

**T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**



**KÖK AİLE İŞLEVSELLİĞİNİN İLİŞKİSEL YILMAZLIKLARLA
İLİŞKİSİ**

İCLAL BÜŞRA TAŞKIN

YÜKSEK LİSANS

GAZİANTEP - 2024



LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ KABUL VE ONAY FORMU

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi İclal Büşra TAŞKIN tarafından hazırlanan “Kök Aile İşlevselliğinin İlişkisel Yılmazlıkla İlişkisi” başlıklı tez, 19/01/2024 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu **başarılı** bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

<u>Görevi</u>	<u>Unvanı, Adı ve Soyadı</u>	<u>Kurumu/Üniversitesi</u>	<u>İmzası:</u>
Tez Danışmanı	Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY	Hasan Kalyoncu Üniversitesi	
Jüri Başkanı	Doç.Dr. Cemre ERTEN TATLI	Hasan Kalyoncu Üniversitesi	
Jüri Üyesi	Doç.Dr. Didem AYDOĞAN	Aydın Adnan Menderes Üniversitesi	

Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile onaylanmıştır.

Doç. Dr. Ufuk AKBAŞ
Enstitü Müdürü

TEZ BİLDİRİMİ

Bu tezdeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edildiğini ve tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını bildiririm.

İmza

İclal Büşra Taşkın

Tarih:



HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI

**KÖK AİLE İŞLEVSELLİĞİNİN İLİŞKİSEL YILMAZLIKLA
İLİŞKİSİ**

İclal Büşra TAŞKIN

YÜKSEK LİSANS

Danışman
Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY

ÖZET

Bu araştırma evli kadın ve erkeklerin ilişkisel yılmazlığın kök aile işlevselliği ve benlik farklılaşması ile ilişkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın katılımcılarını en az bir en fazla on yıldır evli olan 297 birey oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Aile Yaşam Doyum Ölçeği”, “Benliğin Farklılaşması Envanteri-Kısa Formu” ve “İlişkisel Yılmazlık Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 25 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizi için betimsel istatistik, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi tekniklerinden faydalanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre hem kadın hem erkekler için ilişkisel yılmazlık ile aile yaşam doyumu arasında orta düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Kadınlar için ilişkisel yılmazlık ile benlik farklılaşması ölçeğinin alt boyutlarından; duygusal kopma, iç içe geçme ve ben pozisyonu alma arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Erkekler için ilişkisel yılmazlık ve benlik farklılaşması ölçeğinin alt boyutlarından duygusal kopma ve iç içe geçme boyutları arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki varken ben pozisyonu alma alt boyutu ile arasında orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Benlik farklılaşması ölçeğinin diğer alt boyutu olan duygusal tepkisellik, her iki grupta da ilişkisel yılmazlıkla anlamlı ilişki göstermemiştir. Araştırma sonuçlarına göre kadınlar için aile yaşam doyumu ve benlik farklılaşması ilişkisel yılmazlığı %29 açıklarken erkekler için aile yaşam doyumu ve benlik farklılaşması ilişkisel yılmazlığı %36 yordadığı görülmektedir. Çalışmalardan elde edilen tüm bulgular literatür kapsamında tartışılarak önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Kök aile işlevselliği, benlik farklılaşması, ilişkisel yılmazlık

**HASAN KALYONCU UNIVERSITY
GRADUATE EDUCATION INSTITUTE
DEPARTMENT of GUIDANCE AND PSYCHOLOGICAL COUNSELING**

**THE CORRELATION BETWEEN FAMILY OF ORIGIN
FUNCTIONALITY AND RESILIENCE IN RELATIONSHIP**

İclal Büşra TAŞKIN

MASTER THESIS

**Advisor
Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY**

ABSTRACT

This study was conducted to examine the relationship between the relational resilience of married men and women with root family functioning and self-differentiation. The participants of the study consisted of 297 individuals who have been married for a minimum of one year and a maximum of ten years. The data collection instruments used were the "Satisfaction with Family Life Scale", the "Self-Differentiation Inventory - Short Form" and the "Relational Resilience Scale", as well as the "Personal Information Form" prepared by the researcher. The data analysis was carried out using the SPSS 25 program. Descriptive statistics, Pearson Product Moment Correlation and Multiple Linear Regression Analysis were used to analyze the data. According to the results of the study, there was a moderately positive correlation between relational resilience and satisfaction with family life for both men and women. For women, a low significant correlation was found between relational resilience and the sub-dimensions of the self-differentiation scale - emotional detachment, introversion and self-positioning. In men, a low significant correlation was found between relational resilience and the dimensions of emotional distancing and internalization of the self-differentiation scale, while there was a medium significant correlation between the sub-dimension of self-positioning. The other sub-dimension of the self-differentiation scale, emotional reactivity, showed no significant relationship with relational resilience in either group. According to the results of the study, satisfaction with family life and self-differentiation explained 29% of relational resilience in women, while satisfaction with family life and self-differentiation predicted 36% of relational resilience in men. All the findings from the studies were discussed in the context of the literature and further recommendations were made.

Key Words: Root family functioning, self-differentiation, relational resilience.

ÖNSÖZ

Yüksek lisans öğrenim sürecinde her zaman bilgisi, enerjisi ve önerileri ile beni çalışmaya teşvik eden saygı değer hocam ve tez danışmanım Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY’a, veri analizi sürecinde her zaman destek olan ve aklıma takılan konularda yardımcı olan sayın hocam Dr. Öğr. Üyesi Merve YILDIRIM SEHERYELİ’ne,

Bana hayatım boyunca güçlü olmayı öğreten, her zaman bana güvenen ve ufukumun genişlemesi için her daim destek olan, sabırla dinleyen babam Bünyamin ALAR’a, benimle ağlayıp benimle gülen, tez sürecinde yardım ve desteklerini esirgemeyen, her daim yanımda olan biricik kardeşim ve en yakın arkadaşım Hamide Nisanur KOÇ’a ,

Yüksek lisans sürecini tamamlayabilmem için yaptığı büyük fedakarlığın yanı sıra yoğun iş temposu rağmen ders döneminde ve tez yazma sürecinde bana ve kızıma verdiği destekten ötürü kıymetli eşim Hasan Raşit TAŞKIN’a,

Tez yazma ve ders dönemi sürecinde bazen ilerleyemediğim, zorlandığım zamanlarda bana ve sevgili kızım Gülce Berra TAŞKIN’a her daim desteklerini esirgemeyen, bizleri kendi çocukları gibi seven evimizin “Gül ablası” Gülşen ÇELİKTÜRK’e,

Tez yazım sürecinde verdiği desteklerden ötürü, kendisiyle yollarımız kesiştiği için kendimi çok şanslı hissettiğim kızımızın ilk arkadaşının güzel annesi Tuba TÜRKYILMAZ’a

Tezimin zorlu veri toplama sürecinde destek olan tüm arkadaşlarıma ve katılım sağlayan evli çiftlerimize,

Yüksek lisans öğrenimim boyunca manevi destekleriyle her daim yanımda olan ve anlayış gösteren değerli dostlarıma ve çalışma arkadaşlarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İclal Büşra TAŞKIN
Gaziantep - 2024

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
ÖNSÖZ	vi
İÇİNDEKİLER	vii
KISALTMALAR	ix
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	7
1.2.1. Problem Cümlesi ve Alt Problemler	7
1.3. Araştırmanın Önemi	7
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	9
1.5. Tanımlar.....	10
2. KURAMSAL TEMEL VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	11
2.1. Aile ve Kök Aile Kavramı	11
2.1.1. Aile İşlevselliği Modelleri	14
2.1.1.1. Beavers Sistem Modeli	14
2.1.1.2. Skinner Aile İşlevselliği Süreç Modeli	14
2.1.1.3. Olson- Evlilik ve Aile Sistemleri Dairesel Modeli	15
2.1.1.4. McMaster Aile İşlevselliği Modeli	16
2.1.1.5. Reiss Problem Çözme Paradigma Modeli	17
2.1.1.6. Genel Yaşam Sistemleri Teorisi Modeli.....	17
2.1.1.7. Virginia Satir ve Yaşantısal Aile Terapisi	18
2.1.1.8. Kuşaklararası Aile Terapisi Yaklaşımı ve Benlik Farklılaşması	20
2.1.2. Kök Aile İşlevselliği ve Evlilik İlişkisi.....	26
2.1.3. Yurt İçinde Yapılan İlgili Araştırmalar	29
2.1.4. Yurt Dışında Yapılan İlgili Araştırmalar	30
2.2. Yılmazlık	34
2.2.1. Risk Faktörleri	36
2.2.2. Koruyucu Faktörler.....	37
2.3. Aile Yılmazlığı	37
2.3.1. Koruyucu Faktör Olarak Aile	40
2.3.2. Risk Faktörü Olarak Aile.....	44
2.4. İlişkisel Yılmazlık.....	46
2.4.1. İlişkisel Kültürel Teori.....	49
2.2.3. Yurt İçinde Yapılan İlgili Araştırmalar	54

2.2.4. Yurt Dışında Yapılan İlgili Araştırmalar	57
3. YÖNTEM	60
3.1. Araştırmanın Modeli	60
3.2. Araştırma Grubu	60
3.3. Veri Toplama Araçları	65
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu:.....	65
3.3.2. İlişkisel Yılmazlık Ölçeği:	65
3.3.3. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği:.....	65
3.3.4. Benliğin Farklılaşması Envanteri - Kısa Formu (BFE-KF).....	66
3.4. Verilerin Toplanması	67
3.5. Verilerin Analizi	67
4. BULGULAR.....	71
4.1. Kadınların Aile Yaşam Doyumu, Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Yılmazlık Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular	71
4.2. Erkeklerin Aile Yaşam Doyumu, Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Yılmazlık Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular	72
5. TARTIŞMA VE YORUM.....	73
5.1. Evli Kadınlarda ve Erkeklerde Aile Yaşam Doyumu ile İlişkisel Yılmazlık Arasındaki İlişkinin Tartışılması	73
5.2. Evli Kadınlarda ve Erkeklerde Benlik Farklılaşması ile İlişkisel Yılmazlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	75
6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER	79
6.1. Sonuçlar	79
6.2. Öneriler	79
KAYNAKÇA.....	81
EKLER	107
ÖZGEÇMİŞ	112

KISALTMALAR

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

TDK: Türk Dil Kurumu

İKT: İlişkisel Kültürel Teori

BFE-KF: Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa Formu

AYDÖ: Aile Yaşam Doyumu Ölçeği

İYÖ: İlişkisel Yılmazlık Ölçeği

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences

BÖLÜM 1

1. GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Evlilik kültürüne göre farklılık gösterse de dünyadaki her toplumda kabul gören evrensel bir kurumdur. Bu kurum toplumların vazgeçilmez bir unsurudur ve insan hayatındaki önemli olgulardan biridir. Evlilik, yasalar karşısında iki insan arasında bağlanma ve anlaşma sözleşmesi olarak tanımlanmaktadır (Rauch, 2004). Cutler ve Radford (1999) evliliği, birbirlerine karşı sorumluluk duygusu taşıyan, birbirlerini sosyal açıdan destekleyen, birlikte isteyerek zaman geçiren, üyeleri arasında açık iletişim olan, kriz durumlarında birbirine kenetlenen bireylerin oluşturduğu sistem olarak tanımlamaktadır. İki birey evlilik adımı verdiğimiz sözleşme ile bir araya gelerek aile kurumu oluşturmaktadır. Aile kavramına, her toplum farklı bakış açısıyla yaklaşmıştır. Bu sebeple tüm toplumlar için geçerli sayılabilecek bir tanımlama olmamakla birlikte evrensel bir tanımdır. Türk Dil Kurumu (2020) aileyi, evlilik ve kan bağına dayanarak içinde karı, koca, çocuklar ve kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu toplum içindeki en küçük birim olarak tanımlamıştır. Toplumun en küçük yapıtaşı olan aile biyolojik, psikolojik, tarihsel, duygusal ve ekonomik birliktelik olan aynı evin üyelerinin oluşturduğu birlikteliktir (Gladding, 2015). Goldenberg ve Goldenberg'e (2017) göre ise aile kendi içinde kuralları, rolleri ve iletişim şekli ve görevleri olan bir sistemdir.

Kök aile kavramı, kişinin içinde doğduğu, büyüdüğü, fizyolojik ve duygusal ihtiyaçlarının karşılandığı bir sistemi ifade etmektedir (Falkce vd., 2008; Kerr, 1981). Bireylerin ilk ilişkileri deneyimlediği ortam olan kök aile, hem bireysel hem de toplumsal açıdan büyük önem arz etmektedir. Hayatla ilk bağların tecrübe edildiği kök aile ortamı, bireylerin psikolojik ve fizyolojik durumunu doğrudan etkilemektedir. Kök aile ile kurulan ilişkiler bireyin yetişkinlik yaşamında tecrübe edeceği tüm ilişkilerinin temelini oluşturmaktadır (Kerr, 1981). Bireyin ilk sosyalleşme ortamı sistemin bir parçası olan ailedir ve etkileri sadece çocukluk döneminde değil ergenlik ve yetişkinlik döneminde de sürmektedir (Bowen, 1976; Kağıtçıbaşı, 1996).

Satır'ın yaşantısal aile danışmanlığı yaklaşımına göre kök aile, bireyin şimdiki tutum ve davranışları üzerinde önemli etkiye sahiptir. İlişkinin mimarı olan eşlerin kendi arasındaki ilişkinin biçimi ailede gelecekte kurulacak ilişkilerin yapı taşlarını oluşturmaktadır. Sancılı bir evlilik ilişkisi, ebevenliği de etkileyecektir. Ebevenyler,

çocuklarının ilk öğretmenleridir. Çocuk gördüğü durumlara, deneyimlere ve söylenenlere nasıl yaklaşacağını ebeveynlerinden öğrenmektedir. Duyguların ifade edilebileceği aile ortamı üzerinde de duran Satir, olumsuz duyguların ifade edilmediği aile ortamında yetişen çocukların iletişim kalıplarını olumsuz olarak geliştireceğine ve kuşaklararası aktarım olacağına da dikkat çekmiştir. Bowen'a (1981) göre iletişim kalıpları öğrenilmiştir ve nesiller boyunca aktarılmaya devam etmektedir. Kişinin bireysel ve aile hayatındaki davranışları bu kalıpların sonuçları olarak ortaya çıkmaktadır. Akrabalık ilişkilerinin yoğun olduğu toplulukçu kültürlerde bireylerin evlilikleri hem kendi kök ailerinden hem de evlendiği kişinin kök ailesinden etkilenmektedir (Kağıtçıbaşı, 1996). Başka bir şekilde ifade etmek gerekirse kişiler arası ilişkileri kendi kök ailesindeki ilişkiler çerçevesinden öğrenmekte ve sağlıklı temellere olduğu işlevsel kök aile ile kurulan ilişkiler hem bireysel gelişimine hem de gelecekte kuracağı aile sistemine etki etmektedir (Bowen, 1978; Harvey ve Bray, 1991; Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003).

Bireylerin hayatla ilk bağlarını kurduğu kök ailelerinden algıladıkları özerklik ve yakınlık düzeyi kök ailelerin işlevsel olup olmadığını yordamamızı sağlamaktadır (Hovestadt vd., 1985). Kök ailesinde özerkliği hisseden bireyler kararlarının sorumluluğunu alabilmekte ve kendisi ile ilgili karar verirken kendi haklarını koruduğu görülmüştür (Sachs, 2016). Kök ailelerinde yakınlığı hisseden bireyler kendisine ve çevresine karşı pozitif bir bakış açısı geliştirir, duygularını açıkça ifade edebilecek cesareti ortaya koyduğu ve insana karşı olumlu bir bakış açısı geliştirdiği görülmüştür (Hovestadt vd., 1985). Kök ailesinde hem özerkliği hem de yakınlığı tecrübe eden bireylerin kök aile deneyimlerinin daha işlevsel olduğu ve bu bireylerin benliklerinin farklılaştığı düşünülmektedir (Skowron ve Friedlander, 1998). Bowen'ın aile terapisi yaklaşımının temelini oluşturan benliğin farklılaşması kavramı bireyin benliğinin iç ve kişiler arası boyutları arasında denge kurması, kaygı durumunda esnek davranabilmesi ve kök ailesinden bilişsel ve duygusal olarak farklılaşabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Bowen ve Kerr, 1988). Yüksek düzeyde farklılaşmış bireyler evliliklerinde kendilik duygusunu korur. Düşünme ve duygu arasında denge kurabilir. Ayrıca başka birinin kaygısını dindirme ve diğerleri tarafından geliştirilen kaygıya karşı dayanıklıdır (Bowen, 1976; Bowen ve Kerr, 1988; Skowron, 2000). Düşük düzeyde farklılaşmış bireyler duygusal atmosferden kolayca etkilenir. Evlilikte kaygının ve çatışmanın artmasına neden olur (Bowen, 1976; Bowen ve Kerr, 1988). Kuşaklar arası aile terapisi kuramına göre evliliklerde algılanan problemlerin temelinde bireylerin kök ailelerindeki ilişki

problemlerinden tam olarak ayırşamamaları yatmaktadır (Bowen, 1966, 1978; Framo, 1976; Topham vd., 2005).

Farklı kök aile özelliklerini taşıyan çiftler, kök aileden ayrılarak yeni bir aile sistemi oluşturmaya başladıkları yıllarda çiftlerin hem kendi kök aileleriyle hem de eşlerinin kök ailesi ile problemler yaşaması mümkündür (Bowen, 1978; Gladding, 2015). Alanyazınındaki araştırmalar bireylerin kök aile deneyimlerinin işlevselliğinin yetişkinlikteki evlilik ilişkilerini etkilediği fikrini desteklemektedir. Çiftlerin evliliklerinde yaşadıkları güçlüklerin kök ailesinden öğrendiği ilişki örüntülerinin devamı olduğu düşünülmektedir. Ailenin değerleri, tutumları, davranışları, problem çözme yöntemleri çocuğa geçmekte ve çocuk yetişkin olduğunda kurduğu ilişkilerde bu örüntüler kendini göstermektedir. Framo yaptığı araştırmalar sonucunda ailede yaşanan sorunların nesiller arası benzerlik gösterdiği üzerinde durmuştur. Eşler arası çatışmaların kök aile deneyimleri ile ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar aynı zamanda genç yetişkinlerin eşleriyle olan ilişki kalitesini de olumsuz olarak etkilemektedir (Cui ve Finchman, 2010; Muraru, 2012). Yapılan araştırmalar ebeveynleri boşanan bireylerin evliliklerini daha yüksek oranda boşanma ile sonlandırdıklarını göstermektedir (Amato, 1996,2000). Ebevenylerin yaşadığı evlilik uyumsuzluğu, çocukların kendi evliliklerindeki uyumlarını olumsuz etkilemektedir (Amato ve Booth, 2001). Bu konuda yapılan araştırmalar incelendiğinde evliliğin sürdürülmesi ile ilgili değişkenlerin kök aile işlevselliği ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Venter vd., 2009).

Günümüzde hızla değişen dünya her alanda olduğu gibi toplumsal değişimleri de beraberinde getirmiştir. Yaşanan toplumsal değişimler evlilikler üzerinde de önemli etkilere sahiptir. TÜİK (2022) evlenme ve boşanma istatistiklerine göre 2022 yılında boşanan çift sayısında bir önceki yıla göre %2.9 artış olduğu görülmektedir. Evlilik süresine göre boşanmalar incelendiğinde, 2022 yılında gerçekleşen boşanmaların yüzde 32,7' si evliliğin ilk 5 yılı, yüzde 21,6' sı ise evliliğin 6-10 yılı içinde gerçekleştiği görülmektedir. Veriler evliliğin ilk yıllarında yaşanan çatışmaların daha fazla boşanma ile sonuçlandığını göstermektedir. Evlilik ilişkisi içerisinde her çift çeşitli sorunlarla karşılaşmaktadır. Her evlilikte yaşanan sorunların bazıları sürece bağlı olarak gelişmekte bazıları ise evlilik birliğini sonlandırma ihtimaline sahip olabilmektedir. Bununla birlikte evliliklerin sonlandırılmasındaki artış oranı, evlilik ilişkisi düşünüldüğünde çiftlerin evlilikte yaşanan problemlerin temelini anlama ve sorunları çözmek için nasıl bir yol izlediklerinin araştırılmasının önemli olduğu göstermektedir.

Evlilik sürecinde, çiftlerin yaşadıkları zorlayıcı yaşam olayları karşısında karşılıklı gösterdikleri tutum ve davranışlar evlilik birliğinin devamı noktasında önemlidir. Çiftlerden bazıları, yaşadıkları ilişki problemleri, sıkıntılar ve zorluklara karşı bazı çiftlere göre daha iyi bir şekilde başa çıkmakta yaşanan problemleri daha yapıcı bir şekilde çözümleyebilmektedir. Yaşanan krizden ve olumsuz yaşantıdan sonra toparlanma yeteneği olan yılmazlık kavramı, araştırma ve müdahale ile çiftler ve ailelerin güçlenmesini amaçlayan önleme yaklaşımlarıdır (Aydoğan, 2014). Walsh'a (2002) göre ise zorluk durumu karşısında dayanma ve direnme gücü olarak tanımlanan yılmazlık, ciddi bir tehdit ve şiddetli bir problem durumu yaşama ve bu problemlerden sonra kişinin hayatına tekrardan pozitif uyum sağlamasıdır.

Yılmazlık sadece bireysel olarak değil aynı zamanda aile, toplum ve ilişkiler olarak da karşımıza çıkan bir özelliktir. Yapılan araştırmalarda, ailelerde ve yakın ilişkilerde de yılmazlık kavramı incelenmiştir (Conolly, 2005; Jordan, 2005; Venter ve Synders, 2009). Aile çalışmaları içerisinde aile yılmazlığı farklı teorik temellerle açıklanmaya çalışılmıştır. Aile dinamikleri dikkate alındığında bazı ailelerin güçlükler ya da stres verici bir durum karşısında olumlu şekilde başedebilirken, bazı aileler de yaşanan benzer durumla başedememeyip, dağılmaktadır. Aile yılmazlığı, stres verici yaşam olayları karşısında ailenin bu durumla başa çıkabilmesi ve bozulan dengeyi tekrar eski haline getirebilmesidir (Buluş ve Bağcı, 2016). Bir başka tanımda ise yaşamdaki zorlu ve riskli durumlara ailenin başarılı şekilde uyum sağlaması ve sağlıklı aile işleyişini devam ettirmek için aile sisteminin gücünü ifade etmektedir (Patterson, 2002a).

Yılmazlık kavramı çift ve aile yılmazlığı açısından koruyucu ve risk faktörleri bağlamında değerlendirilmektedir (Aydoğan ve Özbay, 2015). Alanyazınında aile yılmazlığı risk faktörleri kronik rahatsızlığı olan bir çocuğa sahip olma (Tak ve McCubbin, 2002), ailede madde ya da alkol bağımlılığı bireyin olması (Lum, 2008), yoksulluk (Duncan vd., 2005), aile yaşam döngüsündeki geçiş (Spring vd., 2002), kısırlık (Daly, 1999), engelli bir çocuğa sahip olma (Heiman, 2002; Plumb, 2011), travmatik kayıp ve ölüm (Greff ve Human, 2004), eşlerden birinin engele ya da kronik rahatsızlığa sahip olması (Yorgasan vd., 2007), maddi durum (Lee vd., 2003), olumsuz çocukluk yaşantıları (Brewin vd., 2000) gibi farklı şekillerde tanımlanmıştır. Risk faktörleri karşısında olumsuz iyileştirici etki gösteren bireye katkı sağlayan kaynaklar koruyucu faktörler olarak adlandırılmaktadır (Hawley, 2000). Uzlaşma, destekleyici iletişim, empati, pozitif bakış açısı, esneklik, bağlılık, maneviyat, aile üyelerinin beden ve ruh

sağlığı, problemleri ele alış şekli, dayanıklılık, boş zaman faaliyetleri, ekonomik durum, özerklik, benlik saygısı, ailenin gelenekleri ve alışkanlıklardır. (Black ve Lobo, 2008; McCubbin ve McCubbin, 1988; Walsh, 2002). Araştırmalar destekleyici ve sıcak aile ilişkilerinin olduğu bir ortamda büyüyen çocukların ilerleyen yıllarda daha yılmaz tavır sergilediğini, çevresiyle olumlu ilişkiler kurduğu göstermektedir. Yani işlevsel bir ailenin üyesi olmak en önemli koruyucu faktörlerden biridir. Walsh'ın (1996) aile yılmazlığı kavramına bakışı sistematik ve bütünseldir. Aile yılmazlığı, hem içsel hem de dışsal zorlanmalar karşısında ailenin tepkisinde gereken değişim ve uyumlarda aile işlevselliğini destekleyen bir güçtür (Lee vd., 2003). Patterson (2002a) aile işlevselliğini bağlılık, esneklik duygusal ve araçsal iletişim, davranış kontrol gibi bir bütün olarak değerlendirmektedir. Bireylerin stresle baş etme yöntemleri kök aileden öğrenilmiştir ve nesiller boyunca aktarılmaya devam etmektedir. İşlevsel aileler, işlevsel olmayan ailelerin aksine krizler karşısında baş edebilmeyi ve uyum sağlamayı öğrenerek hayatları boyunca aile bağlarının güçlenmesini sağlarlar. Her bir aile kendine özgüdür ve baş etme tarzları, uyum süreçleri farklılık göstermektedir. Bireylerin kök ailelerinden öğrendiği stresle baş etme biçimlerini kendi ilişki sürecine aktardığı ve ilişki içinde yaşanan stres verici yaşam olayları ile kök ailesinden öğrendiği şekilde baş ettiği düşünülmektedir. İlişkisel yılmazlığı etkileyen koruyucu ve risk faktörlerinin belirlenmesi önemli görülmektedir. Bu nedenle kök aile işlevselliği araştırmanın bir değişkenidir.

Aile yılmazlığı kavramı, ilişkisel yılmazlığı güçlendiren süreçleri kapsar. İlişkisel yılmazlık, çiftin ilişki sürecinde bir kopukluk olduğu zaman; desteklenmiş incinebilirlik, karşılıklı empatik katılım, ilişkisel güven, karşılıklı gelişmeyi vurgulayan karşılıklı güçlendirme ve ilişkisel farkındalık kavramlarıyla beraber ele alınan ilişkisel bir fenomendir (Jordan, 2005). Başka bir tanımda ise çiftlerin karşılaştıkları kriz ya da stres verici durumla baş edebilme yetenekleri olarak karşımıza çıkmaktadır (Venter ve Synders, 2009). İlişkiler de değişimlerden etkilenir, devam ettirilmesi ve korunması çaba isteyen bir yapıdır. İlişkinin sürdürülmesi için çiftlerin ilişkiye dair farkındalığının yüksek olması ve sorunu sağlıklı şekilde çözmeye çalışması gerekmektedir (Clark ve Lemay, 2010). Alanyazına göre kişinin yakın ilişkilerinde yaşanan problemlerinin temeli kök ailede yaşanan ilişki problemlerinden ayrışamamasıdır (Bowen, 1978; Framo, 1976). Bireylerin kök ailelerinden aktarılan örüntüler eşlerin evlilik sürecinde karşılaştıkları stres verici yaşam olaylarına verdikleri tepkilerini, uyumlarını ve toparlanabilme becerilerini etkilediği düşünülmektedir. Nitekim alanyazınındaki araştırmalar bize kök

aile deneyimlerinin işlevselliğinin bireylerin evlilik ilişkilerini etkilediğini göstermektedir. Margolin ve Gordis'in (2000) yayımlamış oldukları bir makalede çocukluk döneminde aile içi şiddete maruz kalan bireylerin duygularını düzenlemekte zorluk çektiklerini belirtmiştir. Çocuklukta geçirilen olumsuz yaşantıların yetişkinlikte kişiler arası ilişkileri olumsuz etkilediğini ve bunun sonucunda iki eş arasında bulunan ilişkinin temelden sarsıldığını ve ilişkisel yılmazlıklarını etkilediği ve kök aile ilişkilerinin işlevsel olması ilişkisel yılmazlık için koruyucu bir faktörken, işlevsel olmayan kök aile ilişkileri ilişkisel yılmazlık için bir risk olduğu düşünülmektedir.

Kök aile temelinde bireyin yaşam becerilerini ilk kez deneyimlediği yerdir. Bakıldığı zaman aile yapılarının güçlü bağlarla bağlanmış olması ve sağlam temeller üzerine kurulması kişinin gelecekte karşılaşacak olduğu her türlü ilişkide başarılı olmasını sağlarken temeli iyi atılmamış bir birey bu olguyu gerçekleştiremeyecektir. Ve hem farklılaşmayı gerçekleştirememiş olacak hem de oluşturulan aile birliği içerisinde karşılaştıkları sorunlar karşısında ilişkisel yılmazlığı sağlayamayacaktır. Tüm bu durumlar ele alındığı zaman kendini kök ailesinden farklılaşabilen birey ise ne kadar yıpranmış ve işlevsel olmayan kök aileye sahip olsa da ilişkilerinde başarılı olabilecek ve yılmaz bir birey özelliği gösterebilecektir.

Bu çalışmada da, evli çiftlerin kök aile işlevselliğinin ve benlik farklılaşmasının ilişkisel yılmazlığı etkilediği düşünülmektedir. Mevcut kuramsal açıklamalar ve alanyazınındaki bulgular çerçevesinde, çiftlerin kök ailelerinden ayrılarak yeni bir aile sistemi kurduğu evliliklerinin ilk yıllarının oldukça önemli olduğu işlevsel kök aileden gelmenin hem yeni kurulan aile sistemini olumlu olarak destekleyeceği hem de eşlerin evlilik yaşamı içinde sorun yaşandığında ilişkileri için çaba harcayarak olumsuz durumların üstesinden gelmesini sağlayacaktır.

Alanyazını taramasında ilişkisel yılmazlık kavramı son yıllarda karşımıza çıkmaktadır ancak ilişkisel yılmazlık ve kök aile işlevselliği, benlik farklılaşması arasındaki ilişkiyle ilgili ülkemizde henüz bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırma sonucunda evli bireylerin ilişkisel yılmazlıklarında kök aile işlevselliğinin ve benlik farklılaşmasının etkilerini ortaya koyması bakımından önemli olduğu düşünülmekte ve yeni yapılacak çalışmalara katkı sağlaması beklenmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı en az bir yıllık evli çiftlerin ilişkisel yılmazlık düzeyinin çiftlerin kök aile işlevselliği ile olan ilişkisini incelemektir.

1.2.1. Problem Cümlesi ve Alt Problemler

Bu araştırmanın problem cümlesi “Evli bireylerin aile yaşam doyumu ve benliğin farklılaşması, ilişkisel yılmazlık düzeylerini yordar mı?” Olarak belirlenmiştir. Bu temelde oluşturulan alt problemler aşağıda sunulmaktadır.

1. Kadınlarda aile yaşam doyumu ve benliğin farklılaşması, ilişkisel yılmazlık düzeylerini yordar mı?
2. Erkeklerde aile yaşam doyumu ve benliğin farklılaşması, ilişkisel yılmazlık düzeylerini yordar mı?

1.3. Araştırmanın Önemi

Sosyal ve duygusal desteğin ana kaynağı olan evlilik ve aile kavramları geçmişten günümüze kadar bütün toplumların temeli olarak görülürken her çağda önemini muhafaza etmeye devam etmiştir. Evlilik son derece karmaşık olan yapısı ve çok yönlü ortamlardan nasıl etkilendiği araştırmacılar tarafından her zaman merak konusu olmuştur. Çiftlerin etkileşim süreçleriyle meydana gelen evlilik birliği çiftlerin yaşantıları, büyüdükleri ortamlardan, sosyo-ekonomik düzeylerinden, eğitim durumlarından ve mesleklerinden, kişisel özelliklerinden, yetiştikleri aile süreçlerinden etkilenmektedir.

Çiftler evlilik sürecinde birçok zorlu yaşam olayları ile karşı karşıya kalmaktadır. Zorlu ve stresli yaşam olaylarını kimi çiftler zorlukların üstesinden gelerek pozitif büyüme ile aşabilirken kimi çiftler için durum boşanmaya kadar varabilmektedir. Tüm dünyada yaşanan toplumsal değişimlerin etkileri evliliklere karşı bakış açısını da değiştirmiştir. Evliliklerin ölümle sona erdiği toplumlardan yüksek boşanma oranlarına evrilen toplumlara dönüştüğümüz bu süreçte evliliklerin ömrü giderek daha da kısalmıştır. Ülkemizde ve dünyada boşanan çiftlerin sayısı ve boşanma hızı her geçen yıl artış göstermektedir. Ülkemizde yapılan TÜİK (2022) istatistikleri de boşanmaların %32.7’sinin evliliğin ilk beş yılı içerisinde ve %21.6’sının evliliğin altı ile onuncu yılı arasında sona erdiğini ve evliliklerin ömrünün azaldığını göstermektedir. Çiftler evlilik birliğini sürdürme noktasında giderek daha da zorlanmaktadır. Çiftler arasında yaşanan sorunların önlenememesi durumunda eşler arasında yaşanan huzursuzluk ve geçimsizlik çiftlerin fizyolojik ve psikolojik durumlarının yanı sıra çocuklarını ve çevresindekilerini

olumsuz etkilemektedir (Ersanlı ve Kalkan, 2018). Çiftlerin stres verici yaşam olaylarını pozitif büyüme ile sonuçlandırması açısından ilişkisel yılmazlık kavramı üzerinde odaklanmak çalışma açısından önem arz etmektedir. Literatür incelemesi sonucunda ilişkisel yılmazlıkla ilgili sınırlı sayıda araştırma olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmalarda genel olarak yılmazlık kavramı bireysel yılmazlık, aile yılmazlığı ve akademik yılmazlık olarak araştırmalara konu olmuştur. Tüm ilişkilerin var oldukları sosyal ve kültürel bağlam içerisinde inşaa edildiğini öne süren ilişkisel bakış açısına göre yaklaşan bu çalışma çiftlere, zorluklar ve kriz durumlarından güçlenerek ve büyüyerek çıkmaları açısından yol gösterici olacağı, aile ve çift terapisine katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Toplumların geleceği için çocukların yetkin ve üretken yetişkinler olarak büyümesi kritik bir öneme sahiptir. Toplumun en küçük yapı taşı olan aile, yetkinliğin ve üretkenliğin gelişmesinde önemli bir paya sahiptir. Çocuklar hayata gözlerini açtıkları aile ortamını ve ev yaşantısını gözlemleyerek kök ailesinden birçok davranışı öğrenmektedir. Çocukların kişiler arası davranışları bir derece ebeveynlerinin örüntüleri benzerlik göstermektedir. Nitekim bu örüntülerin etkileri evli bireylerin kök aile ilişkileri kendi kurdukları birliktelikleri etkilediği mevcut araştırmalar ortaya koymaktadır (Amato, 1996; Conger vd., 2000; Gladding, 2015). Evlenen çiftler inşaa ettikleri çekirdek ailede kök aileden getirdikleri ilişki kalıplarında kuşaklararası aktarım söz konusudur. Çiftlerin ilişkilerinde önceki kuşakların izlerine rastlamak mümkündür. Çiftlerin kök ailelerinden kuşaklararası aktarım aracılığıyla aktarılan örüntüler işlevsel olup olmadığına bakılmaksızın inançları, tutumları, davranışları, saygıyı ve etkileşim kalıplarını yönetebilir. Bu aktarımlar bilinçli ya da bilinçsiz şekilde evlilik sürecinde gerçekleşir. Köken ailenin dinamikleri aile dışındaki kişilerle kurulan temasları şekillendirir ve aile içindeki işlevsiz süreçlerin de kopyalanmasına neden olmaktadır. Çiftlerin evliliklerinde zorluklar ve problemlerin temeli birçok araştırmacıya göre kök ailede yaşanan ilişki problemlerinin uzantısıdır (Framo, 1976; Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003; Topham vd., 2005). Ebeveynler evlilik ilişkisi içerisinde iletişim, çatışma ve problem çözme, eleştirel tutumlarında sorunlar yaşadığında çocukların da kendi evliliklerinde benzer sorunlar sergileme riskini arttırmaktadır. Kök aileden getirilen aktarımlar ilişkilerin özelliklerini etkilemenin yanı sıra ilişkisel sonuçları da önemli ölçüde etkilemektedir. Gelişimsel olarak ilerlemek için her birey farklılaşma ve diğer benliklerle ilişkisinin yaşına uygun çözümünü başarılı bir şekilde üstlenmesi

gerekmektedir. Kimlik duygusunun geliştiği çocukluktan, ergenliğe ve genç yetişkinliğe geçiş sürecinde bireylerin ebeveynleriyle kurdukları ilişkilerin niteliği farklılaşma için önemlidir. Farklılaşma sürecinde kök ailenin gelişim sürecinin bir uzantısıdır ve birbirine bağlı süreçlerdir (Allison ve Sabatelli, 1988). Her iki eş de köken ailesinde geliştirilen yaşam tarzı kalıpları ve farklılaşma düzeyi ile evliliğe başlamaktadır. Her ilişkide köken ailedeki farklılaşma derecesinin etkileri söz konusudur.

Evlilik birliğinin devamı açasından kök aile ilişkilerinin, aile içindeki ilişki kalıplarının ve bireyin aile içinde farklılaşma düzeyinin çiftlerin ilişkisel yılmazlığını etkilediği düşünölmektedir. Nitekim yapılan çalışmalara göre çiftlerin yılmazlık düzeyi ve evlilik kalitesi (Gianesini, 2011) ve evlilik doyumu (Huber vd., 2010) arasında pozitif bir ilişki vardır. Skodol (2010) ve Amani ve Khosroshahi'nin (2020) de belirttiği gibi çiftlerin yılmazlık düzeyi evlilik ilişki içerisinde zorlu yaşam olayları karşısında uygun başa çıkma stratejilerini kullanmalarını ve evlilik ilişkisinin geleceğine karşı olumlu bakış açası geliştirerek sıkıntılar karşısında ilişkilerini canlı tutmak için çaba göstermelerini sağlamaktadır.

