



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**“EVLİ ÇİFTLERİN ÇİFT UYUMLARI İLE EVLİLİK
DOYUMLARI VE ÖZDENETİM BECERİLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ”**

Büşra TUTAN DİLEK

**Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi FATMA TURAN**

İSTANBUL-2024

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

“EVLİ ÇİFTLERİN ÇİFT UYUMLARI İLE EVLİLİK
DOYUMLARI VE ÖZDENETİM BECERİLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ”

Büşra TUTAN DİLEK

Tez Danışmanı
Dr.Öğr.Üyesi Fatma TURAN

İSTANBUL-2024

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Evli Çiftlerin Çift Uyumları İle Evlilik Doyumları ve Özdenetim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

16.08.2024

Büşra TUTAN DİLEK

İmza

TEŞEKKÜR

Yürütmüş olduğum tez sürecinde bilgi ve tecrübesiyle bana rehberlik eden, her zaman pozitif enerjisiyle destekleyen ve çalışmama özveriyle katkı sunan kıymetli hocam ve tez danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Fatma TURAN’a,

Yüksek Lisans eğitimim boyunca ders aldığım kıymetli hocalarıma, araştırma sürecimde eşsiz deneyimiyle desteklerini esirgemeyen Öğr. Gör. Yusuf KARAŞİN’e ve veri toplama sürecinde ankete katılan katılımcılara,

Tüm yaşamım boyunca desteğini esirgemeyen ve bu sürece girmemde beni koşulsuz destekleyen kıymetli anneme, hayatıma girdiğinden beri her konuda yanımda olan, destek veren ve hayatıma anlam katan sevgili eşim Rıza DİLEK’e ve tüm aileme içtenlikle teşekkürlerimi sunuyorum.

ÖZET

EVLİ ÇİFTLERİN ÇİFT UYUMLARI İLE EVLİLİK DOYUMLARI VE ÖZ DENETİM BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Öz denetim becerisi yani kişinin kendi hayatının denetimini elinde tutabilmesi ve kendini olumlu veya olumsuz olaylar ve zorlantılar karşısında dengede tutabilmesidir. Bu da bireylerin evlilik yaşantılarını anlamlı bir şekilde etkilemektedir. Bu araştırmada evli çiftlerin çift uyumları ile evlilik doyumları ve öz denetim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın örnekleme İstanbul'da yaşayan 18-65 yaş arası evli bireylerdir. Araştırmaya katılan bireyler tesadüfi örneklem yoluyla seçilmiştir. Araştırmaya 265 kadın ve 135 erkek toplamda 400 evli birey katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; kişisel bilgileri içeren Sosyodemografik Bilgi Formu, çift uyumlarını ölçmek için Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği, evlilik doyumlarını ölçmek için Evlilik Doyum Ölçeği ve öz denetim becerilerini ölçmek için Öz denetim Ölçeği uygulanmıştır. Çalışmada elde edilen veriler SPSS 26.0 programı ile analiz edilmiştir. Katılımcılara ait sosyodemografik bilgilerin frekans analizleri ilgili tablolarda sunulmuştur. Ölçeklerin güvenirliklerini belirlemek için her bir ölçeği ve alt ölçeklerini Cronbach Alpha (α) Güvenirlik analizi yapılmıştır. Öz denetim ölçeğinin $\alpha = 0,885$, Evlilik Doyum Ölçeğinin $\alpha = 0,978$, Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeğinin $\alpha = 0,902$ 'dir. Ölçek ve ölçeklerin alt boyutlarından alınan puanların betimsel analizi yapılmıştır. Verilere normal dağılım testi uygulanmıştır. Kolmogorov-Smirnov testi sonucu p değeri .05'ten küçük olduğu tespit edilmiştir. Bu sebeple veriler normal dağılım göstermemektedir. Bu nedenle non-parametrik test olan Spearman Korelasyon analizi uygulanmıştır. Evli çiftlerin çift uyumları ile evlilik doyumları ve öz denetim becerileri ile alt boyutlarının aralarındaki ilişkilerinin puan hesaplamaları yapılmıştır. Hesaplanan puanların arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Ayrıca demografik değişkenlere göre ölçeklerden alınan puanların arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Öz denetim, evlilik doyumu ve çift uyumu, cinsiyet, çalışma durumu gibi iki grupta değişkenler açısından farklılıkları değerlendirmek amacıyla Mann Withney U testi yapılmıştır. Ölçek ve alt ölçeklerin yaş grubu eğitim düzeyi, çocuk sayısı, gelir durumu, evlilik süresi, meslek, eş ile tanışma şekli gibi değişkenler açısından incelenmesi Kruskal Wallis testi ile yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulguların sonuçlarına göre öz denetim ile evlilik doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öz denetim ile yenilenmiş çift uyum ölçeği

arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Fakat evlilik doyumu alt boyutlarından evlilik uyumu ile öz denetim arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Evlilik doyumu ve alt ölçeklerinden elde edilen düşük puan yüksek doyum anlamına geldiği için buradaki negatif ilişki mana olarak pozitif ilişkiyi temsil etmektedir. Tartışma kısmında detaylı olarak açıklaması yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Çift uyumu, Evlilik doyumu, Öz denetim



ABSTRACT

AN INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN COUPLES' COMPATIBILITY, MARITAL SATISFACTION, AND SELF-CONTROL SKILLS IN MARRIED COUPLES

Self-regulation skills refer to the ability of individuals to maintain control over their own lives and keep themselves balanced in the face of positive or negative events and difficulties. This too significantly affects individuals' marital lives. In this study aims to investigate the relationship between married couples' compatibility, marital satisfaction, and self-control skills. The sample of the study consists of married individuals aged between 18 and 65 residing in Istanbul. Participants were selected through random sampling. A total of 400 married individuals, comprising 265 women and 135 men, participated in the study. As data collection tool in the investigate; Sociodemographic Information Form including personal information, Renewed couples' compatibilities Scale to measure couple compatibility, Marital Satisfaction Scale to measure marital satisfaction and Self-Control Scale to measure self-control skills were applied. The data obtained in the study were analyzed with SPSS 26.0 program. The frequency analyses of the sociodemographic information of the participants are presented in the relevant tables. To determine the reliability of the scales, Cronbach's Alpha (α) reliability analysis was conducted for each scale and its subscales. The Self-control Scale had an $\alpha = 0.885$, the Marital Satisfaction Scale had an $\alpha = 0.978$, and the Renewed couples' compatibilities Scale had an $\alpha = 0.902$. A descriptive analysis of the scores obtained from the scales and their sub-dimensions was performed. A normal distribution test was applied to the data. Since the p-value of the Kolmogorov-Smirnov test was less than 0.05, the data did not show a normal distribution. Therefore, the Spearman correlation analysis, a non-parametric test, was applied. The scores for the relationships between married couples' compatibility, marital satisfaction, and self-control skills and their sub-dimensions were calculated. The relationships between the calculated scores were examined. Additionally, the relationships between scores obtained from the scales were analyzed based on demographic variables.

The Mann-Whitney U test was conducted to evaluate differences in self-control, marital satisfaction, and couple compatibility concerning binary variables such as gender and employment status. Kruskal-Wallis test was used to examine the scales and subscales in relation to variables such as age group, education level, spouse's education level, income status, duration of marriage, number of children, occupation, and the manner of meeting the spouse. According to the results of the findings obtained from the research, it is seen that there is a negatively significant relationship between self-control and marital satisfaction. No significant relationship was found between self-control and the revised couple adjustment scale. However, a negatively significant relationship was found between couples' compatibilities and self-control, which are among the sub-dimensions of marital satisfaction. No significant relationship was found between the renewed couples' compatibilities scale, which measures the adjustment between couples, and the marital satisfaction scale. A low score obtained from the marital satisfaction scale and its subscales indicates high satisfaction. Therefore, the negative correlation here actually represents a positive relationship in terms of meaning. A detailed explanation of this is provided in the discussion section.

Keywords: Couples' compatibilities, Marital satisfaction, Self-control

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	i
TEŞEKKÜR	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar LİSTESİ	x
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ.....	xii
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problemin Tanımı.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi	3
1.4. Araştırmanın Hipotezleri.....	3
1.5. Sınırlılıklar	4
1.6. Sayıtlar	4
1.7. Tanımlar	4
2. GENEL BİLGİLER	6
2.1. Pozitif Psikoloji	6
2.2. Erdemler Ve Karakter Güçleri	7
2.2.1. Bilgelik	7
2.2.2 Cesaret	7
2.2.3 İnsaniyet	7
2.2.4 Adillik.....	7
2.2.5 Ölçülülük	8
2.2.6 Aşkınlık	8
2.3. Öz Denetim	8
2.3.1. Öz Denetim ile İlgili Yapılan Yurtdışı Çalışmalar	10
2.3.2. Öz Denetim ile İlgili Yapılan Yurtiçi Çalışmalar.....	12
2.4. Evlilik Uyumu	14
2.4.1. Evlilik Uyumuyla İlgili Yapılan Yurtdışı Çalışmalar	17
2.4.2. Evlilik Uyumuyla İlgili Yapılan Yurtiçi Çalışmalar	18
2.5. Evlilik Doyumu	20
2.5.1. Evlilik Doyumu ile İlgili Yapılan Yurt Dışı Araştırmalar	21
2.5.2. Evlilik Doyumu ile İlgili Yapılan Yurt İçi Araştırmalar.....	23
3. GEREÇ VE YÖNTEM	32
3.1. Araştırmanın Modeli.....	32

3.2.	Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	32
3.3.	Veri Toplama Araçları	32
3.3.1.	Sosyodemografik Bilgi Formu	32
3.3.2.	Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği (YÇUÖ)	32
3.3.3.	Evlilik Doyum Ölçeği.....	33
3.3.4.	Öz- Denetim Ölçeği	33
3.4.	Verilerin Analizi.....	34
4.	BULGULAR	37
4.1.	Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri	37
4.2.	Ölçek ve Alt Ölçek Puanlarının Betimsel Analizi	38
4.3.	Öz Denetim Ölçeği ve Alt Boyutları ve Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Korelasyon Analizi	39
4.4.	Öz Denetim Ölçeği ve Alt Boyutları ile Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Alt Boyutları Korelasyon Analizi	41
4.5.	Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Alt Boyutları ile Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Korelasyon Analizi	41
4.6.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi.....	42
4.7.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Çalışma Durumları Açısından Karşılaştırılması.....	45
4.8.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması.....	48
4.9.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Yaş Değişkeni Açısından Karşılaştırılması	51
4.10.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Aylık Gelir Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması.....	53
4.11.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması	58
4.12.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlilik Süresine Göre Karşılaştırılması	62
4.13.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Karşılaştırılması	68
4.14.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlenme Şekline Göre Karşılaştırılması	73
4.15.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlenme Yaşına Göre Karşılaştırılması	76
4.16.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eşin Çalışma Durumlarına Göre Karşılaştırılması	78
4.17.	Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eşin Eğitim Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması.....	79

4.18. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eşin Mesleğine Göre Karşılaştırılması	80
5. TARTIŞMA.....	84
5.1. Öz denetim, Çift uyumu ve Evlilik Doyumunun Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi	84
5.2. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Çalışma Durumu Açısından İncelenmesi	86
5.3. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Eğitim Düzeyleri Açısından İncelenmesi	87
5.4. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Yaş Değişkeni Açısından İncelenmesi	87
5.5. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Aylık Gelir Düzeyleri Açısından İncelenmesi	88
5.6. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Çocuk Sayısı Açısından İncelenmesi	89
5.7. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Evlilik Süresi Açısından İncelenmesi	90
5.8. Öz denetim, Çift uyumu ve Evlilik Doyumunun Mesleklere Göre İncelenmesi	91
5.9. Öz denetim, Çift uyumu ve Evlilik Doyumunun Evlenme Şekli Açısından İncelenmesi	92
5.10. Öz denetim, Çift uyumu ve Evlilik Doyumunun Evlenme Yaşına Göre İncelenmesi ..	92
5.11. Evli Çiftlerin Çift Uyumları ile Evlilik Doyumları ve Öz denetim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	93
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	97
6.1. Sonuç	97
6.2. Öneriler	98
KAYNAKLAR	100
Cevahir E. (2020). SPSS ile nicel veri analizi rehberi. Kibele Yayınları.....	101
Dalan, U. (2020) Evli bireylerde sosyal medya bağımlılığının evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerindeki etkisi. [Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi].	101
EKLER	110
Ek-1.Sosyo Demografik Bilgi Formu	110
Ek-2.Evlilik Doyum Ölçeği.....	112
Ek-3. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği	118
Ek-4. Özdenetim Ölçeği.....	120
ÖZGEÇMİŞ	122

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Sosyodemografik Veriler.....	37
Tablo 2. Ölçek ve Alt Ölçek Puanlarının Betimsel Analizi.....	38
Tablo 3. Öz Denetim Ölçeği ve Alt Boyutları ve Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Spearman Korelasyon Analizi	40
Tablo 4. Öz Denetim Ölçeği ve Alt Boyutları ile Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Alt Boyutları Spearman Korelasyon Analizi	41
Tablo 5. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Alt Boyutları ile Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Spearman Korelasyon Analizi	42
Tablo 6. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Mann-Withney U Testi	43
Tablo 7. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Çalışma Durumlarına Göre Mann-Withney U Testi	46
Tablo 8. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyleri Açısından Kruskal Wallis Analizi	49
Tablo 9. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Yaş Grubuna Göre Kruskal Wallis Analizi.....	52
Tablo 10. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Aylık Gelir Düzeylerine Kruskal W. Analizi	54
Tablo 11. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Çocuk Sayısına Göre Kruskal Wallis Analizi	59
Tablo 12. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlilik Süresine Göre Kruskal Wallis Analizi.....	63
Tablo 13. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Kruskal Wallis Analizi	69
Tablo 14. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlenme Şekline Göre Kruskal Wallis Analizi.....	74
Tablo 15. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlenme Yaşına Göre Mann-Withney U Testi	77

SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

%: Yüzde

ss: Standart sapma

p: anlamlılık düzeyi

α : Cronbach's Alpha

r : Korelasyon Katsayısı

N : Örneklemdeki Toplam Katılımcı Sayısı

n : Kişi Sayısı

ort : Ortalama

min : Minimum

maks : Maksimum

SPSS: Statistical Package for the Social Science

YÇUÖ: Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği

EDÖ: Evlilik Doyum Ölçeği

ÖDÖ: Özdenetim Ölçeği

1. GİRİŞ

1.1. Problemin Tanımı

Psikoloji biliminde uzun yıllar boyunca problemlere odaklanılmıştır. Pozitif psikolojiyle birlikte sağlıklı bir yaşam kalitesi hedeflenerek ve iyilik halini çoğaltarak kişinin var olan kaynaklarına odaklanılmıştır. Pozitif psikoloji, insanı birçok yönüyle ele aldığı için bütüncü yaklaşımın arasına girmiştir. Pozitif psikolojide karakter güçleri konusu önemlidir. Pozitif psikoloji, psikoterapilerde karakter güçleri olarak erdemlere odaklanmıştır. 6 erdem ve bunların altında 24 tane karakter gücü vardır. Erdemler; bilgelik, cesaret, insaniyet, adalet, ölçülülük ve aşkınlıktır. Bu çalışmada ele alınan öz denetim ise ölçülülük erdemine girmektedir (Kabakçı, 2016).

Öz denetim, kişinin benliği ve dünyası arasında daha iyi uyum sağlayabilmesi için kendini değiştirebilme ve uyarlama kapasitesidir. Öz denetim kişinin içsel tepkilerini değiştirme ve düzenleme becerisiyle istenmedik davranış eğilimlerini durdurarak bu eğilimlere göre davranmaktan kaçınma yeteneğidir (Tangney vd., 2004). Mehta (2010), öz denetimin insanın kişilik yapısında var olan en önemli süreçlerden biri olduğunu vurgular. Öz denetim insanın kapasitesine son derece uyumlu bir beceridir. Öz denetim ve öz denetimi istemenin insanlar için birçok faydası vardır. Ancak bu konu hakkında bilinen şeyler oldukça azdır. (Uziel ve Baumeister, 2017).

Bu çalışmada öz denetim ile ele alınacak diğer değişkenler ise evlilik uyumu ve evlilik doyumudur. Evlilik ilişkisinin kalitesini tanımlamak için evlilik uyumu, evlilik doyumunu, mutluluğu, evlilik bütünlüğü kavramları kullanılır. Evlilik kalitesi kavramı evlilik uyumu, doyumunu ve evlilik bütünlüğünü kapsayan genel bir kavramdır. Evliliğin niteliğini değerlendirmede uyum kavramının daha önemli olduğu düşünülmektedir. Bu sebeple de evlilikte nitelik değerlendirilmesi yapılırken çoğunlukla çift uyumunu değerlendiren ölçekler kullanılır. Çiftler arasındaki uyum çok boyutlu olduğu için tanımının nasıl yapıldığı ve neleri kapsadığı önemlidir. Bu sebeple evlilik ilişkisi incelenirken ele alınacak kavramların tanımının çok iyi yapılması gerekir. Örneğin eşler arasındaki çift uyumunun, doyumunun ve çatışmanın farklı kavramlar olduğu anlaşılmalıdır. (Yılmaz,2001).

Evlilik uyumu kavramı eşlerin gündelik yaşantıları ve bu yaşantılar içinde değişen koşullara uyum sağlayabilmesini ifade etmektedir. Ve belirli bir süre sonrasında da eşlerin birbirlerine uygun olarak kendilerini değiştirebilme becerileridir (Spainer, 1976). Çiftler arasındaki uyum evliliklerin sağlıklı ve işlevsel olması açısından önemlidir (Erbek

vd., 2005). Çiftler evliliklerini ve ailelerini ilgilendiren konularda fikir birliği yapabiliyor ve sorunlarını olumlu bir şekilde çözebiliyorsa bu çiftlerin evliliği uyumlu bir evlilik olarak nitelendirilir. Çift uyumunda bireylerin öznel algısı değil, aralarındaki ilişkinin niteliği değerlendirilmektedir. Bu sebeple çiftlerin her birinin ilişkilerini iyi bir şekilde sürdürebilme kapasiteleri de önemlidir. (Çabukça ve Kışlak, 2002)

Evlilik uyumu ve evlilik doyumu kavramı arasında yüksek anlamda ilişki olduğu için sıklıkla birbirine karıştırılmaktadır. Evliliğinde doyumlu olan çiftlerin aynı zamanda uyumlu olduklarını düşünen araştırmacılar uyum ve doyum kavramlarının aynı anlamı ifade ettiğini ve birbirinin yerine kullanılabileceğini iddia etmişlerdir. Bunun yansıya bazı araştırmacılar ise, bu kavramların arasındaki korelasyonun yanlış yorumlandığını belirterek uyum ve doyum kavramlarının birbirlerinden farklı olduklarını ileri sürmüşlerdir (Erbek vd., 2005).

Evlilik doyumu konusunda çalışma yapan araştırmacılar evlilik doyumu farklı şekillerde ele almışlardır. Bu sebeple ortak bir tanımlama bulunmamaktadır. Evlilik doyumu kavramı; evlilik ilişkisinde çiftin etkileşimden algıladığı kaliteyle orantılı olarak, subjektif deneyimlerdir, kişilerin ilişkilerinden duydukları tatmin ve mutluluk duygusunun derecesidir, çiftlerin ihtiyaçlarını karşılama derecesiyle bağlantılı algılarıdır (Nichols, 2005; Coombs, 2005; Tezer, 1986).

Evlilik doyumu birçok çiftin evlilik ilişkisinde olmasını istediği bir beklentidir. Evlilik doyumu öznel ve durumsal bir kavram olmakla birlikte bireylerin kendisinin ve eşinin evlilik ilişkileri hakkında hissettikleridir. Evli bireylerin evlilik doyumunu ölçmek için çeşitli yönden değerlendiren ölçekler geliştirilmiştir ve kullanılmaktadır (Fincham ve Bradbury, 1987).

Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme çalışmasında evlilik doyumunu dolaylı veya dolaysız etkilediği düşünülen kişilik özelliklerini kapsayan değişkenler incelenmiştir. Bu çalışmada evlilik doyumu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki ele alınmıştır. Bir kişilik özelliği olan öz denetim becerisi incelenmiştir. Öz denetimin evlilik doyumunu doğrudan etkilediği tespit edilmiştir. Ayrıca öz denetim ile evlilik doyumunu arasında düşük derecede anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırmaya dahil edilen bir diğer değişken olan aktif planlama ile öz denetim arasında

dolaylı bir ilişki vardır. Bunun sonucunda ise öz denetim becerisi aktif planlamayı pozitif yönde etkilemekte ve aktif planlama ise bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumun derecesini yükseltmektedir (Güngör, 2007).

1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışmada evli çiftlerin çift uyumları ile evlilik doyumları ve öz denetim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Literatürde şu ana kadar yapılan çalışmalar incelendiğinde öz denetim ile çift uyumu ve evlilik doyumu ilişkisinin birlikte değerlendirildiği çalışmalar yok denecek kadar azdır.

Bu araştırmayı önemli kılan özellikle öz denetim ile çift ilişkisi ile ilgili konulara dair literatürdeki boşluğu dolduracak olmasıdır. Bu bağlamda öz denetim ile evlilik uyumu ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilere dair dinamiklerin anlaşılmasına katkı sağlayacaktır. Öz denetim kavramının yaşamın birçok alanına etki ettiği ve bu tür çalışmaların çeşitlendirilmesi gerektiği düşünülmektedir. Bu nedenle bu çalışma, alan yazına katkı sağlayacağına, diğer araştırmacılara yol gösterici olmasına inanılmaktadır.

1.3. Araştırmanın Konusu ve Problem Cümlesi

Araştırmanın konusu evli çiftlerin çift uyumları ile evlilik doyumları ve öz-denetim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın problem cümlesi; evli çiftlerin çift uyumları ile evlilik doyumları ve öz-denetim becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.4. Araştırmanın Hipotezleri

- Evli bireylerin çift uyumları ile öz denetim becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
- Evli bireylerin çift uyumları ile evlilik doyumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
- Evli bireylerin evlilik doyumları ile öz denetim becerileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
- Evli bireylerin çift uyumları ile öz denetim becerileri arasında cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılıklar vardır.

- Evli bireylerin evlilik doyumları ile öz denetim becerileri arasında cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılıklar vardır.
- Evli bireylerin çift uyumları ile evlilik doyumları arasında cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılıklar vardır.

1.5. Sınırlılıklar

- Araştırmaya kadın ve erkek evli çiftler ile sınırlandırılmıştır.
- Araştırmaya 18-65 yaş arası evli kadın ve erkek gönüllüler ile sınırlandırılmıştır.
- Araştırma, İstanbul ilinde yaşayan evli bireyler ile sınırlandırılmıştır.
- Araştırma kişisel bilgi formu, öz denetim ölçeği, yenilenmiş çift uyum ölçeği ve evlilik doyum ölçeğinin ölçmeyi amaçladığı özelliklerle ve gönüllü olan katılımcıların ölçeklere vermiş oldukları cevaplar ile sınırlıdır.

1.6. Sayıtlar

- Araştırmaya gönüllü olarak katılan evli bireylerin ölçekleri objektif ve samimi bir şekilde doldurdıkları varsayılmaktadır.
- Araştırma örnekleminin araştırmanın evrenini temsil ettiği varsayılmaktadır.
- Araştırma için seçilen ölçeklerin araştırmanın problemini kapsadığı ve doğru ölçtüğü varsayılmaktadır.

1.7. Tanımlar

Öz denetim: Bireyin kendisi ve dünyası arasında ideal bir uyuma sahip olması için kendisini değiştirme ve uyarlama kapasitesidir. Kişinin duygu, düşünce ve dürtü gibi birçok alanda denetimini kendi elinde tutabilmesidir (Duyan vd., 2012).

Çift uyumu: Çiftlerin ilişkilerinde birbirlerine ve evliliklerinin tümüne uyum sağlamayı benimsedikleri, iletişim içinde oldukları, çatışmaları çözerken her iki tarafında memnuniyetine önem verdikleri, mutlu ve uyum içinde olan çiftler uyumlu çiftler olarak kabul edilmektedir. (Wallace ve May, 2005)

Evlilik doyumu: bireylerin çift olarak ilişkilerine karşı tatmin ve mutluluk duygusunun derecesini ifade etmektedir (Nichols, 2005).



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Pozitif Psikoloji

Psikoloji biliminin tarihinde 20. yüzyılın ortalarına kadar problemlere, problemli davranışlara odaklanılmıştır. Problemlere ve olumsuz duygulara odaklandığı için olumlu duyguların ele alınması ihmal edilmiştir. Son yıllarda ise pozitif psikolojinin yaygınlaşmasıyla birlikte bu görüş değişerek, olumlu duygulara ve kişinin kendi içinde bulunan kaynaklara odaklanılmıştır (Kaba ve ark. 2018).

Pozitif psikolojinin birçok şekilde tanımı vardır. Tanımlarından biri ise insanların hayata bağlanmasına ve hayatını bulunduğu konumdan daha iyi bir yaşam standardına götürmesi için yönlendiren, olumlu kabul edilen şeylerin neler olduğuyla ilgilenen bilimsel bir bakış açısıdır (Peterson, 1999).

Martin Seligman pozitif psikolojinin kurucusudur. Psikoloji biliminin ilk dönemlerinde insanların problemlerine odaklanılıyordu. Göz ardı edilen bir yön olan bireylerin farkında olsa da olmasa da var olan kaynaklarıydı. Pozitif psikoloji, psikoloji bilimine yeni bir bakış açısı kazandırarak bireylerin iyi olmaları için kaynaklarının neler olduğu ve hayata pozitif yönden nasıl bakılabileceğine odaklanmıştır. (Seligman, 2002).

Pozitif psikoloji bireylerin zayıf yanlarını göz ardı ederek güçlü yönlerine odaklanır ve hedefi problemlerden ziyade problemlerin çözümüdür. Pozitif psikoloji hastalık modeline karşı çıkar. Sağlıklı insanın nasıl olduğuna ve nasıl olması gerektiğine odaklanır. Bu bakış açısı bizlere kişilerin rahatsızlıklarını azaltmanın yeterli olmadığını bunun yanında bireylerin gelişim açılarının önemsenmesi gerektiğini ve iyilik halinin kişinin yaşam kalitesini artıracak şekilde çalışmalar yapılması gerektiğini savunur. Bireye sadece problemlerini tespit ve durdurma değil ayrıca problemlerin nötrlemenin de ötesinde pozitif yönde etkisinin var olmasıdır (Hefferon ve Boniwell, 2014).

Pozitif psikoloji, psikoterapilerde karakter güçleri olarak erdemlere odaklanmıştır. Her erdem kendi içerisinde önemli alt kavramları vardır. 6 erdem ve bunların altında 24 tane karakter gücü vardır. Erdemler; bilgelik, cesaret, insaniyet, adalet, ölçülülük ve aşkınlıktır. Bireylerin yaşamlarını düzenleme ve iyi oluş hallerini artırmak için altı erdem içinde ölçülülük erdeminin; alçakgönüllülük, affedicilik, tedbirlilik(sağduyu), öz denetim (öz düzenleme) gibi alt kavramları geliştirilmiştir. Ölçülülük kavramı; aşırılığa karşı dengeyi içerir ve bireylerin yaşamlarını dengede tutmayı sağlar. Öz-kontrol; diğer adıyla öz- denetim; duygu, düşünce ve davranışlarını kontrol altında tutabilme ve düzenleyebilmektir (Kabakçı, 2016).

2.2.Erdemler Ve Karakter Güçleri

Pozitif psikoloji, psikoterapilerde karakter güçleri olarak erdemlere odaklanmıştır. Her erdem kendi içerisinde önemli alt kavramları vardır. 6 erdem ve bunların altında 24 tane karakter gücü vardır. Erdemler; bilgelik, cesaret, insaniyet, adalet, ölçülülük ve aşkınlıktır.

2.2.1. Bilgelik

Bilgelik iyi bir yaşam deneyimi için bilgiyi edinme ve onu kullanma becerisine sahip olunan karakter güçlerini kapsamaktadır. Bilgelik bireylerin yaşamını daha iyi bir biçimde sürdürerek mutlu olmalarına sebep olan karakter güçlerini arasında kabul edilmektedir. Bilgelik erdemine sahip olan bireylerin karakteristik özellikleri; meraklı, öğrenmeye istekli, fikirlerini açıkça ifade edebilen, sosyal ve duygusal zekaya sahip olmalarıdır. Bilgelik erdemi; yaratıcılık, merak, açık fikirlilik, öğrenmeye açık oluş ve geniş bakış açısı olmak üzere 5 alt kavramlardan oluşmaktadır. (Peterson ve Seligman, 2004).

2.2.2 Cesaret

Cesaret erdemi bireyin yaşamında karşılaştığı her türlü engel karşısında nihai amacına ulaşabilmek için irade göstererek olaylara cesaretle yaklaşmasını ifade etmektedir. Dürüstlük, cesur olma, beceriklilik, keyif alma olmak üzere 4 alt kavramlardan oluşmaktadır. Cesaret erdemi ve alt karakter güçleri kişilerin zorluklar ve engellerle başa çıkmasında önemli rol oynamaktadır (Peterson ve Seligman, 2004).

2.2.3 İnsaniyet

İnsaniyet erdeme insanı insan olduğu için saygı duyan ve değer veren bir erdemdir. Bu erdemde kişilerin insan ilişkilerinde iyi olmayı, dostluk kurmayı, duyarlı olmayı, anlayışlı olmayı ifade etmektedir. Şefkatlilik, sevmek ve sevilme kapasitesi ve sosyal zekayı içeren 3 alt kavramdan oluşmaktadır (Peterson ve Seligman, 2004).

2.2.4 Adillik

Adillik erdemi, adil ve eşit olmayı vurgular. Hayatta toplumsal düzenin sağlanmasına yardımcı olur ve bireyi bu konuda üstüne düşen sorumlulukları yerine getirmesi için teşvik eder. Bu erdem gelişmekte olan ve değişen dünyada kişilerin ilerlemek için diğer insanları önemseyerek eşit davranarak muamele etmesini ister. Adalet, liderlik ve takım çalışmasına yatkınlık olmak üzere 3 alt karakter gücünden oluşmaktadır (Peterson ve Seligman, 2004).

2.2.5 Ölçülülük

Ölçülülük aşırılığa karşı çıkan ve dengeyi merkezine alan bir kavramdır. Ölçülülük erdemi dört karakter gücünden oluşmaktadır. Bunlar; özdenetim, affetme, tevazu, tedbirlilik (Demir ve Murat, 2021). Ölçülülük erdemi diğer erdem türlerine göre daha az çekicidir. Yaşanılan hızlı ve tempolu olan tüketim kültürüne karşıdır. Dürtü kontrolü, öz-denetim gerektirir (Niemiec ve Clyman, 2008). Ölçülülük erdemi aşırılığa karşı dengeyi içerir ve bireylerin yaşamlarını denge tutmayı sağlar. Bireylerin yaşamlarını düzenleme ve iyi oluş hallerini artırmayı hedefler. Affedicilik, tevazu, tedbirlilik ve öz denetim olmak üzere 4 karakter gücünden oluşmaktadır (Kabakçı, 2016).

2.2.6 Aşknlık

Aşknlık erdemi insanların ötesinde aşkın bir varlığın mevcudiyetine inanmayı ve onunla bağlantı kurmayı ifade etmektedir. Güzelliği takdir etme, şükran, umut, mizah ve maneviyat olmak üzere 5 karakter gücünden oluşmaktadır (Peterson ve Seligman, 2004).

2.3. Öz Denetim

Literatür incelendiğinde öz denetim kavramının tanımlaması çeşitli biçimde yapılmıştır. Öz denetim kavramı; öz düzenleme, öz disiplin, irade, hazzın ertelenmesi, ego gücü gibi kavramları içermektedir. Bu kavramların ortak noktası bireylerin çabaları sonucunda kendini düzenleyebilmesidir. Öz denetime sahip diğer bir tabirle iradeli bireyler uzun vadede hedeflerine ulaşabilmek için davranışlarını, duygularını ve dürtülerini düzenleme konusunda oldukça yeteneklidirler (Duckworth, 2011). Öz denetim ve öz düzenleme kavramı birbirlerinin yerine kullanıldığı olmuştur. Ayrıca bazı araştırmacılar tarafından aynı anlamlarda kullanılmıştır (Tangney vd., 2004). Fakat bazı araştırmacılar ise bunun tersine öz denetim ve öz düzenleme kavramlarının birbirinde farklı olduğunu öne sürmüşlerdir (Duckworth vd., 2014).

