nedeniyle örneklem internet erişimi olmayan ya da okuma-yazma bilmeyen bireyleri kapsamamaktadır. Araştırmada, ölçeklerin elle doldurma yöntemiyle yüz yüze uygulanarak geniş bir örneklem grubuyla yapılması yoluyla daha sağlıklı ve kapsamlı bilgiler elde edileceği düşünülmektedir.
- Eğitim düzeyleri açısından katılımcıların %55,8'i üniversite mezunudur. Yapılacak diğer çalışmalarda lise ve altı düzeyde ve yüksek lisans ve üstü düzeyde mezun katılımcı sayısı arttırılarak örneklemin evreni temsil ediciliği arttırılabilir.
- Evlilik süresi açısından örneklemin %43,5'inin 1-5 yıl arasında evli olması sebebiyle daha uzun süre evli olanları temsil ediciliği azalmıştır. Yapılacak diğer çalışmalarda daha uzun süre evli olanlara ulaşılarak sonuçlar yeniden değerlendirilebilir.
- Eşle yakınlık düzeyi açısından örnekleme eşiyile akraba evliliği yapanların oranı %5,2 ve akraba olmayanların oranı %94,8'dir. Yapılacak diğer çalışmalarda akraba evliliği yapan daha çok katılımcıya ulaşılması yoluyla, eşle yakınlık düzeyi açısından daha kapsamlı bir karşılaştırma yapılacağı düşünülmektedir.
- Evlenme şekli açısından örneklemin %72,6'sının aşık olarak evlenmesi sebebiyle, mantık evliliği ve görücü usulü evlilik yapanları temsil ediciliği azalmıştır. Yapılacak diğer çalışmalarda mantık evliliği ve görücü usulü evlilik yapan daha çok katılımcıya ulaşılması yoluyla, evlenme şekli açısından daha kapsamlı bir karşılaştırma yapılacağı düşünülmektedir.

- Aile yapısı açısından örneklemin %91,9'u çekirdek aileyken, %8,1'i geniş aile üyesidir. Yapılacak diğer çalışmalarda geniş aile üyesi olan daha çok katılımcıya ulaşılması yoluyla, aile yapısı açısından daha kapsamlı bir karşılaştırma yapılacağı düşünülmektedir.
- Evlilik sayısı açısından örneklemin %97,7'si 1 evlilik yapmıştır. Evlilik sayısının değişken olarak ele alınabilmesi adına 1'den fazla evlilik yapan daha çok katılımcıya ulaşılarak, yapılacak diğer çalışmalarda evlilik sayısı açısından daha kapsamlı bir karşılaştırma yapılacağı düşünülmektedir.
- Çalışma durumu açısından örneklemin %69'u çalışırken, %31'i çalışmamaktadır. Yapılacak diğer çalışmalarda çalışmayan daha çok katılımcıya ulaşılması yoluyla, çalışma durumu açısından daha kapsamlı bir karşılaştırma yapılacağı düşünülmektedir.
- Ailenin aylık geliri açısından örneklemin %54,5'i 6500 ve üzeri gelire sahiptir, diğer düzeylerde gelire sahip olan daha çok katılımcıya ulaşılarak, yapılacak diğer çalışmalarda ailenin aylık geliri açısından daha kapsamlı bir karşılaştırma yapılacağı düşünülmektedir.
- Uyumlu bir evliliğin kökleri, çocukluk dönemine kadar uzanmaktadır. Çocukluk döneminde devlet veya özel kurumlar aracılığıyla çocuklara yönelik duyguları tanıyabilme ve anlayabilme becerisi kazandırabilmek adına eğitimler verilmesinin yetişkinlik yaşamına hazırlanmalarında yararlı olacağı düşünülmektedir.
- Evliliğe adım atacak çiftlere evlilik sürecine yönelik evlilik öncesi danışmanlık hizmeti sağlanarak desteklenmeleri sağlanabilir.