Literatür incelemeleri doğrultunca mevcut çalışma içerisinde ele alınacak değişkenler anlamlı bulunmaktadır. İlişkisel yılmazlıkla ilişkili olduğu düşünölen kök aile işlevselliği ve benliğin farklılaşması kavramlarıyla olan ilişkisini araştırma ile ortaya koymak gelecekteki yapılacak çalışmalara kaynak sağlayacaktır. Araştırma sonucunda elde edilecek sonuçlardan evlilik ve aile danışmanlarına, aile ve evlilikle ilgilenen diğer kurumlar ve kuruluşlar, uzmanlar ve araştırmacılar yararlanabilecektir. Evlilik ve aile danışmanlığı sürecinde evlilik öncesi süreçteki hazırlanacak önleyici programlara rehber olacağı düşünölmektedir. Ayrıca araştırmanın çiftlerin farkındalık temelli evlilik birliği kurmasına katkı sağlayacağı düşünölmektedir. Bu sebeple ilişkisel yılmazlık ile kök aile işlevselliği ve benliğin farklılaşması değişkenleri arasındaki ilişkilerin araştırılmasının önemli olduğu düşünölmektedir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırmada, yalnızca evli en fazla on yıllık evli bireylerin ilişkisel yılmazlığı, kök aile ilişkileri ve benlik farklılaşması kavramı incelenmiştir. Bu nedenle araştırmadan elde edilen sonuçlar evli olmayan bireyler için genellenemez.

1.5. Tanımlar

Aile: Evlilik ve kan bağına dayanarak içinde karı, koca, çocuklar ve kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu toplum içindeki en küçük birim olarak tanımlanmıştır (TDK, 2020).

Kök Aile: Kişinin fiziksel, psikolojik ve duygusal olarak içinde yaşayıp yetiştiği aileyi ifade etmektedir (Hovestadt ve ark., 1985).

Benlik Farklılaşması: Bireyin benliğinin iç ve kişiler arası boyutları arasında denge kurması, kaygı durumunda esnek davranabilmesi ve kök ailesinden bilişsel ve duygusal olarak farklılaşabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Bowen ve Kerr, 1988).

Yılmazlık: Stres verici zorlu yaşam koşullarına rağmen, başarılı bir şekilde uyum sağlayıp, normal işlevselliğine dönme becerisidir (Masten, 2001).

Aile Yılmazlığı: Zorluklarla başa çıkabilmek için ailenin kapasitesini güçlendirme, zorluklar ve krizler karşısında pozitif uyum göstermesidir (Hawley ve DeHann, 1996; Luthar vd., 2000; Walsh, 1996).

İlişkisel Yılmazlık: Çiftlerin kriz durumları, olumsuz koşullar, travmatik deneyimler ve yabancılaştırıcı sosyo-kültürel baskılar karşısında karşılıklı olarak güçlendirici büyümeyi teşvik eden bağlantılardır (Jordan, 2005).

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL TEMEL VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Yapılan çalışmanın bu bölümünde incelenen kavramlara ilişkin alanyazını bilgisine yer verilmiştir.

2.1. Aile ve Kök Aile Kavramı

İnsanlık tarihi ile eşdeğer toplumun en küçük yapı taşı olan aile kavramının kökeni Gladding'e (2015) göre tarih öncesi çağlara kadar dayanmaktadır. Aile kelimesinin tanımına bakılacak olursa yerli ve yabancı birçok kaynakta farklı tanımlarıyla karşılaşılmaktadır. Geçmişten günümüze kadar devam eden süreçte toplumsal değişimlerle aile kavramını da değişiklere uğramıştır. Kültürden kültüre, zamana göre değişiklik gösteren aile kavramının ortak bir tanımını bulmak zordur. Türk Dil Kurumu (2020) aileyi, evlilik ve kan bağına dayanarak içinde karı, koca, çocuklar ve kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu toplum içindeki en küçük birim olarak tanımlamıştır.

Gladding'e (2015), göre toplumun en küçük yapıtaşı olan aile biyolojik, psikolojik, tarihsel, duygusal ve ekonomik olarak güçlü bağlarla kurulan aynı evin üyelerinin oluşturduğu birlikteliktir. Framo'ya (1996) göre aile sevgi, aitlik, bağlanma ve mutluluk gibi duyguların içten bir şekilde hissedildiği ortamdır. Goldenberg ve Goldenberg'e (2017) göre ise aile kendi içinde kuralları, rolleri ve iletişim şekli ve görevleri olan bir sistem olarak tanımlamaktadır. Bireyin ilk sosyalleşme ortamı olan aile, kimliğin gelişmesi ve şekillenmesinde önemli bir yapıdır. Kimliğin gelişimi ve şekillenmesi sürecinde aile üyeleri arasındaki karşılıklı sevgi, saygı, duygusal yakınlık, bağlılık, sosyal ilişkiler ve diğer tüm ihtiyaçlar önemli birer etkidir.

Kök aile kişinin içinde doğduğu ilk fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılandığı ve yaşamının çocukluk kısmının önemli bir bölümünü geçirdiği toplumsal birim olarak ifade edilmektedir. (Botha vd., 2009; Hovestadt vd., 1985). Kişiler bir ailede dünyaya gelir ve içinde büyüdüğü ailede çok çeşitli deneyimler yaşar. İlişkiler ve yaşama dair birçok öğretimiz ilk olarak kök ailede gerçekleşmektedir. Ailenin değerleri, davranışları, tutumları ve ilişki örüntüleri çocuğu etkilemekte ve çocuğun yetişkinlikte kurduğu ilişkilerde kendini göstermektedir (Sabatelli ve Bartle- Haring, 2003). Bazı insanlar istikrarlı, sevgi, saygı ve sağlıklı bir iletişimin olduğu ailelerde yetişirken bazı insanlar ebeveyn sadakatsizliği, çatışmaların ve güçlüklerin olduğu ailelerde yetişir. Bu deneyimlerle birey, kişisel ilişkilerin nasıl olması gerektiği konusunda doğrudan veya

dolaylı öğrenmeler yaşar. Köken aile, bireylerin kişiler arası ilişkilerde nasıl davranılması ve davranılmaması gerektiği konusunda ilk anlayışlarının temellerinin atıldığı yerdir. Köken aile, üyelerin yaşamın ilerleyen zamanlarında kendi ilişkilerini nasıl inşaa edecekleri konusunda model görevi görmektedir. Köken aile evlilik için temel çerçeveyi oluşturmaktadır (Weigel vd., 2003).

Kök aile ile kurulan bağlantılar bireylerin yaşamları boyunca işlevsellik durumlarında kritik bir önem taşımaktadır. Bireylerin işlevselliğinin yanı sıra evlilik üzerinde de etkileri çeşitli kuramlar aracılığıyla açıklanmıştır. Kuşaklararası aktarım yaklaşımı, sosyal öğrenme kuramı, bağlanma kuramı, adlerian yaklaşımı da erken aile deneyimlerinin daha sonraki kurulan ilişkilerimizi etkilerini açıklarken kök aile ilişkilerine de değinmektedir.

Bandura'nın (1973) sosyal öğrenme kuramına göre çocuklar hayata gözlerini açtıkları aile ortamında, ebeveynlerini evdeki ve dışardaki davranış modellerini gözlemleyerek çeşitli kişiler arası davranışları öğrenirler. Ebeveynleri gözlemleyerek büyüyen çocukların davranış örüntüleri bir derece ebeveynlerinin örüntüleri ile benzerlik göstermektedir. Çocukların kendi evlilik ilişkilerindeki etkileşimlerinin büyük bir kısmı ebeveynlerinin evliliklerindeki etkileşim süreçlerini gözlemlenmesi yoluyla şekillenmektedir. Marks'a (1986) göre çocuklar bu ilk gözlemleriyle "evlilik paradigması" olarak nitelendirdiği kavramı geliştirirler. Bu paradigmaya göre çocuklar ebeveynlerinin etkileşimlerini gözlemleyerek evlilik pratiğinin iyi ya da kötü nasıl olabileceğine dair imajlar belirlerler. Bu imajlar çerçevesinde evlilikteki sorunlar, çözümler ve normal evlilik işleyişine ilişkin kalıpları içerir ve daha sonraki ilişkilerin yapılandırılması için temeldir (Wamboldt ve Reiss, 1989).

Bağlanma teorisyenleri ebeveyn-çocuk ilişkisinin önemini açıklayarak erken dönem aile deneyimlerinin uzun vadeli etkilerini açıklamışlardır. Bağlanma teorisi, kişinin yetişkinlikteki kurulan yakın ilişkisinin doğası ve kalitesinin çocuklukta, özellikle çocuk-bakıcı ilişkisinde meydana gelen duygusal olaylardan güçlü bir şekilde etkilendiğini öne sürmektedir (Collins ve Read, 1990). Bowlby (1977), çocuk ve bakıcı arasında kurulan ilişkinin kalitesi çocuğun gelişmekte olan kişiliğini, benliğini ve başka insanları fark etme becerileri üzerinde derin bir etkisi olduğunu belirtmiştir. Çocuklar bakıcıları ile yaşadıkları deneyimleri içselleştirir ve erken dönem ilişkileri aile dışında kurulan daha sonraki ilişkiler için şablon oluşturur. Bowlby (1973) bu şablonları, "çalışan

“modeller” veya çocukların kendileri ile başkaları arasında geliştirdikleri “içsel temsiller” olarak kavramsalaştırmıştır. Çalışan modeller beklentileri, algıyı ve davranışları etkileyip yönlendirmektedir.

Bireyin bağlanma davranışı kişiliği içinde nasıl organize edildiği, yaşamı boyunca kurduğu duygusal bağların modelini belirler. Güvenli ebeveyn-çocuk ilişkisini yaşayan yetişkinler daha fazla sosyal özgüvene sahiptir, yakın ilişkilerinde daha rahat ve başkalarına karşı daha fazla güvenme ve daha yüksek öz değer duygusuna sahiptir. Güvensiz ebeveyn-çocuk bağları yaşayan yetişkinler aşırı derecede destek ve ilgi talep etme eğilimindedir ve duygusal olarak aşırı duyarlı, değişkendir. Kendilerini küçümseme, kendilerini onaylamak için başkalarının onayına aşırı derecede bağımlı olma, ilişkilerinde baskın ve talepkar olma eğilimindedir (Bowlby, 1980).

Adlerian bakış açısına göre köken ailenin iklimi yaşama atfedilen anlamı, yaşamdaki rol ve sorumlulukları etkilediği düşünülmektedir (Watts, 2000). Bireylerin ilk anılarının önemine değinen bakış açısına göre çocuk aile içindeki ortamla etkileşim kurarak kendi düşüncelerini organize etmektedir. Aile ortamı ve atmosferi ya sosyal ortamı destekleyici ya da ket vuran niteliktedir. Demokratik ve destekleyici aile ortamı, çocuğun dünyaya bakış açısını, benlik duygusunu ve hedefleri olan davranışlar sergilemesini olumlu etkilerken, otoriter aile ortamı içinde büyüyen çocuklar saldırganlık, şiddet, pasif davranışlara yönelmektedir (Gladding, 2015). Bireyin aile dinamikleri bireyin kişiliğini ve algılarını etkileyerek gelecekteki kuracağı ilişkileri de yansıtmaktadır.

Kuşaklararası geçiş yaklaşımı, bireylerin kişiler arası ilişkilerinde kök ailenin önemini vurgulamaktadır (Van Doorn vd., 2007). Tutumlar, değerler, davranışlar ve ilişkilerin sonuçları köken aile aracılığıyla çocuklara aktarılır ve bu sonuçlar, çocuklar erişkin olduklarında kendini gösteren nesillerarası bir aktarım söz konusudur (Amato, 1999). Kuşaklararası bakış açısına göre çocuklar aile içindeki yaşamda ebeveynlerinin davranışlarına göre romantik ilişkileri öğrendiğini varsaymakta ve çocuk yetişkin olup evden ayrılrsa bile köken ailede yaşanan olaylar ve koşullar hayatını etkilemektedir (Weigel vd., 2003). Kişiler arası davranış konusunda zayıf ebeveyn modellerine maruz kalan çocukların, yetişkinliklerinde istikrarlı, tatmin edici, samimi ilişkiler kurmada zorluk yaşayabileceğini ileri sürmektedir. Çocuklar olumlu ve etkili ebeveyn modelleri deneyimlemede başarısız olduklarında etkili iletişim, çatışma çözme ve uzlaşma gibi sağlıklı kişiler arası becerileri öğrenemeyebilir (Amato, 1996, 2000).

2.1.1. Aile İşlevselliği Modelleri

2.1.1.1. Beavers Sistem Modeli

Beavers Sistem Modeli, aile işlevselliğine dair iki temel boyut ortaya koymaktadır. Bu boyutlardan ilki aile yeterliliği, ikinci ise aile stilidir (Beavers ve Hampson, 1990, 2000). Bu iki boyut değerlendirilerek ailelerin işlevsellikleri ve özellikleriyle ilgili değerlendirilmelerde bulunmaktadır (Beavers ve Hampson, 2000). Aile yeterliliği boyutu, ailenin esnekliği, aile içi iletişim, özerklik gelişimi, değişime uyum sağlama ve problem çözme becerilerini içermektedir. Aile yeterliliği boyutu, bir aile için ne kadar gelişmiş ise sistem o kadar iyi işler ve stresli yaşam olayları ile etkin bir şekilde başa çıkabilir (Beavers ve Hampson, 1990, 2000). Aile stili boyutu, etkileşim ve ilişki biçiminden oluşmaktadır. Eğrisel bir yapıda olan aile stili boyutu tek yönlü bir süreklilikten ziyade merkezci ve merkezkaç aile yapıları arasında yapılandırılmıştır. Merkezci aileler ilişki doyumunun merkezine aileyi alırken, merkezkaç aileler tam tersi şekilde ilişki doyumunun temeline dış dünyayı konumlandırmıştır. Diyagrama göre aşırı derecede merkezci ve merkezkaç tarzındaki aileler zayıf aile işlevselliği ile hareket etmektedir. Bir aile yetkinleştikçe aşırı merkezci ve merkezkaç stiller azalarak aile, bireylerin ihtiyaçlarına göre değişir ve uyum sağlar (Beavers ve Hampson, 1990, 2000). Beavers ve Hampson (2000), aile yetkinliği ve aile stili boyutunda aileyi konumuna göre dokuz farklı gruba göre değerlendirmiştir. Birinci grup aileler optimal işlevselliğe sahip (yüksek aile yetkinliği ve dengeli davranışlar), ikinci grup aileler yeterli işlevselliğe sahip aileler (daha yüksek kontrol ve daha az duygusal yakınlık ve güven hakim) üçüncü, dördüncü ve beşinci düzey aileler orta düzeyde işlevselliğe sahip aileler (psikolojik semptomlar göstermeye yatkın, otoriter) altıncı ve yedinci düzey borderline aileler (bireysel ya da başkalarının duygusal ihtiyaçlarını karşılamada az beceriye sahip) sekizinci ve dokuzuncu düzeyde ciddi derecede işlevsel olmayan ailelerdir (aile içindeki iletişim ve tutarlılık bozulmuş, bireysel ya da grup ihtiyaçlarında uzlaşamama, duygusal mesafe mevcuttur).

2.1.1.2. Skinner Aile İşlevselliği Süreç Modeli

Süreç modeli, aile işlevselliğinin temeline gelişimsel görevlerin ve krizlerin başarılı bir şekilde yerine getirilmesini alan bir modeldir. Aile sistemini dinamik ve bütün bir şekilde ele alan model, ailenin her görevi başarıyla yerine getirebilmesi için sürekli olarak kendini organize etmesi gerekmektedir. Ailenin hedefe ulaşp ulaşamamasında süreci esas alan model, sürece odaklanarak aile üyelerinin sürekli gelişimine izin

verirken, uyum sağlama ve işlevsel olma özelliğine katkıda bulunmaktadır. Model, görevlerin başarılmasını ailenin işlevsel olma özelliği olarak görürken bu hedefe ulaşabilmek için yedi temel yapıyı birleştirmiştir. Görevlerin başarılması ailenin rol performansı, iletişimi, duyguların ifade edilmesi, katılım, kontrol, değer ve normlarla ilişkilidir. Başarılı görev başarısı çeşitli rollerin farklılaşması ve performansını içermektedir. Rol performansı her aile üyesine belirli görev ve sorumluluklar verilmesi ve istekli bir şekilde yerine getirmesidir. Bireyler görev ve sorumlulukları yerine getirirken iletişim önemlidir. Etkili iletişimin kullanılması mesajların açık ve net olması önemlidir. Duyguların ifade edilmesi ilgili duyguların içeriğini, yoğunluğunu ve zamanlamasını içerir. Duyguların ifadesi ve ifade edilme şekli görev başarısını kolaylaştırır veya engeller. Aile üyelerinin birbirlerine gösterdikleri ilgi ve ilişkinin kalitesi de katılım görev başarısının tamamlanmasına katkıda bulunmaktadır. Değişen görevlere uyum sağlama ve aile üyelerinin birbirini etkileme süreci olan kontrol, her aile üyesini farklı düzeyde etkilemektedir (Skinner vd., 2000).

Aile İşlevselliği Süreç Modeli, McMaster Modeli'yle benzer yönleri bulunmakla birlikte aile işleyişini oluşturan yedi temel yapıyı ortaya koymakla birlikte yapıların birbirlerini nasıl etkilediği ve etkilendiğine dikkat çekerek, aynı zamanda ruhsal durum, kişiler arası ve aile sistemine bütüncül yaklaşırken geniş sosyal sisteme ve aile tarihi (değerler ve normlar) vurgu yapar (Skinner vd., 2000).

2.1.1.3. Olson- Evlilik ve Aile Sistemleri Dairesel Modeli

Circumplex Model, aile işlevselliğinin üç boyutu olarak uyum, esneklik ve iletişimi merkeze alan sistematik bir aile terapisi modelidir. Aile uyumu, aile üyelerinin birbirlerine karşı duygusal bağı olarak tanımlanmaktadır. Aile uyumu kendi içinde duygusal bağlar, sınırlar, koalisyon, zaman, mekan, arkadaşlar, karar verme, ilgi alanları ve eğlence olarak alt boyutlara ayrılmaktadır. Uyum boyutunun odak noktası, aile üyelerinin ayrılığı ve birlikteliği durumunu nasıl dengelediğidir. Aile esnekliği, sistem içindeki rollerin, kuralların duruma ve ihtiyaçlara göre esnetebilmesidir. Aile esnekliği boyutunun asıl odak noktası rol ve kuralların duruma göre farklılaşmasının nasıl dengelendiğidir. Üçüncü boyut olan iletişim diğer iki boyutu destekleyen konumdadır. İletişim boyutu aile üyelerinin birbirleriyle etkileşim halindeyken dinleme ve konuşma becerileri, kendini açma, açıklık, süreklilik, anlayış ve saygıdır. Dinleme becerinin temelini empati, etkili dinleme becerisi, kendi adına konuşma, başkası adına konuşmama,

kendini açma ise ilişkisi ve duyguları ile paylaşımda bulunma, konu dışına çıkmama ve problem çözme olarak ele alınmaktadır. Dairesel model ailelerin uyum ve esneklik düzeylerini değerlendirerek ailenin işlevsellik durumuyla ilgili değerlendirme yapılabilmektedir. Model işlevsel aileleri bireyin kendini güvende hissettiği, özerklik gelişimini destekleyen, aile içindeki rollerin, sınırların, kurallarının belirli olduğu ve duruma göre esnetilebildiği, ritüellere ve birbirlerine vakit ayıran, karşılıklı duygusal bağların olduğu, etkili iletişim becerilerinin kullanıldığı destekleyici ve dengeli bir ortam olarak ele almaktadır (Olson, 2000).

2.1.1.4. McMaster Aile İşlevselliği Modeli

Epstein, Bishop ve Levin tarafından 1978 yılında birey ve aile etkileşimini modelin merkezine alan sistemik ve klinik temelli bir yaklaşımdır. Model aileyi bütün olarak ele alarak sosyal, psikolojik, biyolojik gelişimlerinin sağlayan bir yapı olarak görmektedir. Modele göre ailelere düşen üç önemli görev bulunmaktadır. Bunlar; temel, gelişimsel ve riskli görevlerdir. Temel görevler; aile üyelerinin fizyolojik ihtiyaçlarını, gelişimsel görevler; üyelerin gelişim dönemlerini ve aile yaşam döngülerini, riskli görevler; aile içerisindeki kriz durumlarını kapsamaktadır (Epstein vd., 1983).

Modele göre ailenin her parçası birbiriyle ilişkilidir ve bütündür. Birbirinden bağımsız şekilde düşünülmesi mümkün değildir. Aile yapısı, düzeni, aile içindeki transaksiyonel kalıplar diğer üyelerin davranış kalıplarını şekillendirmektedir. Ailenin işlevsellik düzeyi üyelerin basit değerlendirmesi ile anlaşılması mümkün değildir (Epstein vd., 1983).

Model aile işlevselliğini değerlendirebilmek için alt boyutlara ayrılmıştır. Modelin alt boyutları;

1. Problem çözme: Ailenin etkili bir şekilde sorunları çözebilme becerisidir.
2. İletişim: Ailenin iletişim kalıpları, mesajların açık ve net olmasıdır.
3. Roller: Ailenin ihtiyaçlarını cevaplama belirgin iş ve görev dağılımı ve sorumluluktur.
4. Duygusal tepki verme: Aile üyelerinin durum ve olaylar karşısında uygun tepki verebilmesidir.
5. İlgi gösterme: Aile üyelerinin birbirine gösterdiği sevgi, ilgi, bakımdır.
6. Davranışsal kontrol: Üyelerin davranış farkındalığı ve sosyal davranış örüntüleridir.

Modelde değerlendirilen her bir boyut diğer bir boyuttan daha fazla ele alınmaz ve her boyutun ele alınması gerektiği vurgulanmaktadır (Epstein vd., 1983).

2.1.1.5. Reiss Problem Çözme Paradigma Modeli

Model, klinik yardıma başvuran ailelerin işlevselliğini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Modelde ailenin problem bir durumla karşılaştıklarındaki problem çözme davranışlarına odaklanılmıştır. Araştırmaya katılan katılımcılar iki boyutta değerlendirilmiştir. Aile yapısı, gözlem becerileri ve problem durumunu çözmek için kullanılan yöntemler birinci boyutu oluştururken, aile üyelerinin problemi çözme yöntemlerini birleştirip, koordine etmesi ikinci boyutu oluşturmaktadır (Schwab vd., 2002). Araştırma sonucunda iki boyutun oluşturduğu dört farklı tipi ortaya çıkmıştır. İlk aile tipinde aile üyeleri birbirlerine ve çevreye karşı duyarlı ve işbirliğine açıktırdılar. İkinci aile tipinde aile yapısı olarak iyi ama koordine etme becerileri geri plandadır. Üçüncü aile tipinde aile yapısı kötüdür ama koordine etme beceriler gelişmiştir. Bu tip ailelerin birbirleriyle temasları çok fazladır bu sebepten için uzlaşmak problem çözmekten daha önemlidir. Zamanla dış dünyayla aralarına mesafe koyan bu tip aileler sürekli aile üyelerinin davranışlarını dış dünyaya savunan bir yapıdadır. Dördüncü aile tipinde aile yapısı ve koordine becerileri kötüdür. Aile üyelerini dış dünyayla ve birbirleriyle temasa geçmede etkisizdir. Aile üyeleri bireysel hareket eder ve birbirlerinin yardımına başvurmazlar (Schwab vd., 2002).

2.1.1.6. Genel Yaşam Sistemleri Teorisi Modeli

James G. Miller tarafından geliştirilen Genel Yaşam Sistemleri Teorisi, disiplinler arası sınırları ortadan kaldırarak biyolojik ve sosyal yaklaşımları entegre eden bir yaklaşımdır. Sistemi birimler arasındaki ilişkiler olarak tanımlamıştır. Her birim diğer birimle ilişkilidir ve birlikte açıklanmaktadır. Teorinin önemli vurgularından biri tüm sistemlerin hiyerarşik bir şekilde organize olmasıdır. Sistemlerden her birinin işlevselliği alt sistemlerin işleyişine bağlıdır. Yapı ve süreç tüm yaşam sistemlerinin ve alt sistemlerin temelini oluşturmaktadır. Yapı, sistemin alt sistemlerini ve bileşenlerini düzenlerken süreç ise bileşenlerin başka bileşenlerin de özelliklerini içermesidir. Model, daha sonra aileye uyarlanarak aileyi yüz yüze ilişki kuran grup düzeyinde bir sistem olarak açıklamıştır. Ailedeki alt sistemlerin birçoğunun aile üyeleri tarafından yürütölmektedir. Aile sistemini analizi için yapı ve sürecin gözden geçirilerek her alt sistemin ve bir bütün olarak sistemin patolojik olarak incelenmesini içermektedir (Schwab vd., 2002).

2.1.1.7. Virginia Satir ve Yaşantısal Aile Terapisi

1950’li yıllarda aile danışmanlığı alanında çalışan tek kadın terapist olan Satir’in bireye bakış açısı insancıdır. Diğer aile terapileri yaklaşımlarından temeldeki farkı yaşantısallığa daha fazla vurguda bulunmasıdır. Terapiye tüm aile üyelerini dahil ederek farklı bir bakış açısı getiren yaklaşıma göre aile bireylerin oluşturduğu bir bütündür ve bireydeki her değişiklik ailenin değişimini, ailenin değişimi de toplumun değişimini beraberinde getirmektedir (Satir, 1988).

Kuramının temeli, çocukluk yıllarındaki yaşantılar temel alınarak açıklamıştır. Değişimin ve gelişimin her zaman mümkün olduğunu temel alarak birey ve aileye yaklaşmaktadır. Kuramını iyi ve olumlu olana odaklanarak temellendirmiştir. Diğer yaklaşımlardan farklı olarak yaşantıların ve deneyimlerin bireyin hayatındaki önemine dikkat çekmektedir. Erken çocukluk dönemindeki yaşantılara odaklanarak, aileyi dünyanın minyatürü olarak nitelendirmektedir. Kurama göre her aile toplumu oluşturan yapbozun birer parçasını oluşturmaktadır. Aile ve toplum belli bir düzeyde birbirlerinin kopyalarıdır (Satir, 2018).

Kuram probleme değil gelişime odaklanmaktadır. Ailedeki bireylerden birinin problemini ailedeki diğer bireylerin de problemi olarak görmekte ve aile sistemine üç kuşak olarak bütüncül yaklaşmaktadır. Kurama göre her aile kendi içinde bir sistemdir ve sistemin diğer sistemlerle kurduğu ilişkiler vardır (Satir, 2018). İnnes’a (2002) göre her ailenin kendi içinde bir sistem olması kendi kuralları, iletişim şekli, yapısı ve kendine özgü baş etme şekli olduğunu göstermektedir.

Ailede dört temel kavramın önemini vurgulamıştır. Bu kavramlar; öz değer, iletişim kalıpları, aile sistemi ve toplumsal bağdır. Öz-değer; bireyin kendi ile ilgili duygu ve düşüncelerinden, iletişim kalıpları; başkaları ile kurduğu kişiler arası ilişkilerden, aile sistemi; ailenin bireye nasıl hissedip davranması gerektiğini belirleyen kurallardan, toplumsal bağ; aile dışındaki sosyal çevredeki davranış şekillerinden oluşmaktadır (Satir, 2018).

Satir’e (2018) göre sağlıklı ailelerin öz değeri yüksektir. Aile içindeki iletişim doğrudan, açık ve net ifadelerden oluşmaktadır. Bireylerin ihtiyacına ve gelişimine göre esneyebilen kurallar vardır. Sosyal hayat ile açık, yapıcı ve demokratik bağ kurmuşlardır. Bu tutum ve davranışlar ile birey kendisini önemli hisseder ama aile içindeki olumsuzlar bireyin öz- değerini olumsuz etkiler. Erken dönem yaşam deneyimleri çocuğun öz-değeri

ailesinden gördüğü hareket, davranış, tutumlar, jest, mimik ve mesajlara göre şekillenmektedir. Çocuk aile içerisinde kendini değerli ve önemli hissettiğinde stresli yaşam olayları ile karşı karşıya kaldığında sorunlara daha çözümcül yaklaşarak yılmaz tavır ve davranışlar sergileyecektir.

Satir'in yaklaşımına göre olgunluk ve benlik saygısı önemli kavramlardır. Bireyin benlik saygısının yüksek olması olgun olduğunun göstergesidir. Sağlıklı fonksiyonda bulunan bireyler özerk davranabilen kişilerdir. Kendi davranışlarının sorumluluğunu alarak başka insanların duygu ve düşüncelerini dikkate alıp, etkili iletişim becerileri ile olgun davranışlar sergilerler. Benlik saygısı düşük olan bireylerin duygusal kırılabirlikleri fazladır ve evlilik sürecinde zaman zaman hayal kırıklığı yaşarlar. Benlik saygısı düşük olan bireyler eşlerinin beklentilerini karşılıksız bırakırlar. Çocuklara karşı baskıcı ve tutarsız davranışlar sergilerler (Nazlı, 2018).

Satir'e (1988) göre bütün iletişim becerileri, kurallar, uyumlu ve uyumsuz davranışlar aileden öğrenilmektedir. Sözel ve sözel olmayan iletişimini önemine dikkat çeken kuramda iletişim kalıpları dörde ayrılmaktadır. Bunlar; (a) suçlayıcı, (b) yalvarıcı-yatıştırıcı, (c) hesapçı-aşırı mantıkçı, (d) ilgisiz-dışkıdır. Bununla birlikte kuramda beşinci bir kalıp olan uygun-iletim-dengeleme modeli aile içerisinde olması gerektirir. Bu modelde mesajlar tutarlı ve olumludur. Bireyler kendi öz-değerlerine karşı olumsuz bir durum hissetmedikleri için kendilerini güvende hissederler. Düşünce ve duygularını rahatlıkla dile getirebilir, problem durumunda çatışma çözmeyi öğrenebilir. Öğrenilen bu iletişim becerileri yeni yaşantı ve deneyimlerle değişmedikçe erken dönem yaşantılar bütün yaşam boyunca bireyi etkilemektedir. Duyguları ifade etmenin önemine dikkat çeken yaklaşıma göre aile içerisinde duygular rahatlıkla dile getirilmediğinde olumsuz iletişim kalıpları gelişir ve bu kalıplar kuşaktan kuşağa aktarılmaktadır (Satir, 2018).

Çocuğun ailesinden gördüğü süreçlerin kendi kurduğu evliliğe ve ebeveynliğinde nasıl ortaya çıktığının araştırılması gerektiğini savunmaktadır. Bütüncül bir çerçevede oluşturulan kurama göre ebeveynler çocuklarının gelecekte kuracağı ailelerin de mimarlarıdır. Çocuklar nasıl yetişkin olması gerektiğini içinde büyüdüğü aile ortamında öğrenmektedir. Bir aile çocuklar, ebeveynler ve onun ebeveynlerinden meydana gelmektedir. Eşler kendi anne babasından gördüklerini model alarak hareket etmektedirler (Satir, 2018).

Satir (2016) kuramında ailenin çocukla kurduğu ilişkiye göre aileyi işlevsel (sağlıklı) ve işlevsel olmayan (sağlıksız) aileler olarak iki kısımda incelemiştir.

İşlevsel Aileler

1. Aile üyeleri arasında açık, net ve rahat bir iletişim akışı vardır. Bireyler kendilerine karşı dürüst ve anlaşılır iletişim kalıpları ile büyürler.
2. Aile kuraları yaşantılara göre esnektir ve bireyler daha kolay adaptasyon gösterirler. Hayatın içindeki değişimlere daha açıktır.
3. Ailedeki her bireyin öz değeri yüksektir. Bireyler kendini ve diğer aile üyelerini daha kabullenicidir.
4. Aile stres verici yaşam olayları karşısında strese neden olacak durumlara hazırlıklıdır.
5. Toplumsal ilişkilerde girişken ve açıktır.

İşlevsel Olmayan Aileler

1. Aile üyeleri arasında iletişim kopuktur. Açık, net ve açıklayıcı olmayan iletişim kalıpları aile süreçleri içinde gelişmektedir.
2. Aile içerisinde kurallar katı ve esnek değildir. Değişime karşı direnç gösterirler ve adaptasyon problemleri yaşarlar.
3. Stres verici yaşam olayları karşısında aile üyeleri kendilerini ümitsiz, çaresiz ve mutsuz hissederler. Stresli yaşam olayları ile nasıl başa çıkacaklarını tam olarak bilemezler.
4. Aile üyelerinin öz değeri aile içinde önemli görülmez ve aile üyeleri kendilerine ve diğer üyelere karşı dürüst değildir.
5. Aile üyeleri duygularını ifade etme konusunda çekimser davranırlar.
6. Toplum ile kurulan ilişkilerde geri planda durmayı tercih ederler ve kişilerle yaşadıkları problemlere karşı suçlayıcı bir dil geliştirirler.

2.1.1.8. Kuşaklararası Aile Terapisi Yaklaşımı ve Benlik Farklılaşması

Aile işlevselliğinin kuşaklar boyunca etkisine dikkat çeken Kuşaklararası Aile Terapisi bakış açısı aile gelişiminin köken ailedeki dinamiklerin birer mirası olduğunu ve hem bireysel gelişimi hem de aile gelişimi üzerindeki etkilere odaklanan sistemik bir yaklaşımdır (Bowen, 1978; Harvey ve Bray, 1991). Bowen açıklamış olduğu yaklaşım

ile psikolojik sağlığı ve işleyişı sistematik ve çok kuşaklı bir perspektiften ele almıştır (Titelman, 2014). Bununla birlikte kendinden önceki yaklaşımlardan farklı olarak aileyi değerlendirme sürecine nesiller arası bakış açısı getirmiş ve aileyi üç kuşak içinde incelemenin önemine dikkat çekmiştir (Bowen, 1975). Kuşaklararası yaklaşım perspektifine göre aile sistemlerinin kalıplarının ve etkilerinin çok nesilli bir sistem içinde depolandığını, aktarıldığını ve ortaya çıktığını öne sürmektedir (Bowen, 1978; Framo, 1981).

Kuşaklararası bakış açısına göre kök aile, bireyin sosyal ve duygusal gelişimini etkileyen bir yapıdır (Bray vd., 1987). Bireylerin psikolojik, sosyal ve fizyolojik yaşantılarının temel yeri olan kök aile deneyimleri bireyin yaşamını yapılandırmasında da önemlidir (Hovestadt vd., 1985). Bu yaklaşım geçmiş ile birlikte şimdiye de odaklanmaktadır. Psikodinamik yaklaşımlardan da etkilenen yaklaşım geçmiş yaşantıların şimdiki yaşantılar üzerinde etkili olduğunu vurgulamaktadır. Bireylere geçmişte diğer insanlar tarafından nasıl davranıldığı bireyin kendine yönelik algı ve davranışlarına etki etmektedir (Gladding, 2015).

Aile sisteminin üç kuşak şeklinde incelenmesinin önemini vurgulayan yaklaşıma göre eğer birey önceki kuşaklardan kendisine aktarılan kalıpları gözden geçirmez ve düzeltmezse kendi kuracağı ailesinde de benzer davranışlar sergilemesi ihtimaldir (Bowen & Kerr, 1988). Bireyin aile sisteminden bağımsız düşünülmemesi gereken yaklaşıma göre bir kişi değışirse onunla temas halinde olan diğer herkesin telafi edici değışikliklere gideceği muhtemeldir fikrine dayanmaktadır. Her aile kendi içerisinde duygusal bir sistemi oluşturmaktadır ve sistem içindeki gerilim ve kaygının artması sistemi olumsuz etkilemektedir. Gerilim ve kaygının artmasının sonucu olarak üyeler kendilerini dış dünyadan izole eder. Ailedeki duygusal sistemin bir parçası olan çocukların ebeveynleriyle çözülemeyen duygusal sorunları, yaşamı boyunca yeni kuracağı ilişkilere de eşlik etmektedir (Bowen, 1978; Bowen ve Kerr, 1988).

Bowen'ın aile terapisi yaklaşımının temelini oluşturan benliğin farklılaşması kavramı bireyin benliğinin iç ve kişiler arası boyutları arasında denge kurması, kaygı durumunda esnek davranabilmesi ve kök ailesinden bilişsel ve duygusal olarak farklılaşabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Bowen ve Kerr, 1988). Benliğin farklılaşması olgun ve sağlıklı gelişimi sağlamakla birlikte kişinin entelektüel ve duygusal işleyişini sürdürebilmek için önemli ilişkilerinde yakınlık ve özerkliği dengeleyebilme derecesidir

(Bowen, 1978). Bununla birlikte benlik farklılaşması duygusal ve fiziksel sağlığın iyi olmasını değil, aynı zamanda sorumluluk üstlenme, önemli kararlar alma, iş, okul ve aile hayatını tutarlı şekilde yönetebilme ve istikrarlı aile ilişkilerini sürdürme becerisini de etkilemektedir (Bowen ve Kerr, 1988). Benliğin farklılaşmasının temelleri bebeklik dönemiyle atılmaktadır. Erken çocukluk döneminde çocuğun duygularını, davranışlarını ve öz düzenleme becerilerini geliştirerek kendini göstermektedir (Skowron ve Farrar, 2016). Bebeklik dönemiyle temeli atılan farklılaşma, ileri ki yaşlarda da devam etmektedir (Kerr, 2003).

Özerklik kişinin düşünceleri, duyguları ve eylemlerinin sorumluluğunu alırken kendi kişisel hedeflerini ve niyetlerini göz önünde bulundurarak hareket etmesidir (Sachs, 2016). Sağlıklı kimlik gelişiminin temel yapı taşlarından olan özerklik, bireylerin uyum sağlama yeteneği ve çevrelerinde değişiklik üretme konusunda etkili olmasıdır (Deci ve Ryan, 1985). Aile gelişimi açısından farklılaşma süreci bireyin özerklik geliştirip geliştirmemesi noktasında önemlidir (Sachs, 2016). Benliğin farklılaşması ile birey, başkalarıyla duygusal ilişkiler içindeyken açık ve tutarlı bir benlik duygusuyla hareket ederken aynı zamanda özerk düşünmeyi sürdürmektedir (Skowron ve Friendlander, 1998).

