

T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ (SOSYAL PSİKOLOJİ)
ANABİLİM DALI

**İKİLİ İLİŞKİLERDE BAĞIŞLAMA:
İLİŞKİ KALİTESİ VE YÜKLEMELERİN ROLÜ**

Doktora Tezi

Ebru TAYSI

Ankara-2007

**T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ (SOSYAL PSİKOLOJİ)
ANABİLİM DALI**

**İKİLİ İLİŞKİLERDE BAĞIŞLAMA:
İLİŞKİ KALİTESİ VE YÜKLEMELERİN ROLÜ**

Doktora Tezi

Ebru TAYSI

Tez Danışmanı
Prof.Dr.Selim HOVARDAOĞLU

Ankara-2007

T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ (SOSYAL PSİKOLOJİ)
ANABİLİM DALI

İKİLİ İLİŞKİLERDE BAĞIŞLAMA: İLİŞKİ KALİTESİ VE YÜKLEMELERİN ROLÜ

Doktora Tezi

Tez Danışmanı : Prof. Dr. Selim HOVARDAOĞLU

Tez Jürisi Üyeleri

Adı ve Soyadı

İmzası

.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Tez Sınavı Tarihi

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**

Bu belge ile, bu tezdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu beyan ederim. Bu kural ve ilkelerin gereği olarak, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçları andığımı ve kaynağını gösterdiğimi ayrıca beyan ederim.(...../...../200...)

Tezi Hazırlayan Öğrencinin
Adı ve Soyadı

.....

İmzası

.....

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın ortaya çıkmasında emeği geçen çok isim var. İlk olarak, çok değerli hocam Prof. Dr. Selim Hovardaoğlu'na bana bu çalışmanın hayat bulmasında ve devam etmesinde rehberlik ettiği için derin şükranlarımı sunuyorum. Ayrıca, Prof. Dr. Ali Dönmez'e, Prof. Dr. Nuray Uğurlu-Sakallı'ya, Doç.Dr. Şennur Tutarel-Kışlak'a ve Doç.Dr. Zehra Dökmen'e bu tezi okuma sabrı gösterdikleri ve yol almamda sonsuz destek verdikleri için teşekkür ediyorum.

Ancak bu tezin gerçek cefasını çeken benim karşılıksız sevenim sevgili annem Mükerrerem Taysi'ye ve bana hep inanan, beni destekleyen ve güvenen sevgili ablalarım Ülkü ve Ülker Taysi'ye dünyada var oldukları için teşekkür ediyorum. Uzun yıllardır birbirimizi göremediğimiz ama hep benimle olduğuna inandığım ve bana inandığını hissettiğim sevgili babama beni duyamasa da gönlümde ki desteği için teşekkür ediyorum.

Doktora eğitimim sırasında tanıdığım ve iyi ki tanıdım dediğim, ender bulunan samimiyeti, kültürü ve hayata bakışıyla sevgili dostum Ferzan

Curun'a hep yanımda olduğu ve gerçek beni görebildiği ve gerçek kendini gösterdiği için teŗekkr ediyorum.

Ayrıca, bu alıŗmaya katılan bütün katılımcılara ve bu katılımcılara ulaŗmam da yardım eden sevgili dostlarım Fulya Alpan ve Bahar ztrk'e ve sevgili ğretmen arkadaşlarıma çok teŗekkr ediyorum. Hayatın bana kattığı ismini sayamadığım bir çok güzel insan var. Yoluma çıktığınız için hepinize teŗekkr ediyorum.

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	v
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar.....	xi
BÖLÜM I GİRİŞ	1
I.1.Bağışlama Kavramının Tarihçesi.....	3
I.2. Bağışlamayı Kavramsallaştırmak.....	12
I.3. Bağışlamayı Açıklayan Modeller.....	19
I.3.1.Psikodinamik Yaklaşım.....	19
I.3.2.Bağışlamanın Süreç Modelleri.....	22
I.3.3. Bağışlamanın Sosyal Psikolojik Belirleyicileri Modeli.....	31
I.3.4. Hargrave'ın Bağışlama Modeli.....	32
I.3.5.Aile İlişkileri İçinde Empati, Alçakgönüllülük ve Bağışlamanın İfadelendirilmesi Modeli.....	34
I.4. Kendini Bağışlama Kavramı.....	36
I.5. Bağışlamanın Gelişimi.....	40
I.6. Bağışlamada Psikopatoloji ve Kişilik Özellikleri.....	45
I.7. Bağışlamayı Kolaylaştıran Faktörler.....	50
I.7.1. Özür.....	50
I.7.2. Empati.....	52
I.7.3. Bağlanma.....	54
I.7.4. Zararın Şiddeti.....	57
I.8. Evlilikte Bağışlama.....	60

I.8.1. Bağışlama ve İlişki Uyumu.....	62
I.8.2. Bağışlama ve Yükleme.....	66
I.9. Türkiye’de Bağışlama, Yükleme ve İlişki Uyumu ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....	73
I.10. Araştırmanın Amacı.....	75
BÖLÜM II YÖNTEM	77
II.1.Katılımcılar.....	77
II.2. Veri Toplama Araçları.....	79
II.2.1.Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)	79
II.2.2. İlişkilerde Yükleme Ölçeği (İYÖ).....	81
II.2.3. Suça ilişkin Kişilerarası Motivasyonlar Ölçeği (SKMÖ)..	82
II.2.3.1. SKMÖ’nün Uyarlama Çalışmasına Katılan Örneklem.....	84
II.2.3.2. SKMÖ’nün Geçerlik Çalışması.....	84
II.2.3.3. SKMÖ’nün Güvenirlik Çalışması.....	85
II.2.3.4. SKMÖ ile ilgili Çalışmadan elde edilen Bulgular...	86
II.2.4. Demografik Bilgi Formu.....	87
II.3. İşlem.....	87
BÖLÜM III BULGULAR.....	88
III.1.Karşılıklı Bağımlılık İçeren Koşullar için Önerilen Korelasyon Analizleri.....	89
III.2.Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Sonuçlar.....	91

III.3.SKMÖ, EUÖ, İYÖ, Tek Maddeli İncinme Derecesi ve Tek Maddeli Bağışlama Değişkenlerinin Korelasyonu.....	93
III.4.Çiftler, Evli Kadınlar ve Evli Erkekler için Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları.....	96
III.4.1.Kaçınma, İntikam ve İlişkiyi Sonlandırma Puanlarının Yordanması.....	97
III.4.2.SKMÖ Toplam Puanları için Yapılan Regresyon Analizi.....	102
III.4.3.Tek-Maddeli Bağışlama Puanlarının Yordanması.....	104

BÖLÜM IV TARTIŞMA 106

IV.1. Karşılıklı Bağımlılık İçeren Koşullar için Önerilen Korelasyon Analizlerine İlişkin Sonuçların Tartışılması.....	108
IV.2. Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Sonuçların Tartışılması.....	109
IV.3. SKMÖ, EUÖ, İYÖ, Tek Maddeli İncinme Derecesi ve Tek Maddeli Bağışlama Değişkenlerinin Korelasyonu	111
IV.4. Bağışlamayı, İlişki Uyumunu ve Yüklemelerin Yordayacağına İlişkin Bulgular.....	112
IV.4.1.Evli Kadın ve Erkeklerde, Sorumluluk Yüklemelerinin Nedensellik Yüklemelerine Göre Bağışlamayı Daha Fazla Yordayacağına İlişkin Bulgular.....	116
IV.4.2.Evli Kadın ve Erkeklerde, Yüklemelerin Bağışlamayı İlişki Uyumuna göre Daha iyi Yordayacağına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	119

IV.5.Zararın Algılanan Şiddeti Arttıkça Bağışlamanın Azalacağına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	121
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	123
KAYNAKLAR.....	127
ÖZET.....	152
ABSTRACT	154
EKLER.....	156
EK 1 Evlilikte Uyum Ölçeği.....	156
EK 2 İlişkilerde Yükleme Ölçeği.....	158
EK 3 Suça İlişkin Kişilerarası Motivasyon Ölçeği.....	163
EK 4 Kişisel Bilgi Formu.....	164

TABLÖLAR

Tablo I.1. Bağışlama Süreç Müdahalesindeki Psikolojik Değişkenler.....	27
Tablo II.1.Evli Kadın ve Erkek Katılımcıların Detaylı Demografik Bilgileri.....	78
Tablo III.1. Eşlerin Kısmi Korelasyon Katsayıları (r) ve Z Değerleri.....	90
Tablo III.2. Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Ortalamalar ve t Değerleri.....	92
Tablo III.3. SKMÖ, EUÖ, İYÖ, Tek Maddeli İncinme Derecesi ve Tek Maddeli Bağışlama Değişkenlerinin Birbirleriyle Korelasyonu.....	95
Tablo III.4.SKMÖ alt Ölçeklerinin Yordanması için Yapılan Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları.....	98
Tablo III.5. SKMÖ Toplam Puanlarının Yordanması için Yapılan Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları	103
Tablo III.6. Tek Maddeli Bağışlama Puanlarının Yordanması İçin Yapılan Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları.....	104

BÖLÜM I

*sevgide güneş gibi ol,
dostluk ve kardeşlikte akarsu gibi ol,
hataları örtmede gece gibi ol,
tevazuda toprak gibi ol,
öfkede ölü gibi ol*

Mevlana

İnsan yaşamında önemli yer tutan yakın ilişkiler, sosyal psikolojideki pek çok kuram ve araştırmaya konu olmuştur. Kişilerarası etkileşimin bir bölümü kabul edilen yakın ilişkiler, bireylere sağladığı doyum, mutluluk gibi olumlu duyguların yanı sıra, incinme, kırılma, gücenme gibi olumsuz duygulara da yol açabilmektedir. Genel bir eğilim olarak bakıldığında, iki birey arasındaki yakınlaşma arttıkça, bireyler, birbirleri için daha önemli hale gelmekte ve bu durum onların birbirlerine yönelik savunmalarını da azaltmaktadır. Dolayısıyla, yakınlaşma arttıkça, birbirlerinin davranışlarına bağlı olarak bireylerin incinebilirliği de artmaktadır.

İncinme sonucu ortaya çıkabilecek ortak duygular gücenme, öfke, kızgınlık, intikam ve benzeri duygular olabilir. İncinmeye rağmen birçok kişi ilişkiye bir şekilde devam etmektedir. İlişkinin devamını sağlama ya da kolaylaştırma ve incinme sonucunda ortaya çıkabilecek bu tür olumsuz duygularla baş edebilme yollarından biri bağışlamadır.

Bağışlama, çok boyutlu psikolojik bir yapı olarak birçok düzey içerisinde tanımlanmıştır. Bağışlama düzeyleri, kişisel bağışlama (kendini bağışlama), kişilerarası bağışlama (diğerini bağışlama), ortak (communal) bağışlama (bir toplulukta etnik grupların birbirini bağışlaması), ulus içindeki toplulukları bağışlama (bir ÷lkede farklı toplulukların birbirini bağışlaması) ve uluslararası bağışlama (farklı ulusların birbirini bağışlaması) olarak verilmektedir (Hepp-Dax,1996). Bu çalışmada kişilerarası bağışlama üzerinde durulacaktır.

Bu araştırmanın amacı, belirli bir incinme olayında, ilişkide yapılan yüklemelerin ve literatürde ilişki kalitesiyle eşanlamlı olarak da kullanılan ilişki uyumunun evli kadınların ve evli erkeklerin bağışlamalarını yordayıp yordamadığını incelemektir. Bu nedenle sonraki bölümlerde, kişilerarası bağışlamanın tanımı ve önemi psikoloji literatürü incelenerek verilmeye çalışılmıştır. İlk olarak, bağışlamanın felsefe ve teolojideki açıklamalarına yer verilmiştir. Daha sonra, bağışlamanın psikoloji literatüründeki tanımlamaları, farklı kuramların bağışlamaya getirdikleri yorumlar, kişilerarası bağışlamanın anlaşılmasında önemli gör÷len kendini bağışlama kavramı, bağışlamanın psikik gelişimi, bağışlamada gör÷lebilen psikopatoloji ve bağışlama sürecini kısaltan veya kolaylaştırdığı düşün÷len faktörler ayrı ayrı ele alınmıştır. Son olarak, evlilikle ilgili yapılan çalışmalarda sıklıkla incelenmiş olan yüklemelerin ve ilişki uyumunun, evlilikteki bağışlamayla ilişkisine

değınilecektir. Bu çalışmadan elde edilecek bulguların kişilerarası bağışlamayı anlamada önemli katkı sağılayacağı düşünülmektedir.

I.1.Bağışlama Kavramının Tarihçesi

Suçu bağışlama kavramı oldukça eski zamanlara dayanır. Bağışlamanın karşıtı olan intikam ise, kişiye verilmiş bir zarar sonrası durumu eşitlemek için kullanılan ilkel bir tepki olarak görülmektedir. İlkel topluluklardan, büyük dinlerin ve modern hukuk sisteminin ortaya çıkışına kadar, intikam zararla baş etmede genel kabul gören bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır. Yüzyıllar boyunca toplumların bağışlamaya karşı tarihsel bakışı yazın sanatına da yansı mıştır. İlk edebiyat örneklerinde, bağışlamanın intikamdan daha az vurgulandığı görülmektedir. Örneğın, Yunan mitolojisinde, intikam olayları bağışlamadan daha fazla anlatılmaktadır ancak, zamanla toplumlar bağışlamaya intikamdan daha fazla değer vermeye başlamışlardır. Dostoyevski, Twain, Dickens gibi ünlü yazarlar bağışlamayı yüceltmiş ve intikamın ne kadar maliyetli olduğunu göstermeye çalışmışlardır (Droll, 1984).

Ayrıca bağışlama kavramı yüzyıllardır büyük dinlerin de konusu olduğundan, yakın bir zamana kadar sadece felsefi ve teolojik olarak yorumlanmıştır. Bu nedenle bağışlama kavramı psikoloji literatürüne son onlu yıllarda girmiş ve geniş bir araştırma alanı oluşturmuştur (Finkel, Rusbult, Kumashiro, & Hannon, 2002; McCullough, 2000; McCullough ve ark., 1998).

Hope (1987), bağışlama kavramının psikoloji literatürüne uzun yıllardır girmeme nedeninin, bağışlama kavramının teolojik bir kavram olarak görülmesinden kaynaklandığını öne sürmektedir. Bununla beraber, bağışlamada dini bakış açıları psikolojiye bazı faydalar sağlamıştır. Bunlardan ilki, dinin, bağışlamadaki psikolojik süreçleri nasıl etkilediğini anlamamıza yardımcı olmaktadır. İkincisi, bu incelemenin bağışlamayı daha detaylı kavramsallaştırmaya izin vermesine ve üçüncü olarak da bağışlamadaki farklı dini bakış açılarını bilmenin, terapide danışanların bağlı bulundukları dini görüşlerin bağışlamaya nasıl baktığını daha iyi anlamalarına yardımcı olmaktadır (Rye, Pargament, Ali, Beck, Dorff, Hallisey ve ark., 2000). Aşk kavramı gibi bağışlama kavramı da psikolojinin ilgi alanına girdiği andan itibaren pek çok görüş ve araştırmaya da konu olmuştur.

Bağışlama kavramı temelde, dinlerin ve felsefenin ilgi alanına girmektedir. Bağışlama, iki açıdan incelenmesi gereken bir kavramdır. Bunlardan biri, eylemlerinden dolayı kişinin kendisinin bağışlanmasıdır. Bu tür bağışlama, çoğunlukla dinlerin ilgi alanına girmekte ve bir insanın ilahi bir varlık tarafından hangi koşullarda, niçin ve nasıl bağışlanacağını irdelemektedir. Diğer yandan, daha çok felsefe ve psikolojinin ilgi alanına giren bağışlama ise bir bireyin kendisini incitmiş başka bir bireyi bağışlaması anlamına gelmektedir. Bu yönüyle bağışlama, felsefede, ahlakla bağlantılı olarak ele alınmaktadır (Enright & Fitzgibbons, 2000). Basit anlamıyla ahlak, iyi, doğru ve güzeli aramak, buna uygun olarak davranmak biçiminde tanımlandığından, bağışlama, ahlaklı ya da erdemli olmanın bir göstergesi

olarak kabul edilmektedir. Bağışlama, incinme durumunda bireyin seçeneklerinden biri olduğu için bir tercih sayılmakta ve bu nedenle, erdemli olmanın gereklerinden biri olarak kabul edilmektedir.

Felsefe literatüründe her ne kadar bağışlama ile ilgili oldukça fazla görüş varsa da bu konuyla ilgili bir kuram henüz geliştirilmemiştir. Literatürde yer alan bir çok görüş, bağışlamanın ortaya çıkması için gereken olumlu davranış değişiminin suçlu kişiye yönelik olumsuz hisleri azalttığını vurgulamaktadır (Downie,1965; Richards,1988). Farklı olarak Neblett (1974), davranış değişimi olmaksızın, bağışlamanın sözel olarak ifadesinin bile bağışlamayı ortaya çıkaracağını belirtmektedir. Neblett'e (1974) göre olumsuz duyguların azalması önemlidir fakat bu önem bağışlamanın sözel ifadesini takip etmesinden kaynaklanmaktadır. Bağışlama ile ilgili en kapsamlı açıklamayı yapan North (1987) bağışlamanın, kızgınlık duygularının üstesinden gelmek ve ahlaki açıdan hiçbir hakkı olmasa da inciten kişiye sevgi ile yaklaşmak olduğunu belirtmiştir. Downie de (1965), sevgi üzerinde durmuş ve bağışlamanın ilişki onarıcı yönünden bahsetmiştir. Felsefe tartışmalarında bağışlama genel olarak yakın ilişki içinde ele alınmıştır ancak, Richards'a (1988) göre verilen zararların çoğu yabancı kişilerden kaynaklandığından bağışlama tüm sorunların çözümü ve ilişkilerin onarımı için bir alternatif değildir. Söz konusu görüşler doğrultusunda, felsefe literatüründe bağışlamanın genel kabul görmüş bir tanımının olmadığı anlaşılmakta ve bağışlamanın suçlu kişiye karşı olumsuz duyguları azalttığı ve ilişki onarıcı olduğu kabul edilmektedir.

Sonuç olarak bağışlama bir ahlaki erdem olarak karşımıza çıkmaktadır. Bir erdem olarak görülmesi bağışlamanın bir görev veya zorunluluk olduğu fikrini uyandırmamalıdır. Bağışlama bir görev olmanın aksine gönüllü (supererogatory) bir tercihtir. Kişinin bağışlama zorunluluğu yoktur. Bağışlamazsa suçlanmaz, bağışlarsa övülür (Enright & the Human Development Study Group, 1994). Bağışlama bu nedenle, felsefi modellerde bağışlayandan bağışlanana doğru, tek yönlü olarak düşünülür. Bağışlayan ve bağışlanan açısından faydası ilk olarak göz önüne alınmaz, bağışlamanın önemi onun ahlaki bir erdem olup olmamasından kaynaklanır (Scobie & Scobie, 1998).

Bağışlama kavramı felsefi tartışmalarda hemen her zaman olumlu görülen bir kavram olmamış ve bu sebeple bazı eleştiriler almıştır. Örneğin, Nietzsche bağışlamayı bir zayıflık ifadesi olarak görmekte ve sadece kendi haklarını adil bir çözüme ulaştırmada yetersiz olan zayıf kişiler için olduğunu iddia etmektedir (Nietzsche, 1887/2004). Murphy ve Hampton (1988), bu görüşün şöyle açıklanabileceğini vurgulamaktadırlar: Bağışlamaya gerek yoktur çünkü gerçekten güçlü bir kişi öfke duymaz, kişi diğer insanların kendi benlik saygısı üzerinde bir etki yaratmada önemli olduklarını düşünecek kadar zayıf değildir. Dolayısıyla, bağışlama, zayıf insanların tercih edeceği yanlış bir eylemdir.

Nietzsche'nin bağışlayan zayıf insanı, bütün tek tanrılı dinlerde bağışlayan güçlü insan olarak görülmüştür. Daha önce belirtildiği gibi felsefi

temelde bağışlama gönüllülüğe (supererogatory) dayanır. Ancak bazı dinler bağışlamanın bir görev veya zorunluluk olduğunu belirtirler. Yahudilikte bağışlamak bir zorunluluktur çünkü insanoğlu Tanrı'nın bir yansımasıdır ve Tanrı bağışlamayı emreder (Rye ve ark., 2000). Özellikle suçlu kişi pişmanlık belirttiğinde ve bağışlanmak istediğinde bağışlama zorunludur (Enright & Fitzgibbons, 2000). Yahudilikte, öldürme gibi belirli suçların, bağışlanması ahlaki olarak uygun bulunmaz (Exline, Baumeister, Bushman, Campbell, & Finkel, 2004). İlk Yahudi inançlarında bağışlama Tanrı'nın özelliklerinin merkezinde yer alır ve Tanrı'nın bağışlaması için tövbe etmek gerekmektedir (McCullough & Worthington, 1999). Yahudilikte, bağışlama için uzlaşma gerekli değildir (Rye ve ark., 2000).

Hristiyanlıkta yer alan bağışlamayla ilgili görüşlerin çoğu Yahudilikten alınmıştır. Tanrı tarafından bağışlanmak diğerlerini bağışlamayı gerektirmektedir, çünkü Yahudilikte olduğu gibi bağışlamak ahlaki bir görev olarak görülmektedir. Tanrı'nın bağışlaması İsa aracılığıyla olmaktadır. İlahi bağışlama isteyen kişilerin geçmeleri gereken en önemli basamak öncelikle tövbe etmektir. Vaftizle elde edilen İlahi güç tarafından bağışlanmış olma mertebesi hayat boyu günah işlememeyi gerektirmektedir. Bununla birlikte, bağışlama suçlunun pişmanlığını gerektirmez. Bağışlama için hiçbir önkoşul olmadığı için uzlaşmaya da gerek yoktur (Rye ve ark., 2000).

İslamiyette, Allah'ın bağışlaması koşula bağlıdır. Diğer dinlerde olduğu gibi İlahi bağışlama için tövbe etmek gerekmektedir. Sosyal ilişkilerde ise

suçlu kişiyi bağışlamak için suçlu kişinin pişman olması gerekmemektedir. Kuran'da insanların günah işleme eğilimlerine karşılık Allah'ın sınırsız bağışlaması vurgulanmaktadır. Fakat Allah'ın hiçbir zaman bağışlayamayacağı durumlar da vardır. Bunlar Allah'a şirk koşmak, O'na ve peygamberine inanmamaktır (Nisa Suresi, 48,116,137,168; Muhammed Suresi, 34; Münafikun Suresi, 3-6;Tevbe Suresi, 80). Kuran'da 'kötülüğün karşılığı ona eşit bir kötülüktür fakat kim bağışlar ve barışı sağlarsa mükafatı Allah'a aittir. Şüphe yok ki Allah zalimleri asla sevmez' denilmektedir (Şur Suresi). İslamiyette çekilen acının karşılığının verilmesi uygunsa da esas vurgu bağışlama üstünedir. İslamiyet, inananlarını bağışlamaya zorlamamaktadır çünkü bu sadece onların isteksizce bağışlamalarına neden olabilir (Mokhtar, 2000). İslam inancı, kişilerarası bağışlamaya, ilişkileri onardığı ve toplumsal barışı sağladığı için oldukça önem vermektedir.

Görüldüğü gibi ilahi dinlerin, bağışlama üzerine benzer ve farklı bakış açıları mevcuttur. Hristiyanlık ve Yahudilikte bağışlama merkezi bir rol oynamaktadır. İslamiyette ise Allah tarafından bağışlanmak önemli olmakla beraber kişilerarası bağışlama da oldukça önemlidir. İslamiyette bağışlama dini bir görevden çok kişinin yetkisi içindedir. Hristiyanlık ve İslamiyet, bağışlama için suçlunun pişmanlığını ifade etmesini gerekli görmezken, Yahudilik, bağışlanması gereken durumları açıkça belirtir. Ayrıca, Yahudilik ve İslamiyet, bağışlama için uzlaşmayı gerekli görmezken, Hristiyanlık, farklı olarak, bağışlama için uzlaşmanın olması gerektiğini vurgulamaktadır.

Tektanrılı dinlerde bağışlama kavramı özellikle Hristiyan sözcük dağarcığında, haklı çıkarma, telafi etme (redemption), özür dileme (atonement) ve uzlaşmanın merkezindedir (Marty, 1998). Bağışlamanın gerçek anlamını bu kavramlarla açıklamak doğru mudur? Son yıllarda, psikologlar, bağışlama kavramının ortak bir tanımında buluşamamaları da, felsefi ve teolojik alanda kullanılan bazı kavramların bu kavramla karışmış olduğu konusunda ortak görüşler mevcuttur.

Bağışlama kavramının ne olduğundan önce ne olmadığının anlaşılması açısından belirtilmesi önemlidir. Bu nedenle öncelikle bağışlama kavramı ile karışan kavramlar açıklanmaya çalışılmıştır. Bağışlama kavramı ile karışan kavramlardan biri *mazur görmektir* (excuse). Mazur görmeyle ifade edilmek istenen yapılan suçun ahlaki açıdan yanlış sayılmasına rağmen ilgili bazı faktörler nedeniyle, kişinin ortaya koyduğu yanlış eylemden sorumlu ve suçlu tutulamayacağıdır (Murphy & Hampton, 1988). Masayı hazırlamayı öğrenen bir çocuğun tabağı yere düşürmesi bu duruma örnek olabilir. Bağışlama sürecinde göz önüne alınan en önemli durum kişinin niyetidir. Mazur görmede, niyete atıf yapılmadığı için bağışlamadan farklıdır.

Bağışlama kavramı ile karışan diğer bir kavram *haklı çıkarmaktır* (justification). Haklı çıkarmada, yapılan eylem, ilk olarak her ne kadar yanlış bir eylem olarak düşünülse de daha sonraki değerlendirmelerde eylemin en doğru eylem olduğu sonucuna varılır. Bu kavramın bağışlamayla ilişkisi yoktur. Eğer eylemi yapan kişinin yaptığı eylemden ötürü suçu veya

sorumluluğu yoksa bağışlanmasına da gerek yoktur çünkü kızgınlık duyulacak bir davranış yapmamıştır (Murphy & Hampton, 1988). Bütün günü cep telefonu ile konuşarak geçiren bir gencin elinden ailesinin telefonu geçici olarak alması bu duruma örnek olabilir. Genç, ailesinin davranışını haklı bulabilir çünkü bunu kendi iyiliği için yapmışlardır, suçlu olmadıkları için bağışlanacak bir durum yoktur. Bağışlama suçlu kişinin zarardan tümüyle sorumlu olduğuna ilişkin tam bir bilgi mevcutken ortaya çıkmaktadır (Fincham, 2000). Dolayısıyla, haklı çıkarmada, eylem, son değerlendirmede uygun olarak kabul edildiğinden zarar verme amacı taşımamaktadır ve zarardan sorumlu olma da söz konusu değildir.