## KAYNAKÇA

- Açık, Ö. (2008). *Evlilik Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Adams, K. M., & Robinson, D. W. (2001). Shame reduction, affect regulation, and sexual boundary development: essential building blocks of sexual addiction treatment. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 8(1), 23-44.
- Ainsworth, M. D. (1967). *Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love*. Johns Hopkins Press.
- Alcorn, L. M., & Torney, D. J. (1982). Counselor cognitive complexity of self-reported emotional experience as a predictor of accurate empathic understanding. *Journal of Counseling Psychology*, 29(5), 534.
- Armstrong, A. R., Galligan, R. F., & Critchley, C. R. (2011). Emotional intelligence and psychological resilience to negative life events. *Personality and Individual Differences*, 51(3), 331-336.
- Aslan, Ş. (2004). Öğrenen organizasyonlarda duygusal zeka kavramı. *Selçuk İletişim*, 3(3), 113-119.
- Bağlı, M., & Sever, A. (2005). Tabulaştırılan/tabulaşan kurumun (ailenin) kurbanlıklar edinme pratiği: levirat ve sorarat. *Aile ve Toplum*, 2(9), 9-21.
- Baltaş, Z. (2011). *İnsanın dünyasını aydınlatan ve işine yansıyan ışık duygusal zekâ*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 273-282.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Başat, Ç. (2004). *Cinsel doyumun, evlilik doyumunu, kontrol odağı ve kendilik değeri üzerinden yordanması. Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Battal, A. (2008). *Boşanma sebepleri, bilimsel araştırma projesi uygulama sonuçları*. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü ADAG Vakfı (Akademik Dayanışma Araştırma ve Geliştirme Vakfı). İstanbul: Eflatun Matbaacılık.
- Birnbaum, G. E. (2010). Bound to interact: The divergent goals and complex interplay of attachment and sex within romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 245-252.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of personality and social psychology*, 70(2), 349.
- Bloom, B. L., Asher, S., & White, S. W. (1978). Marital disruption as a stressor: a review and analysis. *Psychology Bulletin*, 85(4), 867-894.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3, Loss, Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma*. (T. V. Soylu, Çev.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bozkurt, B. (2020). *Çocukluk çağı travmalarının, anne baba tutumlarının ve bağlanma stillerinin evlilik uyumu üzerindeki etkisi*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62(4), 964-980.
- Brassard, A., Shaver, P. R., & Lussier, Y. (2007). Attachment, sexual experience, and sexual pressure in romantic relationships: A dyadic approach. *Personal Relationships*, 14(3), 475-493.
- Burgess, E. W. (1939). Predictive factors in the success or failure of marriage. *Living*, 1(1), 1-3.
- Cassidy, J., & Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relation to other defensive processes. *Clinical implications of attachment*, 300-323.
- Cingisiz, N., & Murat, M. (2010). Evlenmek için Birbirlerini Tercih Eden Çiftlerin Duygusal Zeka Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 99-114.
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support-seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1053-1073.
- Collins, N. L., Cooper, M. L., Albino, A., & Allard, L. (2002). Psychosocial vulnerability from adolescence to adulthood: A prospective study of attachment style differences in relationship functioning and partner choice. *Journal of Personality*, 70(6), 965-1008.
- Cordova, J. V., Gee, C. B., & Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage: intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 24(2), 218-235.
- Çakır, S. (2008). *Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana-babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Çakır, S. (2008). *Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana-babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik Doyum Ölçeği Geliştirme Çalışması*. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü .
- Çetinkaya, Ö., & Alparslan, A. M. (2011). Duygusal Zekânın İletişim Becerileri Üzerine Etkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 16(1), 363-377.