Farklılaşma süreci, aile gelişiminin bir uzantısıdır ve ailenin gelişimi ile bireysel gelişim birbirine bağlı süreçlerdir (Allison ve Sabatelli, 1988). Sistem perspektifine göre tüm aileler bir düzeyde farklılaşma ile karakterize edilir. Az farklılaşmadan iyi düzeyde farklılaşmaya doğru bir süreklilik mevcuttur (Bowen, 1978). Farklılaşma kişinin kendi kaygılarını yönetebilmesini ve başkalarının kaygılarına tepki göstermeye direnme kapasitesini içerir (Titelman, 2014). Bir kişinin ya da ailenin ortalama kronik kaygısı birey ve ailenin farklılaşma düzeyi ile paralellik göstermektedir (Bowen ve Kerr, 1988). Ailelerin yaşadıkları birçok problem, kök ailesi ile iyi ayrışamadıkları zaman ortaya çıkmaktadır. Kişinin ebeveynleriyle çözümlenmemiş bireyselleşmeleri kök ailesinden kaynaklanan çatışmaları kendi hayatında yeniden canlandırma ve dışsallaştırmaya yönelik bilinçsiz girişimlere neden olmaktadır (Bowen ve Kerr, 1988; Lim ve Kweon, 2011). Bu sebeple sağlıklı bir yetişkinliğin gereği olarak kök aileden sağlıklı şekilde ayrılma tüm yakın ilişkiler için önemlidir (Holman ve Busby, 2011).

Teorik olarak kişilerin farklılaşma düzeyi birey için önemli sonuçlar doğurmaktadır. İyi düzeyde farklılaşmış ailelerde sistem değişim talepleri karşısında aile

kendi kimliğini ve bütünlüğünü koruyabilmesi için gerekli uyum ve istikrarı sağlayan yapılara sahip kabul edilir. Yüksek düzeyde farklılaşmasının olduğu sistemlerde üyeler artan karmaşıklığa uyum sağlamayı destekleyen gelişimsel niteliklere sahip olduğu anlamına gelir. Bu tür sistemlerde kişiler arası mesafeler, ayrılık ve bağlılık arasında uygun bir denge vardır. Az farklılaşmış ailelerde de tam tersi kişiler arası sınırlar aşırı şekilde düzenlenmiştir. Üyeler arasındaki sınırlar net değildir ve mesafeler sürekli yeniden inşaa edilir (Bowen, 1978). Sınırların bulanık olması güçlü bir kaynaşma ve ait olma duygusu, zamanla bireysel özerklik ve bireyselliği olumsuz etkilemektedir (Minuchin, 1974). Az farklılaşmış aileler daha az esnek yollarla örgütlenme eğilimindedir. Bu sistemler üyelerin durumsal ve gelişimsel taleplerine cevap vermede yetersizdir. Değişim karşısında bütünlükleri korumakta zorlandıkları için duygusal olarak tepkiselik göstermektedir (Bowen, 1976). İyi düzeyde farklılaşmış ailelerde çocuklar kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmeyi ve düzenlemeyi öğrenmenin yanı sıra başka kişilerinde benzer veya farklı duygu ve düşüncelerini kabul etmeyi öğrenirler. Daha az farklılaşmış ailelerde bireyler duygu ve düşüncelerini net bir şekilde ortaya koyamaz. Bu durumda bu ailelerde büyüyen çocukların duygu körlüğü yaşama eğilimini yani duyguları deneyimlemede ve ifade etmede, duygusal ve bilişsel zorluklar yaşamalarına neden olmaktadır (Yelsma vd., 2000).

Farklılaşma düzeyi ne kadar yüksek olursa kişi hayatını “kendi” olarak ilerletmek için çaba gösterir. Yüksek düzeyde farklılaşmış bireyler duygularının farkında, duygularını ifade edici, karar verirken sakin ve kendi seçimlerinin sorumluluğunu alabilen davranışlar sergiler. Farklılaşma düzeyi iyi olan bireyler kendi başlarına ve toplum içinde daha işlevseldir. Çevresindeki ilişki sisteminin farkındadır. Daha iyi farklılaşmış bireylerin davranışları yöneten düşünme ve duygu sistemleri bilinçli bir şekilde etkileşim içindedir. Bu etkileşim, bireyin koşullara göre duygu durumlarını düzenlemesine ve mantıksal akıl yürütmesi ile birlikte belirsiz koşullar karşısında net bir benlik duygusunu sürdürmesine imkan tanır (Titelman, 2014; Skowron vd., 2017). Bu durumda bireyler, stresin etkilerine karşı daha iyi baş edebilmek için kaçınmacı ve duygusal yönelimli olmak yerine aktif, objektif ve sorun odaklı başa çıkma stratejilerini tercih etmektedir (Murdock, 2004). Esnek ve stresle başa çıkabilen daha iyi farklılaşmış bireyler yakın ilişkilerinde özerkliği muhafaza edebilirken, zihinsel ve duygusal olarak daha stabildir. Daha yüksek düzeyde farklılaşmış bireyler ilişkilerinde terk edilme ya da dışlanma korkusu yaşamaz. Benlik duygusunu kaybetmeden ilişkilerinde duygusal

yakınlık yaşayabilir. İyi farklılaşma daha fazla bağımsızlığa ve yakın temasa izin verir. Kişi kendisiyle aynı fikirde olmayanlarla bağlarını sürdürmek için duygusal mesafenin kullanılmasına izin verir (Bowen ve Kerr, 1988).

Daha az farklılaşma duygusal tepkisellik ve ani kararlar verme ile karakterize edilir (Titelman,2014). Daha düşük düzeyde farklılaşmış bireyler duygusal olarak daha değişken bir ruh haline sahiptir. Duygusal olarak tepkisel olan bu bireyler stresli yaşam olayları ile baş ederken uyumları zayıftır. Stres altındayken daha işlevsiz duruma gelirler ve bu nedenle fizyolojik ve psikolojik semptomlara maruz kalmaktadır. İşlevselliklerinde bozulma olduğunda kalıcı veya kronik olabilir. Tekrar eski duruma dönmeleri zordur (Bowen, 1976, 1978; Bowen ve Kerr, 1988).

Bowen ve Kerr'e (1988) göre farklılaşma düzeyi büyük ölçüde bireyin kök ailesinden ayrıldığı ve kendi başına hayat kurmaya çalıştığı zamana göre belirlenmektedir. Bundan sonra kuracağı hayatındaki ilişkilerinde kök ailesindeki yaşam tarzı ve ilişkiyi transfer etme yönünde hareket etmektedir. Her bireyin temel farklılaşma düzeyi, çok kuşaklı duygusal sistemin bir parçası olan ilişki süreçlerinin sonuçlarını yansıtır. Her kişi aile içinde diğer kişinin temel farklılaşmasında etkili rol oynar. Aile sistemindeki farklılaşma her çocuğun ailedeki duygusal ayrılma derecesine göre değişiklik gösterir. Bu ayrılığın derecesi bireylerin farklılaşmayı etkilemektedir. Bu farklılığın iki temel nedeni vardır. (a) kişinin ebeveynlerinin kendi kök ailelerinden duygusal ayrılma derecesi (b) kişinin ebeveynleri, kardeşleri ve diğer akrabalarıyla olan ilişkilerinin özellikleri. Bazı çocuklar ebeveynlerinden daha fazla farklılaşmaya sahip şekilde büyürken bazıları ebeveynlerine göre daha az farklılaşmaya sahip olacak şekilde büyümektedir (Bowen ve Kerr, 1988). Kişinin köken ailesinden farklılaşma derecesi yaşam tarzını şekillendirir ve sonrasında değişim zordur. Kişinin kendi farklılaşma düzeyi evlilikte de kopyalanır. Bu şekilde kişinin benliği geçmiş kuşaktaki ebeveynlerle, şimdiki kuşaktaki eşe ve gelecek kuşaktaki çocuklara aktarılır ve duygusal olarak birbirini etkiler (Bowen, 1978).

Aile sahip olunan en önemli duygusal sistemdir. Hayatımızın gidişatını ve sonucunu belirler, şekillendirir. Her sistemde olduğu gibi ilişkiler ve işleyiş birbirine bağlıdır ve sistemdeki bir değişiklik sistemin diğer kısmında telafi edici bir değişiklik takip eder. Bu durum aileyi hem en önemli potansiyel kaynağımız hem de en büyük potansiyel stres kaynağımız haline getirir (McGoldrick ve Carter, 2001). Aile sistemleri

teorisi, ailenin duygusal sisteminin işleyişi birbirini dengeleyen yaşam güçleri olan bireysellik ve birliktelik arasında etkileşim olduğunu varsayar. Fiziksel, duygusal, ve sosyal işlev bozukluklarının gelişiminin temelinde ilişki sistemindeki bireysellik ve birliktelik dengesizliği bulunmaktadır. Bireysellik ve birliktelik insanların birbirleri için duygusal öneme sahip olduğu her ilişkide önemlidir. İlişkilerin dinamik yapısı nedeniyle farklılaşma bireylerin bireysellik ve birliktelik ihtiyaçlarından etkilenmektedir. Farklılaşmamış bireyler aile ilişkilerindeki duygu durumundan hoşnut olmadıklarında daha çok kaynaşma ya da duygusal olarak kopma eğilimi gösterirler. Farklılaşmamış bireyler kendilerini duygusal olarak sıkışmış hissederken aynı zamanda itaatkar davranırlar. Hedeflerini gerçekleştirirken kabul ve onay ihtiyacı hissedeler (Bowen ve Kerr, 1988). Farklılaşmış bireylerin köken ailesi ile kurdukları ilişkilerin tatmin edici şekilde sürdürmesi, daha tatmin edici evlilikler kurması ve evlilik sorunlarına etkili şekilde çözmesi beklenmektedir (Bowen, 1976, 1978).

Çekirdek ailenin başlangıcı evlilikle başlamaktadır. Nesiller arası aktarım duygusal süreçler yoluyla gerçekleşir. Bir nesilden diğer nesile aktarılan duyguları, hisleri, değer ve inançları içerir. Bu aktarım ilişkiler yoluyla diğer nesle aktarılmaktadır. Bir nesilde duygusal örüntülerin yoğunluğu ve özellikleri önceki nesilden etkilenmektedir. Her iki eş de köken ailesinde geliştirilen yaşam tarzı kalıpları ve farklılaşma düzeyi ile evliliğe başlamaktadır. Her ilişki köken ailedeki farklılaşma derecesinden izler taşır. Kişiler eş seçerken kendi farklılaşma düzeylerine yakın kişileri seçme eğilimindedir. Evlendiklerinde iki eş çekirdek ailenin duygusal ikliminin mimarlarıdır ve her doğan yeni çocuk bu iklime dahil olmaktadır. Çekirdek ailenin duygusal sürecine dahil olan çocuklar aile içerisindeki süreçleri deneyimleyerek ilişki kalıpları ve ailedeki duygusal yoğunluğa uyum sağlamayı öğrenir. Farklılaşma ilişki sistemi içindeki bireysellik ve birliktelik arasındaki yaşam güçlerinin değişken karışımıdır. Farklı seviyede farklılaşmış eşler yaşam tarzı ve duygusal olarak uyumsuz olarak değerlendirilmektedir. Farklılaşma aynı zamanda duygusal ve fiziksel olarak yakınlığa imkan tanıyan esnek sınırları oluşturmaktadır. Farklılaşma düzeyi ne kadar yüksek olursa duygusal kaynaşma o kadar az olur ve ilişki; güven, dürüstlük ve karşılıklı saygı gibi unsurlarla daha fazla güçlenir (Bowen 1978; Bowen ve Kerr, 1988).

Bowen'a (1978) göre iki tür benlik söz konusudur. Benliğin farklılaşmasının düzeyi "tutarlı benlik" ve "sahte-taklit" ile ilişkilidir. Tutarlı benlik dış dünyadaki olaylara, stresli yaşam olaylarına karşı daha dirençliyen sahte benlik olumsuz durumlar

karşısında daha dirençsizdir. Tutarlı benlik ile birey seçimler yapıp sorumluluğunu almakta, yaşam olaylarını tecrübe edip analiz etmekte ve hayattaki seçenekleri gözden geçirebilmektedir. Köken ailede gelişen sahte benlik üyelerin aile içindeki rolleri (güçlü-zayıf), aile sistemindeki uyum ve duygusal baskı yoluyla şekillenmektedir. Baskı yoluyla gelişen sahte benlik toplumun, ailenin inançlarını ve doğrularını dayatmaktadır. Birey yaşamının diğer evrelerinde benimsediği inanç ve doğruları benliğine dahil etmektedir.

Romantik ilişkilerin başlangıcında her birey tipik olarak eliden gelenin en iyisini yapar ve diğerinin kendisinin olmasını inandığı şekilde davranır (Bowen ve Kerr, 1988). Bowen (1976) bu durumu “sahte benlik” veya “taklit benlik” olarak adlandırmıştır. Sağlıksız birçok ailenin kullandığı ve ailede uyum varmış gibi gösterilen sahte benlikte bireyler kimlik duygusunu hissedemez ve başetme becerileri de zayıftır. Köken aile içinde sahte benliğin yaygın olması bireyin kendini farklılaştırmasında büyük sorunlara ve yakın ilişkilerinde de benliğinden daha fazla ödün vermesine yol açmaktadır (Bowen, 1978).

Bowen aile sistemleri teorisine göre benliğin farklılaşması uzun vadeli duygusal olgunluk ve romantik ilişkilerde yakınlık ve karşılıklık için temel kabul edilmektedir. Farklılaşma düzeyi ne kadar düşük olursa diğer eşden duygusal destek beklentisi o kadar artar. İlişkinin güçlenmesini sağlayan güven, dürüstlük, karşılıklı saygı gibi unsurlar kaygı ve korkularla yok olabilir. Farklılaşma derecesi uyum yeteneğini ve ilişkideki stres düzeyi de etkilemektedir. Farklılaşma düzeyi ne kadar düşük olursa ilişki sisteminin esnekliği o kadar az olur. İlişki sisteminin esneklik derecesi de sistemin duygusal dengesini bozan stresli yaşam olaylarına karşı uyum yeteneğini azaltmakta ve ilişkide stres artmakta bu durumda ilişkideki istikrarsızlığı da beraberinde getirmektedir. Farklılaşma azaldıkça ilişkideki duygusal sınırlar bulanıklaşır. Farklılaşma arttıkça bireysellik olumlu etkilenecek daha iyi gelişir. Birliktelik ihtiyaçları daha az olur ve birey duygusal tepkilerini daha iyi düzenleyebilir. Değişen duygulara ve durumlarla başetme ve uyum sağlama konusunda o kadar yeteneklidirler (Bowen ve Kerr, 1988).

2.1.2. Kök Aile İşlevselliği ve Evlilik İlişkisi

Bireylerin, köken ailelerindeki deneyimlerine göre şekillendiği yaygın olarak kabul görmektedir (Conger vd., 2000; Goldenberg, 2004). Yapılan araştırmalar kişinin kök ailesi ile gelecekteki kişisel ve evlilik ilişkisi arasında bağlantı olduğunu tespit etmiştir. Köken ailenin kişiler arası yeterlilik (Filsinger ve Lamke, 1983), evlilikte davranış tarzı (VanLear, 1992), ilişki saldırganlığı (Martin vd., 1996) ve evlilik kalitesi

(Ross ve Mirowsky, 1999) duygusal durum, eş seçimi, ilişkideki etkileşim, ilişki doyumu ve evlilik istikrarı (Chen ve Busby, 2018) arasında ilişki bulunmaktadır. Ebeveynlerin evlilik tatmini ve evlilik kalitesinin nesiller boyunca aktarıldığı destekleyen araştırmalara göre ebeveynlerin evlilikteki mutsuzluğu, evlilik kalitesi ve evlilik etkileşimi çocuk üzerinde ebeveyn boşanmasından daha olumsuz sonuçlara yol açmaktadır (Amato ve Booth, 1997). Ebeveynlerin evliliklerinin kalitesi aynı zamanda gelecekteki ilişki sorunlarıyla bağlantılıdır. Ebeveynlerinin evliliğini mutsuz hatırlayan kişiler, diğer yetişkinlere göre daha fazla psikolojik sorunlar ve evlilik içerisinde güçlükler yaşadığını bildirmektedir (Amato ve Booth, 1991).

Parke'a (2000) göre bireyin kök ailesiyle kurduğu ilişkiler yaşamı boyunca işlevsellik gösterebilmesinde kritiktir. Kök aile ile ilgili yaklaşımlar bireylerin kök ailesindeki ebeveyn çocuk ilişkisine ve eşler arasında kurulan iletişim örüntülerin etkisine odaklanmaktadır. Ebeveynler, çocukların evlilik ilişkisinin doğası ve evlilik davranışları hakkında bilgi edindiği en önemli kaynağı temsil etmektedir (Amato ve Deboer, 2001). Çocuklar ebeveynlerinin ilişki becerilerini gözlemleyerek ilişki hakkında bilgi edinirler (Gottman, 1994). Ebeveyn- çocuk ilişkisi, çocukların başarılı evlilik etkileşiminin güçlü bir yordayıcısıdır (Holman ve Birch, 2001). Bozulmuş bir ebeveyn çocuk ilişkisi çocukların duygusal güvensizlik nedeniyle kişisel özelliklerini de etkilemektedir (Davies ve Cummings, 1994).

Kuşaklararası aile terapisi yaklaşımına göre kök aile, bireyin kişiler arası ilişkileri öğreneceği mihenk taşıdır (Van Doorn vd., 2007). Bu yaklaşıma göre çocuk ailede değerleri, davranışları, tutumları, ilişki ve iletişim örüntülerini öğrenmekte ve çocuk yetişkin olduğunda kurduğu ilişkilere transfer etmektedir (Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003). Çocukların sosyal ve duygusal gelişimini etkileyen ilişki kalıpları ve uyum kalıpları kuşaklar boyunca aktarılmaktadır (Bowen ve Kerr, 1988). Aileleri karakterize eden etkileşim kalıpları ve çocukların aile içerisinde edindikleri deneyimler sosyal duygusal gelişim üzerinde kalıcı bir etkiye sahiptir ve zaman içerisinde değişmeme eğilimi göstermektedir (Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003). Sosyal duygusal gelişimin bireylerin başka bireylerle kuracağı güçlü bağ kurma becerilerini etkilediği düşünülmektedir (Bagarazzi ve Anderson, 1989). Bowen'a (1978) göre işlevsel ailelerde büyümüş bireyler, eşlerine karşı daha empatik tavırlar sergilerken eşlerinin duygusal ihtiyaçları ve beklentileri karşısında daha duyarlıdır. Çocuklukta kök aile içerisinde işlevsel olmayan kalıplara maruz kalmak, yetişkinlikteki ilişkileri yapılandırma ve

deneyimleme biçimini etkilemektedir. Bowen'a (1978) göre işlevsel olmayan kök aile deneyimleri kaygı ve duygusal tepkiselliği beraberinde getirmektedir. İşlevsel olmayan ailelerde büyüyen bireyleri memnun etmek zordur ve ilişki içinde karşılanması ve aşılması zor standartlara göre hareket ederler (Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003). "Kırılgan İlişkiler" (Napier, 1988) geliştiren bu bireyler yakın ilişkilerini geliştirme ve sürdürme noktasında şüpheli bir yaklaşım sergilemektedir ve bu durum evlilik içerisinde uyum problemleri yaşamalarına neden olmaktadır (Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003). Buna ek olarak işlevsel olmayan ailelerde büyüyen çocukların kendi kuracakları romantik ilişkilerini baltalayacak tavır ve davranışlar sergilediği düşünülebilir.

Çiftlerin eşleri ve çocuklarıyla yaşadıkları problemlerin temeli kök aileden gelen çatışma örüntülerinin yeniden yapılandırılmasıdır (Framo, 1976). Evlilik içerisinde yaşanan çatışmanın, ebeveynler üzerindeki olumsuz etkisinin yanı sıra çocuklar için de büyük bir risk faktörüdür (Erel ve Burma, 1995). Evlilik çatışmasını etkileyen faktörler problemlili kök aile geçmişi ve mutsuz geçirilen çocukluk dönemidir (Karner ve Bradbury, 1995). Çeşitli araştırmalar ebeveynler arasındaki evlilik sorunlarının ve çatışmaların çocukların gelecekteki kuracakları ilişkileri etkilediğini göstermektedir (Doucet ve Aseltine 2003; Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003). Çocukların kök ailesi ile tecrübe ettiği zayıf ilişki becerileri kendi evlilikleri için de bir risk faktörüdür. Ebeveynlerin boşanması veya bozulmuş evlilik ilişkileri çocukların yakın ilişkileri baltalayan, yetişkinlikte ve evlilikte istikrarsızlık riskini arttıran kişiler arası davranışları öğrenmelerini olası kılmaktadır. Ebeveynleri arasında anlaşmazlık ve sevgi eksikliği olan ailelerde büyüyen çocukların başarılı ikili ilişkileri deneyimlemenin sonuçlarına sahip değildir. Zayıf kök aile ilişkileri olan ailelerde ebeveynlerinin zayıf ilişki davranışlarıyla büyüyen çocuklar, uzun vadede ilişkiyi ayakta tutup kolaylaştıracak kişiler arası becerileri öğrenemede yetersiz kalmaktadır (Amato, 1996). Bununla birlikte ebeveynlerinin boşanmasını gözlemleyerek büyüyen çocuklar, evliliklerin ömür boyu sürmediğini, insanların tatmin edici olmayan ilişkiler içinde kalmak zorunda olmadıklarını ve boşanmanın alternatif partnerlerle daha fazla mutluluk aramak için fırsatlar sağlayabileceğini ilk elden öğrenmektedir. Evlilik bağları zayıf olan ya da boşanmış ailede büyüyen çocuklar ilişki sorunlarının kolay çözülemeyeceğine inanma eğilimindedir. Bu nedenle sorunlu bir evliliğin kurtarılması konusunda da karamsar ve ömür boyu evlilik bağlılığı göstermeme eğilimindedir. (Amato ve DeBoer, 2001). Bu durumu destekleyen bir araştırmaya göre boşanmış bir aile büyüyen çocuklar evliliklerini boşanmamış ailede büyüyen çocuklara

göre daha istikrarsız görme eğilimindedir (Weigel vd., 2003). Bununla birlikte yapılan boylamsal bir araştırmaya göre boşanmaya karşı olumlu tutumlara sahip kişilerin olumsuz tutumlara sahip olanlara göre evlilikleri bitirme oranları daha yüksek bulunmuştur (Booth vd., 1995). Buna ek olarak kişiler arası ilişkiler boyutunda boşanmadan önce ve boşanmadan sonraki süreçte boşanmaya eşlik eden bozulan aile ilişkileri, çocukların yetişkinlik hayatındaki kişiler arası yönelimlerini ve yakın ilişkilerini etkilemektedir (Amato, 1996).

Aile ortamı çocuğun iletişim kurmayı öğrendiği yerdir. Yakın ebeveyn-çocuk ilişkisi çocukların kaygı ve öfke gibi duygularının düzenlenmesinde kritik bir öneme sahiptir. Duygusal ifade aile iletişiminin önemli bir bileşenidir (Walsh, 1998). İşlevsel ailelerde aile üyeleri arasında daha fazla duygusal bilgi paylaşımı vardır (Hauser, Power ve Noom, 1991 akt., Yelsma vd., 2000). İşlevsel olmayan aile üyeleri birbirlerine karşı duygularını, isteklerini, sevgilerini ve hoşlanmadıkları durumları sözlü dile getirmeme eğilimindedir. Ailede öğrenilen duygusal ifade kalıpları tüm aile üyelerini etkilemektedir. Duygusal ihtiyaçlarına yanıt verilen çocuklar sevildiğini ve değerli olduğunu hissederken, tepkisiz ve duygusal ihtiyaçları ihmal edilen çocukların benlik algısı zedelenir. Ailedeki iletişim ortamında olumsuz iletişim kalıplarına maruz kalan çocuklar duygu durumlarını düzenle becerilerinde eksiklikler yaşamaktadır (Yelsma vd., 2000). Duygularını düzenlemede zorluk çeken bireylerin ilişkilerinde problem yaşama eğilimi de artmaktadır (Contreras vd., 2000).

Van Der Walt ve De Wet (1993) ve Naude (1993) yaptıkları farklı araştırmalarda yetişkinlerin yakın ilişkilerindeki rol ve sorumluluklarla etkili şekilde başa çıkabilmesinde köken ailenin önemli olduğunu ortaya koymuştur. Naude (1993), çocukluktan itibaren köken ailedeki yapılan olumsuz aktarımın evlilik doyumunu etkilediğini ve köken ailede yaşanan süreçlerin evlilik kalitesini doğru şekilde tahmin etmemizi sağladığı ortaya koymaktadır (Larson ve Holman, 1994).

2.1.3. Yurt İçinde Yapılan İlgili Araştırmalar

Bilgin (2022) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerin kök aile ilişkileriyle öz şefkat arasındaki ilişki incelenmiştir. Türkiye sınırları içerisindeki 537 evli bireyle gerçekleştirilen çalışmada kök aile ilişkilerinin öz şefkat düzeyini yordadığı görülmüştür.

Gürbüz (2021) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerin kök aile deneyimlerinin fonksiyonelliği ile anne babaya bağlanma ve evlilik doyumu ile arasındaki ilişkide akılcı olmayan inançların aracı rolü incelenmiştir. 357 evli birey üzerinde yapılan çalışma sonucunda evlilik doyumu ile kök aile deneyimlerinin fonksiyonelliği arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Akar (2019) tarafından 173 evli bireyle gerçekleştirilen çalışmada kök aile ilişkisi ve çiftlerin ilişki kalitesi arasındaki ilişki incelenmiştir. Bağlanma kaygısı ve benliğin ayrımlaşmasının bu ilişkideki dolaylı etkisine bakılmıştır. Araştırma bulgularına göre kök aile işlevselliği ile çift ilişki kalitesi ve benlik ayrımlaşması arasında pozitif yönlü bir ilişki varken, bağlanma ile negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır.

Çoğalan (2017) tarafından yapılan çalışmada Samsun ili sınırları içerisinde yaşayan 242 evli bireyin kök aile ilişkileriyle evlilik uyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda evli bireylerin kök aile ilişkileriyle evlilik uyumları pozitif yönlü bir ilişki bulunmuşken, kök aile ilişkileri ve evlilik uyumları arasında cinsiyete göre anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Gülyüksel Akdağ ve Cihangir Çankaya (2015) tarafından yapılan çalışmada İzmir ili sınırları için yaşayan 389 evli bireyle yapmış oldukları çalışmada kök aile ile ilişkiler değişkeninin evli bireylerde psikolojik iyi oluşu anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür.

Ülker (2011) tarafından yapılan çalışma İzmir ilinde yaşayan 413 evli bireyle gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda kök aile ilişkileri işlevsel olan bireylerin evliliklerinde daha az çatışma yaşadığı görülmüştür. Araştırmaya göre kök aile ilişkileri, evlenme yaşı, evlilik süresi evlilik çatışma sıklığını yordadığı tespit edilmiştir.

2.1.4. Yurt Dışında Yapılan İlgili Araştırmalar

Amani vd., (2015) evli kadın öğretmenlerle benlik farklılaşması, kök aile işlevselliği ve evlilikteki yakınlığa dayalı evlilik bağlılığını araştırmıştır. Araştırma sonucuna göre benlik farklılaşması kök aile işlevselliğini yordamaktadır. Kök aile deneyimleri anne-çocuk ilişkisini ve çiftlerin kişiler arası ilişkileri üzerinde etkili olduğu görülmüştür.

Harper vd., (2015) kök aile deneyimleri ile evlilikteki cinsel tatmin ve evlilik kalitesi arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmaya Amerika'da yaşayan Kafkas, Asya, Latin kökenli 3953 çift katılmıştır. Bulgulara göre olumlu kök aile deneyimleri ve

ebeveyn-çocuk ilişkileriyle evlilikte cinsel tatmin ve evlilik kalitesi arasında pozitif anlamlı ilişki bulunurken cinsiyete göre anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Muraru ve Turliuc (2012) kök aile, romantik bağlanma ve evlilik uyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya Romanya’da 164 evli birey katılmıştır. Araştırmanın sonucunda romantik bağlanma ile evlilik uyumu ve kök aile arasında anlamlı ilişki vardır. Kök aile ilişkileri ile evlilik uyumu arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Bouchard ve Doucet (2011) yılında yaptıkları çalışmada ebeveyn boşanması ve ebeveyn ilişkilerinin kalitesinin ebeveynliğe geçişte çift uyumuna etkisi incelenmiştir. 114 çift katıldığı çalışmaya hamileliğin son 3 ayı ve doğumdan sonraki 9 ayı kapsayan sürede veri toplanmıştır. Araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre çiftlerin uyumunun doğum sonrasında doğum öncesi göre düştüğü görülmüştür. Bireylerin ebeveynleriyle kurdukları ilişkiler, ebeveynliğe geçişte evlilik uyumunu pozitif anlamlı yönde ilişkilidir.

Crowell vd., (2008) kök ailedeki etkileşimlerinin yetişkinlikte kurdukları kendi aileleri ile etkileşimlerine ve evlilik düzenleriyle arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. 47 kişinin katıldığı boylamsal araştırmada ilk olarak katılımcılar 14 yaşındayken ailedeki çatışma durumunun nasıl çözümlendiği gözlemlenmiştir. On yedi yıl sonra eşleri ile birlikte evlilik etkileşimi ve evlilik uyumunu incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre kök aile ile kurulan etkileşimler yetişkinlikte kurdukları evlilik ilişkisini etkilediği ve evlilik uyumlarını pozitif yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Gardner vd., (2007) yaptıkları araştırmada kök ailenin duygusal tepkisellik, ilişki doyumu ve çatışma yönetimi ile ilişkisi incelenmiştir. 736 evlenme sürecinde olan çiftin katıldığı çalışmanın bulgularına göre algılanan kök aile deneyimleri, bireylerin hem kendilerinin hem de partnerlerinin duygusal tepkiselliğini ve zayıf çatışma yönetimi ve ilişki doyumunu yordamaktadır.

Topham, vd., (2005) evlilik öncesinde ölçülen kök aile değişkenlerinin evliliğin ilerleyen süreçlerindeki ortaya çıkan düşmanca evlilik çatışması arasındaki ilişkiyi incelemek için 367 evli çiftten veri elde edilmiştir. Çiftler nişanlılık sürecinde Evlilik için Hazırlık Ölçeği’ni doldurmuşlardır. Katılımcılar, dört ile yedi yıl arasında değişen zamanlarda evlilik çatışmasını (hakaret, lakap takma, sürekli tartışma, dinleme isteksizliği ve duygusal katılım eksikliği) ölçen başka bir ölçüme tabi tutulmuştur.

Araştırmanın sonucuna göre kadınların anne-çocuk ilişkisi ve ebeveynlerin disiplin kalitesi evlilikteki çatışmaya yönelik algılarını yordamaktadır. Kadınlar kök aile deneyimlerinden daha fazla etkilenmekte kocalarının ebeveynlerinin evliliklerine ilişkin algıladıkları kalite, kadınların evliliklerindeki düşmanca çatışma algısını yordamaktadır.

Story vd., (2004) yeni evli çiftlerin evlilik işlevlerinin nesiller arası aktarımını incelediler. 60 yeni evli çiftle yapılan araştırma sonucunda olumsuz kişiler arası süreçlerin (iletişim tarzı, psikolojik ve fiziksel saldırganlık) köken ailedeki deneyimleri evlilikteki deneyimlere aktaran mekanizma olabileceği sonucuna varılmıştır.

Sabatelli ve Bartle-Haring (2003) evli bireylerin kök aile deneyimleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucuna göre kadınların ve erkeklerin kök aile işlevselliği evlilik uyumlarını etkileyen önemli bir faktördür. Kadınların kök aile işlevselliği hem kendi hem de eşinin evlilik uyumunu etkilerken, erkeklerin kök aile işlevselliği sadece kendi evlilik uyumunu etkilemektedir. Bu araştırmayı destekleyecek şekilde yapılan bir diğer araştırmada kök aile ilişkileri daha olumlu olan bireylerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu ve kadınların çocukluk deneyimleri erkeklere göre evlilik doyumlarını daha olumsuz bir şekilde etkilediği ortaya konmuştur (Falcke vd., 2008).

Koerner ve Fitzpatrick (2002) kök ailedeki iletişim örüntülerinin çocukların yetişkin ilişkilerindeki çatışma davranışları üzerindeki etkisi üzerine yapılan çalışmada çocukların kendi romantik ilişkilerinde sergiledikleri davranışlar ve çatışma durumuna karşı yaklaşım şekli kök aile ile benzerlik gösterdiği tespit edilmiştir.

Amato ve Deboer (2001) tarafından yapılan boylamsal çalışmada evlilik istikrarsızlığının kuşaklararası aktarımı incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre ebeveynlerin boşanması çocukların ilerde kendi evliliklerinin boşanma ile sonuçlanma ihtimalini yükseltmektedir.

Amato ve Booth (2001) tarafından yapılan boylamsal çalışmada ebeveynlerin evliliklerindeki çatışmanın çocukların kendi evlilikleri ile arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre ebeveynlerin evliliklerinde yaşadıkları çatışmalar çocukların kendi evliliklerindeki uyumu azaltırken çatışmayı arttırmaktadır. Ebeveynlerin kendi evliliklerindeki olumsuz davranışları çocukların kendi evliliklerinde kıskançlık, öfke, otorite, eşle konuşmama, eleştirel olma, dengesiz olma gibi problemleri yordadığı tespit edilmiştir.

Larson vd. (2001) yaptıkları araştırmada kök ailedeki algılanan işlevsel olmayan aile kurallarının genç yetişkinlerin flört ilişkileri üzerindeki etkilerini inceledi. Üç farklı üniversiteden 322 öğrencinin katıldığı çalışmada, öğrencilere kök ailelerindeki işlevsel olmayan kuralları, ilişki kaygısı, ilişki doyumu ve bağlılığı ölçmeyi amaçlayan öz bildirim anketi doldurtulmuştur. Araştırmanın bulgularına göre işlevsel olmayan aile kurallarının ilişki kaygısıyla olumlu yönde ilişkili olduğunu ve genç yetişkinlerin flört aşamalarındaki ilerlemeleri, ilişki memnuniyeti ve flört ilişkilerindeki bağlılığı olumsuz etkilediğini göstermektedir.

Conger vd. (2000) yaptığı araştırmanın bulgularına göre ebeveynlerin birbirine karşı sergilediği sıcak ve destekleyici ilişki çocukların kendi partnerleriyle kurduğu ilişkiyi olumlu olarak etkilemektedir.

Birch (1999) yapmış olduğu çalışmasında 55-98 yaş arasındaki evli bireylerin kök ailelerinde yaşadıkları problemlerin evliliklerindeki yakınlıklarına etkisini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre çiftlerin kök ailelerinde öğrendikleri iletişim becerileri ve problem çözme yöntemleri çiftlerin evliliklerindeki yakınlıklarını etkilediği ve kök ailesinde sorun yaşayan bireylerin evliliklerinde de sorunlar yaşadıkları görülmüştür.

Amato ve Booth (1991) yapmış oldukları çalışma sonucunda boşanmış aile büyüyen çocukların boşanmamış aile büyüyen çocuklara göre psikolojik, sosyal ve evlilikte iyilik ölçüm düzeyleri düşük çıkmıştır. Ebeveynleri birlikte ama mutsuz olan bireylerin puanları, ebeveynleri mutlu olanlara göre daha düşük tespit edilmiştir. Amato (1994) yaptığı çalışmasına göre ebeveyn-çocuk ilişkisinin çocuğun ilerideki hayatındaki psikolojik iyi oluşunu yordamaktadır. Amato (1996) çalışmasına göre ebeveyn boşanması çocukların boşanmaya yönelik tutumlarını zayıflattığı ve sorunlu davranışlarını arttırdığı gözlemlenmiştir. Bu araştırmayı destekleyecek şekilde evlilik kalitesi ve istikrarsızlığının kuşaklararası aktarımı ve ebeveyn boşanmasının çocukların evlilik kalitesi üzerindeki etkilerini araştırmak için yapılan üç kuşağı kapsayan boylamsal çalışmada ebeveyn boşanması, kız çocuklarının boşanma olasılığını arttırırken evlilik kalitesinin kök ailedeki evlilik kalitesiyle benzerlik gösterdiği tespit edilmiştir.

Wamboldt ve Reiss (1989) yılında 16 evli çifti 1 yıl boyunca takip etmiştir. Çalışma sonucunda her iki eş içinde kök ailedeki etkileşim kalıpları ile kadınların ilişki doyumu arasında güçlü ilişkiler bulunmuşken, erkeklerin ilişki doyumu kadının kök ailesindeki çatışmadan olumsuz etkilenmiştir.

Caspi ve Elder'nın (1988) Berkeley Rehberlik Çalışması'nda yürüttükleri boylamsal çalışma bulgularına göre ebeveynler arasında çatışmanın olduğu ailelerde büyüyen çocukların davranış problemleri sergiledikleri ve yetişkinlik hayatında kurdukları evliliklerinde evlilik kalitesini olumsuz etkileyen kişiler arası tarz benimsedikleri gözlemlenmiştir. Bu araştırmayla tutarlı olarak ebeveynlerin mutsuz bir evliliği olduğunu bildiren yetişkinlerin, kendi evliliklerinde de yüksek düzeyde sorun bildirme eğilimindedirler (Belsky ve Isabella, 1985; Booth ve Edwards, 1990).

Wilcoxon ve Hovestadt (1985) yapmış oldukları çalışma sonucunda çiftlerin köken aile deneyimleri ne kadar benzerse evlilik doyumunun o kadar fazla olduğunu tespit etmişlerdir.

2.2. Yılmazlık

Günümüzde birçok alanda kullanılan “resilience” kavramı genellikle dayanıklılık, esneklik, uyum sağlayabilme, toparlanabilme ve eski haline dönebilme gibi anlamlarda kullanılmaktadır. Fizik ve mekanik disiplinlerinde maddelerin esnekliği ve zorlandıktan sonra eski haline dönme gücü (Klein vd., 2003) olarak tanımlanırken sosyal bilimlerde sistem ya da sistemin parçalarının tehlikeli bir duruma maruz kaldıktan sonra sağ kalma yeteneği (Timmerman, 1981) olarak tanımlamıştır. The Random House Sözlüğü'nde sıkıştırılıp esnetildikten sonra eski formuna dönme becerisi olarak karşımıza çıkan “Yılmazlık” kavramının evrensel olarak kabul görmüş ortak bir tanımı bulunmamakla birlikte çeşitli şekillerde tanımlanmıştır.