Bağışlama kavramı ile karıştırılmış diğer bir kavramda *özel affır** (merciful). Özel affa, suçlu kişinin bazı kamu kurallarına uymaması sonucu adaleti sağlayan bir otorite tarafından kişiye ceza verilmesi ancak bu cezanın belirli merciler tarafından hafifletilmesi veya kaldırılmasıdır (Murphy & Hampton, 1988). Bu durumun bağışlama ile ilgisi yoktur çünkü bağışlamayı sadece incinen ya da suça uğrayan kişi gerçekleştirebilir çünkü bağışlama içsel bir süreçtir. Enright ve Fitzgibbons (2000), özel affın, her zaman yasal yollardan verilmeyebileceğini vurgularlar. Çocuğuna ceza veren bir baba bu cezayı indirebilir yani çocuğu bağışlayabilir.

* Özel af, Amerikan hukukunda cezai sonuçları ortadan kaldıran bir tasarruf olup, eyalet valileri veya ABD Başkanı tarafından kullanılabilen bir yetkidir (Ovacıklı, 1986).

Bağışlamak *unutmak* değildir. Unutmak, yaşanan acı bir olayı veya olayları kişinin bilincinden uzaklaştırmasıdır. Unutmada kişiyi rahatsız eden sorun çözülmemektedir. Dahası, bağışlama, olayın düşünülmemesi ve sorunun çözülmemesi değildir (Fincham, Hall, & Beach, 2005). Kişi bağışlama sürecine aktif olarak katılmaktadır. Yaşanan olayı veya olayları kabul etmektedir.

Bağışlama *göz yumma* (condoning) değildir. Bunun anlamı, zarar gören kişinin zarar eylemini reddetmesi ve bu yüzden herhangi bir özür veya itiraf beklememesidir. Aslında ortada bir suçlu yoktur, suçlu olmadığı için kızılacak veya öfke duyulacak bir kişi de yoktur. Ortaya çıkan kızgınlık inkar edilmiş ve bastırılmıştır ve ilişkiye devam edilmektedir (Scobie & Scobie, 1998). Eşi tarafından aldatılan bir kişinin bu durumu görmezden gelmesi ve ilişkisine devam etmesi bu duruma örnek olabilir.

Son olarak, bağışlamanın, *uzlaşma* (reconciliation) ile aynı anlama gelmediğini belirten yazarlar (Enright & Fitzgibbons, 2000; Fincham, Hall, & Beach, 2005) olduğu kadar uzlaşma ve bağışlamanın aynı kavramlar olduğunu tartışan yazarlar da vardır (Sells & Hargrave, 1998; Worthington & Wade, 1999). Bağışlama, inciten (zarar veren) kişinin pişmanlığından veya pişmanlık içeren eylemlerinden bağımsız olarak ortaya çıkmaktadır. Uzlaşma, varolan farklılıkları veya sorunları çözme süreci olarak tanımlanmaktadır. Eşler birçok nedenden ötürü uzlaşıp tekrar birleşebilirler (yalnızlık, ekonomik nedenler) ve bağışlamaya yardım eden süreçlerin

benzeri yeniden birleşmeyi de kolaylaştırmaktadır (zarar veren tarafından yaratılan olumsuz duyguların azalması). Enright ve the Human Development Study Group (1994), bağışlamanın incinmeye karşı içsel, psikolojik bir tepki olduğunu ancak uzlaşmanın çoğunlukla pazarlık sonunda bir araya gelme davranışı olduğundan bahsetmektedirler. Uzlaşma olmadan da bağışlama mümkün olmaktadır.

Özetlenecek olursa, bağışlama kavramının tarih boyu tartışılan önemli kavramlardan biri olduğu görülmektedir. Felsefe, bağışlama kavramını erdemli olma kapsamında tartışırken, bu kavramın bireysel ve ilişki boyutuna getirdiği yarar daha çok teolojik alanda vurgulanmakta, özellikle Yahudilikte ve Hristiyanlıkta bir görev olarak algılanmaktadır. Üç büyük dinde İlahi bağışlama koşula bağlanırken sadece Hristiyanlıkta, kişilerarası bağışlama koşulsuz bir sevgiden çıkan karşılıksız bir hediye olarak görülmektedir. Bağışlamanın felsefi tanımlarına bakıldığında, başka kavramlarla karışmış olduğu görülmektedir. Psikoloji alanında yapılan tartışmalarda, bağışlama, benzer kavramlardan ayırt edilmiştir ve daha net bir tanımı yapılmaya çalışılmıştır.

I.2. Bağışlamayı Kavramsallaştırmak

Bağışlama kavramına teolojik açıdan bakıldığında bunun, kişi için bir kurtuluş ve ruhsal anlamda bir doyum ve iyileşme olduğu görülmektedir. Daha dünyevi bir açıklamada ise bağışlama, psikolojik bir iyileşme kaynağı

olarak vurgulanmaktadır. Bu iyileşme sadece kişinin kendisi için değil incinmenin yaşandığı ilişki için de bir iyileşme oluşturmaktadır. Kişilerarası düzeyde bağışlama, incinen kişinin hatalı kişiyi bağışlayarak ilişkinin düzelmesine yardımcı olabilmektedir. Bu anlamda, sosyal ahengin oluşturulmasına katkı sağlayan olumlu sosyal bir fenomen olarak görülmektedir. Bağışlama için diğer bir bakış açısı, bağışlamanın iç psikik bir fenomen olmasıdır. Bu bakış açısında, incinen kişi öfkesini ve nefretini suçlu kişiye karşı korumaya devam etmektedir ya da öfke ve intikamdan vazgeçip iyilikseverlikle yaklaşmaya çalışmaktadır (Baumeister, Exline, & Sommer, 1998). Human Development Study Group (1991), bağışlamanın içsel bir süreç olduğunu ancak bu içsel sürecin kaynaklandığı bir kişilerarası ilişki olduğundan bahsetmiştir, bağışlama içsel bir süreçtir ve bu yüzden uzlaşmadan farklılaşmaktadır. Literatürdeki önemli tanımlardan biri olan, Enright ve Fitzgibbons'ın (2000) tanımları, bağışlamanın içsel bir süreç olduğu görüşüne dayanır ve kavramı şöyle tanımlarlar: Bağışlama; 'insanlar, rasyonel olarak haksızlığa uğradıklarını düşündüklerinde, isteyerek öfke duymaktan ve (hakkı olduğu) karşı tepkilerden vazgeçtiklerinde ve haksızlık yapan kişiye karşı merhamet (compassion), koşulsuz değeri (unconditional love), cömertliği (generosity) ve ahlaki sevgiyi içeren yardımseverlik (beneficence) temelinde tepki vermeye gayret ettiklerinde başlar' (p.20). Yazarlar bağışlama tanımlarında geçen bazı terimleri açıklamaya çalışmışlardır. Tanımdaki 'rasyonel olarak düşünme', kişinin suçlu kişi için acele bir yargıya varmadan, gerçeği çarpıtmadan kişinin sadece ahlaki açıdan bir hata yaptığını düşünmesi demektir. Tanımdaki 'isteyerek

vazgeçme', bağışlamanın aktif bir süreç olduğunu vurgular. Kişi değişmek için uğraşmıştır fakat yazarlar, bağışlama sürecinin tümüyle karar verilerek ve bilinçli olarak yapıldığı kanaatinde değildirler.

'Tepki' kelimesi öfke ve yardımseverliğe eşlik eden duygular, düşünceler ve davranışlar anlamında kullanılmaktadır. Bu duygular, düşünceler ve davranışlar olumsuzdan olumluya doğru bir uzam içinde ortaya çıkabilirler. 'Yardımseverlik' başkalarının ne yaptığını ve ne yapabileceğini düşünmeden onlara yardım etmektir. 'Merhamet' ahlaki bir duygudur ve kişinin suçlu kişi ile birlikte üzülmesidir. Burada merhamet, suçlu kişi için sempati duymak ve haksız davranışlarına rağmen onun da incinebilir bir kişi olduğunu düşünmek demektir. Tanımdaki 'cömerlik' kavramı suçlu kişiye hak ettiğinden daha fazlasının verilmesi olarak açıklanmıştır. Suçlu kişinin hak ettiğinden daha fazlasının verilmesi onun koşulsuz sevilmesiyle ilişkilidir. Enright ve the Human Development Study Group (1994), bağışlamayı 'koşulsuz bir hediye' olarak betimler. Bağışlamanın koşulsuz bir hediye olması, zarar veren kişinin hakkı olmasa da bu kişiye karşı yardımseverlik (benevolence) göstermesidir. Bu görüşü destekleyen bir çalışma, Zechmeister ve Romero (2002) tarafından yapılmıştır. Araştırmaya katılanların üçte ikisi bağışlama için özür gerekmediğini belirtmişlerdir. Bu sonuç, bağışlamanın suçlu kişinin eylemlerinden bağımsız olarak bağışlayan kişi tarafından yapılan bir seçim olduğunu göstermektedir.

Hargrave ve Sells (1997), ilişkisel doğasını vurgulayarak, bağışlamayı bozulan bir ilişkide kaybedilen güvenin yeniden kurulması veya yeniden geliştirilmesi olarak tanımlamışlardır. Bu bakış açısıyla Hargrave ve Sells, bağışlamanın kişilerarası yönüne dikkat çekerek bağışlama ve uzlaşmayı birbiriyle benzer görmektedirler. Uzlaşma kişilerarasıdır, bağışlama için uzlaşma gerektiğinden bağışlama da kişilerarası olarak tanımlanmaktadır. McCullough, Worthington, ve Rachal'ın (1997) tanımı, bağışlamanın güdüsel ögesini içine almakta ve kişilerarası bağışlamayı, suçlu kişiye karşı olumlu bir değişim olarak açıklamaktadırlar. Bu değişimler (a) zarar veren (offend) kişiye karşı azalan öç alma güdüsü (b) zarar veren kişiden uzak kalmayı sürdürmeye karşı daha az güdülenme (c) suçlu kişinin incitici veya zarar verici davranışlarına rağmen, bu kişiyle uzlaşma ve iyi niyet için artan güdülenmedir. Yazarlara göre bağışlama bir güdü değildir ancak, öç alma ve kaçınma isteği azaldığında ve iyi niyet yönünde bir dönüşüm olduğunda bu dönüşüm altında yatan temel kavramdır.

Tanımlardaki ortak özellik, bağışlamak için kişinin sadece öfke ve intikamdan vazgeçmeyip, ek olarak suçlu kişiye karşı olumlu duygular da beslemeye çalışmasıdır. Bağışlamanın, bu ortak özelliklerinden yararlanan McCullough, Pargament, ve Thoresen (2000), bağışlamanın yeni bir tanımını yapmışlardır. Bu tanıma göre bağışlama, 'belirli bir kişilerarası bağlamda yer alan suçlu kişiye karşı içsel, olumlu bir değişimdir' (p.9). Tanıma göre, kişi suçluyu bağışladığında, bağışlayan kişi düşünce, duygu, güdü veya davranış olarak değişim göstermiştir. Bu anlamda bağışlama daha önce belirtildiği gibi

ne sadece içsel ne de sadece kişilerarası bir süreçtir, yani iki özelliği de birlikte içermektedir. Benzer bir açıklamada bulunan Frommer'a (2005) göre, bağışlamanın sadece iç psikik yönünü almak hatadır. Bağışlamanın iç psikik ve kişilerarası yönü karşılıklı etkileşim içindedir. Başkası tarafından bağışlanmayı istemek veya başkasını bağışlamada referans diğer kişidir.

Bağışlamanın yukarıda verilen tanımları bilim çevrelerince yapılan tanımlardır. Sokaktaki kişinin bağışlama ile ne anladığını, sokaktaki kişiyle bilim insanının bağışlama kavramlarının ilişkili olup olmadığını anlamak için Younger, Piferi, Jobe, ve Lawler (2004) tarafından bir araştırma yapılmıştır. Araştırmada genç ve yaşlı katılımcılar bulunmaktadır. Genç katılımcıların % 42'sine göre bağışlama, 'kabul, olayın üstesinden gelmek', bütün katılımcıların %33' üne göre 'olumsuz duygulardan ve öfkeden vazgeçmek' olarak bulunmuştur. Genç katılımcılar daha çok bağışlamanın davranışsal tanımını yapmışlardır. Ayrıca gençlerin %25'i ve yaşlı yetişkinlerin %16'sı bağışlamayı 'uzlaşma' olarak tanımlamışlardır.

Aynı araştırmada katılımcılara bağışlamalarının nedenleri sorulmuş, gençlerin neden olarak ilişkilerinin kendileri için çok önemli olduğunu belirttikleri görülmüştür. Buna karşın yaşlı yetişkinlerde bağışlamanın nedeni, kişisel sağlık ve mutluluktur. Araştırmacılar, bu sonucu, yaşla birlikte fiziksel ve psikolojik sağlığın önem kazanmasına bağlamaktadırlar. Araştırmanın en ilginç sonucu, katılımcıların %90'nının kimseyi incitmediklerini belirtmeleridir. Bu sonuç, suçlu kişilerin, zarar görenin zararlarla ilgili algılarını

önemsemedikleri şeklinde açıklanmıştır. Benzer olarak, sokaktaki insanın bağışlama için bir prototipe sahip olduğu ve bunu kullandığı fikrini destekleyen bir araştırma da Kearns ve Fincham (2004) tarafından yapılmıştır. Sokaktaki insanın bağışlamaya ilişkin algısının genel olarak bilimsel açıklamalara yakın olduğu görülmektedir. Farklı olarak, bağışlamanın, göz yumma ve uzlaşma ile aynı olduğu vurgulanmıştır. Mullet, Girard, ve Bakshi (2004) tarafından yapılan bir çalışmanın sonuçlarına göre de, sokaktaki insan, bağışlama sonrasında oluşabilecek yakınlığa inanmamakta ve ayrıca bağışlamanın sadece iki kişi arasında olmadığı, bir kurumun da ya da üçüncü bir kişinin de bağışlanabileceğini savunmaktadır.

Hem bilim çevrelerinin hem de sokaktaki insanın bağışlama hakkında yaptığı tanımlar her türlü suçun bağışlanmasını içermektedir. Yapılan tanımlara bakıldığında bağışlamanın sadece ikili ilişkilerde ortaya çıkan bir süreç olduğu düşünülebilir. Bağışlama sadece iki kişi arasında yaşanan bir zarar sonucu oluşmamaktadır (Exline ve ark., 2004). Enright ve Fitzgibbons (2000), ikincil bağışlamanın mümkün olabileceğinden bahsetmişlerdir. *Anonim* bağışlama, medyada görülen bir katilin bağışlanması olarak tanımlanır. *Kişisel* bağışlama ise sevilen bir kişinin incitilmesi durumunda gösterilen bağışlamadır. Daha önce aktarıldığı gibi bağışlamanın koşulsuz olduğu belirtilmiştir ancak toplumda, özellikle öldürme gibi, bazı suçların bağışlanamayacağı düşünülmektedir. Bunun nedenlerinden birinin, suçu işleyen kişinin şeytanlaştırılması ve bu yüzden de bağışlanmaması olduğu düşünülmektedir. Diğer bir açıklama da, empatinin bağışlamayı

kolaylaştırdığı bilgisinden yola çıkılarak yapılmıştır. İnsanların bu tür kişilerle empati kuramadıkları için bağışlayamadıkları belirtilmektedir (Exline ve ark., 2004).

Özetlenecek olursa, bağışlama sadece intikam ve öfkeden vazgeçmekle kalmayıp, bunların yerine sevgi ve suçlu kişi hakkında iyi niyet de beslemekle başarılmaktadır. Sokaktaki insanın bağışlama tanımı, literatürdeki tanımlarla benzerlik taşımasına rağmen, bağışlamaya teolojik yansımanın devam ettiğini göstermektedir. Ayrıca sadece zarar gören kişinin bağışlaması dışında üçüncü kişilerin de suçlu kişiyi bağışlamaları mümkün olabilmektedir. Bütün sağlıklı sonuçlarına rağmen bağışlama daha iyi bir dünya için gerekli ama yeterli değildir. Fitzgibbons (1986), bağışlamanın travmatik hayat olaylarıyla sonuçlanan duygusal acıları bütünüyle çözmediğini ve ayrıca Batı kültüründe aşırı kızgınlık, düşmanlık ve öfkeye tek başına kesin bir çözüm getirmeyeceğini ifade etmektedir. Bu ifade sadece Batı kültürü için değil tüm kültürler için geçerli görünmektedir. Bağışlama kavramı hakkında daha detaylı bilgiler bağışlamayı açıklayan modellerde verilmiştir. Bağışlamanın ne olduğu açıklandıktan sonra bağışlamanın nasıl olduğu hakkında bilgiler modeller içinde bulunmaktadır.

I.3. Bağışlamayı Açıklayan Modeller

Bu bölümde, bağışlamayı ve önemini açıklayan modellerden bahsedilecektir. Bağışlama kavramını açıklayan modellerin en önemlileri olduğu düşünölenler aktarılacaktır. Modeller, ana hatlarıyla ifade edilmeye çalışılmıştır.

I.3.1. Psikodinamik Yaklaşım

Psikodinamik yaklaşıma bakıldığında bağışlamanın derinlemesine incelenen ve yorumlanan bir konu olmadığı görölmektedir. Bağışlama kelimesi Freud'un bütün çalışmalarında ancak beş kez görölmekte ve bu çalışmalarda da Freud bilimsel bir anlamdan uzak olarak bağışlamaya yer vermektedir. Freud'un aynı çalışmalarında *ceza* kelimesi ise 253 kez geçmektedir (Guttman, Jones, & Parrish,1980, Akhtar'dan akt., 2002).

Psikodinamik yaklaşımda, anne-bebek ilişkisi açısından bağışlamanın gelişimi açıklanmaya çalışılmıştır. Bağışlamanın psişik gelişimi, anne-bebek ilişkisine dayanmaktadır. Anne, bebeğinin kendisini kullanmasına izin vermekte ve onun, bitmek tükenmek bilmeyen isteklerine cevap vermektedir. Bebeğın anneyi kullanması ve bu isteklerine kızsız bile annenin bebeğı bağışlayıcı bir tutum içinde kabul etmesi, bebeğı bağışlamayı öğretmektedir Melanie Klein'nın nesne ilişkileri kuramı bağışlama kapasitesinde merkezi bir rol oynamaktadır. Kurama göre bebek ve anne arasındaki ilişkide hem sevgi

hem de nefret vardır. Başlangıçta bebekler anneleriyle fantezi içinde ilişkiye girerler. Bebek kendi parçalarını nesnenin parçaları olarak görür. Bu durumun şizoid yanıdır ve doğumla başlar. Kendi saldırganlığını memeye (anneye) yansıtır ve memeden korkar. Bebek ayrıca sevgiyi de anneye yansıtır. Bu da memeye yöneliktir ve pozisyonun paranoid kısmını oluşturur. Klein bu dönemi, paranoid-şizoid pozisyon olarak adlandırır. Bebek, paranoid-şizoid pozisyondan ikinci pozisyon olan depresif pozisyona geçer. Depresif pozisyonda iyi ve kötü nesneler birleşir, insanlar parça nesneler yerine bütün nesneler olarak algılanmaya başlar. Anneyi bütün bir insan olarak görerek çocuk annenin engellemeleri için bağışlama kapasitesini geliştirirken anneye karşı işlediği suçlar için bağışlanmak ister. Çocuğun anneyi bütün bir kişi olarak görmesi, annenin önemli yönleriyle özdeşleşmesini sağlar. Çocuk, annenin hem kendisine hem diğer insanlara bakım veren tutumuyla özdeşleşir. Çocuk ayrıca annenin kendi ebeveynlerine ve çocuklarına onarıcı davranışlarıyla da özdeşleşir. Çocuk kutuplaşmış düşüncelerden, iyi veya kötü gibi, uzaklaşıp insan etkileşimlerini bir süreklilik içinde görmeye başlar. Çocuğun kutuplaşmış düşüncelerden uzaklaşmaması sevgi ve nefret duygularında ayarlama yapmasını ve diğerleriyle ilgili sorunlarla baş etmesini engeller (Goldfarb, 2005).

Ayrıca psikodinamik yaklaşımda psikoseksüel gelişim basamakları, bebeğin bağışlamayı öğrenmesine katkıda bulunmaktadır. Anal evrede, çocuk 'dışkı'sını keşfetmekte ancak dışkı kendisi iyi olmadığı için onu terk etmesi gerekmektedir. Bu durum genel anlamda, 'gitmesine izin verme'

(letting go) kapasitesini geliştirmektedir. Bağışlama terapilerinde, öfkenin ve intikamın 'gitmesine izin verme' becerisi kazandırılmaktadır. Ödipal dönemde, çocuk anne babasının kendisine cinsel olarak ihanet etmelerini bağışlamakta, anne ve babanın da, çocuğu, aralarına girdiği için bağışlamaları gerekmektedir (Akthar, 2002).

Psikodinamik anlatımda, bağışlamanın, kişinin doğruluk, adalet gibi kavramlarının zedelenmesiyle birlikte başladığı ifade edilmektedir. İncinme, benliğin görkemli narsistik yönlerine zarar vermektedir. Bununla birlikte, kişi, insani değerlerini vurgulayan bir farkındalığa sahip olmaktadır. Bu farkındalık, kişinin gerçekte herkes gibi incinebilir olduğunu, başkalarının sevgi ve saygısına ihtiyacı olduğunu, bazı durumların kontrolünde yetersiz olduğunu kabul etmesine yardımcı olmaktadır (Pingleton,1989, Bowman'dan akt., 2003). Bu durum, kişinin özel olduğuna ilişkin inancının sarsılmasına benzemektedir (Yalom, 1980/1999).

Psikodinamik literatürde bağışlamanın ortaya çıkması, öfkeden ve kızgınlıktan vazgeçmek olarak tanımlanmaktadır. Bağışlama, 'gitmesine izin verme' becerisidir. Terapide kişinin, olumsuz duyguları değiştirilmekte ve yeni bir bakış açısı kazandırılmaya çalışılmaktadır. Bu bakış açısı, zarar verene karşı daha olumlu ve hatta sevgi dolu duyguları içermektedir (Scobie & Scobie, 1998).

Sonuç olarak, psikodinamik yaklaşımda, bağıslamanın hayatın ilk yıllarında başladığı ve kişinin diğerleriyle gerçek ve fantezi ilişkileri ve kendi iç psişik süreçlerinin etkileşimiyle ortaya çıktığı ifade edilmektedir. Her bir gelişim döneminin bağıslama yeteneğinin kazanımında etkili olduğu belirtilmiştir.

1.3.2. Bağıslamanın Süreç Modelleri

Bağıslama terapi sürecine birçok kişi, eş veya aile çeşitli problemler nedeniyle katılmaktadır (Hill, 2001). Bağıslama sürecinde bağıslamanın olabilmesi için mutlaka bir incitme davranışının olması gerekmektedir. İngilizcede incitme veya zarar verme olayı 'suç (transgression)' olarak tanımlanır. Thompson, Snyder, Hoffman, Micheal, Rasmussen, Billings, ve ark. (2005) 'suçu' şöyle tanımlarlar: kişilerin kendilerinin, diğer insanların veya dünyanın nasıl olması 'gerektiği' hakkındaki beklentilerini ve varsayımlarını bozan veya zedeleyen olaylardır (p.317). Bu tür olaylar, kişinin beklentilerini ve varsayımlarını uyumsuz bilgiyle karşı karşıya bırakır. Olayla karşılaşan kişi bu uyumsuzluğu gidermeye çalışır. Bağıslama da uyumsuzluğu giderme yollarından biridir. Enright ve Fitzgibbons (2000) bağıslamaya, kişinin sınırlarının ihlal edilmesi sonucunda gerek duyulduğunu belirtmişlerdir. Yapılan ihlal veya verilen zarar psikolojik, duygusal, fiziksel veya ahlaksal olabilir. Bazı durumlarda zarar hepsinin bir kombinasyonudur. İhlal sonucunda Fincham (2000), kurbanın suçluyu bağıslayabilmesi için

suçlu tarafından incitilmiş olduğunun farkında olması gerektiğini söylemektedir.

Murphy ve Hampton (1988), incinme sonrası bağışlamanın sadece insanlar arasında olabileceğinden, nesnelerin veya olayların bağışlanamayacağından bahsederler. Younger ve ark. (2004) ise aynı insanlar gibi olayların da bağışlanabileceğini vurgularlar. Süreç modellerinde bağışlama, iki insan arasında ele alınmaktadır ve buna uygun terapi süreci izlenmektedir. İncinen ve inciten kişi kim olursa olsun ve yaşanan zarar ve zararın şiddeti ne olursa olsun terapide izlenen bağışlama süreci değişmez. Buna karşın, süreçteki gerçek farklılık, zararın şiddetine göre sürecin uzamasıdır. Bağışlama, incinme veya zarar çok büyük veya çok derin olmadığında çok daha kolay olmaktadır. İncinme çok fazla olduğunda bağışlamak için daha fazla zamana, çabaya ve sabra ihtiyaç duyulmaktadır (Hill, 2001).

Bağışlamanın bir müdahale yöntemi olarak kullanıldığı süreç modellerinin son otuz yıldır artması bağışlama kavramının daha iyi anlaşılmasını sağlamıştır (Enright, Eastin, Golden, Sarinopoulos, & Freedman, 1992). Süreç modellerinden biri olan öfke yönetiminde, Fitzgibbons (1986), bağışlamanın bilişsel ve duyuşsal özelliklerini kullanmıştır. İntikam arzusundan vazgeçmedikçe ve bağışlamak için bilinçli bir karar vermedikçe öfke çözülmecektir. Bağışlama terapisinde, ilk süreç 'anlama'dır. Zararı meydana getirenin duygusal gelişimini anlamlandırmaktır.

Danışana öfkeyle baş etmesi için 'bağışlama egzersizleri' önerilir. Bu egzersizlere ek olarak öfkeyle baş etmeyi kolaylaştırmak için terapide acı verici olayları tekrarlayıp kişinin öfkesini yüksek sesle ifade etmesi istenir.

Fitzgibbons'dan sonra Hope (1987), bağışlamayı terapi sürecine sokmuştur. Hope'a göre, terapist, danışanlarına bağışlamayı geçmişin acılarından kurtulma veya onları kabul etme olarak öğretir. Hope, teolog olan Donnelley'in bağışlama için beş aşamasının terapide kullanılabileceğinden bahseder. İlk aşama, *acıyı kabul etmektir*, sonraki aşama *bağışlamaya karar vermektir*. Üçüncü aşama, *bağışlamanın kolay olmadığını hatırlamaktır*, diğer aşama *kendini bağışlamaktır*, son aşama ise *bağışlamamanın sonuçlarını gözden geçirmektir*.