- Daşçı Kılıç, E. (2002). *Eşlerde Duygusal Süreçlerin Evlilik Uyumuna Etkilerinin İncelenmesi*. İstanbul: FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi*. Diyarbakır: Dicle Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dilbar, S., Bashir, S., Shoaib, M., Sultan, T., & Saeed, Y. (2012). Chains do not hold a marriage together: emotional intelligence and marital adjustment (A case of gujrat district, Pakistan). *Middle-East Journal of Scientific Research*, 11(7), 982-987.
- Doğan, D., & Şahin, F. (2007). Duygusal zekâ: Tarihsel gelişimi ve örgütler için önemine kavramsal bir bakış. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(1), 231-252.
- Durmuş, B., Yurtkoru, S. E., & Çinko, M. (2011). *Sosyal Bilimlerde SPSS' le Veri Analizi*. İstanbul: Beta Basım A.Ş.
- Durmuş, E., & Eser, B. A. (2014). Evli çiftlerin duygusal zeka düzeyleri ile evlilik uyumlarının karşılaştırılması. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(1), 352-369.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., & Alpan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erdinç, İ. (2008). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasında ki ilişkinin incelenmesi*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Karar Stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 60-74.
- Ersanlı, K., & Kalkan, M. (2008). Evlilik ilişkilerini geliştirme (kuram ve uygulama). *Nobel Yayın Dağıtım*, 1.
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction, and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships*, 9(1), 39-55.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350-365.
- Fışiloğlu, H. (1992). Lisans Üstü Öğrencilerinin Evlilik Uyumunu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 1-23.
- Gillath, O., & Schachner, D. A. (2006). How do sexuality and attachment interrelate? Goals, motives, and strategies. *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*, 337-355.
- Goleman, D. (2003). *Duygusal Zeka*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1999). *Pair bonds as attachments. Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. New York: Guilford Press.
- Kahyaoğlu Çakmakçı, H. A. (2020). *İkinci evliliklerinde genç ve orta yetişkin eşlerin psikolojik iyi oluşunu yordayan değişkenler*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi.
- Kalkan, M., & Ersanlı, E. (2008). Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı evlilik ilişkisini geliştirme programının evli bireylerin evlilik uyumuna etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8(3), 963-986.

- Karabulutlu, E. Y., Yılmaz, S., & Yurttaş, A. (2011). Öğrencilerin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 75-79.
- Karahan, T., & Özçelik, M. (2006). Bir duygusal zeka beceri eğitimi programının diabet hastalarının duygusal zeka düzeyine etkisi. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 301-320.
- Kinnunen, U., & Feldt, T. (2004). Economic stress and marital adjustment among couples: Analyses at the dyadic level. *European Journal of Social Psychology*, 34, 519-532. doi:10.1002/ejsp.213
- Kışlak, Ş. (1995). *Cinsiyet, evlilik uyumu, depresyon ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arası ilişkiler üzerine bir araştırma*. Psikoloji Anabilim Dalı. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü .
- Kışlak, Ş. T., & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 5(2), 1-7.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1999). Evlilik Uyum Ölçeğinin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması. *3P Dergisi*, 7(1). 50-57
- Kurt, D. G., Kızıldağ, S., Zorbaz, S. D., & Özer, A. (2015). Psikolojik danışman adaylarının duygusal farkındalık düzeylerinin belirleyicileri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 15-24.
- Lafontaine, M., Bélanger, C., & Gagnon, C. (2009). Support seeking, caregiving and conflict management: Evidence from an observational study with couples. *Europe's Journal of Psychology*, 5(3), 9-24.
- Locke, H. J., & Williamson, R. C. (1958). Marital adjustment: A factor analysis study. *American Sociological Review*, 23(5), 562-569.
- Locke, H. J., & Wallace, K.M. (1959). Short marital adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21, 251-255.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Gillath, O., & Nitzberg, R. A. (2005). Attachment, caregiving, and altruism: boosting attachment security increases compassion and helping. *Journal of personality and social psychology*, 89(5), 817-839.
- Mutlu, B., Erkut, Z., Yıldırım, Z., & Gündoğdu, N. (2018). A review on the relationship between marital adjustment and maternal attachment. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 64(3), 243-252.
- Okci, B. (2017). *Cinsel yönelimin bağlanma stilleri, cinsel doyum ve psikopatoloji yönünden değerlendirilmesi (Yüksek lisans tezi)*. İstanbul: Işık Üniversitesi.
- Onur, B. (2017). *Gelişim psikolojisi (11. Baskı)*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Özgüven, İ. E. (2017). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Rodoplu, A. (2019). *Evli çiftlerde evlilik uyumu ile cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211.
- Sardoğan, M. E., & Karahan, T. M. (2005). The effect of human relation skill training program for married couples on the level of marital adjustment of married couples. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 38(2), 89-102.
- Saygılı, S. (2000). *Evlilikte mutluluk sanatı*. İstanbul: Türdav Yayınevi.
- Schutte, N., Malouff, J., Hall, L., Haggerty, D., Cooper, J., Golden, C. and Dornheim, L. (1998) Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., . . . Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *Journal of Social Psychology*, 141(4), 523-536.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N., & Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8, 1-11.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stillerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürler arası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Sevim, S. A. (1999). Evlilik İlişisini Geliştirme Programları. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 2(11), 19-25.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2006). Attachment theory, individual psychodynamics, and relationship functioning. *The Cambridge handbook of personal relationships*, 251-271.
- Shaver, P. R., & Hazan, C. (1993). *Adult romantic attachment: Theory and evidence*. D. Perlman, W. Jones (Ed.), *Advances in personal relationships*. London: Jessica Kingsley.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2006). Attachment theory, individual psychodynamics, and relationship functioning. *The Cambridge handbook of personal relationships*, 251-271.
- Simith, L., Heaven, P. C., & Ciarrochi, J. (2008). Trait emotional intelligence, conflict communication patterns, and relationship satisfaction. *Personality and individual differences*, 44(6), 1314-1325.
- Solmuş, T. (2010). *Bağlanma, evlilik ve aile psikolojisi*. İstanbul: Sistem.
- Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E., & Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8(2), 88-99.
- Stanton, A. L., Kirk, S. B., Cameron, C. L., & Danoff-Burg, S. (2000). Coping through emotional approach: scale construction and validation. *Journal of personality and social psychology*, 78(6), 1150.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Swinkels, A., & Giuliano, A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: monitoring and labeling one's mood states. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(9), 934-949.