Öz denetim, kişinin benliği ve dünyası arasında daha iyi uyum sağlayabilmesi için kendini değiştirebilme ve uyarılma kapasitesidir. Öz denetim kişinin içsel tepkilerini değiştirme ve düzenleme becerisiyle istenmedik davranış eğilimlerini durdurarak bu eğilimlere göre davranmaktan kaçınma yeteneğidir. Bu bakış açısında yola çıkarak öz denetim bireylerin hayatlarında olumlu katkılar sağlamaktadır. Çalışmalar doğuştan yüksek düzeyde öz denetime sahip bireylerin birçok alanda daha iyi sonuçlar elde ettiğini göstermiştir. Örneğin bazı insanlar olumsuz duygularını kontrol etmede, para biriktirme, hayatlarını daha iyi idare etme ve diyetlerinde istikrarlı olma gibi alanlarda öz denetimi düşük olan diğer bireylerden daha iyi olabilmektedirler (Tangney vd., 2004).

Öz denetimin karmaşık bir şekilde çeşitli tanımlamaları yapılmıştır. Öz denetimin tanımları arasında kişinin hedeflediği düşüncelerine yönelik amaçlarını erteleyebilmesi, bir arzusunu yerine getirme becerisi, bulunduğu sosyal ve eğitsel mekanlarda sözel ve motor eylemlerinin süresini, sıklığını ve yoğunluğunu düzenleyebilmesi, çeşitli zamanlarda duruma göre bir eylemi başlatabilmesi veya bitirebilmesi ve birinin gözetimi olmaksızın toplum içerisinde sosyal olarak kabul görecekt davranışları sergileyebilme becerileridir (Kopp, 1982).

Mehta (2010), öz denetimin insanın kişilik yapısında var olan en önemli süreçlerden biri olduğunu vurgular. Öz denetim seviyesinin yüksek veya düşük olmasının bireylerin davranışını farklılaştırdığını vurgulamaktadır.

Öz denetim genel olarak birbiriyle ilişkili ve yineleyen beş aşamayı kapsar. Bu aşamalar; hedef seçimi, hedef bilşi, yönlendirici sürdürme, yön değışikliğı veya yeniden önceliklendirme ve hedefin sonlandırılmasıdır. Öz denetim bireylerin hedefe yönelik faaliyetlerini değışen bağlamlar ve zaman içerisinde yönlendiren içsel ve işlevsel süreçleri tanımlar. Öz denetimde öz düzenleyici beceriler ve süreçler kontrol isteğı, özgür olma seçimi içsel durumların düzenlenmesi biyokimyasal veya nörofizyolojik sistemlerle ilişkilidir. Ancak bu kavramlar birbirlerinden farklıdır (Karoly, 1993).

İnsan yaşamı açısından öz denetimin birkaç tane sayılabilecek faydası vardır. Her bir organizmanın çevresiyle uyum sağlaması gerektiğine dair temel bir görüş vardır. Bireyler açısından değerlendirildiğinde kişilerin çevresi ile uyum içinde olması onların güven ve barış içinde yaşayabilmeleri ve gereksinimlerini karşılayabilmeleri için gereklidir. Yaşam içerisinde karşı karşıya gelinen birçok durumda çevre bireylerin isteklerine göre karşılık vermez. Bu sebeple uyumun sağlanabilmesi için kişinin kendini değıştirerek düzenleyebilmesi daha olası ve ümit vericidir. Öz denetimin bir diğerk faydası ise bireylerin davranışları üzerinde esnek olabilmelerini sağlamasıdır. Yaşanan olaylar karşısında verilen ilk ve fevri tepkiyi kontrol edebilme anlamına da gelir. Bir başka deyişle öz denetim becerisini kullanarak dürtülere göre hareket etmeyi engellemektir. Öz denetim faydaları birey açısından olduğu gibi toplumsal sistemler açısından da faydalıdır. Öz denetim becerisiyle bireyler topluma uyum sağlamakta ve böylece toplumsal sistemin düzgün çalışmasını sağlamaktadır (Baumeister ve Alquist, 2009).

Öz denetim ölçeğı genel manada tek bir boyut olacak şekilde hazırlanmıştır. Fakat endirekt bir şekilde yaşantısal, yenileyici ve onarıcı öz denetim olmak üzere üç ayrı boyutta ele alınmıştır. Onarıcı öz denetim, bireylerin hissettiğı duyguları ve zihinsel süreçleri denetim altına alabildiğı amacına yönelik davranış biçimlerini düzenleyebilmesi

anlamına gelir. Yenileyici öz denetim bireylerin değişim aşamalarını yönlendiren davranışları kapsar ve dengesizliğe sebep olan davranışlara odaklanır. Yaşantısal öz denetim ise bireylerin zihinsel işleyiş aşamalarının üstesinden gelmesini sağlayarak onları yapmaktan zevk alabilecekleri davranışlara yönlendirir (Duyan vd., 2012).

2.3.1. Öz Denetim ile İlgili Yapılan Yurtdışı Çalışmalar

Öz denetim insanın kapasitesine son derece uyumlu bir beceridir. Öz denetim ve öz denetimi istemenin insanlar için birçok faydasıdır. Ancak bu konu hakkında bilinen şeyler oldukça azdır. Öz denetim arzusunun öz denetim becerisine uygun davranmanın üzerindeki etkisi incelenmiştir. Üstesinden gelinmesi zorlu olan durumlarda özdenetim becerisine uygun bir şekilde davranmanın, öz denetim isteğinin, bireylerin amaçları ve performans düzeyleri arasında farklılıkların olduğu vurgulanmıştır. Bunun beraberinde ise yeterliliğe dair inancın azaldığı ve yapılması gereken görevlere ilginin kaybolabileceği öngörülmüştür. Bu araştırma dört ayrı çalışmayı içermektedir. Yapılan araştırma sonucunda birinci çalışma; güçlü öz denetim arzusunun üstesinden gelinmesi zor olan görevlerde bireylerin performanslarını olumsuz yönde etkilediği fakat basit olan görevlerde olumsuz etkilemediği tespit edilmiştir. İkinci çalışmada; öz denetim arzusu deneysel olarak manipüle edilerek performansta yaşanan düşüş tekrar edilerek, aralarındaki nedensel durum incelenmiştir. Üçüncü ve dördüncü çalışmalar da ise; yeterliliğe dair inançta meydana gelen azalmanın etkisinin aracılık rolü gösterilmiştir (Uziel ve Baumeister, 2017).

Öz denetim farklılıklarını ele almak için aynı yaş grubunda olan bireyleri inceleyen araştırma yapılmıştır. Bu araştırmanın bulgularında; ilk çocukluk yıllarının (özellikle ilk on yıl) önemli bir yaşam dönemi olduğu vurgulanmıştır. Gözlemci olarak aileler, öğretmenlerin görüşleri değerlendirildiğinde öz denetimin, para harcama davranışı, mesleki prestij, zihinsel ve fiziksel sağlık gibi konularla ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Moffitt vd., 2011).

Öz denetimin ne işe yaradığı merak edilerek yola çıkılan bir çalışmada öz denetimde bireysel farklılıkları ölçecek yeni bir ölçek oluşturulması planlanmıştır. Bu çalışmaya davranış konusunu kapsayan iki ayrı çalışma dahil edilmiştir. Yeni ölçeğin tutarlı ve güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Çalışma 1'e 351 psikoloji lisans öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları 18-55 arasında değişmektedir. Çalışma 2'ye ise 255 psikoloji lisans öğrencisi dahil edilmiştir. Katılımcıların yaş ortalamaları 18-49 arasında değişmektedir. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda yüksek öz denetim

puanına sahip bireylerin daha yüksek okul başarısı, daha iyi benlik saygılarının olduğu, daha iyi beslenme alışkanlığı olduğu, daha iyi kişiler arası ilişkileri olduğuna, güvenli bağlanma sergilediklerine ve daha iyi derecede duygusal tepkiler vermeleriyle ilişkilendirilmiştir. Düşük öz-denetim puanlarına sahip olan bireyler ise yüksek öz denetime sahip bireylerin aksine kişisel ve kişiler arası problemlerde önemli risk faktörü grubuna girmektedir (Tangney vd., 2004).

Mehta (2010), öz denetimin insanın kişilik yapısında var olan en önemli süreçlerden biri olduğunu vurgulamıştır. Öz denetim konusunda fikirleri derinleştirmeyi hedeflemiştir. Öz denetim konusunda birçok araştırma yapılmış olmasına rağmen hala üzerinde durulması gereken cevapsız kalan sorular olduğuna dikkat çekmiştir. Bu sorulara örnek olarak öz denetim dendiğinde benliğin rolü ne anlama gelmektedir? Sahip olunan kaynakların tükenmesiyle dürtüsellğe mi yol açar? Benliğin farklı tanımları dürtüsel davranışları nasıl etkilemektedir? Duyguların etkisi öz denetim sürecini nasıl etkiler? Mehta, aklındaki bu sorulardan yola çıkarak bu konuyla ilgili içinde kendi çalışması da olan dört farklı makaleyi ele almıştır. Bu çalışmanın amacı literatürdeki kavram tutarsızlığını gidermektir. Genel olarak öz denetimi tüketici davranışlarıyla ilişkili olarak ele almışlardır. Öz denetim kavramında “öz” ün belirgin hale getirilmediği “miyopia” ve merkeze alındığı durumlarda ise “hiperopi” etkiler göstermektedir (Mehta,2010). Hiperopi kavramı ters öz denetim olarak ifade edilmektedir (Yener, 2020). Öz’ün rolü ele alındığında “olma” zihniyetinde bireylerin temkinli olduğu fakat “var olma” zihniyetinde ise hoşgörüyü daha meyilli oldukları öne sürülmüştür. Öz denetim seviyesinin yüksek veya düşük olmasının tüketici davranışını farklılaştırdığını vurgulamaktadır. Bireylerin ruh halleri öz denetim becerilerini ve davranış biçimlerini etkilemektedir. Olumlu ruh hali içerisinde olan kişilerin dürtüsel harcama eğiliminde olup zihinsel muhasebe yapma olasılıklarının düşük olduğu gösterilmektedir (Mehta,2010).

Akademik performans değerlendirmelerinde öz denetim becerisini incelemenin bireylerin IQ seviyelerinin verdiği bilgiden daha iyi tahminlerde bulunduğu tespit edilmiştir. Sonuç şaşırtıcıdır. Yüksek öz denetim düzeyine sahip olanların düşük öz denetim düzeyine sahip olanlara kıyasla not ortalamalarının daha yüksek olduğu, akademik başarıyı ölçen testlerde daha başarılı oldukları ve lise tercihlerinde daha seçkin okullara kabul aldıklarını bulgular sonucunda tahmin etmiştir. Yüksek öz denetim düzeyine sahip öğrencilerin okul devamsızlıkları daha az olduğu, daha fazla ev ödevlerine zaman ayırdıkları, diğer öğrencilere kıyasla ev ödevlerini yapmaya daha erken başladıkları tespit edilmiştir (Duckworth ve Seligman, 2005).

Öz denetim düzeyi bireylerin iş yaşamını da olumlu bir şekilde etkilemektedir. İş yerinde yöneticilerin diğer insanların değerlendirdiği bir çalışma yapılmıştır. Bu çalışmada yüksek düzeyde öz denetime sahip olan yöneticilerin değerlendirmesi yapıldığında iş arkadaşları ve astları tarafından olumlu değerlendirme puanı ve sonucu aldığı tespit edilmiştir. Yöneticinin görevini iyi yapması ve çalışanlarıyla iyi iletişim kurması kendine olumlu fayda sağlamanın yanı sıra varsayımsal olsa da topluma da sağlanan fayda sağladığı sağladığı söylenebilir. Ne kadar varsayımsal olsa da yöneticilerini değerlendiren çalışanların doğrudan fayda gördüklerini söylemek mümkündür (Cox, 2000).

Öz denetim becerisinin yüksek veya düşük olması çiftler arasında ilişkilerin yönünü belirlemektedir. Yüksek öz denetim düzeyine sahip olan bireyler çift ilişkilerinde eşlerinin negatif davranışlarını çözebilme istekleri ve olasılıkları daha yüksek korelasyon düzeyindedir. Çiftlerin birbirlerinde kaçınmaları ve birlikteliklerin bitirme eğilimleri daha düşüktür (Baumeister ve Alquist, 2009).

Duygusal hassasiyetleri incelemek için yapılan bir çalışmada katılımcılara her gün “Ne düşünüyorsunuz?” sorusu sorulmuştur ve yazarak cevaplamaları istenmiştir. Soruyu yanıtlayan katılımcılardan öz denetim düzeyi yüksek olan bireylerin düşük öz denetim düzeylerine sahip olan bireylere oranla duygusal durumlarını yazma oranlarının az olduğu gözlemlenmiştir. Bu tepkimenin sonucunda yüksek öz denetim seviyesinin duygusal tepkiyi azalttığı tespit edilmiştir (Zabelina vd., 2007).

2.3.2. Öz Denetim ile İlgili Yapılan Yurtiçi Çalışmalar

Türkeş (2004) ilköğretim ve lise düzeyinden 847 öğrencinin dahil edildiği ergenlerde sapkın davranışın nedeni olarak özdenetim ve aile içi denetim mekanizmalarını araştırmıştır. Araştırma sonucunda özdenetim düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından ele alındığında kız öğrencilerin öz denetim düzeyleri erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Öz denetimi etkileyen faktörler arasında kız kardeş sayısı vardır. Ailede kız kardeş sayısı arttıkça özdenetim düzeylerinin yükseldiği gözlemlenmiştir. Ve ayrıca temel aile işlevleri olan iletişim, birlik ve beraberlik, yetkin olma ve duygusal bağlam ile özdenetim ve sapkın davranış sergilenmesi üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Sonuç olarak temel aile işlevlerinin olumlu düzeyde artışı özdenetim düzeylerinin artmasıyla pozitif ve anlamlı bir korelasyon göstermektedir.

Ergenlerde Özdenetim Becerilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkilerinin incelendiği bir araştırmada lise eğitimin tüm kademelerinden 374 öğrenci dahil edilmiştir. Araştırma sonucunda ergenlerin öz denetim düzeyleri ve akıllı telefon bağımlılığı arasında düşük

düzeyde negatif yönlü bir korelasyon olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre ele alındığında ise öz denetim becerisi ve akıllı telefon bağımlılığının cinsiyet yönünde farklılaşmadığı ve katılımcıların öğrenim gördükleri okul türleri açısından ise genel olarak farklılaşmadığı ve ergen katılımcıların aile gelir düzeyi açısından öz denetim becerisi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların akıllı telefon kullanma yıllarına göre öz denetim becerilerinin alt boyutlarından yenileyici öz denetim ve onarıcı öz denetim alt boyutlarında görüş farklılıkları olduğu fakat yaşantısal öz denetim alt boyutunda ise görüş farklılıkları olmadığı tespit edilmiştir. Akıllı telefon kullanım yıllarında meydana gelen artış oranı akıllı telefon bağımlılığıyla doğru orantılı olduğu tespit edilmiştir. Günlük akıllı telefon kullanımı ve öz denetim becerileri arasındaki ilişkiye bakıldığında genel anlamda günlük kullanım üzerinde etkisi olmadığı fakat yaşantısal öz denetim alt boyutunun günlük kullanım süresi arasında görüş farklılıklarının olduğu sonucuna varılmıştır. Genel olarak incelendiğinde katılımcıların günlük telefon kullanım süresinin akıllı telefon bağımlılığını etkilediği, akıllı telefon kullanım yılını ve öz denetim becerilerini etkilediği sonucuna varılmıştır (Aktaş, 2022). Öz denetim ve sosyal sorun çözme becerileri arasındaki ilişki polis teşkilat mensupları örneğinde incelenmiştir. Araştırmaya 200 katılımcı dahil edilmiştir. Gönüllü olarak katılan polis teşkilatından katılımcılara öz denetim ölçeği, sosyal sorun çözme envanteri ve sosyodemografik özelliklere ait soruların içerisinde olduğu soru kağıtları verilerek, veri toplanmıştır. Araştırma sonucun elde edilen bulgular; sosyal sorun çözme becerisi ile öz denetim arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sosyodemografik özellikler yönünden bakınca kadın polislerin öz denetim düzeylerinin erkek polislerle göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmaya dahil edilen yaş, medeni durum, rütbe gibi diğer değişkenlerin arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Ayrıca polislerin çalışma süreleri ile öz denetim becerisi ve sosyal sorun çözme becerisi arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve çalışma süreleri arttıkça polis çalışanların çalışma düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir (Karataş ve Duyan, 2020).

Okul öncesi öğretmen adaylarının öz denetimleri ve öz yeterliliğe dair inançlarının arasındaki ilişki bazı değişkenler dahil edilerek incelenmiştir. Araştırma bulgularının sonucunda öğretmenlerin öz denetim becerileri ve öz yeterlilik inançları arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öğretmen adaylarının öz denetim becerileri cinsiyet değişkeni ve anne tutumların açısından anlamlı düzeyde farklılık olduğu tespit edilmiştir. Diğer değişkenler değişkenlerle arasında ise anlamlı düzeyde farklılıkların olmadığı tespit edilmiştir. Öz yeterlilik inancı ile diğer değişkenler arasında herhangi bir anlamlı

farklılıklar bulunamamıştır. Son olarak öğretmen adaylarının öz denetimleri ve özyeterlilik inançları arasında anlamlı düzeyde ilişkisi olduğu saptanmıştır (Subaş, 2018).

2.4. Evlilik Uyumu

Evlilik uyumu kavramının tanımı üzerinde araştırmacılar tarafında tam uzlaşılma sağlanılmamış olsa da birçok çalışmada halen kullanılmaktadır. Evlilik uyumu; kişilerin olumlu ilişki paternine sahip olması ve çiftlerin birbirleri için olumlu duygu ve düşünceler beslemesi, ilişkilerinde iyi bir iletişime sahip olması ve hayatta karşılaştıkları sorunları çözebilmeleri ve çiftlerin yaptıkları aktivitelerden keyif alması olarak tanımlanır (Arkar ve Öztürk, 2014).

Evlilik ilişkisinin kalitesini tanımlamak için evlilik uyumu, evlilik doyumu, mutluluğu, evlilik bütünlüğü kavramları kullanılmaktadır. Evlilik kalitesi kavramı evlilik uyumu, doyumu ve evlilik bütünlüğünü kapsayan genel bir kavramdır. Evliliğin niteliğini değerlendirmede uyum kavramının daha önemli olduğu düşünülmektedir. Bu sebeplerde evlilikte nitelik değerlendirilmesi yapılırken çoğunlukla çift uyumunu değerlendiren ölçekler kullanılır. Çiftler arasındaki uyum çok boyutlu olduğu için tanımının nasıl yapıldığı ve neleri kapsadığı önemlidir. Bu sebeple evlilik ilişkisi incelenirken ele alınacak kavramların tanımının çok iyi yapılması gerekir. Örneğin eşler arasındaki çift uyumunun, doyumunun ve çatışmanın farklı kavramlar olduğu anlaşılmalıdır (Erbek vd., 2005).

Evlilik uyumu kavramı eşlerin gündelik yaşantıları ve bu yaşantılar içinde değişen koşullara uyum sağlayabilmesini ifade etmektedir. Ve belirli bir süre sonrasında da eşlerin birbirlerine uygun olarak kendilerini değiştirebilme becerileridir (Spainer, 1976). Çiftler arasındaki uyum evliliklerin sağlıklı ve işlevsel olması açısından önemlidir. Evlilik uyumu, evlilik ilişkisi, evlilik doyumu ve evlilik mutluluğu gibi kavramlar birçok araştırmaya konu olmuştur. Sadece psikoloji alanından değil pek çok farklı bilim dallarından bilim insanlarının ilgi konusu olmuştur (Erbek vd., 2005).

Çiftlerin evliliklerinde uyum konusu oldukça önemlidir. Uyum yerini bozulmaya ya da çatışmaya bıraktığında, evli bireylerin çift ilişkilerinde, bireysel hayatlarında ve buna ek olarak da toplumun düzeni sağlıklı olmayan duruma gelmeye başlar (Stack ve Eshleman, 1998).

Evlilik uyumu, evli çiftlerin arasında etkili iletişimin sağlandığı, çiftlerin genellikle daha az anlaşmazlık yaşadığı ve herhangi bir problem olduğunda çözümlerini iki tarafın

memnuniyeti doğrultusunda buldukları, duygusal bağ ve ortak amaçlara sahip olma özellikleri taşıyan çiftler arasında bulunmaktadır (Sabatelli, 1988).

Evlilik uyumu, çiftlerin birbirlerine uyum sağlamalarını tanımlar. Evlilik uyumunu etkileyen, katkıda bulunan birçok faktör vardır. Bu faktörler; evlilik doyumu, sevgi, çatışma ve anlaşmadır. Çiftler arasındaki yaş farkı, evli kaldıkları süre ve çocuk sayısı gibi özelliklerin evlilik uyumunu etkilediği düşünüldüğü için evlilik uyumunun diğer belirleyicileri arasına girmektedir (Kendrick ve Drenta, 2016).

Burgess ve Cottrell(1998), göre evlilikte uyum kavramı çiftlerin ilişkilerinin yanı sıra farklı birçok süreci de kapsamaktadır. Her birey farklı bir aile ve kültürden gelir bu sebeple zihninde birçok özelliği harmanlayarak kendine ait kişilik yapısını meydana getirir. Her birey farklı bir kişilik özelliğiyle evlilik ilişkisine başlar. Her ne kadar farklı kişilik özelliklere sahip olursa da bireyler çift ilişkilerinde uyumu yakalayabilmek, ortak hedeflere ulaşabilmek ve mutlu olabilmek için, yeni sistem geliştirmeleri ve birbirlerini tamamlamaları gerekir. Bu şartlar sağlayan evli çiftler arasında uyum olduğu söylenebilir (Burgess ve Cottrell, 1998; Mert, 2014).

Robinson ve Blanton yapmış olduğu çalışmada uzun süreli evliklerin evliliklerin ne tür özelliklere sahip olduğunu araştırmışlardır. Bu özellikler; çiftlerin ilişkilerine ilişkin uyumlu algıları, samimiyet, birbirlerine bağlılıkları ve iletişimlidir (Robinson ve Blanton, 1993).

Spanier çift uyum ölçeğini çift uyum ilişkisini ele almak için geliştirmiştir. Ölçek sadece evli bireyleri değil evli olmayan çiftleri de değerlendirir niteliktedir. Evlilik uyumunu değerlendirirken dört alt boyuta ayırmıştır. Bu boyutlar; çiftler arasındaki memnuniyet, uyum, uzlaşma ve kendini duygusal anlamda ifade edebilmedir (Spanier, 1976).

Evlilikte uyum evlilik ilişkisinin sağlıklı ve bir şekilde devam etmesini sağlayan önemli kavramlardan biri olarak nitelendirilir. Evlilikte mutluluğu sağlayan çiftler bireysel yaşamlarında kendi öznel mutluluklarına da katkı sağlayabildiği öngörülmektedir. Evlilik uyumunun tanımları göz önüne alındığında çoğunluğunda, kişilerin mutluluk düzeyleri vurgulanmıştır. Yetişkin hayatında evlilik bireylerin yaşamında önemli bir yer tutmaktadır. Dolayısıyla evliliklerde uyum çiftlerin bireysel yaşamlarında mutluluğunun önemli kaynakları arasında belirleyici olduğu düşünülmektedir (Kublay ve Oktan, 2015).

Evlilik uyumu kavramı evlilik, çift ilişkisi ve aileyi konu edinen araştırmalarda çok fazla kullanılan ve çok karıştırılan bir kavramdır. Evlilik uyumu hakkında birçok tanımlama

yapılmıştır. Fakat bu kavram evli olmayıp bir ailenin işlevlerini yerine getirerek yaşayan bireyleri kapsamadığı için eleştirilmiştir (Spanier ve Cole, 1976).

Evlilik uyumunun ölçülmesinde dikkat edilmesi gereken iki konuda görüş vardır. Bunlardan birinci görüş evlilik uyumu bir süreci kapsamaktadır bu sebeple niteliksel ölçüm yapılması uygundur ve belirli bir zaman dilimini kesitsel olarak ölçüm yapmak uygun değildir. İkinci görüşe göre ise birinci görüşten farklı olarak evlilik uyumunu ölçerken kesitsel bir zaman dilimi içerisinde birçok yönden niceliksel olarak ölçmenin mümkün olduğudur (Spanier ve Cole, 1976).

Evliliklerde uyum çiftlerin yaşamlarında birbirlerine katkı sağlayarak gelişimlerine vesile olmayı, farklı iki birey olarak birlikte yaşamayı öğrenmeyi ifade eden bir kavramdır (Spanier ve Cole, 1976).

Evlilik uyumları iyi olarak nitelenen çiftlerin özellikleri; evliliklerini ilgilendiren konularda uzlaşabilmek, ortak amaç hedef ve ilgilere sahip olmak, bir sonula karşılaştıklarında problemlerini çözebilecek yetiye sahip olmak ve çözüm odaklı davranmak, ilişkilerini güven üzerine kurmak, evliliklerinin devam edip etmeyeceği konularda endişelerinin varlığının olmamasıdır (Burgess ve Cottrell, 1989).

Spanier ve Cole (1976) yaptıkları çalışmada evlilik uyumunu ele alan birçok çalışmaları değerlendirmişlerdir. Bu inceleme sonucu evlilik uyumunu ele alan araştırmaların beş temel boyutu dikkate almaları gerektiğini vurgulamışlardır. Bu beş temel boyut; evliliklerdeki farklılıklar, eşler arası gerginlikler ve kişisel düzeyde kaygılar, evlilikten alınan tatmin/ doyum, çiftler arasındaki bağlılık, evliliğin işleyişini kapsayan konularda uzlaşmaya varmadır (Spanier ve Cole, 1976).

Evlilik uyumu çalışmaları incelendiğinde birçok değişkeni kapsadığı görülmektedir. Bu sebeple evlilik uyumu kavramını tanımlaması çok kolay görünmemektedir. Evlilik niteliğiyle ilgili yapılan çalışmalarda; evlilikte uyum, doyum/memnuniyet, mutluluk ve evlilik ilişkisinde başarı gibi kavramların birçok zaman aralarında net bir ayrım yapılmadığı gözlenmiştir. Daha sonraki yapılan evlilik uyumu araştırmalarında bu tanımların ifade edilişi ve sınırları tekrar ele alınmıştır (Hicks ve Platt, 1970).

2.4.1. Evlilik Uyumuyla İlgili Yapılan Yurtdışı Çalışmalar

Literatürdeki evlilik uyumu araştırmaları sözel ve fiziksel saldırganlık konuları ilişkilendirilmektedir. Bu değişkenler ne kadar birbirleriyle ilişkilendirilse de bu tür ilişkilerin doğası gereği belirsiz olduğu düşünülmektedir. Evlilik uyumunun fiziksel ve sözel saldırganlık ile ilişkisinin incelendiği araştırmada; evlilik başvurusuna gelen çiftler araştırmaya dahil edilmiştir. Evliliklerinin ilk iki yılı içinde olanların fiziksel ve sözel saldırganlıklarının evlilik uyumlarıyla ilişkisi araştırıldı. Bu çiftlerin evlendikleri zaman ve 1. Yıl dönümleri ve 2.yıl dönümleri olarak bazı aşamalarda değerlendirdiler. Araştırma bulguları şu şekildedir; evli çiftlerden her ikisinin de daha önce yaşadıkları fiziksel ve sözel saldırganlığın fiziksel saldırganlığın uzun zamanda ortaya çıkan tahmin edicileri olduğunu belirtirken, evlilik uyumunun sonra oluşacak fiziksel saldırganlık eğilimi için tek bir tahmin edici öngören rolünde olmadığı tespit edilmiştir. Daha önce yapılan araştırmaların zıddı yönde, sonuçlar fiziksel saldırganlığın evlilik uyumunu tek başına destekleyen bir öngörücü olmadığı öne sürülmüştür (Schumacher ve Leonard, 2005).

Evlilik yaşının evlilik uyumu ve yaşam doyumu üzerinde ilişkisinin var olup olmadığını inceleyen bir araştırmada; farklı sosyo-ekonomik konuma sahip bireyler dahil edilmiştir. Araştırmaya katılan erken evlenen katılımcıların yaşı 20 yaş altı, geç evlenen katılımcı yaşı ise 35 ve üzeridir. Katılımcıların evlilik süreleri en az 5 yıldır. Araştırma sonucuna göre ise geç evlenenlerin erken evlenen kişilere göre evlilik uyumu ve yaşam doyumu düzeyleri daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Geç ve erken evliliğin evlilik uyumu ile arasında anlamlı bir fark olduğu gösterilmiştir (Arshad vd., 2014).

Türkiye ve İran'dan eşit oranda katılımcının dahil edildiği bir araştırmada; evlilik uyumları, denetim odakları ve problem çözme becerilerini farklı değişkenlere göre incelenmiştir. İranlı katılımcıların evlilik uyumu düzeyi Türkiyeli katılımcılara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Her iki ülkenin katılımcılarının cinsiyetler, yaşları, evlilik süreleri ve çocuk sayısı göz önüne alındığında evlilik uyumu ile aralarında anlamlı bir farklılık olmadığı fakat eğitim düzeyi, sosyo-ekonomik ve çalışma durumuna göre anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. Eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzeyi arttıkça evlilik uyum düzeyleri de artmaktadır. Çalışan katılımcıların çalışmayanlara oranla evlilik uyumu puanları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Denetim odağı puanları bulguları ise Türkiyeli katılımcıların İranlı katılımcılara oranla daha yüksek

çıktığı görülmüştür. Ayrıca problem çözme becerileri Türk katılımcıların İranlı katılımcılardan daha yüksek olduğu gözlenmiştir (Farhadi, 2018).

2.4.2. Evlilik Uyumuyla İlgili Yapılan Yurtiçi Çalışmalar

Duygu ve düşüncelerini açık bir şekilde paylaşan eşler arasında iletişim düzeylerinde memnuniyet oranları artar. Sorunlarının kökenlerine inerek çözüm bulma yönünde fikir birliğinde bulunurlar. Dolayısıyla bu çiftlerin anlaşmazlık derecesi azalır ve sonucunda da evlilik uyumları artar (Şener ve Terzioğlu, 2008).

Tutarel ve Çavuşoğlu'nun 2006 da yaptığı araştırmada güvenli bağlanmanın evlilik uyumu üzerinde etkili olduğunu göstermiştir. Güvenli bağlanmayı gerçekleştirebilen kişilerin evlilik ilişkileri incelendiğinde evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Uyum çiftler çift ve aile ilişkileri konularında problemlerine pozitif bir şekilde yaklaşan ve ortak noktada buluşabilen bireylerdir. Evlilik uyumu değerlendirilirken kişilerin şahsi kavrayışı değil birlikteliklerinin kalitesi değerlendirilir (Kışlak, 2002).

Kışlak ve Çabukça (2002) yapmış olduğu çalışmada evlilik uyumu ve empati arasında ilişki değerlendirilmiştir. Eşler ilişkilerinde ne kadar empatik anlayışla yaklaşırsa evliliklerindeki uyumda buna bağlı olarak artmaktadır. Olaylara eşinin bakış açısıyla bakabilen yani empatik iletişim kurabilen çiftlerin evlilik uyumlarında artış yaşandığı tespit edilmiştir. Çift ilişkisinde empati duygusal olarak kişinin kendisini açmasını sağlamaktadır. Ve incinme durumunda olumlu bir şekilde etki göstererek eşlerin birbirlerini bağışlamasını kolaylaştırmakta ve ilişkideki doyumun artmasını sağlamaktadır.

Şendil ve Korkut (2008) yapmış oldukları çalışmada demografik özelliklerin evlilik uyumu ve evlilik çatışması açısından incelemişlerdir. Bu çalışmada evli bireylerin eğitim düzeylerinin, evlenme şekillerinin ve çocuk sayısının çift uyumu ile anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Eğitim seviyesi düşük olan bireylerin yüksek olan bireylere göre daha düşük çift uyumu olduğu saptanmıştır. Eğitim düzeyi arttıkça çift uyumu artış göstermektedir. Maddi durumu iyi olanların, iyi olmayanlara göre çocuk sayısı az olanların fazla olanlara göre daha yüksek çift uyumu gösterdiği saptanmıştır (Şendil ve Korkut, 2008).

Çift uyumunun psikolojik rahatsızlıkların varlığı, evlilik öncesi veya sonrası teşhis konulması da çift uyumu etkileyen etmenler arasındadır. Güleç (2023)' bipolar tanısı alan hastaların çift/evlilik uyumun damgalama, psikolojik katılık ve oynusallık ile olan

ilişkinin araştırmasında ele almıştır. Evlenmeden önce bipolar bozukluk teşhisi konan kişiler, evlilik sonrası teşhisi konulara göre çift uyumu daha yüksek saptanmıştır. Diğer değişkenler ise birbirleriyle ilişkili olarak bulunmuştur (Güleç, 2023).

Koç (2021)' un yapmış olduğu çalışmada çift ilişkilerinde mizaç ve karakter özellikleri ile ilişki inançlarının çift uyumuna etkisi incelenmiştir. Çalışma sonucunda; çiftlerin evlenme şekillerinin çift uyumlarını ve akılcı olmayan ilişki inançlarını etkilediği, çalışan bireylerin çalışmayanlara oranla çift uyumları daha yüksek olduğu ve çocuk sahibi olmayan bireylerin çocuk sahibi olanlara göre çift uyumları daha yüksek olduğu bulunmuştur (Koç,2021).