Worthington ve Diblasio (1990), bağışlamanın ikili ilişkilerde ve özellikle bozulan evlilik ilişkilerinde kullanılabileceğinden bahsederler. Karşılıklı bağışlamanın öğeleri, bağışlamak ve bağışlanmayı istemek, pişmanlık, özür dilemek ve fedakarlıktır. Ayrıca yazarlar bağışlamanın tek bir terapi sürecinde sağlanabileceğini vurgulamışlardır.

Worthington ve Diblasio'nun (1990) makalesine cevap olarak Human Development Study Group (1991) bir makale yayınlamıştır. Bu makalede, terapi öncesi danışmanların, danışanlara kişilerarası bağışlamayı sunmadan önce, bağışlama kavramını çok iyi bilmeleri gerektiğini ayrıca danışmanlar gibi danışanlarında suçlu kişiyi bağışlamadan önce bu kavramı iyice

anlamaları gerektiğini belirtmektedirler yoksa ortaya sahte bağışlama (pseudo-forgiveness) çıkabilmektedir. Terapistlerin, bağışlamayı tek bir süreçte değil uzun bir zaman dilimine yayılan bir süreç içinde gerçekleştirebileceğini görmeleri gerektiğini vurgulamışlardır. Worthington ve Diblasio'nun (1990) tek bir terapide kişilerin birden fazla suçlu bağışlayabileceklerini belirtmelerine karşın bu durumun bir karışıklığa neden olacağını ve belli bir zaman içinde sadece bir zararın bağışlanması üzerinde çalışılması gerektiğini belirtmişlerdir. Ayrıca bağışlama için suçlunun pişmanlığının ifadesine gerek olmadığını, pişmanlığın bağışlama için değil ancak uzlaşma için gerekli olabileceğini vurgulamışlardır.

Human Development Study Group (1991) bağışlama için bir süreç modelinden bahsetmiştir. Bu model, danışanlara oldukça yararlı bir model olarak sunulmuştur. Tablo 1'de görüldüğü üzere, Enright ve the Human Development Study Group (1991, Enright ve ark.'dan akt., 1992) bağışlamanın karmaşık bir süreç olduğunu göstermek adına yayınlanmış literatürü birleştirmişlerdir. Tablo 1'de görülen süreç modelinde, dört evre bulunmaktadır. Evreler gelişimsel bir ilerlemeyi oluşturur ancak herkesin bu süreçten aynı şekilde ve aynı hızda geçmesi beklenmez. Her evrede birtakım birimler vardır.

İlk evre olan *ortaya çıkarma evresi* (uncovering), kişinin yaşadığı acının ve haksızlığın kişinin hayatını tehdit edip etmediğidir. Kişinin uğradığı haksızlık sonucunda yaşadığı acıyı ifade etmesi değişim için önemlidir ve

bağışlamak için güdüleyici bir görev görür. İkinci evre *karar evresidir*, bu evre, kişinin bağışlamanın ne olup ne olmadığını düşündüğü bir evredir. Kişi bağışlamaya karar verirse bilişsel bir süreci yaşamış olur ancak bu bağışlama için yeterli değildir. *Çalışma evresi* üçüncü evredir, kişi zarar veren kişiyi yaptığı hatanın ötesinde bir insan olarak görmeye ve ona karşı merhamet duymaya başlar. Bilişsel karardan sonra suçlu kişiye karşı duygusal dönüşümler yaşanır. Öfke azaldıkça, kişi, suçluya karşı daha fazla anlayış ve merhamet geliştirir. Son evre olan *derinleştirme evresinde*, suçlu kişi hakkında geliştirilen içgörü, kişinin kendisi ile ilgili bazı soruları ortaya çıkarır. Kendisi de geçmişte başkaları tarafından bağışlanmak istedi mi? Bağışlanmayı nasıl deneyimledi? Bu soruların cevabı diğer evrelerde daha derin bir döngüye neden olacak ve kişi bağışlamayı daha iyi öğrenecektir. Bağışlama daha iyi öğrenildikçe yeni durumlara uyarlanması kolaylaşacaktır. Yazarların, bağışlama ne zaman gerçekleşir sorusuna dair bir cevapları yoktur çünkü onlara göre bu herkese göre değişebilen ve zaman alan bir süreçtir (Enright & Fitzgibbons, 2000).

Enright'ın bağışlamaya ilişkin süreç modeliyle yapılan psikolojik müdahaleler sonrasında, bağışlama ve psikolojik sağlık arasında ilişki olup olmadığını araştıran çalışmalar yapılmıştır. Bunlardan ilki, Hebl ve Enright (1993) tarafından yaşlı kadınlarla onları çok fazla inciten kişileri bağışlamaları üzerine yapılmıştır. Sekiz-haftalık müdahale sonrasında deney grubu kontrol grubuna göre daha fazla bağışlama profili göstermiştir. Diğer bir çalışma, Freedman ve Enright (1996) tarafından, ensest mağduru kadınlarla

Tablo I.1. Bağışlama Süreci Müdahalesindeki Psikolojik Değişkenler

Birimler	Bilişsel , Davranışsal , Duyuşsal Evreler
Ortaya Çıkarma Evresi	
1.	Psikolojik savunmaların incelenmesi (Kiel,1986)
2.	Öfkeyle yüzleşmek; öfkeyi beslememek, öfkeden vazgeçmek (Trainer, 1981/1984)
3.	Uygun olduğunda utançı kabul etmek (Patton,1985)
4.	Enerji yükünün farkında olmak (Droll,1984/1985)
5.	Zararın, bilişsel tekrarının farkında olmak (Droll,1984/1985)
6.	İncinmiş kişinin incitenle benliğini kıyaslayabileceği içgörüsü (Kiel,1986)
7.	Kişinin, zararlar birlikte sürekli ve tersine olarak değişebileceğini fark etmesi (Close,1970)
8.	Olası değişmiş bir 'adil dünya' görüşüne yönelik içgörü (Flanigan,1987)
Karar Evresi	
9.	Eski çözüm stratejilerinin işlemediğine ilişkin fikir değişimi/dönüşüm/yeni içgörüler (North,1987)
10.	Bağışlamanın bir seçenek olduğunu göz önüne almada isteklilik (Enright, Freedman, & Rique,1998)
11.	Suçluyu bağışlamaya karar verme (Neblett,1974)
Çalışma Evresi	
12.	Suçlu kişinin rolünü alarak suçluya baktığı bağlamı yeniden tasarlama (M.Smith,1981)
13.	Suçluya karşı empati ve merhamet duyma (Cunnigham,1985; Droll,1984/1985)

14. Acıya dayanma/kabul etme (Bergin,1988)
15. Suçluya ahlaki bir hediye verme (North,1987)

Derinleştirme Evresi

16. Acı çekme ve bağışlama sürecinde ben ve diğerlerinin anlamını bulma (Frankl, 1959)
17. Geçmişte başkalarının bağışlamasına ihtiyaç duyduğunu fark etme (Cunningham,1985)
18. Kişinin tek başına olmadığı içgörüsü (evrensel, destek) (Enright & ark.,1998)
19. Kişinin, benliğinin zarar nedeniyle, hayatta yeni bir amaca sahip olabileceğini fark etmesi (Enright & ark.,1998)
20. Olumsuz duyusun azalması ve belki olumlu duyusun arttığını fark etme, eğer bu zarar verene karşı ortaya çıkarsa; içsel ve duygusal serbestliğin farkında olma (Smedes,1984)

Bu tablo, Enright ve Fitzgibbons (2000) kitabından alınmıştır. Parantez içindeki referanslar makaledeki tablodan aktarılmıştır, bu araştırmadaki kaynaklara dahil değildir.

yapılmıştır. Kadınlar, bir yılı aşan bir süre bağışlamanın süreç modeli terapisine devam etmişlerdir.

Kontrol grubuna göre terapiye devam etmiş kadınlar bağışlama ve umutta daha fazla kazanım elde etmişler ve anksiyete ne depresyon düzeylerinde azalmalar görülmüştür. Coyle ve Enright (1997), eşleri kürtaj olmuş erkeklerle bir çalışma yapmışlardır. On iki haftalık bir müdahale

grubuna katılan erkeklerin, kontrol grubuna göre anksiyete, öfke ve yaslarında anlamlı düzeyde düşüş gözlenmiştir.

Bağışlama ayrıca terapide, karara dayalı bağışlama olarak da ele alınmıştır. Bağışlamanın bu davranışsal modeli, bağışlamayı karara-dayalı bir süreç olarak görmektedir. DiBlasio (2000), bağışlama literatüründe bu kavramın acının 'gitmesine izin verme' olarak tanımlandığını ve bu sürecin zaman gerektirdiği konusunda fikir birliği olduğunu vurgulamaktadır. Bu durum, bazı insanların çok kısa bir zaman içinde uzun süreli bir bağışlamayı nasıl başardıklarını açıklamaz. Bunun nedeni, bağışlayan kişinin acının gitmesine izin verme *kararını* vermiş olmasıdır. Kişinin duygularının esiri olmadığını fark etmesi ve fakat acıya karşın bağışlama sürecine devam etmeye karar vermesi önemlidir. Karar dayalı bağışlama süreci 13 basamaktan oluşur ve sürecin uzunluğu 2-3 saattir. Basamaklar üç alt başlıkta bulunur: tanımlama ve hazırlanma; bağışlanmak istemek ve bağışlamayı kabul etme (granting); törensel eylem. DiBlasio (2000), karara dayalı bağışlamanın ikili ilişkilerde ve evlilik ilişkilerinde kullanabileceğini gösteren iki vaka çalışması sunmuştur.

Bağışlama, evlilik terapisinde de ele alınmaktadır. Evlilik ve aile terapisi içinde bağışlamayı bir süreç olarak ele alan bir model Gordon ve Baucom (2003) tarafından ileri sürülmüştür. Bu modelde bağışlama, evlilikte görülen travmalarla (ihanet) baş etmede bir süreç olarak ortaya çıkmaktadır. Model üç evreden oluşur; ilk evre *etki evresidir*, eşler, ihanetin etkilerini fark

etmeye başlar. İhanet, eşin ve ilişkinin güvenilirliğinin sorgulanmasını içerir. İhanete uğrayan güçsüzlük yaşar, intikam ve öfke belirir. Sonraki evre, *anlama evresidir*; bu evrede ihanet eden eşin davranışlarının anlaşılması için ihanetin neden ortaya çıktığının keşfedilmesi gerekir. Bu arada ihanete uğrayan eş, bu keşifle kendini daha az güçsüz ve kontrolsüz hissetmeye başlar. Üçüncü evrede anlama devam eder. Bu evre, ilişkiye daha objektif bakışı getirir. Zarar gören, ilişkiye devam edip etmeme kararı verir.

Gordon ve Baucom (2003), bu modeli sınamak üzere bir çalışma yapmışlar ve sonuç olarak, en düşük bağışlamanın ilk evredekiyle, en fazla bağışlamanın da son evredekiyle olduğunu göstermişlerdir. Ayrıca ihanet tanımlamasında bir cinsiyet farklılığı yoksa da, erkeklere göre daha fazla kadın bir ilişkide ihanet yaşamıştır. Araştırmacılar bu durumun, kadınların ilişkilerinde daha fazla zedelendikleri veya erkeklerin ihaneti daha gönülsüz kabul ettikleri için ortaya çıktığını belirtmişlerdir.

Psikoterapi sürecinde bağışlamanın, öfke yönetimi, intikam, benlik-değeri ve özellikle ikili ilişkilerde kopma veya sona erme sonucu yaşanan anksiyeteye mücadelede kullanıldığı görülmektedir. Bununla birlikte, bağışlamanın bir terapi süreci olarak iyileşmede işe yarayıp yaramadığını ortaya çıkarmaya çalışan araştırmalar çoğalmaktadır.

I.3.3. Bağışlamanın Sosyal Psikolojik Belirleyicileri Modeli

Diğer bir model McCullough ve ark. (1998) tarafından öne sürülmüştür. Model, bağışlamayı güdüsel bir sistem içinde açıklamaya çalışır. Modelde, iki olumsuz duyuyu iki güdüsel sisteme karşılık gelir. İlk duyuyu, incinme duygusudur, kişi bir saldırıyı algılar ve suçlu kişiden kaçınma davranışı gösterir. Bu duyuya karşılık gelen güdü, suçlu kişiyle yeniden temas kurmaktan kaçınmadır. İkinci duyuyu, haklı öfkedir, kişi suçlu kişiden intikam almak veya ona zarar gelmesini ister. İkinci duyuya karşılık gelen güdü intikam almaya yöneliktir. Bu iki güdüsel sistem, bağışlamama durumunda işler yani kişi suçlu kişiden kaçınıyorsa ve intikam almak istiyorsa bağışlamamıştır.

Modelde, bağışlamanın belirleyicileri de açıklanmıştır. Bağışlamanın en yakın belirleyicisi, kişinin zarar veren eş ve zararlı ilgili düşünce ve duygularıyla ilişkili sosyal bilişsel değişkenlerdir. Bunlardan en önemlisi duyusal (affective) empatidir. Diğer önemli sosyal bilişsel değişken, yapısını (hata/zarar/olay) çok sık düşündürmektir (rumination). Bağışlamayı belirleyen sosyal bilişsel değişkenlerin en sonuncusu yüklemelerdir. Bağışlamanın, sosyal bilişsel değişkenlere göre daha az yakın belirleyicisi zararın kendisidir. Zarar, zararın şiddetini, suçlu kişinin özür dilemesini ve suçlunun bağışlanma isteğini kapsar ve bağışlamanın belirleyicileri olarak görülür. Diğer iki değişkene göre bağışlamaya biraz daha uzak olan bir başka değişken, suçun işlendiği kişiler arası ilişkinin niteliğidir. İlişkideki kişilerin yakınlık düzeyi

bağışlamanın ortaya çıkmasında önemlidir. Bağışlamaya en uzak olduğu düşünülen değişken ise kişilik özellikleri veya bilişsel süreçlerdir.

Modelde, bağışlama, ikili ilişkiler içinde, uyma (accommodation) ve fedakarlık isteği (willingness to sacrifice) gibi ilişki yapıcı değişimlere benzetilmektedir. Buna karşın, bağışlama, uymaya benzemez çünkü uyma için gerekli koşulların oluşması bağışlama için yeterli olmayabilir (Fincham, 2000). Fedakarlık isteği, Van Lange, Rusbult, Drigotas, Arriaga, Witcher, ve Cox (1997) tarafından ilişki veya eşin iyiliği için anlık benlik ilgisinin önüne geçebilme eğilimi olarak tanımlanır. Bu üç kavramın ortak yönü, uzun dönemde ilişki için yıkıcı olabilecek, kişinin kendisini korumaya yönelik eylemlerden vazgeçmesine, bunların yerine sağlıklı ilişki için gerekli olan yapıcı eylemlerde bulunmasına yardımcı olmasıdır.

Bu modeli desteklemek için yapılan çalışmada bağışlamanın alt boyutları olarak düşünülen kaçınma ve intikam, ilişki doyumu, bağlanma (commitment), yakınlık, özür, empati ve zarar veren olayı çok sık düşünme (rumination) ile yüksek ilişki göstermiştir (McCullough ve ark., 1998).

I.3.4. Hargrave'in Bağışlama Modeli

Bağışlama kavramını kuramsal bakış açısıyla açıklayanlardan biri de Hargrave'dir (Hargrave & Sells, 1997). Hargrave, kuramsal çalışmasında

bağışlamayı aile terapisi bağlamında tanımlamıştır. Aile içinde zarar gören kişi zarar veren kişiye karşı öfke ve hiddet duymakta ve ayrıca ilişkinin olumsuz bir durum almasından ötürü kendini suçlayıp utanç hissetmektedir. İncinebilir olmayı en aza indirmek için eşler, bu ve bundan sonraki ilişkilerinde aşırı kontrollü davranabilmektedirler. İlişkiye güvenleri zedelendiği için bundan sonra güvenilir ilişkiler kurmanın zor olduğunu düşünüp kaos yaşayabilmektedirler.

Bu modele göre, aile içinde ortaya çıkan bağışlama süreci aklama ve bağışlama kategorileri altında ele alınmaktadır. Aklama ve bağışlama birbirinden ayrı fakat birinin diğerine üstün olmadığı süreçlerdir. Aklamada, zarar gören kişi zarar veren aile üyesini onun içsel süreçleriyle anlamaya çalışmaktadır. Bağışlama, aile içinde, zarar görenin aradaki güveni yeniden oluşturması adına zarar verene telafi için fırsat vermesi ve ilişkinin nasıl daha güvenilir olması gerektiği hakkında birlikte karar vermeleri sonucu oluşmasıyla ortaya çıkmaktadır. Hargrave, bağışlamayı diğer modellerden farklı olarak ardışık bir basamak süreci olarak tanımlamamaktadır.

Hargrave ve Sells, bağışlamanın dört ögesini (içgörü, anlama, telafi, bağışlamanın açık eylemleri) ölçmek için tasarladıkları bir ölçekle bu modeli desteklemişlerdir. Fakat kişinin nasıl veya *niye* bu farklı stratejilere karar verip seçtiği henüz net değildir (Gordon, Baucom, & Snyder, 2000).

I.3.5. Aile İlişkileri içinde Empati, Alçakgönüllülük ve Bağışlamanın İfadelendirilmesi Modeli

Worthington (1998), modelinde bağışlamayı aile ilişkisi içinde açıklamıştır. Bağışlamayla ilgili görüşü, birey davranışından çok ilişkisel etkileşimlerle ilgilidir. Ona göre, bağışlama olması için incitmenin olması gerekmektedir. İncitme fiziksel, ahlaksal veya psikolojik sınırları çiğnemektir. Bu sınırların ihlali, evlilikte aile içinde bulunan bireylerin birbiriyle olan bağına da bozmaktadır. İncitme sonrası incinen kişi, kendini ya kaçınarak ya da saldırarak savunur. İncinme, birey kendini korumak için kaçınmaya veya sonraki incinmeleri engellemek için kişileri birbirlerine saldırmayı güdüleyebilmektedir. Worthington'a göre kaçınma, kişinin ilişkiye değer vermediğini ve acıları çözmek istemediğini göstermektedir. Saldırı durumu ise kişinin ilişkiye değer vermediğini ve intikam alma niyetinde olduğunu ifade etmektedir. Her iki durum sonucu yakınlık azalmaktadır.

Model üç ögeden oluşur: empati, alçakgönüllülük (humility), bağışlamanın ifadelendirilmesi. Modelin özünde empati vardır yani inciten kişiyle empati kurulmadıkça bağışlama gerçekleşmemektedir. Buna karşın bağışlamak için empati kurmak yeterli değildir. İnciten kişiyle aynı bakış açısından bakmak başarsa bile kişi hala olumsuz ve aldırma olarak görülebilmektedir. Alçakgönüllülük, insanların hata yapabildiklerini gösterir, inciten kişi de insandır ve incinen kişinin kendisi de hata yapabilmektedir. 'Bana ne yaptın' demekten çok 'benim de incittiğim kişiler oldu' demektir

(Worthington & Wade, 1999). İncinen kişi öfke odaklı tepki yerine alçakgönüllülikle tepki verebilir. Son basamak bağışlamanın ifadelendirilmesidir. İncinen kişi, duygu boyutunda bağışladığını hissedebilir ancak kişinin bağışladığını söylemesi gibi bağışlamanın açık davranış haline gelmesi, bağışlayan kişiye daha gerçekçi gelmekte ve bağışlama daha güçlendirilmektedir (Worthington, 1998).

Model, McCullough ve ark. (1998) modeline yakın görünür. Diğer modelden farklı olarak, Worthington modelini sosyal bilişsel çerçevede ele almamıştır. Ona göre, birçok bağışlama modeli bilişseldir ancak aile terapisindeki bilişsel ve davranışsal teknikler kolaylıkla incinmeyi düzeltmemektedir. Worthington, duygusal incinmenin düzeltilmesi durumunda, bilişsel ve davranışsal değişimin ortaya çıkacağını savunmaktadır. Bu modelin özünde empati vardır. Empati yokluğu veya empati işlevinde bir güçlük, narsizmin yolunu açmaktadır. Narsizm, bağışlamayı zorlaştıran kişilik özelliklerinden biridir. Bağışlamanın sosyal bilişsel belirleyicileri ile ilgili modelde, empati ve bağışlama arasında ilişki bulunduğu vurgulanmıştır (McCullough ve ark., 1997; McCullough ve ark., 1998).

Bağışlamanın kuramsal temellerinin birçoğu bağışlamayı iç psişik temelde açıklamaya çalışmaktadır. Yani, bağışlama sadece zarar gören kişinin bakış açısıyla ve algılamalarıyla kavramsallaştırılmaya çalışılmaktadır. Sadece Hargrave ve Sells 'in (1997) modelleri bağışlamayı aile bağlamında

açıklamaktadır. Bütün modellerin ortak yanı, bağışlamanın kişiler ve ilişkiler için son derece önemli bir kavram olduğudur.

1.4. Kendini Bağışlama Kavramı

Bağışlama hakkındaki çoğu kuramsal açıklamalar ve yapılan çalışmalar bağışlanan kişiden çok bağışlayan kişiye odaklanmıştır (Bassett, Bassett, Lloyd, & Johnson, 2006). Bu nedenle zararı suçlunun penceresinden açıklamaya çalışan daha fazla araştırmaya gerek vardır.

Zarara suçlunun açısından bakıldığında kendini bağışlama kavramı ile karşılaşılmaktadır. Kendini bağışlama ile ilgili tanımlara bakıldığında, Enright ve the Human Development Study Group (1996) üç tür bağışlamadan söz ederler. Bağışlama, bağışlanma ve kendini bağışlamadır. Yazarlar, kendini bağışlamayı, “kişinin hatasını kabul etmesiyle birlikte, kendine karşı şefkat, cömertlik ve sevgi geliştirerek kendine kızmaktan vazgeçme isteği” olarak tanımlamışlardır (p.8). Hall ve Fincham (2005) yazılarında kendini bağışlamayı, kişinin zararlı ilişkili uyarıcıdan daha az kaçındığı ve kendinden öç almasının azaldığı ve kişinin kendine iyi davranmaya başladığı güdüsel değişim olarak tanımlamışlardır. Bu tanım, McCullough ve ark.’nın (1997) kişiler arası bağışlama tanımına benzemektedir.

İki türlü kendini bağışlama vardır. Bunlardan ilki, kişinin kendine verdiği zarar sonrası kendini bağışlama, diğeri de başkasına verdiği zarar sonrası

kendini bağışlamadır. Kendini bağışlamanın, başkasına verilen zarar sonucu oluşması gerektiği konusu belirtilmekle beraber (kişinin kendisini incittiği için özür dilemeyeceği), Hall ve Fincham (2005) kişinin kendine verdiği zarar sonucu da kendini bağışlamanın olabileceğini savunmaktadırlar. Kişinin kendine vereceği zararın sadece davranış boyutunda (uyuşturucu almak) olmayıp, düşünsel boyutta da (hasta bir yakınının ölümünü isteme) olabileceği belirtilmektedir.

Yazarlar, kendini bağışlama (yaptığı suçtan ötürü kendini-bağışlama) ile kişiler arası bağışlama (inciten kişiyi bağışlama) arasında fark olduğunu vurgulamışlardır. Kendini bağışlamada yapılan hata, davranış, düşünce ve duygu boyutunda görülürken, kişilerarası bağışlamada sadece davranış olarak görülmektedir. Kendini bağışlamada, kişinin kendisi ve diğerine yaptığı hata bağışlanırken, kişilerarası bağışlamada suçlu kişi bağışlanmaktadır. Empati, kendini bağışlamada engelleyici olabilirken, kişilerarası bağışlamada kolaylaştırıcı etki yaratmaktadır. İntikam, kendini bağışlamada kişinin kendine yönelikken, kişilerarası bağışlamada zarar verene yöneliktir. Kişilerarası bağışlamada, uzlaşmanın gerekli olmadığı ancak kendini bağışlamada kişinin kendisiyle uzlaşması gerektiği vurgulanmıştır. Benlikle uzlaşma, kişinin ileride değişim göstermek için gerçek bir çabaya girme isteği göstereceğini kabul etmesidir. Eğer kişi kendini bağışlamazsa, kişiler arası bağışlamada olduğundan daha kötü sonuçlar ortaya çıkabilmektedir.

Kendini bağışlamanın gerçekleşebilmesi için kişinin yaptığı hatayı kabul etmesi ve davranışının sorumluluğunu alması gerekmektedir. Davranış kabul edilmez ve sorumluluk alınmazsa sahte bağışlama ortaya çıkar. Sahte bağışlama, olayın sorumluluğunu almaktan çok kişinin kendini kandırması ve olayı rasyonalize etmesiyle gerçekleşirken, gerçek kendini bağışlama kişiler arası bağışlama gibi zaman isteyen güdüsel bir değişimdir.

Bağışlanan kişi açısından zararın ve zarar görenin nasıl algılandığını daha iyi anlamak adına bazı araştırmalar yapılmıştır. Zeichmeister ve Romero (2002), katılımcılardan, kurban veya suçlu oldukları bir olayı hatırlamalarını istemişlerdir. Ayrıca katılımcılar, olayda bağışlanma olup olmadığını belirtmişlerdir. Suçlunun bakış açısından kendini bağışlamayla, kurbanın bağışlaması arasında bir ilişki bulunamamıştır. Kendini bağışlayan suçlu kişiler, daha fazla özür dileyen ve durumu düzeltmeye çalışan kişilerdir. Suçlu kişinin bakış açısı, kendini bağışlama fonksiyonuyla değişiklik göstermektedir. Kendini bağışlayan kişiler, kurbanın aşırı tepki verdiğini, olayı kışkırttığını, kurbanın zarar hakkında öfke duyduğunu ve suçlunun kurbanla sonradan gelişen bir ilişkiye sahip olduğunu daha fazla belirtmişlerdir. Kendini bağışlayan kişiler, kurbanın suçu bölüştüğünü düşünmektedirler. Suçluların, zarara bu şekilde bakmalarının bir açıklaması, kurbanla aralarındaki zarara ilişkin eşitsizliği bilişsel yollarla en aza indirmek olduğu belirtilmektedir (Exline ve ark., 2004).

Witvliet, Ludwig, ve Bauer'ın (2002), yaptıkları bir çalışmada, katılımcılardan; gerçekten yaşanmış bir zarar olayını hatırlamaları, kurbandan kendilerini bağışlamasını istediklerini hayal etmeleri, kurbanın bağışlamayı reddettiğini ve öfke duymaya devam ettiğini hayal etmeleri, kurbanın kendilerini bağışladığını hayal etmeleri ve son olarak kurbanın ve suçlunun uzlaşp ilişkiye devam ettikleri bir durumu hayal etmeleri istenmiştir. Gerçek zarar olayıyla, hayali bağışlama istedikleri durum karşılaştırıldığında, suçlu kişiler, hayali durumda kendilerini daha az üzgün, suçlu ve utanç içinde hissetmişlerdir fakat puanlar fazla düşük değildir. Kurbanın bağışlamayı reddettiği ve kin duyduğu durumda, suçlu kişilerin üzüntü, korku, öfke, suçluluk ve utanç duygularında artma görülmüştür. Suçlular, kurbanın bağışladığı ve uzlaşma olduğunu hayal ettikleri durumda yüksek düzeyde kontrol, umut, empati ve minnet duymuşlardır.