- Şahin Altun, Ö., Polat, Ü., Ejder Apay, S., & Olçun, Z. (2020). Kadınlarda Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(2), 82-90.
- Şahin, N. H., Güler, M., & Basım, H. N. (2009). The Relationship between Cognitive Intelligence, Emotional Intelligence, Coping and Stress Symptoms in the Context of Type a Personality Pattern. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(3), 243-254.
- Şendil, G., & Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 28(1), 15-74.
- Şener, A., & Terzioğlu, G. (2008). Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 13(13), 7-20.
- Tarhan, N. (2006). *Evlilik psikolojisi* (7 b.). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2010). *Duyguların dili, duygusal zekâya yeni bir yorum*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Terzi, Ş., & Çankaya, Z. C. (2016). Bağlanma stillerinin öznel iyi olmayı ve stresle başa çıkma tutumlarını yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 28(3), 1-11.
- Tucker, C. M., & Horowitz, J. E. (1981). Assessment of factors in marital adjustment. *Journal of behavioral assessment*, 3(4), 243-252.
- Türk, B. B. (2016). *Yetişkinlerde Bağlanma Biçimleri Kişilik Özellikleri ve Bu Özelliklerin Ruhsal Sorunlarla İlişkinin Araştırılması*. İstanbul: Işık Üniversitesi.
- Türkseven, A., Söylemez, İ., & Dursun, P. (2020). Cinsel işlev bozuklukları ile evlilik uyumu arasındaki ilişki. *Kriz Dergisi*, 28(1), 9-20.
- Tynes, S. R. (1990). Educational heterogamy and marital satisfaction between spouses. *Social Science Research*, 19(2), 153-174.
- Ulaşoğlu, Ö. (2020). *Dürtüsel davranışların ve iletişim yeterliliğinin evlilik uyumu ile ilişkisi*. Klinik psikoloji anabilim dalı. Lefkoşa: Yakın Doğu Üniversitesi.
- Uzel, A. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisindeki çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi*. İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Van Der Kolk, B. A. (2018). *Beden Kayıt Tutar*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Van Rooy, D. L., Alonso, A., & Viswesvaran, C. (2005). Group differences in emotional intelligence scores: Theoretical and practical implications. *Personality and Individual Difference*, 38(3), 689-700.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 250-261.
- Yeşilyaprak, B. (2001). Duygusal zeka ve eğitim açısından doğurganları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 7(1), 139-146.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 4(4), 21-63.