“Resilience” kavramı Türk literatürü incelendiğinde araştırmacıların farklı tanımlamalarda bulunduğu görülmüştür. “Resilience” kelimesi alan yazınına göre “yılmazlık” (Gürkan, 2006; Kaner ve Bayraklı, 2010; Öğülmüş, 2001) “psikolojik sağlamlık” (Gizir, 2004; Kararımak, 2007; Öz ve Yılmaz, 2009), “kendini toparlama gücü” (Terzi, 2006), ve “psikolojik dayanıklılık” (Basım ve Çetin, 2011; Motan ve Gençöz, 2009) olarak kullanılmaktadır. Bu çalışmada “resilience” kavramının karşılığı olarak “yılmazlık” kullanılması tercih edilmiştir.

Yılmazlık kavramına ilk olarak Horatio Alger'ın 19.yy'da ortaya koyduğu kitaplarında karşımıza çıkmaktadır. Bu kitaplarda yoksul ve evsiz kişilerin güçlü bir irade gösterip sıkı çalışarak zorlukların üstesinden geldikleri anlatılmaktadır. (Tarter ve Vanyukov, 1999). Yılmazlık kavramı ilk zamanlar psikopatoloji içerisinde ele alınmış, ciddi ruhsal hastalığı olan hastaların uyumsuzluklarının ve problemlerin temelini

oluşturan risk faktörlerini anlamak için kullanılmıştır. Şizofren annelerin çocukları üzerinde yapılan araştırmalarda, bu çocukların şizofren olma riski olmasına rağmen iyi bir gelişim gösterdiği gözlemlenmiştir.(Luthar vd., 2000). Yılmazlık çalışmalarının başlangıcı Werner'in 1955 yılında Kauai'de 698 bebek üzerinde yaptığı ve yaklaşık 40 yıl süren boylamsal araştırmaya dayanmaktadır. (Green vd., 1999). Werner (1989) araştırmasında yüksek risk altındaki çocukları incelemiştir. Araştırmanın katılımcılarını yoksulluk, boşanma, ebeveyn psikopatolojisi ve sıkıntılı aile ortamlarında büyüyen çocuklar oluşturmaktadır. Riskli ortamlarda büyümüş çocukların bir kısmı ciddi öğrenme zorlukları, davranış ve akıl sağlığı problemleri yaşarken bir kısmı bireysel olarak riskli grupta olmasına rağmen normal yetişkinler olduğu gözlemlenmiştir. Werner (1989) araştırmasında bu çocuklarla ilgili bulgulara dikkat çekerek “yılmaz” olarak adlandırmıştır. Yüksek risk altındaki çocukların incelendiği araştırmanın sonucunda zorluk ya da risklerle karşılaşan çocukların akranlarına göre iletişimlerinin ve sorun çözme becerilerinin daha iyi olduğu, daha özerk ve bağımsız hareket alanı oluşturdıkları, olumlu bir benlik kurgusu geliştirdikleri ve içsel kontrol odağına sahip oldukları, empatik ve görev yönelimli oldukları bulunmuştur (Green vd., 1999).

Alanyazınında birden çok tanımı bulunan yılmazlık kavramı birçok araştırmacı tarafından ele alınmıştır. Begun (1993) yılmazlığı stres ve kayıplar karşısında çaba harcama olarak tanımlarken, Masten (2001) ise ağır yaşam koşullarına rağmen bireyin eski haline dönebilmesi, Werner (1989) ve Newman (2005), zorluklar ve karşılaşılan stres verici durumlara karşı uyum sağlama, Garnezy (1993) ve Hawley (2000) iyileşme gücü ve stres öncesi dönemdeki uyum kalıplarına geri dönme olarak tanımlamıştır.

Bir diğer tanımda yılmazlık bireyin zorluklarla yüzleşmesi, üstesinden gelmesi, zorluklardan güçlenerek çıkması ve olumlu uyum sağlayarak gelişim göstermeyi sağlayan aktif bir süreç ve büyüme kapasitesi olarak tanımlanmıştır. (Luthar vd., 2000; Rutter, 2007; Grotberg, 2007; Walsh,2006). Başka bir tanımda ise Aydoğan(2014) yılmazlığı, yaşanan olumsuz durumlara karşı umut olarak tanımlamış ve bu durumun birden ortaya çıkmayacağını zamanla gelişeceğini söylemektedir. Ungar (2010) ise yılmazlığı, bireylerin refahını arttıran kaynaklara erişme kapasitesi, fiziksel ve sosyal ekolojilerinin bu kaynakları anlamlı şekilde kullanılabilir hale getirme kapasitesi olarak tanımlamıştır.

Yapılan birçok yılmazlık tanımında iki önemli nokta dikkati çekmektedir;

1. Önemli tehdit ya da stres verici olumsuzluklara maruz kalınması,
2. Bireyin, olumsuzluklara rağmen başarılı bir uyum sağlayabilmesi (Luthar vd., 2000).

Literetürde yılmazlık ile ilgili açıklamalar üç fenomeni tanımlamak için kullanılmıştır: (a)yüksek riskli duruma rağmen iyi sonuçlar, (b) tehdit altında sürdürülen yeterlilik, (c) travmadan kurtulma (Masten ve Garmezy, 1990). Yılmazlıkla ilgili bu üç fenomen incelendiğinde koruyucu ve risk faktörlerinin önemine işaret etmektedir. Rutter (1999) ise yılmazlığı koruyucu ve risk faktörlerinden oluşan canlı bir yapı olduğu üzerinde durmuş bu faktörlerin olumsuz yaşantıların kişi üzerinde bıraktığı etkiyi değiştirdiğini belirtmiştir. Koruyucu ve risk faktörleri, durağanlık göstermeyen sürekli değişim gösteren dinamik bir süreçtir (Rutter, 1989). Bir zaman diliminde koruyucu bir faktör başka zaman ve bağlamda birey için risk faktörü olabilir. Cicchetti ve Garmezy (1993) de yılmazlığın statik bir süreç olmadığına, stres dönemlerinde ve yaşamdaki geçiş dönemlerinde farklı güçlü yönlerin veya yeni kırılganlıkların ortaya çıkabileceğini vurgulamıştır. Bireyler hayatın bir noktasında zorluklarla başarılı bir şekilde başa çıkarken koşullar değiştiğinde benzer stres faktörlerine karşı olumsuz tepkiler verebilir. Koşullar değiştiğinde koruyucu faktörler risk faktörüne dönüşebilir ve bireylerin yılmazlıkları değişebilir.

2.2.1. Risk Faktörleri

Yılmazlığın olabilmesi için bireylerin yaşamlarında olumsuz ve zorlayıcı yaşam olaylarının olması gerekir (Masten, 2014). Yılmazlık çıkarımsal ve bağlamsal temelde kurulan bir yapıdır. İlk yapı çıkarımın tehdit tarafını ele almaktadır. Birey yaşamı boyunca tehdiye maruz kalmadıysa “yılmaz” olarak kabul edilmez. Ortada riskin varlığı söz konusu olduğunda yılmazlık kavramı ortaya çıkmaktadır (Masten, 2001). Riskli durumun oluşması ve risk durumunun yanında koruyucu faktörlerin eşlik etmesi gerekmektedir. Koruyucu ve risk faktörlerinin arasındaki aktif süreç bireylerde olumlu sonuçların oluşmasını sağlamaktadır. (Rutter, 1999; Gizir, 2004).

Risk faktörleri olumsuz bir durumun ortaya çıkmasına neden olacak problemlerin olasılığını arttıracak etkiler olarak tanımlanmıştır (Kirby ve Fraser, 1997). Yılmazlık kavramı için kullanılan risk kavramı, gelişimsel dönemde koşulların bireyin uyumunu tehdit etmesi sonucunda uyumsuzluk göstermesine ve işlevselliğinin engellenmesine neden olan faktörlerdir (Hawley, 2000; Rutter, 2007). Risk faktörleri olumsuz sonuçların

olasılığını arttırırken koruyucu faktörler riske rağmen olumsuz sonuçların olasılığını azaltır.

Gizir (2007) risk faktörlerini şu şekilde belirtmiştir;

1. Bireysel risk faktörleri: Erken doğum, kronik rahatsızlıklar, olumsuz yaşam olayları.
2. Ailesel risk faktörleri: Anne-babanın hastalığı ya da psikopatolojisi, erken yaşta anne olma, boşanma, ölüm, tek ebeveynle yaşama.
3. Çevresel risk faktörleri: Ekonomik sıkıntılar, ihmal ve istismar, şiddet, savaş, doğal afetler, evsiz kalma.

2.2.2. Koruyucu Faktörler

Risk ve zorluğun etkisini azaltan ya da ortadan kaldıran, bireyin uyumunu ve yeterliliklerini geliştiren durumlar koruyucu faktörler olarak tanımlanmaktadır (Masten, 1994). Stres verici olaylar karşısında olumsuz durumlarının etkisini azaltarak bireye yardım eden kaynaklardır (Hawley, 2000). Koruyucu faktörler içsel ve dışsal nedenlerden kaynaklanmaktadır.

İçsel koruyucu faktörlerden bazıları zeka (Werner, 2000), mizaç (Green ve Conrad, 2002), benlik saygısı (Olsson vd., 2003), özdenetim, sosyal uyum (Donnon ve Hammond, 2007) ve mizahtır (Öz ve Hiçdurmaz, 2009). Dışsal koruyucu faktörler ise ebeveynlik konusunda yeterli olunması, aile üyelerinin birbirlerini destekleyici olması gibi aile ile ilgili koruyucu faktörler (Masten, 1994; Werner, 2000) ve öğretmenlerin destekleyici olması, arkadaşlarla yakın ve güvenilir ilişkiler kurulması, okul kültürü, kültürel ve sosyal duyarlılık, gibi toplumla ilgili koruyucu faktörler (Eminağaoğlu, 2006; Gizir, 2007; Kararımak, 2006; Donnon ve Hammond, 2007) olarak belirlenmiştir. Rutter (1999) ise koruyucu faktörler olarak kadın olmak, olumlu okul iklimi, kendine hakim olma, öz yeterlilik, planlama becerileri, yetişkinlikte sıcak yakın ilişki olarak belirlemiştir.

2.3. Aile Yılmazlığı

Aile, iki veya daha fazla bireyin bir arada ilişki kalıplarıyla oluşturduğu sosyal bir sistemdir (Patterson, 2002b). Aile sistemi duygusal, sosyal, fiziksel ve ekonomik destek için birbirine bağımlıdır (Hanson, 2001; Greeff ve Thiel, 2012). Tüm aileler yaşam

içerisinde sorunlarla veya stresörlerle karşılaşır. Stres etkeni aile sisteminde değişiklik üreten bir yapıdır (McCubbin ve McCubbin, 1996). Bireyler aile içerisinde sosyal destek ve yakınlık hissettiğinde stres verici yaşam olayları karşısında daha iyi uyum gösterip, olumlu değişimler yaşamaktadır (Seidmahmoodi vd., 2011).

Gelişimsel teorisyenler yaşam içerisinde stres verici olayların ve geçişlerin tüm aile bireyleri üzerinde etkisi olduğunu belirtmişlerdir (Carter ve McGoldrick, 1999). Bazı ailelerinin risk ve güçlükler karşısında işlevsel ve sağlıklı davranışlar sergilerken bazılarının başarılı olamaması araştırmacıların dikkatini çekmiştir. Kriz durumları aileler için dönüm noktasıdır ve aile yapılarında ve etkileşimlerinde önemli değişikliklere yol açmaktadır. (Patterson, 2002a). Kriz ve stres durumu karşısında aile işleyişi bozulabilir ve aile üyeleri arasındaki iletişim ve ilişkiler bu durumlardan olumsuz etkilenebilir (Walsh, 2002). Aile içinde yerleşmiş işlevsellik kalıpları bozulduğunda aile içerisinde uyumsuzluklar ortaya çıkabilir ve sonuç olarak aile bir kriz durumu ile karşı karşıya kalabilir (Danielson vd., 1993). Kimi aileler riskli durumlar ve stres verici yaşam olayları ile daha iyi başa çıkıp, güçlenerek çıkarken kimi ailelerde risk ve zorluklarla baş edemeyip, aile işleyişi bozulup dağılmaktadır.

Bir ailenin krizi tanımlama şekli kriz durumu ile nasıl başa çıkılacağı üzerinde önemli etkiye sahiptir. Walsh (1998) krizde anlam bulmanın önemi dikkat çekmektedir. Krizler ailenin pozitif yönde gelişmesini sağlarken aileyi iyileşmeye ve büyümeye teşvik etmektedir (McCubbin ve McCubbin, 1996). Bir krizi birlikte atlatan aile gelecekteki yaşayacakları zorluklar karşısında daha güçlü ve destekleyici olabilir (Walsh, 1998). Bu sebeple aile yılmazlığı bir kriz durumun üstesinden gelmekten daha fazlasıdır (Black ve Lobo, 2008). Yılmazlık sadece bireysel bir özellik olmaktan çok aile ve çift ilişkisinde de karşımıza çıkmaktadır. Tarihsel olarak yılmazlıkla ilgili araştırma yapan araştırmacılar özellikle çocuklar üzerinde yılmazlığı açıklamaya odaklanmışlardır. Zamanla araştırmacılar aile düzeyine kadar yılmazlık kavramını genişletmişlerdir. Aile yılmazlığı kavramı alanyazınında gelişmekte olan bir kavramdır ve temelinde ailenin güçlendirilmesi çalışmaları, patolojik bakış açısı, aile stresini etkileyen teoriler (Hawley, 2013; Hawley ve DeHann, 1996), ekolojik, gelişimsel ve sistemik bakış açısının ortaya koydukları bulunmaktadır (Walsh, 2006). Aile yılmazlığı zorluklarla başa çıkabilmek için ailenin kapasitesini güçlendirme, zorluklar ve krizler karşısında pozitif uyum göstermesidir (Hawley ve DeHann, 1996; Luthar vd., 2000; Walsh, 1996). Conger ve Conger (2002)

ise aile yılmazlığını bir ailenin kendine özgü rekabeti ve gelişim aşamasına yanıt olarak zaman içinde gelişen süreçler olarak kavramsallaştırmıştır.

McCubbin ve McCubbin (1996) ise aile yılmazlığını yaşamdaki geçişlerde stres ya da olumsuzluklarla başa çıkma, olumsuzluklar karşısında sıcaklık ve yakınlık gösterip destekleyerek üstesinden gelme olarak tanımlamaktadır (Black ve Lobo, 2008). McCubbin ve McCubbin (1998) yılmazlık modeline göre yılmaz aileler içinde bulundukları ilişki ağından yararlanarak olumsuz deneyimleri anlamlandırdıkları, esnek oldukları, sorunları çözerken kendi kaynaklarını kullandıklarını, sosyal destek ağlarının ve içsel kontrol odaklarının bulunduğunu belirtmiştir.

Hawley ve DeHann (1996) aile yılmazlığını ailenin şimdi ve zaman içerisinde yaşayacakları stres karşısında uyum sağlamak, büyümek ve gelişmek için ailenin izlediği yol olarak tanımlamıştır. Yılmaz aileler bağlam, gelişim düzeyi, risk ve koruyucu faktörlerin etkileşimi ve ailenin ortak bakış açısına bağlı olarak stres durumlarını olumlu şekillerde değerlendirip güçlenip geliştiği süreç unsurları üzerinde durmuştur. Aile yılmazlığı kavramında her ailenin kendine özgü bir şekilde yılmazlık geliştirdiği, stresin türüne göre ailedeki yılmazlık düzeyinin farklılaşabileceği, her ailede risk ve koruyucu faktörlerin farklı olduğu ve zaman içerisinde değişebileceği üzerinde durmaktadır (Hawley ve DeHann, 1996).

Patterson (2002b)'a göre aile yılmazlığı bir ailenin karşılaştığı riskli durumların ardından ailenin yenilenme gücüdür. Aileler travmaya veya olumsuz bir deneyime maruz kaldıktan sonra uyum sağlamak ve işlevsel hale gelmek için kullandıkları süreçleri dikkate almıştır. Bu sebeple yılmazlık bir özellik değil bir süreçtir ve kriz durumları aileler için dönüm noktasıdır. Ailenin yapısında ve etkileşimlerinde önemli değişikliklere yol açmaktadır. Stres verici yaşam olayları aileleri geliştirmekte ve işlevlerini arttırmaktadır. Kriz karşısında ailenin uyumu ve işlevselliğinde aile bireylerinin krizi ele alış ve yorumlama tarzlarının etkisi bulunmaktadır (Patterson, 2002b).

Walsh'ın (1996) aile yılmazlığı kavramına bakışı sistematik ve bütünseldir. Walsh'ın aile yılmazlığı modeli ekolojik, sosyo-kültürel ve gelişimsel bakış açılarını birleştirip çok kuşaklı yaşam döngüsünde gelişen açık bir sistemdir. Aile yılmazlığına ilişkin yaklaşımını ilişkisel yılmazlığa dayandırarak açıklarken aile süreçlerinin de önemi üzerinde durmuştur. Ailenin zaman içinde stresle nasıl başa çıktığıyla ilgili gelişimsel bir perspektif ortaya koymaktadır. Her ailenin stresle başa çıkma biçiminin benzersiz olduğu

ve yılmaz aileler için tek bir model olamayacağını öne sürmüştür. Risk ya da olumsuz durumlarla karşılaşıldığında içsel ve dışsal faktörlerle ailenin başa çıkması ve uyum sürecine girmesi olarak tanımlanmaktadır. Walsh (2005)'e göre aile yılmazlığı, stresli olaylarla baş etmekten, olumsuz olayların üstesinden gelmenin daha fazlasıdır. Aile, stres verici yaşam olayları ile karşılaştığında yılmazlık olarak güçlenmekte ve zorlukların üstesinden gelme yeteneği artmaktadır. Aile yılmazlığı kişisel ve ilişkisel olarak değişimin ve büyüme potansiyelinin olduğu bir alandır.

Walsh'a (1996) göre ailenin yaşam krizinin üstesinden gelmesi işlevselliğinin göstergesidir. Aile içindeki süreçlerin işlevselliği ve kriz sonrasında iyileşme, büyüme ilişkinin yılmazlık üzerindeki etkisine dikkat çekmiştir. Ailedeki süreçlere odaklanarak oluşturduğu modele göre yılmazlığı sağlayan süreçler:

- 1) İnanç sistemleri (riski ve stresi değerlendirme, birleştirici değerler, maneviyat, değerler, ritüeller, olumlu bakış açısı geliştirme ve zorluklardan anlam çıkarma, güçlü yönler odaklanma)
- 2) Organizasyon kalıpları (esneklik, karşılıklı destek, yakın ilişki ve güven, kişisel farklılık ihtiyaçlara saygılı olmak, etkili liderlik, bağlılık, sosyal ve ekonomik kaynaklar)
- 3) İletişim süreci (açıklık, duyguları net ifade edebilme, empati, mizah, hedeflere odaklanma, işbirlikçi problem çözme, sorunları ve krizleri önleme).

Kaner ve Bayraklı (2010) aile yılmazlığının dört boyutuna değinmiştir. Bunlardan ilki mücadelecilik-meydan okuma; birey zor durumlarla mücadele edebilmesi ve zorlukların üstesinden gelmesidir. Diğer boyut öz yetkinlik ise bireyin kendisini değerli algılamasıdır. Üçüncü boyut olan yaşama bağlılık, hayata karşı pozitif bakış açısı ve katılımdır. Dördüncü olarak kontrol ise bireyin kendi yaşamındaki kontroldür.

2.3.1. Koruyucu Faktör Olarak Aile

Tüm aileler zorluklardan geçer ve ailelerin doğasında güçlü yönler odaklanma ve büyüme potansiyeline sahip olduğu inancı vardır (Defrain ve Asay, 2007; Black ve Lobo, 2008). Koruyucu faktörler uyumun, bütünlüğün, aile işleyişinin devam etmesi ve gelişimsel görevlerin yerine getirilmesine aracılık eden süreçlerdir (McCubbin ve McCubbin, 1993). Aileler genellikle yılmaz bireyler için önemli bir koruyucu faktördür. Hawley'e (2000) göre iki aile aynı risk faktörleriyle karşı karşıya kalsa bile yılmazlığı

sağlayan kaynaklar her ailede kendine özgüdür ve koruyucu faktörler olumsuz durum karşısında tampon görevi üstlenir.

Yılmazlıkla ilgili yapılan araştırmalarda ebeveyn ve çocuk arasındaki uyum, aile ritüellerinin sürdürülmesi, problemlerin proaktif olarak ele alınması, bebeklik ve ergenlik döneminde boşanma olmaması, anne ve çocuk arasındaki bağlanma, aile içerisinde gösterilen sıcak ve istikrar (Garmezy, 1993; Bernard, 1995), pozitif etkileşimler, bakım, sevgi ve tutarlı şekilde disiplin (Rutter, 1979; Werner ve Smith, 1982), aile üyeleri arasındaki duygusal destek, ortak zaman geçirme ve ev işlerine yardım, net sınırlar ve kurallar, sosyal çevre ile temas (Gordon Rouse vd., 2000), aile içi ve dışı sosyal destek, aile üyelerinin krize karşı tutumu, ekonomik güvence, krizi yeniden formüle etme, maneviyat (Greef ve Van Der Merwe, 2004) gibi faktörler aile yılmazlığı için önemli koruyucu faktörlerdir. McCubbin ve McCubbin (1988)'e aile yılmazlığını güçlendiren özellikleri dengeli ilişkiler kurmak, iletişim becerisi, uzlaşma, ekonomik durumu yönetebilme, sağlık, kişilik, sosyal destek ağı, rutinler, özel günlere önem verme ve kutlama, gelenekler olarak belirlemiştir.

Stinnett ve Defrain'nin (1985) oluşturduğu “Aile Güçleri Modeli”ne göre ailenin güçlü yönlerini altı temel özellik ile kavramsallaştırmıştır. Bu özellikler; (a) aile içi bağlılık, (b) aile üyelerinin birbirlerini takdir etmesi ve üyelerin birbirine karşı sevgisi, (c) olumlu iletişim, (d) birlikte geçirilen hoş zaman, (e) maneviyat ve bağlılık, (f) stres ve krizle başa çıkma yeteneğidir.

Walsh (1998)'a göre aile içerisindeki olumlu inançlar ve değerler, role uyum sağlama, etkili iletişim ve problem çözme gibi aile işlevselliği özelliklerinin yılmazlığı etkileyen temel koruyucu faktörlerdir. Black ve Lobo (2008) ise ailelerde yılmazlığı etkileyen koruyucu faktörleri; olumlu görünüm, maneviyat, aile içinde uyum, esneklik, aile içi iletişim, ailenin finansal durumu, aile ile zaman geçirme, eğlence, rutin ve ritüeller, destek ağları olarak belirlemiştir. Patterson (2002b) ise aile içi bağlılık, esneklik, etkili iletişim ve krize anlam vermenin aile yılmazlığına katkıda bulunduğunu belirtmiştir.

Ailenin uyumu, aile yılmazlığının gelişmesini olumlu etkilemektedir. Ailenin uyumlu olması krizlerle etkili şekilde baş edebilmesi için üyelere güven verir (McCubbin vd., 2002). Kişisel özellikler, güçlü evlilik ilişkisi ve engelli çocuğun olumlu özellikleri (Li-Tsang, 1999), ekonomik durum, benlik saygısı, kontrol odağı, aile ve sosyal ilişkileri,

profesyonellerden yardım ve dini inançlar (Bennett ve Deluca, 1996; Knussen ve Sloper, 1992) aile uyumunu destekleyen hayati faktörlerdir. Yeni şeyleri tecrübe etmeye yatkınlık, öğrenmeye ve yeniliğe açık olan aileler daha yüksek düzeyde aile uyumu göstermektedir (Ahlert ve Greff, 2012). Walsh (2003)'e göre karşılıklı destek, aile içi işbirliği ve bağlılık aile uyumunu desteklemektedir. Güçlü bütünlük ve bağlılık duygusuna sahip ailelerin kriz döneminden sonra daha kolay uyum becerileri ortaya koyduğu ve krizden sonra daha yüksek düzeyde yeniden örgütlendiği tespit edilmiştir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Üyelerin birbirine karşı bağlılık hissettiği, zor yaşam olaylarının birlikte üstesinden geldiği ailelerde daha yüksek aile uyumu vardır (Ahlert ve Greff, 2012). Ebeveynlik tarzı olarak uyumlu ailelerin yaklaşımları çocuğa da yansımaktadır. Çocukluk ve ergenlik döneminde ailelerin çocuklarına gösterdikleri şefkatli ve ilgili yaklaşımı çocukların hayatlarındaki olumsuzlukların olumsuz etkilerinden korumaktadır (Masten, 2001). Yetkili ebeveynlik tarzı; sıcak ve destekleyici beklentiler, açık ve net iletişim olarak karakterize edilir. Tutarlı şekilde uygulanan bu tür ebeveynlik ve disiplin çocuklar açısından çaba, başarı ve yetişkinlikte yılmazlık gelişimi gibi olumlu sonuçları bulunmaktadır (Conger ve Conger, 2002; Luthar, 1999; Masten, 2001). Çocukluk ve ergenlik döneminde yaşanan etkili ebeveynlik yalnızca yakın dönemdeki olumsuzluklara karşı yılmazlığı değil aynı zamanda yetişkinlik dönemindeki ebeveyn ve romantik partner olarak olumlu uyumların zeminini oluşturmaktadır (Conger ve Conger, 2002). Ailenin uyum düzeyi içinde yaşadığı toplumdan ne derece destek aldığı ile ilişkilidir. Toplum içinden destek arttıkça ailenin uyumu artmaktadır (Ahlert ve Greff, 2012). Silberberg (2001) aile içindeki desteği yardım etmek, cesaretlendirmek, güven vermek ve birbirini kollamak olarak tespit etmiştir. Yaptığı araştırmanın sonucunda aile içindeki olumlu iletişim ve sosyal desteğin aile uyumu ve yılmazlığı pozitif yönde etkilediği görülmüştür.

İletişim aile işleyişinin önemli bir yönüdür ve iletişim becerileri aile düzeyinde hayati bir öneme sahiptir. İletişim ailelerde aile üyelerinin kendileri ve dış dünyayla ilişkilerini nasıl algıladıkları ve karşılaştıkları zorlukları nasıl anlamlandırdıkları ile ilgili başa çıkma sürecinin merkezinde yer alır (Patterson, 2002a, 2002b). Aile içindeki iletişim kalıpları çekirdek ailenin işlevlerini yerine getirirken birlik ve yılmazlık olarak ortak bir nokta buluşmanın aracıdır (Patterson, 2002b). Ailelerin beklenmedik zorluklar karşısında birbirlerine karşı sıcak ve destekleyici aile etkileşimleri ve iletişimleri yılmazlığı desteklemektedir (Black ve Lobo, 2008). Kriz zamanlarında ailenin kendini

toparlayabilmesi için aile içi etkileşimleri arttırma en önemli iyileşme faktörüdür (Conger ve Elder, 1994). İletişim, ebeveynler ve çocuk arasındaki duygusal bağın ayrılmaz bir parçasıdır. Duyguların açık bir şekilde ifade edilmesi işlevsel ailelerde üslup, davranış, kelimeler, iletişim kalıpları ile ifade edilir. Aile üyeleri duygularını yargılanmadan ifade ettiklerinde aile içinde güven ortamı oluşur (Black ve Lobo, 2008). İyi iletişim becerileri dengeli ailelerin uyum ve yılmazlık düzeylerinin daha etkili şekilde değişmesi ve düzenlenmesine olanak tanır (Olson, 1993). Ailenin uyumu, onaylayıcı iletişim kalıpları ile olumlu seyrederken, örseleyici iletişim kalıplarının kullanıldığı ailelerde ailenin uyumu olumsuz etkilenmektedir. Ailenin kendi içinde kaliteli iletişim kalıpları geliştirmesi stresli olayları yönetmeyi, uyum ve aile işlevselliğini olumlu etkilemektedir (McCubbin ve McCubbin, 1996). Ailenin yılmazlık düzeyi üyelerin kendini ifade etme, duygularını açıkça söylemesi ile ilişkilidir. Aile üyeleri arasında kendini ifade etmenin ve kendini açmanın zor olduğu durumlarda ilişkide sessizlik, izolasyon ve yalnızlık duyguları görülmüştür. Bu tip aileler kendilerini düşük yılmazlık düzeyi ile nitelendirmiştir (Cohen vd., 2002).

Walsh (2002)'a göre iç içe geçmiş kaynaşmış aileler üyelerin özerkliğini aile sistemine karşı tehdit olarak algılar. Çocukların kendilerini ifade etmesine, aile sınırları dışındaki girişkenliklere ket vururlar. Walsh (1998)'e göre aile yılmazlığında iletişimin üç bileşeni vardır;

- (a) açıklık; söz ve eylemlerde açık ve tutarlı mesajın gönderilmesi, belirsizlikleri netleştirme ihtiyacının farkındalığı
- (b) açık duygusal ifade; karşılıklı empati, farklılıklara karşı hoşgörü, duyguların paylaşılması
- (c) işbirlikçi problem çözme; sorunlarla başa çıkmak için seçenekleri tanımlama ve bunları aşmak için ortak çalışmayı içerir.

Sağlıklı ve işlevsel ailelerde iletişim doğrudan ve açık bir şekildedir. Ebeveyn işlevselliğinin olduğu ailelerde fikirleri açıklamaya teşvik edici kendini düşüncelerini açıklamaya yönlendiren bir ortam söz konusudur (Lindsey ve Mize, 2001). İşlevsel aileler geri çekilme, eleştiri ve suçlamadan kaçınırlar. Sorun çözülünce yeniden bağlanma, rahat ve güvenli aile ortamı inşaa etmek ve aile dengesini korumak için uzlaşmak önemlidir (Kelly ve Emery, 2003).

Ergenlik döneminde iletişim ve problem çözme becerilerinin kazanılması uzun vadede başarılı ilişkiler ve duygusal refahı desteklemektedir (Conger ve Conger, 2002). Aile içerisinde problem çözme ve çatışmalarla mücadele etme aile yılmazlığını geliştirmektedir (Walsh, 2003). Çocuklar genellikle çatışmalarla nasıl başa çıkacaklarını ebeveynlerini gözlemleyerek öğrenir. Çatışmalar, medeni ve karşılıklı saygı çerçevesinde ele alındığında çocuklar yaşamı boyunca barışçıl müzakere becerilerini modelleyebilir (Black ve Lobo, 2008). Sorunlar ve krizler aile sisteminin bir gereğidir. Sorunları ve çatışmaları işbirlikçi şekilde çözmeye çalışmak yılmaz ailelerin temel noktasıdır (Lindsey ve Mize, 2001). Aile içindeki çözülmemiş çatışmalar benzer zorluklarla karşılaşıldığında tekrar gündeme gelebilir. Geçmiş yaşantılardan getirilen sorunlar, gelecekteki beklentileri ve korkuları etkiler. Anlık durumları geçmiş olaylarla birleştirebilir ve geçmişe odaklanabilir veya duygusal olarak acı veren anılara dönebilir (Walsh, 2005). Yılmaz aileler çatışmayı iyi yönetme becerisine sahip olmaları ve çatışmayı yönetirken iletişim ve sorun çözme becerilerine önemli ölçüde bağlı olması bakımından yılmaz olmayan ailelere göre ayırt edilebilir (Mackay, 2009).

İnanç sistemleri, ailenin zor koşullardan anlam çıkarıp olumlu bakış açısı geliştirmesine yardımcı olurken aile yılmazlığını katkıda bulunmaktadır (McCubbin ve McCubbin, 1996; Walsh, 2003). Ailenin işleyişinin merkezinde yer alan inanç sistemleri; değerleri, tutumları, inançları, önyargıları, varsayımları kapsar ve duygusal tepkileri tetikleyen eylemleri de şekillendirir (Walsh, 1998). Ailenin baskın inançları kriz zorluklarla nasıl başa çıkacağını etkilemektedir. İyi işleyen aileler, geçmişte yaşanan kriz ve zorlukları anlama ve geleceğe yönelik farklı bir yöntem geliştirme kapasitesine sahiptir. Yılmaz aileler aynı zamanda sebat, umut, iyimserliğin sürdürülmesi ve güven ile zorlukların üstesinden gelebilir (Hawley ve DeHann, 1996).

2.3.2. Risk Faktörü Olarak Aile

Risk faktörleri bireylerin yaşamında işlevselliğini olumsuz etkileyen (beklenmedik olaylar) önemli durumlardır (Patterson, 2002b). Risk faktörleri bir noktada kişinin duygusal ve davranışsal sorun geliştirme olasılığını arttıran faktörlerdir (Garmezy, 1985). Risk faktörleri sıklıkla birlikte ortaya çıkar ve ortaya çıktıklarında daha üst riskler taşıyor gibi görünürler (Masten vd., 1990).

Ailelerin içinde bulunduğu durum da bir risk faktörü olabilir. Kronik aile olumsuzluklarına maruz kalmak çocuklar üzerinde olumsuz etkisi bulunmaktadır

(Garmezy, 1993). Şiddetli evlilik geçimsizliği, annedeki psikolojik rahatsızlıklar, aşırı kalabalık aile ortamı sınırlı ebeveynlik, düşük anne eğitimi, düşük sosyo-ekonomik durum, aile istikrarsızlığı (Rutter, 1979), ebeveyn ölümü, boşanma, yoksulluk, akıl hastalığı (Luthar, 1991), engelli çocuğa sahip olma (Heiman, 2002), tek ebeveynle yaşamak (Sullivan vd., 2011), aile içerisinde madde veya alkol kullanımı (Lum, 2008), ani ve travmatik ölüm (Greef ve Human, 2004) aile için risk faktörleridir.

İleriye dönük çalışmalar genellikle risk etkisini destekler, yani risk grubu arasında daha fazla sorun gözlemlenmektedir (Masten vd., 1990). Erken çocukluk döneminde ciddi yoksunluk veya travmanın bilişsel gelişim ve stres sistemleri üzerindeki etkileri üzerine yapılan araştırmalarda olumsuzlukların temel insan adaptif sistemlerinin gelişimi üzerinde derin potansiyel etkilerini göstermektedir (Gunnar, 2000). Çalışmaya göre erken çocuklukta çatışmalı ve tutarsız ebeveynlikle başlayan ve ilerleyen yaşlarda akranlar tarafından reddedilme ve akademik başarısızlıkla devam eden süreçteki çocuklar, suçlu davranışlara daha fazla eğilim göstermektedir (Patterson vd., 1989). Bu çalışmayı destekleyen başka bir çalışmaya göre katı ve otoriter ebeveynlik tarzı olan ailelerde büyüyen çocuklar, ileride ciddi davranış problemleri yaşamakta, düşük başarı ve daha az yılmazlık becerileri gibi sorunlarla karşılaşmaktadır (Lindsey ve Mize, 2001). Başka bir araştırma göre ise genç yaşta ebeveynlerin hastalığına veya istismar gibi stresli yaşam olayları ile karşılaşan bireyler ileri ki yıllarda sosyal ve duygusal problemler yaşama olasılıkları yüksektir (Richardson, 2002). Büyürken ebeveynleri arasında şiddete maruz kalan çocukların yetişkinlikte fiziksel olarak saldırgan olma ve kurban olma rollerinin yüksek olduğu görülmektedir (Q'Leary ve Cascardi, 1998).

Aile alanındaki bazı araştırmalar, çocukların üretken ve yılmaz yetişkinler olmak için kendi ailelerindeki olumsuz koşulların üstesinden nasıl geldiklerine odaklanmıştır. Valentine ve Feinauer (1993) cinsel istismardan kurtulan 22 yetişkin kadınla görüştü ve aileleri dışında duygusal destek bulma çabaları, güçlü özsaygı, dine ve maneviyata bağlılık, içe dönük kontrol odağı kadınların istismarın etkilerinin üstesinden gelmelerindeki önemli faktörler olduğu görülmüştür. Wolin ve Wolin'nin (1993) alkoliklerin çocukları ile yaptığı çalışmaya göre bazı çocuklar yedi esneklikten en az birini geliştirerek ailelerin neden olduğu potansiyel zarardan korunmalarını öneren "Meydan Okuma Modeli"ni geliştirdi. Modele göre; içgörü, bağımsızlık, ilişkiler, inisiyatif alma, mizah, yaratıcılık ve ahlak potansiyel zararlardan koruyan faktörlerdir. Wyman ve ark. (1992) stresli yaşam olayları ve ebeveynlerinin değerlendirmeleri

temelinde strese karşı yılmaz özellikler gösteren ve stresten etkilenen olarak gruplanan 10 ile 12 yaş arası çocuklarla yapılan çalışmaya göre yılmaz gruptaki çocukların, stresten etkilenen gruptaki çocuklara göre daha istikrarlı aile ortamına ve ebeveynleriyle daha sefkatli ilişkileri, tutarlı aile disiplinlerine sahip olduğunu bildirmiştir. 1970'lerden beri yüksek riskli ortamlarda yetişen pek çok çocuğun içinde bulunduğu çevrenin özelliklerini yansıtmadığı, üretken ve sevgi dolu bireyler olmak için gelişip büyüdüklerini gösteriyor (Luthar vd., 2000). Rutter (1987) olumsuz çevre koşullarına maruz kalmış ve travma geçirmiş çocukların yaklaşık yarısının bu durumları aştığını ve sevgi dolu üretken hayatlar sürdüğünü tespit etmiştir.

2.4. İlişkisel Yılmazlık

İşleyen bir ortaklık olan evlilik dinamik bir süreçtir (Bowen ve Kerr, 1988). Evlilik ilişkisi bir eşin yaşadığı yaşam olayından diğer eşin de etkilenmesidir (O'Brien ve Delongis, 1997). Evlilikte her iki eşinde bir birey olarak kalmaya çalışırken ben ve biz kavramıyla mücadelesiyle ilerleyen bir yolculuktur. Dolayısıyla evlilik süreci bireyleşme ve aidiyet arasında diyalektik bir süreçtir. Bu yolculukta her iki eş ve onların ayrı ayrı davranış kalıpları, birbirlerine karşı nasıl davrandıklarından etkilenmektedir (Lederer ve Jackson, 1968 akt., Venter ve Synders, 2009). Tanımı gereği kapalı bir sistem olmayan evlilik etkileşim ve iletişimin had safhada olduğu bir birimdir. Sistem perspektifine göre bireyin ait olduğu tüm sistemlerden etkilenmesi beklenmektedir. Bir partnerin stresi ilişki içerisinde diğer partneri ve çift sistemini de etkilemektedir. Bir partnerin refahı ve tatmini diğer partnerin refahından ve tatmininden de etkilenmektedir. Sonuç olarak evlilik bütünü oluşturan parçaların daha fazlasıdır (Whitaker, 1989).