Bassett ve ark. (2006) da yaptıkları bir çalışmada, öğrencilerden yakın ilişkide oldukları birini incittikleri bir olayı hatırlamalarını ve zarar vermeye ilgili duygularını belirtmelerini istemişlerdir. Üzüntü ve suçluluk deneyimlerine yönelik eğilimler ölçülmüştür. Üzüntü iki faktöre ayrılmıştır, bunlardan biri olan davranışsal üzüntü, kurbanı verilen zarar ve bu zararı gidermeye yönelik çaba ve arzular olarak görülmüştür.

Kendini bağışlamada patolojik sorunların olabileceğini gösteren araştırmalar da vardır. Maltby, Macaskill, ve Day (2001), kendini bağışlamada yetersizlikle depresyon, anksiyete ve güvensizlik arasında

olumlu ilişkilerin bulunduğunu belirtmişlerdir. Mauger'in, kendini bağışlama yetersizliğinin 'kendini suçlama eğilimi' olduğunu, başkalarını bağışlama yetersizliğinin de 'başkalarını suçlama eğilimi' olduğunu ifade ettiğini vurgulamışlardır. Ayrıca Mauger, başkalarını suçlama eğiliminin, sosyal yabancılaşma ve sosyal içedönüklükle sonuçlanabileceğini ifade etmiştir.

Barber, Maltby, ve Macaskill (2005), kendini bağışlamada zorluk çeken kişilerin daha fazla öfkeyle ilgili anıları düşündüklerini bulmuşlardır. Başkalarını bağışlamada zorluk çeken kişilerinde, intikam düşünceleriyle daha fazla meşgul oldukları görülmüştür. Kendini bağışlama kavramı, diğerlerini bağışlama kavramı kadar üzerinde çalışılan bir konu değildir. Kendini bağışlamadan, başkalarını bağışlamanın çok kolay olmayacağı ve bu durumun yaşanan ikili ilişkilerde sorun yaratabileceği düşünülmektedir. Enright ve the Human Development Study Group (1996), kendini bağışlamanın terapi sürecinde çok önemli olduğunu söylemektedirler. Kendini bağışlamanın anlaşılıp uygulanmasının ileride başkalarını bağışlamayı kolaylaştıracağı savunulmaktadır.

I.5. Bağışlamanın Gelişimi

Doğaya baktığımızda, çatışma sadece insana özgü görünmemektedir. Diğer canlı türleri de çeşitli sebeplerden dolayı birbirleriyle çatışma yaşamaktadırlar. Bu tür çatışmaları çözmek için türler tarafından çeşitli çatışma çözme davranışları sergilenmektedir. Çatışma çözme davranış

mekanizmasının altında yatan, barış ortamını tekrar kurmak, sosyal ilişkileri tekrar oluşturmaktır. Hayvanlar arasında çatışma sonrası ilişki yapıcı davranışlardan, birbirini öpmek, hırıltı çıkarmak veya birbirini temizlemek olarak bahsedilmiştir (Ren et al, 1991,Akhtar'dan akt., 2002). Tsang, McCullough, ve Fincham (2006), primatlarda ve diğer hayvanlarda olduğu gibi, insanlarda da ortaya çıkan çatışmayı çözmeye ve bozulan ilişkiyi onarmaya yardım eden bir mekanizmanın bulunduğunu belirtmektedirler.

İnsan repertuarındaki ilişki onarıcı iç psişik mekanizma, bağışlama olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu iç psişik mekanizmanın gelişimi ile ilgili olarak Piaget'nin görüşleri önemli yer tutmaktadır. Fakat Piaget, çalışmalarında bağışlamaya çok az yer vermiştir. Enright ve the Human Development Study Group (1994) yazılarında Piaget'nin bağışlamaya ilişkin görüşlerini aktarmışlardır. Piaget, bağışlamanın gelişimsel bir süreç olduğunu ve bağışlamak için bazı özelliklerin oluşması gerektiğini belirtmektedir. Bu özelliklerden biri, olgunlaşmadır. Çocukluğun sonuna doğru bağışlama kavramı oluşmaya başlamaktadır. İlk çocuklukta bağışlamanın anlaşılması oldukça zordur. İkinci özellik, 'nesne'nin manipülasyonudur. Kişinin bağışlamayı uygulaması gerekmektedir. Kişi bağışlamayı uygulamazsa, bağışlaması zorlaşmaktadır. Üçüncü özellik, sosyal girdidir (social input). Dini ve kültürel değerlerin bağışlamayı desteklemesi oldukça önemlidir. Son özellik, dengelemedir. Kişi bağışlamaya çalışırken birçok zorluk yaşayabilmektedir, stres, karmaşa, zorlanma gibi, ancak bu durum bağışlamayla birlikte bir denge halini almaktadır. Piaget (1932), geç

çocuklukta bağışlamanın ortaya çıkış nedeni olarak çocuğun bağımlı düşünceden bağımsız düşünceye geçişinin neden olduğunu öne sürmektedir. Gerçek bağışlama, ergenlik öncesi gelişmekte ve karşılıklılık temelinde 'sana nasıl davranılmışsa öyle davran' düşüncesine dönüşmektedir (p.323). Bu görüşlere karşıt olarak, Enright, Gassin ve Wu (1992), bağışlamanın ahlaki ilkesi altında karşılıklılığın değil sevginin olduğundan bahsetmişlerdir. Piaget'nin, 'sana nasıl davranılmışsa öyle davran' görüşünden farklı olarak, sevgi ilkesinin karşılıklılık içermediğini, bağışlayan bir kişinin bağışlamasının karşılığına ihtiyacı olmadığını savunmaktadırlar.

Bağışlamanın ahlaki ilkelerini daha net gösterebilmek için Enright, Santos, ve Al-Mabuk (1989), bağışlamanın ahlaki gelişimi için bir model geliştirmişlerdir. Yazarlar, Kohlberg'in ahlak evrelerine benzer olarak bağışlamanın da ahlaki *gelişim* evreleri olduğundan bahsetmişlerdir. İnsanların bilişsel becerileri geliştikçe, başkalarının bakış açısından olaya bakmaları (McCullough & Worthington, 1994) ve bağışlamaları kolaylaşmaktadır. Ahlak gelişimi gibi bağışlama gelişimi de değişmez ve evrensel değildir. Modelde, bağışlamanın gelişimi karışıktır, yani insanlar evreler arası gerileyebilmekte veya evreleri atlayabilmektedirler. Bu nedenle, modelde daha sonra 'evre' yerine 'tarz' kelimesi kullanılmıştır.

Tarz 1, intikamcı bağışlamadır. Bu, tarzda düşünen bir kişi bağışlamayı öç almak olarak görmektedir. Küçük çocuklarda, bu tarz bağışlama görülmektedir. Önemli olan eşitliği sağlamaktır ancak eşitlik

sağlansa da bağışlama ortaya çıkmamaktadır. *Tarz 2, telafi olarak bağışlama*, kişi kendisine ne yapıldıysa onun telafisini istemektedir. Zarar gören kişi zarar vereni bağışlamadığı için kendini suçlu hissedebilmektedir. Zarar gören kendini daha iyi hissetmek için bile 'bağışlayabilir'. *Tarz 3, beklentisel bağışlama*, bilişsel olarak daha üst seviyededir. Bu tarzı kullanan kişinin, bağışlama kararında aile ve akran grubu etkili olmaktadır. Eğer kişi bağışlaması gerektiğine inanmadan bağışlarsa içsel süreçlerde bir değişiklik olmadığı için gerçek bir bağışlama oluşmamaktadır. *Tarz 4, yasal olarak beklentisel bağışlama*, kişi üyesi olduğu bir grup veya organizasyonun güdülemesiyle bağışlama kararı almaktadır. Dini ve felsefi gruplar buna örnek olabilir. Kişi bağlı bulunduğu grubun bağışlama ile ilgili görüşlerinin altındaki nedeni yeterince öğrenmemişse, bağışlama zorunluluktan öteye gidememektedir. *Tarz 5, sosyal ahenk olarak bağışlama*, kişinin bağışlamayı ahlaki bir değer olarak gördüğü ilk düzeydir. Kişi bağışlamanın sadece kendisi için değil aileler, gruplar, toplumlar içinde de yararlı olduğunu düşünebilmektedir. Kişi bağışlamanın iyi sonuçlarıyla ilgilidir (Enright & the Human Development Study Group,1994). *Tarz 6, sevgi olarak bağışlamada*, kişi bağışlamanın iyi sonuçlarıyla daha az, iyiliğin kendisiyle daha fazla ilgilidir. Bu tarzda bağışlayan kişinin bağışlaması başkalarının tepkilerine dayanmamaktadır.

Enright'ın modeline Worthington (1998) eleştiri getirmektedir. Enright'ın bilişsel bağışlama modeli, bağışlama hakkında insanların muhakemelerinin entelektüel ve ahlaki gelişimlerine paralel olduğunu

varsaymaktadır. Modele gelen eleştiri, insanların bağışlama hakkında nasıl muhakeme ettiklerinin, bağışlamayı gerçekte nasıl yaşadıklarını göstermeyebileceğidir. Kişiler olgun muhakeme yapabilirken bunu eyleme aktaramayabilirler veya olgunlaşmamış muhakeme yapabilirken son derece olgun eylemde bulunabilmektedirler.

Enright ve ark. (1989) yaptıkları araştırmada bağışlama tarzları için gl yaş grubu farklılıkları bulmuşlardır. Ergenlerin bağışlama hakkındaki muhakemeleri, çocuklardan ve genç/yetişkinlerden farklılık göstermiştir. Ergenlerin büyük bir çoğunluğu 3.tarzda bağışlarken çocukların 2.tarzda ve yetişkinlerin de 4.tarzda bağışladıkları görülmüştür. Çalışmada, 6.tarzda bağışlama muhakemesi yapanların sadece yetişkinler arasından çıktığı görülmüştür. Mullet, Girard, ve Bakhshi (2004) ise yaptıkları çalışmada, ebeveynlerle çocuklarının bağışlama kavramlarının benzerlik gösterdiğini bulmuşlardır. Bağışlamanın hem ğrenilebildiğı hem de gelişimsel özellik olarak kazanıldığı düşünülebilir. Fakat bu konuda daha fazla araştırmanın yapılması gerekmektedir.

I.6. Bağışlamada Psikopatoloji ve Kişilik Özellikleri

Bağışlama gerçekte psişik olarak hayatta kalma eylemidir (Frommer, 2005). Bunun ötesinde bağışlama, psikolojik bir iyileşme de yaratmaktadır. Buna karşın tüm olumlu sonuçlarına rağmen bağışlamada psikopatoloji oluşabilmektedir. Akhtar (2002), bağışlamada görülen patolojik tabloları açıklamıştır. Bu tablolardan ilki, başkalarını bağışlamada yetersizlik olarak tanımlamıştır. Başkalarını bağışlamada yetersizliği olan kişilerin, önüne geçilmez öfke ve intikamları vardır ve intikam istekleri kronik olduğu için bağışlamada yetersizdirler. Diğer bir patolojik tablo olan erken (vakitsiz) bağışlamada, kişiler bağışlamaya oldukça hazırdırlar. Bu kişilerin sağlıklı şekilde kızgın olma kapasiteleri yoktur. Aşırı bağışlama ise mazoşist kişilerde görülür. Kendilerine yapılan travmaları sürekli bağışlarlar ve kendilerine eziyet eden kişilere bağımlıdırlar Sahte ya da sözde bağışlamada (pseudoforgiveness), olumsuz duyguların üstesinden gelmeden kişi bağışladığını ifade eder. Bağışlanmayı aşırı isteme, bilinçaltında bulunan ahlaki olarak kötü olma duygusunu bastırmak için kullanılır. Bağışlanmayı kabul etmede yetersizlik, büyük küçük tüm zararlarda kişinin kendini sürekli suçlu hissetmesi ve zarar sonrası bağışlansa bile bunu yeterli görmemesiyle ortaya çıkan bir tablodur. Bağışlanma isteğinde yetersizlik, pişmanlık ve empati duymayan sosyopatlarla ve narsistlerde görülmektedir.

Bağışlamanın patolojik tabloları incelendiğinde bağışlamada yetersiz olan kişilerde kişilik bozukluğu olduğu görülmektedir. Bağışlamayla ilgili

yapılan çalışmalarda da bağışlamanın bir kişilik özelliği veya bir eğilim olup olmadığına ilişkin görüşler vardır. Bazı insanlar diğerlerine göre daha fazla *bağışlayıcıdırlar*. Genel olarak neden bazı insanların daha fazla bağışlayıcı olduğu ve bazılarının da bağışlamada yetersiz olduğu araştırmalarda incelenmeye çalışılmıştır. Genel olarak, bağışlamada yetersizlik gösteren kişilerin narsistik ve antisosyal bireyler olduğu görülmektedir. Narsistik, antisosyal ve paranoid bireyler sebep oldukları zararın sorumluluğunu almaktan kaçınmaktadırlar. Bu nedenle, narsistik bireylerin kendilerini suçlu görmemeleri veya haklı olduklarını düşünmeleri daha az bağışlayıcı kişiler olduklarını düşündürmektedir. Brown'nın (2004) araştırması bu görüşe açıklık getirmektedir. Brown, araştırmasında bağışlama eğilimi ile intikam arama eğiliminin ilişkili fakat birbirinden farklı olduğunu incelemiştir. Bağışlamaya yüksek eğilim gösteren bireylerin intikamcı olmadığını ve bağışlamaya düşük eğilim gösterenlerin ise intikamcı olabileceğini ve bu kişilerin narsizmlerinin derecelerinin değişebileceğini düşünmüştür. Bağışlamaya yüksek yatkınlığı olan bireyler arasında narsizmi intikamla ilişkisiz bulmuştur. Bağışlama düzeyi düşük olan bireylerde, narsizm, intikamcı olan ve olmayanlar arasında farklılık göstermiştir. Daha fazla intikam arayan bireyler, bağışlamada düşük eğilimli ve narsizmi yüksek kişilerdir ve cinsiyet farklılığı bulunmamıştır.

McCullough ve ark. (2001) da, bazı insanların diğer insanlara göre daha fazla intikam aradığından bahsetmişler ve bu durumu intikamcılık (vengefulness) olarak ifade etmişlerdir. Yaptıkları çalışmada, yüksek düzeyde intikamcı olan bireylerin, zarar olayını hem daha fazla düşünen hem de zarar

verene karşı daha fazla intikam güdüsü gösteren kişiler oldukları görülmüştür. Ayrıca, intikamcılık, kişiliğin evrensel beş faktörünü (yeniliğe açıklık, sorumluluk, dışa dönüklük, uzlaşmacılık, nörotisizm/iç uyum) ölçen Beş Büyük Kişilik faktörü testinde Nörotisizmle olumlu ancak Uzlaşmacılıkla olumsuz ilişkili bulunmuştur. Diğer bir çalışmada (Walker & Gorsuch, 2002) Beş Büyük Kişilik faktöründen Uzlaşmacılığın, başkaları tarafından bağışlanmanın bir yordayıcısı olduğu ancak başkalarını bağışlamanın anlamlı bir yordayıcısı olmadığı gösterilmiştir. Başkalarını bağışlama nörotisizmle olumsuz ilişkili bulunmuştur. Maltby ve Day (2004), bağışlama kapasitesinin savunma biçimiyle ilişkili olabileceğini düşünmüşlerdir. Çalışmalarında, bağışlama eğilimiyle nevrotik savunma biçimi (yapma bozma, sahte özgecilik, idealleştirme, karşıt tepki geliştirme) kullanımı arasında olumsuz bir ilişki bulmuşlardır.

Exline ve ark. (2004) yaptıkları araştırmada, narsizmin, bağışlamayı bulmuşlardır. Narsizm, Beş Büyük kişilik faktöründeki Uzlaşmacılık arasında olumsuz, Nörotisizm arasında ise olumlu ilişki bulunurken, diğer kişilik faktörleri arasında bir ilişki bulunmamıştır. Bağışlama eğiliminin farklı olarak Uzlaşmacılıkla olumlu, Nörotisizmle olumsuz ilişkisi saptanmıştır. Ayrıca, narsizmi yüksek olan kişilerin düşük olanlara göre eşlerini daha az bağışladıkları görülmüştür. Erkek katılımcılar arasında narsizm puanları kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Eaton, Struthers, ve Santelli (2006) hem genelde hem de belirli durumlarda oluşan zararlarda bazı kişilerin neden daha bağışlayıcı olduğunu anlamak için bir çalışma yapmışlardır. Sonuçlara

göre, narsizm gibi ego savunmasıyla ilişkili bazı özelliklerin bağışlamamayla ilişkili olduğu, benlik saygısı gibi ego gücüyle ilişkili bir özelliğin de bağışlamayla olumlu ilişkili olduğu bulunmuştur. Durumluk bağışlama (belirli durumlarda oluşan zarar sonucu) için benzer sonuçlar elde edilmiştir. McCullough ve ark. (1998) modelinde açıklanan kaçınma ve intikam güdülleri ile benlik saygısı olumsuz ilişki gösterirken, narsizm, kaçınma ve intikam güdülleriyle olumlu ilişki göstermiştir. Diğer bir kişilik bozukluğu olan paranoid kişilik bozukluğu tanısı alan bireylerde de bağışlama eğilimine bakılmıştır. Sastre, Vinsonneau, Chabrol, ve Mullet (2005), araştırmalarında bağışlamada isteksizlik ve intikam almanın paranoid kişilik bozukluğu ile güçlü ilişkisine dikkat çekmişlerdir.

Karremans, Van Lange, ve Holland (2005), bağışlama kapasitesi olmayan bir kişinin yalnızlık duyguları ve depresyon içinde olabileceğinden bahsederler çünkü bu kişiler diğerlerine karşı duygu yoksunudurlar. Suçlu kişiyi bağışlamayan bir kişi, hem suçlu kişiyle hem de başkalarıyla olumlu etkileşimde bulunamamaktadır. Day ve Maltby (2005) araştırmalarında, başkalarını bağışlama eğilimi gösteren kişilerin güçlü sosyal ilişkiler kurduklarını ve böylece sosyal yalnızlığı yaşamayacakları görüşünü sınamak için yaptıkları bir çalışmada, bağışlama eğiliminin sosyal yalnızlıkla ilişkisi bulunmamıştır. Sonuç olarak bağışlama eğiliminin düşük olması sosyal yalnızlığı beraberinde getirmiyor görünmektedir. Thompson ve ark. (2005), yaptıkları çalışmada yüksek düzeyde bağışlama yatkınlığının düşük

depresyonu, düşük öfkeyi ve yaşamdan alınan yüksek doyumunu yordadığını bulmuşlardır.

Bağışlama literatürüne bakıldığında yukarıda ifade edildiği gibi bağışlamanın olumsuz özelliklerle ilişkisi dikkat çekmiştir. Maltby, Day, ve Barber (2005), buna karşın bağışlama ile mutluluk arasındaki ilişki üzerine araştırma yapmışlardır. Bağışlayan ve zarar verene karşı daha olumlu davranan ve hisseden kişilerin daha mutlu olduklarını bulmuşlardır.

Özetlenecek olursa, bağışlamanın olumlu sosyal bir davranış olduğuna ve düşük bağışlama eğiliminin narsizm, antisosyal ve paranoid kişilik bozukluklarıyla ilişkisini gösteren araştırmalara yer verilmiştir. Ayrıca bazı insanların, diğerlerine göre daha fazla intikamcı olduğu ve bu durumun nörotisizmle ilişkisine değinilmiştir. Bağışlama eğilimi düşük kişilerin daha fazla sosyal yalnızlık yaşadıkları görüşü yapılan çalışmalarda desteklenmemiştir. Bağışlamanın, insan sağlığı üzerindeki olumlu etkisi bu araştırmanın konusu dışındadır. Özellikle kişilerarası bağışlamanın olumlu etkilerini ortaya koyan araştırmalar gün geçtikçe literatürde daha geniş yer bulmaktadır. Literatürde daha çok kişilerarası bağışlama üzerinde durulduğu ve yapılan araştırmaların büyük bir çoğunluğunun kişilerarası bağışlamayı konu aldığı daha önce aktarılmıştır. Kişilerarası bağışlamanın önemi özellikle ikili ilişkilerde ve evlilik kurumunda fazlasıyla dikkate alınmış, evlilik içinde yaşanan olumsuz olayların çözülmesinde bağışlama merkezi rol alır

duruma gelmiştir. İkili ilişkilerde bağışlamayı kolaylaştıranlar etkenlerin neler olduğunu bilmek evlilikte bağışlama sürecini anlamamıza yardım edebilir.

I.7. Bağışlamayı Kolaylaştıran Faktörler

Worthington ve Wade (1999), bazı durumsal, sosyal ve ilişkisel faktörlerin zarar verici ilişki olaylarına nasıl tepki verildiğini etkilediklerini belirtmektedir. Literatür incelendiğinde, belirgin bir zarar sonrası ortaya çıkan bağışlamayı yani durumluk bağışlamayı en fazla etkileyen değişkenler olduğu görülmektedir. Bu değişkenler, suçlunun özür dilemesi, kurbanın suçluyla empati kurması, ilişkiye bağlanma ve zararın şiddetidir.

I.7.1. Özür

Özür dilemek, bağışlama sürecinde bağışlamayı kolaylaştıran faktörlerden biridir. Scobie ve Scobie (1998), özürde, zararın şiddetinin önemli olduğunu vurgulamaktadırlar. İnsan etkileşiminde sadece davranışların değil, kullanılan kelimelerin de önemli olduğunu belirtmektedirler. Kullanılan kelimeler, davranışları desteklediğinde anlamlıdır. Özür, kişilerin yaptığı hatalı davranışları açıklama yoludur. Yazarlara göre, özür iki düzeyde görülmektedir. İlk düzeyde, zararın şiddeti çok az veya hiç yoksa ve zarar gören kişi kötü bir niyet algılamıyorsa, özür otomatik olarak ortaya çıkar. Gerçekte, ilişkiyi zedeleyen ciddi bir zarar yoktur ve özür, *kişilerarası sözel ritüel* olarak nitelendirilmektedir. Günlük

etkileşimde bu özür sıklıkla kullanılır. İkinci düzeyde ise şiddet arttıkça ve zarar olumsuz bir niyete dayandırıldıkça özrün kabul edilme olasılığı azalmaktadır. Bunun nedeni, zararın bir kazadan çok bir niyet sonucu algılanması ve zararın sorumluluğunun zarar veren kişiye yüklenmesidir.  zr n samimiyeti şüpheli ise ve zarar belli bir süredir devam ediyorsa, özrün bağışlamayı kolaylaştırması zor görünmektedir.

Bu açıklamayı destekleyen bir  alışma, Ohbuchi, Kameda, ve Agarie (1989) tarafından yapılmıştır. Yazarlar, bir kurbanın saldırganlığı üzerinde özrün etkilerini ve bu etkilerin altında yatan mekanizmayı ortaya koymak üzere  niversite öğrencileri ile bir çalışma yapmışlardır. İlk olarak, kız öğrenciler diğ r bir kız arkadaşları tarafından psikolojik olarak zarara uğratıldıktan sonra kendilerinden özür dilenmesi sağlanmıştır. İkinci çalışmada, erkek öğrenciler varsayımsal bir zarar olayında kurbanı oynamışlardır. Sonuçta, suçlu özür dilediğinde, kurban şiddetli öfke göstermemiştir. Ayrıca,  z rle zararın şiddeti arasındaki ilişkiye bakılmış ve zararın şiddeti arttıkça kurbanın daha fazla özür beklediğı ve kurbanın öfkesinin ve saldırganlığının azalması için bu özrün daha büyük veya karmaşık olması gerektiğı bulunmuştur.  zr n saldırganlığı engelleyici etkilerine, izlenim oluşturmanın, duygusal şiddetin azalmasının, kurbandan özür dilemesini istemenin aracılık ettiğı görülmüştür.

Gauche ve Mullet (2005), fiziksel veya psikolojik saldırganlık çeşidi açısından, saldırganı bağışlama isteğı üzerinde, sosyal yakınlık, özür ve

zarar verme niyetinin etkilerini araştırmışlar ve yetişkin katılımcılarından bağışlamalarını, fiziksel veya psikolojik saldırganlık bağlamında ifade etmelerini istemişlerdir. Psikolojik saldırganlığa göre fiziksel saldırganlığın bağışlanmasında özür ve niyet faktörünün daha etkili olduğu gösterilmiştir. Fiziksel saldırıya uğrayan kişiler, eylemdeki niyete daha fazla önem verirken, psikolojik saldırıya uğrayan kişilerin özrünün varlığına daha fazla önem verdiği bulunmuştur. Ayrıca psikolojik saldırıya uğrayanların, suçluyla olan sosyal yakınlığa daha fazla önem verdiği belirlenmiştir.

Gerçekte, özür, empati, ilişki uyumu, bağlanma bağışlama sürecinde tek başlarına rol oynamayıp, her biri diğerini etkileyen durumlar olarak görülmektedir. Özür, empatiyi kolaylaştırırken empati daha fazla bağışlamaya neden olmaktadır. İlişki uyumu ve bağlanma daha fazla özre, empatiye ve sonuç olarak daha fazla bağışlamaya yol açmaktadır. McCullough (2000), içten dilenen özrünün ve içten ifade edilen pişmanlıkların zarar görenin bağışlamasına daha fazla katkıda bulunacağını savunmaktadır.

I.7.2. Empati

Empati, kişinin kendini diğerinin yerine koyarak onun bilişsel ve duyuşsal olarak ne yaşadığını ve ne hissettiğini anlama becerisi olarak tanımlanmıştır (Worthington & Wade, 1999). Empatinin, insan ilişkilerinde önemli ve olumlu bir süreç olması bağışlama ile ilgili modellerde önemle ele alınmasını sağlamıştır. Worthington'ın (1998) modelinde açıklanan en önemli kavram empatidir. Yazara göre empati bağışlamanın merkezinde yer

almaktadır. McCullough ve ark. (1998) modelinde de empati, bağışlamanın en yakın belirleyicisi olarak tanımlanmıştır. Hebl ve Enright (1993) da, bağışlamanın süreç modelindeki evrelerden biri olan çalışma (working) evresinde, empatinin ortaya çıktığını ve suçlu ile ilişkili birçok faktörü, suçlunun çocukluğu, ev ortamı, şuan ki yaşam koşulları gibi, kurbanın anlamasına yardım ettiğini ifade etmişlerdir. Suçlu kişinin durumunu daha iyi anlamak ve onun bakış açısını yakalamak, bağışlamayı kolaylaştırmaktadır. Özellikle bağışlama terapilerinde empatiyi oluşturabilmek için suçlu kişi hakkında zarar görenin daha fazla bilgi sahibi olması sağlanmaktadır (Hill, 2001). Düşük empati kapasitesi olan kişilerin, narsistler ve antisosyal kişilik bozukluğu olanlar gibi, bağışlama için gerekli olan empatiyi kuramadıklarından bağışlamanın gerçekleşemediği belirtilmiştir ve bu nedenle, empati bağışlama için önemli araçlardan biri olarak görünmektedir.