Zarch, Z. N., Marashi, S. M., & Raji, H. (2014). The relationship between emotional intelligence and marital satisfaction: 10-year outcome of partners from three different economic levels. *Iranian Journal of Psychiatry*, 9(4), 188.



## EKLER

### Ek 1.

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma; Üsküdar Üniversitesi Aile Danışmanlığı Yüksek Lisans Programı kapsamında evlilik uyumu ile ilgili tez çalışması için yapılmaktadır. Aşağıda, evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve duygusal zeka arasındaki ilişkiyi anlamaya yönelik sorular yer almaktadır. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece araştırma kapsamında kullanılacaktır.

Kesinlikle boş bırakmamanızı en içten samimiyetimizle rica ederim.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

1. **Cinsiyetiniz:** Kadın ( ) Erkek ( )
2. **Yaşınız :** 18-25 ( ) 26-30 ( ) 31-35 ( ) 36-40 ( ) 41-50 ( ) 51-60 ( ) 61 ve üstü
3. **Eğitim Durumunuz:** İlköğretim( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek Lisans ve üstü ( )
4. **Eşinizle evlenme yaşıınız :** 18-25( ) 26-30( ) 31-35( ) 36-40( )  
41-50( )  
51-60( ) 61 ve üstü ( )
5. **Ne kadar süredir evlisiniz?** 1-5 yıl arası( ) 6-10 yıl arası( ) 11-15 yıl arası( ) 16-20 yıl arası ( ) 21 ve sonrası ( )
6. **Eşinizle yakınlık düzeyiniz:** Akraba ( ) Akraba değil ( )
7. **Evlenme şekliniz?** Görücü usulü ( ) Aşk ( ) Akraba ( ) Mantık ( )
8. **Kaç çocuğunuz var?** Yok ( ) Tek çocuk ( ) İki çocuk ( ) Üç veya daha fazla ( )
9. **Ailenizin toplam aylık geliri ne kadardır?** 1000 TL ve altı ( ) 1000 – 1500 TL ( )  
1500 – 2000 TL ( ) 2000 – 2500 TL( ) 3000 ve üzeri ( )
10. **Aile yapınız nasıldır?** Geniş Aile ( ) Çekirdek Aile ( )
11. **Kaçıncı Evliliğiniz:** Birinci ( ) İkinci ( ) Üçüncü ve üstü( )
- Çalışma durumunuz:** Çalışmıyor ( ) Çalışıyor ( ) Mesleğiniz

# EVLİLİKTE UYUM ÖLÇEĞİ

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

\* \* \* \* \*

Çok  
Mutsuz

Mutlu

Çok  
Mutlu

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

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

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

10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle:

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

sonuçlanır.

11. Ev dışı etkinliklerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?

- Hepsini
- Bazılarını
- Çok azını
- Hiç birini

12. Boş zamanlarınızda genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

- Dışarıda bir şeyler yapmayı
- Evde oturmayı

Eşiniz genellikle aşağıdakilerden hangisini yapmayı tercih eder?

- Dışarıda bir şeyler yapmayı
- Evde oturmayı

13. Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?