Evlilik uyumu psikolojik ve sosyal değişkenler tarafından etkilenmektedir. Evlilik uyumunun değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenen bir çalışmada; evlilik uyumunun evlilik süresine göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Evlilik süresi arttıkça evlilik uyumu düşmekte, evlilik süresi azaldıkça ise evlilik uyumu artmaktadır. Evlilik uyumunun evli bireylerin mesleklerinin ve evlenme biçimlerine göre farklılaşmamaktadır. Evlilik uyumu değer tercihleri üzerinden incelendiğinde; öznel mutluluk, romantik değerler ve insan onuru ile evlilik uyumu arasında olumlu ve anlamlı bir ilişki olduğu; materyalistik değerler, kariyer değerleri, manevi değerler, toplumsal ve entelektüel değerler, özgürlük gibi değişkenlerin evlilik uyumu ile anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (Kublay, 2013).

Kaygı ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmada; evlilik süresinin, çocuk sayısının, evlenme şeklinin evlilik uyumu ile anlamlı bir ilişkisinin olmadığı tespit edilmiştir. Bireylerin yaşamlarını olumsuz yönde etkileyen kaygı evlilik uyumunu negatif yönde etkilemektedir. Kaygı düzeyi arttıkça evlilik uyumu azaldığı saptanmıştır. Çalışan erkeklerin çalışmayan erkeklere oranla daha düşük evlilik uyumları olduğu saptanmıştır. Fakat bu bulgudan çalışmayan erkeklerin evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu sonucu çıkmamaktadır. Eğitim düzeyi değişkenine bakıldığında ise; eğitim düzeyi arttıkça evlilik uyumunun arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Gürsoy, 2004).

Evli bireylerin otomatik düşünceleri ve evlilik uyumları üzerinde etkisinin incelendiği bir çalışmada; evlilik uyumu ile otomatik düşünce arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Evlilik uyumu gelir düzeyine göre farklılaşmamakla birlikte otomatik

düşünceler gelir düzeyine göre anlamlı oranda farklılaştığı tespit edilmiştir. Gelir düzeyi yüksek olan evli bireylerin otomatik düşünce kalıpları düşük ve orta düzeyde olanlara göre daha düşüktür. Gelir düzeyi düşük ve orta olan bireylerin otomatik düşünce kalıpları daha fazladır. Çiftlerin otomatik düşünce kalıpları eğitim düzeyine göre, yaşanan yere göre, eğitim düzeyine göre anlamlı oranda farklılaşmaktadır (Şahin, 2017).

Evlilik uyumu ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde evlilik uyumunu birçok değişkenin etkilediği veya etkilemediği görülmektedir. Evlilik uyumunu etkileyen unsurlar; demografik değişkenler, eğitim düzeyi, psikolojik rahatsızlığın olup olmaması, bir işte çalışma durumu, bireylerin kaygı düzeyi ve otomatik düşünce kalıpları gibi birçok değişkenin evlilik uyumunu anlamlı yönde yordadığı kanaatinde bulunulmuştur.

2.5. Evlilik Doyumu

Evlilik doyumu ile ilgili literatür tarandığında bu konu ile ilgilenen araştırmacıların ortak bir tanımının olmadığı görülmektedir. Evlilik doyumu bireylerin evlilik ilişkilerinde ihtiyaçlarının karşılanmasına bağlı olarak kişinin ilişkisine ilişkin algısı olarak tanımlanabilir (Tezer, 1996). Evlilik doyumu bireylerin çift olarak ilişkilerine karşı tatmin ve mutluluk duygusunun derecesini ifade etmektedir (Nichols, 2005).

Evlilik ilişkisinde karşılıklı etkileşim oldukça önemlidir. Çiftlerin karşılıklı etkileşimleri sonucunda algıladıkları etkileşimin kalitesi nispetinde, öznel olarak deneyimleri evlilik doyumu olarak tanımlanabilir (Coombs, 2005).

Evlilikten alınan doyum ile evlilik kalitesi arasında anlamlı bir ilişki vardır. Evlilik doyumu yaşam içerisinde var olan birçok faktörden etkilenmekle birlikte evlilik kalitesini belirleyen nitelikte olmaktadır. Evlilik süresi evlilikten alınan doyumun derecesini belirlemektedir. Evliliğin ilk yıllarında çiftlerin evliliklerinden aldıkları doyum çok yüksek olma eğilimindedir. Fakat evliliğin ilerleyen zamanlarında doyumda azalma görülmektedir. Daha sonra yaş arttıkça evlilik süresi ve doyum artmaktadır (Orbuch vd., 1996).

Evlilikte eşlerin birbirlerine davranış biçimlerinin olumlu yönde olması, çatışmadan olabildiğinde uzak durulması, uzlaşmanın sağlanması, anlaşmazlıkların giderilmesi,

birbirlerinden aldıkları memnuniyeti yüksek tutmaları, evlilik doyumu üzerinde olumlu manada etkili olmakla beraber mutlu eşler olarak nitelendirilir (Fitzpatrick, 1988).

Evlilik doyumu ile çiftlerin çatışma durumu arasında anlamlı bir ilişki vardır. Fakat kadın ve erkeklerin çatışma yaşandığı zaman verdikleri tepkiler farklılaşmaktadır (Tezer, 1996). Eşler arasında yaşanan çatışmanın farklı sebepleri olabilmektedir. Örneğin cinsel ilişki eşler arasında çatışma sebebi olabilmektedir. Çiftlerin isteklerini ifade etme biçimi çatışmanın seyrini etkilemektedir. İsteklerini açık bir şekilde ifade edebilen çiftler daha kolay çözüm yolları bulurken isteklerini açık bir şekilde ifade edemeyen çiftler çatışmaları konusunda daha zor çözüm yolu bulmaktadır (Dokur, Profeta, 2006).

Evlilik doyumu birçok çiftin evlilik ilişkisinde olmasını istediği bir beklentidir. Evlilik doyumu öznel ve durumsal bir kavram olmakla birlikte bireylerin kendisinin ve eşinin evlilik ilişkileri hakkında hissettikleridir. Evli bireylerin evlilik doyumunu ölçmek için çeşitli yönden değerlendiren ölçekler geliştirilmiştir ve kullanılmaktadır (Fincham ve Bradbury, 1987).

2.5.1. Evlilik Doyumu ile İlgili Yapılan Yurt Dışı Araştırmalar

Evlilik doyumu ve cinsiyet farklılıkları üzerine yapılan bir meta- analiz araştırmasında; kadınların erkeklere oranla daha düşük evlilik doyumlarının olduğuna dair yaygın olan görüşü test etmeyi hedeflemiştir. Araştırma bulgularının sonucunda cinsiyet açısından evlilik doyumları arasında küçük de olsa fark olduğu ortaya konmuştur. Kadınların erkeklere oranla daha az evlilik doyumu yaşadığını saptamışlardır. Fakat bu sonucu örnekleme klinik vakaların eklenmesinden kaynaklandığını ileri sürmüşlerdir. Evlilik terapisi desteği alan evli bireylerin evlilik doyumları yüzde elli bir oranında daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Diğer klinik olmayan katılımcılar dahilinde bulgulara bakıldığında cinsiyetler arasında farklılıkların olmadığı gözlenmiştir (Jackson vd., 2014).

Ekonomik ve sosyal bağlamlardaki değişimin evlilik ilişkisini ve kalitesini düşürmüş olabileceği düşünülerek bir araştırma yapılmıştır. Bu araştırmada; iki ayrı kuşaktan, 1969-1980 yılları ve 1981-1992 yılları arasında evlenmiş olan katılımcılar dahil edilmiştir. Eski kuşaklara oranla yeni kuşaktan evlenen bireylerin evlilik kalitelerinde azalma durumu var mı diye araştırılmıştır. İki grup arasında yapılan kıyasın sonucunda genç yaşta olan grupta bulunan erkek ve kadınların hepsinin anlamlı düzeyde evlilik etkileşim düzeylerinin

düştüğü ve çatışma ve sorun düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir (Amato ve Rogers, 1997).

Evlilik doyumu ve evlilikte istikrarlılık konularına yönelik 50 yıl boyunca çiftlerin takip edildiği bir araştırma yapılmıştır. Bu araştırmaya 300 evli çift katılmıştır ve 1930 yılından 1980 yılına kadar evli çiftler takip edilmiştir. Katılımcılarla yılda bir kez olacak şekilde görüşmeler yapılarak evlilik yaşamları hakkında bilgiler alınmıştır. Katılımcılardan takip edildikleri süre içerisinde çeşitli ölçme yöntemleri ile sosyal çevreleri, evliliğe dair tutumları ve cinsel birliktelikleriyle ilgili veriler toplanmıştır. Araştırmanın katılımcıların bir kısmı nişanlı bir kısmı evlidir. 1980 yılına kadar katılımcılar arasından nişanlı olan 22 çift evlilik yoluna girmeden ayrılmışlardır. Evli çiftlerin sayısı ise 278'dir ve bu aradan geçen yıllar içerisinde 50 çift evliliklerini boşanma ile sonlandırmışlardır. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında evli çiftlere yapılan kişilik özellikleri testinin sonuçları ile evlilik doyumları ve evliliklerinde istikrarlı olmaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bazı kişilik özellikleri evlilik ilişkisini olumsuz bir şekilde etkilediği tespit edilmiştir. Bu kişilik özellikleri; erkek ve kadın da sinirli olma hali, erkeklerin dürtüsel davranışları ve evliliği sürdürme ile ilgili konuların olduğu söylenebilir (Kelly ve James, 1987).

Evlilik doyumu ve depresyon arasındaki ilişkinin cinsiyet değişkeni açısından farklılığının incelendiği bir araştırmaya 150 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma sürecinde elde edilen veriler üç grup haline getirilerek detaylı bir şekilde farklı ölçüm araçları ile test edilmiştir. Çalışmanın sonucunda ise depresyon düzeyinin erkeklerin evlilik doyumunu etkilediğini fakat kadınları ise etkilemediği saptanmıştır (Fincham vd., 1997).

Çocuk sahibi olma ve evlilik doyumlarının incelendiği bir meta-analitik bir araştırma yapılmıştır. Çocuk sahibi olma ve evlilik doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Çocuk sahibi olan evli bireylerin çocuk sahibi olmayanlara göre evlilik doyumlarının düşük çıktığı saptanmıştır. Yeni bebeği olan kadınların hiç çocuğu olmayan kadınlara göre evlilik doyumları düşük olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlar babalar içinde benzer şekilde sonuçlanmıştır. Çocukların doğmasıyla birlikte evlilik doyumunun azaldığı söylenebilir (Twenge, 2003).

Evlilik doyumu ile kişilik ve mizaç ilişkisinin incelendiği bir araştırmaya 166 çift katılmıştır. Kişilik ve mizaç özelliklerini ölçmek için memnuniyetsiz hareketli dominant mizaç özellikleri ölçeği kullanılmıştır. Kişilik özellikleri mizaç özelliklerine göre evlilik doyumu üzerinde daha etkili olduğu tespit edilmiştir. Psikolojik uyum becerisi gelişmiş bireylerin evlilik doyumları yüksek olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada dikkat çekilen bir nokta bireylerin kendi mizaçlarına daha yakın olan kişilerle evlilik kurmalarıdır. Evlilik ilişkisinde eşlerin mizaç özellikleri yönünden benzer özelliklere sahip olmaları evlilik doyumunu yükselten bir etken olarak bulunmuştur (Blum ve Mehrabian, 1999).

2.5.2. Evlilik Doyumu ile İlgili Yapılan Yurt İçi Araştırmalar

Evlü çiftlerin evlilik uyumu, evlilik doyumu ve yaşam doyumunun aşk düzeyleri ile ilişkisinin incelendiği bir araştırmaya 240 evli birey gönüllü olarak katılmıştır. Evlilik uyumu, evlilik doyumu ve yaşam doyumunun aşk düzeyleri ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sosyodemografik değişkenlerde yaş farkı, eğitim düzeyi, evlilik öncesi birliktelik süreci, çocuk sayısı ve evlenme şekilleri açısından anlamlı bir farklılığa sahip olduğu tespit edilmiştir. Ancak cinsiyet, ekonomik gelir seviyesi ve çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık saptanmamıştır (Öztürk, 2017).

Evlü çiftlerde evlilik doyumu, evlilik uyumu ve sosyal medya bağlılığı arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada; evlilik doyumu ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve evlilik uyumu ve sosyal medya bağımlılığın arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Cinsiyet, evlenme biçimi değişkenleri açısından evlilik uyumunda farklılar olduğu gösterilmiştir. Araştırma sonucunda evlilik uyumları artan bireylerin evlilik doyumlarının arttığı tespit edilmiştir. Araştırmanın diğer alt bulguları açısından bakıldığında evlilik uyumu yüksek olan bireylerin cinsellik alt boyutunda evlilik doyumlarının arttığı görülmüştür. Evlilik uyumu arttıkça da sosyal medyaya olan bağımlılık düzeyinin azaldığı tespit edilmiştir (Dalan, 2020).

Sığırcı (2010) yapmış olduğu araştırmasında evli bireylerde bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançların evlilik doyumu ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda bağlanma çeşitleri, evliliğe dair inançlar ve evlilik doyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bağlanma çeşitleri kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanmadır. Kaygılı ve kaçınan bağlanma seviyesi derecesi arttıkça evlilik doyumunda düşüş gözlenmiştir. Çiftlerin ilişkilerinde gerçekçi olmayan inanç kalıplarını kullanma

oranları arttıkça evlilik doyumu düşmektedir. Kaçınan bağlanma tarzı alt boyutu ile eşler değişmez alt boyutu evlilik doyumu ile en yüksek derecede ilişkiye sahiptir. Bağlanma tarzları ve çift ilişkisine dair inançların evlilik doyumu derecesi ile kıyaslandığında anlamlı farklılığa sahip olduğu tespit edilmiştir. Bağlanma tarzları grupları açısından bakıldığında evlilik doyumu düşük olan grup aleyhine anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumu puanları açısından ise çiftlerin ilişkilerine dair gerçekçi olmayan inançları arasında evlilik doyumu puanları yüksek olan grubun lehine anlamlı düzeyde farklılaşmakta olduğu saptanmıştır.

Türk evli bireylerin evlilik ilişkilerini idame ettirmede kullandıkları stratejiler ile evlilik doyumunun incelendiği bir araştırmaya 31 evli çift dahil edilmiştir. Bu araştırmada ilişki yürütme stratejileri modeli ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın veri toplama kısmında kullanılan bu ölçeğin stratejileri olumluluk, açıklık, bağlılık, sosyal çevre ve sorumlulukları paylaşma olarak beş gruba ayrılarak değerlendirilmiştir. Araştırmaya göre bireylerin ilişki yürütme stratejilerini kullanmakta olduklarını ve eşleri tarafından da kullanıldığını gözlemledikleri tespit edilmiştir. Bu gözleme sonucunda bireyler eşlerinde olumluluk ve bağlılığı görmüş olmaları ilişki mutluluğunu etkilediği tespit edilmiştir. Olumluluk, bağlılık, sosyal çevre ve sorumlulukları paylaşma stratejilerinin mutluluk ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Hem kadınlar hem de erkekler için olumluluk stratejisi en önemli etkenlerdendir. İlişki yürütme stratejileri ile cinsiyet arasında anlamlı fark bulunamamıştır (Torun, 2005).

Çiftler arasında sıkça yaşanan çatışmaların eşler arasında gerginliğe sebep olduğu ve dolayısıyla evlilik doyumlarını etkileyebileceği hipotezinden yola çıkılarak bir araştırma yapılmıştır. Bu araştırmada evli çiftlerin arasındaki çatışma davranışları ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelenmiştir. Araştırmanın sonucuna göre kadın ve erkeklerin çatışma durumunda farklı tepkiler verdiği tespit edilmiştir. Çatışma esnasında erkekler, çatışmanın sebebini kendilerine yüklerken kadınlar ise eşlerine yüklemektedir. Eşitlikçi bir evlilik yapısına sahip olan çiftlerin evlilik doyumunun daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tezer, 1996).

Çalışan ve çalışmayan kadınlarla eşlerinin nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri ve evlilik doyumları arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada nitelenen bu yüklemeler ile evlilik doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara

göre kadınlara yüklenen nedensellik ve sorumluluklar evlilik doyumunu etkilediği gözlemlenmiştir. Araştırmaya göre çift ilişkisinde doyumsuz olarak nitelenen kadınlar eşlerinin olumsuz davranışlarının sebebini eşlerine yüklemektedirler ve eşlerinin olumsuz davranışları kasıtlı yaptığını, suçlamayı hakkettiklerini düşünerek ve bencil olduklarını algılamaktadırlar. Kadının çalışması araştırmada temel etki olmadığı tespit edilmiştir. Ancak kadının çalışmasının, evlilik doyumunu ve onların olaylara karşı yükledikleri niyeti etkilediği saptanmıştır (Akfırat, 1995).



3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Evli çiftlerin çift uyumları ile evlilik doyumları ve öz denetim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan bu çalışma nicel araştırma türlerinden ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. Tarama modelleri geçmişte ya da günümüzde var olan bir durumu var olduğu haliyle incelemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. İlişkisel tarama modeli iki veya daha fazla sayıdaki değişken arasındaki ilişkinin birlikte değişimi veya derecesini saptamayı hedefleyen araştırma modelleridir (Karasar, 2017).

Bu araştırma projesinin 29/01/2024 tarihinde Üsküdar Üniversitesi etik kurul tarafından etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evreni İstanbul'da yaşayan 18-65 yaş arası evli bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemine Google forms üzerinden ulaşılmış olup basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen 265 kadın ve 135 erkek toplam 400 evli birey oluşturmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada evli çiftlerin çift uyumları ile evlilik doyumları ve öz denetim becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. 18-65 yaş arasındaki evli çiftlere veri toplama aracı olarak; kişisel bilgileri içeren demografik bilgi formu, çift uyumunu ölçen yenilenmiş çift uyum ölçeği, evlilik doyumlarını ölçen evlilik doyumu ölçeği, öz denetim becerilerini ölçmek için öz denetim ölçeği kullanılmıştır. Uygulanan ölçeklerin sonuçları incelenerek veriler analiz edilmiştir.

3.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Demografik Bilgi Formu literatür taraması sonucunda araştırmanın amacı doğrultusunda hazırlanmıştır. Form katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, evlenme yaşı, evlenme şekli, çocuk sayısı ve gelir durumu gibi bilgileri içermektedir.

3.3.2. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği (YÇUÖ)

Çift Uyum Ölçeği, Spainer (1976) tarafından geliştirilmiştir ve 32 maddeden oluşmaktadır. Çift Uyum Ölçeğini Busby ve ark. (1995) yeniden düzenleyerek 14 maddeye indirgemişlerdir. Çift Uyum Ölçeğinin yeniden düzenlendikten Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ismini almıştır. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği, Gündoğdu (2007) tarafından

yüksek lisans tezinde kullanılarak Türkçe 'ye çevrilmiştir. Gündoğdu (2007) yaptığı bu çalışmada ölçeğin psikometrik değerlerini hesaplamadığı ve ölçek ile alt ölçek maddelerinin Türk kültürüne uygunluğunu analiz etmediğinden, Bayraktaroğlu ve Çakıcı (2017) çalışmalarında bu ölçeğin psikometrik değerlerini hesaplayarak ölçeği Türk kültürüne uygun hale getirmişlerdir. Çalışma sonucunda ölçekteki maddeler aynı şekilde kalmıştır. Fakat alt ölçeklerde toplanan maddelerde değişiklik yapılmıştır. Ölçek evli ya da birlikte yaşayan çiftlerin ilişkilerinin kalitesini değerlendirmeyi hedeflemektedir. Ölçek 14 madden oluşmaktadır. Ölçekteki maddeler (1) hiçbir zaman anlaşılamayız ile (2) çoğu zaman anlaşıyoruz arasında değişen likert tipi derecelendirilmeyle katılımcılardan cevaplanması istenmiştir. Ölçek, doyum, uzlaşım ve görüş birliği olarak üç alt ölçekten oluşmaktadır. Bu üç alt boyutun Cronbach alfa katsayısı toplam puanları sırasıyla .87, .80, .74' tür (Bayraktaroğlu ve Çakıcı, 2017).

3.3.3. Evlilik Doyum Ölçeği

Evlilik Doyum Ölçeği, Canel (2007) tarafından evli bireylerin evlilik doyumlarını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek çocuk sahibi olan ve olmayan çiftleri kapsaya iki alt bölüme ayrılarak 101 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 92 – 101 maddeleri ve arası sadece çocuk sahibi bireylerin doldurması için hazırlanmıştır. Ölçek soruları “Doğru” ve “Yanlış” seçenekleri ile cevaplanmaktadır. Ölçekte hedeflenen evlilik doyumuna ilişkin olumsuz bakışı ölçmek olduğu için ölçekten alınan yüksek puanlar evlilik doyumsuzluğunu belirtmektedir. Ölçekten alınan düşük puanlar ise evlilik doyumunun var olduğunu belirtmektedir. Ölçekte olumsuz ifadeli cevaplara 1, olumlu ifadeli cevaplar ise 0 puanını alır. Ölçek, ilişki mutluluğu, çatışma, yakınlık, evlilik uyumu, öfke, eşin ailesi ile iletişim, ekonomik anlayış ve ebeveynlik anlayışı olmak üzere 8 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu 8 alt boyutun Cronbach alfa katsayısı toplam puanları sırasıyla .95, .88, .90, .97, .85, .84, .73, .86'dır. Ölçeğin her bir alt bölümü için iç tutarlılığı hesaplanmıştır. İç tutarlılık sonuçlarının yüksek olduğu dolayısıyla güvenilir olabileceğini göstermektedir. Sonuçları ise $p < .001$ olarak anlamlı bulunmuştur (Canel, 2007).

3.3.4. Öz- Denetim Ölçeği

Öz denetim Ölçeği, Rosenbaum (1980) tarafından kişilerin öz denetim davranışlarını ve bu davranışların gündelik hayatta problemlerle karşılaşıldığında kullanılma eğilimlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 36 maddeden oluşmakla birlikte, 6' lı likert tipindedir. Ölçek (-3) Bana Tamamen Uymuyor, (-2) Bana Çoğunlukla Uymuyor, (-1) Bana Biraz Uymuyor, (+1) Bana Biraz Uyuyor, (+2) Bana Çoğunlukla Uyuyor, (+3) Bana

Tamamen Uyuyor şeklinde derecelendirilmiştir. Bu ölçek Duyan ve arkadaşları (2012) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Öz denetim ölçeği genel manada tek bir boyut olacak şekilde hazırlanmıştır. Fakat endirekt bir şekilde yaşantısal, yenileyici ve onarıcı öz denetim olmak üzere üç ayrı boyutta ele alınmıştır. Onarıcı öz denetim, bireylerin hissettiği duyguları ve zihinsel süreçleri denetim altına alabildiği amacına yönelik davranış biçimlerini düzenleyebilmesi anlamına gelir. Yenileyici öz denetim bireylerin değişim aşamalarını yönlendiren davranışları kapsar ve dengesizliğe sebep olan davranışlara odaklanır. Yaşantısal öz denetim ise bireylerin zihinsel işleyiş aşamalarının üstesinden gelmesini sağlayarak onları yapmaktan zevk alabilecekleri davranışlara yönlendirir (Duyan vd., 2012). Ölçek bireylerin duygusal ve fizyolojik tepkilerini teftiş etmek maksadıyla kendilerini ifade etme, problemleri ele alma ve problemleri çözme, hazzı erteleme ve öz yeterlilik farkındalıklarına ilişkin bilgileri kolay bir şekilde saptanmasını sağlar. Ölçekten alınabilecek toplam puan -108 ile +108 arasında olmakla birlikte yüksek puanlar yüksek öz denetim düzeyini, düşük puanlar ise düşük öz denetim düzeyini göstermektedir. Ölçeğin Türkçe' ye çevrilen şekli toplamda 1796 üniversite öğrencisine tatbik edilerek güvenilirlik ve geçerlilik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach Alpha Katsayıları; Yaşantısal Öz Denetim boyutunda 0.836, Yenileyici Öz Denetim boyutunda 0.758 ve Onarıcı Öz Denetim boyutunda 0.725 ve öz denetim ölçeğin tamamında 0.809'dur. Ölçeğin güvenilir ve geçerli olduğu kabul edilmiştir (Duyan vd., 2012).

3.4. Verilerin Analizi

Araştırma sürecinde toplanan veriler, SPSS 26.0 programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Öncelikle SPSS programında bütün verilerin sayısallaştırılarak kodlaması yapılmıştır. Katılımcılara ait sosyodemografik bilgilerin frekans analizleri ilgili tablolarda sunulmuştur. Kullanılan tüm ölçeklerin toplam puanları ve alt ölçek puanları hesaplanmıştır. Öz denetim ölçeğinin 4., 6., 8., 9., 14., 16., 18., 19., 21., 29., 35. soruları ve Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeğinin ise 7., 8., 9., ve 10., soruları tersten puanlanarak puanlama kısmına eklenmiştir.

Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için her bir ölçeği ve alt ölçeklerini Cronbach Alpha (α) Güvenilirlik analizi yapılmıştır. Öz denetim ölçeğinin $\alpha=0,885$, Evlilik Doyum Ölçeğinin $\alpha=0,978$, yenilenmiş çift uyum ölçeğinin $\alpha=0,902$ 'dir. Cronbach Alpha (α) Güvenilirlik Katsayı aralıkları; $0.00 \leq \alpha < 0.40$ ise ölçek güvenilir değildir. $0.40 \leq \alpha < 0.60$

ise ölçeğin güvenilirliği düşüktür. $0.60 \leq \alpha < 0.80$ ise ölçek oldukça güvenilirdir. $0.80 \leq \alpha < 1.00$ ise ölçeğin güvenilirliği oldukça yüksektir (Kayış, 2006). Bunun sonucunda bu çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenilir olduğu tespit edilmiştir.

Ölçek ve alt ölçeklerden alınan puanların betimsel analizi yapılmıştır. Betimsel analiz sonucunda alınan puanların minimum, maksimum, ortalama ve standart sapma değerleri tabloda belirtilmiştir. Evli çiftlerin çift uyumları ile evlilik doyumları ve öz denetim becerileri ile alt boyutlarının aralarındaki ilişkilerinin puan hesaplamaları yapılmıştır. Hesaplanan puanların arasındaki ilişkiler ve ayrıca demografik değişkenlere göre ölçeklerden alınan puanların arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bunun öncesinde verilere normal dağılım testi uygulanmıştır. Kolmogorov-Smirnov (K-S) testi yapılarak verilerin normal dağılıp dağılmadığı tespit edilerek teyit edilmiştir. Kolmogorov-Smirnov (K-S) analizinin sonucunda p değerinin .05'ten büyük ise veriler normal olarak dağılır ancak küçük olduğu durumda ise veriler normal dağılmamaktadır (Büyüköztürk, 2014). Bu çalışma için yapılan Kolmogorov-Smirnov testi sonucu p değeri .05'ten küçük olduğu tespit edilmiştir. Bu sebeple de veriler normal dağılım göstermemektedir. Bu işlem sonrasında verilerin normal dağılmadığına ve bu sebeple de non-parametrik testlerin uygulanması gerektiğine karar verilmiştir. Örneklemenin büyük olması sebebiyle çarpıklık basıklık değerlerine ve çarpıklık basıklık değerinin standart hataya bölünmesiyle elde edilen değerlere bakılmıştır. Bunun sonucunda da ölçeklerin normal dağılmadığı teyit edilmiştir. Bu işlem sonrasında verilerin normal dağılmadığına ve bu sebeple de non-parametrik testlerin uygulanması gerektiğine karar verilmiştir.

Verilerin normal dağıldığı durumlarda veriler kıyaslanırken pearson korelasyon testi, normal dağılmadığı durumlarda ise spearman korelasyon testi yapılır. Pearson korelasyon testi parametrik, spearman korelasyon testi ise parametrik test grubuna girmektedir (Cevahir, 2020). Veriler normal dağılım göstermediği için öz denetim ve evlilik doyumu arasında, öz denetim ve çift uyumu arasında ve evlilik doyumu ve çift uyumu arasında spearman korelasyon analizi yapılmıştır.

Öz denetim ve evlilik doyumu, öz denetim ve çift uyumu ve evlilik doyumu ve çift uyumu ile cinsiyet, çalışma durumu gibi iki grupta değişkenler açısından farklılıkları değerlendirmek amacıyla Mann Whitney U testi yapılmıştır. Mann Whitney U testi sonucunda elde edilen değeri $p > 0,05$ karşılaştırılan grupların arasında anlamlı farklılık

yoktur. Fakat $p < 0,05$ ise karşılaştırılan grupların arasında anlamlı bir farklılık vardır (Cevahir, 2020).

Ölçek ve alt ölçeklerin yaş grubu eğitim düzeyi, eşin eğitim düzeyi, gelir durumu, evlilik süresi, çocuk sayısı, meslek, eşin mesleği, eş ile tanışma şekli gibi değişkenler açısından incelenmesi Kruskal Wallis testi yapılmıştır. Kruskal Wallis Testi, birbirinden bağımsız üç ya da daha fazla grubun sıra ortalamasını karşılaştırarak gruplara ait puanlar arasında anlamlı bir fark olup olmadığını tespit eder. Fakat elde ettiğimiz farklılık sonucu grupların puanları arasında fark olup olmadığını belirtmez. Bu fark ise hangi gruplar arasında farklılaştığını belirtmez. Bunun için de tekrar gruplar arasında Mann Whitney U testi yapılmalıdır (Cevahir, 2020)



4. BULGULAR

4.1.Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Araştırmaya dahil edilen katılımcılara ilişkin sosyodemografik bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Sosyodemografik Veriler

Demografik Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Erkek	135	66,3
	Kadın	265	33,8
Yaş	18-40	191	47,8
	41-65	209	52,3
Eğitim Durumu	İlköğretim	72	18,0
	Lise	114	28,5
	Üniversite	151	37,8
	Yüksek Lisans-Doktora	63	15,8
Gelir Durunu	17.002 TL ve altı	52	13,0
	17.003TL – 25.000 TL	78	19,5
	25,001 TL – 45.000 TL	152	38,0
	45.001 TL – 65.000 TL	82	20,5
	65.001 TL ve üstü	36	9,0
Çocuk Sayısı	Hiç yok	60	15,0
	Tek çocuk	81	20,3
	İki çocuk	144	36,0
	Üç ve daha fazlası	115	28,8
Evlilik Süresi	0-5 yıl arası	72	18,0
	6-10 yıl arası	66	16,5
	11-15 yıl arası	52	13,0
	16-20 yıl arası	61	15,3
	20 yıl ve üzeri	149	37,3
Meslek	Ev hanımı	113	28,3
	Eğitimci	61	15,3
	Kamu çalışanı	58	14,5
	İşçi	55	13,8
	Özel sektör	69	17,3
	Diğer	44	11,0
Çalışma Durumu	Evet	239	59,8
	Hayır	161	40,3
Evlilik Şekli	Anlaşarak evlendik	203	50,8
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	16,3
	Ailem tanıştırdı	104	26,0
	Diğer	28	7,0
Eşin Eğitim Düzeyi	İlköğretim	83	20,8
	Lise	121	30,3
	Üniversite	143	35,8
	Yüksek Lisans-Doktora	53	13,3
Eşin Mesleği	Ev hanımı	69	17,3
	Eğitimci	38	9,5
	Kamu çalışanı	42	10,5
	İşçi	70	17,5
	Özel sektör	115	28,8
	Diğer	66	16,5
Eşin Çalışma Durumu	Evet	297	74,3
	Hayır	103	25,8
Evlenme Yaşı	16-25 yaş arası	253	63,3
	26-60 yaş arası	147	36,8

Tablo 1’ katılımcılardan ait sosyodemografik değişkenlerin frekans analizi verilmiştir.

4.2. Ölçek ve Alt Ölçek Puanlarının Betimsel Analizi

Aşağıda ölçeklerin ve onların alt boyutlarından alınan puanların sonuçlarına ilişkin minimum ve maksimum değerleri, ortalamaları, standart sapma değerleri Tablo 2’ de verilmiştir.