McCullough, Worthington, ve Rachal (1997) üniversite öğrencilerinin geçmişte yaşadıkları bir incinme olayı ile ilgili olarak yaptıkları bir çalışmada, zarar veren kişi kurbandan özür dilediğinde, özür empatiyi güçlendirmektedir. Sonuçlar, özür, empati ve bağışlama nedensel ardışıklığının geçerliliğini desteklemiştir. Benzer bir çalışmada, McCullough ve ark. (1998), üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarında, kişilerin herhangi biriyle yaşadıkları belirli bir zarar olayını düşünmeleri istenmiştir. Katılımcıların yarısı zarar olayını kız veya erkek arkadaşlarıyla yaşadıklarını belirtmişlerdir. Çalışmada, özür, empati ve bağışlama ilişkisi incelenmiş, özür ve bağışlama ilişkisine tümüyle empatinin aracılık ettiği görülmüştür.

I.7.3. Bağlanma

Rusbult, Verette, Whitney, Slovik, ve Lipkus (1991), birbirine bağlı olan çiftlerin birbirine bağlı olmayan çiftlere göre daha uyumlu olduklarını bulmuşlardır. Tsang ve ark. (2006), bir makalelerinde bağışlama ve yakınlık/bağlanma arasındaki ilişkide hangisinin diğerini başlattığını sorgulamışlardır. Bağışlama için ilişkinin düzelmesi ve bağlanmanın tekrar oluşması mı gerekir yoksa bağışlama, ilişkinin devamını sağlamada gerekli zemini hazırlar mı? Bağışlama ve bağlanma arasında bir neden sonuç ilişkisi kurulmak istendiğinde hangisinin diğerinden önce geldiği sorusuna yapılan araştırmalar cevap vermeye çalışmıştır.

Johnson ve Rusbult (1989), ilişkilerine yüksek düzeyde bağlı olan kişilerin alternatiflere karşı ilişkilerini nasıl koruduklarını tartışmışlardır. Yaptıkları çalışmada, ilişkilerini bitirenlere göre ilişkiye devam edenler alternatif eşleri daha olumsuz değerlendirmişlerdir. İlişkiye devam etme eğilimine bağlanma aracılık etmiştir. Daha bağlı bireyler, alternatifler çok çekici olduğunda ve elde edilebilirliği yüksek olduğunda bile, alternatiflere daha az çekicilik yüklemişlerdir. Bu görüşlerin devamı olarak söylenebilir ki, birbirlerine daha bağlı eşlerin bağlı olmayanlara göre birbirini aldatması daha az bir olasılıktır. Aldatma yaşılasalar bile birbirine bağlı eşlerin, bağlı olmayan eşlere göre ihaneti daha kolay bağışladıklarını destekler bir çalışma yapılmıştır. Finkel ve ark. (2002), ilişkide ihaneti (betrayal), ilişkiyle ilgili açık veya kapalı olan normların bozulması olarak tanımlarlar. Eş, ilişkiyle ilgili

normlara uymadığı zaman ihanet ortaya çıkar. Norm ise ilişkideki kurallardır. Araştırmacıların bağlanmayla ilgili araştırmalarında, daha az bağlı çiftlerle kıyaslandığında yüksek bağlılık gösteren bireylerin eşlerinin ihanetlerini daha fazla bağışladıkları görülmektedir.

McCullough ve ark. (1998) eşlerle yaptıkları çalışmada, ilişki uyumu ve bağlanmanın bağışlamayla ilişkisine bakmışlardır. Eşler arasında yaşanan belirli bir zarar hakkında yapılan bir çalışmada bağışlama, ilişki doyumu ve bağlanma ile ilişkili bulunmuştur. Bu sonuç bağışlamanın, mutlu ve bağlı çiftlerde daha fazla görüldüğü varsayımını desteklemektedir. Yazarlar, aynı makalede yayınladıkları üniversite öğrencileri ile yaptıkları bir çalışmada, zarar öncesi ilişki yakınlığının, bağışlamayı kolaylaştırdığını göstermişlerdir. Daha fazla yakınlık içinde olan eşler, zarar veren eşin kendilerinden daha fazla özür dilediğini söylemişlerdir. Zarar öncesi ilişkisel yakınlık, özür-empati-bağışlama nedensel sırasını kolaylaştıran bir bağlam olarak ortaya çıkmaktadır. Onlara göre bağlı ve kaliteli ilişkilerde eşlerin daha fazla bağışlanması iki mekanizmaya dayanmaktadır. İlki, yakın ilişkilerde zarar veren taraf daha fazla özür diler olarak görülmektedir. İkincisi, ilişkideki eşler yakın, veya bağlı ise kurbanlar bağışlamak için zarar verenlere daha fazla empati geliştirmektedir.

Tsang ve ark. (2006), üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada, bağışlamanın zarar verene karşı yeniden bağlanma ve yakınlık oluşturabileceğini bulmuşlardır. Yapılan çalışmada, McCullough ve ark.

(1998) bağışlamanın sosyal psikolojik modelinde yer alan kaçınma ve intikam boyutları ölçülmüştür. Zarar sonrası, zamanla katılımcıların kaçınma ve intikam güdülerinde azalma görüldükçe ve zarar verene karşı iyimserlikleri arttıkça, yakınlık ve bağlanmalarında artma bulunmuştur. Bu nedenle, zarar sonrası bağışlama ve bağlanmanın birlikte ortaya çıktığını düşünmektedirler. Karramens ve Van Lange (2004), üniversite öğrencilerinde, bağışlamanın ilişki sonrası tepkileri yordayıp yordamadığına bakmışlardır. Bağışlama düzeyinin, ilişkide işbirliği yapmayı, uyma ve fedakarlık yapma isteğini, zarar verenin bağlanma düzeyinden bağımsız olarak yordadığını bulmuşlardır.

Karremans, Van Lange, Ouwerkerk, ve Kluwer (2003), bağışlamanın psikolojik iyilik halini neden arttırdığını araştırmışlardır. Yazarlara göre, bağışlama ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişkiyi kişilerarası bağlanma etkilemektedir. Eşlerle yapılan çalışmada, bağışlamanın ve bağlanmanın psikolojik iyi olma üzerinde anlamlı etkileşimleri olduğu gösterilmiştir. Bağışlama sadece bağlanma güçlüyken psikolojik iyi olmayla ilişki göstermiştir. Bu sonuç, güçlü bağlanmaya rağmen bağışlama olmadığında durumun psikolojik gerilim yaratabileceğini gösterir. Ayrıca, kişinin, eşini bağışlama eğilimi ile hayattan aldığı doyum arasındaki ilişki, diğerlerini bağışlama ve hayattan aldığı doyum arasındaki ilişkiden daha anlamlı bulunmuştur.

Bağışlamayı kolaylaştıran faktörler olarak empati, bağlanma ve özürden bahsedilmiştir. Her bir değişken, bağışlamayla yakın ilişki

gösterirken, diğer değişkenlerle de ilişkili görünmektedir. Bunlardan her birinin diğerini etkiliyor olması nedensellik anlamında yorum yapmamıza izin vermemektedir. Son olarak, bağışlamayla ilişkili olduğu düşünülen bir değişkenden daha bahsedilecektir. Yukarıda açıklanan değişkenler bağışlama ile olumlu ilişki gösterirken ifade edilecek değişkenle bağışlama arasında olumsuz bir ilişki görülmektedir.

1.7.4. Zararın Şiddeti

Literatüre bakıldığında bağışlamayı etkileyen faktörlerden birinin de zararın şiddetinin olduğu görülmektedir. Bununla birlikte kimin penceresinden zarara bakıldığı önemlidir. Younger ve ark. (2004) çalışmasında, katılımcıların büyük çoğunluğu kimseyi incitmediklerini ifade etmişlerdir. Bu sonucu destekler bir çalışma da Zechmeister ve Romero (2002) tarafından yapılmıştır. Çalışmada suçlu kişilerin çoğu, kendi suçlarının gerçekte önemsiz olduğunu ve kurbanın öfkeli tepkisini hak etmediklerini belirtmişlerdir.

Görüldüğü üzere, inciten kişiyle incinen kişinin zarara ilişkin algısı farklı olmaktadır. Bunu destekleyen bir çalışmada, katılımcılara hem kurban oldukları hem de suçlu oldukları hikayeler yazdırılmıştır. Kurban ve suçlu hikayelerinde, zararın şiddetinin aynı olmasına rağmen, kurbanlar zararın şiddetini abartma yönünde, suçlularda zararın şiddetini azaltma yönünde eğilim göstermişlerdir. Gözlenen farklar, zararın şiddetinden çok içinde

bulundukları rollerdeki eğilimden kaynaklanmaktadır. Yakın ve mutlu ilişki içinde olan kurbanlar, mutsuzlara göre eşlerinin olumsuz davranışına daha az suçlayıcı ve daha iyimser yaklaşmıştır. Bu da bağışlama için uygun ortamı sağlamaktadır (Kearns & Fincham, 2005).

Gordon ve Baucom (1998), bağışlamanın süreç modelinde aktarılan üç evre modelinde, çiftler arasında zarar gören kişinin kendine yapılan haksızlığı hak ettiğini düşündüğü durumda zararın şiddetinin çok fazla algılanmayabileceğinden bahsederler. Bu tür kişiler, olumsuz davranışın arkasında haksız bir neden olduğunu düşünmediklerinde zarar şiddetli algılanmamaktadır. Buna karşın, yapılan hata için herhangi bir açıklama ve neden olduğu düşünülmediğinde eş kendini korumasız hissetmekte ve zarar beklenmedik bir davranış olduğu için daha şiddetli algılanmaktadır.

Fincham, Jackson, ve Beach (2005), flört eden üniversite öğrencilerinden, kız/erkek arkadaşları tarafından incitildikleri bir zarar hakkında bilgi vermeleri istenmiştir. Çalışmada, zararın şiddetinin sınır (boundary) koşullar içinde bağışlamayı değiştirebileceği vurgulanmaktadır. Bu koşullardan ilki, incinen kişinin zarar hakkında yaptığı yüklemelerdir. İncinen kişi, zarar için olumsuz sorumluluk yüklemeleri yapmaktadır. Yapılan olumsuz yüklemeler bağışlamayı zorlaştırmaktadır. İkinci koşul, 'reddedilme hassasiyetidir' (rejection sensitivity). Kurban, zararı bir reddedilme işareti olarak görebilmektedir. Reddedilme hassasiyeti gösteren bireylerin, ilişkilerini kaybetme korkuları vardır ve bağışlama bu korkunun üstünde temellenmekte

ve ilişkinin sona ermesinden korktukları için bağışlamaları kolaylaşmaktadır. Reddedilme hassasiyeti yüksek kişilerde, zararın şiddeti bağışlamanın kolaylaşmasını etkilemezken, reddedilme hassasiyeti düşük kişilerde zararın şiddetinin artması bağışlamayı zorlaştırmaktadır. Çalışmada, olayın şiddetinin hem nesnel (katılımcı tarafından) hem öznel (araştırmacı tarafından) derecelendirilmesi yapılmıştır. Sonuçlara göre, hem nesnel hem de öznel derecelendirmeler bağışlamayı yordamıştır. Reddedilme hassasiyeti, nesnel şiddet etkisine aracılık ederken, sorumluluk yüklemeleri öznel şiddet derecelendirilmelerine aracılık etmiştir.

Tse ve Cheng (2006), depresyonun ilişki yakınlığı ve zararın etkilerinin ötesinde bağışlamayı yordayıp yordamadığına bakmışlardır. Üniversite öğrencilerinin katıldığı bir çalışmada, katılımcılara tanıdık biri veya en yakın arkadaşları tarafından hafif ve ciddi zarar gördükleri iki varsayımsal durum verilmiş ve bununla birlikte katılımcılar depresyon envanteri de doldurmuşlardır. Depresif olmayan katılımcılar için ciddi bir zarar durumunda suçluyla olan yakınlık bağışlamayı arttırmıştır. Depresif olanlar olmayanlara göre tanıdık biri tarafından uğradıkları hafif bir zararı daha zor bağışlamışlardır.

Kachadourian, Fincham, Davila, ve Brook (2005), eşlerine ikircikli tutum besleyen kişilerin, eşlerinin suçlarını daha az bağışlayacağını çünkü eşleri tarafından zararın olumsuzluğunun ikircikli tutumu arttıracığını düşünmüşlerdir. Eşlerle yaptıkları çalışmada, eşe karşı ikircikli tutumlar

arttıkça bağışlamanın azaldığını ancak bu durumun zarar gören eşin zarar olayını çok sık düşünmesiyle (rumination) birlikte görüldüğünü bulmuşlardır. Eşe karşı ikircikli tutum, olayın sık düşünülmediği durumlarda görülmemiştir. Boon ve Sulsky (1997), üniversite öğrencilerinin flört ilişkilerinde ortaya çıkabilecek varsayımsal zarar durumları üzerinde yaptıkları çalışmalarında, zararın şiddetinin artmasının suçlamada artışı ve bağışlama isteğinde azalmayı yordadığını göstermişlerdir.

Buraya kadar aktarılan bilgiler bağışlamanın genel hatlarını açıklamaya yöneliktir. Bağışlama hakkında bir çerçeve oluşturduktan sonra araştırmanın konusu olan evlilikte bağışlama hakkında bilgiler verilmeye çalışılacaktır. Evlilikte bağışlama bölümünde, ilişki doyumu ve evlilikte yapılan yüklemelere ilişkin literatürdeki çalışmalara yer verilecektir.

1.8. Evlilikte Bağışlama

Bağışlamanın, ilişkide yaşanan gerginlik ve uzaklaşma sonrasında ilişkiyi tekrar onarmak ve iyileştirmek için en önemli psikolojik süreçlerden biri olduğundan bahsedilmiştir. Aile içindeki ilişkiler, yaşanan bazı çatışmalar nedeniyle yara almaktadır. Çatışmalı ve zor durumlar çoğu zaman bağışlamayı gerektirmekte (Karremans & ark., 2003) ve bağışlama evlilikte sevgi ve bakımı tekrar oluşturmada bir araç olarak kullanılmaktadır. Evlilikte çatışma ortaya çıktığında, bağışlama, öfke ve intikam döngüsünü kırmakta ve bunun yerine güven ve ilişki için umut oluşturmaktadır.

Bağışlama üzerine yapılan bazı tartışmalarda bağışlama ve aile ilişkileri üzerine görüşler öne sürüldüğünden daha önce bahsedilmiştir (Hargrave & Sells, 1997; Worthington, 1998). Aile içerisinde güven ve dürüstlük zedelendiğinde, eşler en çok güvendikleri kişilerin gerçekte çok güvenilir olmayabileceği gerçeği ile yüz yüze gelmektedirler. Gordon ve Baucom'a (2003) göre evlilikte bağışlama ortaya çıkan travmalarla (ihamet gibi) baş etmek için çok fazla kullanılmaktadır. Hargrave ve Sells (1997), bağışlamanın öneminin ilişki etiğine zarar gelmesi durumunda arttığını belirtmişlerdir. Fincham (2000), eşlerin birbirini incitmesi sonucu ortaya çıkan yabancılaşmayı sona erdirmek için en önemli baş etme yollarından biri olarak bağışlamayı görmektedir.

Evlilikte ortaya çıkabilecek sorunların tümüyle sona erdirilmesi mümkün olmadığından, bağışlama, evlilikte eşler arasında çıkan sorunların çözümünde bir müdahale yöntemi olarak kullanılmaktadır (DiBlasio, 2000; Fitzgibbons, 1986; Gordon & Baucom, 2003). Bu nedenle evlilikte bağışlamanın daha iyi anlaşılması için birçok araştırma yapılmaya başlanmıştır. McCullough ve ark.'nın (1998) bağışlamanın sosyal psikolojik belirleyicileri modelinde, bağışlamanın en yakın belirleyicilerinden biri olduğu düşünülen yüklemeler ve yüklemelere göre bağışlamanın daha uzak bir belirleyicisi olan ilişki doyumu ile bağışlama arasındaki ilişkiyi araştırmış birçok çalışma yapılmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda, sosyal psikolojik modele dayanılarak, evlilikte bağışlama için önemli olduğu düşünülen bu iki kavrama daha geniş yer verilmiştir .

I.8.1. Bağıslama ve İlişki Uyumu

Evlilik kalitesi, evlilikle ilgili yapılan çalışmalarda en fazla incelenen konulardan biri olmuştur (Spanier & Lewis, 1980) ancak tanımı ve ölçümü açısından sıkıntı yaşanan bir kavramdır (Glenn,1990). Fincham ve Bradbury (1987), evlilik başarısı, evlilik uyumu, evlilik doyumu ve evlilikte görüş birliği gibi farklı kavramların evlilik kalitesini yansıttığını ve bu kavramın da kişinin, eşi ve evliliği hakkında öznel yargılarını içerdğini belirtmişlerdir. Spainer ve Cole'a göre, evlilik kalitesini yansıtan kavramlardan biri olan evlilik uyumunun, evlilik doyumu ve mutluluğunu içeren genel bir kavram olduğunu ve evlilik kalitesi ölçümlerine bakıldığında, evlilik uyumunun ve mutluluğunun ölçüldüğünü ifade etmişlerdir (1976, Crane, Allgood, Larson, & Griffin, 1990'dan akt.).

Evlilik uyumuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, uyumu etkilediği düşünülen bazı değişkenlerin rolü incelenmiştir. Bunlardan biri, ilişki uyumu üzerinde davranışsal değişkenlerin rolüdür. Mutlu ve mutsuz çiftler davranışsal açıdan incelendiğinde, mutsuz çiftlerin mutlu çiftlere göre daha fazla olumsuz iletişim davranışı sergiledikleri görülmüştür. Mutsuz çiftler, mutlu çiftlere göre iletişimlerinde daha fazla eleştiri, düşmanlık, yakınma ve tepki vermeme davranışı göstermektedir (Fincham & Beach, 2006). Mutsuz çiftlerde, eşlerden biri olumsuz bir davranış gösterdiğinde diğer eşte bu davranışa olumsuz davranışla karşılık vermektedir. Gottman (1998), bu etkileşimin mutsuz çiftlerde bir kısır döngüye neden olduğunu ve eşlerin bu

döngüden bir daha çıkmalarının zor olduğunu belirtmiştir. Mutlu çiftler, ilişki onarıcı tepkileri daha fazla verdiklerinden bu kısır döngüden çıkmaları daha kolay olmaktadır.

İlişki uyumu üzerinde rolü olduğu düşünülen diğer bir değişken biliştir. Yapılan çalışmalarda olumsuz bilişlerin (örn., anlaşmazlık yıkıcıdır, eşler asla değişmez) evlilikteki uyumsuzlukla ilişkili olduğu görülmüştür (Fincham & Beach, 2006). Mutlu çiftlerde eşler, kendilerinden daha çok eşlerini olumlu olarak görmekte ve olumsuz ilişki olaylarına ben merkezli yüklemeler yaparken olumlu ilişki olaylarına eş merkezli yüklemeler yapmaktadırlar (Fincham & Bradbury, 1989). İlişki uyumu üzerinde bilişsel değişkenlerin rolünün incelendiği araştırmalara bakıldığında, diğer bilişlere göre yüklemeler daha fazla araştırma alanı oluşturmuştur.

İlişki uyumunu etkileyen son boyut duyuşturdur. Bu boyutla ilgili yapılan çalışma sonuçları çelişkili gözükmetedir. Bazı araştırmalar olumsuz duyuşların evlilik için zararlı olduğunu gösterirken bazı araştırmalar ilişki kalitesini arttırdığını göstermektedir (örn. Gottman & Notorius, 2000, Bradbury, Fincham, & Beach, 2000'den akt.).

Son yıllarda, ilişki uyumu ayrıca evlilikte bağışlama konusunda önemli bir değişken olarak düşünülmüş ve aralarındaki ilişki açıklanmaya çalışılmıştır. McCullough ve ark. (1998) bağışlama ile ilişki uyumu arasında birkaç yolla ilişki olduğunu varsaymaktadırlar. İlişki uyumu yüksek olan

ilişkilerde bağışlama daha kolay olmaktadır. Bağışlamanın daha kolay olmasının nedenlerinden biri, ilişkiye daha fazla yatırım yapan eşler ilişkilerini daha fazla korumak istemektedirler. İkincisi, uyumlu çiftlerde, ilişkinin devamını sağlamak için acılara daha fazla göz yumulmaktadır. Üçüncüsü, bu tür ilişkilerde eşlerin ilgileri birleşmektedir. Dördüncüsü, uyumlu ilişkilerde, kişiye bir maliyeti bile olsa eşin yararına yönelik davranılmasını sağlamaktadır. Beşincisi, uyumlu ilişkilerde eşlerin paylaştıkları daha fazla bir geçmiş vardır ve bu yüzden eşler empati kurmak için daha fazla kaynağa sahip olmaktadır. Altıncısı, uyumlu bir eş, eşi tarafından kendisine yapılan haksızlığın kendi iyiliği için olduğunu daha fazla düşünebilmektedir. Sonuncusu, uyumlu ilişkilerde zarar veren eşler daha kolay özür dilemekte ve pişmanlık belirtmektedirler.

Literatürde, ilişki uyumu veya kalitesi ile bağışlama arasında bir ilişki bulan araştırmalar hızla artmaktadır (Fincham, 2000; Thompson & ark., 2005). McCullough (2000) yaptığı bir çalışmada, iki farklı zarar veren olaya karşı bağışlama düzeylerini araştırmıştır. Suçlunun eşine karşı yaptığı şimdiye kadar ki en büyük zarara ve en son zarara ilişkin bağışlama düzeyleri bağlanma ve ilişki doyumu ile ilişkili bulunmuştur. Zararı çok sık düşünme (rumination) ve empati, bağışlama ile ilişkilidir. Eşine daha fazla duygusal empati gösterenler ve zararı daha az düşünenler ve daha iyimser olanlar daha fazla bağışlayıcı ve ilişkilerinde daha mutlu görülmüştür (Paleari, Regalia, & Fincham, 2005).

Fincham, Paleria, ve Regalia (2002), evli çiftlerde ilişki uyumunun, yüklemelerin, empatinin ve duyuşsal tepkilerin bağışlamayı yordadığını bulmuşlardır. İlişki uyumu, olumlu yüklemeleri daha fazla yordamakta bu da olumsuz duyuşsal tepkileri azaltarak ve duygusal empatiyi artırarak bağışlamayı dolaylı veya dolaysız olarak kolaylaştırmaktadır. İlişki uyumu, sorumluluk yüklemelerinin temel rolü oynadığı nedensel zincirde bağışlamaya sadece dolaylı olarak bağlı bulunmuştur.

Ripley ve Worthington (2002), evli çiftlerle yaptıkları bir çalışmada, bağışlama ile ilişki uyumu ve iletişim arasında olumlu ilişkiler bulunmuştur. Bağışlamaya dayalı müdahale grubundaki eşler, kontrol grubundakilere göre iletişimde daha fazla ilerleme göstermişlerdir. Buna karşın, izleme çalışmasında ilişki uyumu ve bağışlama açısından gruplararası fark bulunamamıştır. Kachadourian, Fincham, ve Davila (2004), çalışmalarında bağışlamanın ilişki uyumuyla olumlu, zararı çok sık düşünmeyle (rumination) olumsuz ilişki gösterdiğini açıklamışlardır.

Araştırmalarda ilişki uyumu ile bağışlama arasında bulunan olumlu ilişkiye dayanarak, daha fazla bağışlama eğiliminde bulunan eşlerin bulunmayanlara göre daha yüksek ilişki uyumu gösterdikleri düşünülebilir. Daha uyumlu eşler, zarar sonrası birbirlerini daha fazla bağışlıyor olabilirler. Ancak , bağışlama ve ilişki uyumu arasındaki ilişki çift yönlü olabilir. Buna ilişkin bir çalışmada, Fincham ve Beach (basımda), kadınlar için bağışlama ve evlilik uyumu arasında çift yönlü bir etki bulmuştur ancak erkekler için bu

etkinin tek yönlü olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, ilişki uyumu ve bağışlama arasındaki nedensellik ilişkisini aydınlatacak daha fazla araştırmaya gereksinim bulunmaktadır.

1.8.2. Bağışlama ve Yüklemeler

Evlilik ilişkileri ile ilgili araştırmalar incelendiğinde, eşler arasında yapılan yüklemelerin iki boyutta olduğu görülmektedir. İlk boyut, olayla ilgili olarak yapılan nedensel yüklemeler, ikinci boyut ise olayın sorumluluğu ile ilgili yapılan sorumluluk yüklemeleridir. Bu doğrultuda, evlilikte yapılan yüklemelerin daha iyi anlaşılması açısından ilk olarak nedensel yüklemeler daha sonra sorumluluk yüklemeleri açıklanacaktır.

Yükleme kuramı, psikoloji literatüründe en fazla çalışılan konulardan biri olmuştur. İnsanlar, sosyal çevrelerindeki özellikleri, niyetleri, duyguları çevresindeki kişilere yüklemektedirler. Yapılan yüklemeler insanın çevresindeki dünyaya anlam vermesini sağlamaktadır. Kişi dünya hakkında anlamlı bir çerçeve oluşturabilmek için ‘neden’ ve ‘nasıl’ sorularını sormaktadır. Heider (1958), insanların bu sorulara cevap ararken kime, neyi nasıl yüklediklerini araştırmıştır. Heider, sokaktaki insanın dünyayla ilgili istikrarlı bilgilere sahip olmasının ve çevresini kontrol edebilmesinin önemli olduğunu belirtmiştir. Kişinin çevresini kontrol edebilmesi, çevresindeki insanların davranışlarını kestirebilme gücüne dayanmaktadır. Bu nedenle, sokaktaki insanın, psikologlar gibi çevresindeki insanların davranışlarına

nedensel açıklamalar getirdiğini belirtmiştir. Fakat yapılan bu nedensel yüklemeler, nedenin kişinin kişilik özelliklerine mi yoksa dış çevreye mi yükleneceği sorunu getirmektedir. Nedensellik, çevreye yüklendiğinde, yükleme çevredeki her şeyi kapsayabilmektedir. Nedensellik içsel olduğunda, yükleme kişilik özellikleri, güdüler, heyecanlar, tutumlar, yetenek ve çaba gibi kişiyle ilgili olan her şeyi içermektedir.