Çiftler hayatlarının bir noktasında sıklıkla evliliklerinde sıkıntı yaşamaktadır (Bradley ve Hojjat, 2017). Birçok çalışma evlilik içerisinde stres verici birçok durumun yaşanabileceği ve durumların ilişki kalitesini ve evlilik doyumunu olumsuz etkileyebileceğini göstermiştir (Li ve Wickrama, 2014; Karney vd., 2005; Williams, 1995). Evlilik içerisinde çiftler sıkıntı yaşasa da stresle başa çıkma ve olumsuz deneyimleri anlamlandırma süreci için biraz zamana ihtiyaç duymaktadır (Zautre, vd., 2010). Sorunlar karşısında çiftlerin kendilerini iyi bir şekilde ifade etmeleri, karşılıklı iletişim ve birbirlerine açık olmaları önemlidir (Gonczarowski vd., 2019). Çiftlerin zorlu yaşam olayları karşısında birbirlerine destek olması stresle başa çıkmaları yönünde önemli etkisi vardır (Afifi, 2018). Zorlu koşullar çiftlerin potansiyellerini keşfetmesi, birlik ve beraberlik duygusunun artması, ilişkilerini güçlendirmesi ve olumsuz

durumlarda birbirlerine güvenmeleri noktasında önemli bir fırsattır (Graham ve Conoley, 2006; Story ve Bradbury, 2004). Çiftlerin zorluklara karşı baş etme biçimleri ve ilişkide nasıl toparlandıkları ilişkisel yılmazlığı göstermektedir (Conolly, 2005).

Aile yılmazlığında zorlu yaşam olayları karşısında tüm ailenin başa çıkabilmesi önemliyken, ilişkisel yılmazlıkta çiftlerin kriz durumu karşısında başa çıkma becerileri önemlidir (Afifi, 2018; Walsh, 2002). Venter ve Snyders'a (2009) göre yakın ilişkilerde yılmazlık çiftin zorluklar karşısında dayanma yeteneğidir. Sistem olarak çiftin zorluklarla baş edebilmesi ve zorlu süreçlere karşı daha becerikli davranması içeren ilişkisel süreçlerdir.

Başka bir tanıma göre stresli yaşantılar, travmatik deneyimler ve yabancılaştırıcı sosyo-kültürel baskılarla karşılaşıldığında gelişimi destekleyecek şekilde ilişkiler kurabilme (Jordan, 2005) ve yaşantılara karşı korunmak için çiftin ortaya koyduğu potansiyel bir güç olarak (Conolly, 2005) olarak tanımlanmaktadır. Conolly'e (2005) göre ilişkisel yılmazlığın bazı özellikleri vardır. Bunlar; (a) ilişkiye kişisel bağlılık, (b) ilişkileri oluşturmada yenilik, (c) ilişkide kimliklerin uyumu (d) ilişkisel denge, (e) karşılıklı bağlılıktır.

Evliliklerde zorluklara karşı çiftlerin birlikte mücadele etmesi ilişkiyi daha da güçlendirmektir. Çiftler arasındaki güçlenen ilişki olumsuz yaşam olayları karşısında daha dirençli hale gelebilir (Aydoğan ve Kızıldağ, 2017). İlişkisel yılmazlık, yaşamlarında zorluk yaşayan çiftlerin korunduğu stres faktörlerinin işlevselliğidir ve stres faktörlerine karşı koruma çiftleri aynı zamanda risk faktörlerine karşı da korumaktadır (Conolly, 2005). Stres verici yaşam olayları karşısında dengenin sağlanabilmesi, çiftlerin ilişkisinin güçlenmesi ve dış dünyadaki zorlukların etkilerini hafifletme açısından ilişkisel yılmazlık çiftlerin ilişkileri için önemli bir manevra becerisinin temelidir (Venter ve Snyders, 2009). Bir ilişkide çiftler stresli yaşam olayları ile karşı karşıya kaldıklarında birbirlerine daha çok ihtiyaç duyar. Evliliğe karşı yapılan atıflar stres etkenleri ve evlilik kalitesi arasında ilişkide düzenleyici bir rol üstlenmiştir. Evliliğe karşı olumlu atıflarda bulunan çiftler eşlerini destek kaynağı olarak görürken, stresli olaylar karşısında ilişkilerini başa çıkma kaynağı olarak değerlendirmektedir. (Graham ve Conoley, 2006). İhtiyaçlar karşısında eşlerin daha iyi anlaşılma istemesi ilişkisel yılmazlıkta çiftlerin beraber güçlenebilmesi açısından önemlidir (Jordan, 2005). İlişkisel yılmazlıkta zorluklarla başa çıkarken çiftlerin birlikte mücadele etmesi önemlidir. Çiftlerin kriz

karşısındaki birliktelik ve beraberlik duygusu ilişkinin derinleşmesini sağlarken gelecekteki zorlukları birlikte aşma noktasında çiftlere güven vermektedir (Walsh, 1996).

Luthar'a (2006) göre yılmazlığın temel kaynağı ilişkilerdir. Bireysel olduğu kadar ilişkisel bir süreçtir. İnsanlar başka insanlarla kurduğu iletişim biçimiyle zorlukları tecrübe eder, anlamlandırır ve yorumlar (Kellas ve Tress, 2006). Aile ya da evlilik içerisinde çiftlerin uyumlarını olumsuz etkileyen yaşam olayları vardır. Bu yaşam olaylarına risk faktörü denir. Stresli yaşam olayları bağlamdan etkilenmektedir (Walsh, 2002). Birçok araştırma evlilikte meydana gelebilecek farklı stres kaynaklarına dikkat çekmektedir. Çocuk sahibi olamama (Peters vd., 2011), engelli bir çocuğa sahip olma (Aydoğan ve Kızıldağ, 2017), kronik rahatsızlığı olan bir çocuğa sahip olma (Lee, vd., 2003), ekonomik sıkıntılar yaşama (Masarik vd., 2016), kanser teşhisi konması (Lim vd., 2014), eşiyle farklı aile yapılarına sahip olma (Aydoğan ve Dinçer, 2020), stres faktörleridir. Bu koşullar evlilik ilişkisinin güçlenmesini ve ilişkideki potansiyellerin gelişimi için bir fırsat sağlayabilir, bireylerin kaynaklarını keşfederek büyümeye temel oluşturabilir (Walsh, 1996 ; Story ve Bradbury, 2004).

Güçlü ve sağlıklı romantik ilişkilerde eşlerin büyümeyi destekleyen bağlantılar kurması gerekir. Büyümeyi destekleyen ilişki kavramı ilişkisel yılmazlığın bir parçasıdır (Jordan, 2005). İlişkisel Kültürel Teoriye göre destekleyici ilişkilerde beş önemli koşuldan bahsedilmiştir. Bunlar; zevk, değer duygusu, açıklık, üretkenlik ve daha çok bağlantı isteğidir (Miller, 1986). Araştırmalar bazı koruyucu faktörlerin evlilikte yılmazlığı destekleyebileceğini tespit etmişlerdir. Partnere karşı iyimser olmak, uyum konusunda olumlu tutum sergilemek, karşılıklı ihtiyaçları önemsemek, birbirini mutlu etmek için çaba göstermek (Sanford vd., 2017) karşılıklı destek olmak (Peters vd., 2011), partner desteği sağlamak (Aydoğan ve Kızıldağ, 2017), ikili olumlu başa çıkma davranışları sergilemek (Aydoğan ve Özbay, 2018), etkili problem çözme becerileri kullanmak (Masarik vd., 2016) koruyucu faktörlerdir. Az da olsa bazı araştırmalar evlilikte gösterilen ilişkisel yılmazlığın evlilik doyumunu arttırarak ilişki üzerinde olumlu etkiye sahip olduğunu bildirmişlerdir (Bradley ve Hojjat, 2017; Neff ve Broad, 2011).

Yılmazlık ilişkideki özelliklerden daha fazlasıdır. İlişkisel yılmazlık dinamik ve çok değişkenli bir süreç olmakla beraber ilişki sistemini etkileyen birçok süreci de içinde barındırır. Yılmazlık süreç içinde önceki etkileşimlerle veya geçmiş deneyimlerle şekillenen ikili bir süreçtir. Çiftlerin ilişkide yaşadıkları zorlukların ve problemlerin

temeli geçmiş deneyimleri ve çocuklukta yaşadıkları sorunlarla ilgili olabilir (Greff ve Van der Merwe, 2004; Yorgasan vd., 2007). Yılmazlık gelişiminin temelleri köken ailede atılmaktadır (Anda vd., 2006). Bireysel özelliklerin yanı sıra aile işlevselliğinin de yılmazlık üzerinde etkisi vardır (Carr, 2012). Aileler genel olarak stresli yaşam olayları ile karşılaştıklarında yaşadıkları olumsuz deneyimler sistem yaklaşımına göre aile sistemini etkileyerek işlevselliği azaltabilir. Olumsuz erken yaşam deneyimleri ileri ki yıllarda depresyonun artmasına (Parker, 1983), stres ve diğer psikopatoloji türlerine neden olmaktadır (Heim ve Nemeroff, 2001; Richardson, 2002). Bireylerin yılmazlıklarındaki farklılıkların temelinde yaşamları boyunca ailenin strese karşı yaklaşımı ve yorumlama şekliyle ilişkilidir (Carr, 2012). Aileler çocuklara kendi duygularını nasıl düzenleyeceklerini, stresle nasıl başa çıkacaklarını ve zorluklara nasıl uyum sağlayacaklarını iletişim yoluyla öğretirler (Afifi ve Nussbaum, 2006; Reiss, 1981). Aile içerisinde dengeli bir uyum ve esnekliğin olması aile işleyişini kolaylaştırarak bireylerin yılmazlığına katkı sağlamaktadır (Olson, 2000). Uyum ve esneklik dengesi olan aileler olumsuz yaşam olaylarına karşı bireysel ve ilişkisel yılmazlık için temel oluşturabilir. Aile üyeleri destekleyici ve sıcak bir aile ortamında küçük çaplı zorluklarla başa çıkabildiğinde ilerideki hayatında da stresi etkili bir şekilde yönetebilir.

Kişinin oluşturduğu çekirdek ailesiyle birlikte bireyin kök ailesinden getirdiği olumsuz yaşam deneyimlerini tekrar gündeme getirebilir. Bu deneyimleri yönetme ve baş etme becerilerini evlilik süreci içinde tekrar revize etmesi gerekir (Luecken ve Gress, 2010). Yakın kişiler arası ilişkilerde çiftlerin yakın, sıcak ve destekleyici tarz geliştirmesi çiftleri yılmazlığa teşvik eden bir argüman sağlayabilir (Luecken ve Gress, 2010). Destekleyici ve yakın evlilik ilişkisi çiftlerin güçlükleri yeniden yorumlamasına ve başka insanlara olan inançları yeniden kazanmasına olanak sağlayabilir (Schaefer ve Moos, 1992; McMillan, 1999, 2004).

2.4.1. İlişkisel Kültürel Teori

İlişkisel Kültürel Teorinin (İKT) kökleri Miller'in (1976) yayınladığı "Toward a New Psychology of Women" kitabına dayanmaktadır. Kitap, 1970'lerde feminist teorileri temel alarak kültürün ve baskının kadınların gelişimi ve psikolojisi üzerine etkileri, güç eşitsizliği ve kadına yönelik toplumsal algıyı vurgulamaktadır (Miller, 1986). Kadınların gelişimine yönelik yeni bir anlayış öneren yaklaşım gelişim psikolojisi ve klinik uygulamaları yeniden inceleyerek kuramın temellerini oluşturmuşlardır (Jordan ve

Hartling, 2002). Uzun yıllar kadınların psikolojisini anlama üzerine kurulan teoriye zamanla erkekler de dahil edilmiştir (Jordan vd., 2004). Çağdaş psikodinamik yaklaşımlardan da etkilenen İlişkisel Kültürel Teori psikodinamik yaklaşımlar gibi duyguların ifade edilmesine, kişiler arası ilişkilere, travmatik ve rahatsız edici yaşam deneyimlerinin tanımlanmasını içeren müdahale tekniklerine de odaklanmaktadır (Blagys ve Hilsenroth, 2000). İlişkisel Kültürel Teori tüm kişiler arası süreçleri ilişkisel bir bakış açısıyla ele alır. İKT hem içsel süreçleri hem de ilişkisel dinamikleri incelemenin geleneksel yollarının aksine alternatif bir bakış açısıdır (Comstock vd., 2010).

İlişkisel Kültürel Teori, kişinin kültürel bağlam içerisinde bağlantı (ilişkiler) yoluyla geliştiğini vurgular. Yaklaşım, gelişimin amacı olarak ilişkilerin sağlıklı bir şekilde genişlemesi ve derinleşmesine vurgu yapmaktadır (Miller ve Stiver, 1997). İnsanlar büyümek, değişmek, açılmak, dönüşmek ve iyileşmek için bağlantı halinde olması gerekmektedir (Jordan ve Hartling, 2002). Tüm ilişkiler sosyal ve kültürel bağlam içerisinde inşaa edilmekte ve tanımlanmaktadır (Hartling, 2008). Başkalarıyla kurulan anlamlı ve paylaşım içeren bağlantının sağlıklı bir benlik duygusu gelişimine yol açtığı varsayımı üzerine kurulan teoride farklılaşmaya dikkat çekmektedir (Jordan, 2010). Başkalarıyla kurulan anlamlı ve karşılıklı kurulan bağlantılar hissedilen benlik duygusunun büyümesini desteklemektedir (Miller ve Stiver, 1997). Özerklikten ziyade ilişkilerin gelişimi ve birliktelik yoluyla yaşam boyu gelişimi ön plana çıkarmaktadır (Jordan vd., 2004).

Jordan'a (2000) göre İlişkisel Kültürel Teori'nin temel fikirleri;

- 1) İnsanlar yaşamları boyunca ilişki yönelimlidir ve ilişkiyle gelişim göstermektedir.
- 2) İlişkisel farklılaşma büyüme ile karakterize edilmektedir.
- 3) Büyümeyi destekleyen ilişkiler doğasında karşılıklı empati ve güçlendirmeyi barındırmaktadır.
- 4) Büyümeye teşvik eden ilişkinin gelişimi tüm insanların katkısı ile gerçekleşmektedir. İlişkilerin doğası iyiye doğru yönelimlidir.
- 5) Özgünlük ve katılım ilişkilerin katılımı için gereklidir.

İlişkisel Kültürel Teori tüm kişiler arası süreçlere ilişkisel bir mercekten bakar. İKT'ye göre birey, yaşamı boyunca büyümeyi teşvik eden ilişkilerini merkeze almaktadır. Bireyin yaşamı boyunca ilişkileri nasıl kurduğu, dahil olduğu ve ilişkiyi sürdürmesine

yönelik süreçlere dikkat çekmektedir (Hartling, 2008). Büyüme, bağlantı içerisinde gerçekleşirken sağlıklı bir gelişim için kişinin yaşamı boyunca büyümeyi destekleyen ilişkilerinin oluşumunu önemsemektedir (Jordan ve Hartling, 2002; Hartling, 2008). Büyümeyi teşvik eden ilişki için dört temel özellik belirlenmiştir. Bunlar; a) karşılıklı bağlılık, empati, katılım, etkileşim b) ilişkide özgünlük ve partnere etkisinin farkında olma c) ilişkideki eyleme geçme gücü d) ilişkideki çeşitliliği ve çatışmayı ifade etme yoluyla ilişkiyi güçlendirme (Jordan ve Hartling, 2002; Jordan vd., 2002; Miller, 1976). Kişinin önemli gördüğü ilişkilerin bu dört nitelikten yoksun olması kişiler arası bağlantı eksikliğine ve kişinin kendisini izole etmesine yol açmaktadır (Jordan ve Dooley, 2001). Bunun yanı sıra kişinin büyümeyi engelleyen olumsuz ilişki kalıpları geliştirmesine yol açmaktadır (Jordan, 2010).

Jordan (2005) ise ilişkilerin büyümesini destekleyen beş önemli boyut tanımlamıştır. Bunlar:

- a) Desteklenmiş kırılabilirlik:** Bireyin stresli zamanlarda kişisel kırılabilirliğinin farkında olması ve sahiplenmesidir. Kırılabilirlik kendi başına bir problem değildir ancak sorunlu hale gelen reddedilen kırılabilirliktir. Kırılabilirliklerin farkında olmak yakınlık ve büyümeyi teşvik eden ilişkilerin temelidir. İlişkide dengesizlikler süreç içerisinde gelişebilir bu durumda kişi derin bir üzüntü oluşturur. Birey kırılabilirliğini tolere edemediğinde birey özgün olmadığını hissederek kendisini izole etme yolunu seçer. Onaylanma ve saygı davranışlarının olmadığı durumlarda birey kendini değersiz hisseder ve bu durum yılmazlığı olumsuz etkilemektedir. Karşılıklı olarak gösterilen saygı ve özen desteklenmiş kırılabilirlik duygusuna katkıda bulunmaktadır (Jordan, 2004).
- b) Karşılıklı empati:** Karşılıklı gelişim içinde her bireyin diğeri ile empati kurduğu süreci ifade etmektedir. Değişimin merkezinde yer alan her iki kişinin diğerkinden etkilendiği, her iki kişinin ilişki içinde değerli hissetmesidir (Jordan, 2000). Karşılıklı olarak büyümenin ve ilişkisel iyileşmenin özünü oluşturmaktadır (Miller ve Stiver, 1997). Bu bağlam içerisinde karşılıklı empati bireylerin başkalarının kendi deneyimlerinden etkilendiğinde veya etkilendiklerine inandıkları zaman ortaya çıkan iyileşmeyi yansıtmaktadır (Miller ve Stiver, 1997). Karşılıklı empati de tek taraflı empatiden farklı olarak grup dinamikleri için hem içsel hem de kişiler arası bir iyileşme söz konusudur (Fedele, 1994). Karşılıklı empati sürecinde herkesin deneyimi gelişip, derinleşirken aynı zamanda üyeler

empatik olarak uyumlu, duygusal olarak duyarlı, proaktif ve değişime açıktır (Miller vd., 1991).

Kişilerle gerçekten büyüyen bağlantılar kurmak her zaman uyumlu ve kolay değildir. Bireyler hayatın içerisinde öfke, utanç, korku gibi duygular yaşar. Zaman zaman birey kendisini korumak için uzaklaşma ihtiyacı hisseder. Bu kopuklukları karşılıklı empati yoluyla yeniden müzakere etmek ilişkiyi güçlendir ve bireyin esenlik duygusunu arttırmaktadır. Karşılıklı empati ilişki içerisinde farkındalığın gelişmesini sağlar. Otantikliğin temel bileşeni olarak ilişkinin dinamiğidir (Jordan, 2004). Model kişilerin ilişkilerde kendilerini dürüst ve özgün bir şekilde temsil edebilmesinin önemli görür (Miller ve Stiver, 1997). İlişki içerisinde kişinin kendi duygu ve düşüncelerini yaşamasına imkan sağlayan otantiklik karşılıklı empati, bağlılık ve büyümeye katkıda bulunmaktadır (Miller ve Stiver, 1997; Tucker vd.,2011).

- c) **İlişkisel güven:** Bireyin kırılganlığını kabul edebilmesi ancak desteğe ulaşabileceğini hissetmesiyle mümkündür. İlişki sürecinde bireyin destek araması, ilişkisine duyduğu güven ile bağlantılıdır. İlişki içinde hissedilen güven duygusu sadece bireyin kendisini iyi hissetmesini değil aynı zamanda başkalarına katkıda bulunarak anlamlı bir ilişkinin parçası olduğu hissini de içermektedir. İlişkide güven diğer partnere karşı bağlılıkla, karşılıklı güvene ve partnerlerin birbirlerine empatik tepkileriyle bağlantılıdır. Her iki partnerin karşılıklı olarak geliştirmeye yönelik ortak amaçları, birbirlerini onurlandırması ve karşılıklı saygıları ilişkisel güvenin gelişmesine zemin hazırlamaktadır (Jordan, 2004).
- d) **Karşılıklı gelişmeyi arttıran karşılıklı güçlendirme:** Güç ilişkilerin doğasını oluşturan bir parçadır. İlişki içerisinde gücün denge üzerine konumlanması önemlidir. Partnerler ilişki içerisinde gücü aktarırken karşılıklılık ilkesini göz önünde bulundurmaları gerekmektedir. İlişki içinde partnerlerden birinin diğerinin güçlendirmesi ilişkisel süreci ifade etmektedir ve partnerler arasında ilişkisel bağlılık ortaya çıkmaktadır (Jordan, 2004).
- e) **İlişkisel farkındalık:** İlişkisel yılmazlık kavramının ayrılmaz bir parçasını oluşturmaktadır. İlişkinin kendi içindeki hareketi hakkında netliğin geliştirilmesini içermektedir. İlişkisel farkındalık geliştirmek son derece karmaşık bir süreçtir. İlişki içindeki farkındalık duygusu yargılayıcı olmadan deneyimleri de göz önünde bulundurarak gözlemlene becerisini içerir. Çiftler ilişkisel farkındalık kapasitelerini arttırdıklarında, kopuklukları değiştirme kapasiteleri de

önemli ölçüde değişmektedir. Büyümeyi teşvik eden ilişkiler içerisinde yer alma, ilişkinin önceliği farkındalığı becerilerini geliştirir. İlişkisel farkındalıkla bireyler ilişkisel kalıpları öğrenmeye açık bir tutum sergiler. Bireylerin hayatın içindeki dengesizlikleri, acıları ve başarısızlıkları tölere etme becerilerini destekleyerek ilişkisel esnekliği geliştirir (Jordan, 2004).

Bireyin bağlantı ve kopukluk kalıplarının anlaşılmasına odaklanan modele göre ilişkilerde her zaman bağlantılar kopukluklar meydana gelmektedir (Miller ve Stiver, 1997; Jordan, 2000). Miller ve Stiver (1997) bireylerin bağlantı kurmak istediğini ama onları bağlantı kurmaktan uzak tutan bir takım stratejiler geliştirdikleri öne sürdüler. Bağlantı kurma isteğine rağmen birey kökleri ve geçmiş ilişkilerine dayanan öğrenmeleri sonucunda ilişkilerinde incinmeyi önlemek için kopukluk stratejileri kullanırlar (Miller ve Stiver, 1997). Bu stratejiler sevgi ve şefkatten vazgeçmeyi, geri çekilme, gerçek duyguları saklamayı, izolasyonu ve suçlamayı içerir (Hartling vd., 2000). İlişki sürecinde ortaya çıkan bu stratejiler bireyleri ilişkilerden soyutlama ve peşi sıra kesif bir utanç hissiyatına sürüklenme tehlikesine sahiptir (Hartling vd., 2000). Bu dinamiği İKT merkezi ilişkisel paradoks olarak adlandırmaktadır. Bu paradoksu anlayabilmek ilişkisel hareketlerin sürecini anlamamanın anahtarı konumundadır (Dooley ve Fedele, 1999).

İlişkisel Kültürel Teori'nin temeli tüm insanların yaşamları boyunca bağlantı içinde büyüdüğü fikrine dayanmaktadır. Bağlantı kopukluğu bireyin gelişimini olumsuz olarak etkilerken sağlıklı bağlantıların kurulması memnuniyet ve büyümenin temel bileşenidir (Jordan, 1991). İKT'ye göre bağlantılar yoluyla büyümenin bireye belli yönlerde katkıları vardır. Bu katkılar;

- (a) daha büyük bir canlılık ve enerji hissi,
- (b) hareket özgürlüğü,
- (c) kendisi ve diğer insanlarla ilgili daha doğru bir duyguya sahip olma,
- (d) bireyin kendisine karşı özverisi ve kendini değerli görmesi,
- (e) kişi başka insanlarla bağlantı kurma motivasyonu ile hareket eder (Miller, 1986).

İlişkisel Kültürel Teori'ye göre kısa veya uzun süreli stres verici olaylara maruz kalmak ilişkide kopukluk veya uzaklaşmaya neden olabilir, ilişki kurma ve sürdürme becerilerini olumsuz etkileyebilir (Aydoğan ve Dinçer, 2020). Kişiler ilişkilerinde

incindiğinde, karşılık alamadığında veya ihmal edildiğinde kopukluk oluşur. Bireyler yaşam içerisinde zaman zaman birbirlerini incitirler, yanlış anlarlar. Bireylerden birisi ilişkide incindiği zaman bu hissi karşıdaki kişiye otantik şekilde ifade ettiğinde empatik karşılık alırsa kopukluk tekrar bağlantıya dönüşebilir. Bu şekilde ilişki güçlenir, dönüşür ve özgünleşir. Eğer karşı taraf empatik olmayan davranışlar sergilerse yani yanıt alamazsa bağlantıda yeniden kopukluk durumu oluşacak ve kişi geri çekilmeye başlayacaktır. Geri çekilen kişi kendini ilişki dışında tutar ve ilişkisel özgünlüğünü süreç içinde kaybederek ilişkisel yetersizlik duygusunu yaşamaya başlar (Jordan, 2000).

Pek çok araştırmacı yılmazlığı gelişim teorileri ışığında açıklasa da yılmazlık üzerine yapılan araştırmaların çoğu yılmazlığın ilişkisel yönüne işaret etmektedir. Yılmazlığı anlamak için yeni bir temel ortaya koyan İlişkisel Kültürel Teori'ye göre kişinin zorlukların üstesinden gelme yeteneğini engelleyen ve arttıran sosyo- kültürel, kişiler arası faktörlerin etkisini vurgulamaktadır. İKT'ye göre karşılıklı olarak güçlendirici, büyümeye teşvik eden ilişkilerdeki iki yönlü zemin yılmazlık becerilerini olumlu etkilemektedir (Jordan ve Hartling, 2002). İKT'ye göre bağlantı (ilişkiler) bireysel özellikleri güçlendirerek yaşanan sosyal ve kişisel zorluklar karşısında yılmaz olabilmenin önemli faktörlerindendir. İKT'ye göre yılmazlık a) bağlantı kurma b) kopukluklarda yeniden bağlantı kurma c) kopukluğa direnme ile gelişme göstermektedir. İlişkilerin iki yönlü doğasını dikkate alarak bağlantı a) karşılıklı empati b) ilişkisel yanıt verme c) karşılıklı güçlendirme d) özgünlük e) karşılıklılığa doğru hareket ile geliştirilebilir (Hartling, 2008).

2.2.3. Yurt İçinde Yapılan İlgili Araştırmalar

Özkoçak (2022) 157 evli çiftle yapmış olduğu çalışmada eş desteği, öz şefkat ve ilişkisel yılmazlık arasındaki ilişkiyi ikili (dyadic) olarak incelemiştir. Araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre kadın ve erkek katılımcılarının ilişkisel yılmazlık düzeyine öz şefkat ve eş desteği faktörlerinin aktör-partner ilişkisi test edilmiştir. Eşlerinin öz şefkatinin artması kendi ilişkisel yılmazlıkları arttırırken eşlerinin ilişkisel yılmazlıkları üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı, bunun yanı sıra eş desteği puanlarının artması partnerlerin ilişkisel yılmazlıklarını pozitif yönde etkilediği görülmüştür.

Maral (2022) yaptığı çalışmanın temel amacı Covid-19 pandemisinde evli ebeveynlerin psikolojik sağlamlıkları ile aile uyumu arasındaki ilişkide anne-baba stresinin, ilişkisel yılmazlığın ve toplumsal cinsiyet eşitliğine yönelik tutumları sıralı

aracılık rolü incelenmiştir. Araştırmaya ülkenin herhangi bir yerinde yaşayan 492 evli birey katılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre bireylerin psikolojik sağlamlığının anne-baba stresi üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu, psikolojik sağlamlığın ve anne-baba stresin ilişkisel yılmazlık üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu, bir diğer modele göre psikolojik sağlamlığın, anne-baba stresinin ve ilişkisel yılmazlığın toplumsal cinsiyet eşitliğine yönelik tutumları üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir.

Aydoğan, Kara, Kalkan (2021) yaptıkları çalışmada karantina ve izolasyon günlerinde evlilikte ilişkisel yılmazlığın psikolojik sıkıntı ile nasıl açıklandığı incelenmiştir. 386 evli çift ile yapılan araştırma bulgularına göre negatif ve pozitif başa çıkma evli bireylerin psikolojik stresleri ve karantina sırasındaki ilişkisel yılmazlıkları üzerinde aracı etkiye sahiptir. Karantina günlerinde çiftlerin içinde bulundukları koşullarla olumlu başa çıkması ilişkisel yılmazlığı arttırmaktadır.

Dinç (2021) tarafından yapılan araştırmanın amacı ebeveyn tükenmişliği, ebeveyn stresi ve ilişkisel yılmazlığın sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Çalışmaya Ankara'da çocukları okula devam eden 510 ebeveyn katılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre ebeveyn tükenmişliği, ebeveyn stresi ve ilişkisel yılmazlığın cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. İlişkisel yılmazlık düzeyinin erkeklerde kadınlara göre daha düşük olduğu, ebeveyn tükenmişliği ve ebeveyn stresinin yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterirken, ilişkisel yılmazlığın yaşa göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur.

Ünver ve Güloğlu (2021) tarafından Covid-19 pandemisi sürecinde yapılan çalışmada evli bireylerin depresyon, anksiyete, stres ve ilişkisel yılmazlık düzeyleri incelenmiştir. Çalışmaya yaşları 23-69 arasında değişen 416 evli birey katılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre depresyon, anksiyete ve stres düzeyi cinsiyete, çocuk sahibi olup olmama durumuna göre farklılaşmamaktadır. Evliliğinin ilk üç yılında olan çiftlerin evlilik stres düzeyi daha düşük olduğu, kronik rahatsızlığı olanların anksiyete ve stres düzeylerinin yüksek olduğu, pandemi nedeniyle finansal problemler yaşayanların ise depresyon düzeyi daha yüksek çıkmıştır. Evinde kendine özel alanı olanların, belirsizlik karşısında tahammül gösterenlerin, evde kalmanın yorucu olmadığı belirtenlerin anksiyete ve stres düzeyleri düşük çıkmıştır. İlişkisel yılmazlık toplam puanı

partner (eşlerine yaklaşım), aktör (eşlerin ona yaklaşımı) ve ortak (birliktelikleri) alt boyutları yüksek olanların depresyon, anksiyete ve stres düzeyi düşük bulunmuştur.

Aydoğan ve Dinçer (2020) tarafından yapılan çalışmada stresli yaşam koşullarının evlilikte ilişkisel yılmazlığın kendini budama nasıl açıkladığı ve kendini budama ile ilişkisel sağlamlık arasındaki ilişkideki fedakârlıktan sağlanan doyumun aracı rolü incelenmiştir. Hayatında en az bir stresli yaşam koşulu olan 300 evli çift ile çalışılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre kendini budama ile ilişkisel yılmazlık arasında doğrudan bir ilişki ve bu ilişkide fedakârlıktan sağlanan doyumun kısmi bir etkisi tespit edilmiştir. Kendini budama ilişkisel yılmazlığı kolaylaştıran olumlu bir güçtür.

Kara (2019) yaptığı çalışmada evli bireylerin ilişkisel yılmazlık ve evlilikte öz yetkinlik düzeylerinin demografik değişkenlere göre değişip değişmediğini ve çocukluk dönemi örselenme yaşantılarının ilişkisel yılmazlık ve evlilikte öz yetkinlik arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolü incelenmiştir. 531 evli bireyin katıldığı çalışmaya göre ilişkisel yılmazlığın demografik değişkenlere göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Aydoğan ve Kızıldağ (2017) yaptıkları çalışmada engelli çocuğa sahip ailelerde eş desteği ve çift tükenmişliğinin ilişkisel yılmazlıkla ilişkisini incelemişlerdir. 233 evli bireyin katılmış olduğu çalışmanın bulgularına göre ilişkisel yılmazlık açısından eş desteği koruyucu faktör niteliğindedir. Çift tükenmişlik düzeyinin yüksek olması ilişkisel yılmazlık açısından risk faktörüdür.

Aydoğan ve Özbay (2017) yapmış oldukları çalışmada evli çiftler üzerinde ilişkisel yılmazlık ve ebeveynlik stresi arasındaki ilişkide ikili başa çıkmanın aracı rolü incelenmiştir. En az bir çocuğu olan ve önemli bir yaşam olayı yaşayan 229 evli çift araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırma bulgularına göre ebeveynlik stresi ne kadar düşüğe ilişkisel yılmazlık düzeyi o derece yüksektir. Erkeklerin ebeveynlik stresi ne kadar düşüğe kadınların ilişkisel yılmazlık düzeyi o derece fazladır. Çiftlerin ikili başa çıkma yaklaşımları hem kendi hem de eşlerinin ilişkisel yılmazlık düzeyini olumlu etkilemektedir.

Buluş ve Bağcı (2016) tarafından yapılan çalışmada evlilik doyumunu yordamada aile yılmazlığı ve iletişim becerilerinin rolü incelenmiştir. 208 çift üzerinde yapılan araştırmanın bulgularına göre aile yılmazlığı öz yetkinlik düzeyi ile ben dili iletişim becerisi kullanma düzeyi yükseldikçe kadın evlilik doyum düzeyi yükselmektedir.

Erkeklerde de benzer şekilde öz yetkinlik düzeyi, egoyu geliştirici dil iletişim becerisini kullanma düzeyi yükseldikçe erkek evlilik doyumunun da yükseldiği söylenebilir.

Dalkılıç ve Güloğlu (2016) tarafından yapılan çalışmada otizmlili çocuğa sahip çiftlerde evlilik doyumunu yordamada ilişkisel yılmazlık incelenmiştir. 100 çifte ulaşılan çalışmanın bulgularına göre ilişkisel yılmazlık düzeyi yüksek olan çiftlerin evlilik doyumu yüksek çıkarken, ilişkisel yılmazlık düzeyi düşük olan çiftlerin evlilik doyumu da düşük çıkmıştır. Araştırmanın diğer değişkenlerinden cinsiyet, kaygı düzeyi, psikolojik yardım almaya yönelik anlamlı farklılık ortaya çıkarken, eğitim ve gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık ortaya çıkmadığı görülmüştür.

Aydoğan ve Özbay (2015) yaptıkları çalışmada bir riske sahip olan çiftlerde ilişkisel yılmazlığın, ilişkisel profesyonel yardım aramayla olan ilişkisi incelenmiştir. 229 evli çiftin katıldığı araştırmanın bulgularına göre aktör-partner etkilerinde, kadın ve erkeğin ilişkisel profesyonel yardım arama yaklaşımları üzerinde aktör etkisi olduğu tespit edilmiştir. Partner etkisi olarak kadınların profesyonel yardım aramaya yönelmesi erkeklerin ilişkisel yılmazlık düzeyini arttırmaktadır.

Özcan (2005) boşanmış ve birliktelik durumuna göre lise öğrencilerinin sahip oldukları yılmazlık düzeyi karşılaştırmıştır. 70'i anne-babası boşanmış, 82'si anne-babası birlikte olan toplam 152 öğrencinin örneklemini oluşturduğu çalışmanın bulgularına göre ailelerin birlikte olma durumu çocuklar için koruyucu faktör niteliği taşımaktadır. Cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmayan çalışmada yılmazlığın sağlanabilmesi için ev, okul ve toplumun çocuğun hayatında önemli bir teşkil ettiği tespit edilmiştir.

2.2.4. Yurt Dışında Yapılan İlgili Araştırmalar

Howell, Miller-Graff, Schaefer ve Scrafford (2020) yaptıkları çalışmada olumsuz çocukluk deneyimleri ve doğum öncesi depresyonu üzerinde ilişkisel yılmazlığın aracı rolü incelenmiştir. 101 hamile kadının örneklemini oluşturduğu araştırmanın bulgularına göre ilişkisel yılmazlık düzeyi olumsuz çocukluk deneyimleri ve doğum öncesi depresyon üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Güvenlik ve ait olma duygusunun ilişkisel nitelik açısından koruyucu faktörler olduğu tespit edilmiştir.

Amani ve Khosroshahi (2020) yaptıkları çalışmada öz-şefkat, yılmazlık ve ikili bakış açısı almanın aracı rolüyle güvenli bağlanma stili ile evlilik kalitesini açıklamışlardır. Tahran'da yapılan çalışmaya 300 evli katılımcı katılmıştır. Araştırma

sonucuna göre güvenli bağlanma stili, öz-şefkat, yılmazlık ve ikili bakış açısı almanın evlilik kalitesi üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu tespit edilmiştir.

Scrafford, Grein ve Miller Graff (2019) yapmış oldukları çalışmada partner şiddetinin gebelik komplikasyonları üzerindeki aracı rolünün doğum öncesi ruh sağlığına ve ilişkisel yılmazlık düzeyine etkisini ortaya koymayı amaçlamıştır. Gebelik sürecindeki 76 katılımcı ile yürütülen çalışmada gebelik sırasında ve doğumu takip eden altıncı haftadan sonra veri toplanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre partner şiddetinin gebelik ve doğum komplikasyonlarına doğrudan bir etkisi görülmemiştir. Doğum öncesindeki ruh sağlığı ve ilişkisel yılmazlığı etkileyecek klinik müdahalelerin partner şiddetine maruz kalan kadınların doğumdan sonraki süreci iyileştirici bir etkisi olduğu sonucuna varılmıştır.

Otmar'ın (2019) yapmış olduğu çalışmada ilişkisel yılmazlık ve kişiler arası bağışlama kalıpları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya en az bir senedir romantik bir ilişki içinde olan ve partneri tarafından en az bir defa duygularının incitildiğini düşünen 342 katılımcı katılmıştır. Araştırmaya katılan katılımcılar araştırma sorularını partnerleri ile birlikte cevaplamıştır. Araştırmanın bulgularına göre partnerlerin bağışlama becerilerinin romantik ilişkide ilişkisel yılmazlık ile ilişkili olduğu düşünülürken, koşullu şekilde bağışlamanın ilişkisel yılmazlıkta olumsuz sonuçlara neden olabileceği sonucuna varılmıştır.