Tablo 2. Ölçek ve Alt Ölçek Puanlarının Betimsel Analizi

		Ortalama					
	N	Min.	Max.	İstatistik	Std. Hata	Std. Sapma	Varyans
Öz Denetim Ölçeği Toplam	400	70,00	161,00	118,8300	,67861	13,57227	184,207
Yaşantısal Öz Denetim	400	11,00	63,00	35,6125	,52508	10,50157	110,283
Yenileyici Öz Denetim	400	23,00	84,00	66,5875	,51041	10,20823	104,208
Onarıcı Öz Denetim	400	14,00	66,00	48,1600	,44337	8,86741	78,631
Evlilik Doyum Ölçeği Toplam	400	,00	91,00	25,5100	1,19572	23,91432	571,895
İlişki Mutluluğu	400	,00	35,00	7,1875	,47196	9,43928	89,100
Çatışma	400	,00	15,00	5,3600	,22947	4,58945	21,063
Yakınlık	400	,00	14,00	4,3125	,22750	4,54990	20,702
Evlilik Uyum	400	,00	63,00	16,8600	,87344	17,46878	305,158
Öfke	400	,00	12,00	1,6850	,12381	2,47611	6,131
Eşin Ailesiyle İletişim	400	,00	11,00	3,5800	,15490	3,09800	9,598
Ekonomik Anlayış	400	,00	5,00	,9275	,06711	1,34229	1,802
Ebeveynlik Anlayışı	340	,00	9,00	2,8912	,15870	2,92632	8,563
Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği Toplam	400	17,00	68,00	52,4450	,50493	10,09861	101,982
Doyum	400	5,00	25,00	18,5300	,20786	4,15720	17,282
Uzlaşım	400	6,00	30,00	24,0225	,26830	5,36600	28,794
Görüş Birliği	400	3,00	14,00	9,8925	,10826	2,16510	4,688
Geçerli Gözlem	340						

Tablo 2’ de görüldüğü gibi çalışmaya dahil edilen katılımcıların evlilik doyumu ölçeğinin toplamından aldıkları puan ortalamaları $\bar{x}=25,51$; $ss=23,91$ olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumu ölçeğinin alt boyutlarında, çatışma boyutu $\bar{x}=5,36$ $ss=4,58$ evlilik uyumu

$\bar{x}=16,86$; $ss=17,46$, ilişki mutluluğu $\bar{x}=7,18$; $ss=9,43$, öfke $\bar{x}=1,68$; $ss=2,47$, yakınlık $\bar{x}=4,31$; $ss=4,54$, eşin ailesiyle iletişim $\bar{x}=3,50$; $ss=3,09$, ebevyelik anlayışı $\bar{x}=2,89$; $ss=2,92$, ekonomik anlayış $\bar{x}=,92$; $ss=1,34$ olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumu ölçeğinden alınan düşük puanlar evlilik doyumunun yüksek olduğu anlamın agelmektedir. Bu sebeple araştırmanın örnekleminde evlilik doyumunun genel olarak yüksek düzeyde olduğu söylenebilir.

Öz denetim ölçeğinden alınan puan ortalaması ise $\bar{x}=118,83$ $ss=13,57$, yaşantısal öz denetim $\bar{x}=35,61$ $ss=10,50$, yenileyici öz denetim $\bar{x}=66,58$ $ss=10,20$, onarıcı öz denetim $\bar{x}=48,16$ $ss=8,86$ olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların orta derecede öz denetim düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir.

Yenilenmiş çift uyum ölçeği toplam puanın ortalaması $\bar{x}=52,44$ $ss=10,09$; yenilenmiş çift uyum ölçeğnin alt ölçeklerinin ortalamaları doyum $\bar{x}=18,53$ $ss=4,15$, uzlaşım $\bar{x}=24,02$ $ss=5,36$, görüş birliği $\bar{x}=9,89$ $ss=2,16$ olduğu tespit edilmiştir.

4.3.Öz Denetim Ölçeği ve Alt Boyutları ve Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Korelasyon Analizi

Aşağıda öz denetim ölçeği ile alt boyutları ve evlilik doyum ölçeği ve alt boyutlarının aralarındaki ilişkiye ait spearman korelasyon analizi Tablo 3' te verilmiştir.

Tablo 3. Öz Denetim Ölçeği ve Alt Boyutları ve Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Spearman Korelasyon Analizi

		Öz Denetim Öl- çeği Toplam	Yenileyici Öz Denetim	Yaşantısal Öz Denetim	Onarıcı Öz Denetim
Evlilik Doyumu Toplam	r_{spearman}	-,244 **	-,089	-,268**	-,016
	p	<0,001	,076	<0,001	,751
İlişki Mutluluğu	r_{spearman}	-,176*	-,057	-,237**	,028
	p	,018	,258	<0,001	,574
Çatışma	r_{spearman}	-,227**	-,093	-,203**	-,059
	p	,001	,064	<0,001	,243
Yakınlık	r_{spearman}	-,216	-,121*	-,186**	-,035
	p	<0,001	,015	<0,001	,482
Evlilik Uyumu	r_{spearman}	-,229**	-,092	-,248	-,016
	p	,001	,068	<0,001	,753
Eşin Ailesiyle İletişim	r_{spearman}	-,165**	-,003	-,198**	-,045
	p	,001	,959	<0,001	,365
Ekonomik Anlayış	r_{spearman}	-,127	-,022	-,195**	-,033
	p	,059	,654	<0,001	,508
Ebeveynlik Anlayışı	r_{spearman}	-,091	-,010	-,194**	,031
	p	,094	,856	<0,001	,571
Öfke	r_{spearman}	-,232**	-,110*	-,251**	,005
	p	<0,001	,028	<0,001	,922

**** Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.**

*** Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.**

Tablo 3’ görüldüğü üzere Öz denetim Ölçeği Toplam puanı ile Evlilik Doyum ($r=-,244$ $p<0,001$), ilişki mutluluğu ($r_{\text{spearman}}= -,176$ $p=0,018$), Çatışma ($r_{\text{spearman}}= -,227$ $p=0,001$), Yakınlık ($r_{\text{spearman}}= -,216$ $p=0,001$), Evlilik uyumu ($r_{\text{spearman}}= -,229$ $p=0,001$), Eşin ailesiyle iletişim ($r_{\text{spearman}}= -,165$ $p=0,001$), Öfke ($r_{\text{spearman}}= -,232$ $p<0,001$) negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Öz Denetim Ölçeği alt boyutlarından “Yenileyici öz denetim” ile evlilik doyumu ($r_{\text{spearman}}=-,089$ $p=,076$), ilişki mutluluğu ($r_{\text{spearman}}=-,057$ $p=,258$), Çatışma ($r_{\text{spearman}}= -,093$ $p=,064$), Evlilik uyumu ($r_{\text{spearman}}= -,092$ $p=,068$), Eşin ailesiyle iletişim ($r_{\text{spearman}}= -,003$ $p=,959$), Ekonomik anlayış ($r_{\text{spearman}}= -,022$ $p=,654$), Ebeveynlik anlayışı ($r_{\text{spearman}}= ,010$ $p=,856$) $p>0,05$ olduğundan dolayı anlamlı bir ilişki yoktur. Fakat “Yakınlık” ($r_{\text{spearman}}=-,121$ $p=,015$), Öfke ($r_{\text{spearman}}=-,110$ $p=,028$) puanı ile arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Öz Denetim Ölçeği alt boyutlarından “Yaşantısal öz denetim” ile evlilik doyumu ($r_{\text{spearman}}=-,268$ $p<0,001$), ilişki mutluluğu ($r_{\text{spearman}}=-,237$ $p<0,001$), Çatışma ($r_{\text{spearman}}=-,203$ $p<0,001$), Yakınlık ($r_{\text{spearman}}=-,186$ $p<0,001$), Evlilik uyumu ($r_{\text{spearman}}=-,248$ $p<0,001$), Eşin ailesiyle iletişim ($r_{\text{spearman}}=-,198$ $p<0,001$), Ekonomik anlayış ($r_{\text{spearman}}=-,195$ $p<0,001$), Ebeveynlik analıyışı ($r_{\text{spearman}}=-,194$ $p<0,001$), Öfke ($r_{\text{spearman}}=-,251$ $p<0,001$) negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

4.4. Öz Denetim Ölçeği ve Alt Boyutları ile Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Alt Boyutları Korelasyon Analizi

Aşağıda öz denetim ölçeği ve alt boyutları ile yenilenmiş çift uyumu ölçeği ve alt boyutlarının aralarındaki ilişkiye ait spearman korelasyon analizi Tablo 4’ te verilmiştir.

Tablo 4. Öz Denetim Ölçeği ve Alt Boyutları ile Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Alt Boyutları Spearman Korelasyon Analizi

		Özdenetim Ölçeği Toplam Puan	Yaşantısal Öz Denetim	Yenileyici Öz Denetim	Onarıcı Öz Denetim
Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği	r_{spearman}	,044	,073	-,014	-,141
	p	,384	,146	,773	,849
Doyum	r_{spearman}	-,013	,087	-,083	-,052
	p	,796	,083	,096	,302
Uzlaşım	r_{spearman}	,085	,045	,031	,041
	p	,090	,365	,531	,415
Görüş Birliği	r_{spearman}	,027	,042	,022	-,011
	p	,585	,339	,691	,826

**** Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır**

Tablo 4’ te görüldüğü gibi öz denetim ölçeği toplam puanı ile yenilenmiş çift uyum ölçeği toplam puanı ve alt boyutları açısından anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

4.5. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Alt Boyutları ile Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Korelasyon Analizi

Aşağıda yenilenmiş ölçeği ve alt boyutları ile evlilik doyum ölçeği ve alt boyutları aralarındaki ilişkiye ait spearman korelasyon analizi Tablo 5’ te verilmiştir.

Tablo 5. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği ve Alt Boyutları ile Evlilik Doyum Ölçeği ve Alt Boyutları Spearman Korelasyon Analizi

		Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği Toplam	Doyum	Uzlaşım	Görüş Birliği
Evlilik Doyum Ölçeği Toplam	r_{spearman}	-,104*	-,118*	-,074	-,070
	p	,038	,018	,139	,161
İlişki	r_{spearman}	-,077	-,080	-,056	-,059
Mutluluğu	p	,126	,108	,264	,239
Çatışma	r_{spearman}	-,048	-,081	-,022	-,039
	p	,343	,104	,662	,439
Yakınlık	r_{spearman}	-,107*	-,130**	-,066	-,060
	p	,032	,009	,185	,234
Evlilik uyumu	r_{spearman}	-,086	-,105*	-,054	-,059
	p	,087	,035	,281	,236
Öfke	r_{spearman}	-,058	-,086	-,029	-,051
	p	,245	,085	,560	,308
Eşin ailesiyle iletişim	r_{spearman}	-,075	-,078	-,056	-,098
	p	,132	,121	,263	,051
Ekonomik anlayış	r_{spearman}	-,097	-,088	-,087	-,036
	p	,057	,078	,082	,468
Ebeveynlik anlayışı	r_{spearman}	-,103	-,144	-,053	-,054
	p	,059	,008	,327	,322

**** Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır**

*** Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır**

Tablo 5’ te görüldüğü gibi yenilenmiş çift uyum ölçeği toplam puanı ile evlilik doyum ölçeği toplam puanı ($r_{\text{spearman}} = -,104$ $p = ,038$), Yakınlık ($r_{\text{spearman}} = -,107$ $p = ,032$) ile arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Yenilenmiş Çift uyum Ölçeği alt boyutlarında “Doyum” puanı ile evlilik doyum ölçeği toplam puanı ($r_{\text{spearman}} = -,118$ $p = ,018$), Yakınlık ($r_{\text{spearman}} = -,130$ $p = ,009$), Evlilik uyumu ($r_{\text{spearman}} = -,105$ $p = ,035$), Ebeveynlik anlayış ($r_{\text{spearman}} = -,144$ $p = ,008$) arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

4.6. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçekler ve alt boyutlarının cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılması Tablo 6’ da verilmiştir.

Tablo 6. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi

	Cinsiyet	N	Orta Değer	Toplam	Z	p
Toplam Puan Odo	Kadın	265	196,27	52010,50	-1,027	,305
	Erkek	135	208,81	28189,50		
	Total	400				
Yaşantısal Öz Denetim	Kadın	265	196,44	52056,50	-,985	,325
	Erkek	135	208,47	28143,50		
	Total	400				
Yenileyici Öz Denetim	Kadın	265	202,55	53675,00	-,496	,620
	Erkek	135	196,48	26525,00		
	Total	400				
Onarıcı Öz Denetim	Kadın	265	200,24	53064,50	-,062	,950
	Erkek	135	201,00	27135,50		
	Total	400				
Toplam Puan Edo	Kadın	265	217,10	57532,50	-4,026	<0,001
	Erkek	135	167,91	22667,50		
	Total	400				
İlişki Mutluluğu	Kadın	265	205,28	54398,50	-1,167	,243
	Erkek	135	191,12	25801,50		
	Total	400				
Edo_Ctsm	Kadın	265	212,95	56432,50	-3,032	,002
	Erkek	135	176,06	23767,50		
	Total	400				
Yakınlık	Kadın	265	219,98	58294,50	-4,773	<0,001
	Erkek	135	162,26	21905,50		
	Total	400				
Evlilik Uyumu	Kadın	265	213,06	56461,50	-3,047	,002
	Erkek	135	175,84	23738,50		
	Total	400				
Öfke	Kadın	265	199,71	52923,00	-,202	,840
	Erkek	135	202,05	27277,00		
	Total	400				
Ekonomik Anlayış	Kadın	265	212,32	56265,50	-3,206	,001
	Erkek	135	177,29	23934,50		
	Total	400				
Ebeveynlik Anlayışı	Kadın	232	192,47	44654,00	-6,137	<0,001
	Erkek	108	123,30	13316,00		
	Total	340				
Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği	Kadın	265	193,04	51156,00	-1,809	,070
	Erkek	135	215,14	29044,00		
	Total	400				
Doyum	Kadın	265	195,32	51759,50	-1,260	,208
	Erkek	135	210,67	28440,50		
	Total	400				
Uzlaşım	Kadın	265	191,36	50710,50	-2,226	,026
	Erkek	135	218,44	29489,50		
	Total	400				
Görüş Birliği	Kadın	265	197,46	52326,00	-,746	,456
	Erkek	135	206,47	27874,00		
	Total	400				

Mann Withney U Testi, $p < 0.005$

Burada öz denetim ölçeğinin puanlaması yapılırken spss programında elde edilecek olan sonuçların güvenilir olabilmesi için grup aralık katsayısı hesaplanarak puanlama yapılmıştır. Düşük özdenetim 36-96 arası puan alanlar, orta derecede öz denetimi 97-156 arası puan alanlar son olarak da yüksek öz denetimi 157-216 arası puan alanlar temsil etmektedir (Mazılı, 2019).

Tablo 6' da görüldüğü gibi erkek ve kadınlar arasında evlilik doyumu ölçeği toplam ($Z=-4,026$ $p=,000$), Çatışma ($Z=-3,032$ $p=,002$), Yakınlık ($Z=-4,773$ $p=,000$), Eşin ailesiyle iletişim ($Z=-3,233$ $p=,001$), Ekonomik anlayış ($Z=-3,206$ $p=,001$), Ebeveynlik anlayışı ($Z=-6,137$ $p=,000$), Uzlaşım ($Z=-2,226$ $p=,026$) istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır.

Evlilik doyumu ölçeği toplam, kadınların ölçekten elde ettikleri puan ortalamasının ($\bar{x}=217,10$), erkeklerin elde ettikleri ortalama değer ($\bar{x}=167,91$) olduğu tespit edilmiştir. Ölçekten alınan yüksek puan düşük evlilik doyumu anlamına gelmektedir. Bu sebeple kadınların evlilik doyumları erkeklerden anlamlı derecede düşük çıkmıştır.

Çatışma alt boyutunda, kadınların elde ettikleri ortalama değeri ($\bar{x}=212,95$) erkeklerin elde ettikleri ortalama değeri ($\bar{x}=176,06$) olduğu tespit edilmiştir. Yüksek ortalama düşük çatışma anlamına gelmektedir. Bu duruma göre çatışma konusunda erkekler aleyhine kadınlardan anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Yakınlık alt boyutunda kadınların ortalama değeri ($\bar{x}=219,98$) erkeklerin ortalama değerinden ($\bar{x}=162,26$) yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Yakınlık anlayışı konusunda erkeklerde kadınlardan anlamlı derecede farklılık göstermektedir. Yakınlık alt boyutunda doyumu erkeklerde kadınlardan anlamlı derecede yüksek çıkmıştır.

Eşin ailesiyle iletişim alt boyutunda kadınların ortalama değeri ($\bar{x}=213,74$) erkeklerin ortalama değeri ($\bar{x}=174,51$) olduğu tespit edilmiştir. Eşin ailesiyle iletişim konusunda ölçek puanı erkekler lehine anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Ekonomik anlayış alt boyutunda kadınların ortalama değeri ($\bar{x}=212,32$) erkeklerin ortalama değerinden ($\bar{x}=177,29$) olduğu tespit edilmiştir. Ekonomik anlayışı konusunda erkekler kadınlardan anlamlı derecede olumlu bir algıya sahiptir.

Ebeveynlik anlayışı alt boyutunda kadınların ortalama değeri ($\bar{x}$ =192,47) erkeklerin ortalama değerinden ($\bar{x}$ =123,30) olduğu tespit edilmiştir. Ebeveynlik anlayışı konusunda erkeklerdeki doyum kadınlardan anlamlı derecede farklı olduğu tespit edilmiştir.

Yenilenmiş çift uyum ölçeğinin Uzlaşım alt boyutunda kadınların ortalama değeri ($\bar{x}$ =206,72) erkeklerin ortalama değerinden ($\bar{x}$ =195,94) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Uzlaşım konusunda kadınlar erkeklerden anlamlı derecede farklılık göstermiştir.

4.7.Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Çalışma Durumları Açısından Karşılaştırılması

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyut puanlarının çalışma durumları açısından karşılaştırılması Tablo 7' de verilmiştir.

Tablo 7. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Çalışma Durumlarına Göre Mann-Withney U Testi

	Çalışma Durumu	N	Orta Değer	Toplam	Z	p
TOPLAM PUAN ODO	Evet	239	203,51	48639,00	-,635	0,526
	Hayır	161	196,03	31561,00		
	Total	400				
YAŞANTISAL ÖZ DENETİM	Evet	239	204,29	48825,00	-,799	0,424
	Hayır	161	194,88	31375,00		
	Total	400				
YENİLEYİCİ ÖZ DENETİM	Evet	239	200,36	47885,00	-,030	0,976
	Hayır	161	200,71	32315,00		
	Total	400				
ONARICI ÖZ DENETİM	Evet	239	199,24	47617,50	-,267	0,790
	Hayır	161	202,38	32582,50		
	Total	400				
TOPLAM PUAN EDO	Evet	239	183,42	43837,00	-3,601	<0.001
	Hayır	161	225,86	36363,00		
	Total	400				
İLİŞKİ MUTLULUĞU	Evet	239	187,83	44892,00	-2,692	0,007
	Hayır	161	219,30	35308,00		
	Total	400				
EDO_CTSM	Evet	239	184,94	44200,00	-3,295	0,001
	Hayır	161	223,60	36000,00		
	Total	400				
YAKINLIK	Evet	239	180,33	43098,00	-4,299	<0.001
	Hayır	161	230,45	37102,00		
	Total	400				
EVLİLİK UYUMU	Evet	239	184,29	44046,50	-3,419	0,001
	Hayır	161	224,56	36153,50		
	Total	400				
ÖFKE	Evet	239	196,47	46955,50	-,898	0,369
	Hayır	161	206,49	33244,50		
	Total	400				
EŞİN AİLESİYLE İLETİŞİM	Evet	239	194,82	46563,00	-1,205	0,228
	Hayır	161	208,93	33637,00		
	Total	400				
EKONOMİK ANLAYIŞ	Evet	239	192,05	45900,00	-1,993	0,046
	Hayır	161	213,04	34300,00		
	Total	400				
EBEVEYNLİK ANLAYIŞI	Evet	189	154,04	29114,00	-3,509	<0.001
	Hayır	151	191,10	28856,00		
	Total	340				
YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	Evet	239	205,53	49121,50	-1,061	0,289
	Hayır	161	193,03	31078,50		
	Total	400				
DOYUM	Evet	239	203,57	48653,50	-,650	0,516
	Hayır	161	195,94	31546,50		
	Total	400				
UZLAŞIM	Evet	239	206,72	49406,50	-1,317	0,188
	Hayır	161	191,26	30793,50		
	Total	400				
GÖRÜŞ BİRLİĞİ	Evet	239	207,87	49680,00	,188	0,116
	Hayır	161	189,57	30520,00		
	Total	400				

Tablo 7’ de görüldüğü gibi çalışan ve çalışmayanlar arasında evlilik doyumu toplam ($Z=-3,601$ $p<0.001$), Çatışma ($Z=3,295$ $p=0,001$), Yakınlık ($Z=-4,299$ $p<0.001$), Evlilik uyumu ($Z=-3,419$ $p<0.001$), Ekonomik anlayış ($Z=-1,993$ $p=0,046$), Ebeveynlik anlayışı ($Z=-3,509$ $p<0.001$), İlişki mutluluğu ($Z=-2,692$ $p=,007$) istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır.

Öz denetim ölçeği ve alt boyutları çalışma durumları açısından anlamlı farklılık saptanmamıştır. yenilenmiş çift uyum ölçeği ile çalışma durumları açısından anlamlı farklılık saptanmamıştır.

Evlilik doyumu ölçeği toplam çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}=183,42$) çalışmayanların ortalama değerinden ($\bar{x}=225,183$) anlamlı derece daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek evlilik doyumu anlamına gelmektedir. Bu sebeple çalışanların evlilikten aldıkları doyumu çalışmayanlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Çatışma alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}=184,94$) çalışmayanların ortalama değerinden ($\bar{x}=223,60$) anlamlı derecede farklı olduğu tespit edilmiştir. Çatışma konusu çalışanların puanı çalışmayanlara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yakınlık alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}=180,33$) çalışmayanların ortalama değerinden ($\bar{x}=230,45$) daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu sebeple ölçek puanı yakınlık konusunda çalışanların lehine çalışmayanlara göre anlamlı derece farklılaştığı tespit edilmiştir.

Evlilik uyumu alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}=184,29$) çalışmayanların ortalama değerinden ($\bar{x}=224,56$) daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Evlilik uyumu konusu da çalışanların lehine çalışmayanlara göre anlamlı derece farklılaştığı tespit edilmiştir.

Ekonomik anlayış alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}=192,05$) çalışmayanların ortalama değerinden ($\bar{x}=213,04$) daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Ekonomik anlayış konusunda çalışanların çalışmayanlara göre anlamlı düzeyde daha olumlu algıya sahip oldukları saptanmıştır.

Ebeveynlik anlayışı alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}$ =154,04) çalışmayanların ortalama değeri ($\bar{x}$ =191,10) tespit edilmiştir. Ebeveynlik anlayışı konusunda çalışanların doyumu çalışmayanlardan anlamlı derecede farklı olduğu tespit edilmiştir.

4.8.Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyut puanlarının eğitim düzeyleri açısından karşılaştırılması Tablo 8’ da verilmiştir.



Tablo 8. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyleri Açısından Kruskal Wallis Analizi

		Eğitim Düzeyi	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H (KV)	p
TOPLAM PUAN ODO		İlköğretim	72	206,89	5,418	0,144
		Lise	114	183,08		
		Üniversite	151	214,46		
		Yüksek Lisans-Doktora	63	191,25		
		Total	400			
YAŞANTISAL ÖZ DENETİM		İlköğretim	72	194,61	13,435	0,004
		Lise	114	171,22		
		Üniversite	151	213,03		
		Yüksek Lisans-Doktora	63	230,18		
		Total	400			
ONARICI ÖZ DENETİM		İlköğretim	72	194,32	8,043	0,045
		Lise	114	211,94		
		Üniversite	151	209,45		
		Yüksek Lisans-Doktora	63	165,40		
		Total	400			
YENİLEYİCİ ÖZ DENETİM		İlköğretim	72	210,43	7,153	0,067
		Lise	114	204,43		
		Üniversite	151	207,58		
		Yüksek Lisans-Doktora	63	165,07		
		Total	400			
TOPLAM PUAN EDO		İlköğretim	72	190,44	2,454	0,484
		Lise	114	213,59		
		Üniversite	151	199,41		
		Yüksek Lisans-Doktora	63	190,92		
		Total	400			
İLİŞKİ MUTLULUĞU		İlköğretim	72	205,47	7,639	0,054
		Lise	114	221,40		
		Üniversite	151	192,87		
		Yüksek Lisans-Doktora	63	175,28		
		Total	400			
EDO_CTSM		İlköğretim	72	195,44	,999	0,801
		Lise	114	206,52		
		Üniversite	151	202,63		
		Yüksek Lisans-Doktora	63	190,29		
		Total	400			
YAKINLIK		İlköğretim	72	191,74	1,020	0,797
		Lise	114	207,75		
		Üniversite	151	201,37		
		Yüksek Lisans-Doktora	63	195,31		
		Total	400			

Tablo 8. atılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyleri Açısından Kruskal Wallis Analizi (devam)

	Eğitim Düzeyi	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H (KV)	p
EVLİLİK UYUMU	İlköğretim	72	198,26	3,141	0,370
	Lise	114	215,01		
	Üniversite	151	197,25		
	Yüksek Lisans-Doktora	63	184,60		
	Total	400			
ÖFKE	İlköğretim	72	186,95	4,623	0,202
	Lise	114	213,26		
	Üniversite	151	204,90		
	Yüksek Lisans-Doktora	63	182,36		
	Total	400			
EŞİN AİLESİYLE İLETİŞİM	İlköğretim	72	182,01	2,781	0,427
	Lise	114	202,27		
	Üniversite	151	202,44		
	Yüksek Lisans-Doktora	63	213,77		
	Total	400			
EKONOMİK ANLAYIŞ	İlköğretim	72	191,78	1,376	0,711
	Lise	114	195,79		
	Üniversite	151	205,09		
	Yüksek Lisans-Doktora	63	207,98		
	Total	400			
EBEVEYNLİK ANLAYIŞI	İlköğretim	70	159,40	3,007	0,391
	Lise	105	170,75		
	Üniversite	122	180,91		
	Yüksek Lisans-Doktora	43	158,41		
	Total	340			
YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	İlköğretim	72	189,79	1,549	0,671
	Lise	114	205,44		
	Üniversite	151	197,18		
	Yüksek Lisans-Doktora	63	211,75		
	Total	400			
DOYUM	İlköğretim	72	188,17	1,638	0,651
	Lise	114	204,76		
	Üniversite	151	198,43		
	Yüksek Lisans-Doktora	63	211,83		
	Total	400			
UZLAŞIM	İlköğretim	72	192,92	1,556	0,669
	Lise	114	205,33		
	Üniversite	151	195,28		
	Yüksek Lisans-Doktora	63	212,91		
	Total	400			
GÖRÜŞ BİRLİĞİ	İlköğretim	72	193,08	0,462	0,927
	Lise	114	199,50		
	Üniversite	151	203,57		
	Yüksek Lisans-Doktora	63	203,41		
	Total	400			

KV: Kruskal-Wallis H Testi

Tablo 8’ de görüldüğü gibi eğitim düzeyi açısından onarıcı öz denetim puan ($KV= 8,043$ $p=0,045$), yaşantısal öz denetim ($KV= 13,435$ $p= 0,004$) istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır.

Anlamlı farklılığın hangi gruplar aralığında olduğunu saptamak amacıyla her bir grup olasılığı için Mann Withney U testi yapılmıştır. Mann Withney U testi sonuçlarına göre anlamlı farklılığın Yaşantısal Öz denetim alt boyut puanı açısından ($Z=-2,958$ $p=0,003$) lise düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=114$) üniversite düzeyi ortalama puanına ($\bar{x}=151$) göre daha düşük olduğu, ($Z=-3,096$ $p=0,002$) lise düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=114$) yüksek lisans-doktora ortalama puanına ($\bar{x}=63$) göre daha yüksek olduğu olduğu tespit edilmiştir. Onarıcı öz denetim alt boyutunda ise ($Z=-2,580$ $p=0,010$) üniversite düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=151$) yüksek lisans- doktora ortalama puanına ($\bar{x}=63$) göre daha yüksek olduğu, tespit edilmiştir.

4.9. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Yaş Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyut puanlarının yaş değişkeni açısından karşılaştırılması Tablo 9’ de verilmiştir.

Tablo 9. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Yaş Grubuna Göre Kruskal Wallis Analizi

	Yaş	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis (KV)	H	p
TOPLAM PUAN ODO	18-40 yaş arası	191	195,79	0,606		0,436
	41-65 yaş arası	209	204,80			
	Total	400				
YAŞANTISAL ÖZ DENETİM	18-40 yaş arası	191	198,95	0,066		0,798
	41-65 yaş arası	209	201,91			
	Total	400				
ONARICI ÖZ DENETİM	18-40 yaş arası	191	195,95	0,568		0,451
	41-65 yaş arası	209	204,66			
	Total	400				
YENİLEYİCİ ÖZ DENETİM	18-40 yaş arası	191	194,38	1,025		0,311
	41-65 yaş arası	209	206,09			
	Total	400				
TOPLAM PUAN EDO	18-40 yaş arası	191	200,93	0,005		0,943
	41-65 yaş arası	209	200,10			
	Total	400				
İLİŞKİ MUTLULUĞU	18-40 yaş arası	191	195,05	0,826		0,363
	41-65 yaş arası	209	205,48			
	Total	400				
EDO_CTSM	18-40 yaş arası	191	208,83	1,916		0,166
	41-65 yaş arası	209	192,89			
	Total	400				
YAKINLIK	18-40 yaş arası	191	195,19	0,789		0,374
	41-65 yaş arası	209	205,36			
	Total	400				
EVLİLİK UYUMU	18-40 yaş arası	191	200,04	0,006		0,940
	41-65 yaş arası	209	200,92			
	Total	400				
ÖFKE	18-40 yaş arası	191	203,25	0,940		0,631
	41-65 yaş arası	209	197,99			
	Total	400				
EŞİN AİLESİYLE İLETİŞİM	18-40 yaş arası	191	209,34	2,167		0,141
	41-65 yaş arası	209	192,43			
	Total	400				
EKONOMİK ANLAYIŞ	18-40 yaş arası	191	202,79	0,180		0,672
	41-65 yaş arası	209	198,41			
	Total	400				
EBEVEYNLİK ANLAYIŞI	18-40 yaş arası	141	174,57	0,426		0,514
	41-65 yaş arası	199	167,62			
	Total	340				
YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	18-40 yaş arası	191	193,21	1,455		0,228
	41-65 yaş arası	209	207,16			
	Total	400				
DOYUM	18-40 yaş arası	191	192,83	1,621		0,203
	41-65 yaş arası	209	207,51			
	Total	400				
UZLAŞIM	18-40 yaş arası	191	192,29	1,860		0,173
	41-65 yaş arası	209	208,00			
	Total	400				
GÖRÜŞ BİRLİĞİ	18-40 yaş arası	191	196,55	0,436		0,509
	41-65 yaş arası	209	204,11			
	Total	400				

KV: Kruskal-Wallis H Testi

Tablo 9' da görüldüğü gibi yaş değişkeni açısından Öz denetim toplam (KV=0,606 p=0,436) Yaşantısal öz denetim alt boyutu (KV=0,066 p=,798), Onarıcı öz denetim alt boyutu (KV=0,568 p=0,451), Yenileyici öz denetim alt boyutu (KV=1,025 p=0,311), Evlilik doyumu toplam (KV=0,005 p=0,943), İlişki mutluluğu alt boyutu (KV=0,826 p=0,363), Çatışma alt boyutu (KV=1,916 p=0,166), Yakınlık alt boyutu (KV=0,789 p=0,374), Evlilik uyumu alt boyutu (KV=0,006 p=0,940), Öfke alt boyutu (KV=0,230 p=0,631), Eşin ailesiyle iletişim alt boyutu (KV=2,167 p=0,141), Ekonomik anlayış alt boyutu (KV=0,180 p=0,672), Ebevyenlik anlayışı alt boyutu (KV=0,426 p=0,514), Yenilenmiş çift uyum ölçeği toplam (KV=1,455 p=0,228), Doyum alt boyutu (KV=1,621 p=0,203), Uzlaşım alt boyutu (KV=1,860 p=0,173), Görüş birliği alt boyutu (KV=0,436 p=0,509) istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır. Man Withney U testi sonucunda elde edilen değeri $p > 0,05$ karşılaştırılan grupların arasında anlamlı farklılık yoktur. Fakat $p < 0,05$ ise karşılaştırılan grupların arasında anlamlı bir farklılık vardır (Cevahir, 2020).

4.10. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Aylık Gelir Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyut puanlarının aylık gelir düzeyleri açısından karşılaştırılması Tablo 10' da verilmiştir.