Heider'dan sonra Jones ve Davis (1965), çevresel etkenlerin yüklemelerin gerçek nedeni olmadığına karar verildiğinde, kişilerin davranışlarının onların gerçek eğilimleri olup olmadığı sonucunu nasıl çıkardığımızı tartışmışlardır. Kişinin davranışının, onun 'gerçek' özelliğini ortaya koyduğunu anlamak için kişiler hakkında uyuşan vardamalara (correspondence inference) ulaşılmaktadır. Yani, kişinin davranışı, kişi tarafından serbestçe seçilmişse, genel olmayan sonuçlara sahipse ve sosyal istenilirliği düşük ise bu davranışların kişinin gerçek davranışı olduğu düşünülüp, neden, kişinin istikrarlı kişisel özelliklerine yüklenmektedir.

Yükleme kuramlarından bir diğeri olan Kelley'nin (1972) nedensel yükleme kuramı, başkalarının davrandıkları şekilde niye davrandıklarını açıklamaya çalışmıştır. Gerçekte diğerlerinin davranışlarının arkasında çoğu zaman bir değil birçok hatta bazen sonsuz sayıda neden yatmaktadır. Bu durumda sorulan ilk soru diğerlerinin davranışlarının içsel nedenlerden mi yoksa dışsal nedenlerden mi veya bu ikisinin bileşiminden mi ortaya çıktığıdır. Kelley (1972), başkalarının davranışını açıklamada 'neden'

sorusuna, yani kişinin ortaya koyduğu davranışı niye yapmıştır sorusuna cevap ararken üç boyuta odaklanıldığını belirtmiştir. İlk boyut olan yaygınlık (consensus) bilgisi, diğer kişilerin de aynı uyarıcıya veya olaya aynı tarzda tepki verip vermemesidir. İkinci olarak tutarlılık (consistency) bilgisi, kişinin aynı uyarıcıya başka durumlarda ve zamanlarda aynı tarzda tepki verip vermemesidir. Üçüncü olarak belirginlik bilgisi (distinctiveness), kişinin diğer uyarıcı veya olaylara aynı tarzda tepki verip vermemesidir. Kurama göre, başkalarının davranışlarının nedenini en çok düşük yaygınlık, yüksek tutarlılık ve düşük belirginlik koşullarında içsel nedenlere yükleriz. Buna karşın, dışsal nedenlere ise yüksek yaygınlık, yüksek tutarlılık ve yüksek belirginlik koşullarında yükleme yaparız.

Sonuç olarak nedensellik, bir olayı neyin veya kimin meydana getirdiğidir. Bununla beraber, sorumluluk yükleme, olumlu veya olumsuz bir olay için kimin veya neyin sorumlu olduğudur (Hamilton,1978). Heider (1958) doğrudan, sorumluluğun ne olduğunu tanımlamamıştır bunun yerine sorumluluk yüklemelerine neyin yol açtığını veya açmadığını belirtmiştir. Heider için olaya kimin neden olduğunun yanında bundan kimin sorumlu olduğu da önemlidir. Kurama göre sorumluluğu belirlemede iki faktör çok önemlidir. Kişinin etkiyi ortaya çıkarmaya ne kadar niyetli olduğu ve çevresel faktörlerin ortaya çıkan eyleme ne kadar neden olduğudur. Kişinin niyeti ve çevresel faktörlerin etkileşimi beş evrede gerçekleşmektedir. Bunlardan ilki bağ kurmadır; kişinin herhangi bir şekilde kendisi ile bağı olan şeylerden veya kişiye ait olan tüm etkilere kişi sorumlu tutulur. İkincisi nedenselliktir; kişi

tarafından neden olunan her şeyden kişi sorumlu tutulur. Üçüncüsü tahmin edilebilirlik; kişinin yaptığı eylemin sonuçlarını önceden görmesi beklenir ve sonuçları önceden görmüşse sorumlu tutulur. Dördüncüsü niyetlilik; kişinin yaptığı eylem kontrolü dışında olmadığı için niyetli davranışından ötürü sorumlu tutulur. Son olarak haklı çıkarmak; kişi davranışının nedeninden tümüyle sorumludur (Fiske & Taylor, 1991).

Yükleme kuramında açıklanan nedensel ve sorumluluk yüklemelerinin, evlilik ilişkisinde incelemeye başlanması ile birlikte yapılan ilk araştırmalarda, yükleme kavramının temel boyutları üzerinde bir anlaşmaya varılamadığı görülmektedir. Bu nedenle yükleme araştırmalarında tartışmalı sonuçlar elde edilmiştir (Fincham & Bradbury, 1992). Yüklemenin temel boyutlarının ilk tartışmalarında, nedensel yüklemelerin, odak, istikrarlılık ve kontrol boyutlarından bahsedilmiş niyet faktörünün ise bir nedene ait bir özellik olmadığı ancak olaya neden olan kişinin bir özelliği olduğu vurgulanmıştır. Son çalışmalarda, evlilikte yapılan yüklemelere nedensel yüklemelerin yanında sorumluluk yüklemelerinin de dahil olduğu vurgulanmış ve niyetin, sorumluluk yüklemelerinde temel faktör olduğu belirtilmiştir (Bradbury & Fincham, 1990). Sorumluluk yüklemelerinin, nedensel yüklemeleri izlediği veya gerektirdiği ifade edilmiştir. Bradbury ve Fincham (1992), evlilikte yapılan yükleme boyutlarını belirlemiş ve bu boyutları ölçen bir ölçek geliştirmişlerdir. Buna göre, nedensel yükleme, *odak* (eş, kendisi, ilişki veya dış olaylar), *istikrarlılık* (problem gelecekte ortaya çıktığı zaman nedenin olma veya olmama ihtimali) ve *genellik* (evliliğin kaç yönü etkilenmektedir)

boyutunu içermektedir. Sorumluluk yüklemeleri ise *niyet* (eşin probleme katkısı niyetlidir), *suçlama* (problem için eşin suçlanmayı hak edip etmediği) ve *güdü* (problem eşin bencilce ilgilerini ne kadar yansıttır) boyutlarını kapsamaktadır. Suçlama boyutu ayrı bir yükleme biçimi olarak düşünülmüş ancak sorumluluk yüklemeleri içine daha sonra dâhil edilmiştir. Yazarlara göre, eşin davranışının olumsuz, beklenmedik ve bencilce olduğu düşünüldüğünde eş, davranış için anlık olmayan daha kontrollü bir bilişsel işlemeyle yükleme yapmaktadır ve bu yüklemeler içsel, genel ve sürekli olduğunda, eş, daha olumsuz ancak dışsal, belirgin ve sürekli olmayan yüklemeler olduğunda daha olumlu davranmaktadır.

Daha önce de belirtildiği gibi yükleme kuramı ile ilgili çalışmalarda ikili ilişkiler ve evlilik boyutu da incelenmiştir. Yakın ilişkilerde yapılan çalışmalara bakıldığında, yüklemeler ve ilişki uyumu arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar olduğu görülmektedir (Fincham & Bradbury, 1993). Son yıllarda evlilikte bağışlama kavramının incelenmeye başlamasıyla birlikte yüklemelerin bağışlama üzerindeki etkisine ilişkin araştırmalar da hız kazanmaya başlamıştır. Evlilikte bağışlama ve yapılan yüklemelerle ilgili çok sayıda araştırma olmamasına rağmen yapılan araştırmalardan evlilikte yapılan olumlu yüklemelerin bağışlamayı olumlu yönde etkilediği görülmektedir.

Fincham ve ark. (2002) evli çiftlerde, ilişki kalitesi ile olumlu yüklemeler ve duygusal empatinin doğrudan bağışlamayı yordadığını bulmuşlardır.

Sorumluluk yüklemeleri, olumsuz duyuşsal tepkiler ve duygusal empati bağışlamayı doğrudan yordamıştır. Bağışlama ve evlilikte yapılan yüklemelere ilişkin önemli bir çalışmada, Boon ve Sulsky (1997) olumlu sorumluluk yüklemelerinin bağışlamayı doğrudan arttırdığını göstermişlerdir. McCullough, Fincham, ve Tsang (2003) da, suça ilişkin kişilerarası güdülerin üç parametreden sonuçlandığını, bunların da, hoşgörü (kaçınma ve intikam güdülerinden uzak durma ve iyilikseverliği sürdürme), bağışlama eğilimi (kaçınma ve intikamda azalma ve iyilikseverlikte artma) ve geçici bağışlama (intikam ve kaçınmada geçici azalma ve iyilikseverlikte geçici artma) olduğunu belirtmişlerdir. Sorumluluk yüklemelerinin hoşgörüyle olumsuz ilişkili fakat bağışlama eğilimi ile olumlu ilişkili olduğu ve kişilerin yüksek empati ve düşük sorumluluk yüklemeleri deneyimlediklerinde geçici bağışlama yaşadıkları da bulunmuştur. Fincham (2000), ilişki doyumu kontrol altında tutulduğunda bağışlamanın, sorumluluk yüklemelerine ve iletişim davranışlarına aracılık yaptığını bulmuştur. Fincham, Jackson, ve Beach (2005), sorumluluk yüklemelerinin özellikle kadınlar için bağışlamayı daha iyi yordadığını ifade etmektedirler.

Literatürde yükleme ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında, evli çiftler mutlu ve mutsuz olarak ayrılmış ve mutlu ve mutsuz çiftlerin yaptıkları yüklemeler tarafından birbirinden farklılaşıp farklılaşmadıklarına bakılmıştır. İlişki istikrarsız olduğunda ve eşler ayrılmayı düşündüğünde yükleme sürecinin daha fazla ortaya çıktığı görülmektedir (Fletcher, Fincham, Cramer, & Heron, 1987). Mutlu ve mutsuz çiftler en fazla nedensellik

yüklemelerinden genellikle (global) yüklemesinde farklılaşmaktadırlar (Bradbury & Fincham, 1990). Mutlu çiftlerle kıyaslandığında, mutsuz çiftler evlilikteki güçlükleri daha genel görmektedirler (Fincham & Grych, 1991). Mutsuz evliliklerde olumlu eş davranışı, eşin çevresine yüklenmekte, davranış daha istikrarsız algılanmakta, genel yerine daha özel (specific) görülmektedir. Ayrıca eş, niyet dışı davranmakta, olayın nedeninde daha az kontrole sahip olmakta, davranışı gönülsüz yapmakta ve bencilce ilgilerle güdülenmektedir (Bradbury & Fincham, 1990). İlişkinin devamını sağlamada eşlerini daha fazla sorumlu gören kişiler, daha az mutluluk, bağlanma ve sevgi ifade ederken, kendilerini ilişkinin devamını sağlayan kişi olarak görenler daha fazla sevgi, orta düzeyde bağlanma ve düşük düzeyde mutluluk ifade etmişlerdir (Fletcher ve ark., 1987). Yükleme, davranış boyutunda Bradbury ve Fincham (1992) evlilerle yaptıkları çalışmada, mutsuz kadınların etkili problem çözme engelleyecek davranışlarda bulunmasını sağlayan uyumsuz yüklemeler yaptıklarını bulmuşlardır. Benzer bir bulgu, Bradbury, Beach, Fincham, ve Nelson (1996) çalışmasında görülmektedir. Uyumsuz yükleme yapan evli kadınlar evlilikleriyle ilgili problem çözümünde eşleriyle yaptıkları tartışmada daha az olumlu ve daha fazla olumsuz davranış göstermişlerdir.

I.9. Türkiye’de Bağıslama, Yükleme ve İlişki Uyumu ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Türkiye’de yapılan yükleme ve ilişki uyumu ile ilgili araştırmalara bakıldığında, Hortaçsu (1989), kişilerin şimdiki ve geçmiş ilişkilerindeki yapıları araştırmak ve iki çeşit ilişki ile ilgili duyuş yordayıcılarını belirlemek için bir araştırma yapmıştır. Sonuçlar, iki çeşit ilişki içinde benzer bağlanma ve duyuş göstermiştir. Dışsal nedensel yüklemelerin geçmiş ilişkilerde daha fazla duyuşla ilgili olduğu bulunmuştur. Sardoğan ve Karahan (2005) tarafından evli çiftlerle yapılan çalışmada, insan ilişkileri beceri eğitimi verilmiş çiftlerin verilmeyen çiftlere göre evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Evli çiftlerle yapılan çalışmalarda, evlilik uyumun cinsel doyumu (Basat, 2004) ve empatinin de ilişki uyumunu yordadığı (Tutarel-Kışlak & Çabukça, 2002) bulunmuştur. Eğeci (2005), evli olmayan çiftlerin çatışmadan duyulan rahatsızlık, çatışma atıfları, algılanan çatışma davranışları (benzerlik/farklılık) ve ilişki uyumu arasındaki ilişkiye yönelik olarak yaptığı çalışmada, çatışmadan duyulan yüksek düzeyde rahatsızlığın ve algılanan çatışma davranışlarının farklı olmasının düşük ilişki uyumunu yordadığını bulmuştur. Hünler ve Gençöz (2003), boyun eğici davranışların evlilik uyumu üzerindeki etkileri incelemek amacıyla yapılan çalışmada boyun eğici davranışlarda azalma olması problem çözme becerisinin azalmasına ve bunun da evlilik uyumlarının azalmasına neden olmuştur. Özen (2006) çalışmasında, olumlu çatışma çözme stilinde yüksek olan eşlerin, olumlu

çatışma çözme stilinde düşük olan eşlere göre daha fazla evlilik uyumu gösterdiğini bulmuştur.

Evlilik uyumu ve evlilikteki yüklemelerin ilişkisini araştıran fazla sayıda çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırmaya en yakın çalışmalardan biri Tutarel-Kışlak (1995) tarafından yapılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre depresyon puanı yüksek kişiler, depresyon puanı düşük olanlara göre olumsuz eş davranışlarına daha fazla yüklem yapmışlardır ayrıca sorumluluk yüklemeleri nedensel yüklemelerden daha fazla kullanılmıştır. Benzer bir çalışmada Tutarel-Kışlak (1997), evlilik uyumuna bağlı olarak, yüklem boyutlarının uyumu ne düzeyde yordadığını incelemiştir. İlişki uyumu ile eşin olumsuz davranışlara yaptığı yüklemeler arasında olumsuz ilişki bulmuştur. Sorumluluk yüklemeleri evlilik uyumunun tek yordayıcısı olarak çıkmıştır. Curun (2007), evli çiftlerin yüklemeleri, iletişim çatışmaları ve cinsiyet rolü yönelimlerinin evlilik uyumuyla ilişkisini incelemiştir. Araştırmada, yüklemenin boyutlarından biri olan niyet ve cinsiyet rolü yönelimlerinden kadınsılık değişkenlerinin evlilik uyumunu yordadığı bulunmuştur.

Türkiye 'de yapılan araştırmalar incelendiğinde bağışlama ile ilgili daha önce yayınlanmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bağışlama ile ilgili özellikle Amerika ve Avrupa literatürü çok yoğun çalışmalar içerirken, Türkiye'de henüz başlanmama nedeni, bu ülkelerde daha önce bağışlama ile ilgili sahip olunan inançların ülkemizde geçerliliğini koruyor olmasına bağlanabilir.

I.10. Araştırmanın Amacı

Kişilerarası ve evlilik ilişkilerinde bağışlamanın ilişkileri onarma, zenginleştirme, kişisel olarak olgunlaşmaya yardımcı olma potansiyeli olduğu görülmektedir. Literatürde, kişilerarası bağışlamanın belirleyicilerinden biri olarak gösterilen yüklemelerin, bağışlama ile ilişkisini gösteren çalışmalar vardır (örn., Boon & Sulsky, 1997; McCullough, Fincham, & Tsang, 2003; Fincham, 2000). Olumsuz yüklemeler bağışlamayı zorlaştırmaktadır. Ayrıca, literatürde, evlilikteki bağışlamayı etkilediği belirtilen diğer bir faktör de ilişki uyumudur (örn., Paleari, Regalia, & Fincham, 2005; Thompson ve ark., 2005). Eşlerin evlilikteki uyumu arttıkça bağışlamanın kolaylaştığı görülmektedir. Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde, zararın şiddeti ile bağışlama arasında da ilişki olduğu görülmüştür. Zararın şiddeti arttıkça bağışlamanın zorlaştığı ifade edilmiştir (örn., Fincham, Jackson, & Beach, 2005). Bu sonuçlara dayanarak, evlilikte yaşanan çatışmalarla baş edebilmede, eşler arasında olumlu iletişim becerilerinin kazanılmasında ve sağlam bir ilişki kurma ve devamını sağlamada bağışlamanın oldukça önem taşıdığı söylenebilir.

Sonuç olarak, eşler arasında yapılan yüklemeler ve evlilik uyumu evlilikteki bağışlamada oldukça önemlidir. Bu çalışma ile Türk kültüründen elde edilen bulguların dünya literatürüne katkı sağlaması düşünülmüştür. Ayrıca, klinik ve gelişimsel psikolojide bağışlama üzerine hızla artan çalışmalara karşın sosyal psikolojide bu çalışmaların daha yavaş gelişmesi,

sosyal psikolojide bağışlama üzerine daha fazla araştırma yapma gereği oluşturmuştur. Bu çalışma bu amaç için yapılmıştır. Araştırmanın temel amaçları doğrultusunda hipotezler kurulmuştur.

- 1) Bağışlama, yüklemeler (alt boyutları nedensel ve sorumluluk yüklemeleri ve alt boyutları odak, istikrarlılık, genellik, niyet, suçlama, güdü) ve ilişki uyumu açısından eşler arasında benzerlik vardır.
- 2) Bağışlama, yüklemeler (alt boyutları nedensel ve sorumluluk yüklemeleri ve alt boyutları odak, istikrarlılık, genellik, niyet, suçlama, güdü) ve ilişki uyumu açısından kadınlar ve erkekler arasında farklılık vardır.
- 3) Evli çiftlerde bağışlamayı, ilişki uyumu ve yüklemeler (nedensellik ve sorumluluk) yordar;
 - 3a) evli kadın ve erkeklerde, sorumluluk yüklemeleri bağışlamayı nedensel yüklemelerden daha iyi yordar
 - 3b) evli kadın ve erkeklerde, yüklemeler bağışlamayı ilişki uyumundan daha iyi yordar
- 4) Zararın şiddeti arttıkça bağışlama azalır

BÖLÜM II

YÖNTEM

II.1. Katılımcılar

Araştırmaya 80 evli çift katılmıştır (80 kadın, 80 erkek). Araştırmaya katılan çiftlerin hepsi Ankara ilinde yaşamaktadır. Katılımcıların yaş ortalamaları 35.69 (ss=6,76) olarak bulunmuştur. Evli kadınlar 24-58 yaş arasında olup yaş ortalamaları 34.17 (ss=6,56), evli erkekler ise 27-64 yaş arasında olup ve yaş ortalamaları 37.18 (ss=6,65) bulunmuştur. Çiftlerin ortalama evlilik süreleri 6-10 yıl (%31,3) arasında değişmektedir. Sahip olunan çocuk sayısı olarak bakıldığında, 52 çift, 0-1 çocuğa sahiptir. 76 erkek (%95) ve 57 kadın (%71,3) bir iş yerinde çalıştıklarını belirtmiştir. Katılımcıların eğitim durumuna bakıldığında, 51 kadın (%63,8) ve 40 erkek (%50) üniversite mezunuyken, 7 kadın (%8,8) ve 20 erkek (%25) lisansüstü eğitimini tamamlamıştır. Aylık gelir açısından 35 kadın (%43,8) ve 37 erkek (%46,3), 1000-2000 YTL aylık gelire sahip olduklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların tüm demografik özellikleri Tablo II.1'de gösterilmiştir.

Tablo II.1.Evli Kadın ve Erkek Katılımcıların Detaylı Demografik Bilgileri

	Kadın	Erkek	genel
Yaş			
24-30	25(%31,6)	9(%11,3)	34(%21,4)
30-35	25(%31,6)	27(%33,8)	52(%32,7)
35-40	17(%21,5)	23(%28,8)	40(%25,2)
40-50	11(%13,9)	19(%23,8)	30(%18,9)
50 üstü	1(%1,3)	2(%2,5)	3(%1,9)
Evlilik yılı			
0-1 yıl	6	6	12(%7,5)
2-5 yıl	20	20	40(%25)
6-10 yıl	25	25	50(%31,3)
11-15 yıl	12	12	24(%15)
16- yıl	17	17	34(%21,3)
Çocuk sayısı			
0-1	52	52	104
1-2	20	20	40
2-4	8	8	16
Çalışma durumu			133
Çalışan	57 (%71,3)	76(%95)	133(%83,1)
Çalışmayan	23(%28,8)	4(%5)	27(%16,9)
Eğitim durumu			
İlkokul mezunu	1(%1,3)	1(%1,3)	2(%1,3)
Ortaokul mezunu	3(%3,8)	2(%2,5)	5(%3,1)
Lise mezunu	18(%22,5)	17(%21,3)	35(%21,9)
Üniversite mezunu	51(%63,8)	40(%50)	91(%56,9)
Lisansüstü	7(%8,8)	20(%25)	27(%16,9)
Aylık gelir			
500-1000	14(%17,5)	12(%15)	26(%16,3)
1000-2000	35(%43,8)	37(%46,3)	72(%45)
2000-3000	19(%23,8)	20(%25)	39(%24,4)
3000 üstü	12(%15)	11(%13,8)	23(%14,4)

II. 2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak için Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ), İlişkilerde Yükleme Ölçeği (İYÖ), Suça ilişkin Kişilerarası Motivasyonlar Ölçeği (SKMÖ), Zararın Algılanan Şiddeti ile Tek maddeli Bağışlama Ölçeği ve Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır.

II.2.1. Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)

Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen EUÖ, 15 maddelik bir ölçektir. EUÖ, genel evlilik uyumunu, bazı konularda anlaşma ve anlaşamamayı ve ilişki tarzını ölçmek üzere geliştirilmiştir. EUÖ, bir genel uyum sorusu, olası anlaşma alanlarını ölçen sekiz soru ile çatışma çözme, bağlılık ve iletişimi ölçen altı soruyu kapsamaktadır. Ölçekteki puanlar uyumsuzluktan uyumluluğa doğru artmaktadır. En düşük uyumsuzluk puanı 2, en yüksek uyum puanı 158 olarak belirlenmiştir ancak puanlama daha sonra basitleştirilmiş ve toplam puan 60'a indirilmiştir.

Türkiye'de de ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Tutarel-Kışlak (1999a) tarafından yapılmıştır. Yapılan analizler sonucu evli kişiler 43 ve üzeri puan almışlarsa evliliklerinde uyumlu, 43 puanın altında puan almışlarsa evliliklerinde uyumsuz olarak belirlenmişlerdir. EUÖ'nün iç tutarlık katsayısı .84 olarak bulunmuştur. Bu değer kadınlar için .85, erkekler için .83'tür. Ölçeğin iki yarı test güvenirlik katsayısı ise .84 olarak bulunmuştur.

Test-tekrar test tekniği ile yapılan güvenirlik hesaplaması birbiriyle evli 36 kişi üzerinde yapılmış ve test, ortalama 15 gün arayla uygulanmıştır. İki uygulamadan elde edilen korelasyon katsayıları .57 olarak bulunmuştur. Hesaplanan madde toplam korelasyonlarında 10. ve 12. soruların korelasyon katsayısı düşük çıktığından bu maddelerin puanlaması değiştirilmiş, 10. maddenin (0,1,2) olan puanlaması (0,0,1) olarak ve 12. maddenin (0,1,2) olan puanlaması (0,1,1) olarak değiştirilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek için faktör analizi yapılmış ve üç faktör bulunmuştur ancak veriler iki faktörlü czme zorlanmıştır. Tutarel-Kışlak (1996) tarafından yapılan ilk geçerlik ve güvenirlik çalışmasında Aile Yapısını Değerlendirme Aracı (AYDA) kullanılmış ve ölçüt bağıntılı geçerliliği ise .66 olarak hesaplanmıştır.

Bu alışmada, Tutarel-Kışlak'ın (1996) ilk yaptığı geçerlik güvenirlik çalışmasında belirtilen puanlama kullanılmıştır. Tutarel-Kışlak'ın (1999a) sonraki çalışmasındaki puanlamalar kullanıldığında, 10. maddenin madde toplam korelasyonu .24'ten .09'a düşmüş, 12. maddenin madde toplam korelasyonu .10'dan .19'a çıkmıştır. Her iki sonuç .20'den düşük olduğu için iki maddenin çıkarılması yerine ilk puanlama kullanılıp sadece 12. madde puanlamadan çıkarılmıştır. Diğer maddelerin testin toplamıyla korelasyonları .24 ile .74 arasında değişmektedir. EU'nn iç tutarlık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iki yarı test güvenirlik katsayısı ise .85 ve .78'dir.

II.2.2. İlişkilerde Yükleme Ölçeği (İYÖ)

Fincham ve Bradbury (1992) tarafından ilişkilerde yapılan yüklemelerin bir ölçümü olarak geliştirilmiştir. Ölçek, ilişkide yapılan yüklemeleri iki alt boyutta değerlendirmektedir. Bu alt boyutlar nedensel ve sorumluluk yüklemeleridir. Nedensel yükleme boyutunun alt boyutları; odak, istikrarlılık ve genelliktir. Sorumluluk yükleme boyutunun alt boyutları; niyet, suçlama ve güdüdür. Ölçekte, yükleme boyutlarının her birinin alt puanı ve bunların yanında nedensel toplam, sorumluluk toplam ve yükleme toplam puanları da hesaplanabilmektedir. İYÖ ile EUÖ arasındaki korelasyonlara bakılmış ve iki ölçek arasındaki ilişki tutarlı ve anlamlı sonuçlar göstermiştir (.71-.91). Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması Tutarel-Kışlak (1999b) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenirlik katsayısı her bir yükleme boyutu ve toplam yükleme boyutları için hesaplanmıştır. Her bir yükleme boyutunun kadınlar için hesaplanan iç tutarlık katsayıları -.32 ile -.60 arasında, erkekler için -.25 ile -.50 arasında bulunmuştur. 15 gün arayla yapılan test tekrar test güvenirliği sonuçları .56 ile .82 arasındadır. Ölçeğin yükleme boyutlarının kendi aralarındaki korelasyonları da bulunmuştur. Nedensel yükleme ile ilgili güvenirlik değerleri şöyledir; odak-istikrarlılık, .32, odak-genellik, .47, genellik-istikrarlılık, .49. Sırasıyla sorumluluk yükleme ile ilgili güvenirlik değerleri şöyledir; niyet-güdü, .78, niyet-suçlama, .57, güdü-suçlama, .64. Ölçeğin ölçüt geçerliliği için toplam yükleme puanı ile Aile Yapısını Değerlendirme Aracı (AYDA) puanları arasındaki korelasyon hesaplanmış ve -.66 olarak bulunmuştur.