Mizock, Mar, DeMartini ve Stringer (2019) yapmış oldukları çalışmada ileri düzeyde ruh sağlığı problemleri yaşayan 20 kadının romantik ilişki süreçlerini anlayabilmek için ilişkisel yılmazlıklarını incelemiştir. Nitel olarak yürütülen çalışmaya göre katılımcıların romantik ilişkilerinde patolojik problemler, cinsel sıkıntılar, flört ilişkisini bozma vb. birçok problemler yaşadıkları ve ilişkilerinde problemler karşısında iyileşme ve yılmazlığı geliştirmek için ilişkisel stratejiler kullandıkları görülmüştür. Travmayı azaltmak ve ilişkisel yılmazlıklarını geliştirmek için müdahalelerin önemine dikkat çekilmiştir.

Carr (2012) yaptığı çalışmada ailesinde önemli bir sıkıntı yaşayan çiftlerin evlilik ilişkilerini, bireyler özelliklerini ve yılmazlık düzeyini incelemiştir. 201 evli çiftin katıldığı çalışmaya göre bireylerin ailesinin işlevsel olması yılmazlık için en güçlü yordayıcılardan birisidir. Uyum, esneklik, açık iletişim ve ailesinde doyum hissini tadan bireylerin daha yılmaz özellikler gösterdiği tespit edilmiştir.

Lynch (2011) araştırmasında depresyon, bakıcı tipi, ırk-etnik köken ve cinsiyetin ilişkisel yılmazlığı yordayıp yordamadığını incelemiştir. 150 koruyucu çocuk üzerinde yapılan çalışmada bakım veren tipi ve ırk- etnik köken arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Bakım veren kişileri büyükanneleri olan aynı zamanda Yerli ve Asyalı Amerikalı koruyucu çocukların daha fazla ilişkisel yılmazlık gösterdiği sonucuna varılmıştır



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve toplanan verilerin analiz süreci hakkında bilgi verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

En az bir yıldır evli bireylerin ilişkisel yılmazlıklarının kök aile işlevselliği ve benlik farklılaşması ile olan ilişkini ortaya koyması amacıyla, ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilecek nicel bir çalışmadır. İlişkisel tarama modeli iki veya daha çok sayıdaki değişkenin ve bu değişkenlerin aralarındaki ilişkilerin belirlenmesi için yapılan araştırma modelleridir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2013). Bu çalışmada ilişkisel yılmazlık bağımlı değişken ve kök aile işlevselliği ve benlik farklılaşması bağımsız değişkendir. Tarama araştırması konu ya da olaya ilişkin katılım sağlayan kişilerin görüş, ilgi, beceri, tutum, yetenek vs. özelliklerinin belirlendiği ve görece büyük örneklemelerde yapılan çalışmalardır. Tarama araştırmaları, ilgili konunun belirlenmesi için topluluğu temsil eden kişilerden bir parçayı temsil eder ve araştırmanın veri toplama süreci kişilere yönetilen soruların cevaplarına dayalıdır (Büyüköztürk vd., 2013).

3.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evreninin belirlenmesinde amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada katılımcıların en az bir en fazla on yıllık evli olması ve araştırmaya gönüllü olarak katılması ölçüt olarak belirlenmiştir. Bu şekilde en az bir yıl en fazla on yıllık evli olma ölçütü temel alınarak 300 evli bireye ulaşılmıştır. Uç değerler açısından incelenmesinden sonra 3 katılımcı veri setinden çıkarılmış ve çalışma 297 evli bireyle gerçekleştirilmiştir. Örnekleme dahil edilen evli 148 kadın ve 149 erkek (n=297) katılımcı araştırmanın çalışma grubunu oluşturmaktadır.

Tablo 1'e göre kadın katılımcıların yaklaşık yarısı 21-31 yaş aralığındayken erkeklerin yaklaşık yarısı 31-35 yaş aralığındadır. 15-20 yaş kadın katılımcılar dışında her iki cinsiyet grubunda da en az 40 ve üstü yaş grubundan katılımcılar bulunmaktadır. Katılımcıların eğitim düzeyi açısından bakıldığında kadın katılımcıların 1'i (%0.7) okuryazar değilken, 6'sı (%4.1) ilköğretim, 4'ü (%2.7) ortaokul, 23'ü (%15.5) lise, 9'u (%6.1) ön lisans, 92'si (%62.2) lisans, 13'ü (%8.8) lisansüstü eğitim düzeyine sahiptir. Erkek katılımcıların ise bakıldığında 2'si (%1.3) okuryazar değilken, 2'si (%1.3) ilköğretim,

5'i (%3.4) ortaokul, 6'sı (%4) lise, 8'i (%5.4) ön lisans, 103'ü (%69.1) lisans, 23'ü (%15.4) lisansüstü eğitim düzeyine sahiptir. Araştırmaya katılan kadın katılımcıların 95'i (%64.2) herhangi bir işte çalışırken 53'ü (%35.8) çalışmamaktadır. Erkek katılımcıların ise 146'sı (%98) çalışırken 3'ü (%2) çalışmamaktadır. Kadın katılımcıların 68'i (%45.9) 1-5 yıl arasında evli iken 79'u (%53.4) 5-10 yıl arasında evlidir. Kadın katılımcıların 7'si (%0.7) evlilik süresini belirtmemiştir. Erkek katılımcıların ise 69'u (%46.3) 1-5 yıl arasında evli iken 80'i (%53.7) 5-10 yıl arasında evlidir. Kadın katılımcıların 145'inin (%98) ilk evliliği iken 3'ünün (%2) ikinci evliliği, erkek katılımcıların 141'inin (%94.6) ilk evliliği iken, 8'inin (%5.4) ikinci evliliğidir.

Katılımcılardan kadın olanların 28'i (%18.9) görücü usulü ile 10'u (%6.8) görücü usulü tanışıp kendi arasında anlaşarak 110'u (74.3) tanışarak evlenirken erkek katılımcıların 27'si (%18.1) görücü usulü ile 12'si (%8.1) görücü usulü tanışıp kendi arasında anlaşarak 110'u (%73.8) tanışarak evlenmiştir. 1 çocuğu olan 39 (%26.4), 2 çocuğu olan 57 (%38.5), 3 çocuğu olan 21 (%14.2), çocuk sahibi olmayan 31 (%20.9) kadın varken, 1 çocuğu olan 41 (%27.5), 2 çocuğu olan 58 (%38.9), 3 çocuğu olan 21 (%14.1), çocuk sahibi olmayan 29 (%19.5) erkek katılımcı bulunmaktadır. Kadın katılımcıların 7'si (%4.7) düşük, 120'si (%81.1) orta, 21'i (%14.2) yüksek gelir düzeyine sahipken, erkek katılımcıların ise 8'i (%5.4) düşük, 117'si (%78.5) orta, 24'ü (%16.1) yüksek gelir düzeyine sahiptir.

		TOPLAM		Kadın		Erkek	
		f	Yüzde	f	Yüzde	f	Yüzde
Yaş	15-20	2	1,4	2	1,4	-	-
	21-30	96	63	63	42,6	33	22,1
	31-35	119	80	56	37,8	63	42,3
	36-40	56	19	19	12,8	37	24,8
	40 ve üstü	24	16	8	5,4	16	10,7
Eğitim Düzeyi	okur yazar	3	1	1	0,7	2	1,3
	ilkokul	8	2,7	6	4,1	2	1,3
	ortaokul	9	3	4	2,7	5	3,4
	lise	29	10	23	15,5	6	4
	ön lisans	17	6	9	6,1	8	5,4
	lisans	195	66	92	62,2	103	69,1
	lisansüstü	36	12	13	8,8	23	15,4
Çalışma Durumu	çalışıyorum	241	81,1	95	64,2	146	98
	çalışmıyorum	56	18,9	53	35,8	3	2
Evlilik Süresi	1-5 yıl	138	46,4	69	46,6	69	46,3
	5-10 yıl	159	53,5	79	53,4	80	53,7
Evlilik Sayıları	ilk evliliğim	286	96,3	145	98	141	94,6
	ikinci evliliğim	11	3,7	3	2	8	5,4
Evlendirme Şekli	görücü usulü	55	18,5	28	18,9	27	18,1
	görücü usulü tanışıp kendi aramızda	22	7,5	10	6,8	12	8,1
	tanışarak	220	74	110	74,3	110	73,8
Çocuk Sayısı	1	80	26,9	39	26,4	41	27,5
	2	115	38,7	57	38,5	58	38,9
	3	42	14,2	21	14,2	21	14,1
	YOK	60	20,2	31	20,9	29	19,5
Gelir	düşük	15	5	7	4,7	8	5,4
	orta	237	79,5	120	81,1	117	78,5
	yüksek	45	15,5	21	14,2	24	16,1

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Frekans ve Yüzde Değerleri

Tabloya göre kadınların 17'si (%11.5) köyde, 55'i (%37.2) ilçede, 76'sı (%51.4) il merkezinde kök ailesiyle yaşamışken erkek katılımcıların kadınların 14'ü (%9.4) köyde, 46'sı (%30.9) ilçede, 89'u (%59.7) il merkezinde kök ailesiyle yaşamıştır. Kadınların 3'ü (%2) köyde, 105'i (%70.9) ilçede, 40'ı (%27) il merkezinde ikamet etmektedir. Erkek katılımcıların 3'ü (%2) köyde, 108'i (%72.5) ilçede, 38'i (%25.5) il merkezinde ikamet etmektedir. Kadın katılımcıların 19'u (%12.8) geniş aile ile yaşarken, 127'si (%85.8)

çekirdek ailesiyle yaşamaktadır. Kadınların 2'si (%1.4) aile tipini belirtmemiştir. Erkek katılımcıların 17'si (%11.4) geniş aile ile yaşarken, 131'i (%87.9) çekirdek ailesiyle yaşamaktadır. Erkek katılımcılardan 1'i (%0.7) aile tipini belirtmemiştir. Kadınların 124'ünün (%83.8) anne babası hayattayken, 22'sinin (%14.9) annesi hayatta babası vefat etmiş, 2'sinin (%1.4) babası hayatta annesi vefat etmiştir. Kadın katılımcılardan annesi ve babası vefat eden bulunmamaktadır. Erkek katılımcıların ise 116'sının (%77.9) anne babası hayattayken, 21'inin (%14.1) annesi hayatta babası vefat etmiş, 5'inin (%3.4) babası hayatta annesi vefat etmiştir. Erkek katılımcılardan 7'sinin (%4.7) anne ve babası hayatta değildir.

Kadınların 2'si (%1.4) kök ailesi ile görüşmezken, 8'i (%5.4) yılda birkaç defa, 28'i (%18.9) ayda bir, 39'u (%26.4) haftada bir, 49'u (%33.1) birkaç günde bir, 21'i (%14.2) günde bir defa, 1'i (%0.7) günde birkaç defa görüşmektedir. Erkek katılımcıların 2'si (%1.3) kök ailesi ile görüşmezken, 12'si (%8.1) yılda birkaç defa, 23'ü (%15.4) ayda bir, 50'si (%33.6) haftada bir, 44'ü (%29.5) birkaç günde bir, 16'sı (%10.7) günde bir defa, 2'si (%1.3) günde birkaç defa görüşmektedir. Kadın katılımcıların 71'i (%48) kök ailesiyle daha çok yüzyüze, 31'i (%20.9) telefonla, 33'ü (%22.3) görüntülü konuşarak, 12'si (%8.1) tüm iletişim kanallarıyla iletişim kurmaktayken 1'i (%0.7) kök ailesiyle görüşmemektedir. Erkek katılımcıların 71'i (%47.7) kök ailesiyle daha çok yüzyüze, 33'ü (%22.1) telefonla, 31'i (%20.8) görüntülü konuşarak, 12'si (%8.1) tüm iletişim kanallarıyla iletişim kurmaktayken 2'si (%1.3) kök ailesiyle görüşmemektedir. Kadın katılımcıların 8'inin (%5.4) eşi ev içerisinde yardımda bulunmazken, 52'sinin (%35.1) nadiren, 43'ü (%29.1) bazen, 45'i (30.4) her zaman yardım etmektedir. Erkek katılımcıların 7'si (%4.7) eşine ev içerisinde yardımda bulunmazken, 53'ü (%35.6) nadiren, 44'ü (%29.5) bazen, 45'i (%30.2) her zaman eşine yardım etmektedir.

			TOPLAM		Kadın		Erkek	
			f	Yüzde	f	Yüzde	f	Yüzde
Kök Yaşanılan Yer	Aileyle	köy	31	10,45	17	11,5	14	9,4
		ilçe	101	34,05	55	37,2	46	30,9
		il	165	55,55	76	51,4	89	59,7
Şu An Yaşanılan Yer		köy	6	2	3	2	3	2
		ilçe	213	71,7	105	70,9	108	72,5
		il	78	26,2	40	27	38	25,5
Aile Şekli		geniş aile	36	12,2	19	12,8	17	11,4
		çekirdek aile	258	86,8	127	85,8	131	87,9
		3	3	1	2	1,4	1	0,7
Kök Aileye Ait Bilgiler		anne sağ,baba sağ	240	80,75	124	83,8	116	77,9
		anne sağ baba vefat	43	14,5	22	14,9	21	14,1
		anne vefat, baba sağ	7	2,4	2	1,4	5	3,4
		anne baba vefat	7	2,35			7	4,7
Kök Aileyle İletişim Sıklığı		görüşmüyorum	4	1,35	2	1,4	2	1,3
		yılda bir ya da birkaç	20	6,75	8	5,4	12	8,1
		ayda bir	31	17,15	28	18,9	23	15,4
		haftada bir	89	30	39	26,4	50	33,6
		birkaç günde bir	93	31,3	49	33,1	44	29,5
		günde bir defa	37	12,45	21	14,2	16	10,7
		günde birkaç defa	3	1	1	0,7	2	1,3
Kök Görüşme Şekli	Aileyle	yüzyüze	142	47,85	71	48	71	47,7
		telefon	64	21,5	31	20,9	33	22,1
		görüntülü konuşma	64	21,55	33	22,3	31	20,8
		HEPSİ	24	8,1	12	8,1	12	8,1
		görüşmüyorum	3	1	1	0,7	2	1,3
Eş Katkısı		hiç	15	5,05	8	5,4	7	4,7
		nadiren	105	35,35	52	35,1	53	35,6
		bazen	87	29,3	43	29,1	44	29,5
		her zaman	90	30,3	45	30,4	45	30,2

Tablo 2: Katılımcıların Kök Ailesine ve Ailesine Ait Bilgiler

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, İlişkisel Yılmazlık Ölçeği (İYO), Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa Formu (BFE-KF) ve Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu:

Araştırma katılan çiftlerin demografik özelliklerini belirlemek için kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Kişisel bilgi formu evlenme yaşı, evlilik şekli, şu anki yaşı, sed, eğitim düzeyini, cinsiyeti, meslek, çocuk sayısını, kaçınıcı evlilikleri olduğunu, evlilik sürelerini, yaşadıkları yeri, hayatlarının büyük bir kısmı nerede geçirdiklerini, kök aile ile görüşme sıklığı ve şeklini içermektedir.

3.3.2. İlişkisel Yılmazlık Ölçeği:

Aydoğan (2014) tarafından geliştirilen ölçek, zorlu ve stres yaşam olayları ile karşılaşıldığında çiftlerin bu durumlar ile nasıl bir gelişim ve mücadele gerçekleştirdiklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. 27 maddelik 7'li likert tipi ölçeğin dört alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar; aktör (6 madde), partner (6 madde), ortak (birliktelik) (10 madde) ve maneviyat (5 madde) boyutudur. İlişkisel yılmazlık ölçeği 27 ile 149 arası puan alınabilen bir ölçektir. Puanların yüksek olması bireylerin İlişkisel Yılmazlıklarının yüksek olduğunu göstermektedir. İlişkisel Yılmazlık ölçeğine ilişkin dört boyutlu yapısını test etmek amacıyla LISREL 8.7 programından yararlanılarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA) kullanılmıştır. Analize göre faktörler arasındaki ilişkilerin yüksek olduğu tespit edilmiş ve sonuçlar ikinci düzey DFA ile incelenmiştir. Ölçeğin dört faktörlü ölçme modeli için uyum istatistikleri $\chi^2/sd= 2.22$, RMSEA= .06, CFI=.99, NNFI=.98 ve GFI=.80 olarak bulunmuştur. İkinci sıra DFA sonuçları için ise $\chi^2/sd= 2.27$, RMSEA= .06, CFI=.99, NNFI=.98 ve GFI=.80 değerleri elde edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği için iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) hesaplanmıştır. Ölçeğin tüm boyutları için hesaplanan Cronbach alfa değeri .96, ilişkisel yılmazlığın aktör boyutu için .93, partner boyutu için .90, ortak (birliktelik) boyutu için .95 ve ilişkisel maneviyat boyutu için .86 olarak bulunmuştur (Aydoğan, 2014).

3.3.3. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği:

Çalışkan, Toker ve Özbay (2017) tarafından geliştirilen ölçek, bireylerin aileleri ile birlikte oldukları zamanlarda yaşadıkları doyumu belirlemek amacıyla

oluşturulmuştur. 23 maddeden oluşan 7'li likert tipi bir ölçektir. Ölçek maddeleri, yaşam doyumuna ilişkin karşıt sıfatların maddenin sağ ve sol ucunda yer alacak şekilde oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 23 en yüksek puan 161 olarak değişmektedir. Maddelerin puanlanması olumsuzdan olumlu maddeye doğru artan bir değer ile değerlendirilmektedir. Olumsuz maddeden olumlu maddeye doğru 1- tamamen, 2- oldukça, 3- biraz, 4- kısmen, 5- biraz, 6- oldukça, 7- tamamen şeklinde puanlanmaktadır. Puanın yüksek olması bireyin ailesi ile birlikte zaman geçirdiğinde yüksek yaşam doyumuna sahip olduğunu göstermektedir. AYDÖ'nün geçerlik çalışmaları için betimleyici faktör analizi ve ölçüt geçerliği analizi kullanılmıştır. Güvenirlik analizi için ise Cronbach α güvenirliliğine ve madde toplam korelasyonlarına bakılmıştır. Faktörlenme ve örneklem uygunluğu kapsamında Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) değeri 0.938 ve Barlet testi anlamlı bulunmuştur ($\chi^2=6134.525$, $p<.01$). KMO ve Barlet testinin anlamlı çıkması sonucunda ölçeğin faktör yapısı incelenmiştir ve ölçeğin madde faktör yükleri .53 ile .79 arasında bulunmuştur. Ölçüt geçerliğinin hesaplanmasında Kısa Semptom Envanteri (KSE) kullanılmıştır. AYDÖ ile Kısa Semptom Envanterinden alınan puanlar arasında Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısına bakılmıştır. Kısa Semptom Envanteri KSE depresyon boyutu ile $r=-.34$, $p<.01$, anksiyete boyutu ile $r=-.30$, $p<.01$, olumsuz benlik boyutu ile $r=-.30$, $p<.01$, somatizasyon boyutu ile $r=-.30$, $p<.01$ ve hostilite boyutu ile, $r=-.32$, $p<.01$ AYDÖ orta düzeyde anlamlı ilişki göstermiştir. Ölçeğin Cronbach α güvenirliliği ise .95 ve madde test korelasyonu .47 ile .73 olarak hesaplanmıştır (Çalışkan vd., 2017).

3.3.4. Benliğin Farklılaşması Envanteri - Kısa Formu (BFE-KF)

Benliğin farklılaşması kavramını Bowen'ın önerdiği yapılarla ilk ölçen ölçek Skowron ve Freidlander (1998) tarafından geliştirilen, daha sonra Skowron ve Schmit (2003) tarafından revize edilen "Benliğin Farklılaşması Envanteri"dir. Envanter 4 alt ölçekten ve toplamda 46 maddeden oluşmaktadır. Bu envanter daha sonra araştırmacı ve uygulamacılara kolaylık sağlaması açısından Drake, Murdock, Marszalek ve Barber (2015) tarafından kısa form çalışması yapılarak 20 maddeye düşürülmüştür. Oluşturulan yeni form uzun formdaki gibi 4 alt boyutun oluşmaktadır. Altılı Likert tipindeki ölçekteki maddeler 1 (Beni hiç yansıtmıyor) ile 6 (Beni oldukça yansıtıyor) arasında puanlanmaktadır. Duygusal tepkisellik, duygusal kopma ve iç içe geçme boyutları tersine puanlanan maddelerden oluşurken, ben pozisyonu alma boyutunda yalnızca bir madde tersine puanlanmaktadır. Duygusal tepkisellik, duygusal kopma ve iç içe geçme alt

ölçeklerine ait maddeler düşük düzeyde farklılaşmayı temsil etmektedir bu nedenle tersine puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek düzeyde farklılaşmayı göstermektedir. Alt ölçek puanları o alt ölçekteki madde sayısına göre ortalamaların alınmasıyla hesaplanmaktadır. Benzer şekilde, dört alt ölçek puanının ortalaması ise ölçek toplam puanını vermektedir. Ölçeğin orjinaline göre ben pozisyonu alma, duygusal kopma, iç içe geçme ve duygusal tepkisellik boyutları ile ölçek puanına ilişkin Cronbach alfa değeri sırasıyla .88, .79, .68, .70, .80 olarak bulunmuştur. Beş hafta sonra sonra yapılan test tekrar test değerine göre .85, .81, .72, .74, .82 olarak bulunmuştur (Drake vd., 2015).

Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa Formunun (BFE-KF) Türkçe'ye uyarlaması Sarıkaya vd., (2018) tarafından yapılmıştır. Araştırma, 20 - 64 yaş aralığında değişen üniversite öğrencileri ve yetişkinlerden bireylerle 63 yürütülmüştür ($\bar{x}$ = 30.69, ss = 9.56). Ölçeğin yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi ve %27'lik alt-üst grup arasındaki farkın manidarlığı incelenmiştir. Uyum geçerliğinin test etmek için; benlik saygısına, sürekli kaygı ve otantikliğe ilişkin ölçümlerden yararlanılmıştır. Güvenirlik analizleri ise iç tutarlık ve test tekrar test yöntemleriyle gerçekleştirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda kabul edilebilir sınırlarda uyum değerlerine ulaşılmış ve BFE-KF'nin dört bileşenli yapısı doğrulanmıştır. Korelasyon analizlerinden elde edilen bulgular da ölçeğin uyum geçerliğini sağladığını göstermiştir (Sarıkaya vd., 2018).

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmada veriler 2023 yılının Mayıs ve Haziran ayları içerisinde gönüllülük ilkesi esas alınarak evli bireylere anketler elden ulaştırılarak toplanmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, İlişkisel Yılmazlık Ölçeği (İYÖ), Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa Formu (BFE-KF) ve Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) bir araya getirilerek bir form oluşturulmuştur. Katılımcılara anket sorularından önce bilgilendirilmiş onam formu sunulmuş ve çalışmanın içeriği ile ilgili bilgi verilmiştir. Anketlerin tamamlanma süresinin yaklaşık 5-7 dakika arasında süreceği belirtilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizi SPSS 25 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İstatistiksel analizler öncesinde veri seti, hatalı, eksik ve uç değer alan veriler açısından incelenmiş hatalı girilen değerlerin olmadığı görülmüştür. Kayıp veri

örüntüleri incelenmiş, kayıp veri ile başa çıkmak için EM ataması kullanılmıştır. Tek değişkenli uç değerler incelenmiş ($z < |3|$), toplam 300 katılımcıdan 2 kadın 3 erkek katılımcının uç değer olduğu görülmüş ve 5 katılımcıya ait veri analizlerden çıkarılmıştır. Son durumda analizler 148 kadın 149 erkek katılımcıdan oluşan 297 kişi ile sürdürülmüştür.

Çalışmada yer alan problemlerin cevaplanması amacıyla analizlerden önce veri setinin çeşitli varsayımları sağlayıp sağlamadığı incelenmiştir. Varsayımların ilki örneklem büyüklüğünün 30 dan büyük olması şartının 297 örneklem sayısı ile sağlandığı görülmüştür. Varsayımlardan ikincisi ise kullanılan ölçeklerin ve alt boyutlarının toplam puanlarının normal dağılıma uygun olup olmadığını çarpıklık ve basıklık katsayısına bakarak incelenmiştir.

İncelenen veri setinden sonra araştırmanın analizlerinde betimsel istatistikler ve kök aile işlevselliği, benliğin farklılaşması ve ilişkisel yılmazlık arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Kadın ve erkekler için aile yaşam doyumu ve benlik farklılaşmasının alt boyutlarından olan duygusal kopma, duygusal tepkisellik, iç içe geçme ve ben pozisyonu alma değişkenlerinin ilişkisel yılmazlığı yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Araştırma soruları test edilmeden önce değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler incelenmiştir. Kadın ve erkeklerdeki değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Aile Yaşam doyumu, Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Yılmazlık Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Cinsiyet	Değişkenler	Min.	Maks.	Ortalama	Std. Sapma	Çarpıklık SHç:0,199	Basıklık SHb:0,396
kadın	AYDÖ	40	161	122,561	38,795	-0,832	-0,732
	BDK	1	6	3,713	1,181	-0,029	-0,562
	BDT	1	6	3,040	0,955	0,332	-0,347
	BİİG	2	6	3,819	1,003	0,027	-0,726
	BBP	2	6	4,180	0,876	-0,122	-0,361
	İYÖManeviyat	16	35	27,993	4,952	-0,320	-0,802
	İYÖPartner	13	42	33,929	7,099	-0,683	-0,369
	İYÖAktör	17	42	34,424	6,220	-0,525	-0,653
	İYÖOrtak	23	70	55,930	11,016	-0,527	-0,646
	İYÖ	88	189	152,275	27,125	-0,450	-0,909
	BENFE	2	6	3,688	0,662	-0,148	-0,100
erkek	AYDÖ	35	161	123,608	39,287	-0,901	-0,670
	BDK	1	6	3,906	1,163	-0,115	-0,763
	BDT	1	6	3,625	1,015	0,020	-0,785
	BİİG	1	6	4,172	1,133	-0,625	-0,371
	BBP	2	6	4,511	0,914	-0,613	0,392
	İYÖManeviyat	11	35	27,315	5,330	-0,579	0,152
	İYÖPartner	15	42	33,805	6,588	-0,430	-0,760
	İYÖAktör	13	42	34,497	6,506	-0,845	0,241
	İYOrtak	28	70	56,170	10,310	-0,451	-0,672
	İYÖ	81	189	151,787	26,243	-0,412	-0,787
	BENFE	2	6	4,053	0,750	-0,195	-0,445

Tablo 3 incelendiğinde hem kadınlarda hem de erkeklerde çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında değiştiği görülmektedir (Büyüköztürk, 2021). Bu durumda kadınlarda ve erkeklerde Aile yaşam doyumu, Benliğin farklılaşması ve İlişkisel yılmazlık değişkenlerinin normal dağılım gösterdiği söylenebilir.

Aile yaşam doyumu ve benliğin farklılaşması değişkenlerinin katılımcıların ilişkisel yılmazlık düzeylerini yordayıp yordamadığını belirlemek için ise çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki çoklu bağlantı sorununun olup olmadığını incelemek için Tolerans, VIF ve CI değerlerine bakılmıştır. Tolerans değerleri 0,409 ile 0,908 arasında 0,20'den büyük; VIF değerleri 1,102 ile 2,446 arasında 10'dan küçük; CI değerleri ise 1,000 ile 21,586 arasında 30'dan küçük bulunmuştur (Büyüköztürk, 2021). Bu durumda değişkenler arasında çoklu bağlantı sorunu olmadığı söylenebilir. Doğrusallık için ise standart artık değerler ile standart yordanan değerlere ilişkin saçılma diyagramları incelenmiş, bu grafiklere göre doğrusal bir ilişkinin

tanımladığı söylenebilir. Değişkenlere ilişkin Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayıları Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4. Aile Yaşam Doyumu, Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Yılmazlık Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları

Cinsiyet	Değişkenler	İYÖ	AYDÖ	BDK	BDT	BİİG	BBP
kadın	İYÖ	1,000					
	AYDÖ	0,448*	1,000				
	BDK	0,146*	0,278*	1,000			
	BDT	0,074	-0,043	0,180*	1,000		
	BİİG	0,261*	0,037	0,295*	0,603*	1,000	
	BBP	0,276*	0,046	-0,064	0,080	0,383*	1,000
erkek	İYÖ	1,000					
	AYDÖ	0,539*	1,000				
	BDK	0,152*	0,269*	1,000			
	BDT	-0,008	-0,161*	0,181*	1,000		
	BİİG	0,261*	0,089	0,332*	0,626*	1,000	
	BBP	0,333*	0,217*	0,103	0,229*	0,532*	1,000
*p<0,05.							

Tablo 4 incelendiğinde İYÖ bağımlı değişkeninin hem kadınlarda hem de erkeklerde AYDÖ, BDK, BİİG ve BBP değişkenleri ile ikili ilişkilerinin anlamlı olduğu görülmektedir (p<0,05). BDT değişkeni ise her grupta da İYÖ değişkeni ile anlamlı ilişki göstermemiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1. Kadınların Aile Yaşam Doyumu, Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Yılmazlık Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular

Kadınlarda aile yaşam doyumu ve benliğin farklılaşmasının, ilişkisel yılmazlık düzeylerini ne düzeyde yordadığına ilişkin yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Kadınlarda İYÖ Değişkenini Yordayan Değişkenlere İlişkin Regresyon

Sonuçları

Yordayıcılar	B	Std. Hata	Beta	t	p	%95 güven aralığı		İkili r	Kısmi R
						Alt sınır	Üst Sınır		
Sabit	75,580	12,974		5,826	0,000*	49,933	101,227		
AYDÖ	0,304	0,052	0,435	5,877	0,000*	0,202	0,407	0,448	0,442
BDK	-0,379	1,811	-0,016	-0,209	0,835	-3,960	3,202	0,146	-0,018
BDT	-1,225	2,574	-0,043	-0,476	0,635	-6,313	3,864	0,074	-0,040
BİİG	5,590	2,764	0,207	2,022	0,045*	0,126	11,055	0,261	0,167
BBP	5,544	2,476	0,179	2,239	0,027*	0,649	10,440	0,276	0,185

*p<0,05. R=0,54; R²=0,29; F_(6,43)=11,77; p=0,00.

Tablo 5 incelendiğinde kadınlarda aile yaşam doyumu ve benliğin farklılaşması değişkenlerinin birlikte İYÖ değişkeni ile orta düzeyde korelasyon verdiği ve İYÖ değişkenini %29 açıkladıkları görülmektedir (R=0,54; R²=0,29; p<0,05). Standardize edilmiş regresyon katsayılarına göre İYÖ değişkenini yordamadaki önem sıraları ise AYDÖ, BİİG ve BBP şeklindedir. BDK ve BDT değişkenlerinin ise İYÖ üzerinde anlamlı birer yordayıcı olmadığı görülmektedir.

Analiz sonucunda elde edilen regresyon eşitliği aşağıdaki gibidir:

$$IYO_{kadın} = 0,435*AYDO_{kadın} - 0,016*BDK_{kadın} - 0,043*BDT_{kadın} + 0,207*BİİG_{kadın} + 0,179*BBP_{kadın}$$

Diğer değişkenler kontrol altına alındığında AYDÖ değişkenindeki bir standart sapma artış İYÖ değişkeninde 0,435 standart sapma artışa; diğer değişkenler kontrol altına alındığında BİİG değişkenindeki bir standart sapma artış İYÖ değişkeninde 0,207 standart sapma artışa; diğer değişkenler kontrol altına alındığında BBP değişkenindeki bir standart sapma artış İYÖ değişkeninde 0,179 standart sapma artışa neden olmaktadır.

4.2. Erkeklerin Aile Yaşam Doyumu, Benliğin Farklılaşması ve İlişkisel Yılmazlık Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular

Erkeklerde aile yaşam doyumu ve benliğin farklılaşmasının, ilişkisel yılmazlık düzeylerini ne düzeyde yordadığına ilişkin yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. Erkeklerde İYÖ Değişkenini Yordayan Değişkenlere İlişkin Regresyon Sonuçları

Yordayıcılar	B	Std. Hata	Beta	t	p	%95 güven aralığı		İkili r	Kısmi R
						Alt sınır	Üst Sınır		
Sabit	85,224	11,631		7,327	0,000*	62,232	108,216		
AYDÖ	0,327	0,049	0,490	6,627	0,000*	0,229	0,425	0,539	0,485
BDK	-1,111	1,676	-0,049	-0,663	0,509	-4,423	2,202	0,152	-0,055
BDT	-2,208	2,326	-0,085	-0,949	0,344	-6,806	2,391	-0,008	-0,079
BİİG	4,938	2,425	0,213	2,036	0,044*	0,144	9,732	0,261	0,168
BBP	3,964	2,358	0,138	1,681	0,095	-0,697	8,624	0,333	0,139

*p<0,05. R=0,60; R²=0,36; F_(6,43)=16,00 p=0,00.

Tablo 6 incelendiğinde erkeklerde aile yaşam doyumu ve benliğin farklılaşması değişkenlerinin birlikte İYÖ değişkeni ile orta düzeyde korelasyon verdiği ve İYÖ değişkenini %36 açıkladıkları görülmektedir (R=0,60; R²=0,36; p<0,05). Standardize edilmiş regresyon katsayılarına göre İYÖ değişkenini yordamadaki önem sıraları ise AYDÖ, BİİG, BBP şeklindedir. BDK, BDT değişkenlerinin ise İYÖ üzerinde anlamlı birer yordayıcı olmadığı görülmektedir.

Analiz sonucunda elde edilen regresyon eşitliği aşağıdaki gibidir:

$$İYÖ_{erkek} = 0,490*AYDÖ_{erkek} - 0,049*BDK_{erkek} - 0,085*BDT_{erkek} + 0,213*BİİG_{erkek} + 0,138*BBP_{erkek}$$

Diğer değişkenler kontrol altına alındığında AYDÖ değişkenindeki bir standart sapma artış İYÖ değişkeninde 0,490 standart sapma artışa; diğer değişkenler kontrol altına alındığında BİİG değişkenindeki bir standart sapma artış İYÖ değişkeninde 0,213 standart sapma artışa neden olmaktadır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

5.1. Evli Kadınlarda ve Erkeklerde Aile Yaşam Doyumu ile İlişkisel Yılmazlık Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Elde edilen araştırma bulgularına göre evli kadın ve erkeklerin aile yaşam doyumunun ilişkisel yılmazlıklarını yordadığını göstermektedir. Bireylerin kök ailelerin işlevselliği şu anki ilişkilerinde stres verici yaşam olayları karşısındaki ilişkisel yılmazlıklarını etkilemektedir.

Bireyin içinde doğup büyüdüğü kök aile kavramı kuşaklarası arası bakış açısına göre ailenin değerleri, tutumları, davranışları ve ilişki örüntüleri çocuğu etkilemekte çocuğun gelecekte kuracağı kişiler arası ilişkilerde kendini göstermektedir (Van Doorn vd., 2007; Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003). Bireylerin kök ailesi ile kurduğu bağlantıların işlevselliği yaşamı boyunca kritik bir öneme sahiptir. Yapılan araştırmalar köken ailede yaşanan deneyimlerin daha sonraki evlilik ve aile işlevselliğini etkileyebileceğini ve işlevsel ailelerde büyümeyen bireylerin yakın ilişkilerinde daha fazla zorluk yaşama eğiliminde olduğunu öne sürmektedir. Çiftlerin evlilik ilişkisinde yaşadıkları zorlukların temeli kendi kök ailelerindeki ilişki problemlerinin uzantısıdır (Framo, 1976; Sabatelli ve Bartle-Haring, 2003, Topham vd., 2005). Nesillerarası aktarım çerçevesinden bakıldığında köken ailedeki iki temel özelliğin; a) ebeveyn boşanması b) ebeveynlerin ilişkilerinin kalitesi bireylerin, kişisel ve evlilik ilişkisini, ilişkilerinin kalitesini ve istikrarını etkilemektedir (Amato vd., 1995). Ebeveynlerin evlilik ilişkisi içerisindeki mutsuzluğu ve boşanma, çocuklarda olumsuz evlilik etkileşiminin göstergesidir. Çocuklar ebeveynlerinin sağlıklı evlilik etkileşimini gözlemleyemediği için zayıf ilişki becerileri geliştirmesine neden olmaktadır (Amato ve Booth, 1997). Zayıf ilişki ve kişiler arası ilişkiler evlilikler için bir risk faktörüdür. Bireylerin kök ailesindeki yaşadıkları deneyimlerin işlevselliği araştırmalara göre evlilik uyumunu (Amato ve Booth, 2001), ilişki kalitesini (Conger vd., 2000), ilişki doyumunu (Falcke vd., 2008; Larson vd., 2001), sosyal ve kişiler arası ilişkilere yönelik algılarını (Weigel vd., 2003; Topham vd., 2005), düşük evlilik çatışmasını (Belyad vd., 2014) olumlu şekilde etkilemektedir. Bunun yanı sıra araştırmalar işlevsel olmayan kök aile deneyimleri ile büyüyen çocukların gelecekte erken yaşta evlilikler yapmasına ve evliliği sona erdirmesine (White, 1991; Amato ve Booth, 2001) neden olurken, evliliğe ve yakın ilişkilere karşı olumlu tutumunu ve evlilik istikrarını (Amato, 1996) ve evlilikteki şiddeti (Rosenbaum ve O'Leary, 1981) olumsuz

etkilemektedir. Bununla birlikte işlevsel olmayan kök ailelerde yetişen çocuklar aile içerisinde tecrübe ettikleri sağlıklı etkileşim kalıpları nedeniyle Yurtiçinde yürütülen çalışmalarda da kök aile kurulan pozitif ilişkilerin evlilikteki, evlilik uyumunu (Çoğalan, 2017), evlilik doyumunu (Gürbüz, 2021), olumlu etkilerken; kök aile ile kurulan işlevsel olmayan ilişkilerin kendi evliliklerindeki çatışma sıklığını (Ülker, 2021) arttırdığını göstermektedir. Aynı zamanda kişilerin evliliklerinin niteliği yalnızca kendi kök ailelerinden değil partnerlerinin kök ailesinden de etkilenmektedir. Kadınlar için evliliklerinin kalitesi partnerinin kök ailesindeki ifade düzeyi ve aile ortamının kalitesinden etkilenirken; erkeklerin evlilik kalitesi eşlerin köken ailelerindeki çatışma düzeyinden etkilenmektedir.