Tablo 10. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Aylık Gelir Düzeylerine Kruskal W. Analizi

	Aylık Gelir	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H (KV)	p
TOPLAM PUAN ODO	17.002 TL ve altı	52	212,73	5,125	0,275
	17.003TL - 25.000 TL	78	175,74		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	209,49		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	201,34		
	65.001 TL ve üstü	36	196,63		
	Total	400			
YAŞANTISAL ÖZ DENETİM	17.002 TL ve altı	52	199,17	13,102	0,011
	17.003TL - 25.000 TL	78	177,39		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	188,88		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	232,82		
	65.001 TL ve üstü	36	227,90		
	Total	400			
YENİLEYİCİ ÖZ DENETİM	17.002 TL ve altı	52	212,44	5,006	0,287
	17.003TL - 25.000 TL	78	190,42		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	213,22		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	186,74		
	65.001 TL ve üstü	36	182,72		
	Total	400			
ONARICI ÖZ DENETİM	17.002 TL ve altı	52	218,52	5,924	0,205
	17.003TL - 25.000 TL	78	198,65		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	210,43		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	178,23		
	65.001 TL ve üstü	36	187,29		
	Total	400			
TOPLAM PUAN EDO	17.002 TL ve altı	52	220,29	11,022	0,026
	17.003TL - 25.000 TL	78	219,83		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	200,44		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	191,80		
	65.001 TL ve üstü	36	150,08		
	Total	400			
İLİŞKİ MUTLULUĞU	17.002 TL ve altı	52	220,29	18,452	0,001
	17.003TL - 25.000 TL	78	225,03		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	205,55		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	183,35		
	65.001 TL ve üstü	36	136,51		
	Total	400			
EDO_CTSM	17.002 TL ve altı	52	223,50	12,282	0,015
	17.003TL - 25.000 TL	78	216,70		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	198,96		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	198,05		
	65.001 TL ve üstü	36	144,26		
	Total	400			
YAKINLIK	17.002 TL ve altı	52	222,14	7,670	0,104
	17.003TL - 25.000 TL	78	211,25		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	203,12		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	188,79		
	65.001 TL ve üstü	36	161,54		
	Total	400			
EVLİLİK UYUMU	17.002 TL ve altı	52	221,39	14,418	0,006
	17.003TL - 25.000 TL	78	219,65		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	203,60		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	189,66		
	65.001 TL ve üstü	36	140,42		
	Total	400			

Tablo 10.Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Aylık Gelir Düzeylerine Kruskal Wallis Analizi (devam)

	Aylık Gelir	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H (KV)	p
ÖFKE	17.002 TL ve altı	52	205,11	8,989	0,061
	17.003TL - 25.000 TL	78	213,31		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	202,47		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	203,98		
	65.001 TL ve üstü	36	149,86		
	Total	400			
EŞİN AİLESİYLE İLETİŞİM	17.002 TL ve altı	52	205,56	1,241	0,871
	17.003TL - 25.000 TL	78	210,54		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	197,02		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	199,48		
	65.001 TL ve üstü	36	188,44		
	Total	400			
EKONOMİK ANLAYIŞ	17.002 TL ve altı	52	209,76	6,207	0,184
	17.003TL - 25.000 TL	78	212,63		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	206,23		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	182,45		
	65.001 TL ve üstü	36	177,75		
	Total	400			
EBEVEYNLİK ANLAYIŞI	17.002 TL ve altı	51	168,01	6,932	0,140
	17.003TL - 25.000 TL	67	186,44		
	25,001 TL - 45.000 TL	129	174,72		
	45.001 TL - 65.000 TL	62	165,30		
	65.001 TL ve üstü	31	133,00		
	Total	340			
YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	17.002 TL ve altı	52	205,07	4,828	0,305
	17.003TL - 25.000 TL	78	178,39		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	199,28		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	216,87		
	65.001 TL ve üstü	36	209,65		
	Total	400			
DOYUM	17.002 TL ve altı	52	207,18	4,208	0,379
	17.003TL - 25.000 TL	78	178,68		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	200,34		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	211,17		
	65.001 TL ve üstü	36	214,50		
	Total	400			
UZLAŞIM	17.002 TL ve altı	52	199,71	4,900	0,298
	17.003TL - 25.000 TL	78	177,87		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	202,48		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	217,61		
	65.001 TL ve üstü	36	203,33		
	Total	400			
GÖRÜŞ BİRLİĞİ	17.002 TL ve altı	52	204,62	3,327	0,505
	17.003TL - 25.000 TL	78	183,18		
	25,001 TL - 45.000 TL	152	198,67		
	45.001 TL - 65.000 TL	82	215,02		
	65.001 TL ve üstü	36	206,71		
	Total	400			

KV: Kruskal-Wallis H Testi

Tablo 10’da görüldüğü gibi gelir düzeyi açısından Yaşantısal öz denetim alt boyutu (KV=13,102 p=0,011), Evlilik doyumu toplam (KV=11,022 p=0,026) , İlişki mutluluğu alt boyutu (KV=18,452 p=0,001), Çatışma alt boyutu (KV=12,282 p=,015), Evlilik uyumu alt boyutu (KV=14,418 p=0,006) $p<0,05$ olduğundan dolayı karşılaştırılan grupların arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar aralığında olduğunu saptamak amacıyla her bir grup olasılığı için Mann Withney U testi yapılmıştır.

Mann Withney U testi sonuçlarına göre anlamlı farklılığın Yaşantısal Öz denetim alt boyutu ($Z=-3,105$ p=0,002) 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=68,85$) 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından ($\bar{x}=91,59$) düşük olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,202$ p=,028) 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=52,87$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanından ($\bar{x}=67,53$) düşük olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,652$ p=0,008) 25,001 TL- 45.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=108,88$) 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından ($\bar{x}=133,47$) düşük olduğu tespit edilmiştir.

Evlilik doyumu toplam ($Z=-2,752$ p=0,006) 17.002 TL ve altı gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=50,73$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=35,50$) olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumu toplam puanına düşük puan yüksek doyum anlamına gelmektedir. Bu sebeple 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 17.002 TL ve altı gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,946$ p=,003) 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=63,69$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=44,08$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,260$ p=0,024) 25,001 TL- 45.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=98,86$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=76,08$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 25,001 TL- 45.000 TL gelir düzeyi ortalama puanında anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,018$ p=,044) 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=63,71$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=49,92$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

İlişki mutluluğu alt boyutu ($Z=-3,301$ $p=0,001$) 17.002 TL ve altı gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=51,87$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=33,86$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 17.002 TL ve altı gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,291$ $p=,022$) 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=89,04$) 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=72,37$) olduğu tespit edilmiştir. 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,723$ $p=,000$) 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=65,25$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=40,71$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,263$ $p=0,001$) 25,001 TL- 45.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=100,74$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=68,17$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 25,001 TL- 45.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,192$ $p=,028$) 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=63,99$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=49,28$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Çatışma alt boyutu ($Z=-3,231$ $p=,001$) 17.002 TL ve altı gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=51,78$)

65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=33,99$) olduğu tespit edilmiştir. Yüksek ortalama düşük çatışma anlamına gelmektedir. Bu sebeple 17.002 TL ve altı gelir düzeyi ortalama puanı 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,010$ $p=,003$) 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=63,79$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=43,88$) olduğu tespit edilmiştir. 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,516$ $p=,012$) 25,001 TL- 45.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=99,33$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=74,10$) olduğu tespit edilmiştir. 25,001 TL- 45.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,478$ $p=0,013$) 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=64,63$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=47,81$)

olduğu tespit edilmiştir. 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Evlilik uyumu alt boyutu ($Z=-3,127$ $p=0,002$) 17.002 TL ve altı gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=51,58$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=34,28$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan evlilik doyumu alt boyutu olan evlilik uyumundan alınan yüksek uyum anlamına gelmektedir. Bu sebeple 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 17.002 TL ve altı gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,286$ $p=0,001$) 17.003TL- 25.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=64,40$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=42,54$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 17.003TL- 25.000 TL ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,934$ $p=0,003$) 25,001 TL- 45.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=100,16$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=70,60$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 25,001 TL- 45.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,319$ $p=-2,319$) 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=64,33$) 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=48,50$) olduğu tespit edilmiştir. 65.001 TL ve üstü gelir düzeyi ortalama puanı 45.001 TL- 65.000 TL gelir düzeyi ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

4.11. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyut puanlarının çocuk sayısı açısından karşılaştırılması Tablo 11’ de verilmiştir.

Tablo 11. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Çocuk Sayısına Göre Kruskal Wallis Analizi

		Çocuk Sayısı	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H (KV)	p
TOPLAM PUAN ODO		Hiç yok	60	183,21	3,661	0,301
		Tek çocuk	81	219,28		
		İki çocuk	144	196,50		
		Üç ve daha fazlası	115	201,30		
		Total	400			
YAŞANTISAL ÖZ DENETİM		Hiç yok	60	210,34	0,675	0,879
		Tek çocuk	81	202,98		
		İki çocuk	144	196,51		
		Üç ve daha fazlası	115	198,62		
		Total	400			
YENİLEYİCİ ÖZ DENETİM		Hiç yok	60	177,70	3,932	0,269
		Tek çocuk	81	216,70		
		İki çocuk	144	200,95		
		Üç ve daha fazlası	115	200,42		
		Total	400			
ONARICI ÖZ DENETİM		Hiç yok	60	174,12	5,382	0,146
		Tek çocuk	81	219,75		
		İki çocuk	144	200,18		
		Üç ve daha fazlası	115	201,10		
		Total	400			
TOPLAM PUAN EDO		Hiç yok	60	140,11	20,348	<0.001
		Tek çocuk	81	211,27		
		İki çocuk	144	217,78		
		Üç ve daha fazlası	115	202,79		
		Total	400			
İLİŞKİ MUTLULUĞU		Hiç yok	60	149,94	14,519	0,002
		Tek çocuk	81	202,89		
		İki çocuk	144	215,76		
		Üç ve daha fazlası	115	206,09		
		Total	400			
EDO_CTSM		Hiç yok	60	161,65	8,945	0,030
		Tek çocuk	81	210,08		
		İki çocuk	144	212,36		
		Üç ve daha fazlası	115	199,17		
		Total	400			
YAKINLIK		Hiç yok	60	136,57	23,116	<0.001
		Tek çocuk	81	204,78		
		İki çocuk	144	219,13		
		Üç ve daha fazlası	115	207,51		
		Total	400			
EVLİLİK UYUMU		Hiç yok	60	145,67	16,550	<0.001
		Tek çocuk	81	207,44		
		İki çocuk	144	215,93		
		Üç ve daha fazlası	115	204,90		
		Total	400			
ÖFKE		Hiç yok	60	187,45	1,796	0,616
		Tek çocuk	81	201,03		
		İki çocuk	144	208,68		
		Üç ve daha fazlası	115	196,70		
		Total	400			

Tablo 11. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Çocuk Sayısına Göre Kruskal Wallis Analizi (devam)

	Çocuk Sayısı	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H (KV)	p
EŞİN AİLESİYLE İLETİŞİM	Hiç yok	60	169,88	8,838	0,032
	Tek çocuk	81	219,65		
	İki çocuk	144	211,24		
	Üç ve daha fazlası	115	189,54		
	Total	400			
EKONOMİK ANLAYIŞ	Hiç yok	60	189,91	4,531	0,210
	Tek çocuk	81	220,62		
	İki çocuk	144	200,61		
	Üç ve daha fazlası	115	191,72		
	Total	400			
EBEVEYNLİK ANLAYIŞI	Hiç yok	2	178,75	0,258	0,968
	Tek çocuk	80	165,86		
	İki çocuk	144	172,33		
	Üç ve daha fazlası	114	171,29		
	Total	340			
YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	Hiç yok	60	204,87	3,299	0,348
	Tek çocuk	81	218,44		
	İki çocuk	144	197,98		
	Üç ve daha fazlası	115	188,74		
	Total	400			
DOYUM	Hiç yok	60	210,58	3,720	0,293
	Tek çocuk	81	218,54		
	İki çocuk	144	191,34		
	Üç ve daha fazlası	115	194,00		
	Total	400			
UZLAŞIM	Hiç yok	60	201,04	3,477	0,324
	Tek çocuk	81	213,81		
	İki çocuk	144	205,32		
	Üç ve daha fazlası	115	184,80		
	Total	400			
GÖRÜŞ BİRLİĞİ	Hiç yok	60	201,18	1,715	0,634
	Tek çocuk	81	210,36		
	İki çocuk	144	203,28		
	Üç ve daha fazlası	115	189,71		
	Total	400			

KV: Kruskal-Wallis H Testi

Tablo 11’ de görüldüğü gibi çocuk sayısı değişkeni açısından Evlilik doyum toplam (KV=20,348 p<0.001), İlişki mutluluğu alt boyutu (KV=14,519 p=0,002), Çatışma alt boyutu (KV=8,945 p=0,030), Yakınlık alt boyutu (KV=23,116 p<0.001), Evlilik uyumu alt boyutu (KV=16,550 p=0,001), Eşin ailesiyle iletişim alt boyutu (KV=8,838 p=0,032) p<0,05 olduğundan dolayı karşılaştırılan grupların arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar aralığında olduğunu saptamak amacıyla her bir grup olasılığı için Mann Withney U testi yapılmıştır.

Mann Withney U testi sonuçlarına göre anlamlı farklılığın Evlilik doyumu toplam ($Z=-3,718$ $p<0.001$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=56,15$) Tek çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=82,00$) olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumu ölçeğinden alınan düşük puan yüksek doyumu anlamına gelmektedir. Bu nedenle Hiç yok ortalama puanı Tek çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-4,314$ $p<0.001$)) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=74,89$) İki çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=114,00$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama İki çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,385$ $p=0,001$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=70,07$) Üç ve daha fazlası ortalama puanı ($\bar{x}=97,36$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı Üç ve daha fazlası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

İlişki mutluluğu alt boyutu ($Z=-2,730$ $p=0,006$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=60,23$) Tek çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=78,98$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı Tek çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,728$ $p<0.001$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=78,84$) İki çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=112,36$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı İki çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,078$ $p=0,002$) Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=71,87$) Üç ve daha fazlası ortalama puanı ($\bar{x}=96,42$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı Üç ve daha fazlası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Çatışma alt boyutu ($Z=-2,551$ $p=0,011$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=60,87$) Tek çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=78,51$) olduğu tespit edilmiştir. Yüksek puan düşük çatışma anlamına gelmektedir. Bu nedenle Tek çocuk ortalama puanı Hiç yok ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,836$ $p=0,005$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=84,43$) İki çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=110,03$) olduğu tespit edilmiştir. İki çocuk ortalama puanı Hiç yok ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=2,023$ $p=0,043$) Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=77,35$) Üç ve daha fazlası ortalama puanı ($\bar{x}=93,56$) olduğu tespit edilmiştir.

Puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Üç ve daha fazlası ortalama puanı Hiç yok ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Yakınlık alt boyutu ($Z=-3,606$ $p<0.001$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=56,89$) Tek çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=81,45$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek yakınlık puan ortalaması anlamına gelmektedir. Bu sebeple Hiç yok ortalama puanı Tek çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-4,679$ $p<0.001$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=72,95$) İki çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=114,81$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı Tek çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,893$ $p<0.001$) Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=67,73$) Üç ve daha fazlası ortalama puanı ($\bar{x}=98,57$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı Üç ve daha fazlası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Evlilik uyumu alt boyutu ($Z=-3,213$ $p=0,001$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=58,18$) Tek çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=80,50$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek uyum puan ortalaması anlamına gelmektedir. Bu sebeple Hiç yok ortalama puanı Tek çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,927$ $p<0.001$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=77,38$) İki çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=112,97$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı İki çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,191$ $p=0,001$) Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=71,11$) Üç ve daha fazlası ortalama puanı ($\bar{x}=96,81$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı Üç ve daha fazlası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Eşin ailesiyle iletişim alt boyutu ($Z=-2,479$ $p=0,013$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=61,18$) Tek çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=78,28$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı Tek çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,409$ $p=0,016$) çocuk sayısı bakımından Hiç yok ortalama puanı ($\bar{x}=87,20$) İki çocuk ortalama puanı ($\bar{x}=108,88$) olduğu tespit edilmiştir. Hiç yok ortalama puanı İki çocuk ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

4.12. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlilik Süresine Göre Karşılaştırılması

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyut puanlarının evlilik süresi açısından karşılaştırılması Tablo 12’ de verilmiştir.

Tablo 12. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlilik Süresine Göre Kruskal Wallis Analizi

	EVLİLİK SÜRESİ	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H	p
TOPLAM PUAN ODO	0-5 yıl arası	72	198,91	1,284	0,864
	6-10 yıl arası	66	199,86		
	11-15 yıl arası	52	188,13		
	16-20 yıl arası	61	196,01		
	20 yıl ve üzeri	149	207,71		
	Total	400			
YAŞANTISAL ÖZ DENETİM	0-5 yıl arası	72	215,37	2,144	0,709
	6-10 yıl arası	66	193,27		
	11-15 yıl arası	52	188,06		
	16-20 yıl arası	61	197,02		
	20 yıl ve üzeri	149	202,29		
	Total	400			
YENİLEYİCİ ÖZ DENETİM	0-5 yıl arası	72	175,69	5,344	0,254
	6-10 yıl arası	66	207,48		
	11-15 yıl arası	52	189,74		
	16-20 yıl arası	61	206,33		
	20 yıl ve üzeri	149	210,77		
	Total	400			
ONARICI ÖZ DENETİM	0-5 yıl arası	72	194,16	,986	0,912
	6-10 yıl arası	66	200,02		
	11-15 yıl arası	52	190,48		
	16-20 yıl arası	61	206,77		
	20 yıl ve üzeri	149	204,70		
	Total	400			
TOPLAM PUAN EDO	0-5 yıl arası	72	148,10	26,485	<0.001
	6-10 yıl arası	66	200,72		
	11-15 yıl arası	52	253,51		
	16-20 yıl arası	61	213,06		
	20 yıl ve üzeri	149	202,08		
	Total	400			
İLİŞKİ MUTLULUĞU	0-5 yıl arası	72	154,47	22,710	<0.001
	6-10 yıl arası	66	183,19		
	11-15 yıl arası	52	244,96		
	16-20 yıl arası	61	206,31		
	20 yıl ve üzeri	149	212,51		
	Total	400			
EDO_CTSM	0-5 yıl arası	72	161,32	22,246	<0.001
	6-10 yıl arası	66	209,92		
	11-15 yıl arası	52	257,84		
	16-20 yıl arası	61	203,92		
	20 yıl ve üzeri	149	193,85		
	Total	400			
YAKINLIK	0-5 yıl arası	72	146,66	25,691	<0.001
	6-10 yıl arası	66	200,02		
	11-15 yıl arası	52	247,98		
	16-20 yıl arası	61	208,66		
	20 yıl ve üzeri	149	206,82		
	Total	400			
EVLİLİK UYUMU	0-5 yıl arası	72	152,81	22,371	<0.001
	6-10 yıl arası	66	198,02		
	11-15 yıl arası	52	250,33		
	16-20 yıl arası	61	207,36		
	20 yıl ve üzeri	149	204,45		
	Total	400			

Tablo 12. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlilik Süresine Göre Kruskal Wallis Analizi (devam)

	EVLİLİK SÜRESİ	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H	p
ÖFKE	0-5 yıl arası	72	187,13	8,859	0,065
	6-10 yıl arası	66	195,70		
	11-15 yıl arası	52	240,37		
	16-20 yıl arası	61	188,23		
	20 yıl ve üzeri	149	200,20		
	Total	400			
EŞİN AİLESİYLE İLETİŞİM	0-5 yıl arası	72	170,17	10,794	0,029
	6-10 yıl arası	66	206,05		
	11-15 yıl arası	52	233,45		
	16-20 yıl arası	61	215,20		
	20 yıl ve üzeri	149	195,18		
	Total	400			
EKONOMİK ANLAYIŞ	0-5 yıl arası	72	189,42	15,884	0,003
	6-10 yıl arası	66	199,57		
	11-15 yıl arası	52	244,70		
	16-20 yıl arası	61	217,58		
	20 yıl ve üzeri	149	183,85		
	Total	400			
EBEVEYNLİK ANLAYIŞI	0-5 yıl arası	27	143,00	7,356	0,118
	6-10 yıl arası	57	165,75		
	11-15 yıl arası	50	199,30		
	16-20 yıl arası	59	176,06		
	20 yıl ve üzeri	147	165,37		
	Total	340			
YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	0-5 yıl arası	72	218,72	3,344	0,502
	6-10 yıl arası	66	200,98		
	11-15 yıl arası	52	185,70		
	16-20 yıl arası	61	188,27		
	20 yıl ve üzeri	149	201,65		
	Total	400			
DOYUM	0-5 yıl arası	72	218,83	3,288	0,511
	6-10 yıl arası	66	194,02		
	11-15 yıl arası	52	188,66		
	16-20 yıl arası	61	188,93		
	20 yıl ve üzeri	149	203,38		
	Total	400			
UZLAŞIM	0-5 yıl arası	72	211,62	1,964	0,742
	6-10 yıl arası	66	207,45		
	11-15 yıl arası	52	187,63		
	16-20 yıl arası	61	191,19		
	20 yıl ve üzeri	149	200,35		
	Total	400			
GÖRÜŞ BİRLİĞİ	0-5 yıl arası	72	211,82	1,302	0,861
	6-10 yıl arası	66	201,12		
	11-15 yıl arası	52	190,63		
	16-20 yıl arası	61	193,89		
	20 yıl ve üzeri	149	200,91		
	Total	400			

KV: Kruskal-Wallis H Testi

Tablo 13' de görüldüğü gibi evlilik süresi açısından Evlilik doyumu toplam (KV=26,485 $p<0.001$), İlişki mutluluğu alt boyutu (KV=22,710 $p<0.001$), Çatışma alt boyutu (KV=22,246 $p<0.001$), Yakınlık alt boyutu (KV=25,691 $p<0.001$), Evlilik uyumu alt boyutu (KV=22,371 $p<0.001$), Eşin ailesiyle iletişim alt boyutu (KV=10,794 $p=0,029$), Ekonomik anlayış alt boyutu (KV=15,884 $p=0,003$) $p<0,05$ olduğundan dolayı karşılaştırılan grupların arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar aralığında olduğunu saptamak amacıyla her bir grup olasılığı için Mann Withney U testi yapılmıştır.

Mann Withney U testi sonuçlarına göre anlamlı farklılığın Evlilik doyumu toplam ($Z=-2,920$ $p=,004$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=59,99$) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=79,87$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek doyumu anlamına gelmektedir. Bu sebeple 0-5 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-4,502$ $p<0.001$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=50,16$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=79,59$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,382$ $p=0,001$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=56,60$) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=79,27$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 16-20 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,259$ $p=0,001$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=90,85$) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}=120,74$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 20 yıl ve üzeri ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,587$ $p=0,010$) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=52,27$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=68,67$) olduğu tespit edilmiştir. 6-10 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,092$ $p=,036$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=63,98$) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=51,05$) olduğu tespit edilmiştir. 16-20 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,847$ $p=0,004$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=120,77$) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}=94,10$) olduğu tespit edilmiştir. 20 yıl ve üzeri ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

İlişki mutluluğu alt boyutu ($Z=-3,918$ $p<0.001$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=51,89$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=77,19$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,645$ $p=,008$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=58,98$) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=76,47$)

olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 16-20 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,687$ $p<0.001$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=88,41$) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}=121,92$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 20 yıl ve üzeri ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,734$ $p=0,006$) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=51,92$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=69,13$) olduğu tespit edilmiştir. 6-10 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,005$ $p=,045$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=114,86$) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}=96,16$) olduğu tespit edilmiştir. 20 yıl ve üzeri ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Çatışma alt boyutu ($Z=-2,638$ $p=0,008$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=60,95$) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=78,83$) olduğu tespit edilmiştir. Yüksek ortalama puanı düşük çatışma anlamına gelmektedir. 6-10 yıl arası ortalama puanı 0-5 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-4,282$ $p<0.001$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=50,83$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=78,66$) olduğu tespit edilmiştir. 11-15 yıl arası ortalama puanı 0-5 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,207$ $p=,027$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=60,26$) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=74,95$) olduğu tespit edilmiştir. 16-20 yıl arası ortalama puanı 0-5 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır ($Z=-1,988$ $p=0,047$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=98,78$) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}=116,91$) olduğu tespit edilmiştir. 20 yıl ve üzeri ortalama puanı 0-5 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,501$ $p=0,012$) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=52,53$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=68,35$) olduğu tespit edilmiştir. 11-15 yıl arası ortalama puanı 6-10 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,577$ $p=0,010$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=65,57$) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=49,70$) olduğu tespit edilmiştir. 11-15 yıl arası ortalama puanı 16-20 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,436$ $p=,001$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=124,76$) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}=92,71$) olduğu tespit edilmiştir. 11-15 yıl arası ortalama puanı 20 yıl ve üzeri ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Yakınlık alt boyutu ($Z=-3,009$ $p=0,003$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=59,90$) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=79,98$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek yakınlık

ortalama puanı anlamına gelmektedir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 6-10 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-4,633$ $p<0.001$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=50,01$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=79,79$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası

Ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,131$ $p=0,002$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=57,58$) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=78,11$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 16-20 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,668$ $p<0.001$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=88,67$) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}=121,79$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 20 yıl ve üzeri ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,454$ $p=,014$) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=52,68$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=68,15$) olduğu tespit edilmiştir. 6-10 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,245$ $p=0,025$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=116,48$) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}=95,60$) olduğu tespit edilmiştir. 20 yıl ve üzeri ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Evlilik uyumu alt boyutu ($Z=-2,465$ $p=0,014$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=61,48$) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=78,25$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek uyum ortalama puanı anlamına gelmektedir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 6-10 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-4,275$ $p<0.001$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=50,79$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=78,71$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=2,777$ $p=0,005$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=58,47$) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=77,07$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 16-20 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-3,145$ $p=0,002$) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=91,56$) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}=120,39$) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 20 yıl ve üzeri ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,536$ $p=0,011$) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=52,42$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=68,49$) olduğu tespit edilmiştir. 6-10 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,102$ $p=,036$) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=64,01$) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}=51,02$) olduğu tespit edilmiştir. 16-20 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. ($Z=-2,538$ $p=0,011$) 11-15 yıl arası ortalama puanı

($\bar{x}$ =118,62) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}$ =94,85) olduğu tespit edilmiştir. 11-15 yıl arası 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Eşin ailesiyle iletişim alt boyutu (Z =-2,891 p =0,004) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =54,64) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =73,38) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. (Z =-2,335 p =0,020) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =59,88) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =75,40) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 16-20 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. (Z =-2,054 p =,040) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =115,16) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}$ =96,06) olduğu tespit edilmiştir. 20 yıl ve üzeri ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

Ekonomik anlayış alt boyutu (Z =-2,882 p =0,004) 0-5 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =55,24) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =72,55) olduğu tespit edilmiştir. 0-5 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. (Z =-2,181 p =,029) 6-10 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =53,88) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =66,63) olduğu tespit edilmiştir. 6-10 yıl arası ortalama puanı 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. (Z =-3,627 p <0.001) 11-15 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =123,48) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}$ =93,15) olduğu tespit edilmiştir. 20 yıl ve üzeri ortalama puanı) 11-15 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır. (Z =-2,232 p =0,026) 16-20 yıl arası ortalama puanı ($\bar{x}$ =118,39) 20 yıl ve üzeri ortalama puanı ($\bar{x}$ =100,22) olduğu tespit edilmiştir. 20 yıl ve üzeri ortalama puanı 16-20 yıl arası ortalama puanından anlamlı derecede farklılaşmaktadır.

4.13. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Karşılaştırılması

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyut puanlarının mesleklere göre karşılaştırılması Tablo 13' de verilmiştir.

Tablo 13. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Kruskal Wallis Analizi

	Meslek	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H	p
TOPLAM PUAN ODO	Ev hanımı	113	191,79	5,608	0,346
	Eğitim	61	189,76		
	Kamu çalışanı	58	211,13		
	İşçi	55	199,80		
	Özel sektör	69	194,36		
	Diğer	44	234,25		
	Total	400			
YAŞANTISAL ÖZ DENETİM	Ev hanımı	113	181,32	15,136	0,010
	Eğitim	61	233,18		
	Kamu çalışanı	58	211,27		
	İşçi	55	175,77		
	Özel sektör	69	192,14		
	Diğer	44	234,28		
	Total	400			
YENİLEYİCİ ÖZ DENETİM	Ev hanımı	113	202,19	9,313	0,097
	Eğitim	61	162,07		
	Kamu çalışanı	58	206,28		
	İşçi	55	211,99		
	Özel sektör	69	202,68		
	Diğer	44	224,03		
	Total	400			
ONARICI ÖZ DENETİM	Ev hanımı	113	202,29	7,164	0,209
	Eğitim	61	166,07		
	Kamu çalışanı	58	205,69		
	İşçi	55	216,50		
	Özel sektör	69	202,88		
	Diğer	44	213,06		
	Total	400			
TOPLAM PUAN EDO	Ev hanımı	113	233,64	20,238	0,001
	Eğitim	61	210,34		
	Kamu çalışanı	58	188,10		
	İşçi	55	201,74		
	Özel sektör	69	175,53		
	Diğer	44	155,70		
	Total	400			
İLİŞKİ MUTLULUĞU	Ev hanımı	113	229,50	20,356	0,001
	Eğitim	61	194,62		
	Kamu çalışanı	58	177,22		
	İşçi	55	221,44		
	Özel sektör	69	193,16		
	Diğer	44	150,20		
	Total	400			
ÇATIŞMA	Ev hanımı	113	230,96	16,541	0,005
	Eğitim	61	211,08		
	Kamu çalışanı	58	190,17		
	İşçi	55	195,11		
	Özel sektör	69	179,59		
	Diğer	44	160,76		
	Total	400			

Tablo 13. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Kruskal Wallis Analizi (devam)

	Meslek	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H	p
YAKINLIK	Ev hanımı	113	239,96	27,358	<0.001
	Eğitim	61	212,42		
	Kamu çalışanı	58	190,26		
	İşçi	55	192,56		
	Özel sektör	69	171,53		
	Diğer	44	151,49		
	Total	400			
EVLİLİK UYUMU	Ev hanımı	113	235,43	22,937	<0.001
	Eğitim	61	204,43		
	Kamu çalışanı	58	184,97		
	İşçi	55	207,34		
	Özel sektör	69	181,51		
	Diğer	44	147,03		
	Total	400			
ÖFKE	Ev hanımı	113	208,00	6,448	0,265
	Eğitim	61	208,42		
	Kamu çalışanı	58	184,89		
	İşçi	55	216,66		
	Özel sektör	69	200,36		
	Diğer	44	170,86		
	Total	400			
EŞİN AİLESİYLE İLETİŞİM	Ev hanımı	113	203,99	4,883	0,430
	Eğitim	61	220,11		
	Kamu çalışanı	58	210,01		
	İşçi	55	196,80		
	Özel sektör	69	184,48		
	Diğer	44	181,57		
	Total	400			
EKONOMİK ANLAYIŞ	Ev hanımı	113	214,12	3,799	0,579
	Eğitim	61	193,09		
	Kamu çalışanı	58	192,20		
	İşçi	55	207,96		
	Özel sektör	69	191,97		
	Diğer	44	190,77		
	Total	400			
EBEVEYNLİK ANLAYIŞI	Ev hanımı	109	190,14	11,921	0,036
	Eğitim	49	182,29		
	Kamu çalışanı	47	161,11		
	İşçi	48	159,94		
	Özel sektör	52	138,61		
	Diğer	35	167,31		
	Total	340			
YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	Ev hanımı	113	178,27	10,702	0,058
	Eğitim	61	215,80		
	Kamu çalışanı	58	179,84		
	İşçi	55	220,19		
	Özel sektör	69	218,12		
	Diğer	44	211,38		
	Total	400			

Tablo 13. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Mesleklere Göre Kruskal Wallis Analizi (devam)

	Meslek	N	Orta Değer	Kruskal-Wallis H	p
DOYUM	Ev hanımı	113	184,19	6,397	0,270
	Eğitim	61	219,37		
	Kamu çalışanı	58	185,02		
	İşçi	55	202,89		
	Özel sektör	69	212,58		
	Diğer	44	214,69		
	Total	400			
UZLAŞIM	Ev hanımı	113	176,62	12,208	0,032
	Eğitim	61	208,80		
	Kamu çalışanı	58	184,16		
	İşçi	55	231,88		
	Özel sektör	69	218,67		
	Diğer	44	204,16		
	Total	400			
GÖRÜŞ BİRLİĞİ	Ev hanımı	113	183,82	6,533	0,258
	Eğitim	61	213,01		
	Kamu çalışanı	58	187,18		
	İşçi	55	209,48		
	Özel sektör	69	221,22		
	Diğer	44	199,82		
	Total	400			

KV: Kruskal-Wallis H Testi

Tablo 13’ de görüldüğü gibi mesleklere göre yaşantısal öz denetim alt boyutu (KV=15,136 p=0,010), Evlilik doyum toplam (KV=20,238 p=0,001), İlişki mutluluğu alt boyutu (KV=20,356 p=0,001), Çatışma alt boyutu (KV=16,541 p=0,005), Yakınlık alt boyutu (KV=27,358 p<0.001), Evlilik uyumu alt boyutu (KV=22,937 p<0.001), Ebeveynlik anlayışı alt boyutu (KV=11,921 p=0,036), Uzlaşım alt boyutu (KV=12,208 p=0,032) p<0,05 olduğundan dolayı karşılaştırılan grupların arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar aralığında olduğunu saptamak amacıyla her bir grup olasılığı için Mann Withney U testi yapılmıştır.