Bu çalışmada, İYÖ'nün iç tutarlık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iki yarı güvenirlik katsayısı .86 ve .79'dur. Ölçeğin uyarlama çalışmasında yapıldığı gibi ölçeğin güvenirlik katsayısı nedensel ve sorumluluk alt boyutlarına ilişkin toplam puanlar arasındaki korelasyonlar hesaplanarak yapılmıştır. Nedensel yükleme ile ilgili güvenirlik değerleri; odak-istikrarlılık, .27, odak-genellik, .23, genellik-istikrarlılık, .66. sorumluluk yüklemesi ile ilgili güvenirlik değerleri; niyet-güdü, .77, niyet-suçlama, .75, güdü-suçlama, .73. Ayrıca alfa güvenirlik katsayıları nedensellik için kadınlarda .82, erkeklerde .83, sorumluluk için kadınlarda .91, erkeklerde .93 bulunmuştur. Ölçeğin, EUÖ ile arasındaki ilişkisine de bakılmıştır. EUÖ ile İYÖ toplam puanları arasındaki korelasyon .65, EUÖ ile İYÖ nedensel alt boyutuna ilişkin toplam puan arasındaki korelasyon -.51, EUÖ ile İYÖ sorumluluk alt boyutuna ilişkin toplam puan arasındaki korelasyon -.68 olarak hesaplanmıştır.

II.2.3. Suça ilişkin Kişilerarası Motivasyonlar Ölçeği (SKMÖ)

Belirgin bir suçla ilgili olarak çiftlerin eşlerini bağışlamaları Suça ilişkin Kişilerarası Motivasyon Ölçeği (SKMÖ) ile ölçülmüştür. Suça ilişkin Kişilerarası Motivasyon Ölçeği (SKMÖ), McCullough ve ark. (1998) tarafından bir ilişkide belirli bir suçu bağışlamayı ölçmek (Thompson ve ark., 2005) ve kişilerarası bağışlamanın temelini oluşturduğunu düşündükleri güdüsel sistemi değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. İlk madde havuzu, Wade'in (1989) bağışlamayı ölçmek üzere geliştirdiği ölçekten, Kaçınma ve

İntikam alt boyutları alınarak oluşturulmuştur. Wade'in (1989) bağışlama ölçeğinde bilişsel, davranışsal ve duyuşsal kategoriler için faktör yapıları belirlenmiştir. Bu faktörler şöyledir; bilişsel (İntikam, Obsesyonlardan Kurtulma, Onay, Kurban Etme), duyuşsal (Olumlu ve Olumsuz Duygular), davranışsal (Kaçınma, Karşıt Hareket, Tanrıya Yönelim, Uzlaşma, Kin Beslemek). Wade'in (1989) bağışlama ölçeğinde birçok faktör bağışlamayla ilgili fenomeni açıklasa da, McCullough ve ark. (1998) Kaçınma ve İntikam alt faktörlerinin, kişinin suç ve suçluluyla ilgili kişilerarası güdüyü ele aldığını belirtmektedirler.

Bağışlamanın temelini oluşturduğunu düşündükleri güdüsel sistemi değerlendiren 12 soru maddesi bulunmaktadır. Araştırmacılar her bir boyut için iç tutarlılığı olan bir alt ölçek hazırlamışlardır. SKMÖ, yetişkinler için geliştirilmiş bir ölçektir. Her bir madde, 5 dereceli Likert tipi ölçek üzerinde cevaplandırılmıştır (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 5=Kesinlikle Katılıyorum). Ölçeğin özgün formunun iç tutarlılığı, Kaçınma alt ölçeği için .86 ve İntikam alt ölçeği için .90'dır. Ölçek üç hafta arayla yapılan değerlendirmede, Kaçınma alt ölçeği için .86 ve İntikam alt ölçeği için .79 test tekrar test güvenirliğine sahiptir. Ölçek sekiz hafta arayla yapılan değerlendirmede, Kaçınma alt ölçeği için .44 ve İntikam alt ölçeği için .53 test tekrar test güvenirliğine sahiptir. Ölçek dokuz hafta arayla yapılan değerlendirmede, Kaçınma alt ölçeği için .64 ve İntikam alt ölçeği için .65 test tekrar test güvenirliğine sahiptir. Faktör korelasyonu .67 olarak bulunmuştur.

Ayrıca SKMÖ'nün yanında bağışlamaya ilişkin araştırmalarda kullanılan tek maddelik bağışlama ölçeği kullanılmıştır (ör., 'Beni inciten eşimi bağışladım'). Tek madde, 5 dereceli olarak hazırlanmıştır. Her ne kadar tek maddelik bir ölçeğin psikometrik açıdan sınırlılıkları olsa da, bağışlama çalışmalarında sıklıkla kullanılmaktadır (McCullough, Fincham, & Tsang, 2003).

II.2.3.1. SKMÖ'nün Uyarlama Çalışmasına Katılan Örneklem

Ölçeğin uyarlama çalışması bu araştırmada kullanılmak üzere yapılmıştır. Çalışmanın örneklemini Ankara, Antalya, İstanbul, Zonguldak illerinde yaşayan ve rastlantısal olarak belirlenen 145 (% 36,2) kadın, 256 (% 63,8) erkek ve cinsiyetini belirtmeyen 4 kişi olmak üzere toplam 405 kişi oluşturmuştur. Grubun yaş ortalaması 24.15 (ss=6.80) ve yaş aralığı 17-65'tir. Katılımcılardan 7'si (%1.7) ilkokul mezunu, 6'sı (%1.5) ortaokul mezunu, 29'su (%7,2) lise mezunu, 352'si (%86.9) üniversite mezunu, 11'i (%2.7) lisansüstü mezunudur.

II.2.3.2. SKMÖ'nün Geçerlik Çalışması

SKMÖ'nün yapı geçerliğini incelemek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Yapılan varimaks rotasyonlu faktör analizi sonucunda orijinal ölçekteki faktör yapısından farklı olarak bu çalışmada özdeğerleri 1'den büyük olan 3 faktör bulunmuştur. Faktör analizi sonucunda, bazı maddeler özgün çalışmadakine benzer sonuçlar göstermiştir. 1, 3, 6, 9 ve 11. maddeler İntikam faktörü altında toplanmıştır. Bu maddeler orijinal ölçekte de aynı

faktör altındadır. Orijinal çalışmadan farklı olarak 2, 4, 5, ve 10. maddeler Kaçınma alt ölçeği altında toplanırken orijinal ölçekte aynı alt ölçeğe ait olan 8, 12 ve 7. maddeler ayrı bir faktör altında görünmektedir. Ancak maddelerin içerikleri göz önüne alındığında 7, 8 ve 12. maddeler Kaçınma alt ölçeği olarak 2, 4, 5 ve 10. maddeler ise İlişkiyi Sonlandırma alt ölçeği olarak tekrar isimlendirilmiştir. İntikam, İlişkiyi Sonlandırma ve Kaçınma faktörleri toplam varyansın sırasıyla % 34.43, % 14.85 ve % 8.63'ünü açıklamıştır.

Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği için Çok Boyutlu Öfke Ölçeği (ÇBÖÖ) kullanılmıştır (Baklaya & Şahin, 2003). Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin (ÇBÖÖ) uyarlama çalışmasındaki iç tutarlık katsayısı .95'tir. ÇBÖÖ ile SKMÖ'nün alt ölçekleri arasındaki korelasyonlar, -.05 ile .55 arasında değişmektedir. SKMÖ'nün İntikam alt ölçeği, ÇBÖÖ'nün Kişilerarası Öfke boyutunun alt ölçeği olan İntikam Tepkileriyle en yüksek korelasyonu, .55; SKMÖ'nün İlişkiyi Sonlandırma alt ölçeği ve Kaçınma alt ölçeği, ÇBÖÖ'nün Kişilerarası Öfke boyutunda Pasif-Agresif Tepkiler alt ölçeği ile en yüksek olarak sırasıyla .28 ve .21 korelasyon göstermiştir. Her ne kadar korelasyonlar yüksek değilse de, SKMÖ'nün alt ölçeklerinin İntikam, İlişkiyi Sonlandırma ve Kaçınmayı ölçtüğü söylenebilir.

II.2.3.3. SKMÖ'nün Güvenirlik Çalışması

SKMÖ'nün Cronbach alfa katsayısıyla belirlenen iç tutarlık güvenirliliği .82'dir. İntikam, İlişkiyi Sonlandırma ve Kaçınma alt ölçekleri için iç tutarlık katsayıları sırasıyla .81, .75 ve .58 olarak bulunmuştur. Buna göre, SKMÖ ve

alt faktörleri iç tutarlılığı açısından oldukça iyi değerlere sahiptir. Ölçeğin iki yarı test güvenirlik katsayısı .85'tir. Sonuç olarak, SKMÖ'nün yüksek iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir. Maddelerin toplam puanla korelasyonu .31 ile .55 arasında değişmektedir.

II.2.3.4. SKMÖ ile ilgili Çalışmadan elde edilen Bulgular

Bu çalışmada yapılan analizler sonucu uyarlama çalışmasında elde edilen sonuçlara benzer faktör yapısı bulunmuştur. Sonuçlar SKMÖ'nün yüksek faktör yükleriyle yüksek yapı geçerliğine sahip olduğunu göstermiştir. Ölçekteki, 2, 4, 5 ve 10. maddeler ayrı bir faktör olarak toplanmış ve en düşük faktör yükü .57 olarak bulunmuştur. 1, 3, 6, 9 ve 11. maddeler ayrı bir faktör altında toplanmış ve en düşük faktör yükü .53 bulunmuştur. Üçüncü faktör altında 8, 7 ve 12. maddeler toplanmış ve en düşük faktör yükü .54 bulunmuştur. İntikam, İlişkiyi sonlandırma ve Kaçınma faktörleri toplam varyansın sırasıyla % 36.42, % 15.32 ve %10.58 'ini açıklamıştır.

Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .91, iki yarı test güvenirlik katsayısı .85 ve .94 olarak bulunmuştur. İntikam alt boyutu güvenirlik katsayısı .73, İlişkiyi sonlandırma boyutu için güvenirlik katsayısı .79 ve Kaçınma boyutu için güvenirlik katsayısı .62 bulunmuştur. İntikam alt boyutu için madde toplam korelasyonları .36 ile .68 arası, İlişkiyi sonlandırma boyutu için .63 ile .67 arasında ve son boyut olan Kaçınma boyutu için korelasyonlar .57 ile .62 arasında bulunmuştur.

II.2.4. Demografik Bilgi Formu

Demografik Bilgi Formu katılımcıların yaşları, cinsiyetleri, kaç yıldır evli oldukları, kaç çocukları olduğu, çalışıp çalışmadıkları, eğitim düzeyleri, aylık gelirleri ve aileden başkasının evde yaşayıp yaşamadığına ilişkin sorulardan oluşmaktadır. Katılımcıların zararın algılanan şiddetini ne olduğunu belirtmeleri için de tek maddelik bir ölçek doldurmuşlardır. Ölçek 5 dereceli (1= Oldukça az , 5= Oldukça çok) olarak hazırlanmıştır. Ölçek, 'Eşinizin incitme derecesi size göre' sorusunu içermektedir.

II.3. İşlem

Araştırma için ölçek uygulama aşamasında sırasıyla Kişisel Bilgi Formu, EUÖ, İYÖ ve SKMÖ bir arada bir zarf içinde verilmiştir. Ölçeklerin doldurulmasından sonra iade aşamasında zarfların kapatılarak verilmesi istenmiştir.

BÖLÜM 3

BULGULAR

Araştırmanın amacı evli çiftlerin bağışlama (alt boyutları olan kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma), ilişki yüklemeleri (alt boyutları nedensel alt boyutun, odak, istikrarlılık, genellik alt boyutları ile sorumluluk alt boyutunun, niyet, suçlama, güdü alt boyutları) ve ilişki uyumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın amacı doğrultusunda elde edilen verilere uygulanan istatistiksel analiz sonuçlarına bu bölümde yer verilmektedir.

İlk olarak, evli çiftlerin belirtilen değişkenler bakımından benzerlik gösterip göstermediği ve belirtilen değişkenler bakımından cinsiyet farklılığı olup olmadığına bakılmıştır. Çiftlerin belirtilen değişkenler açısından benzerliğini incelemeye karşılıklı bağımlılık içeren koşullar için korelasyon analizleri kullanılmış ve elde edilen bulgular aktarılmıştır. Daha sonra, ilgili değişkenlere ilişkin cinsiyet farklılıklarının incelenmesi için yapılan t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Son olarak, araştırmanın temel amaçları doğrultusunda, evli kadın ve erkek katılımcılarda, ilişki uyumunun ve yüklemelerin (alt boyutları nedensel alt boyutun, odak, istikrarlılık, genellik alt boyutları ile sorumluluk alt boyutunun, niyet, suçlama, güdü alt boyutları) bağışlama (alt boyutları olan kaçınma ve intikam) üzerindeki yordayıcı gücü ile ilgili denenceleri incelemek için aşamalı (stepwise) regresyon analizleri sonuçlarına yer verilmiştir. Son amaç olarak, zararın şiddeti ile bağışlama arasındaki ilişkiyi araştırmak için yapılan analiz sonuçları gösterilmiştir.

III.1. Karşılıklı Bağımlılık İçeren Koşullar için Önerilen Korelasyon Analizleri

Araştırmaya katılan çiftlerin, bağışlama ve alt boyutları, yüklemeler ve alt boyutları ve ilişki uyumları açısından benzerliklerini incelemek amacıyla karşılıklı bağımlılık içeren koşullar için önerilen korelasyon analizleri yapılmış (Hovardaoğlu, 2000) ve sonuçlar Tablo III.1’de gösterilmiştir. Tablo III.1’deki korelasyon değerleri .07-.80 arasında değişmektedir ve bağışlamanın alt boyutları dışındaki tüm değerler anlamlıdır. Bu durum, evli çiftlerin, bu araştırmada ölçülen özellikler yönünden benzer olduklarını göstermektedir. Çiftler sadece bağışlamanın alt boyutları yönünden birbirlerinden farklı bulunmuştur.

Tablo III.1. Eşlerin Kısmi Korelasyon Katsayıları (r) ve Z Değerleri

Değişkenler	r	Z
İlişki Doyumu	.80	7.11*
Yükleme	.62	5.58*
Nedensel	.48	4.29*
Odak	.32	2.82*
İstikrar	.39	3.52*
genel	.63	5.66*
Sorumluluk	.66	5.90*
Niyet	.67	5.97*
Suçlama	.57	5.12*
Güdü	.51	4.52*
Bağışlama	.57	5.10*
Kaçınma	.04	.36
İntikam	.10	.88
İlişkiyi sonlandırma	.07	.63

*p<.05

III.2. Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Sonuçlar

Araştırmada değişken olarak kullanılan, ilişki uyumundan, ilişkide yapılan yüklemeler ve alt boyutlarından, bağışlama ve alt boyutlarından alınan puanlar ile kişilerin ne kadar incindikleri ve eşlerini ne kadar bağışladıkları ile ilgili maddelerden alınan puanlar açısından cinsiyet farklılığı olup olmadığını belirlemek amacıyla t testleri yapılmıştır. Yapılan t testleri sonuçları Tablo III.2’de gösterilmiştir.

Yüklemeler incelendiğinde, kadınların ($\bar{x}$ =37.84;s=20.63) ve erkeklerin ($\bar{x}$ =62.85;s=19.58) ortalamalarının yüksek olduğu ve evliliklerinde yüklemelere önem verdikleri görülmektedir. İlişki uyumunda, evli kadınların ve evli erkeklerin ortalamaları incelendiğinde, kadınların ($\bar{x}$ = 42.18;s=10.15) ve erkeklerin ($\bar{x}$ =43.33;s=8.78) ilişki uyumu ortalamaları yüksek bulunmuştur. Yükleme alt boyutlarında evli kadınların nedensel yüklemelerde ($\bar{x}$ =7.70;s=9.95) ve nedensel yükleme boyutunun alt boyutu olan odak boyutunda ($\bar{x}$ =14.60;s=4.33) ortalamalarının yüksek olduğu görülmektedir. Benzer olarak, evli erkeklerin nedensel yüklemelere ($\bar{x}$ =35.78;s=9.86) ve alt boyutu olan odak boyutuna ($\bar{x}$ =14.49;s=4.22) önem verdikleri bulunmuştur. Bağışlamaya bakıldığında, evli kadınların ($\bar{x}$ =17.90;s=8.07) ve evli erkeklerin ($\bar{x}$ =16.86;s=7.19) bağışlamaya önem verdikleri görülmektedir. Bağışlama alt boyutlarından ise ilişkiyi sonlandırma boyutunda, evli kadınların ($\bar{x}$ =5.98;s=2.87) ve evli erkeklerin ($\bar{x}$ =5.49;s=2.46) ortalamalarının yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo III.2. Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Ortalamalar ve t Değerleri

	Kadın		Erkek		
Değişkenler	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	t
İlişki Doyumu	42.18	10.15	43.33	8.78	-.77
Yükleme	67.84	20.63	62.85	19.58	1.57
Nedensel	37.70	9.95	35.78	9.86	1.23
Odak	14.60	4.33	14.49	4.22	.17
İstikrarlılık	12.41	4.52	10.86	4.14	2.26
Genellik	10.69	4.20	10.43	4.31	.39
Sorumluluk	30.14	11.82	27.07	11.34	1.67
Niyet	9.60	4.45	8.49	3.82	1.70
Suçlama	10.54	3.98	9.31	4.20	1.89
Güdü	10.00	4.78	9.28	4.11	1.03
Bağışlama	17.90	8.07	16.86	7.19	.86
Kaçınma	4.61	2.95	4.69	2.79	-.17
İntikam	7.31	3.12	6.69	2.76	1.34
İlişkiyi sonlandırma	5.98	2.87	5.49	2.46	1.15
İncinme derecesi	3.54	1.58	2.85	1.24	3.05*
Bağışlama	3.62	1.34	3.97	1.24	-1.72

*p<.05;N=80 çift

Tablo III.2’de verilen cinsiyet farklılıklarına ilişkin ortalama ve t değerleri incelendiğinde sadece ‘incinme derecesi’ açısından cinsiyet farklılıkları görülmüştür. İncinme derecesi açısından kadınların ortalamaları ($\bar{x}$ =3,54;s=1,58), erkeklerin ortalamalarından ($\bar{x}$ =2,85;s=1,24) yüksek bulunmuştur. Evli kadınlar, evli erkeklere göre eşlerin verdikleri zararı daha fazla incitici bulmuşlardır.

III.3. SKMÖ, EUÖ, İYÖ, Tek Maddeli İncinme Derecesi ve Tek Maddeli Bağışlama Değişkenlerinin Birbirleriyle Korelasyonu

SKMÖ toplam ve alt boyutları olan kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma değişkenleri ile EUÖ ve İYÖ toplam ve alt ölçekleri (nedensel, sorumluluk ve alt ölçekleri, odak, istikrarlılık, genellik, niyet, suçlama,güdü) puanlarının birbirleriyle korelasyonuna bakılmıştır. Ayrıca, Suça ilişkin Kişilerarası Motivasyon Ölçeği içinde sorulmuş tek maddeli incinme derecesi ve tek maddeli bağışlama ölçekleri de diğer değişkenlerle ilişkisine bakılmak için korelasyon matrisine dahil edilmiştir.

Değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde, SKMÖ toplam puanı en yüksek ilişkiyi niyet ve suçlama değişkenleri ile göstermiştir, .63 ve.61, uyum puanıyla ilişkisi -.58’dir. Kaçınma alt boyutu en yüksek niyet ve istikrarlılık ile olumlu ilişki gösterirken, .49 ve . 44, uyumla ilişkisi -.48 bulunmuştur. İntikam alt boyutu en yüksek ilişkiyi suçlama ve niyet ile, .60 ve .57, gösterirken uyumla negatif bir ilişki göstermiştir, -.47. İlişkiyi sonlandırma alt boyutu en

yüksek ilişkiyi niyet ve suçlama ile gösterirken, .63 ve .61, uyum ile negatif bir ilişki göstermiştir,-.61.

Tek maddeli bağışlama ölçeği, sadece uyumla olumlu ilişki göstermiş, .46, SKMÖ toplam puanıyla -.62, ve intikam boyutuyla -.64 negatif bir ilişki göstermiştir. Sorumluluk yüklemelerinden suçlama ve niyetle de negatif ilişki göstermiştir, -.53 ve -.48. İncinme derecesi ise, uyumla negatif bir ilişki, -.32, ve ilişkiyi sonlandırma ile olumlu bir ilişki göstermiştir, .28. Tüm korelasyonlar Tablo III.3'te verilmiştir.

Tablo III.3. SKMÖ, EUÖ, İYÖ, Tek Maddeli İncinme Derecesi ve Tek Maddeli Bağışlama Değişkenlerinin Korelasyonu

<i>Değişkenler</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Uyum	-	-.64**	-.51**	-.12	-.51**	-.54**	-.68**	-.65**	-.59**	-.62**	-.58**	-.48**	-.47**	-.61**	-.32**	.46**
İYÖ toplam	-	-	.93**	.46**	.82**	.85**	.95**	.86**	.83**	.90**	.62**	.45**	.58**	.66**	.28**	-.50**
Nedensel	-	-	-	.65**	.84**	.82**	.75**	.67**	.63**	.76**	.52**	.38**	.47**	.58**	.17*	-.40**
Odak	-	-	-	-	.27**	.23**	.25**	.14	.21**	.33**	.09	.02	.09	.16	-.02	-.02
İstikrarlılık	-	-	-	-	-	.66**	.71**	.65**	.61**	.69**	.55**	.44**	.48**	.57**	.15	-.43**
Genellik	-	-	-	-	-	-	.77**	.75**	.64**	.73**	.56**	.41**	.51**	.60**	.27**	-.47**
Sorumluluk	-	-	-	-	-	-	-	.92**	.90**	.92**	.63**	.45**	.61**	.65**	.34**	-.53**
Niyet	-	-	-	-	-	-	-	-	.76**	.77**	.63**	.49**	.57**	.63**	.30**	-.48**
Suçlama	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.73**	.61**	.43**	.60**	.61**	.36**	-.53**
Güdü	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.51**	.34**	.50**	.54**	.26**	-.45
SKMÖ toplam	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.88**	.91**	.91**	.26**	-.62**
Kaçınma	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.69**	.69**	.21**	-.50**
İntikam	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.77**	.22**	-.64**
İlişkiyi sonlandırma	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	.28**	-.53**
İncinme derecesi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-.37**
Tek madde bağışlama	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

**p<.01

*p<.05

III.4. Çiftler, Evli Kadınlar ve Evli Erkekler için Yapılan Regresyon Analizi Sonuçları Regresyon Analizi Sonuçları

Evlilikte bağışlamayı (alt boyutları kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma) yordayan değişkenleri saptamak amacıyla aşamalı (stepwise) regresyon analizi yapılmıştır. Aşağıda, öncelikle tüm grup ve daha sonra ise evli kadın ve erkek grupları için evlilikte bağışlamayı en iyi yordayan değişkenleri ayrı ayrı saptamak amacıyla Suça ilişkin Motivasyonlar Ölçeği alt ölçeklerine yapılan regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Sonuçlar Tablo III.4'te gösterilmiştir.

Araştırma kuramsal bir temele dayanmadığı için analiz aşamasında her bir ölçeğin alt ölçekleri herhangi bir sıra takip etmeksizin analize sokulmuştur. Analize sokulan ölçekler, Evlilikte Uyum Ölçeği ve İlişkilerde Yükleme Ölçeği alt ölçekleri olan nedensel yükleme alt ölçekleri odak, istikrarlılık, genellik, sorumluluk yükleme alt ölçekleri niyet, suçlama, güdü'dür. Analiz sonucunda regresyon denkleminde giren değişkenlerin katsayıları çizelgede verilmiştir.

III.4.1. Kaçınma, İntikam ve İlişkiyi Sonlandırma Puanlarının Yordanması

Evlilikte bağışlamayı yordayan değişkenleri saptamak için Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ) ve İlişkilerde Yükleme Ölçeği'nin (İYÖ) alt ölçekleri temel alınarak aşamalı (stepwise) regresyon analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo III.4'te gösterilmiştir.

Tablo III.4. SKMÖ alt Ölçeklerinin Yordanması için Yapılan Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları (Tüm F değerleri için $p < .05$)

Bağımlı değişkenler	Grup	Denkleme giriş sırasına göre değişkenler	B	Beta	R ² değ.	Uyarlanmış R ²	s.d.	F
---------------------	------	--	---	------	---------------------	---------------------------	------	---

Kaçınma	Genel	Niyet	.24	.35	.24	.23	2,51	48.62
		Uyum	-.18	-.30	.28	.27	2,44	9.70
		İstikrarlılık	.18	.27	.30	.29	2,42	4.13
		Güdü	.20	.31	.33	.31	2,37	7.13
	Kadın	İstikrarlılık	.26	.39	.25	.24	2,58	25.74
		Niyet	.30	.45	.29	.27	2,52	15.74
		Güdü	.19	.31	.33	.31	2,46	12.61
	Erkek	Uyum	-.13	-.42	.32	.31	2,30	37.16
		Niyet	.20	.27	.37	.36	2,34	22.85

İntikam	Genel	Suçlama	.28	.39	.36	.36	2,37	88.89
		Niyet	.20	.28	.39	.39	2,31	51.14
	Kadın	Suçlama	.33	.42	.40	.39	2,43	51.65
		Niyet	.21	.31	.45	.43	2,35	30.87
	Erkek	Suçlama	.28	.42	.31	.30	2,30	35.30
		Uyum	-.11	-.23	.34	.33	2,26	20.59

İlişkiyi sonlandırma	Genel	Niyet	.12	.18	.40	.40	2,07	106.07
		Uyum	-.11	-.28	.47	.46	1,96	51.60
		İstikrarlılık	.11	.19	.50	.49	1,92	51.60
		Suçlama	.13	.20	.51	.50	1,89	40.89
	Kadın	Niyet	.32	.50	.45	.44	2,15	62.46
		İstikrarlılık	.16	.26	.48	.47	2,10	35.73
	Erkek	Uyum	-.11	-.39	.43	.42	1,88	58.18
		Genellik	.14	.25	.53	.52	1,71	43.34
		Suçlama	.15	.26	.56	.55	1,66	32.80

Tablo III.4'te görüldüğü üzere, grubun geneli için **kaçınmayı** yordayan değişkenleri saptamak amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçlarında değişkenlerden dördü analize girmiştir. Analize ilk giren **niyet** daha sonra **uyum, istikrarlılık** ve **güdü**'dür. Bağımlı değişken üzerinde yordayıcı etkisi olmayan değişkenler regresyon denklemine girmemiştir. Niyet puanı varyansın %23'ünü ($F=48.62; s.d.=2.51; p<.05$) açıklamaktadır. Regresyon denklemine uyum girdiğinde açıklanan varyans %27'dir ($F=30.50; s.d.=2,44; p<.05$). İstikrarlılık denkleme girdiğinde bu değişkenlerin açıkladığı toplam varyans %29'dur ($F=22.11; s.d.=2,42; p<.05$). Denkleme en son giren güdü ile açıklanan varyans % 31'dir. ($F=19.02; s.d.=2,37; p<.05$). Değerler istatistiksel açıdan anlamlıdır.