- Sık sık
- Arada sırada
- Çok seyrek
- Hiçbir zaman

14. Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz;

- Aynı kişiyle evlenirdiniz
- Farklı bir kişiyle evlenirdiniz
- Hiç evlenmediniz

15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

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

### Ek 3.

<b>Kaynak</b>	: Tatar, A., Tok, S., & Saltukoğlu, G. (2011). Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 21(4), 325-338.
<b>Özgün Form Kaynak</b>	Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. Personality and Individual Differences, 25(2), 167-177.
<b>Gözden Geçirilmiş Form Kaynak</b>	Austin, E. J., Saklofske, D. H., Huang, S. H., & McKenney, D. (2004). Measurement of trait emotional intelligence: testing and cross-validating a modified version of Schutte et al.'s (1998) measure. Personality and individual differences, 36(3), 555-562.
<b>Ölçek Makalesi Erişimi</b>	: <a href="http://www.psikofarmakoloji.org/pdf/21_4_5.pdf">http://www.psikofarmakoloji.org/pdf/21_4_5.pdf</a>
<b>Ölçek Puanlaması</b>	: (düz maddeler) Kesinlikle Katılmıyorum-1 / Katılmıyorum -2 / Fikrim Yok-3 / Katılıyorum-4 / Kesinlikle Katılıyorum-5
<b>Ters Yönlü Maddeler</b>	: Kesinlikle Katılmıyorum-5 / Katılmıyorum -4 / Fikrim Yok-3 / Katılıyorum-2 / Kesinlikle Katılıyorum-1 1, 2, 5, 7, 9, 11, 15,16, 18, 19, 21, 27, 29, 30, 31, 32, 33, 36, 37, 38
<b>İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi (Optimism/Mood Regulation) Alt Boyutu</b>	: 12 madde: 2, 7, 12,15, 18, 21, 29, 30, 33, 35, 37, 38
<b>Duyguların Kullanımı (Utilisation of Emotions) Alt Boyutu</b>	: 6 madde: 4, 9,10, 23, 26, 34
<b>Duyguların Değerlendirilmesi (Appraisal of Emotions) Alt Boyutu</b>	: 10 madde: 6, 8, 17, 22, 28, 31, 36, 39, 40, 41
<b>Schutte Duygusal Zeka Ölçeği Genel Toplam Puanı</b>	: (tüm maddeler- 41 madde): 1-41
<b>Ek bilgi</b>	: Alt boyutlar, tüm maddeleri içermez. 13 madde alt boyutlara girmez, sadece genel toplama katılır. 1, 3, 5, 11, 13, 14, 16, 19, 20, 24, 25, 27, 32

### Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zeka Ölçeği

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Fikrim Yok	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
<b>Aşağıda çeşitli durumlara ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen ifadeyi okuduktan sonra size uyma derecesini sağ taraftaki kutucuklardan birini işaretleyerek belirtiniz.</b>					
1. Kişisel sorunlarımı başkaları ile ne zaman paylaşacağımı bilirim.					
2. Bir sorunla karşılaştığım zaman benzer durumları hatırlar ve üstesinden gelebilirim.					
3. Genellikle yeni bir şey denerken başarısız olacağımı düşünürüm.					
4. Bir sorunu çözmeye çalışırken ruh halimden etkilenmem.					
5. Diğer insanlar bana kolaylıkla güvenirler.					
6. Diğer insanların beden dili, yüz ifadesi gibi sözel olmayan mesajlarını					

anlamakta zorlanırım.