Mann Withney U testi sonuçlarına göre anlamlı farklılığın Yaşantısal öz denetim alt boyutu (Z=-2,948 p=0,003) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}$ =79,23) eğitimci ortalama değerinden ($\bar{x}$ =102,81) daha düşük olduğu tespit edilmiştir. (Z=-2,839 p=0,005) eğitimci ortalama değeri ($\bar{x}$ =66,91) işçi ortalama değeri ($\bar{x}$ =49,17) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Evlilik doyum toplam (Z=-2,382 p=0,017) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}$ =92,46) kamu çalışanı ortalama değeri ($\bar{x}$ =73,41) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek doyum

anlamına gelmektedir. Bu nedenle kamu çalışanı ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,282$ $p=0,001$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=101,51$) özel sektör ortalama değeri ($\bar{x}=94,18$) olduğu tespit edilmiştir. Özel sektör ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

İlişki mutluluğu alt boyutu ($Z=-2,691$ $p=0,007$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=93,24$) kamu çalışanı ortalama değeri ($\bar{x}=71,90$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek doyum anlamına gelmektedir. Bu nedenle kamu çalışanı ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,213$ $p=0,027$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=98,21$) özel sektör ortalama değeri ($\bar{x}=80,51$) olduğu tespit edilmiştir. Özel sektör ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,110$ $p=0,035$) kamu çalışanı ortalama değeri ($\bar{x}=50,72$) işçi ortalama değeri ($\bar{x}=63,62$) olduğu tespit edilmiştir. Anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kamu çalışanı ortalama değeri işçi ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Çatışma alt boyutu ($Z=-2,181$ $p=0,029$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=91,89$) kamu çalışanı ortalama değeri ($\bar{x}=74,52$) olduğu tespit edilmiştir. Yüksek ortalama puanı düşük çatışma anlamına gelmektedir. Bu nedenle ev hanımı çatışma puanı kamu çalışanı çatışma puanından anlamlı derecede düşük çıkmıştır. ($Z=-2,990$ $p=0,003$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=100,59$) özel sektör ortalama değeri ($\bar{x}=76,62$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı çatışma puanı özel sektör çatışma puanından anlamlı derecede düşük çıkmıştır.

Yakınlık alt boyutu ($Z=-2,754$ $p=0,006$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=93,42$) kamu çalışanı ortalama değeri ($\bar{x}=71,53$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük ortalama yakınlıktan alınan yüksek doyum anlamına gelmektedir. Bu nedenle kamu çalışanı ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,333$ $p=0,020$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=90,57$) işçi ortalama değeri ($\bar{x}=72,04$) olduğu tespit edilmiştir. İşçi ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,929$ $p<0,001$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=103,39$) özel sektör ortalama değeri ($\bar{x}=72,03$) olduğu tespit edilmiştir. Özel sektör ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,119$ $p=0,034$) eğitimci ortalama değeri ($\bar{x}=72,84$) özel sektör ortalama

değeri ($\bar{x}=59,01$) olduğu tespit edilmiştir. Özel sektör ortalama değeri eğitimci ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Evlilik uyumu alt boyutu ($Z=-2,672$ $p=0,008$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=93,24$) kamu çalışanı ortalama değeri ($\bar{x}=71,89$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük ortalama yüksek evlilik uyumu anlamına gelmektedir. Bu nedenle kamu çalışanı ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,136$ $p=0,002$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=101,06$) özel sektör ortalama değeri ($\bar{x}=75,84$) olduğu tespit edilmiştir. Özel sektör ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Ebeveynlik anlayışı alt boyutu ($Z=-3,174$ $p=0,002$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=88,94$) özel sektör ortalama değeri ($\bar{x}=64,36$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan ebeveynlik anlayışından alınan yüksek doyum anlamına gelmektedir. Bu nedenle özel sektör ortalama değeri ev hanımı ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,332$ $p=0,020$) eğitimci ortalama değeri ($\bar{x}=57,86$) özel sektör ortalama değeri ($\bar{x}=44,54$) olduğu tespit edilmiştir. Özel sektör ortalama değeri eğitimci ortalama değerinden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Uzlaşım alt boyutu ($Z=-2,837$ $p=0,005$) ev hanımı ortalama değeri ($\bar{x}=77,11$) işçi ortalama değerinden ($\bar{x}=99,69$) anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,251$ $p=0,024$) kamu çalışanı ortalama değeri ($\bar{x}=50,29$) işçi ortalama değeri ($\bar{x}=64,07$) anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir.

4.14. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlenme Şekline Göre Karşılaştırılması

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyut puanlarının evlenme şekline göre karşılaştırılması Tablo 14' de verilmiştir.

Tablo 14. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlenme Şekline Göre Kruskal Wallis Analizi

Evlilik şekli		N	Orta Değer	Kruskal-Wallis (KV)	H	p
TOPLAM PUAN ODO	Anlaşarak evlendik	203	198,24	0,749		0,862
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	208,75			
	Ailem tanıştırdı	104	196,88			
	Diğer	28	211,16			
	Total	400				
YAŞANTISAL ÖZ DENETİM	Anlaşarak evlendik	203	205,99	3,021		0,388
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	200,64			
	Ailem tanıştırdı	104	184,90			
	Diğer	28	218,34			
	Total	400				
YENİLEYİCİ ÖZ DENETİM	Anlaşarak evlendik	203	194,32	3,338		0,342
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	208,40			
	Ailem tanıştırdı	104	213,75			
	Diğer	28	177,77			
	Total	400				
ONARICI ÖZ DENETİM	Anlaşarak evlendik	203	196,94	2,360		0,501
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	205,74			
	Ailem tanıştırdı	104	210,68			
	Diğer	28	176,32			
	Total	400				
TOPLAM PUAN EDO	Anlaşarak evlendik	203	194,15	5,135		0,162
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	186,62			
	Ailem tanıştırdı	104	212,26			
	Diğer	28	235,09			
	Total	400				
İLİŞKİ MUTLULUĞU	Anlaşarak evlendik	203	189,22	10,260		0,016
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	184,05			
	Ailem tanıştırdı	104	222,47			
	Diğer	28	238,91			
	Total	400				
EDO_CTSM	Anlaşarak evlendik	203	197,67	2,225		0,527
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	188,72			
	Ailem tanıştırdı	104	207,38			
	Diğer	28	222,79			
	Total	400				
YAKINLIK	Anlaşarak evlendik	203	192,54	6,256		0,100
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	193,07			
	Ailem tanıştırdı	104	208,33			
	Diğer	28	246,39			
	Total	400				
EVLİLİK UYUMU	Anlaşarak evlendik	203	191,63	6,817		0,078
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	187,25			
	Ailem tanıştırdı	104	216,20			
	Diğer	28	237,30			
	Total	400				
ÖFKE	Anlaşarak evlendik	203	196,25	4,475		0,215
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	196,78			
	Ailem tanıştırdı	104	199,85			
	Diğer	28	242,36			
	Total	400				

Tablo 14 . Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlenme Şekline Göre Kruskal Wallis Analizi (devam)

Evlilik şekli		N	Orta Değer	Kruskal-Wallis (KV)	H	p
EŞİN AİLESİYLE İLETİŞİM	Anlaşarak evlendik	203	199,82	2,088		0,554
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	184,45			
	Ailem tanıştırdı	104	209,04			
	Diğer	28	210,95			
	Total	400				
EKONOMİK ANLAYIŞ	Anlaşarak evlendik	203	197,39	0,443		0,931
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	204,23			
	Ailem tanıştırdı	104	202,22			
	Diğer	28	207,96			
	Total	400				
EBEVEYNLİK ANLAYIŞI	Anlaşarak evlendik	162	166,75	0,718		0,869
	Arkadaşlar tanıştırdı	52	174,28			
	Ailem tanıştırdı	99	171,49			
	Diğer	27	182,06			
	Total	340				
YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	Anlaşarak evlendik	203	203,06	1,023		0,796
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	208,03			
	Ailem tanıştırdı	104	191,49			
	Diğer	28	197,95			
	Total	400				
DOYUM	Anlaşarak evlendik	203	202,47	0,601		0,896
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	206,52			
	Ailem tanıştırdı	104	194,07			
	Diğer	28	196,16			
	Total	400				
UZLAŞIM	Anlaşarak evlendik	203	201,89	1,005		0,800
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	209,45			
	Ailem tanıştırdı	104	191,91			
	Diğer	28	201,55			
	Total	400				
GÖRÜŞ BİRLİĞİ	Anlaşarak evlendik	203	201,37	1,585		0,663
	Arkadaşlar tanıştırdı	65	212,55			
	Ailem tanıştırdı	104	190,32			
	Diğer	28	203,98			
	Total	400				

KV: Kruskal-Wallis H Testi

Tablo 14’ de görüldüğü gibi evlenme şekline göre İlişki mutluluğu alt boyutu (KV=10,260 p=0,016) $p < 0,05$ olduğundan dolayı karşılaştırılan grupların arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

İlişki mutluluğu alt boyutu ($Z = -2,371$ p=0,018) anlaşarak evlendik ortalama puanı ($\bar{x} = 145,47$) ailem tanıştırdı ortalama puanı ($\bar{x} = 170,64$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek doyumu anlamına gelmektedir. Buna göre anlaşarak evlendik ortalama

puanı ailem tanıştırdı ortalama puanından anlamlı derecede farklı olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,271$ $p=0,023$) anlaşılarak evlendik ortalama puanı ($\bar{x}=112,33$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=142,63$) olduğu tespit edilmiştir. Anlaşılarak evlendik ortalama puanı diğer ortalama puanından anlamlı derecede farklı olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,104$ $p=0,035$) arkadaşlar tanıştırdı ortalama puanı ($\bar{x}=75,05$) ailem tanıştırdı ortalama puanı ($\bar{x}=91,22$) olduğu tespit edilmiştir. Arkadaşlar tanıştırdı ortalama puanı ailem tanıştırdı ortalama puanından anlamlı derecede farklı olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,003$ $p=,045$) arkadaşlar tanıştırdı ortalama puanı ($\bar{x}=43,35$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=55,46$) olduğu tespit edilmiştir. Arkadaşlar tanıştırdı ortalama puanı diğer ortalama puanından anlamlı derecede farklı olduğu tespit edilmiştir.

4.15. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlenme Yaşına Göre Karşılaştırılması

Aşağıda katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyut puanlarının evlenme yaşına göre karşılaştırılması Tablo 15’ de verilmiştir.

Tablo 15. Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Evlenme Yaşına Göre Mann-Withney U Testi

	Evlenme Yaşı	N	Orta Değer	Toplam	Mann-Withney U Testi	p
TOPLAM PUAN ODO	16-25 Yaş arası	253	194,06	49096,00	-1,463	0,143
	26-60 Yaş arası	147	211,59	31104,00		
	Total	400				
YAŞANTISAL ÖZ DENETİM	16-25 Yaş arası	253	188,90	47791,00	-2,634	0,008
	26-60 Yaş arası	147	220,47	32409,00		
	Total	400				
YENİLEYİCİ ÖZ DENETİM	16-25 Yaş arası	253	203,67	51528,00	-0,719	0,472
	26-60 Yaş arası	147	195,05	28672,00		
	Total	400				
ONARICI ÖZ DENETİM	16-25 Yaş arası	253	201,23	50911,00	-0,166	0,868
	26-60 Yaş arası	147	199,24	29289,00		
	Total	400				
TOPLAM PUAN EDO	16-25 Yaş arası	253	207,14	52406,00	-1,507	0,132
	26-60 Yaş arası	147	189,07	27794,00		
	Total	400				
İLİŞKİ MUTLULUĞU	16-25 Yaş arası	253	206,66	52284,50	-1,409	0,159
	26-60 Yaş arası	147	189,90	27915,50		
	Total	400				
EDO_CTSM	16-25 Yaş arası	253	209,37	52970,00	-2,022	0,043
	26-60 Yaş arası	147	185,24	27230,00		
	Total	400				
YAKINLIK	16-25 Yaş arası	253	204,19	51659,00	-0,846	0,398
	26-60 Yaş arası	147	194,16	28541,00		
	Total	400				
EVLİLİK UYUMU	16-25 Yaş arası	253	207,97	52617,50	-1,698	0,090
	26-60 Yaş arası	147	187,64	27582,50		
	Total	400				
ÖFKE	16-25 Yaş arası	253	201,84	51066,50	-0,322	0,747
	26-60 Yaş arası	147	198,19	29133,50		
	Total	400				
EBEVEYNLİK ANLAYIŞI	16-25 Yaş arası	226	171,33	38719,50	-0,221	0,825
	26-60 Yaş arası	114	168,86	19250,50		
	Total	340				
EŞİN AİLESİYLE İLETİŞİM	16-25 Yaş arası	253	201,56	50994,50	-0,242	0,809
	26-60 Yaş arası	147	198,68	29205,50		
	Total	400				
EKONOMİK ANLAYIŞ	16-25 Yaş arası	253	195,67	49504,50	-1,226	0,220
	26-60 Yaş arası	147	208,81	30695,50		
	Total	400				
YENİLENMİŞ ÇİFT UYUM ÖLÇEĞİ	16-25 Yaş arası	253	192,92	48809,00	-1,721	0,085
	26-60 Yaş arası	147	213,54	31391,00		
	Total	400				
DOYUM	16-25 Yaş arası	253	195,86	49553,50	-1,056	0,291
	26-60 Yaş arası	147	208,48	30646,50		
	Total	400				
UZLAŞIM	16-25 Yaş arası	253	189,58	47964,50	-2,489	0,013
	26-60 Yaş arası	147	219,29	32235,50		
	Total	400				
GÖRÜŞ BİRLİĞİ	16-25 Yaş arası	253	197,55	49980,50	-,677	0,499
	26-60 Yaş arası	147	205,57	30219,50		
	Total	400				

Mann-Withney U Testi

Tablo 15’ de görüldüğü gibi evlenme yaşı açısından Yaşantısal Öz denetim alt boyutu (KV=-2,634 p=0,008), Çatışma alt boyutu (KV=-2,022 p= ,043), Uzlaşım alt boyutu(KV= -2,489 p=0,013) istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır.

Yaşantısal öz denetim alt boyutu 16-25 yaş arasında olanların ortalama değeri ($\bar{x}$ =188,90) 26-60 yaş arasında olanların ortalama değerinden ($\bar{x}$ =220,47) anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir. Uzlaşım alt boyutu 16-25 yaş arasında olanların ortalama değeri ($\bar{x}$ =189,58) 26-60 yaş arasında olanların ortalama değerinden ($\bar{x}$ =219,29) anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir. Çatışma alt boyutu 16-25 yaş arasında olanların ortalama değeri ($\bar{x}$ =209,37) 26-60 yaş arasında olanların ortalama değerinden ($\bar{x}$ =185,24) anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ancak yüksek çatışma puanı düşük çatışma anlamına gelmektedir. Bu nedenle çatışma bazında 16-25 yaş arasında olanların lehine 26-60 yaş arasında olanlardan anlamlı derecede farklılaştığı saptanmıştır.

4.16. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eşin Çalışma Durumlarına Göre Karşılaştırılması

Eşin çalışma durumu açısından çalışan ve çalışmayanlar arasında evlilik doyumu toplam (Z= -1,117 p= 0,002), Çatışma (Z= -2,943 p= 0,003), Yakınlık(Z= -2,053 p=0,040), Evlilik uyumu (Z= -2,163 p=0,031), Eşin ailesiyle iletişim (Z=-3,935 p<0.001), Ekonomik anlayış (Z=-3,012 p=0,003), Ebevymlık anlayışı (Z=-3,862 p= p<0.001) istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır.

Evlilik doyumu ölçeği toplam çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}$ =210,95) çalışmayanların ortalama değerinden ($\bar{x}$ =170,37) daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Yüksek ortalama düşük doyumu anlamına gelmektedir. Bu nedenle çalışanların doyumu çalışmayanlardan anlamlı derece düşük olduğu saptanmıştır.

Çatışma alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}$ =210,47) çalışmayanların ortalama değerinden ($\bar{x}$ =171,75) daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Yüksek ortalama düşük çatışma anlamına gelmektedir. Bu sebeple Çatışma konusunda çalışanlar çalışmayanlardan anlamlı derecede farklılaştığı tespit edilmiştir.

Yakınlık alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}$ =207,41), çalışmayanların ortalama değeri ($\bar{x}$ =180,56) olarak tespit edilmiştir. Bu nedenle yakınlık konusunda çalışmayanların lehine çalışanlardan anlamlı derecede farklılaştığı tespit edilmiştir.

Evlilik uyumu alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}=207,86$), çalışmayanların ortalama değeri ($\bar{x}=179,29$) olduğu gözlenmiştir. Çalışmayanların evlilik uyumu çalışanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Eşin ailesiyle iletişim alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}=213,80$), çalışmayanların ortalama değeri ($\bar{x}=162,16$) olduğu gözlenmiştir. Ölçek puanlarından eşin ailesiyle uyum konusunda çalışanlar lehine çalışmayanlardan anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Ekonomik anlayış alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}=209,66$) çalışmayanların ortalama değeri ($\bar{x}=174,08$) olduğu gözlenmiştir. Ekonomik anlayış konusunda çalışmayanların çalışanlardan anlamlı düzeyde olumlu algıya sahip oldukları saptanmıştır.

Ebevnlik anlayışı alt boyutunda çalışanların ortalama değeri ($\bar{x}=182,66$) çalışmayanların ortalama değeri ($\bar{x}=136,72$) olduğu gözlenmiştir. Ebevnlik anlayışı konusunda doyum çalışmayanlarda çalışanlardan anlamlı derecede farklılaştığı tespit edilmiştir.

4.17. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eşin Eğitim Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması

Eşin eğitim düzeyi açısından evlilik doyumu toplam (KV= 9,919 p=0,019), İlişki mutluluğu alt boyutu (KV=12,993 p=0,005),Çatışma alt boyutu (KV=12,033 p=0,007), Yakınlık alt boyutu (KV=10,469 p=0,015), Evlilik uyumu alt boyutu (KV=15,085 p=0,002), Öfke alt boyutu (KV=9,613 p=0,022) istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar aralığında olduğunu saptamak amacıyla her bir grup olasılığı için Mann Withney U testi yapılmıştır.

Mann Withney U testi sonuçlarına göre anlamlı farklılığın evlilik doyumu toplam puan açısından (Z= -3,116 p=0,002) Lise düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=148,41$) Üniversite düzeyi ortalama puanından ($\bar{x}=119,03$) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyum ve alt boyutlarında yüksek ortalama düşük doyum anlamına gelmektedir. Bu nedenle evlilik doyumu toplam puan açısından lise düzeyinde olan bireylerin üniversite düzeyinde olanlardan anlamlı düzeyde daha düşük doyum aldıkları saptanmıştır.

Evlilik uyumu alt boyutunda (Z= -2,097 p=,036) İlköğretim düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=125,45$) Üniversite düzeyi ortalama puanından ($\bar{x}=106,56$) daha yüksek olduğu (Z=-3,742 p<0.001) Lise düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=151,60$) Üniversite düzeyi ortalama

puanından ($\bar{x}=116,34$) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yüksek puan düşük doyum anlamına gelmektedir. Bu sebeple evlilik uyumu alt boyutunda üniversite düzeyinin ilköğretim düzeyinden, üniversite düzeyinin lise düzeyi puanına göre anlamlı derece yüksek olduğu tespit edilmiştir.

İlişki mutluluğu alt boyutu ($Z= -2,358$ $p=0,018$) ilköğretim düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=126,83$) Üniversite düzeyi ortalama puanından ($\bar{x}=105,77$) daha yüksek olduğu, ($Z=-1,996$ $p=0,046$) İlköğretim düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=73,84$) Yüksek Lisans- Doktora düzeyi ortalama puanından ($\bar{x}=60,14$) daha yüksek olduğu, ($Z=-2,995$ $p=,003$) Lise düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=147,66$) Üniversite düzeyi ortalama puanından ($\bar{x}=119,67$) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir evlilik uyumu alt boyutu olan ilişki mutluluğundan alınan puanlar arttıkça doyum azalmaktadır. Bu sebeple Üniversite düzeyinin ilköğretim düzeyinden, Yüksek Lisans- Doktora düzeyinin ilköğretim düzeyinden, Üniversite düzeyinin Lise düzeyinden anlamlı derecede yüksek puan aldığı tespit edilmiştir.

Çatışma alt boyutu ($Z=-3,404$ $p=0,001$) Lise düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=149,81$) Üniversite düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=117,86$) olduğu tespit edilmiştir. Bu duruma göre çatışma konusunda üniversite düzeyi puanı lehine lise düzeyi puanından anlamlı derecede farklılaştığı tespit edilmiştir.

Yakınlık alt boyutu ($Z=-3,187$ $p=,001$) Lise düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=148,59$) Üniversite düzeyi ortalama puanı ($\bar{x}=118,88$) olduğu tespit edilmiştir. Yüksek puan düşük doyum anlamına gelmektedir. Bu sebeple yakınlık alt boyutunda üniversite düzeyinin Lise düzeyinden anlamlı derecede yüksek puana sahip olduğu tespit edilmiştir.

4.18. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin ve Alt Boyut Puanlarının Eşin Mesleğine Göre Karşılaştırılması

Eşin mesleği açısından Evlilik doyum toplam ($KV=22,944$ $p<0.001$), İlişki mutluluğu alt boyutu ($KV=16,822$ $p=0,005$), Çatışma alt boyutu ($KV=23,861$ $p<0.001$), Yakınlık alt boyutu ($KV=18,888$ $p=0,002$), Evlilik uyumu alt boyutu ($KV=22,027$ $p=0,001$) Öfke alt boyutu ($KV=11,510$ $p=0,042$), Eşin ailesiyle iletişim alt boyutu ($KV=13,683$ $p=0,018$), Ekonomik anlayış alt boyutu ($KV=13,734$ $p=0,017$), Ebevnlik anlayışı alt boyutu ($KV=25,521$ $p<0.001$) $p<0,05$ olduğundan dolayı karşılaştırılan grupların arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar aralığında olduğunu saptamak amacıyla her bir grup olasılığı için Mann Withney U testi yapılmıştır.

Mann Withney U testi sonuçlarına göre anlamlı farklılığın Evlilik doyumu toplam ($Z=-4,284$ $p<0.001$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=55,27$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=84,52$) olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumu ölçeğinden alınan düşük puan yüksek doyumu anlamına gelmektedir. Bu sebeple ev hanımı ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,375$ $p=0,001$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=75,40$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=102,76$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı ortalama puanı özel sektör ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,179$ $p=0,029$) kamu çalışanı ortalama puanı ($\bar{x}=47,87$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=61,68$) olduğu tespit edilmiştir. Kamu çalışanı ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,897$ $p=0,004$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=78,00$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=58,42$) olduğu tespit edilmiştir. diğer ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,083$ $p=0,037$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=97,14$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=80,30$) olduğu tespit edilmiştir. Diğer ortalama puanı özel sektör ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

İlişki mutluluğu alt boyutu ($Z=-2,736$ $p=0,006$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=60,65$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=79,21$) olduğu tespit edilmiştir. Ölçekten alınan düşük puan yüksek doyumu anlamına gelmektedir. Bu nedenle ev hanımı ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,177$ $p=0,029$) eğitimci ortalama puanı ($\bar{x}=45,64$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=59,31$) olduğu tespit edilmiştir. Eğitimci ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,585$ $p<0.001$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=80,16$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=56,14$) olduğu tespit edilmiştir. Diğer ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,628$ $p=0,009$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=98,67$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=77,64$) olduğu tespit edilmiştir. diğer ortalama puanı özel sektör ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Çatışma alt boyutu ($Z=-4,536$ $p<0.001$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=54,46$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=85,32$) olduğu tespit edilmiştir. Ölçekten alınan yüksek puan düşük çatışma anlamına gelmektedir. İşçi çatışma puanı ev hanımı çatışma puanından anlamlı derecede

düşük olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,958$ $p=0,003$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=77,59$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=101,44$) olduğu tespit edilmiştir. çatışma puanı ev hanımı çatışma puanından anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,818$ $p=0,005$) kamu çalışanı ortalama puanı ($\bar{x}=45,38$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=63,17$) olduğu tespit edilmiştir. İşçi çatışma puanı kamu çalışanı çatışma puanından anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,260$ $p=0,001$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=79,16$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=57,20$) olduğu tespit edilmiştir. İşçi çatışma puanı diğer çatışma puanından anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir.

Yakınlık alt boyutu ($Z=-3,439$ $p=0,001$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=58,32$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=81,51$) olduğu tespit edilmiştir. Ölçekve alt boyutlarından alınan düşük puan yüksek doyum anlamına gelmektedir. Bu nedenle ev hanımı ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,141$ $p=0,002$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=76,76$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=101,94$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı ortalama puanı özel sektör ortalama puanı anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,815$ $p=0,005$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=77,64$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=58,81$) olduğu tespit edilmiştir. Diğer ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Evlilik uyumu alt boyutu ($Z=-4,076$ $p<0,001$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=55,99$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=83,81$) olduğu tespit edilmiştir. Ölçekve alt boyutlarından alınan düşük puan yüksek doyum anlamına gelmektedir. Bu nedenle ev hanımı ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,620$ $p=0,009$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=79,23$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=100,46$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı ortalama puanı özel sektör ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,083$ $p=,037$) eğitimci ortalama puanı ($\bar{x}=45,99$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=59,12$) olduğu tespit edilmiştir. eğitimci ortalama puanı işçi ortalama puanı anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,539$ $p=0,011$) kamu çalışanı ortalama puanı ($\bar{x}=46,45$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=62,53$) olduğu tespit edilmiştir. Kamu çalışanı ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,556$ $p<0,001$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=80,16$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=56,14$) olduğu tespit edilmiştir. Diğer ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,306$ $p=0,021$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=97,78$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=79,19$) olduğu tespit edilmiştir.

diğer ortalama puanı özel sektör ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Ebevyenlik anlayışı alt boyutu ($Z=-2,625$ $p=,009$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=40,17$) eğitimci ortalama puanı ($\bar{x}=55,40$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek doyum anlamına gelmektedir. Bu nedenle ev hanımı ortalama puanı eğitimci ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,666$ $p=0,008$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=45,19$) kamu çalışanı ortalama puanı ($\bar{x}=60,63$) olduğu tespit edilmiştir. ev hanımı ortalama puanı kamu çalışanı ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-4,317$ $p<0.001$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=50,13$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=77,65$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-4,405$ $p<0.001$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=61,94$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=94,64$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı ortalama puanı özel sektör ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,211$ $p=0,001$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=48,48$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=67,73$) olduğu tespit edilmiştir. ev hanımı ortalama puanı diğer ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öfke alt boyutu ($Z=-2,926$ $p=0,003$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=77,49$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=66$) olduğu tespit edilmiştir. Yüksek ortalama puanı düşük öfke anlamına gelmektedir. Bu nedenle işçi çatışma puanı diğer çatışma puanından anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,440$ $p=0,015$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=97,75$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=79,23$) olduğu tespit edilmiştir. özel sektör çatışma puanı diğer çatışma puanından anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir.

Eşin ailesiyle iletişim alt boyutu ($Z=-2,021$ $p=0,043$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=51,25$) kamu çalışanı ortalama puanı ($\bar{x}=63,81$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük puan yüksek doyum anlamına gelmektedir. ev hanımı ortalama puanı kamu çalışanı ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,688$ $p=0,007$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=60,85$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=79,02$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-3,435$ $p=0,001$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=75,23$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=102,86$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı ortalama puanı özel sektör ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,422$

$p=0,015$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=60,12$) diğer ortalama puanı ($\bar{x}=76,24$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı ortalama puanı diğer ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Ekonomik anlayış alt boyutu ($Z=-2,641$ $p=0,008$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=62,04$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=77,85$) olduğu tespit edilmiştir. Düşük ortalama yüksek doyum yani olumlu ekonomik anlayış anlamına gelmektedir. Ev hanımı ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,789$ $p=,005$) ev hanımı ortalama puanı ($\bar{x}=79,80$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=100,12$) olduğu tespit edilmiştir. Ev hanımı ortalama puanı özel sektör ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,254$ $p=,024$) eğitimci ortalama puanı ($\bar{x}=46,22$) işçi ortalama puanı ($\bar{x}=58,99$) olduğu tespit edilmiştir. Eğitimci ortalama puanı işçi ortalama puanından anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ($Z=-2,344$ $p=0,019$) eğitimci ortalama puanı ($\bar{x}=63,64$) özel sektör ortalama puanı ($\bar{x}=81,41$) olduğu tespit edilmiştir. eğitimci ortalama puanı özel sektör ortalama puanı anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

5. TARTIŞMA

Bu bölümde araştırma sürecinde elde edilen bulguların çözümlenmesi ile alan yazın incelenmesi doğrultusunda literatüre olan katkısı açıklanmıştır. Bu araştırmada evli çiftlerin çift uyumları ile evlilik doyumları ve öz denetim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Öz denetimin çift uyumu ile evlilik doyumu ilişkisinin incelendiği bu araştırmaya, İstanbul'da yaşayan 18-65 yaş arası evli bireylerden oluşan 265 kadın ve 165 erkek olmak üzere toplamda 400 kişi gönüllü olarak katılmıştır.

Bu bölümde, araştırma sürecinde elde edilen veriler analiz edilirken öncelikle Sosyodemografik açıdan; cinsiyet, meslek, eğitim düzeyi, yaş, evlilik süresi, evlilik şekli, aylık gelir düzeyi, çalışma durumu gibi değişkenlere ilişkin bulgular literatür ile karşılaştırılacaktır. Daha sonra da bağımlı ve bağımsız değişkenlere ait bulguların tartışılması ele alınacaktır.

5.1. Öz denetim, Çift uyumu ve Evlilik Doyumunun Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi

Katılımcılara uygulanan ölçeklerin ve alt boyutlarının cinsiyet değişkeni açısından bulguları incelendiğinde, evlilik doyumu ve evlilik doyumunun alt boyutlarından ailesiyle iletişimi, çatışma, eşin ebeveynlik anlayışı, yakınlık, evlilik uyumu ve yenilenmiş çift uyumu ölçeğinin alt boyutlarından uzlaşım ile anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Bu bulguyu destekler nitelikte, Şirin (2019) yapmış olduğu çalışmada eşin ailesiyle iletişim, ekonomik anlayış, ebeveynlik anlayışı ve evlilik doyumu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı farklılık olduğunu tespit etmiştir. Aksine evlilik doyumu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığını ileri süren araştırmalar da vardır (Acar, 1998; Çağ ve Yıldırım, 2013; Soylu ve Kabasakal, 2016).

Araştırmanın bulguları cinsiyet değişkeni açısından ele alındığında erkeklerin evlilik doyumlarının kadınlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Benzer bir şekilde Güngör (2007) evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme çalışmada evlilik doyumunu cinsiyet değişkeni açısından incelemiştir. Erkeklerin evlilik doyumlarının kadınların evlilik doyumundan daha yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Ayrıca bu çalışmanın bulgularına göre cinsiyet değişkeni ile öz denetim arasında

anlamalı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Literatürde bunu destekler şekilde Demirel'in (2017) yapmış olduğu çalışmada da benzer sonuç çıkmıştır.

Erkeklerin evlilik uyumlarının kadınlara göre anlamalı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Literatürde bu sonucu destekleyen bulgular vardır. Evli olan erkeklerin uyum düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Akbaba,2021; Şener, 2002; Wiesman vd., 1978). Aksine evlilik uyumunu cinsiyet değişkeni açısından kadınlarda erkeklere oranla yüksek olduğunu tespit eden araştırmalar da vardır (Fıfşılıoğlu ve Demir 2000). Bu bulguların aksine evlilik uyumu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamalı fark olmadığını tespit eden araştırmalar da vardır (Çağ ve Yıldırım, 2013; Çelik ve Tümkaya, 2012; Murat, 2021).

Bu çalışmada çatışma konusunda erkeklerin çatışmasının kadınların çatışmasından anlamalı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Hafner ve Spence (1988) yapmış oldukları araştırmada düşmanlık puanları kategorisi ile evlilik doyumu ve çatışma incelenmiştir. Düşmanlık puanları yükseldikçe, evlilikte çatışmaların arttığını, evlilik doyumunun ise azaldığını tespit etmişlerdir. Yakınlık alt boyutunda doyum erkeklerde kadınlardan anlamalı derecede yüksek çıkmıştır. Çiftler arasında çatışma düzeyleri, çatışma çözme becerileri ve buna bağlı olarak yakınlık hissetme ve evlilikten doyum alma birbirleri ile bağlantılıdır. Çiftlerin aralarındaki iletişimin gelişmesi, çatışmalarını yönetme becerisi kazandırarak evlilik doyumu ve yakınlığı artırıcı becerileri kazanmalarıyla sağlanabilir. (Worthington, 1990).