Çocukların evlilik sürecinde ebeveynlerinin destekleyici ve uyumlu evlilik ilişkisi ile büyümesi çocukların yılmazlıkları açısından önemlidir. Garnezy'e (1991) göre kişilerin içinde yetiştiği ailesindeki destekleyici etkileşimler ve uyum bireyin yılmazlığının gelişmesinde koruyucu bir faktördür. Ebeveynleri arasında anlaşmazlık ve sevgi eksikliği olan ailede büyüyen çocuklar ilişki içerisindeki olumlu iletişim sürecini tecrübe edemedikleri için uzun vadede ilişkiyi kolaylaştırabilecek kişiler arası becerileri öğrenememektedir. Ebeveynlerinin kendi aralarında kurdukları ilişkisinin kalitesi stres verici yaşam olayları karşısında çocuklarına karşı tutumlarını etkilemektedir. Olumsuz evlilik ilişkileri ebeveynlerin çocuklarına karşı daha az şefkat göstermesine ve cezalandırıcı, aşırı otoriter ebeveyn disiplini uygulamalarına neden olmaktadır (Amani vd., 2020). Çocuğun gelecekte kuracağı ilişkinin başarısını tahmin etmede de ebeveyn disiplinin niteliği anahtar bir faktördür (Conger vd., 2000). Ebeveynlerin çocukluk ve ergenlik döneminde çocuklarıyla kurduğu destekleyici ilişki, zorlukların üstesinden gelme noktasın kolaylaştırıcı etki gösterebilir. Masten'a (2001) göre de ebeveynlerin ilgili yaklaşımları çocukları olumsuzlukların etkilerinden korumaktadır. Bunun yanı sıra çocukluk ve ergenlik döneminde ebeveynlerin çocukları ile kurduğu ilişkiler yakın zamandaki yılmazlığı değil aynı zamanda yetişkinlikteki kurduğu ilişkilerdeki yılmazlığını da etkilemektedir (Conger ve Conger, 2002). Çocukluk ve ergenlik döneminde çocukların ebeveynlerinden doğru iletişim ve problem çözme becerilerini öğrenmeleri uzun vadede başarılı ilişkileri ve ilişkisel yılmazlığı desteklemektedir. Benzer yapıları çalışmaları ele alındığında, Sabatelli ve Bartle-Haring'in çalışmasına göre evli çiftlerin kök ailesindeki yaşantılarının evlilikteki uyum düzeyleriyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Kara'nın (2019) yapmış olduğu çalışmasına göre

kaçınmacı bağlanma stili ve çocukluk döneminde yaşanan örselenme yaşantıları bireylerin ilişkisel yılmazlığını negatif yönde yordadığını tespit etmiştir. Mevcut bilgiler ışığında evli bireylerin kök aile ilişkilerinin işlevselliği ilişkisel yılmazlığı için koruyucu bir faktördür. İlişkisel yılmazlık alanyazını içerisine yeni giren bir kavram olduğu için bu konuda sınırlı sayıda araştırma mevcuttur. Kök aile ilişkilerin ve ilişkisel yılmazlığın birlikte değerlendirildiği herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Aydoğan (2014) çalışmasına göre kadın ve erkeklerin ilişkisel yılmazlıkları, hem kendi hem de partnerinin ilişkisel yılmazlığını pozitif yönde etkilemektedir. Yapılan diğer araştırmalara göre ilişkisel yılmazlık düzeyinin, cinsiyete göre farklılık göstermediği ile ilgili çalışmalar bulunmaktadır (Kara ve Şahin, 2018; Kaynar, 2016; Akça, 2012; Özcan, 2005). Araştırmanın bulgularına göre kadın ve erkeklerin kök ailelerinin işlevsellik durumu ile ilişkisel yılmazlık arasında pozitif anlamlı ilişkiler olduğu ve işlevsel kök ailelerin ilişkisel yılmazlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna varılmıştır.

5.2. Evli Kadınlarda ve Erkeklerde Benlik Farklılaşması ile İlişkisel Yılmazlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Araştırmanın bulgularına göre evli kadın ve erkeklerde farklılaşmış bir benliğe sahip olmak evlilik ilişkisi içerisinde ilişkisel yılmazlığı anlamlı şekilde yordadığını göstermektedir. Bununla birlikte benlik farklılaşmasının alt boyutlarından olan iç içe geçme ve ben pozisyonu alma ilişkisel yılmazlığı anlamlı şekilde yordarken, duygusal kopma ve duygusal kesme alt boyutları anlamlı şekilde yordamadığı görülmektedir. Benlik farklılaşması düzeyi arttıkça ilişkisel yılmazlık düzeyi artmakta benlik farklılaşması düzeyi azaldıkça ilişkisel yılmazlık düzeyi azalmaktadır. Bireylerin kök ailelerinden sağlıklı şekilde farklılaşması kendi kurdukları çekirdek aile süreçlerini güçlendirirken nihai anlamda evlilik yaşantısını olumlu yönde etkilediği görülmektedir.

Yılmazlık süreç içerisinde etkileşimlerle veya geçmiş deneyimlerle şekillenen ikili bir süreçtir. İlişkisel kültürel modele göre iyi şekilde bağımsızlaşmış benlik gelişimi ilişkisel yılmazlığı arttırmaktadır. Ailedeki süreçlerle şekillenen benliğin farklılaşması çiftlerin evlilik ilişkisi sürecindeki ilişkisel yılmazlığı anlama noktasında koruyucu bir işlev göstermektedir. Jordan'a (1991) göre bireyler ilişkilerinde karşılıklı özgün olabildiğinde karşılıklı bağlantının ve büyümenin olacağı bir zemin oluşur. Bu zeminin oluşmasını sağlayacak olanda bireylerin ailelerinden sağlıklı bir şekilde bağımsızlaşabilmesidir. Yapılan bir çalışmanın sonucuna göre bireylerin benlik farklılaşması düzeyi arttıkça

ilişkilerinde özgün davranma eğilimi artmaktadır (Kalkan, 2018). Bu durumda ilişkisel yılmazlıklarına olumlu şekilde yansiyacaktır.

Bireysel işleyişin en iyi çok kuşaklı aile sistemleri bağlamında ele alınabileceğini düşünen Bowen'a (1976) göre benliğin farklılaşması olgun ve sağlıklı işleyişi göstermektedir. Kişinin duygusal işleyişini ve ilişkilerini düzenleyebilmesinde yakınlık ve özerklik dengesinin kurulmasını sağlamaktadır (Bowen, 1978). Benliğin farklılaşmasının önemli bir yönü stresli yaşam olayları ile başa çıkma kapasitesidir (Bowen ve Kerr, 1988). Farklılaşma düzeyi yüksek bireyler stres ve etkilerine karşı daha dirençli ve daha iyi denge kurma becerisine sahipken daha az farklılaşmış bireyler stres ve etkileri karşısında daha fazla kaygı duyarlar, denge kurmakta zorlanırlar. Stresin etkileri karşısında denge kurmakta problem yaşayan bireyler duygusal tepkisellik, duygusal geri çekilme ve iç içe geçme davranışı sergilerler (Bowen ve Kerr, 1988; Murdock, 2004). Yakın ilişkilerde önemli bir yeri olan benliğin farklılaşması evliliğin sağlıklı bir şekilde ilerlemesinde önemli bir noktadır. Çiftler stresin etkileriyle baş etmede bireyler ne kadar etkili başa çıkma stratejileri ortaya koyarsa ilişkinin memnuniyeti ve refahı da o derece artar. Yapılan araştırmalarda farklılaşma düzeyi yüksek bireylerin evliliklerinin çift uyumu, evlilik doyumu daha yüksekken, farklılaşma düzeyi düşük bireylerin evliliklerinde düşük evlilik kalitesi ve yüksek çatışma olduğu görülmüştür (Skowron, 2000; Skowron ve Friedlander, 1988; Bradbury vd., 2000). Benlik farklılaşması yüksek bireyler evliliklerinde daha esnek ve çatışmalarla daha iyi baş edebilmektedir. Bu durum çiftlerin ilişkisinin kalitesini olumlu şekilde etkilemekte ve kriz durumlarıyla etkin şekilde başedebilmeleri ilişkisel yılmazlıklarına yansımaktadır. Venter ve Snyder (2009) yapmış olduğu çalışmada mevcut çalışmadakine benzer şekilde benliğin farklılaşmasının düzeyi ile ilişkisel yılmazlık düzeyi arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bununla birlikte benlik farklılaşmasında odaklanılan denge kurmak kavramının ilişkisel yılmazlığa yansması eşlerin evlilik ilişkilerinde olumsuz yaşam olayları karşısında işlevselliği artırarak yeniden büyüyerek dengeye gelmesi şeklindedir.

Araştırmanın bulgularına göre evlilik içerisinde ben pozisyonu alabilen ve daha az duygusal kopma ve duygusal tepkisellik yaşayan bireylerin ilişkisel yılmazlık düzeylerinin yüksek olduğu sonucu elde edilmişken daha az farklılaşmış bireyler evliliklerinde daha fazla duygusal kopma ve tepkisellik yaşamak bu durumda süreç içinde daha çok problem yaşamalarına ve ilişkisel yılmazlık düzeylerinin olumsuz etkilenmesine

neden olmaktadır. Skowron vd., (2009) çalışmasına göre yüksek düzeyde benlik farklılaşmasının daha düşük duygusal tepkisellik, daha düşük iç içe geçme ve duygusal kopma ve daha iyi ben pozisyonu alma, daha yüksek düzeyde yılmazlıkla ilişkili olduğu sonucuna varmıştır. Bu araştırmada benlik farklılaşması alt boyutlarından duygusal tepkisellik ve duygusal kopma ilişkisel yılmazlığın anlamlı birer yordayıcısı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Duygusal kopma bireylerin ilişki ve aile içerisinde kendini izole etmesi herhangi bir paylaşımda bulunmamasıdır (Bowen ve Kerr, 1988). Bowen'a (1978) göre benlik farklılaşması daha yüksek bireyler stres verici olaylar karşısında duygusal kopmalar yaşamazlar ve ben pozisyonu alabilirler, başkalarına bağımlılıkları düşük olduğu için duygusal tepkisellikleri de düşüktür. Farklılaşma düzeyi düşük olan bireyler yakın ilişkilerinde sık sık duygusal kopmalar yaşar ve ben pozisyonu alma yetenekleri zayıf olduğu için bağımlıdır ve daha yoğun duygusal tepkisellik yaşarlar. İlişkisel kültürel teorinin temeli insanların ilişkiler yoluyla gelişim gösterdiği ve zorluklar karşısında büyüme ve gelişmenin ilişkiler yoluyla mümkün olacağı şeklindedir. Bireyler yaşadıkları stresli yaşam olayları karşısında duygusal kopmalarla kendilerini yalnızlaştırır ve günlük yaşam enerjisinin büyük bir kısmını duygularını düşünerek geçirip duygusal olarak tepkisel davranırlarsa ilişkileri içerisinde partneriyle bağlantı kurmakta zorlanır. Karşılıklı bağlantının zedelendiği ilişkilerde çiftlerin zorluklarla baş etme becerileri olumsuz etkilenecek bu durumda ilişkisel yılmazlıklarına yansıtacaktır.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre benlik farklılaşması alt boyutlarından iç içe geçme ilişkisel yılmazlığın anlamlı yordayıcısıdır. İç içe geçme başkalarıyla yaşayan bireylerin kendi duygu ve düşünceleriyle hareket etmeden başkalarını referans alarak sınırları bulanık olan benlik ortaya koymasındır. Bu durumda iç içe geçme bireylerin başka bireylere bağımlı hale gelmesine neden olarak farklılaşmasını etkileyeceğinden istenmedik bir durumdur. Bu bağlamda toplumdaki yaşanan kültürün bireyci ya da toplulukçu eğilimleri iç içe geçme davranışını açıklamada benlik kurgularındaki farklılaşma çerçevesinde açıklanabilir. Benlik kurgusu bireyin dünyayı algılama biçimini, değerlerini, tutumlarını, rollerini etkileyerek davranışlarını yönlendirmektedir (Markus ve Kitayama, 2003). Kültürel özellikler farklı benlik kurgularının şekillenmesinde etkindir. Bireyci ya da toplulukçu değerler benlik kurgularının farklılaşmasına neden olmaktadır (Kağıtçıbaşı, 2000; Kitayama ve Cohen, 2007). Bireyci toplumlarda yer alan bireyler içinde bulundukları gruptan bağımsız şekilde özerktirler. Toplulukçu toplumlarda ise birey içinde bulunduğu topluma bağımlıdır, bireysel amaçlardan değil grubun

amaçları ön plandadır (Triandis, 2000, 2001). Bu eksenle bireyci ya da toplulukçu olarak değerlendirildiğinde Türk toplum yapısı toplulukçu bir yapıya sahip olduğu değerlendirilebilir. Kağıtçıbaşı (2000) aile yapısının değişime uğradığı vurgulayarak Türk toplumunun hem bireyci hem de toplulukçu kültürler sergilediğini vurgulamaktadır. Kuramsal bilgi ışığında geçiş toplumu olan Türk toplumu yapısı göz önünde bulundurulduğunda iç içe geçmenin yani başka bireylerle bağımlı davranışlar sergilemenin beklenen ve toplum tarafından destek gören bir durum olduğu söylenebilir.

Sonuç olarak benliğin farklılaşması ile çiftlerin evliliklerindeki ilişkilerinin niteliğini etkilediği yönünde yurtiçi ve yurtdışı alanyazınında birçok araştırma mevcuttur (Polat ve İlhan, 2018; Kalkan, 2018; Öselenmiş, 2022; Akar, 2019; Lee ve Kim, 2011; Park ve Byun, 2017; Skowron, 2000). Mevcut araştırmalar ışığında benlik farklılaşması evlilik ilişkisi için önemli bir yordacı olduğu sonucuna varılabilir. Araştırmanın bulgularına göre benlik farklılaşması alt boyutlarından duygusal tepkisellik dışında ilişkisel yılmazlık ile arasında pozitif anlamlı ilişkilerin olduğu benliğin farklılaşma düzeyinin alt boyutlarından iç içe geçme ve ben pozisyonu almanın ilişkisel yılmazlığın yordayıcısı olduğunu göstermektedir. Mevcut çalışma sonuçlarının alanyazınında önemli bir boşluğu dolduracağı ve gelecekteki yapılacak çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu bölümde çalışmanın bulguları ışığında ulaşılan sonuçlara göre araştırmacılar ve uygulayıcılara yönelik önerilere yer verilecektir.

6.1. Sonuçlar

Araştırmadan elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

1. İlişkisel yılmazlık ve aile yaşam doyumu değişkenleri arasında hem kadın hem erkek katılımcılar için orta düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmüştür.
2. Kadın katılımcılar için ilişkisel yılmazlık ile benlik farklılaşması ölçeğinin alt boyutlarından duygusal kopma, iç içe geçme ve ben pozisyonu alma arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.
3. Erkek katılımcılar için ilişkisel yılmazlık ve benlik farklılaşması ölçeğinin alt boyutlarında duygusal kopma ve iç içe geçme alt boyutları arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki, ben pozisyonu alma alt boyutu arasında orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.
4. Benlik farklılaşması ölçeğinin bir diğer alt boyutu olan duygusal tepkisellik hem erkek hem kadın katılımcılar için ilişkisel yılmazlıkla anlamlı ilişki göstermemiştir.
5. Kadınlar için aile yaşam doyumu ve benlik farklılaşması ilişkisel yılmazlığı %29 açıklarken erkekler için aile yaşam doyumu ve benlik farklılaşması ilişkisel yılmazlığı %36 yordadığı görülmektedir.
6. Evli kadın ve erkeklerin kök aile işlevselliği ve benlik farklılaşması düzeyi arttıkça ilişkisel yılmazlık düzeyleri de artmaktadır.

6.2. Öneriler

Araştırma sonuçlarına göre aşağıdaki öneriler sunulmuştur.

1. Daha geniş örneklem grubu ile benzer çalışmalar yürütülebilir. Araştırmaya kırsal kesimde yaşayan evli çiftlerin daha fazla katılımı sağlanarak yapılması sosyo-kültürel farklılıkların ilişkisel yılmazlığa etkisi ortaya konabilir.
2. Bu araştırmada kesitsel desen kullanılmıştır. Evlilik üzerine ülkemizde yapılan çalışmalarda deneysel ve boylamsal yapılan çalışmaların sayısı sınırlıdır.

Gelecekte yapılacak çalışmalarda deneysel ve boylamsal desenlerin kullanılması alana katkıda bulunabilir.

3. Benzer çalışmaların sınırlı olduğu göz önünde bulundurularak farklı risk grubunda bulunan (travma yaşantısı olan bireyler, aile içinde şiddet gören ya da cezaevinde veya sevgi evlerinde büyüyen bireyler) çiftlerin katılım sağlayacağı çalışmalar yapılabilir.
4. Bu çalışma evli bireylerle yürütülmüştür. İleride yapılacak çalışmalarda nişanlı ya da romantik ilişki yaşayan çiftlerle yapılabilir.
5. Bu araştırmada her iki eşinde çalışmaya katılması şartı aranmamıştır. İleride yapılacak çalışmalar dyadic (ikili) yapılabilir.
6. Kök aile ilişkilerinin evlilik ilişkine yansımaları ortaya koyan bu çalışmanın ışığında gelecekte evlilik öncesi süreçte evlenmek isteyen çiftlere önleyici ve evlilik sürecine adaptasyonu kolaylaştırıcı farkındalık temelli programlar ve telefon uygulamaları geliştirilebilir.
7. Çalışmaya göre ailenin işlevselliği kişinin tüm hayatında etkisini göstermektedir. Çalışmanın sonuçları ışığında ebeveynlere yönelik etkili anne-baba eğitimi programları geliştirilip okullarda ve diğer kurum-kuruluşlarda verilecek eğitimlerle ailelerin işlevselliği artırılabilir. Bu sayede çocuklar doğru evlilik modellerini gözlemle fırsatı elde ederek kendi evliliklerini doğru temeller üzerinde yapılındırabilir.
8. Alan uzmanları tarafından özellikle dezavantajlı bölgelerdeki risk grubundaki ailelere yönelik evliliği güçlendirme eğitimleri düzenlenerek kök aile işlevselliğinin ilişkisel yılmazlıkla olan bağlantısına yönelik farkındalık kazandırılabilir.
9. Alan uzmanları tarafından yılmazlığa teşvik eden aile etkileşimlerinin kalıcı önemini vurgulayan etkili ebeveynlik önleme programları geliştirilebilir.

KAYNAKÇA

- Afifi, T. D., & Nussbaum, J. (2006). *Stress and adaptation theories. Families across the lifespan*. In D. O. Braithwaite, & L. A. Baxter (Eds.), *Engaging theories in family communication: Multiple perspectives* (pp. 276-292). Thousand Oaks: Sage. <https://doi.org/10.4135/9781452204420.n18>
- Afifi, T. D. (2018). Individual/relational resilience. *Journal of Applied Communication Research*, 46(1), 5-9. <https://doi.org/10.1080/00909882.2018.1426707>
- Ahlert, I. A., & Greeff, A. P. (2012). Resilience factors associated with adaptation in families with deaf and hard of hearing children. *American annals of the deaf*, 157(4), 391–404. <https://doi.org/10.1353/aad.2012.1629>
- Akar, K. (2019). *The role of differentiation of self and attachment anxiety in the association between family of origin functioning and couple relationship quality* (Unpublished master's thesis). Ozyegin University. <https://acikbilim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/103367>
- Amani, R., & Khosroshahi, A. S. (2020). The structural model of marital quality based on secure attachment style through the mediating role of self-compassion, resilience, and perspective-taking. *The American Journal of Family Therapy*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/01926187.2020.1813653>
- Amato, P.R., & Booth, A. (1991). Consequences of parental divorce and marital unhappiness for adult well-being. *Social Forces*, 69 (3), 895-914. <https://doi.org/10.2307/2579480>
- Amato, P. R (1994). Father-child relations, mother-child relations, and offspring psychological well-being in early adulthood, *Journal of Marriage and Family*, 56 (4). <https://doi.org/10.2307/353611>
- Amato, P. R. (1996). Explaining the intergenerational transmission of divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 58(3), 628–640. <https://doi.org/10.2307/353723>
- Amato, P. R., Loomis, L. S., & Booth, A. (1995). Parental divorce, marital conflict, and offspring well-being during early adulthood. *Social Forces*, 73(3), 895–915. <https://doi.org/10.2307/2580551>
- Amato, P. R., & Booth, A. (1997). *A generation at risk: Growing up in an era of family upheaval*. Cambridge, MA: Harvard University Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctvjsf3nc>

- Amato, P. R. (1999). Children of divorced parents as young adults. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective* (pp. 147–163). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 1269–1287. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x>
- Amato, P. R., & Booth, A. (2001). The legacy of parents' marital discord: Consequences for children's marital quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(4), 627–638. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.4.627>
- Amato, P. R., & DeBoer, D. D. (2001). The transmission of marital instability across generations: Relationship skills or commitment to marriage? *Journal of Marriage and Family*, 63(4), 1038–1051. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.01038.x>
- Anda, R. F., Felitti, V. J., Bremner, J. D., Walker, J. D., Whitfield, C., Perry, B. D., Dube, S. R., & Giles, W. H. (2006). The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood: A convergence of evidence from neurobiology and epidemiology. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 256(3), 174–186. <https://doi.org/10.1007/s00406-005-0624-4>
- Antonovsky, A., & Sourani, T. (1988). Family sense of coherence and family adaptation. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 79–92. <https://doi.org/10.2307/352429>
- Allison, M., & Sabatelli, R. M. (1988). Differentiation and individuation as mediators of identity and intimacy in adolescence. *Journal of Adolescent Research*, 3, 1–16. <https://doi.org/10.1177/074355488831002>
- Aydoğar, D. (2014). *Çiftlerde ilişkisel yılmazlığın ebeveynlik stresi, ilişkisel başa çıkma, ilişkisel profesyonel yardım arama ile ilişkisi* (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydoğan, D., & Ozbay, Y. (2015). *Development of relational resilience scale for married individuals*. 13th National Congress of psychological counseling and guidance. Paper presented at the 13th National Congress of psychological counseling and guidance, Mersin, Turkey.
- Aydoğan, D., & Kizildag, S. (2017). Examination of relational resilience with couple burnout and spousal support in families with a disabled child. *The Family Journal*, 25(4), 407–413. <https://doi.org/10.1177/1066480717731215>

- Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2017). Ebeveynlik stres ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2(2),24-38.
- Aydogan, D., & Ozbay, Y. (2018). Mediation role of dyadic coping on parenting stress and relational resilience in couples. *Marriage & Family Review*, 54(2), 128–147. <https://doi.org/10.1080/01494929.2017.1302900>
- Aydogan, D., & Dincer, D. (2020). Creating resilient marriage relationships: Self-pruning and the mediation role sacrifice with satisfaction. *Current Psychology*, 39(2), 500–510. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00472-x>
- Aydogan, D. Kara, E. Kalkan, E. (2021). Understanding relational resilience of married adults in quarantine days. *Current Psychology*. 1-11. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02224-2>
- Bagarozzi, D. A., & Anderson, S. A. (1989). *Personal, marital and family myths: Theoretical formulations and clinical strategies*. New York: Norton. <https://doi.org/10.4324/9781315804149>
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Prentice-Hall.
- Basim, H. N., & Çetin, F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması [The reliability and validity of the Resilience Scale for Adults-Turkish Version]. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104–114.
- Beavers, R. and Hampson, R.B., (2000). The Beavers Systems Model of Family Functioning. *Journal of Family Therapy*, 22, 128-143. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00143>
- Beavers, W.B. and Hampson, R.B. (1990) *Successful Families: Assessment and Intervention*, New York: W.W. Norton. <https://doi.org/10.1192/S0007125000124882>
- Begun, A. L. (1993). Human behavior and the social environment: The vulnerability, risk and resilience model. *Journal of Social Work Education*, 29, 26-36. <https://doi.org/10.1080/10437797.1993.10778796>
- Belsky, J., & Isabella, R. A. (1985). Marital and parent–child relationships in family of origin and marital change following the birth of a baby: A retrospective analysis. *Child Development*, 56(2), 342–349. <https://doi.org/10.2307/1129724>
- Bennett, T., Rowe, V., & DeLuca, D. (1996). Getting to Know Abby. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 11(3), 183-188. <https://doi.org/10.1177/108835769601100308>

- Benard, B. (1995). Fostering Resilience in Children. ERIC Digest.
- Bilgin, E. (2022) *Evli bireylerde öz şefkat ve kök aile ilişkileri* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Birch, P. J. (1999). Family-Of-Origin Distress And Intimacy In Later-Life Couples. Master Of Science, Department Of Marriage And Family Therapy, Brigham Young University, USA
- Black, K., & Lobo, M. (2008). A conceptual review of family resilience factors. *Journal of Family Nursing*, 14(1), 33–55. <https://doi.org/10.1177/1074840707312237>
- Blagys, M. D., & Hilsenroth, M. J. (2000). Distinctive features of short-term psychodynamic-interpersonal psychotherapy: A review of the comparative psychotherapy process literature. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 7(2), 167– 188. <https://doi.org/10.1093/clipsy.7.2.167>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi
- Büyüköztürk, Ş. (2021) *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum*. Pegem Akademi
- Revenson, T. A., Kayser, K., & Bodenmann, G. (Eds.). (2005). *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11031-000>
- Booth, A., & Edwards, J. N. (1990). Transmission of marital and family quality over the generations: The effects of parental divorce and unhappiness. *Journal of Divorce*, 13, 41–58. https://doi.org/10.1300/J279v13n02_02
- Botha, A., Berg, H. S., & Venter, C. A. V. (2009). The relationship between family-of-origin and marital satisfaction. *Health SA Gesondheid*, 14(1), 1–7. <https://doi.org/10.4102/hsag.v14i1.441>
- Bouchard, G. and Doucet, D. (2011). Parental divorce and couples' adjustment during the transition to parenthood: The role of parent-adult child relationships. *Journal of Family Issues*, 32(4), 507-527. <https://doi.org/10.1177/0192513X10389304>
- Bowen M. (1966). The use of family theory in clinical practice. *Comprehensive psychiatry*, 7(5), 345–374. [https://doi.org/10.1016/s0010-440x\(66\)80065-2](https://doi.org/10.1016/s0010-440x(66)80065-2)
- Bowen, M. (1975). Bowen on triangles, Part II. *The Family*, Vol. 2, No. 1, pp. 35-38.
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. *Family therapy: Theory and practice*, 4(1), 2-90.

- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. United States: Rowman & Littlefiel Publishers.
- Bowen, M. (1981). *Theory in the practice of psychotherapy*. In G. Berenson & H. White (Eds.), *Annual review of family therapy*. New York: Human Sciences Press.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Vol. 2. Separation, anxiety, and anger. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201–210.
- Bowlby, J. (1980). Attachment and loss: Vol. 3. Loss. New York: Basic Books.
- Bradley, J. M., & Hojjat, M. (2017). A model of resilience and marital satisfaction. *The Journal of Social Psychology*, 157(5), 588–601. <https://doi.org/10.1080/00224545.2016.1254592>
- Brewin, C. R., Andrews, B., & Valentine, J. D. (2000). Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(5), 748–766. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.5.748>
- Buluş, M. ve Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40), 136-152. <https://doi.org/10.21764/efd.00737>.
- Carr, K. (2012). *Examining the Role of Family and Marital Communication in Understanding Resilience to Family-of-Origin Adversity*. Communication Studies Theses, Dissertations, and Student Research. University of Nebraska-Lincoln
- Carter, B. & McGoldrick, M. (1999). Overview. In Carter, B. and McGoldrick, M. *The expanded family life cycle: Individual family and social perspectives*. (3rd ed.). Boston MA: Allyn and Bacon.
- Caspi, A., & Elder, G. H., Jr. (1988). *Emergent family patterns: The intergenerational construction of problem behavior and relationships*. In R. A. Hinde & J. Stevenson-Hinde (Eds.), *Relationships within families* (pp. 218-240). New York: Oxford University Press
- Chen, R., & Busby, D. M. (2018). Family of origin experiences on relationship satisfaction: A mediation model. *Journal of Family Therapy*. 41(1), 80–101. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12217>

- Cicchetti, D., & Garmezy, N. (1993). Prospects and promises in the study of resilience. *Development and Psychopathology*, 5(4), 497–502. <https://doi.org/10.1017/S0954579400006118>
- Clark, M. S., & Lemay, E. P., Jr. (2010). Close relationships. In S. T. Fiske, D. T. Gilbert, & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of social psychology* (pp. 898–940). John Wiley & Sons, Inc.. <https://doi.org/10.1002/9780470561119.socpsy002025>
- Cohen, O., Slonim, I., Finzi, R., & Leichtentritt, R. D. (2002). Family resilience: Israeli mothers' perspectives. *American Journal of Family Therapy*, 30(2), 173–187. <https://doi.org/10.1080/019261802753573876>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Collishaw, S., Pickles, A., Messer, J., Rutter, M., Shearer, C., & Maughan, B. (2007). Resilience to adult psychopathology following childhood maltreatment: evidence from a community sample. *Child abuse & neglect*, 31(3), 211–229. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.02.004>
- Comstock, D. L., Duffey, T., & St. George, H. (2002). The relational-cultural model: A framework for group process. *Journal for Specialists in Group Work*, 27(3), 254–272. <https://doi.org/10.1177/0193392202027003002>
- Conger, R. D., Elder, G. H., Jr., Lorenz, F. O., Simons, R. L., & Whitbeck, L. B. (1994). *Families in troubled times: Adapting to change in rural America*. Aldine de Gruyter.
- Conger, R. D., Cui, M., Bryant, C. M., & Elder, G. H., Jr. (2000). Competence in early adult romantic relationships: A developmental perspective on family influences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 224–237. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.2.224>
- Conger, R. D., & Conger, K. J. (2002). Resilience in Midwestern families: Selected findings from the first decade of a prospective, longitudinal study. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 361–373. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00361.x>
- Connolly, C. M. (2005). A Qualitative Exploration of Resilience in Long-Term Lesbian Couples. *The Family Journal*, 13(3), 266–280. <https://doi.org/10.1177/1066480704273681>

- Contreras, J. M., Kerns, K. A., Weimer, B. L., Gentzler, A. L., & Tomich, P. L. (2000). Emotion regulation as a mediator of associations between mother–child attachment and peer relationships in middle childhood. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 111–124. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.1.111>
- Cui, M., & Fincham, F. D. (2010). The differential effects of parental divorce and marital conflict on young adult romantic relationships. *Personal Relationships*, 17(3), 331–343. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01279.x>
- Cutler, H. A., & Radford, A. (1999). Adult Children of Alcoholics: Adjustment to a College Environment. *The Family Journal*, 7(2), 148-153. <https://doi.org/10.1177/1066480799072007>
- Çalışkan, M. , Toker, M. & Özbay, Y. (2017). Aile Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması . *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi* , 2(1) ,1-9.Retrieved from <http://ijeces.hku.edu.tr/tr/pub/issue/29006/306498>
- Çoğalan, Y. (2017). *Evli bireylerin kök aileleriyle ilişkileri ve evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Dalkılıç, M., & Güloğlu, B. (2016). Otizmlı çocuğu olan çiftlerin evlilik doyumları: Kaygı, ilişkisel yılmazlık, psikolojik yardım alma tutumları değişkenleri açısından bir inceleme. *İstanbul Aydın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 29-54.
- Danielson, C. B., Hamel-Bissell, B., & Winstead-Fry, P. (1993). Families, health & illness. Perspectives on coping and intervention. St. Louis, MO: Mosby- Year Book.
- Davies, P. T., & Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116(3), 387–411. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.387>
- Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self- determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- DeFrain, J. (1999). Strong families around the world. *Family Matters*, 53, 6-13.
- DeFrain, J., & Asay, S. M. (2007). Strong families around the world: An introduction to the family strengths perspective. *Marriage & Family Review*, 41(1-2), 1–10. https://doi.org/10.1300/J002v41n01_01

- Dinç, T. (2021). Ebeveyn Tükenmişliği, Ebeveyn Stresi ve İlişkisel Yılmazlığın Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ufuk Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Drake, J. R., Murdock, N. L., Marszalek, J. M., & Barber, C. E. (2015). Differentiation of Self Inventory—Short Form: Development and preliminary validation. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 37(2), 101–112. <https://doi.org/10.1007/s10591-015-9329-7>
- Donnon, T., & Hammond, W. (2007). Understanding the Relationship between Resiliency and Bullying in Adolescence: An Assessment of Youth Resiliency from Five Urban Junior High Schools. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 16(2), 449-471. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2006.11.007>
- Dooley, C., & Fedele, N. (1999). Mothers and sons: Raising relational boys (Work in Progress No. 84). Wellesley, MA: Stone Center Working Paper Series.
- Doucet, J., & Aseltine, R. H., Jr. (2003). Childhood family adversity and the quality of marital relationships in young adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(6), 818–842. <https://doi.org/10.1177/0265407503206006>
- Duncan, J., Bowden, C. & Smith, A. B. (2005). Early Childhood Centers and Family Resilience. Ministry of Social Development.
- Eminağaoğlu, N. (2006). *Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (sağlamlık)*. (Yayımlanmamış doktora tezi), Ege Üniversitesi, İzmir.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M., & Bishop, D. S. (1983). The McMaster Family Assessment Device. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9(2), 171–180. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1983.tb01497.x>
- Erel, O., & Burman, B. (1995). Interrelatedness of marital relations and parent-child relations: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 118(1), 108–132. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.108>
- Ersanlı, K., & Kalkan, M. (2008). Evlilik ilişkilerini geliştirme: Kuram ve uygulama. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Falcke, D., Wagner, A., & Mosmann, C. P. (2008). The relationship between family-of-origin and marital adjustment for couples in Brazil. *Journal of family psychotherapy*, 19(2), 170-186. <https://doi.org/10.1080/08975350801905020>

- Fedele, N. (1994). Relationships in groups: Connection, resonance and paradox (Work in Progress No. 69). Wellesley, MA: Stone Center Working Paper Series
- Framo J. L. (1976). Family of origin as a therapeutic resource for adults in marital and family therapy: you can and should go home again. *Family process*, 15(2), 193–210. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1976.00193.x>
- Framo, J. L. (1981). The integration of marital therapy with sessions with family of origin. In A. S. Gurman & D. P. Kniskern (Eds.), *Handbook of family therapy* (pp. 133-156). New York: Brunner/Mazel.
- Filsinger, E. E., & Lamke, L. K. (1983). The lineage transmission of interpersonal competence. *Journal of Marriage and the Family*, 45(1), 75–80. <https://doi.org/10.2307/351296>
- Gardner, B.C., Busby, D.M., & Brimhall, A.S. (2007). Putting Emotional Reactivity in its Place? Exploring Family-of-origin Influences on Emotional Reactivity, Conflict, and Satisfaction in Premarital Couples. *Contemporary Family Therapy*, 29, 113-127. <https://doi.org/10.1007/S10591-007-9039-X>
- Garmezy, N. (1985). Stress-resistant children: The search for protective factors. In J. E. Stevenson (Ed.), *Recent research in developmental psychopathology: Journal of Child Psychology and Psychiatry Book Supplement #4* (pp. 213-233). Oxford: Pergamon.
- Garmezy N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric annals*, 20(9), 459–466. <https://doi.org/10.3928/0090-4481-19910901-05>
- Garmezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 56(1), 127–136.
- Gianesini, G. (2011). July 29-August 2). Resilience and its shielding effect on relationship quality and life satisfaction. [paper presentation]. 69th Annual ICP Conference (International Council of Psychologists). [https://doi.org/10.1108/s1530-3535\(2013\)0000007013](https://doi.org/10.1108/s1530-3535(2013)0000007013)
- Gizir, C. A. (2004). *Akademik sağlamlılık: Yoksulluk içindeki sekizinci sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına katkıda bulunan koruyucu faktörlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113- 128.
- Gladding, S.T. (2015). Aile Terapisi Tarihi Kuram ve Uygulamaları. (İ. Keklik ve İ. Yıldırım Çev. Editörleri), Ankara: PDR Derneği Yayınları.
- Goldenberg, H. ve Goldenberg, I. (2017). *Family therapy: An overview*. New York: Cengage learning.
- Gonczarowski, Y. A., Nisan, N., Ostrovsky, R. ve Rosenbaum, W. (2019). A stable marriage requires communication. *Games and Economic Behavior*, 118, 626-647. <https://doi.org/10.1016/j.geb.2018.10.013>
- Gordon Rouse, K.A., M. Longo and M. Trickett: 2000, Fostering resilience in children: Fostering resilience. Removed from the World Wide Web on 9 October 2001: <http://content.ag.ohiostate.edu/ohioline/b875/b8755.html>
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Gunnar, M. R. (2006). Social Regulation of Stress in Early Child Development. In K. McCartney & D. Phillips (Eds.), *Blackwell handbook of early childhood development* (pp.106 125).Black well Publishing. <https://doi.org/10.1002/9780470757703.ch>
- Gülyüksel Akdağ, F., & Cihangir Çankaya, Z. (2015). Evli bireylerde psikolojik iyi oluşun yordanması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 646-662. <https://doi.org/10.17860/efd.67613>
- Gürbüz, F. (2021). *İlişkilere yönelik akılcı olmayan inançların kök aile deneyimlerinin fonksiyonelliği ile anne babaya bağlanmanın evlilik doyumu ile olan ilişkisinde aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi. Ankara
- GÜRGAN U (2006). Yılmazlık Ölçeği (YÖ): Ölçek Geliştirme, Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(2), 45 - 74.
- Graham, J. M., & Conoley, C. W. (2006). The role of marital attributions in the relationship between life stressors and marital quality. *Personal Relationships*, 13, 231-241. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00115.x>
- Greeff, A.P., & Thiel, C. (2012). Resilience in Families of Husbands with Prostate Cancer. *Educational Gerontology*, 38, 179 - 189. <https://doi.org/10.1080/03601277.2010.532068>