--	--	--	--	--	--



7. Yaşamımdaki bazı önemli olaylar neyin önemli neyin önemsiz olduğunu yeniden değerlendirmeme yol açtı.					
8. Bazen konuştuğum kimsenin ciddi mi olduğunu yoksa şaka mı yaptığını anlayamam.					
9. Ruh halim değiştiğinde yeni olasılıkları görürüm.					
10. Duygularımın yaşam kalitem üzerinde etkisi yoktur.					
11. Hissettiğim duyguların farkında olurum.					
12. Genellikle iyi şeyler olmasını beklemem.					
13. Bir sorunu çözmeye çalışırken mümkün olduğunca duygusallıktan kaçınırım.					
14. Duygularımı gizli tutmayı tercih ederim.					
15. Güzel duygular hissettiğimde bunu nasıl sonlandıracağımı bilirim.					
16. Başkalarının hoşlanabileceği etkinlikler düzenleyebilirim.					
17. Sosyal yaşamda neler olup bittiğini sıklıkla yanlış anlarım.					
18. Beni mutlu edecek uğraşlar bulmaya çalışırım.					
19. Başkalarına gönderdiğim beden dili, yüz ifadesi gibi sözsüz mesajların farkındayım.					
20. Başkaları üzerinde bıraktığım etkiyle pek ilgilenmem.					
21. Ruh halim iyiye sorunların üstesinden gelmek benim için daha kolaydır.					
22. İnsanların yüz ifadelerini bazen doğru anlayamam.					
23. Yeni fikirler üretmem gerektiğinde duygularım işimi kolaylaştırmaz.					
24. Genellikle duygularımın niçin değiştiğini bilmem.					
25. Ruh halimin iyi olması yeni fikirler üretmeme yardımcı olmaz.					
26. Genellikle duygularımı kontrol etmekte zorlanırım.					
27. Hissettiğim duyguların farkındayım.					
28. İnsanlar bana, benimle konuşmanın zor olduğunu söylerler.					
29. Üstlendiğim görevlerden iyi sonuçlar alacağımı hayal ederek kendimi güdülerim.					
30. İyi bir şeyler yaptıklarında insanlara iltifat ederim.					
31. Diğer insanların gönderdiği sözel olmayan mesajların farkına varırım.					
32. Bir kişi bana hayatındaki önemli bir olaydan bahsettiğinde ben de aynısını yaşamış gibi olurum.					
33. Duygularımda ne zaman bir değişiklik olsa aklıma yeni fikirler gelir.					
34. Sorunları çözüm biçimim üzerinde duygularımın etkisi yoktur.					
35. Bir zorlukla karşılaştığım zaman umutsuzluğa kapılırım çünkü başarısız olacağıma inanırım.					
36. Diğer insanların kendilerini nasıl hissettiklerini sadece onlara bakarak anlayabilirim.					
37. İnsanlar üzgünken onlara yardım ederek daha iyi hissetmelerini sağlarım.					
38. İyimser olmak sorunlar ile baş etmeye devam edebilmem için bana yardımcı oluyor.					
39. Kişinin ses tonundan kendini nasıl hissettiğini anlamakta zorlanırım.					

40. İnsanların kendilerini neden iyi ya da kötü hissettiklerini anlamak benim için zordur.					
41. Yakın arkadaşlıklar kurmakta zorlanırım.					



#### Ek 4.

### **Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (Experiences in Close Relationships- Revised)**

Ölçek toplam 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 18 maddesi kaçınmacı bağlanma, geri kalan 18 maddesi ise kaygılı bağlanma boyutlarını ölçmektedir.

Kaçınmacı Bağlanma Boyutu: Çift sayı olan maddelerin ortalaması alınarak hesaplanır Kaygılı Bağlanma Boyutu: Tek sayı olan maddelerin ortalaması alınarak hesaplanır.

Ters kodlanan maddeler: 4, 8, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 30, 32, 34, 36.

7'li derecelendirme yönteminde göre

1 = Hiç katılmıyorum

4 = Ne katılıyorum ne

katılmıyorum 7 = Tamamen

katılıyorum

Önemli Not:

Ölçek maddelerinin bazılarında “yakın olmak” veya “yakınlaşmak” ifadeleri geçmektedir. Bu ifadelerle kastedilen partnerinizle duygusal yakınlık kurmak, düşüncelerinizi veya başınızdaki geçimleri partnerinize açmak, partnerinize sarılmak ve benzeri davranışlardır. İlgili maddeler bu tanıma göre cevaplandırılır.

- Maddeler evli çiftler için yeniden düzenlenebilir.

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer halihazırda bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, aşağıdaki maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılarındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....

Hiç-----7 Kararsızım/ Tamamen  
katılmıyorum fikrim yok katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsedğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7

12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7



14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7

30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelenendir.	1	2	3	4	5	6	7



32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7