Erkeklerin ekonomik anlayış konusundaki algıları kadınların bu konudaki algılarından anlamalı derecede daha olumludur. Uzlaşım konusunda kadınlar erkeklerden anlamalı derecede farklılık göstermiştir. Ebeveynlik anlayışı konusunda erkeklerdeki doyum kadınlardan anlamalı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde benzer bulgular bulunmaktadır. Şirin (2019) yapmış olduğu çalışmada ebeveynlik anlayışı ve ekonomik anlayışı, cinsiyet değişkeni açısından değerlendirdiğinde erkeklerin ölçekten aldıkları puan kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Ebeveynlik anlayışı ve ekonomik anlayışı konusunda erkeklerin kadınlara oranla daha olumlu algıya sahip olduğu tespit etmiştir.

Öz denetim ve alt boyutları araştırmada cinsiyet değişkeni açısından anlamalı bir farklılık bulunamamıştır. Literatürde bunu destekleyen ve desteklemeyen nitelikte araştırmalar

vardır. Müzik öğretmeni adaylarının araştırmaya dahil edilerek öz denetimlerinin cinsiyete, bireysel çalgılarına ve girdikleri en son sınav notu değişkenlerine göre farklılık olup olmadığının araştırıldığı bir çalışmada cinsiyet değişkeni ile öz denetim arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir (Can ve Öztürk, 2018). Ergenlerde öz denetim becerilerinin akıllı telefon bağımlılığına etkilerinin incelendiği bir araştırmada da öz denetim becerisi ve akıllı telefon bağımlılığının cinsiyet yönünde farklılaşmadığı bulunmuştur (Aktaş, 2022). Bu çalışmaların aksine cinsiyet değişkeni ile öz denetim arasında anlamlı farklılık olduğunu, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek öz denetim puanları elde edildiğini tespit eden araştırmalar da vardır (Türkeş, 2004).

5.2. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Çalışma Durumu Açısından İncelenmesi

Çalışanlar ve çalışmayanlar arasında evlilik doyumu ve evlilik doyumunun alt boyutları olan evlilik uyumu, çatışma, ekonomik anlayış, yakınlık, ilişki mutluluğu, ebeveynlik anlayışı açısından kıyas yapıldığında anlamlı farklılık saptanmıştır. Çalışanların evlilikten aldıkları doyum çalışmayanlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Şener'e (2002) göre çalışma durumu ile evlilik uyumu arasında anlamlı farklılık olduğunu saptamıştır. Yalnızca hem kadının hem de erkeğin çalıştığı ailelerde evlilik uyumu yüksek çıkmıştır. Fakat kadınlar emekli ise evlilik uyumu oldukça düşük çıkmıştır.

Evlilik uyumu konusunun da çalışanların lehine çalışmayanlara göre anlamlı derece farklılaştığı tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında bu araştırmanın bulgularının aksine çalışma durumu ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark saptanmayan araştırmalar vardır. Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi ele alan bir araştırmada evlilik uyumu ile çalışma durumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu araştırmanın örnekleme içerisinde yüzde altmış dokuzu çalışıyor iken yüzde otuz biri çalışmamaktadır. Araştırmanın sonucunda ise çalışma durumu ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmada çalışanların oranı çalışmayanlardan oldukça düşük olduğu için araştırmacı bu konu ile ilgili daha kapsamlı çalışma yapılmasını önermektedir (Murat, 2021).

Bu çalışmanın bulgularının aksine Öztürk (2017) evlilik doyumu ve evlilik uyumu ile çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmiştir.

5.3. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Eğitim Düzeyleri Açısından İncelenmesi

Eğitim düzeyi açısından onarıcı öz denetim ve yaşantısal öz denetim arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Yaşantısal öz denetim alt boyut puanı açısından lise düzeyi ortalama puanı üniversite düzeyi ortalama puanına göre daha düşük olduğu ve lise düzeyi ortalama puanı yüksek lisans- doktora ortalama puanına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Onarıcı öz denetim alt boyutunda ise üniversite düzeyi ortalama puanı yüksek lisans- doktora ortalama puanına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Polislerde öz denetim, sosyal sorun çözme becerisi, psikolojik sağlamlılık ve duyguları ifade etme arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada öz denetim ve alt boyutlarının hepsinde eğitim düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Bu çalışmanın sonucuna göre öz denetim ve alt boyutlarının tümünde lisansüstü eğitim düzeyine sahip olanların puanlarının, lise ve ön lisans eğitim düzeyinde olanların puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir (Özgenç, 2022).

Bu araştırmada eğitim düzeyi ile evlilik uyumu, evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ancak Çağ ve Yıldırım (2013) yapmış oldukları çalışmada evlilik doyumu ile eğitim düzeyinin arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır. Ayrıca diğer çalışmalarda eğitim düzeyi arttıkça bireylerin çift uyumlarının arttığı bulunmuştur (Yıldırım, 1992). Şener (2002) yapmış olduğu çalışmada kadın ve erkeklerin evlilik uyumunu eğitim düzeyi açısından karşılaştırmıştır. Araştırmanın sonucuna göre öğrenim düzeyi arttıkça evlilik uyumları artmaktadır.

5.4. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Yaş Değişkeni Açısından İncelenmesi

Yaş değişkeni açısından öz denetim, evlilik doyumu, çift uyumu ile anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Bu araştırmayı destekler nitelikte Acar (1998) yaş değişkeninin evlilik doyumu üzerinde etkisi olmadığını tespit etmiştir. Aksine literatürde diğer çalışmalarda yaş değişkeni ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmektedir (Tezer, 1994). Yaş arttıkça evlilikten alınan doyum düzeyi ve ilişki mutluluğu artmaktadır (White vd., 1986; Cate ve Lyloyd, 1992; Tezer, 1994). Ayrıca bu araştırmada çatışma ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Aksine Tümer (1998) evli çiftlerin çatışma odakları ve iletişim sorunlarını incelediği çalışmada çatışma düzeyi ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve bireylerin yaşları ilerledikçe çatışma düzeylerinin azaldığını saptamıştır. Çift uyumunda ise Yıldırım (1992) yaş ilerledikçe

bireylerin evlilik uyumlarının arttığı sonucunu bulmuştur. Psikosomatik bozukluklar ile öz denetim düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada yaş değişkeni ile öz denetim arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (Demirel, 2017).

5.5. Öz denetim, Çift Uyum ve Evlilik Doyumunun Aylık Gelir Düzeyleri Açısından İncelenmesi

Gelir düzeyi açısından öz denetimin alt boyu olan yaşantısal öz denetim, evlilik doyumu ve evlilik doyumu alt boyutlarından ilişki mutluluğu, çatışma, evlilik uyumu ile anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Evlilik doyumu puanları açısından gelir düzeyi arttıkça evlilikten alınan doyumun, ilişki mutluluğunun, evlilik uyumunun arttığı söylenebilir. Bunu destekler nitelikte Yıldırım (1992) sosyoekonomik düzey arttıkça evli bireylerin çift uyumlarına yönelik algılarının artmakta olduğunu tespit etmiştir. Bunun aksine Çağ ve Yıldırım (2013) evlilik doyumu ile aylık gelir düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını tespit etmişlerdir.

Bu çalışmada gelir düzeyi arttıkça çatışmanın da arttığı söylenebilir. Literatürde ise bunu destekler sonuçlardan ziyade desteklemeyen sonuçlara ulaşılmıştır. Olson ve Fowers (1993) yaptıkları çalışmada beş ayrı evlilik çeşidini açıklamışlardır. Burada çatışmalı çiftlerin özelliklerine bakıldığında çatışma çözme konusunda birtakım zorluklar yaşamaktadırlar. Bu gruba giren bireylere evlilik doyum ölçümü yapıldığında genel olarak evlilik doyumunun alt boyutlarından düşük puan almaktadırlar. Ayrıca bu gruptaki bireylerin gelir ve eğitim seviyeleri genel olarak düşüktür. Çatışma oranı arttıkça gelir düzeyinin azaldığı söylenebilir. Fakat yapılan araştırmalarda gelir düzeyi ve maddi sıkıntılar arttıkça çatışmaların da artacağını tespit etmişlerdir (James ve Johnson, 1987).

Bu araştırmanın sonucuna göre öz denetim ile gelir düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Gelir düzeyi arttıkça öz denetim puanlarının arttığı sonucuna varılmıştır. Gelir düzeyi açısından öz denetimin karşılaştırıldığı bir araştırmada öz denetim ile gelir düzeyi arasında bir anlamlı farklılık bulunamamıştır (Demirel, 2017).

Bu araştırmanın bulgularına benzer bir şekilde gelir düzeyi düşük olan kişilerin daha düşük evlilik uyumu ve çift birlikteliklerinin olduğu ve ayrıca evlilikte daha yoğun çatışma yaşadıkları tespit edilmiştir (Korkut ve Şendil, 2008).

Murat (2021) yapmış olduğu çalışmasında evlilik uyumu ile cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu, evlilik süresi, evlenme şekli, çocuk sayısı, ekonomik gelir vb değişkenler arasında ilişkiyi incelemiştir. Sonuç olarak gelir düzeyi ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir fark saptanamamıştır.

5.6. Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Çocuk Sayısı Açısından İncelenmesi

Çocuk sayısı değişkeni açısından evlilik doyumu ve evlilik doyumu alt boyutlarından evlilik uyumu, çatışma, ilişki mutluluğu, yakınlık, eşin ailesiyle iletişim arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Aksine evlilik doyumu ile çocuk sayısı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığını bulan araştırmalar da vardır (Çağ ve Yıldırım, 2013).

Bu çalışmanın bulgularına göre evlilikten alınan doyum açısından bakıldığında çocuk sayısı arttıkça doyumun, evlilik uyumunun, yakınlığın, eşin ailesiyle iletişimin, ilişki mutluluğunun azaldığı söylenebilir. Çocukların aile hayatına katılmasıyla birlikte evlilikte bazı değişiklikler meydana gelmektedir. Çocukların dünyaya gelmesiyle birlikte çiftlerin evlilik doyumlarında düşüş yaşandığı tespit edilmiştir (Lindahl vd., 1998). Çocuk sayısı ile evlilikte uyum, birliktelik, ilişki tatmini arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Çocuk sayısının artmasıyla birlikte çiftlerin evlilik kalitesinde düşüş yaşanmaktadır. Sonuç olarak çocuk sayısında artışla birlikte çiftlerin arasında çatışma düzeyinin arttığı ancak evlilik uyumlarının azaldığı tespit edilmiştir (Korkut ve Şendil, 2008). Aksine evlilik uyumu ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir fark olmadığını tespit eden araştırmalar da vardır (Yalçın, 2014). Murat (2021) evlilik uyumu ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Çocuk sahibi olmayanların olanlara göre evlilik uyum puanı yüksek çıkmıştır.

Ancak çocuk sayısı arttıkça çatışma puanın düştüğü, dolayısıyla çatışmanın azaldığı söylenebilir. Literatürde çocuk sayısı arttıkça evli çiftlerin çift uyumlarının arttığı tespit edilmiştir (Yıldırım,1992). Çocuk sayısı arttıkça çatışma eğilimlerini azalmaktadır. Literatürde bunun aksine çocuk sayısı arttıkça eşlerin arasındaki kötü davranış biçimleri ve çatışmanın da arttığını vurgulamaktadır (Nelson, 1990).

Bu araştırmada öz denetim ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Demirel (2017) yapmış olduğu çalışmada benzer sonuca ulaşmıştır.

5.7.Öz denetim, Çift Uyumu ve Evlilik Doyumunun Evlilik Süresi Açısından İncelenmesi

Evlilik süresi açısından evlilik doyumu ve evlilik doyumu alt boyutlarından evlilik uyumu, ilişki mutluluğu, yakınlık, çatışma, ekonomik anlayış, eşin ailesiyle iletişim arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Aksine literatürde evlilik süresinin evlilik doyumunu yordamadığını bulan araştırmalar da vardır (Çağ ve Yıldırım, 2013). Evlilik doyumu ile evlilik süresi arasında anlamlı fark bulan araştırmalarda vardır. Uzel (2015) yapmış olduğu çalışmada evlilik doyumu ile evlilik süresi açısından anlamlı bir fark olduğu ve daha uzun süreli evliliklerin evlilik uyumunun daha fazla olduğunu tespit etmiştir.

0-5 yıl arası evli bireylerin diğer yıllar arasında evli olanlara göre evlilikten aldıkları doyumun yüksek olduğu söylenebilir. Fakat evlilik doyumu konusunda 20 yıl ve üzeri ile 11- 15 yıl arası evli olanlar kıyaslandığında 20 yıl ve üzeri evli olanların ortalama puanı 11-15 yıl arası evli olanlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Batık ve Kalkan (2017) evlilikte sorun çözme becerileri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri bir araştırmada evlilik doyumu ile evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Sonuç olarak ise evlilik doyumu açısından evlilik süresi beş yıl ve öncesinde olan çiftlerin evlilik doyumları daha uzun yıllar boyunca evli olan bireylerden daha yüksek çıkmıştır.

Çatışma alt boyutunu incelediğimizde sırası ile kıyaslandığında genel olarak ilk yıllara oranla uzun yıl evli kalanların çatışma puanları düşüktür. İstisna olarak 11-15 yıl arası çatışma puanı 16-20 ve 20 ve üzeri yıl arasında olanlardan düşüktür. Çatışma eğilimleri de oldukça azalmaktadır. Yapılan diğer araştırmalar incelendiğinde yaş almaya bağlı olarak evlilik süresinin artmasıyla birlikte evlilikte problemlerin ve çatışmaların arttığı araştırmalar var olsa da yaşlandıkça evlilik doyumunun arttığı çalışmalarda vardır (Canel, 2007).

Şener (2002), evlilik süresi açısından evlilik uyumu değerlendirildiğinde eşlerin arasında uyumu etkileyen faktörleri incelemiştir. 21 yıl ve sonrası evlilikleri olan çift grubuna kadar evlilik süresi arttıkça kadın ve erkeklerde evlilik uyumu azalmaktadır. Fakat 21 yıl ve üzeri evli olanlar arasında evlilik uyumları artmaktadır. 0-5 yıl arası evli olan bireylerin evlilik uyumu puanlarının 6-20 yıl arasında evli olan bireylerin evlilik uyum puanlarından

daha yüksek olduğunu bulmuştur. Benzer sonucu Murat (2021) yapmış olduğu çalışmada bulmuştur.

İlişki mutluluğu açısından da 0-5 yıl arası evli olanların ortalama puanı, 11-15 yıl arası, 16-20 yıl arası ve 20 yıl ve üzeri evli olanların ortalama puanından yüksek çıkmıştır. 6-10 yıl arası evli olanların ortalama puanı 11-15 yıl arası evli olanların ortalama puanından yüksek çıkmıştır. 20 yıl ve üzeri evli olanların ortalama puanı 11-15 yıl arası evli olanlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bulguların sonucu doğrultusunda benzer sonuçları ifade eden araştırmalar bulunmaktadır. Evlilik süresi açısından çiftlerin arasındaki uyuma ve çatışma düzeylerine bakılan bir araştırmada evlilik süresi yönünden çift uyumunun alt ölçeği olan duygulanım ifadesi ile arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgunun sonucuna göre evlilik süresinin artmasıyla birlikte çiftlerin birbirlerine sevgilerini ifade etmede azalma yaşandığı açıklanmaktadır (Korkut ve Şendil, 2008).

5.8. Öz denetim, Çift uyumu ve Evlilik Doyumunun Mesleklere Göre İncelenmesi

Mesleğe göre yaşantısal öz denetim alt boyutu, evlilik doyumu ve evlilik doyumu alt boyutlarından evlilik uyumu, çatışma, ilişki mutluluğu, yakınlık, uzlaşım ve ebeveynlik anlayışı arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır.

Genel olarak incelenen ölçek ve alt boyutlarının mesleklere göre incelenmesinde kamu çalışanının özel sektörden ve ev hanımından, ayrıca özel sektör çalışanlarının da ev hanımlarından daha yüksek puana sahip olduğu tespit edilmiştir. Buna göre üst düzey gelir kaynağı sağlayan meslekleri yapan bireylerin evlilik uyumları, doyumları, ilişki mutlulukları ve çatışma düzeyleri daha yüksek çıkmaktadır. Acar'ın (1998) üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumları ile ilgili yapmış olduğu çalışmasında, katılımcıların mesleklerinin evlilik doyumlarını etkilemediği tespit edilmiştir. Yapılan diğer araştırmalarda üst düzey gelir kaynağı olan mesleklere sahip bireylerin uyumlarının düşük gelir kaynağı olan bireylerin evlilik uyumlarına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Yıldırım, 1992).

Öz denetimde ise eğitimcilerin, ev hanımı ve işçi statüsünde olanlardan daha yüksek puan aldığı görülmektedir. Literatürde bu bulguyu desteklemeyen sonuçlar da mevcuttur. Öz

denetim açısından mesleklerin ele alındığı bir araştırmada meslekler ile öz denetim arasında anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir (Demirel, 2017).

5.9. Öz denetim, Çift uyumu ve Evlilik Doyumunun Evlenme Şekli Açısından İncelenmesi

Evlenme şekli ile ilişki mutluluğu alt boyutu arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. “Anlaşarak evlendik” ortalama puanı, “ailem tanıştırdı” ortalama puanından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. “Arkadaşlar tanıştırdı” ortalama puanının, “ailem tanıştırdı” ortalama puanından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. “Arkadaşlar tanıştırdı” ortalama puanının, “diğer” ortalama puanından anlamlı derecede farklı olduğu tespit edilmiştir. “Anlaşarak evlendik” ortalama puanının, “diğer” ortalama puanından anlamlı derecede farklı olduğu tespit edilmiştir. Literatürde ise kendi isteği ile anlaşarak evlenenlerin uyum düzeyleri oldukça yüksek bulunmuştur. Kendisi veya ailesinin tanıştırmasıyla evlenen bireylerin evlilik uyumu, görücü usulü veya anne-babasının isteği ile veya kaçarak evlenenlere göre uyumu daha yüksek çıkmıştır (Yıldırım, 1992).

Evlilik uyumu ve evlilik çatışmasının demografik değişkenler açısından incelendiği bir araştırmada çift uyumu, eşler arasındaki fikir birliği, ilişki tatmini, birliktelik ve duyguları ifade edebilmeleri açısından değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda anlaşarak evlenen bireylerin görücü usulü evlenenlere göre evlilik uyumlarının daha yüksek olduğunu tespit edilmiştir. Anlaşarak evlenen bireyler görücü usulü evlenenlere göre çift uyumunun yüksek olmasının yanında fikir birliği, ilişkilerinden aldıkları tatmin ve duygularını ifade edebilmelerinin daha fazla olduğu anlamı çıkmaktadır (Korkut ve Şendil, 2008).

5.10. Öz denetim, Çift uyumu ve Evlilik Doyumunun Evlenme Yaşına Göre İncelenmesi

Katılımcıların evlilik yaşına bakıldığında en küçük evlenme yaşı 16 en büyük evlenme yaşı ise 60 tır. Türkiye’de insanların evlenme yaşı oldukça erkendir (Yıldırım, 1992). Evlenme yaşı açısından Yaşantısal Öz denetim alt boyutu, Çatışma alt boyutu, Uzlaşım alt boyutu arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Yaşantısal öz denetim alt boyutu 16-25 yaş arasında olanların ortalama değeri 26-60 yaş arasında olanların ortalama değerinden anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir. Uzlaşım alt boyutu 16-25 yaş arasında olanların ortalama değeri 26-60 yaş arasında olanların ortalama değerinden anlamlı derecede düşük olduğu tespit edilmiştir. Çatışma alt boyutu çatışma bazında 16-25 yaş arasında olanların lehine 26-60 yaş arasında olanlardan anlamlı derecede farklılaştığı

saptanmıştır. Literatürde evlilik yaş ile öz denetim arasında ilişkiyi inceleyen araştırmaya rastlanmamıştır.

5.11. Evli Çiftlerin Çift Uyumluları ile Evlilik Doyumları ve Öz denetim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmada elde edilen bulguların sonuçlarına bakıldığında öz denetim ile evlilik doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu sonuca göre özdenetim arttıkça evlilik doyum puanının düştüğü tespit edilmiştir. Fakat düşük evlilik doyumu puanı yüksek doyum anlamına gelmektedir. Öz denetimin artmasıyla birlikte evlilik doyumunun da arttığı ve bu ikisi arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme çalışmasında, evlilik doyumunu dolaylı veya dolaysız etkilediği düşünülen kişilik özelliklerini kapsayan değişkenler incelenmiştir. Bu çalışmada evlilik doyumu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki ele alınmıştır. Bir kişilik özelliği olan öz denetim becerisi incelenmiştir. Öz denetimin evlilik doyumunu doğrudan etkilediği tespit edilmiştir. Ayrıca öz denetim ile evlilik doyumunu arasında düşük derecede anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırmaya dahil edilen bir diğer değişken olan aktif planlama ile öz denetim arasında dolaylı bir ilişki vardır. Bunun sonucunda ise öz denetim becerisi aktif planlamayı pozitif yönde etkilemekte ve aktif planlama ise bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumun derecesini yükseltmektedir (Güngör, 2007).

Öz denetim kavramı öz düzenleme kavramını içinde barındırmaktadır. Öz denetim ve öz düzenleme kavramları bazı araştırmacılar tarafından aynı anlamlarda kullanılmıştır (Tangney vd., 2004). İlişkide öz düzenleme, çiftlerin ilişkilerini devam ettirebilmek için ne kadar çaba harcadığını ve bu durumun evlilik doyumu üzerinde etkili olduğunu ifade etmektedir. Çiftler arasında ilişkiden doyum almanın genellikle çiftin ilişkisi için göstermiş olduğu çabasına bağlı olduğu kabul edilmektedir. Burada bahsedilen çaba öz düzenleme kavramına denk gelmektedir. Öz düzenleme kavramı zaman içinde ve değişen koşullarda kişinin kendini, düşüncelerini ve duygularını tekrar düzenleyebilmesini ifade eder (Charker vd., 2005). Çift ilişkisinde ve ilişkide öz düzenleme arasındaki ilişki ile evlilik doyumunun ilişkili olduğu düşünülerek bir araştırmaya yürütülmüştür. Araştırmaya 191 yeni evlenmiş çift dahil edilmiştir. Araştırmanın hipotezini test etmek amacıyla araştırmaya dahil edilen evli çiftler 5 yıl boyunca evlilik doyumu açısından incelenmişlerdir. Zaman içerisinde hem kadın hem erkeklerde evlilik doyumunun farklılaştığı gözlenmiştir. Bu çalışmada öz düzenleme ile evlilik doyumu arasında anlamlı

farklılık bulunmuştur. İlişkilerinde öz düzenlemeyi aktif bir şekilde kullanan bireyler kullanmayanlara göre daha yüksek evlilik doyumuna sahip olduğu bulunmuştur. Evlilik doyumunda düşüş yaşayan çiftlerin ilişkileri incelediğinde düşük öz düzenleme bulgularına rastlanmıştır (Halford vd., 2007).

Eşlerin kişilik özelliklerinin benzerliği ile evlilik uyumu ve evlilik doyumunun incelendiği bir çalışmada, kişilik özelliği olarak nitelenen öz denetimli olma ile eşlerin birbirlerine benzer özellikleri sergilemesinde öz denetimin erkekler açısından evlilik doyumu üzerinde etkisi olduğu tespit edilmiştir (Fitzpatrick, 2001).

Öz denetim ile yenilenmiş çift uyum ölçeği arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Fakat evlilik doyumu alt boyutlarından evlilik uyumu ile öz denetim arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Öz denetim arttıkça evlilik uyumu puanın düştüğü tespit edilmiştir. Fakat düşük evlilik uyumu puanları yüksek uyum anlamına gelmektedir bu sebeple öz denetimin artmasıyla birlikte evlilik uyumunun da arttığı ve bu ikisi arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Literatürde evlilik uyumu ile ilgili araştırmaların bir kısmı kişilik özellikleri ile çift uyumunun değerlendirilmesiyle yapılmıştır. Bu çalışmaların kapsadığı kişilik özellikleri içerisinde bazı araştırmalar öz denetim kavramını dahil etmiştir. Kişilik boyutları ile evlilik uyumunun incelendiği bir araştırmada dahil edilen kişilik boyutları duygusal tutarsızlık, dışadönük olma, yumuşak başlı olma ve öz denetimdir. Bu çalışmada öz denetim ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Kişilik boyutu olarak ele alınan öz denetimli olma, evlilik uyumunun tahmin edilmesine sağlamaktadır (Bouchard, Vd., 1999).

Çift ilişkilerinde olumsuz köken aile deneyimleri, bireylerin gelecekte kuracağı evlilik ilişkisini çeşitli yollarla etkilemektedir. Örenğin gelecekte evliliğinde uyumsuzluk, zayıf iletişim kurma gibi konularda sorun yaşayabilir. Aile kökeninden olumsuz deneyimler edinen bireylerin gelecekte çift ilişkisini birçok yönden etkilediği düşünülerek bir çalışma yürütülmüştür. Bu çalışmada olumsuz köken aileye sahip bireylerin deneyimlerinin ve ilişkilerinin öz düzenleme becerisi açısından değerlendirilmesiyle bağlanma modeli incelenmiştir. Olumsuz aile deneyimlerinin ilişkilerde öz düzenleme ve güvenli bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki çıkmıştır. Her iki eşinde evliliklerinde olumsuz köken aile deneyimleri yaşamış olması evliliklerinde öz düzenlemeyi olumlu bir şekilde

kullanma oranlarının düşük olduğu ve güvenli bağlanmalarının da düşüş olduğu gözlemlenmiştir (Knapp vd., 2015).

Evlilik uyumu ile evlilik doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Fakat evlilik doyumunundan alınan düşük puanlar yüksek doyumu temsil etmektedir. Bundan dolayı evlilik doyumunun artmasıyla birlikte evlilik uyumu da arttığı ve bu ikisi arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Literatürde de benzer sonucu Dalan (2020) yapmış olduğu çalışmasında evlilik doyumu ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır. Araştırma sonucunda evlilik uyumları artan bireylerin evlilik doyumlarının arttığı tespit edilmiştir. Eşlerin kişilik özelliklerinin benzerliği ile evlilik uyumu ve evlilik doyumunun incelendiği bir çalışmada kişilik özelliği olarak nitelenen öz denetimde olma ile eşlerin birbirlerine benzer özellikleri sergilemesinde öz denetimin erkekler açısından evlilik doyumu üzerinde etkisi olduğu tespit edilmiştir (Fitzpatrick, 2001).

Kişilik özelliklerinin kadın ve erkek arasında benzerliklerini araştırmada benzer kişilik özelliklerine sahip bireylerin birbirlerini seçme eğiliminde olduğu tespit edilmiştir (Buss, 1985). Evli çiftlerin kişilik özelliklerinin benzerliği ile evlilik uyumunun incelendiği bir çalışmada bir kişilik özelliği olarak öz denetimin evlilik uyumu ile anlamlı bir ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir (Olson ve Nemecek, 1999)

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Öz denetim becerisinin hayatın birçok alanında insan yaşamı üzerinde etkisi olduğu ve karar verme, duygu-düşünceleri kontrol etme, zorlukların üstesinden gelme gibi alanları doğrudan etkilediği düşüncesinden yola çıkılarak bu araştırmada, öz denetimin çift uyumu ve evlilik doyumu ile bir ilişkisinin olup olmadığının incelenmesi hedeflenmiştir.

Araştırmanın bulguları incelendiğinde öz denetim ile çift uyum ölçeği arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Fakat evlilik doyumu alt boyutlarından evlilik uyumu ile özdenetim arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Evlilik doyumu ile öz denetim arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca öz denetim ile evlilik doyumunun alt boyutlarından ilişki mutluluğu, çatışma, yakınlık, evlilik uyumu, eşin ailesiyle iletişim ve öfke arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Çift uyumu ile yakınlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Negatif yönde ilişki denince karşılaştırılan iki değişkenin biri artış gösterirken diğeri azalmaktadır. Örneğin burada özdenetim arttıkça evlilik uyumu ve evlilik doyumunun azaldığı sonucu çıkmaktadır. Fakat evlilik doyumundan alınan düşük puan yüksek doyumu ifade ettiği için burada pozitif yönde ilişki söz konusudur. Bu sebeple öz denetim arttıkça evlilik doyumu ve evlilik uyumu artmaktadır. Ayrıca evlilik uyumu arttıkça da evlilik doyumunun arttığı tespit edilmiştir.

Cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, aylık gelir düzeyi, evlenme şekli, evlenme yaşı ve meslek gibi değişkenler açısından öz denetim becerisi, evlilik uyumu ile evlilikten alınan doyum arasında anlamlı farklılar ortaya çıkmıştır.

Araştırma sürecinde elde edilen bulguların sonuçları ve alan yazın incelendiğinde öz denetimin evlilik doyumu ve uyumu ile ilişkisi olduğu gözlemlenmiştir. Yapılan bu çalışmanın öz denetim becerisi ve evlilik ilişkileri ile ilgili araştırmaların yapılmasında öncü olacağı düşünülmektedir.

Araştırma bulgularından elde edilen veriler doğrultusunda “Evli Çiftlerin Çift Uyumları İle Evlilik Doyumları ve Öz denetim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” konusu ile literatüre önemli katkı sunulduğu düşünülmektedir.

6.2.Öneriler

Araştırmada kadınların evlilik uyumları, evlilikten aldıkları doyum, yakınlık, eşin ailesiyle iletişim, ekonomik anlayış, ebeveynlik anlayışı erkeklere göre anlamlı derecede düşük çıkmaktadır. Kadınların evlilik hayatlarında memnuniyetini, doyumunu etkileyen bu konuların üzerinde durulması ve araştırılması evlilik ilişkisinin kalitesini arttıracakı düşünülmektedir.

Kadınlar ile erkeklerin evlilik ilişkisinde algılarının nasıl farklılaştığını anlayabilmek için araştırmalar yapmak karşılıklı doyumun ve mutluluğun olduğu ilişkileri inşa edebilmek için iyi bir adım olabilir. Daha sonra ise kadınların evliliğe dair algıları ve beklentileri konusunda gerekli psikolojik desteği vermek öncelikle kadınların psikolojisine sonrasında ise dolaylı olarak evlilik ilişkisine olumlu katkılar sağlayacakı düşünülmektedir.

Aile toplumun kıymetli parçalarından biridir. Aile denince akla ilk olarak karı- koca ilişkisi gelmektedir. Bu sebeple eşler arasındaki ilişkinin kalitesi, doyumunu önemlilik arz etmektedir. Evliliklerinde doyumunu sağlamış ilişkilerinde mutlu olan bireyler, kendilerini ve evliliklerini öz denetim becerisi ile kontrol altında tutan daha sağlam bir yapı ile aile ilişkilerini devam ettirmektedir. Ailenin her yönden iyilik hali içinde olmasının toplumun refahı konusunda da faydalarının olacağı anlamına geldiği düşünülmektedir. Bundan dolayı evlilik ilişkisine dair olumlu algı, duygu ve düşünceleri geliştirmek için hem kadına hem de erkeğe olmak üzere belirli zamanlarda eğitimlerin verilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde öz denetim kavramı ile ele alınmış çift ilişkisine dair olan çalışmalar yok denecek kadar azdır. Bu yönde çalışmaların artırılması ile alan yazına katkı sağlanabileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak öz denetim becerisi yani kişinin kendi hayatının denetimini elinde tutabilmesi ve kendini olumlu veya olumsuz olaylar ve zorlantılar karşısında dengede tutabilmesidir. Bu da bireylerin evlilik yaşantılarını anlamlı bir şekilde etkilemektedir. Bireylerin öz denetimlerini geliştirecek programlar düzenlemek hem bireysel hem de toplumsal manada kazançlara yol açacakı düşünülmektedir. Ayrıca çiftlere evlilik

öncesinde bu konuda farkındalıklarını geliştirecek eğitimler düzenlemek temelleri sağlam atılmış bir aile inşası için önemlilik arz ettiği düşünülmektedir.

Bu konuda çalışma yürütmek isteyen araştırmacılara çalışmanın örneklemini kadın ve erkek evli çift olarak oluşturması önerilmektedir. Örneklemi evli çiftler üzerinden oluşturmak ve yürütmek zor olsa bile daha faydalı ve güvenilir sonuçlar vereceği düşünülmektedir.



KAYNAKLAR

Acar, A. (1998). *Ankara'da sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme genel kurumu genel müdürlüğüne bağlı sosyal hizmet kuruluşlarında çalışan üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumları* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi].

Akfırat, F. (1995). *Çalışan ve çalışmayan kadınlarla eşlerinin nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri ve evlilik doyumları* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi].

Aktaş, H. (2022). *Ergenlerde özdenetim becerilerinin akıllı telefon bağımlılığına etkilerinin incelenmesi çorlu örneği* [Yüksek Lisans Tezi, Kırklareli Üniversitesi].