- Greeff, A. P., & Human, B. (2004). Resilience in families in which a parent has died. *American Journal of Family Therapy*, 32(1), 27–42. <https://doi.org/10.1080/01926180490255765>
- Greeff, A. P., & Van Der Merwe, S. (2004). Variables associated with resilience in divorced families. *Social Indicators Research*, 68(1), 59–75. <https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000025569.95499.b5>
- Greene, R. R., & Conrad, A. P. (2002). Basic assumptions and terms. In R. R. Greene (Eds), *Resiliency: An integrated approach to practice, policy and research* (pp.29–62). Washington, DC: NASW Press.
- Hanson, S. M. (2001a). Family assessment and intervention. In S. M. Hanson (Ed.), *Family health care nursing: Theory, practice, and research* (2nd ed., pp.170–195). Philadelphia: F.A. Davis.
- Hartling, L. M., Rosen, W. B., Walker, M., & Jordan, J. V. (2004). Shame and Humiliation: From Isolation to Relational Transformation. In J. V. Jordan, M. Walker, & L. M. Hartling (Eds.), *The complexity of connection: Writings from the Stone Center's Jean Baker Miller Training Institute* (pp. 103–128). The Guilford Press.
- Hartling, L. M. (2008). Strengthening resilience in a risky world: It's all about relationships. *Women & Therapy*, 31(2-4), 51–70. <https://doi.org/10.1080/02703140802145870>
- Harvey, D. M., & Bray, J. H. (1991). Evaluation of an intergenerational theory of personal development: Family process determinants of psychological and health distress. *Journal of Family Psychology*, 4(3), 298–325. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.4.3.298>
- Hawley, D. R., & DeHaan, L. (1996). Toward a definition of family resilience: Integrating life-span and family perspectives. *Family Process*, 35(3), 283–298. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1996.00283.x>
- Hawley, D. R. (2000). Clinical implications of family resilience. *American Journal of Family Therapy*, 28(2), 101–116. <https://doi.org/10.1080/019261800261699>
- Heiman, T. (2002). Parents of children with disabilities: Resilience, coping, and future expectations. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 14(2), 159–171. <https://doi.org/10.1023/A:1015219514621>

- Heim, C., & Nemeroff, C. B. (2001). The role of childhood trauma in the neurobiology of mood and anxiety disorders: Preclinical and clinical studies. *Biological Psychiatry*, 49(12), 1023–1039. [https://doi.org/10.1016/S0006-3223\(01\)01157-X](https://doi.org/10.1016/S0006-3223(01)01157-X)
- Hiçdurmaz D, Öz F. Hemodiyaliz ve Sürekli Ayaktan Periton Diyalizi Uygulanan Hastaların Stresle Başa Çıkma Biçimleri. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi* 2009;16(3):1-16.
- Hovestadt, A. J., Anderson, W. T., Piercy, F. P., Cochran, S. W., & Fine, M. (1985). A family-of-origin scale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11(3), 287–297. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1985.tb00621.x>
- Holman, T. B. & Birch, P. J. (2001). Family-of-origin structures and processes and adult children's marital quality. In T. B. Holman & Associates (Eds.), *Premarital prediction of marital quality or break up: Research, theory, and practice*. New York: Plenum Press.
- Holman, T.B., & Busby, D.M. (2011). Family-of-Origin, Differentiation of Self and Partner, and Adult Romantic Relationship Quality. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 10, 19-3. <https://doi.org/10.1080/15332691.2010.539171>
- Howell, K. H., Miller-Graff, L. E., Schaefer, L. M., & Scrafford, K. E. (2020). Relational resilience as a potential mediator between adverse childhood experiences and prenatal depression. *Journal of Health Psychology*, 25(4), 545–557. <https://doi.org/10.1177/1359105317723450>
- Huber, C. H., Navarro, R. L., Womble, M. W., & Mumme, F. L. (2010). Family resilience and midlife marital satisfaction. *The Family Journal*, 18(2), 136–145. <https://doi.org/10.1177/1066480710364477>
- Innes, M. Satir's Therapeutically Oriented Educational Process: A Critical Appreciation. *Contemporary Family Therapy* 24, 35–56 (2002). <https://doi.org/10.1023/A:1014369504991>
- Jordan, J. V., Kaplan, A. G., Miller, J. B., Stiver, I. P., & Surrey, J. L. (1991). *Women's growth in connection: Writings from the Stone Center*. The Guilford Press.
- Jordan, J.V., & Dooley, C. (2000). *Relational practice in action: A group manual*. Wellesley, MA: Stone Center
- Jordan, J. V. (2000). The role of mutual empathy in relational/cultural therapy. *Journal of Clinical Psychology*, 56(8), 1005–1016. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(200008\)56:8<1005::AID-JCLP2>3.0.CO;2-L](https://doi.org/10.1002/1097-4679(200008)56:8<1005::AID-JCLP2>3.0.CO;2-L)

- Jordan, J. V., & Hartling, L. M. (2002). New developments in relational-cultural theory. In M. Ballou & L. S. Brown (Eds.), *Rethinking mental health and disorder: Feminist perspectives* (pp. 48–70). The Guilford Press
- Liang, B., Tracy, A.J., Taylor, C.A., Williams, L.M., Jordan, J., & Miller, J.B. (2002). The Relational Health Indices: A Study of Women's Relationships. *Psychology of Women Quarterly*, 26, 25 - 35.
- Jordan, J. V., Walker, M., & Hartling, L. M. (Eds.). (2004). *The complexity of connection: Writings from the Stone Center's Jean Baker Miller Training Institute*. The Guilford Press.
- Jordan, J.V. (2005). Relational Resilience in Girls. In: Goldstein, S., Brooks, R.B. (eds) *Handbook of Resilience in Children*. Springer, Boston, MA. https://doi.org/10.1007/0-306-48572-9_6
- Jordan, J. V. (2010). *Relational-cultural therapy*. Washington, DC: American Psychological Association <https://doi.org/10.1080/15401381003627368>
- Kaner, S. & Bayraklı, H. (2010). Aile Yılmazlık Ölçeği: Geliştirilmesi, Geçerliği ve Güvenirliği, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi*, 11(2), 47-62.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). The autonomous-relational self. *European Psychologist*, 1(3), 180- 186. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.1.3.180>
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). Kültürel psikoloji-kültür bağlamında insan ve aile. Evrim Yayınları
- Kalkan,E.(2018). *Evlilik ilişkisi kalitesinin benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük bağlamında incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Kara, E. (2019). *Evli bireylerde çocukluk dönemi örselenme yaşantıları ile ilişkisel yılmazlık ve evlilikte öz yetkinlik arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolü* (Doktora tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Karney, B. R., Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2005). Marriages in Context: Interactions Between Chronic and Acute Stress Among Newlyweds. In T. A. Revenson, K. Kayser, & G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress: Emerging*

- perspectives on dyadic coping* (pp. 13–32). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11031-001>
- Karairmak, Ö. (2007). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study*. (Yayımlanmamış doktora tezi).Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Kelly, J. B., & Emery, R. E. (2003). Children's Adjustment Following Divorce: Risk and Resilience Perspectives. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 52(4), 352–362. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00352.x>
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. W W Norton & Co.
- Kerr, M. E. (1981). *Family systems theory and therapy*. Handbook of Family Therapy, 1, 226– 264.
- Kerr, M. E. (2003). *Multigenerational family systems theory of Bowen and its application*. G. P. Sholevar (Ed.), Textbook of family and couples therapy: Clinical applications içinde (ss.103–126). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, Inc.
- Kirby, L. D., & Fraser, M. W. (1997). Risk and resilience in childhood. In M. Fraser (Ed.), Risk and resilience in childhood (pp. 10–33). Washington, DC: NASW Press.
- Kitayama, S., & Cohen, D. (Eds.). (2007). *Handbook of cultural psychology*. The Guilford Press.
- Klein, R. J., Nicholls, R. J., ve Thomalla, F. (2003). Resilience to natural hazards: How useful is this concept?, *Global Environmental Change Part B: Environmental Hazards*, 5(1), 35-45. <https://doi.org/10.1016/j.hazards.2004.02.001>
- Knussen, C., & Sloper, P. (1992). Stress in families of children with disability: A review of risk and resistance factors. *Journal of Mental Health*, 1(3), 241–256. <https://doi.org/10.3109/09638239209005457>
- Koenig Kellas, J., & Trees, A.R. (2006). Finding Meaning in Difficult Family Experiences: Sense-Making and Interaction Processes During Joint Family Storytelling. *Journal of Family Communication*, 6, 49 - 76. https://doi.org/10.1207/s15327698jfc0601_4
- Koerner, A.F., & Fitzpatrick, M.A. (2002). You never leave your family in a fight: The impact of family of origin on conflict behavior in romantic relationships.

<https://doi.org/10.1080/10510970209388588>

- Lampis, J., Cataudella, S., Busonera, A., & Skowron, E. A. (2017). The role of differentiation of self and dyadic adjustment in predicting codependency. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 39(1), 62–72. <https://doi.org/10.1007/s10591-017-9403-4>
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 43(2), 228–237. <https://doi.org/10.2307/585327>
- Larson, J.H., Taggart-Reedy, M. & Wilson, S.M. The Effects of Perceived Dysfunctional Family-of-Origin Rules on the Dating Relationships of Young Adults. *Contemporary Family Therapy* 23, 489–512 (2001). <https://doi.org/10.1023/A:1013009213860>
- Lee, I., Lee Ok, E., Kim, S. H., Park, S. Y., Song, M. & Park Hwan, Y. (2003). Concept development of family resilience: A study of Korean families with a chronically ill child. *Journal of Clinical Nursing*, 13, 636-645.
- Lee, J. R., & Kim, Y. H. (2011). The influence of family-of-origin differentiation on marital adjustment: mediating effects of anxiety and sense of well-being. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 49(7), 13-24. <https://doi.org/10.6115/khea.2011.49.7.013>
- Li, P. F., & Wickrama, K. A. S. (2014). Stressful life event, marital satisfaction, and marital management skills of Taiwanese couples. *Family Relations*, 63(2), 193–205. <https://doi.org/10.1111/fare.12066>
- Lim, J. W., Shon, E. J., Paek, M., & Daly, B. (2014). The dyadic effects of coping and resilience on psychological distress for cancer survivor couples. *Supportive care in cancer : official journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer*, 22(12), 3209–3217. <https://doi.org/10.1007/s00520-014-2334-9>
- Lim, S. A., & Lee, J. (2020): Gender differences in the relationships between parental marital conflict, differentiation from the family of origin, and children's marital stability. *The American Journal of Family Therapy*, 48(5), 546–561 <https://doi.org/10.1080/01926187.2020.1747370>
- Lindsey, E. W., & Mize, J. (2001). Interparental agreement, parent–child responsiveness, and children's peer competence. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal*

- of *Applied Family Studies*, 50(4), 348–354. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2001.00348.x>
- Linker, J.S., A.L. Stolberg and R.G. Green: 1999, 'Family communication as a mediator of child adjustment to divorce', *Journal of Divorce and Remarriage* 30(1/2), pp. 83–97. https://doi.org/10.1300/J087v30n01_06
- Luecken, L. J., & Gress, J. L. (2010). Early adversity and resilience in emerging adulthood. In J. W. Reich, A. J. Zautra, & J. S. Hall (Eds.), *Handbook of adult resilience* (pp. 238–257). The Guilford Press.
- Lum C. (2008). The Development of Family Resilience: Exploratory Investigation of a Resilience Program for Families Impacted by Chemical Dependency. Masters of Social Work, San Jose State University
- Luthar, S. S. (1999). *Poverty and children's adjustment*. Sage Publications, Inc.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation* (pp. 739–795). John Wiley & Sons, Inc..
- Lynch, S. (2011). Challenging stereotypes of foster children: A study of relational resilience. *Journal of Public Child Welfare*, 5(1), 23–44. <https://doi.org/10.1080/15548732.2010.526903>
- Mackay, R. (2003). Family Resilience and Good Child Outcomes: An Overview of the Research Literature. *Social Policy Journal of New Zealand*, 20, 98–118.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224–253. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224>
- Masarik, A. S., Martin, M. J., Ferrer, E., Lorenz, F. O., Conger, K. J., & Conger, R. D. (2016). Couple resilience to economic pressure over time and across generations. *Journal of Marriage and Family*, 78(2), 326–345. <https://doi.org/10.1111/jomf.12284>
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425–444. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005812>

- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. In M. C. Wang & E. W. Gordon (Eds.), *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects* (pp. 3–25). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85(1), 6–20. <https://doi.org/10.1111/cdev.12205>
- Maral, S. (2022). Covid-19 Pandemisinde Evli Ebeveynlerin Aile Uyumu. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Marks, S. (1986) Three corners: Exploring marriage and the self. Lexington, MA: Lexington Books.
- Margolin, G., & Gordis, E. B. (2000). The effects of family and community violence on children. *Annual Review of Psychology*, 51, 445–479. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.1.445>
- Matthew M. Martin , Carolyn M. Anderson & Cary L. Horvath (1996) Feelings about verbal aggression: Justifications for sending and hurt from receiving verbally aggressive messages, *Communication Research Reports*, 13:1, 19-26. <https://doi.org/10.1080/08824099609362066>
- Mccubbin, H., & McCubbin, M. (1988). Typologies of Resilient Families: Emerging Roles of Social Class and Ethnicity.. *Family Relations*, 37, 247. <https://doi.org/10.2307/584557>.
- McCubbin, M. A., & McCubbin, H. I. (1993). Family coping with health crises: The resiliency model of family stress, adjustment, and adaptation. In C. Danielson, B. Hamel-Bissell, & P. Winstead-Fry (Eds.) *Families, health, and illness* (pp. 21- 64). New York: Mosby.
- McCubbin H. I. Thompson A. I. & McCubbin M. A. (1996). *Family assessment : resiliency coping and adaptation : inventories for research and practice*. University of Wisconsin.
- McGoldrick, M., & Carter, B. (2001). Advances in coaching: family therapy with one person. *Journal of marital and family therapy*, 27(3), 281–300. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2001.tb00325.x>
- Miller, J. B. (1976). *Toward a new psychology of women*. Beacon.

- Miller, J. B. (1986). *What do we mean by relationships?* Work in Progress, No. 70. Wellesley, MA: Stone Center Working Paper Series.
- Miller, J. B., & Stiver, I. P. (1997). *The healing connection: How women form relationships in therapy and in life*. Beacon Press.
- Miller, J. B. (2002). How change happens: Controlling images, mutuality, and power. Work in Progress, No. 96. Wellesley, MA: Stone Center Working Paper Series.
- Minuchin, S. (1974). *Families & family therapy*. Harvard U. Press.
- Mizock, L., La Mar, K., DeMartini, L., & Stringer, J. (2019). Relational resilience: Intimate and romantic relationship experiences of women with serious mental illness. *Journal of Relationships Research*, 10, Article e5. <https://doi.org/10.1017/jrr.2019.2>
- McMillen J. C. (1999). Better for it: how people benefit from adversity. *Social work*, 44(5), 455–468. <https://doi.org/10.1093/sw/44.5.455>
- McMillen, J. C. (2004). Posttraumatic Growth: What's It All about? *Psychological Inquiry*, 15(1), 48–52. <http://www.jstor.org/stable/20447201>
- Momeni, K., Kavooosi Omid, S., & Amani, R. (2015). Predicting marital commitment on the basis of differentiation of self, family adaptability and cohesion, and marital intimacy. *Family Pathology, Counseling and Enrichment Journal*, 1(2), 46-58.
- Motan, İ., & Gençöz, F. (2009). Psikolojik dayanıklılığı nasıl ölçebiliriz?: bir Türk örnekleminde Kişisel Görüşü Ölçeği II'nin geçerlik-güvenirlik çalışması. *Kriz Dergisi*, 17(1), 1-11. https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000288
- Muraru, A. A. ve Turliuc, M. N. (2012). Family-of-origin, romantic attachment, and maritaladjustment: a path analysis model. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 33, 90-94. <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.01.089>
- Murdock, NL (2004). Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları: Bir vaka yaklaşımı. Pearson Eğitim.
- Naudé, W. (1993). 'Sharpening the tools': A comment on the provisional 1988 Social Accounting Matrix for South Africa. *Development Southern Africa*, 10, 239-247. <https://doi.org/10.1080/03768359308439686>
- Napier, A.Y. (1988). *The Fragile Bond: In Search of an Equal, Intimate and Enduring Marriage*.
- Nazlı, S. (2018). Aile danışmanlığı. 5. Baskı. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Newman, R. (2005). APA's resilience initiative. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(3), 227–229. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.3.227>

- Neff, L. A., & Broadly, E. F. (2011). Stress resilience in early marriage: Can practice make perfect? *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(5), 1050–1067. <https://doi.org/10.1037/a0023809>.
- O'Leary, K. D., & Cascardi, M. (1998). Physical aggression in marriage: A developmental analysis. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp. 343–374). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511527814.013>
- Olson, D. H. (1993). Circumplex Model of Marital and Family Systems: Assessing family functioning. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes* (pp. 104–137). The Guilford Press.
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A., & Sawyer, S. M. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence*, 26(1), 1–11. [https://doi.org/10.1016/S0140-1971\(02\)00118-5](https://doi.org/10.1016/S0140-1971(02)00118-5)
- Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144–167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>
- Otmaz, C. (2019). The influence of interpersonal patterns of forgiveness on relational resilience(Unpublished doctoral dissertation). San Diego State University, California.
- Öğülmüş, S. (2001). *Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık*. I. Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmalarında sunuldu (29-30 Mart 2001).
- Öselemiş, F. E. (2022). *Kök aile işlevselliği, benlik ayrışması ve ilişki doyumu: Nişanlı ve evli bireylerde bir aracılık modeli* (Master's thesis, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Öz, F. ve Yılmaz, E. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık, *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 16 (3), s. 82-89.
- Özcan, B. (2005). *Annebabaları Boşanmış ve Annebabaları Birlikte Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Özellikleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özkoçak, Z. (2022). *Öz Şefkat ve Eş Desteğinin İlişkisel Yılmazlık Üzerindeki Diyadik Etkisinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep, Türkiye.

- Park, H. J., & Byun, S. H. (2017). Effects of Self-differentiation of Remarried Couples, Marital Intimacy, Marital Conflict Coping Style on Marital Satisfaction. *The Journal of the Korea Contents Association*, 17(7), 236-252. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2017.17.07.236>
- Parke, R. D. (2000). Beyond White and middle class: Cultural variations in families—assessments, processes, and policies. *Journal of Family Psychology*, 14(3), 331–333. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.3.331>
- Parker G. (1983). Parental 'affectionless control' as an antecedent to adult depression. A risk factor delineated. *Archives of general psychiatry*, 40(9), 956–960. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1983.01790080038005>
- Patterson, G. R., DeBaryshe, B. D., & Ramsey, E. (1989). A developmental perspective on antisocial behavior. *American Psychologist*, 44(2), 329–335. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.2.329>
- Patterson, J. M. (2002a). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 349-360. <https://doi.org/10.1111/j.173737.2002.00349.x>
- Patterson J. M. (2002). Understanding family resilience. *Journal of clinical psychology*, 58(3), 233–246. <https://doi.org/10.1002/jclp.10019>
- Peters, K., Jackson, D., & Rudge, T. (2011). Surviving the adversity of childlessness: fostering resilience in couples. *Contemporary nurse*, 40(1), 130–140. <https://doi.org/10.5172/conu.2011.40.1.130>
- Plumb, J. C. (2011). “The impact of social support and family resilience on parental stress in families with a child diagnosed with an autism spectrum disorder. Doctorate in Social Work (DSW) Dissertations. Paper 14
- Polat, K. & İlhan, T. (2018). Evli bireylerde çift uyumu ve bazı psikolojik belirtilerin benliğin farklılaşması açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(50), 87-115.
- O'Brien, T. B., & DeLongis, A. (1997). Coping with chronic stress: An interpersonal perspective. In B. H. Gottlieb (Ed.), *Coping with chronic stress* (pp. 161–190). Plenum Press. https://doi.org/10.1007/978-1-4757-9862-3_6
- Quinn, C., Clare, L., & Woods, B. (2009). The impact of the quality of relationship on the experiences and wellbeing of caregivers of people with dementia: A

- systematic review. *Aging & Mental Health*, 13(2), 143–154. <https://doi.org/10.1080/13607860802459799>
- Rauch, J. (2004). *Gay marriage: Why it is good for gays, good for straights, and good for America*. New York: Time Books.
- Reiss, D. (1981). *The family's construction of reality*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Richardson G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of clinical psychology*, 58(3), 307–321. <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
- Ross, C. E., & Mirowsky, J. (1999). Parental divorce, life-course disruption and adult depression. *Journal of Marriage and the Family*, 61(4), 1034–1045. <https://doi.org/10.2307/354022>
- Rutter, M., Maughan, B., Mortimore, P., & Ouston, J. (1979). *Fifteen thousand hours: Secondary schools and their effects on children*. Cambridge, MA: Harvard University Press. <https://doi.org/10.1093/cs/3.1.73>
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316–331. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Rutter, M. (1989). Isle of Wight revisited: Twenty-five years of child psychiatric epidemiology. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 28, 633–653. <https://doi.org/10.1097/00004583-198909000-00001>
- Rutter, M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanisms. In J. E. Rolf, A. S. Masten, D. Cicchetti, K. H. Nuechterlein, & S. Weintraub (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (pp. 181–214). (A shorter version of this chapter appeared in the "American Journal of Orthopsychiatry," 57 (1987): 316–31) Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511752872.013>
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 21(2), 119–144. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00108>
- Rutter, M. (2005). Environmentally Mediated Risks for Psychopathology: Research Strategies and Findings. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 44(1), 3–18. <https://doi.org/10.1097/01.chi.0000145374.45992.c9>

- Rutter, M. (2006). Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding. In B. M. Lester, A. Masten, & B. McEwen (Eds.), *Resilience in children* (pp. 1–12). Blackwell Publishing.–18.
- Rutter, M. (2007). Resilience, competence, and coping. *Child Abuse & Neglect*, 31(3), 205–209. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.02.001>
- Sarıkaya, Y., Boyacı, M., İlhan, T. ve Aldemir, A. (2018). Benliğin Farklılaşması Envanteri Kısa Formunun (BFE-KF) Türkçe 'ye uyarlanması: geçerlik ve 168 güvenirlik çalışması. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 365- 380. <https://doi.org/10.14686/buefad.364196>.
- Sabatelli, R. M. & Bartle-Haring, S. (2003). Family of origin experiences and adjustment in married couples. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 159- 169. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00159.x>
- Sachs, B. (2016). Autonomy in families. *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*, 1–3. https://doi.org/10.1007/978-3-319-15877-8_510-1
- Sanford, K., Kruse, M. I., Proctor, A., Torres, V. A., Pennington, M., L., Synett, S. J., & Gulliver, S. B. (2017). Couple resilience and life wellbeing in firefighters, *The Journal of Positive Psychology*, 12(6), 660–666.
- Satir, V. (1988). *The new peoplemaking*. Science & Behavior Books.
- Satir, V. (2016). Temel aile terapisi (S. Yeniçeri, Çev.). Beyaz Yayınları
- Satir, V. (2018). *İnsan Yaratmak*. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Scrafford, K. E., Grein, K., & Miller-Graff, L. E. (2019). Effects of intimate partner violence, mental health, and relational resilience on perinatal health. *Journal of Traumatic Stress*, 32(4), 506–515. <https://doi.org/10.1002/jts.22414>
- Seidm Mahmoodi, J., Rahimi, C., & Mohamadi, N. (2011). Resiliency and Religious Orientation: Factors Contributing to Posttraumatic Growth in Iranian Subjects. *Iranian Journal of Psychiatry*, 6, 145 - 150.
- Silberberg, S. (2001). Searching for Family Resilience. *Family Matters*, 58, 52-57.
- Schwab, J.J, Gray-Ice, H.M. and Prentice, F.R. (2002). *Family Functioning. The General Living Systems Research Model*. New York: Moscow
- Schaefer, J. A., & Moos, R. H. (1992). Life crises and personal growth. In B. N. Carpenter (Ed.), *Personal coping: Theory, research, and application* (pp. 149–170). Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.

- Skinner, H., Steinhauer, P., & Sitarenios, G. (2000). Family Assessment Measure (FAM) and Process Model of Family Functioning. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 190–210. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00146>
- Skodol, A. E. (2010). The resilient personality. In J. W. Reich, A. J. Zautra, & J. S. Hall (Eds.), *Handbook of adult resilience* (pp. 112–125). The Guilford Press.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235–246. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.235>
- Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229–237. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.2.229>
- Skowron, E., & Farrar, J. (2016). Multigenerational family systems. In T. L. Sexton & J. Lebow (Eds.), *Handbook of family therapy* (pp. 159–181). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical Psychology Review*, 23(8), 1139–1162. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.10.002>
- Story, L. B., Karney, B. R., Lawrence, E., & Bradbury, T. N. (2004). Interpersonal mediators in the transmission of marital dysfunction. *Journal of Family Psychology*, 18(3), 519–529. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.3.519>
- Tak, Y. R., & McCubbin, M. (2002). Family stress, perceived social support and coping following the diagnosis of a child's congenital heart disease. *Journal of advanced nursing*, 39(2), 190–198. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2002.02259.x>
- Tarter, R. E., & Vanyukov, M. (1999). Re-visiting the validity of the construct of resilience. In M. D. Glantz & J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations* (pp. 85–100). Kluwer Academic Publishers.
- Timmerman, P. (1981). Vulnerability, Resilience and the collapse of Society, A Review of Models and Possible Climatic Applications, Toronto, Canada: Institute for Environmental Studies, University of Toronto.
<https://doi.org/10.1002/joc.3370010412>
- Titelman, P. (2014). Differentiation of Self : Bowen Family Systems Theory Perspectives. <https://doi.org/10.4324/9780203121627>

- Triandis, H. C. (2000). Dialectics between cultural and cross-cultural psychology. *Asian Journal of Social Psychology*, 3(3), 185–195. <https://doi.org/10.1111/1467-%09839X.00063>
- Triandis, H. C. (2001). Individualism-collectivism and personality. *Journal of Personality*, 69(6), 907–924. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.696169>
- Topham, G. L., Larson, J. H. & Holman, T. B. (2005). Family of origin predictors of hostile conflict in early marriage. *Contemporary Family Therapy*, 27(1), 101-121. <https://doi.org/10.1007/s10591-004-1973-2>
- Tucker, C., Smith-Adcock, S., & Trepal, H. C. (2011). Relational-Cultural Theory for middle school counselors. *Professional School Counseling*, 14(5), 310–316. <https://doi.org/10.5330/PSC.n.2011-14.310>
- Türk Dil Kurumu (TDK) (2020). Aile. Erişim adresi: <https://sozluk.gov.tr/>
- Ungar, M. (2010). What is resilience across cultures and contexts? Advances to the theory of positive development among individuals and families under stress. *Journal of Family Psychotherapy*, 21(1), 1–16. <https://doi.org/10.1080/08975351003618494>
- Ülker, G. (2011). *Evlilik çatışmasının sıklık ve yaygınlığının bazı değişkenlere göre yordanması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Ünver, D. ve Güloğlu, B. (2021). COVID-19 Pandemisinde Evli Bireylerde Depresyon, Anksiyete ve Stresin İlişkisel Yılmazlık Bağlamında İncelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi (ASEAD)*, 8, 517–531. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1628365>
- VanLear, C. A. (1992). Marital communication across the generations: Learning and rebellion, continuity and change. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9(1), 103–123. <https://doi.org/10.1177/0265407592091006>
- Valentine, L., & Feinauer, L. L. (1993). Resilience factors associated with female survivors of childhood sexual abuse. *American Journal of Family Therapy*, 21(3), 216–224. <https://doi.org/10.1080/01926189308250920>
- VAN DER WALT, J.S. and DE WET, G.L. (1993). The Constraining Effects of Limited Foreign Capital Inflow on the Economic Growth of South Africa, 1993 SAJE v61(1) p3-12. <https://www.africabib.org/http.php?RID=115878858>
- Van Doorn, M. D., Branje, S. J. T., & Meeus, W. H. J. (2007). Longitudinal transmission of conflict resolution styles from marital relationships to adolescent-parent relationships. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 426–434. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.3.426>

- Venter, N. ve Snyders, R. (2009). *Resilience in intimate relationships. New Voices in Psychology*, 5(1), 63-85.
- Waldegra, C., King, P., Maniapoto, M., Tomasese, K. T., Persons, L. T., & Sullivan, G. (2011). Resilience in Sole Parent Families: A Qualitative Study of Relational Resilience in Maori, Pacific and Pakeha Sole Parent Families. A Report by the Family Centre Social Policy Research Unit for the Foundation for Research, Science and Technology funded Resilience in Vulnerable Sole Parent Families Research Programme. <https://doi.org/10.1111/famp.12219>
- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Family Process*, 35(3), 261–281. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1996.00261.x>
- Walsh, F. (1998). *Strengthening family resilience*. Guilford Press.
- Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Walsh, F. (2002). A family resilience framework: Innovative practice applications. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 51(2), 130–137. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2002.00130.x>
- Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process*, 42(1), 1–18. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00001.x>
- Wamboldt, F. S., & Reiss, D. (1989). Defining a family heritage and a new relationship identity: Two central tasks in the making of a marriage. *Family Process*, 28(3), 317–335. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1989.00317.x>
- Watts, R. E. (2000). Using the how I remember my family questionnaire in couples counseling. In R. E. Watts (Ed.), *Techniques in marriage and family counseling* (s. 53-56). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Weigel, D. J., Bennett, K. K., & Ballard-Reisch, S. (2003). Family influences on commitment: Examining the family of origin correlates of relationship commitment attitudes. *Personal Relationships*, 10(4), 453–474. <https://doi.org/10.1046/j.1475-6811.2003.00060.x>
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Werner, E. E. (1989). High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59(1), 72–81. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1989.tb01636.x>

- Werner, E. E. (2000). Protective factors and individual resilience. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (pp. 115–132). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511529320.008>
- Whitaker, C. (1989). *Midnight musings of a family therapist*. (M. O. Ryan, Ed.). W W Norton & Co.
- Whitton, S. W., Waldinger, R. J., Schulz, M. S., Allen, J. P., Crowell, J. A., & Hauser, S. T. (2008). Prospective associations from family-of-origin interactions to adult marital interactions and relationship adjustment. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 274–286. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.2.274>
- Williams, L. M. (1995). Associations of stressful life events and marital quality. *Psychological Reports*, 76(3, Pt 2), 1115–1122. <https://doi.org/10.2466/pr0.1995.76.3c.1115>
- Wolin, S.J., & Wolin, S. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*.
- Wyman, P. A., Cowen, E. L., Work, W. C., Raoof, A., Gribble, P. A., Parker, G. R., & Wannon, M. (1992). Interviews with children who experienced major life stress: Family and child attributes that predict resilient outcomes. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 31(5), 904–910. <https://doi.org/10.1097/00004583-199209000-00019>
- Kwai-sang Yau, M., & Li-Tsang, C. W. P. (1999). Adjustment and adaptation in parents of children with developmental disability in two-parent families: A review of the characteristics and attributes. *British Journal of Developmental Disabilities*, 45(88, Pt 1), 38–51. <https://doi.org/10.1179/096979599799156028>
- Yelsma, P., Hovestadt, A. J., Anderson, W. T., & Nilsson, J. E. (2000). Family-of-origin expressiveness: Measurement, meaning, and relationship to alexithymia. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26(3), 353–363. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2000.tb00304.x>
- Yorgosan, J.B., Piercy, P.F. & Piercy, K.S. (2007). Acquired hearing impairment in older couple relationships: An exploration of couple resilience processes. *Journal of Aging Studies*, 21, 215–228. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2006.10.002>
- Zautra, Alex. J., Hall John Stuart. and Murray, Kate E. 2010. *Resilience: A New Definition Of Health For People And Communities*. J. W. Reich, A. J. Zautra, & J. S. Hall, (Ed). *Handbook Of Adult Resilience* içinde (3-29). New York: The Guilford Press.

EKLER

Ek-1 : Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz:

() Kadın () Erkek

2. Yaşınız:

() 15-20 () 21-30 () 31- 35 () 36-40 () 40 ve üstü

3. Eğitim Düzeyiniz:

() Okur Yazar Değil () Okur yazar () İlkokul () Ortaokul () Lise ()
() Ön lisans () Üniversite () Lisansüstü

4. Çalışma Durumu:

Sizin: () Çalışıyorum () Çalışmıyorum

Sizin Mesleğiniz

Eşiniz: () Çalışıyor () Çalışmıyor

Eşinizin Mesleği

5. Kaç yıldır evlisiniz?

6. Kaçınıcı evliliğiniz?

() İlk Evliliğim () İkinci Evliliğim () Üçüncü Evliliğim

7. Evlenme şekliniz?

() Görücü Usulü () Görücü usulü tanıştırlıp kendi kararımızla () Tanışarak
() Diğer (Lütfen belirtiniz).....

8. Eşinizle Aranızdaki Yaş Farkı?

9. Kaç çocuğunuz var?

() Yok () 1 () 2 () 3 () Diğer

10. Aylık Ortalama Geliriniz?

() Düşük () Orta () Yüksek

11. Yaşamınızın çoğunu kök ailenizle nerede geçirdiniz?

() Köy () İlçe () İl

12. Şu an nerede Yaşıyorsunuz?

() Köy () İlçe () İl

13. Aile tipiniz?

() Geniş Aile () Çekirdek Aile

14. Anne-babanız hayatta mı?

Evet Hayır

Anne () ()

Baba () ()

15. Kök ailenizle görüşme sıklığınız nedir?

16. Kök ailenizle daha çok ne şekilde görüşüyorsunuz? (telefon, yüz yüze, görüntülü konuşma)

17. Eşinizle birlikte günlük eylemleri ne sıklıkla birlikte yapıyorsunuz? (kahvaltı hazırlama, yemek yapma, temizlik, ortalığı toplama vb.)



EK- 2: Benliğin Farklılaşması Envanteri – Kısa Form (BFE-KF)

Sıra No	İfadeler	Beni hiç yansıtmıyor.					Beni oldukça yansıtıyor.
1	Baskı altında bile oldukça sakin kalmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
2	Önemli bir iş veya göreve başlarken başkalarının beni cesaretlendirmesine genellikle ihtiyaç duyarım.	1	2	3	4	5	6
7	İnsanlar bana çok yakınlaştığında çoğu zaman rahatsız olurum.	1	2	3	4	5	6
8	Hayatımdaki neredeyse herkesten onay almam gerektiğini hissedirim.	1	2	3	4	5	6
9	Bazen, kendimi duygusal açıdan oldukça inişli-çıkışlı hissedirim.	1	2	3	4	5	6
15	İlişkilerimden birinde çok fazla yakınlık oluşmaya başladığında, hemen uzaklaşma isteği duyarım.	1	2	3	4	5	6
17	Etrafımda karar vermeme yardım edecek birileri olmadığında, çoğu zaman çelişkide kalırım.	1	2	3	4	5	6
18	İncitilmeye karşı oldukça hassasımdır.	1	2	3	4	5	6
20	Baskı altındayken bile oldukça kararlı davranırım.	1	2	3	4	5	6

EK-3: İlişkisel Yılmazlık Ölçeği

İYÖ									
Değerli Katılımcı, evlilik yaşamınız içerisinde başınıza gelmiş olan yaşam olaylarını (zorluk, sıkıntı, güç durumlar) düşününüz. Eşinizle birlikte sıkıntılı, zor zamanlarınızda ilişki süreciniz nasıl ilerlemektedir ?Evlilik yaşamınızda böyle durumlar karşısında birbirinize karşılıklı olarak nasıl davranırsınız ? İlişkinizi koparmayıp, evlilik ilişkinizi daha da güçlendiren durumları düşünerek aşağıdaki maddeleri cevaplayınız.									
Asla (1)	Çok Nadir (2)	Nadiren (3)	Bazen (4)	Genellikle(5)	Sık sık (6)	Her zaman (7)			
1	Başımıza gelen olumsuz olaylarda bir hayır olduğunuza inanırız.	1	2	3	4	5	6	7	
2	Eşim ile her türlü zorluğa birlikte katlanacağımızı biliriz.	1	2	3	4	5	6	7	
3	Eşime, başımıza gelenlerin kaderimiz olduğunu söylerim.	1	2	3	4	5	6	7	
7	Eşim ile dışardan bize sunulan desteğin birlikte farkındayızdır.	1	2	3	4	5	6	7	
8	Eşim zorlukların üstesinden gelme konusunda bana güvendiğini hissettirir.	1	2	3	4	5	6	7	
11	İlişkimize dönük farkındalığımız bu güçlüğü yenmeye yeterlidir.	1	2	3	4	5	6	7	
12	Eşim ile karşılıklı olarak duygularımızı önemseriz.	1	2	3	4	5	6	7	
13	Zor günlerimde eşimin içten yakınlığını görürüm.	1	2	3	4	5	6	7	
20	Yaşadığımız zorlukların üstesinden gelmek için eşim ile işbirliği yaparız.	1	2	3	4	5	6	7	
22	Eşim bir sıkıntı yaşadığında kendimi onun yerine koymaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7	
26	Zor zamanlarımızda birbirimize destek olmaya çalışırız.	1	2	3	4	5	6	7	
27	Eşimi gerçekten anladığımı davranışlarımla ona hissettiririm.	1	2	3	4	5	6	7	

		Tamamen	Oldukça	Biraz	Kararsızım	Biraz	Oldukça	Tamamen		
1	Mutlu								Mutsuz	1
2	Birlikte								Yalnız	2
4	Rahat								Rahatsız edilmiş	4
5	Sakin								Telaşlı	5
6	Memnun								Memnuniyetsiz	6
8	Hoşnut								Hoşnutsuz	8
9	Anlaşılmış								Anlaşılmamış	9
10	Keyifli								Uzgün	10
12	Endişesiz								Endişeli	12
18	Kabul gören								Dışlanmış	18
20	Huzurlu								Tedirgin	20
22	İçer rahat								Kaygılı	22
23	Saygı görmüş								Hiçer sayılmış	23

EK-4: Aile Yaşam Doyum Ölçeği

Evde ailemle birlikte olduğumda, kendimi genellikle hissederim

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

ADI-SOYADI: İclal Büşra TAŞKIN

EĞİTİM

Lisans: Ankara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık- 2016

Yüksek Lisans: Hasan Kalyoncu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Yüksek Lisans Programı- 2023

İŞ DENEYİMLERİ

2017 - 2018: Ankara Çözüm Koleji - Okul Psikolojik Danışmanı

2018 - : Milli Eğitim Bakanlığı - Okul Psikolojik Danışmanı