Arshad, M., Mohsin, M. N., & Mahmood, K. (2014). Marital adjustment and life satisfaction among early and late marriages. *Journal of Education and Practice*, 5(17), 83-90.

Batık, M. V., & Kalkan, M. (2017). Evlilikte algılanan sorun çözme becerileri ve evlilik doyumu. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(5), 2630-2646.

Baumeister, R. F., & Alquist, J. L. (2009). Is there a downside to good self-control?. *Self and Identity*, 8(2-3), 115-130.

Bayraktaroğlu, H.T. ve Çakıcı, E. T. (2017). Psychometric properties of Revised form Dyadic Adjustment Scale in a sample from North Cyprus. *International Journal of Educational Science*, 19 (2,3), 113-119.

Burgess, E.W., Cottrell, L.S. (1988). *Predicting success or failure in marriage*. newyork: Thoemmes Press.

Blum, J. S., & Mehrabian, A. (1999). Personality and temperament correlates of marital satisfaction. *Journal of personality*, 67(1), 93-125.

Bouchard, G., Lussier, Y., & Sabourin, S. (1999). Personality and marital adjustment: Utility of the five-factor model of personality. *Journal of Marriage and the Family*, 651-660.

Burgess, E.W., Cottrell, L.S. (1998). *Predicting success or failure in marriage*. new york: Thommas Press.

Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Akademi Yayıncılık: Ankara.

Can, A. A., Öztürk, E. (2018). Müzik öğretmeni adaylarının öz-denetim düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 7(3), 2025-2038

Canel, AN (2007). *Ailede problemin ayrılması, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının test edilmesi* [Doktora tezi, Marmara Üniversitesi].

- Cate, R. M., & Lloyd, S. A. (1992). *Courtship*. Newbury Park, CA: Sage.
- Cox, S. P. (2000). *Leader character: A model of personality and moral development*. Doctoral dissertation, University of Tulsa.
- Coombs, R. H. (Ed.). (2004). *Family therapy review: Preparing for comprehensive and licensing examinations*. Routledge.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması*. [Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi].
- Demirel, D. (2017). *Psikosomatik bozukluklar ve öz-denetim arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi].
- Dokur, M., Profeta, Y. (2006) *Aile ve çift terapisi*. Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- Duyan, V., Güliden, Ç. ve Gelbal, S. (2012). Öz-Denetim Ölçeği Ödö: Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 23 (1).
- Çağ, P., & YILDIRIM, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(39).
- Çelik, M., & Tümkaya, S. (2012). Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 223-238.
- Cevahir E. (2020). *SPSS ile nicel veri analizi rehberi*. Kibele Yayınları.
- Dalan, U. (2020) *Evli bireylerde sosyal medya bağımlılığının evlilik uyumu ve evlilik doyumunu üzerindeki etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi].
- Demir, R., & Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Humanistic Perspective*, 2(2), 108-125.
- Duyan, V., Güliden, Ç. ve Gelbal, S. (2012). Öz-Denetim Ölçeği Ödö: Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 23 (1).
- Duckworth, A. L. (2011). The significance of self-control. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(7), 2639-2640.
- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. P. (2005). Self-discipline out-does iq in predicting academic performance of adolescents. *Psychological Science*, 16, 939-944.

- Duckworth, A. L., Gendler, T. S., & Gross, J. J. (2014). Self-Control In School-Age Children. *Educational Psychologist*, 49(3), 199-217.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., & Alpkın, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Ernest, W. B., & Wallin, P. (1953). Engagement and Marriages. *Chicago, Philadelphia and New York: JB Lippincott Company*, 8.
- Farhadi, RF (2018). *Türkiyeli ve iranlı evli bireylerde evlilik uyumu, denetim odağı ve problem çözme becerisinin incelenmesi* [Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi].
- Fincham, F. D., Bradbury, T. N. (1987) “The assessment of marital quality: a reevaluation” *Journal of Marriage and the Family*. 49, pg: 797-809.
- Fincham, F.D., Beach, S.R.H., Harold, G.T., Osborne, L.N. (1997) “Marital Satisfaction and Depression: Different Causal Relationships for Men and Women?” *Psychological Science*. 8 (5), SEP, pg: 351-357.
- Fişiloğlu, H., & Demir, A. (2000). Applicability of the dyadic adjustment scale for measurement of marital quality with turkish couples. *European Journal of Psychological Assessment*, 16(3), 214.
- Fitzpatrick, N. Y. (2001). Marital and personality. unpublished doctoral dissertation, *School of Psychology*.
- Gezici, Ç. (2022). *Öz denetim becerileri ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracı rolünün incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Gedik Üniversitesi].
- Güleç, V. (2023). *Bipolar bozuklukta çift uyumu, içselleştirilmiş damgalanma, psikolojik katılık ve oynusallık arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Tıpta Uzmanlık Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi].
- Gürsoy, F. Ç. (2004). *Kayı ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi].
- Güngör, A., (2017). Eğitimde Pozitif Psikolojiyi Anlamak. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(2):154-166
- Güngör, H.C., (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme*. (Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi)
- Hefferon, K. & Boniwell, I., (2014). *Pozitif psikoloji: Kuram, araştırma ve uygulamalar* (Çev. Ed. T. Doğan). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Hafner, R. J., & Spence, N. S. (1988). Marriage duration, marital adjustment and psychological symptoms: A cross-sectional study. *Journal Of Clinical Psychology*, 44(3), 309-316.

- Hicks M W. ve Platt M. (1970). Marital happiness and stability: A review of the research in the sixties. *Journal of Marriage and the Family*, 32(4), 553-574.
- Halford, W. K., Lizzio, A., Wilson, K. L., & Occhipinti, S. (2007). Does working at your marriage help? Couple relationship self-regulation and satisfaction in the first 4 years of marriage. *Journal Of Family Psychology*, 21(2), 185.
- James, L. R., & Johnson, A. (1987). Organizational conflict: Theories and models. *International Journal of Conflict Management*, 1(2), 183-198.
- Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M., & Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta-analysis. *Journal Of Marriage And Family*, 76(1), 105-129.
- Kabasakal, Z., & Soylu, Y. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 208-214.
- Karasar, N. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemi* (32. baskı). Nobel Yayıncılık.
- Karataş, M., & Duyan, V. (2020). Emniyet Genel Müdürlüğü Merkez Teşkilatı'nda çalışan polis teşkilatı mensuplarında öz denetim ve sosyal sorun çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 302-315.
- Karoly, P. (1993). Mechanisms of self-regulation: a view. *Annu Rev Psychol*, 44, 23-52.
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (Vol. 5, p. 359). Ankara, Turkey: Asil Yayın Dağıtım.
- Kelly, EL ve Conley, JJ (1987). Kişilik ve uyumluluk: evlilik istikrarı ve evlilik memnuniyetinin prospektif bir analizi. *Kişilik ve Sosyal Psikoloji Dergisi*, 52 (1), 27.
- Kendrick, H. M., & Drentea, P. (2016). Marital adjustment. *Encyclopedia of family studies*, 1-2.
- Kışlak, Ş. T., & Çavuşoğlu, P. Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 9(9), 61-68.
- Kışlak, Ş. T., & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 5(5).
- Kaba, İ., Erol, M., & Güç, K. (2018). Yetişkin yaşam doyumu ölçeğinin geliştirilmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 1-14.

- Kabakçı, Ö. F. (2016). Karakter güçleri ve erdemli oluş: güçlü yanlara-dayalı psikolojik danışma ve değerler eğitime yeni bir yaklaşım. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 25-40.
- Knapp, D. J., Norton, A. M., & Sandberg, J. G. (2015). Family-of-origin, relationship self-regulation, and attachment in marital relationships. *Contemporary Family Therapy*, 37, 130-141.
- Koç, Ö. (2021). *Çift ilişkilerinde mizaç ve karakter özellikleri ile ilişki inançlarının çift uyumuna etkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi].
- Kopp, C. B. (1982). Antecedents of self-regulation: a developmental perspective. *Developmental Psychology*, 18(2), 199-214.
- Kublay D. ve Oktan, V. (2015). Evlilik uyumu: değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 25-35.
- Kublay D. (2013). *Evlilik uyumu: değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi].
- Laub, J. H., ve Sampson, R. J. (1993). Turning points in the life course: why change matters to the study of crime. *Criminology*, 31(3), 301-325.
- Lindahl, K., Clements, M., & Markman, H. (1998). *The developmental course of marital dysfunction*. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp. 205-236). Cambridge University Press.
- Mazılı, S. (2019). *Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığının özdenetim açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi].
- Mehta, R. (2010). Exploring self-control: moving beyond depletion hypothesis. *advances in consumer research*, 37,174-178.[Electronic Journal] Erişim: [http://www.acrwebsite.org/volumes/15388/volumes/v37/NA-37] Erişim tarihi 01.07.2024
- Mert, A. (2014). *Sistemik aile yönelimli psiko-eğitim programının değerler, algılanan sosyal destek ve çift uyumuna etkisi* [Doktora tezi, Sakarya Üniversitesi].
- Murat, M.E. (2021). *Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve duygusal zekâ arasındaki ilişki* [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi].
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., et al. A. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the national Academy of Sciences*, 108(7), 2693-2698.
- Nelson, R. (1990). Parental Hostility, Conflict and communication in joint and sole custody families. *Journal of Divorce*, 13(2), 145-157.

- Nichols, W. (2005). *The first years of marital commitment*. In M. Harway (Ed.), *Handbook of couples therapy* (pp. 35-36). John Wiley & Sons.
- Nemechek, S. ve Olson, K. R. (1999). Five factor personality similarity and marital adjustment. *Social Behavior and Personality*, 27 (3), 309-318.
- Olson, D. H., & Fowers, B. J. (1993). Five types of marriage: an empirical typology based on enrich. *The Family Journal*, 1(3), 196-207.
- Orbuch, T. L., House, J. S., Mero, R. P., & Webster, P. S. (1996). Marital quality over the life course. *Social Psychology Quarterly*, 59(2), 162-171.
- Öztürk, G. (2017). *Evli bireylerin evlilik uyumu ve evlilik doyumu düzeylerinin aşk düzeyi açısından incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi].
- Özgenç, G. (2022). *Polislerde öz denetim, sosyal sorun çözme becerisi, psikolojik sağlamlık ve duyguları ifade etme arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi].
- Öztürk, C. Ş., & Arkar, H. (2014). Evli çiftlerde evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkiler. *Literatür ve Sempozyum*, 1(3), 16-24.
- Peterson, J. B. (1999). Maps of meaning: the architecture of belief precis. *Routledge*.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Vol. 1). Oxford university press.
- Robinson, L. C., & Blanton, P. W. (1993). Marital strengths in enduring marriages. *Family Relations*, 38-45.
- Rogers, S. J., & Amato, P. R. (1997). Is marital quality declining? the evidence from two generations. *Social Forces*, 75(3), 1089-1100.
- Seligman, M. E. (2002). *Positive psychology, positive prevention, and positive therapy*. *Handbook of positive psychology*, 2(2002), 3-12.
- Şahin, H.(2017). *Evli bireylerin otomatik düşünce kalıplarının evlilik uyumu üzerindeki etkisi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi].
- Sığircı, A. (2010). *Evli bireylerde bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançların evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi].

- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: new scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28.
- Spanier, G. B., & Cole, C. L. (1976). Toward clarification and investigation of marital adjustment. *International Journal of Sociology of the Family*, 121-146.
- Schumacher, J. A., & Leonard, K. E. (2005). Husbands' and wives' marital adjustment, verbal aggression, and physical aggression as longitudinal predictors of physical aggression in early marriage. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 28.
- Subaş, R. (2018). *Okul öncesi öğretmen adaylarının öz-denetimleri ve öğretmen özyeterlik inançları arasındaki ilişkinin bazı değişkenlerle incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi].
- Stack, S., & Eshleman, J.R. (1998), Marital status and happiness: A 17- Nation study. *Journal of Marriage and The Family*, 60 (2), 527-537.
- Sabatelli, R. M. (1988). Measurement issues in marital research: a review and critique of contemporary survey instruments. *Journal of Marriage and the Family*, 50 (4), 891-915.
- Şendil, G., & Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.
- Şener, A. (2002). *Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması* [Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Şener, A., & Terzioğlu, G. (2008). Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 13(13), 7-20.
- Şirin, T. (2019). Evli çiftlerin spiritüel iyi oluşları ile evlilik doyumları arasındaki ilişki. *Ekev Akademi Dergisi*, (77), 389-410.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F. ve Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 272-315
- Tümer, A.B. (1998) *Evli çiftlerde gözlenebilen çatışma odakları ve iletişim sorunları*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi].
- Türkeş, M.C. (2004). *Ergenlerde sapkın davranışların nedenleri olarak özdenetim ve aile içi denetim mekanizmalarının analizi* [Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi].
- Torun, C. (2005) *Relationship maintenance strategies and marital satisfaction among turkish couples*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi].

- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: evlilik yaşam ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 1-7.
- Tezer, E. (1994). Evlilik ve iş doyumu ilişkisi: ikili çatışmalar ve bazı demografik değişkenlerin rolü. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 2(5), 1-12.
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: a meta-analytic Review. *Journal of marriage and family*, 65(3), 574-583.
- Uzel, A. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisinde çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi].
- Uziel, L., & Baumeister, R. F. (2017). The self-control irony: desire for self-control limits exertion of self-control in demanding settings. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43(5), 693-705.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi* 3(1), 2146-9199
- Yener, D. (2020). Tüketici özgüveni ve harcama özdenetimi ilişkisinde hiperopinin rolü. *Business & Management Studies: An International Journal*, 8(5), 3911-3935.
- Yıldırım, İ. (1992). *Evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler* [Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 4(4).
- Zabelina, D. L., Robinson, M. D., & Anicha, C. L. (2007). The psychological tradeoffs of self-control: a multi-method investigation. *Personality and Individual Differences*, 43(3), 463-473.
- Wallace, L. H., & May, D. C. (2005). The impact of parental attachment and feelings of isolation on adolescent fear of crime at school. *Adolescence*, 40(159), 457.
- Wilson, K. L., Charker, J., Lizzio, A., Halford, K., & Kimlin, S. (2005). Assessing how much couples work at their relationship: the behavioral self-regulation for effective relationships scale. *Journal of family psychology*, 19(3), 385.
- Worthington Jr, E. L. (1990). Marriage counseling: a christian approach to counseling couples. *Counseling and Values*, 35(1), 3-15.

White, L. K., Booth, A., & Edwards, J. N. (1986). Children and marital happiness: why the negative correlation?. *Journal of Family Issues*, 7(2), 131-147.

Weissman, M. M., & Klerman, G. L. (1978). Epidemiology of mental disorders: emerging trends in the united states. *Archives of General Psychiatry*, 35(6), 705-712.



EKLER

Ek-1.Sosyo Demografik Bilgi Formu

Cinsiyetiniz: ☐ Kadın ☐ Erkek

Yaşınız (Lütfen yazınız):

Medeni Durumu: ☐ Evli ☐ Bekar

Eğitim Düzeyiniz:

☐ Okur yazar değil

☐ İlköğretim

☐ Lise

☐ Üniversite

☐ Yüksek Lisans

☐ Doktora/Doktora üstü

Aylık Gelir Düzeyiniz:

☐ 17.002 TL ve altı

☐ 17.003 TL – 25.000 TL

☐ 25.001 TL - 45.000 TL

☐ 45.001 TL - 65.000 TL

☐ 65.001 TL ve üstü

Kaç senelik evlisiniz(Lütfen yazınız):

-

Kaç çocuğunuz var:

☐ Hiç yok

☐ Tek çocuk

☐ İki çocuk

☐ Üç ve daha fazlası

Çocuklarınızın yaşları

(Lütfen hiç çocuğunuz yoksa "hiç yok" , birden fazla çocuğunuz varsa yaşlarının arasına virgöl koyarak yazınız):

-

Mesleğiniz(Lütfen yazınız):

-

Halen bir işte çalışıyor musunuz:

☐ Evet

☐ Hayır

Eşinizin eğitim düzeyi:

☐ Okur yazar değil

☐ İlköğretim

☐ Lise

☐ Üniversite

☐ Yüksek Lisans

☐ Doktora/Doktora üstü

Eşinizin mesleği (Lütfen yazınız):

-

Eşiniz halen çalışıyor mu:

☐ Evet

☐ Hayır

Eşinizle nasıl evlendiniz:

☐ Anlaşarak evlendik.

☐ Arkadaşlar tanıştırdı.

☐ Ailem tanıştırdı.

☐ Kaçarak evlendik.

☐ Diğer ise yazınız ().

Kaç yaşında evlendiniz (Lütfen yazınız):

Ek-2.Evlilik Doyum Ölçeği

Lütfen aşağıdaki maddeleri dikkatlice okuyunuz ve eşinizle olan ilişkinizi göz önüne alarak yanıtlayınız. Her bir durumun yanında, D () doğru ve Y () yanlış seçenekleri bulunmaktadır. Tüm maddeleri dikkatlice okuyarak, kendi evlilik yaşamınız açısından değerlendiriniz ve size en uygun seçeneği (X) ile işaretleyiniz. Eğer okuduğunuz maddenin evlilik ilişkiniz açısından doğru veya kısmen doğru olduğunu düşünüyorsanız D, yanlış veya çoğu zaman yanlış olduğunu düşünüyorsanız Y şıklarının yanındaki parantezlere X işareti koyunuz. Lütfen her bir madde için yalnızca bir seçeneği işaretleyiniz.

1. İlişkimiz bana mutluluk veriyor. D () Y ()	28. Eşime her konuda güvenirim. D () Y ()
2. Evlilik hayatım böyle olmamalıydı. D () Y ()	29. Eşim bana çok ters davranıyor. D () Y ()
3. İçimden eşime sevgi göstermek gelmiyor. D () Y ()	30. Cinsel birlikteliğimizde bazı sorunlar var. D () Y ()
4. Tartışmalarımızın çoğu moral bozukluğuyla sonuçlanır. D () Y ()	31. İlişkimizin geleceği, ileriye dönük ciddi bir plan yapamayacak kadar belirsiz. D () Y ()
5. Eşimin sürekli bir şeylerden şikayet etmesinden bıktım. D () Y ()	32. Eşim benimle kavga etmeye çok meraklı. D () Y ()
6. Eşimle konuşabileceğimiz fazla ortak konumuz yok. D () Y ()	33. Cinsel ilişkimizde bir sorun olduğunu düşünmüyorum. D () Y ()
7. Eşim bütçemizi çok iyi idare eder. D () Y ()	34. Bir gün eşimin ailesi yüzünden boşanabileceğimizi düşünüyorum. D () Y ()
8. Cinsel hayatımızla ilgili her türlü konuyu, eşimle rahatlıkla düşünüyorum.	35. Birbirimizi yeterince sevmediğimizi düşünüyorum.

konusabilirim. D () Y ()	D () Y ()
9. Bazen eşimin ailesinin davranışlarından dolayı mutsuzluk duyuyorum. D () Y ()	36. Eşimin beni aldattığından şüpheleniyorum. D () Y ()
10. Beraberliğimizden her zaman memnuniyet duydum. D () Y ()	37. Aramızdaki küçük anlaşmazlıklar, çoğu zaman büyük münakaşalara dönüşüyor. D () Y ()
11. Eşimin pek çok özelliğine hayranım. D () Y ()	38. Eşimin sinirlendiğinde kontrolünü yitirmesi beni korkutuyor. D () Y ()
12. Eşimle aramızdaki anlaşmazlıkları gidermenin bir yolunu bulamıyoruz. D () Y ()	39. Para konusunda eşime tamamen güvenirim. D () Y ()
13. Eşim beni sürekli eleştirir. D () Y ()	40. Eşimin çok çekici olduğunu düşünüyorum. D () Y ()
14. Eşim beni hiçbir zaman fiziksel olarak incitmemiştir. D () Y ()	41. Keşke eşim aileme biraz daha yakın davranabilseydi. D () Y ()
15. Şimdiki aklım olsa eşimle evlenmezdim. D () Y ()	42. Beraberliğimizde beni hayal kırıklığına uğratan şeyler var. D () Y ()
16. Eşimle birbirimize sık sık “seni seviyorum” deriz. D () Y ()	43. Tartışmalarımız çoğunlukla, birimizin incinmesi yada ağlamasıyla sonuçlanır. D () Y ()
17. Eşimle birbirimize sinirlenmeden tartışmayı başaramıyoruz. D () Y ()	44. Eşim öfkелendiğinde ondan korkuyorum. D () Y ()

18. Eşim her şeye sinirlenir. D () Y ()	45. Mutlu bir beraberliği olan çiftler, bizden daha iyi geçiniyor olmalılar. D () Y ()
19. Hayatımızda beraberce yapmaktan zevk aldığımız pek çok şey var. D () Y ()	46. Eşim çok fazla ailesinin etkisi altında kalıyor. D () Y ()
20. Arkadaşlarımla eşimle olduğundan daha çok eğleniyorum. D () Y ()	47. Bazen beraberliğimizin ayrılık veya boşanmayla bitebileceğini düşündüğüm oluyor. D () Y ()
21. Bazen eşimin ailesinden kaynaklanan küskünlük ve kırgınlıklarımız olur. D () Y ()	48. Eşimin ailesiyle olan ilişkimden memnunum. D () Y ()
22. Beraberliğimizin iyi yönleri, kötü yönlerinden daha fazla. D () Y ()	49. Bu beraberliğe başlamasaydım daha mutlu olabilirdim. D () Y ()
23. İlişkimizde beni üzen bir şey olduğunda, bunu eşime rahatlıkla söyleyebilirim. D () Y ()	50. Eğer eşimin ailesi, bize bu kadar karışmasaydı, daha mutlu bir beraberliğimiz olabilirdi. D () Y ()
24. Eşim ne kadar sinirlenirse sinirlensin, bana asla vurmaz. D () Y ()	51. İlişkimizde halledemediğimiz bazı ciddi problemler var. D () Y ()
25. Eşim sık sık onu anlamadığımdan yakınır. D () Y ()	52. Eşimden ayrılmayı istediğim zamanlar oldu. D () Y ()

26. Eşimin zekasına ve yeteneklerine her zaman güvenirim. D () Y ()	53. Bu ilişkide bazı önemli ihtiyaçlarımın karşılanmadığını düşünüyorum. D () Y ()
27. Eşim benim olaylara bakış açımı anlayamıyor. D () Y ()	54. İlişkimizde eşimin ailesinden dolayı mutsuzluk yaşanmaz. D () Y ()
55. Evin içinde iki yabancı gibiyiz. D () Y ()	74. Tatmin edici bir beraberliğimiz var. D () Y ()
56. Eşimle beraberken hiç canımız sıkılmaz. D () Y ()	75. Eşim hiçbir zaman kıymetimi bilmedi. D () Y ()
57. Eşıme her zaman isteyerek ve sevgi ile dokunuyorum. D () Y ()	76. Eşim kişiliğimin bazı yönlerini değiştirmemi istiyor. D () Y ()
58. Eşimin ailesinin bazı gelenek ve adetlerine uymakta zorlanıyorum. D () Y ()	77. Biz birbirimizin en iyi arkadaşıyız. D () Y ()
59. Eşimle her hangi bir konuda aynı fikirde olmadığımız zaman, bunu oturup tartışırız. D () Y ()	78. Hiçbir zaman eşimin ailesinden kaynaklanan bir sorun yaşamayız. D () Y ()
60. Eşim sinirlendiği zaman etraftaki eşyaları fırlatır veya yere atar. D () Y ()	79. Oldukça mutlu bir çift olduğumuza inanıyorum. D () Y ()
61. Eşim kazancımızdan fazlasını harcamaktan bir türlü vazgeçmiyor. D () Y ()	80. İlişkimizde yoğun bir aşk ve sevgi var. D () Y ()
62. Eşimin ailesiyle sürekli beraber olmamız beni rahatsız ediyor. D () Y ()	81. Eşim bana karşı çok acımasız. D () Y ()

63. Her gün eşimle beraber paylaşabileceğim bir şeylere zaman ayırıyorum. D () Y ()	82. Eşimle beraber boş zamanlarımızı çok güzel değerlendiririz. D () Y ()
64. Eşim cinsel birlikteliğimizden benim kadar zevk alır. D () Y ()	83. Eşimin kredi kartı borçları beni bıktırdı. D () Y ()
65. Eşim sinirliyken bana kaba kuvvet sergilemez. D () Y ()	84. Onsuz bir hayatı düşünemiyorum. D () Y ()
66. Eşim boş zamanlarını benimle paylaşmaktan mutluluk duyar. D () Y ()	85. Tartıştığımız zaman, eşim ortak bir noktada buluşmamıza yardımcı olur. D () Y ()
67. Eşim ailesiyle ilgili eleştirileri duymaya dayanamaz. D () Y ()	86. Huzurlu bir evlilik ortamının özlemi içerisindeyim. D () Y ()
68. Başarılı bir beraberliğimiz olduğuna inanıyorum. D () Y ()	87. Eşimin beni yeterince sevmediğini düşünüyorum. D () Y ()
69. Eşim hiçbir zaman beni, zarar vermek yada canımı yakmakla tehdit etmedi. D () Y ()	88. Eşimle beraber her şeyin üstesinden gelebileceğimize inanıyorum. D () Y ()
70. Eşimle beraber oyun ve eğlenceye bir hayli zaman ayırırız. D () Y ()	89. Eşim bana yeterince ilgi göstermiyor. D () Y ()
71. Eşimin vücudumda çürük veya darbe izleri bıraktığı oluyor. D () Y ()	90. Birbirimize yeterince yakın değiliz. D () Y ()
72. Eşim beni içinden gelerek sarılıp öpmez. D () Y ()	91. Bazen aramızdaki anlaşmazlığın günlerce sürdüğü oluyor. D () Y ()

73. Biz birbirimiz için yaratılmışız. D () Y ()	92. Bazen kendimi çok yalnız hissediyorum. D () Y ()
---	--

Bu Bölümdeki Sorular Sadece Çocuk Sahibi Çiftlere Aittir

93. Çocuklarımızı yetiştirmek konusunda eşimle mükemmel bir uyum içerisindeyiz. D () Y ()	98. Çocuklarımızı yetiştirme konusunda eşimle eşit sorumluluğa sahibiz. D () Y ()
94. Eşim mükemmel bir anne / baba dır. D () Y ()	99. Eşim çocuklara yeterince ilgi göstermez. D () Y ()
95. Eşim çocuklarla yeterince zaman geçirmez. D () Y ()	100. Çocuklarla ilgili kuralları, eşimle beraber koyarız. D () Y ()
96. Çocuklarımıza vereceğimiz terbiye konusunda çoğu zaman hem fikiriz. D () Y ()	101. Eşimle çocuklarla ilgili konularda anlaşmazlık yaşamayız. D () Y ()
97. Eşim çocukların bakımını üstlenmeyi daha çok benden bekler. D () Y ()	

Ek-3. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği

Aşağıdaki konularda eşinizle anlaşp anlaşımadığınızı ilgili kutucuğa (X) işareti koyarak belirtiniz.

		Hiçbir zaman anlaşamayız	Nadiren anlaşırız	Bazen anlaşırız	Oldukça sık anlaşırız	Çoğu zaman anlaşırız
1	Dini konular					
2	Muhabbet-sevgi gösterme					
3	Temel kararların alınması					
4	Cinsel yaşam					
5	Geleneksellik					
6	Mesleki kararlar					

Aşağıda eşinizle ve evliliğinizle ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuyup size ne derece uygun olduğunu ilgili kutucuğa (X) işareti koyarak belirtiniz.

		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Oldukça sık	Çoğu zaman
7	İlişkinizi bitirmeyi ne sıklıkta tartışsınız?					
8	Eşinizle ne sıklıkla münakaşa edersiniz?					
9	Evlendiğiniz için pişmanlık duyar mısınız?					
10	Ne sıklıkla birbirinizin sinirlenmesine neden olursunuz?					
11	Siz ve eşiniz ev dışı etkinliklerinizin ne kadarına birlikte katılırsınız?					
12	Ne sıklıkla tartışık edici fikir alışverişinde					
13	Ne sıklıkla bir iş üzerinde birlikte çalışırsınız?					
14	Ne sıklıkla bir şeyi sakince tartışsınız?					

Ek-4. Özdenetim Ölçeği

Aşağıda belirtilen ifadelerin yanında yer alan sütuna, belirtilen ifadelerin size uyma derecesini belirten rakamı yazınız.

Bana tamamen uyuyor +3, Bana çoğunlukla uyuyor +2, Bana biraz uyuyor +1

Bana biraz uymuyor -1, Bana çoğunlukla uymuyor -2, Bana tamamen uymuyor -3

	Sıkıcı bir iş yaptığımda, işin daha az sıkıcı olan yanlarını ve işi bitirdiğimde elde edeceğim ödülü düşünürüm.
	Beni endişelendiren bir şey yapmak zorunda olduğumda, işi yaparken endişemin nasıl üstesinden geleceğimi gözümde canlandırmaya çalışırım.
	Düşünme şeklimi değiştirerek, çoğu zaman neredeyse her şeye ilişkin duygularımı da değiştirebilirim.
	Dışarıdan yardım almaksızın, sinirlilik, öfke ve gerginliğimin üstesinden gelebilmem çoğu zaman zordur.
	Moralim bozuk olduğunda güzel şeyler düşünmeye çalışırım.
	Yaptığım hataları düşünmekten kendimi alamam.
	Zor bir problemle karşılaştığımda, onu sistematik bir şekilde ele almaya çalışırım.
	Biri bana baskı yaptığında, yapmam gereken şeyi genellikle daha kısa sürede yaparım.
	Zor bir karar vermem gerektiğinde tüm verilere sahip olsam dahi karar vermeyi ertelemeyi tercih ederim.
	Okuduğum şeye odaklanmakta zorluk yaşadığımda, konsantrasyonumu artırmanın yollarını ararım.
	Çalışmayı planladığımda, işimle ilgisi olmayan her şeyi ortadan kaldırırım.
	Kötü bir alışkanlıktan kurtulamaya çalışırken, öncelikle bu alışkanlığa sahip olma nedenlerimi bulmaya çalışırım.
	Tatsız bir düşünce canımı sıktığında, güzel şeyler düşünmeye çalışırım.
	Günde iki paket sigara içiyor olsaydım, sigarayı bırakmak için dışarıdan yardım almaya ihtiyaç duyardım.
	Moralim bozuk olduğunda ruh halimin değişmesi için neşeli davranmaya çalışırım.
	Yanımda sakinleştirici olsa gergin ve sinirli olduğumda bir tane alırdım.
	Moralim bozuk olduğunda sevdiğim şeylerle meşgul olmaya çalışırım.
	Hoşlanmadığım işleri hemen yapabilecek durumda olsam bile onları erteleme eğilimindeyimdir.

	Bazı kötü alışkanlıklarımdan kurtulmak için dışarıdan yardım almaya ihtiyaç duyarım.
	Kendimi işe veremediğimde ve işi yapmakta zorlandığımda, kendimi işe vermenin yollarını ararım.
	Kendimi kötü hissetmeme sebep olsa bile olası tüm felaketleri düşünmekten kendimi alamam.
	Sevdiğim şeyleri yapmaya başlamadan önce yapmak zorunda olduğum işi bitirmeyi tercih ederim.
	Bir yerim ağrıdığında onu düşünmemeye çalışırım.
	Kötü bir alışkanlığımın üstesinden gelmeyi başardığımda kendime olan saygım artar.
	Başarısızlığa eşlik eden kötü duygulardan kurtulmak için çoğu zaman kendime bunun feci bir şey olmadığını ve bir şeyler yapabileceğimi söylerim.
	Düşünmeden hareket ettiğimi hissettiğimde kendime durmamı ve onunla ilgili bir şey yapmadan önce düşünmemi söylerim.
	Birine aşırı derecede sinirlendiğimde bile yapacaklarımı dikkatlice düşünürüm.
	Karar vermem gerektiğinde, çabuk ve içimden geldiği gibi karar vermek yerine genellikle farklı seçenekler ararım.
	Genellikle yapmam gereken daha acil şeyler olduğunda bile önce yapmayı sevdiğim şeyi yaparım.
	Önemli bir toplantıya geç kalmamın kaçınılmaz olduğunu fark ettiğimde, kendime sakin olmamı söylerim.
	Bir yerim ağrıdığında, düşüncelerimi başka yöne çevirmeye çalışırım.
	Yapmam gereken birkaç şey olduğunda genellikle işlerimi planlarım.
	Param azaldığında ilerde daha dikkatli bütçe yapmak için tüm harcamalarımı kaydetmeye karar veririm.
	Bir işe konsantre olmakta zorluk yaşarsam onu küçük parçalara bölerim.
	Çoğu zaman beni rahatsız eden tatsız düşüncelerin üstesinden gelemem.
	Acıktığımda ve yemek yeme fırsatım olmadığında, düşüncelerimi midemden başka bir yere yönlendirmeye ya da tok olduğumu hayal etmeye çalışırım.