İntikam puanlarının yordanması için yapılan aşamalı regresyon sonuçlarına göre denkleme ilk olarak **suçlama** daha sonra **niyet** girmiştir. Suçlama puanı varyansın %36'sını ($F=88.89; s.d.=2,37; p<.05$) açıklamaktadır. Regresyon denklemine niyet girdiğinde açıklanan varyans %39'dür ($F=51.14; s.d.=2,31; p<.05$).

İlişkiyi sonlandırma puanlarının yordanması için yapılan aşamalı regresyon sonuçlarına göre denkleme sırasıyla **niyet, uyum, istikrarlılık**, ve **suçlama** girmiştir. Niyet puanı varyansın %40'ını ($F=106.07; s.d.=2,07; p<.05$) açıklamaktadır. Uyum puanı denkleme girdiğinde açıklanan varyansın %47'dir ($F=69.59; s.d.=1,96; p<.05$), istikrarlılık puanı denkleme girdiğinde açıklanan varyans %50'dir ($F=51.60; s.d.=1,92; p<.05$). Regresyon

denklemine en son suçlama girdiğinde açıklanan varyans %51'dir ($F=40.89$; $s.d.=1,89$; $p<.05$). Değerler istatistiksel açıdan anlamlıdır. Regresyon denklemine yordayıcı etkisi olmayan değişkenler girmemiştir.

Evlilik ilişkisinde bağışlamayı yordayan değişkenler açısından evli kadınlar ve evli erkekler arasında fark olup olmadığını belirlemek için kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma alt boyutlarının yordanmasında aşamalı (stepwise) regresyon analizleri iki grup için ayrı ayrı uygulanmıştır. Evli kadınlar ve evli erkekler için kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma puanlarının yordanması amacıyla uygulanan regresyon analizi sonuçları Tablo III.4.'te verilmiştir.

Yalnızca evli kadınların **kaçınma** puanlarını yordamak için yapılan aşamalı (stepwise) regresyon sonuçlarına göre denkleme ilk önce **istikrarlılık** girmiştir. İstikrarlılık puanı varyansın %25'ini ($F=25.74$; $s.d.=2,58$; $p<.05$) açıklamaktadır. **Niyet** denkleme girdiğinde toplam açıklanan varyans %29 ($F=15.74$; $s.d.=2,52$; $p<.05$) olmaktadır. En son denkleme giren **güdü** ile açıklanan varyans %33'tür ($F=12.61$; $s.d.=2,46$; $p<.05$). Bağımlı değişken üzerinde yordayıcı gücü olmayan diğer değişkenler denkleme girmemiştir.

Evli kadınların, **intikam** puanlarını yordamak amacıyla yapılan aşamalı regresyon analizi sonucunda, denkleme ilk olarak **suçlama** sonra **niyet** girmiştir. Diğer bağımsız değişkenlerin yordayıcı gücü bulunmadığından

denkleme girmemişlerdir. Suçlama puanı varyansın %40'ını ($F=51.65$;s.d.=2,43;p<.05) açıklamaktadır. Niyet denkleme girdiğinde toplam açıklanan varyans %45'tir ($F=30.87$;s.d.=2,35;p<.05).

Evli kadınların, **ilişkiyi sonlandırma** puanlarının yordanması için yapılan aşamalı regresyon sonuçlarına göre denkleme sırasıyla **niyet** ve **istikrarlılık** girmiştir. Niyet puanı varyansın %45'ini ($F=62.46$;s.d.=2,15;p<.05) açıklamaktadır. İstikrarlılık puanı denkleme girdiğinde açıklanan varyans % 48'dir($F=35.73$;s.d.=2,10;p<.05). Değerler istatistiksel açıdan anlamlıdır. Regresyon denklemine yordayıcı etkisi olmayan değişkenler girmemiştir.

Evli erkeklerin, **kaçınma** puanlarının yordanması için yapılan aşamalı regresyon analizi Tablo III.4'te görülmektedir. Evli erkeklerin, kaçınma puanlarını yordamak için yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre denkleme ilk olarak **uyum** sonra **niyet** girmiştir. Uyum puanı varyansın %32'sini ($F=37.16$;s.d.=2,30;p<.05) açıklamaktadır. Niyet denkleme girdiğinde açıklanan varyans %37 ($F=22.85$;s.d.=2,344;p<.05) olmaktadır. Diğer değişkenlerin bağımlı değişken üstünde yordayıcı etkisi olmadığından dolayı denkleme girmemişlerdir.

Evli erkeklerin, **intikam** puanları için yapılan regresyon analizi sonuçlarında denkleme ilk girenin **suçlama** olduğu görülmektedir. Suçlamadan sonra denkleme **uyum** girmiştir. Suçlama puanı varyansın

%31'ini ($F=35.50$;s.d.=2,30; $p<.05$) açıklamaktadır. Uyum denkleme girdiğinde varyans %34 ($F=20.59$;s.d.=2,26; $p<.05$) olmaktadır. Denkleme girmeyen diğer değişkenlerin bağımlı değişken üzerinde yordayıcı gücü bulunmamıştır.

Evli erkeklerin **ilişkiyi sonlandırma** puanlarının yordanması için yapılan regresyon analizi sonuçları, denkleme ilk girenin **uyum** olduğunu göstermektedir. Uyumdan sonra denkleme **genellik** ve en son olarak **suçlama** girmiştir. Uyum puanı varyansın %43'ünü ($F=58.18$;s.d.=1,88; $p<.05$) açıklamaktadır. Genellik denkleme girdiğinde varyans %53 ($F=43.34$;s.d.=1,71; $p<.05$) ve son olarak suçlamanın denkleme girmesiyle açıklanan varyans %56 olmaktadır ($F=32.80$;s.d.=1,66; $p<.05$). Denkleme girmeyen diğer değişkenlerin bağımlı değişken üzerinde yordayıcı gücü bulunmamıştır.

III.4.2. SKMÖ Toplam Puanları için Yapılan Regresyon Analizi

SKMÖ alt ölçekleri için yapılan regresyon analizlerinden sonra SKMÖ toplam puanları için ayrı regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizinde SKMÖ toplam puanları bağımlı değişken, ilişki uyumu, nedensellik toplam ve sorumluluk toplam puanları bağımsız değişken olarak alınmıştır. Analiz sonuçları Tablo III.5'te gösterilmiştir.

Tablo III.5. SKMÖ Toplam Puanlarının Yordanması için Yapılan Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları (Tüm F değerleri için $p < .05$)

Bağımlı değişkenler	Grup	Denkleme giriş sırasına göre değişkenler	B	Beta	R ² değ.	Uyarlanmış R ²	s.d.	F
SKMÖ toplam	Genel	Sorumluluk	.29	.45	.40	.40	5,93	105.47
		Uyum	-.22	-.27	.44	.40	5,75	61.76
	Kadın	Sorumluluk	.43	.64	.40	.39	6,27	52.91
		Uyum	-.33	-.40	.40	.39	5,63	50.97
	Erkek	Sorumluluk	.25	.39	.49	.48	5,18	37.45
		Uyum	-.22	-.27	.44	.40	5,75	61.76

Tablo III.5'te görüldüğü üzere tüm çiftler için SKMÖ toplam puanlarının yordanması için yapılan aşamalı regresyon sonuçlarına göre denkleme sırasıyla **sorumluluk** ve **uyum** girmiştir. Sorumluluk puanı varyansın %40'ını ($F=105.47$; $s.d.=5,93$; $p < .05$) açıklamaktadır. Uyum puanı denkleme girdiğinde açıklanan varyans %44'tür ($F=61.76$; $s.d.=5,75$; $p < .05$). Değerler istatistiksel açıdan anlamlıdır. Regresyon denklemine yordayıcı etkisi olmayan değişkenler girmemiştir.

Evli kadınlar ve evli erkekler için SKMÖ toplam puanlarının yordanması için yapılan aşamalı regresyon analizi sonuçları da Tablo III.5'te verilmiştir. Evli kadınlar için SKMÖ toplam puanlarının yordanması için yapılan regresyon denklemine sadece **sorumluluk** girmiştir. Sorumluluk

puanı varyansın %40'ını ($F=52.91$; $s.d.=6,27$; $p<.05$) açıklamaktadır. Evli erkekler için SKMÖ toplam puanın yordanması için yapılan regresyon analizinde denkleme sırasıyla **uyum** ve **sorumluluk** girmiştir. Uyum denkleme girdiğinde varyansın %40'ı ($F=50.97$; $s.d.=5,63$; $p<.05$) açıklanmaktadır. Denkleme sorumluluk girdiğinde açıklanan varyans %49'dur ($F=37.45$; $s.d.=5,18$; $p<.05$).

III.4.3. Tek-Maddeli Bağışlama Puanlarının Yordanması

McCullough ve ark. (1998), intikam ve kaçınma motivasyonlarında azalmanın 'bağışlama'ya eşit olduğundan bahsetmişlerdir. SKMÖ'nün üç alt boyutunun bağışlamanın tek maddeli ölçümünü ne kadar yordadığına bakılmıştır. Yapılan aşamalı regresyon analizi sonuçları Tablo III.6'da verilmiştir.

Tablo III.6. Tek Maddeli Bağışlama Puanlarının Yordanması İçin Yapılan Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları (Tüm F değerleri için $p<.05$)

Denkleme Giriş sırası	B	Beta	R^2 Değ.	Uyarlanmış R^2	s.d.	F
İntikam	-.28	-.64	.41	.41	1,00	108.57

Tablo III.6'da görüldüğü üzere bağışlamanın tek maddeli ölçümünün yordanması için yapılan aşamalı regresyon analizinde denkleme sadece **İntikam** girmiştir. İntikam varyansın % 41'ini açıklamaktadır ($F=108.57$; s.d.=,03; $p<.05$). Kaçınmanın, tek maddeli bağışlama ölçümünde yordayıcı etkisi bulunmamıştır.

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

Psikoloji literatüründe yakın ilişkiler içinde bağışlama kavramı son yıllarda kendi içinde hızlı bir araştırma alanı oluşturmuştur. Yapılan çalışmalarda, evlilik ve/veya yakın ilişkiler sürecinde de bağışlama kavramı incelenmiştir. Bu araştırmada, evlilik ilişkilerinde bağışlamayı yordayan değişkenler hakkında bilgi sahibi olmak istenmiştir. Bu nedenle, bağışlamayı açıklamak için McCullough ve ark. (1998) tarafından öne sürülen bağışlamanın sosyal psikolojik belirleyicileri modeli çerçevesinde bağışlamaya yakın olduğu düşünülen belirleyicilerden ilişki uyumu ve yükleme seçilmiştir. Modele göre bağışlamaya en yakın belirleyicilerden biri yüklemelerdir. Yüklemelerden daha az belirleyici olarak ilişki uyumu görülür. Modelin bu görüşleri ve literatürde yapılan çalışmalar doğrultusunda bağışlamayı (alt boyutları kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma) ilişki uyumu ve yüklemelerin (alt boyutları olan nedensel ve sorumluluk yüklemeleri ile onların alt boyutları olan odak, istikrarlılık, genellik, niyet, suçlama ve güdü) yordayıp yordamadığına bakılmıştır.

Genel olarak bulgular incelendiğinde, araştırmadan elde edilen sonuçların, beklentilerin çoğunluğunu karşıladığı gözlenmektedir. Araştırmanın ilk amacı, bağışlama (alt boyutları kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma), ilişki uyumu ve yüklemeler (nedensel ve sorumluluk yüklemeleri, alt boyutları, odak, istikrarlılık, genellik, niyet, suçlama ve güdü) açısından eşler arasında benzerlik olacağıdır. Eşler arasında sadece bağışlama alt boyutları açısından farklılık bulunmuştur. Araştırmanın ikinci amacında, bağışlama (alt boyutları kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma), ilişki uyumu ve yüklemeler (nedensel ve sorumluluk yüklemeleri, alt boyutları, odak, istikrarlılık, genellik, niyet, suçlama ve güdü) açısından cinsiyet farklılığı beklenmiştir. Araştırma sonuçları sadece eşin algıladığı incinme derecesi açısından cinsiyet farklılığı bulunduğunu göstermiştir. Araştırmanın diğer amacı, ilişki uyumu ve yüklemelerin (nedensellik, sorumluluk ve alt boyutları, odak, istikrarlılık, genellik, niyet, suçlama, güdü) evli çiftlerde bağışlamayı yordayacağıdır. Bu amaç altında, nedensel yükleme alt boyutlarının (odak, istikrarlılık, genellik) ve sorumluluk yükleme alt boyutlarının (niyet, suçlama, güdü) evli kadın ve erkeklerde bağışlamayı nasıl yordadığı belirlenmek istenmiştir. Ayrıca evli kadın ve erkeklerde yüklemelerin bağışlamayı ilişki uyumundan daha iyi yordayacağı beklenmiştir. Sonuçlar, ilişki uyumunun ve yükleme alt boyutlarının bağışlamayı yordadığını ve yüklemeler ve ilişki doyumunun bağışlamayı yordamasında, evli kadın ve erkeklerde farklılık olduğunu göstermiştir. Araştırmanın son amacı ise zararın şiddetinin bağışlamayı zorlaştıracığı beklenmiştir. Sonuçlar zararın şiddeti arttıkça

bağışlamanın azaldığını göstermiştir. Bu bölümde, araştırmanın amaçları doğrultusunda elde edilen bulguların tartışılmasına yer verilecektir.

IV.I. Karşılıklı Bağımlılık İçeren Koşullar için Önerilen Korelasyon Analizlerine İlişkin Sonuçların Tartışılması

Araştırmada, eşlerin ele alınan değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için karşılıklı bağımlılık içeren koşullar için önerilen korelasyon analizleri yapılmıştır. Analiz sonuçlarına bakıldığında, eşlerin ilişki uyumu, yüklemeler ve alt boyutları ile bağışlama açısından birbirine benzer olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlardan farklı olarak, sadece bağışlamanın alt boyutları açısından eşlerin birbirinden farklı olduğu görülmüştür.

İlişki uyumu açısından eşlerin birbirine benzer olduğu bulgusu literatürle tutarlı görülmektedir. Eşlerin benzerlikleri üzerine yapılan araştırmalarda, evlilikte eşlerin birbirine benzerliğinin, ilişki uyumu için önemli olduğunu gösteren araştırmalara rastlanmaktadır (örn., Acitelli, Kenny, & Weiner, 2001). Eşler arasında yapılan yüklemeler incelendiğinde eşlerin, yüklemenin alt boyutlarında (nedensel ve sorumluluk ile bunların alt boyutlarında) benzer oldukları görülmüştür. Bradbury ve ark. (1996) da çalışmalarında, eşlerin, yüklemeler konusunda benzer olduğunu göstermişlerdir. Eşlerin, ilişki uyumu ve yüklemeler açısından benzer olmalarının literatürle desteklendiği görülmektedir. Bağışlama açısından

eşlerin birbirine benzer olup olmadıkları incelendiğinde eşler arasında herhangi bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Buna karşın, bağışlamanın alt boyutlarında eşler arasında farklılaşma olduğu bulunmuştur. Bununla ilgili literatür taramasında bu konuyu destekler bir çalışmaya rastlanmamıştır (McCullough ve ark., 1998). Bu sonuca göre, kültürümüzde, incinme karşısında bağışlamayı engellediği düşünülen bağışlamaya ilişkin güdülerin eşler tarafından farklı kullandıkları söylenebilir.

Sonuç olarak, araştırmadaki çiftler ilişki uyumu, yüklemeler ve bağışlama toplam açısından benzerlik göstermiştir. Sonuçlarda literatürle tutarlılık göstermektedir.

IV.2. Cinsiyet Farklılıklarına İlişkin Sonuçların Tartışılması

Araştırmada, evli kadın ve evli erkeklerin araştırma değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için t testi analizleri yapılmıştır. t testi analizleri sonucunda evli kadın ve evli erkeklerin sadece incinme derecesi açısından farklılaştığı bulunmuştur. Evli erkeklere göre, evli kadınlar için incinme derecesi daha yüksek çıkmıştır. Bu bulgu, literatürle tutarlı bir sonuç olarak görülmektedir (Boon & Sulsky, 1997). Bu sonuç, kadınların evlilikte olumsuzluğu ya da verilen zararı/incinmeyi daha fazla düşünüyor olabileceklerini ve bu nedenle eşin hatasını olduğundan daha şiddetli algılıyor olabildiklerini gösterebilir. Yüklemeler açısından cinsiyetler arası bir farklılık bulunmamıştır ancak literatürde evli kadınların ve evli

erkeklerin olumsuz davranışlar için benzer yüklemeler yaptıkları görülse de olumlu davranışlar için evli kadınların daha olumsuz yüklemeler yaptıkları belirtilmektedir (Fincham, Bradbury, & Scott, 1990). Bu sonuç, araştırmanın bulgularıyla örtüşür görünmektedir. Olumsuz bir davranış için evli kadın veya evli erkek diğerinden daha fazla yükleme yapmış görünmemektedir.

Bağışlama ile ilgili yapılan bazı çalışmalarda (örn., Toussaint & Webb, 2005), evli kadın ve erkeklerin bağışlama konusunda farklılık göstermedikleri görülmektedir ve bu sonucun çalışmadaki bulguyla tutarlılık gösterdiği söylenebilir. Buna karşın, kadınların erkeklere göre daha fazla bağışladığı ve bağışlama çalışmalarına katıldığı belirtilmiştir. Erkeklerin kadınlara göre bağışlamamayı daha fazla koruduklarına yönelik bulgular vardır ancak sonucu gösteren korelasyon yüksek değildir (Worthington, Sandage, & Berry, 2000). Kadınların erkeklerden ortalamada daha bağışlayıcı olduğunu gösteren çalışmalar da vardır (Exline ve ark., 2004; Karremans ve ark., 2003). Shackelford, Buss, ve Bennett (2002), çalışmalarında erkeklerin cinsel aldatmayı kadınlara göre daha zor bağışladıklarını ve ilişkiyi bitirdiklerini bulmuşlardır. Yapılan bir çalışmada (Quigley & Tedeschi, 1996) da, katılımcılardan incitici bir olayla ilgili bilgi vermeleri istendiğinde, anlatılan olaylarda suçlu kişinin, kadınlardan daha çok erkekler olduğu görülmüştür. Ancak tüm bu bulgular bağışlamada çok kesin bir cinsiyet farklılığını gösteren çalışmalar değildir.

IV.3. SKMÖ, EUÖ, İYÖ, Tek Maddeli İncinme Derecesi ve Tek Maddeli Bağışlama Değişkenlerinin Korelasyonu

Çalışmada bütün değişkenlerin birbiriyle korelasyonu incelemek için yapılan analiz sonuçlarına göre, regresyon analizi sonuçlarıyla benzer korelasyon değerleri bulunmuştur. SKMÖ alt boyutu olan kaçınma, uyum ile negatif bir ilişki gösterirken niyet ve istikrarlılık ile olumlu ilişki göstermiştir. İntikam alt boyutu ile en yüksek olumlu ilişkiyi sırasıyla, suçlama ve niyet gösterirken, en yüksek negatif ilişkiyi uyum göstermiştir. İlişkiyi sonlandırma alt boyutu, en yüksek olumlu ilişkiyi sırasıyla niyet ve suçlama ile en yüksek negatif ilişkiyi uyum ile göstermiştir. Bu sonuçlar çalışmadaki toplam grup için yapılan regresyon analizi sonuçları ile aynıdır. Sonuç olarak, uyum azaldıkça kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma artmakta, eşin davranışı kasıtlı yaptığı düşünülmekte ve bu davranışından dolayı fazlasıyla suçlanmakta olduğu söylenebilir.

Çalışmada, tek maddeli bağışlama ölçeği ile SKMÖ alt ölçeklerinin arasındaki korelasyonlara da bakılmıştır. Bu ölçek, daha önce bağışlama çalışmalarında kullanılan bir ölçektir (örn., Boon & Sulsky, 1997). Bu ölçekle birlikte bağışlama ayrıca ölçülmeye çalışılmış ve SKMÖ alt ölçekleri ile ilişkisine bakılmıştır. Tek maddelik bağışlama, en yüksek intikam alt boyutu ile negatif ilişki göstermiştir. Ayrıca, yapılan aşamalı regresyon analizinde, SKMÖ'nün üç alt boyutu, tek maddelik bağışlamayı yordamak üzere analize sokulmuştur. Sadece intikam alt boyutunun, tek maddelik bağışlama üzerinde

yordayıcı etkisi bulunmuştur. Bu sonuçlar, McCullough ve ark. (1998) çalışmasındaki sonuçlara benzerdir, farklı olarak, çalışmalarında zararın çok yeni olduğu durumda intikam alt boyutu tek maddeli bağışlamayı yordarken, suçluyu bağışlamada zorluk çektiklerini söyleyenler için kaçınma alt boyutu tek maddeli bağışlamayı yordamıştır. Zarar çok yeni olduğunda, kişiler daha çok intikam isterken, zaman geçtikçe daha fazla kaçınma gösteriyor olabildikleri belirtilmiştir.

IV.4. Bağışlamayı, İlişki Uyumu ve Yüklemelerin Yordayacağına İlişkin Bulgular

Bu araştırmada, bağışlama üç alt ölçek boyutunda ölçülmüştür. Bu alt ölçekler kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırmadır. Bağışlamanın, kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma güdülerindeki azalma sonucu gerçekleşeceği düşünülmüştür. Bu amaçla, SKMÖ alt boyutları olan kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma puanlarını yordamak amacıyla, EUÖ ve İYÖ boyutları olan nedensellik ve sorumluluk boyutlarının alt boyutları odak, istikrarlılık, genellik, niyet, suçlama ve bencilce güdü değişkenlerinden elde edilen puanlar aşamalı (stepwise) regresyon analizine sokulmuştur. Bu analizler ilk olarak tüm çiftler için yapılmıştır. Tüm çiftler için bu analizlerin yapılma nedeni, evli çiftlerde bağışlama yordayıcıları hakkında bilgi sahibi olmak ve evlilikte bağışlama hakkında genel bir çerçeve oluşturabilmektir. Analizler daha sonra evli kadınlar ve erkekler için ayrı ayrı yapılmıştır.

Çiftler için, kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma alt ölçeklerinin yordanması için yapılan aşamalı regresyon analizinden elde edilen bulgulara bakıldığında, bağışlama için gerekli güdüsel değişimlerden biri olduğu düşünülen **kaçınmayı**, *niyet*, *uyum*, *istikrarlılık* ve *bencilce güdü* değişkenlerinin anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Kaçınmanın, hem sorumluluk hem de nedensellik yüklemeleri tarafından etkilendiği söylenebilir. Sorumluluk yüklemesinin alt boyutlarından niyet ve bencilce güdü, nedensellik yükleme alt boyutlarından ise sadece istikrarlılık regresyon denklemine girmiştir. Bu nedenle sorumluluk yüklemelerinin kaçınmayı daha fazla yordadığı söylenebilir. Eşler, incitme davranışının niyetli yapıldığını düşündükçe eşlerinden daha fazla kaçınıyor görünmektedir. Ayrıca daha uyumlu çiftler daha az kaçınma göstermiştir. Bu sonuçlara dayanarak, uyumlu olmayan çiftlerin daha fazla eşinden kaçındığı ve eşin olumsuz davranışını daha niyetli olarak değerlendirdiği söylenebilir. Literatürde, mutsuz çiftlerin eşlerini evlilikle ilgili sorunlarda daha fazla suçladıkları ve eşlerin olumsuz davranışlarını niyetli olarak yaptıklarını düşündükleri gösterilmiştir (Bradbury ve ark.,1996). Başka bir araştırmada, bir ilişkide zarar veren kişinin davranışının niyetsiz ve kaçınma gerektirmeyen davranış olduğu durumlarda bağışlamanın daha kolay olduğu görülmüştür (Eaton & Struthers, 2006). Ayrıca, incitme davranışının istikrarlı olduğunun yani bu davranışın süreklilik taşıdığının düşünülmesi kaçınma güdüsünü artırıyor görünmektedir. Mutsuz çiftler, eşin olumsuz davranışına daha fazla odaklandığı (Fincham, Beach, & Baucom, 1987) ve olumsuzluk sürekli olarak algılandığı (Fincham & Bradbury,1990) için bu araştırmada olumsuz davranış

daha istikrarlı görülmüş ve bu nedenle kişiler eşlerinden daha fazla kaçınmış olabilirler. Denkleme en son giren bencilce güdü, bağışlamayı kaçınma için yordayan bir başka değişkendir. Fincham ve Beach, (1988), uyumsuz çiftlerin, eşin davranışını daha çok niyetli ve bencilce güdümlü olarak değerlendirdiğini belirtmişlerdir. Eşler, yapılan olumsuz davranışın bencilce nedenlerden ötürü olduğunu düşündüklerinde eşten daha fazla kaçınıyor oldukları söylenebilir.

Bağışlama için gerekli diğer bir güdüsel değişim **intikamdır**. İntikamı, sorumluluk yüklemelerinden *suçlama* ve *niyet* anlamlı düzeyde yordamıştır. İntikam güdüsü üstünde sadece sorumluluk yüklemelerinin rolünün olduğu söylenebilir. Eşlerini, suçlayan ve davranışın niyetli yapıldığını düşünen kişiler daha fazla intikam güdüsü göstermiştir. Nedensellik yüklemeleri, eşler tarafından ‘neden’ sorusunun yöneltildiği daha beklenmedik olaylar karşısında daha fazla görülürken, sorumluluk yüklemeleri daha tanıdık ve sık tekrar eden olaylar karşısında daha çok görülmektedir (Holtzworth-Munroe & Jacobson, 1985). Bu nedenle, intikam güdüsü, eşin olumsuz davranışının sıklığıyla birlikte bu olumsuzluğun eş tarafından hoş görülmesini engelliyor ve biriken öfkeyi boşaltmada ve durumu eşitlemede bir çözüm olarak görülüyor olabilir. Bradbury ve Fincham (1992), evlilikte görülen uyumsuzluğu artırıcı sorumluluk yüklemelerinin uygun çatışma yöntemlerinin kullanılmasını engellediğinden bahsetmişlerdir. Eşin, olumsuz davranışına yönelik yapılan olumsuz sorumluluk yüklemeleri uygun olmayan çatışma çözme yöntemi diyebileceğimiz kaçınma ve intikamı artırıyor görünmektedir.

Bağışlama için önemli diğer bir güdüsel değişim **ilişkiyi sonlandırmadır**. Çalışmada, ilişkiyi sonlandırmayı yordayan değişkenler incelendiğinde *niyet*, *uyum*, *istikrarlılık* ve *suçlama* regresyon denkleminde giren değişkenler olarak görülmektedir. Eşin davranışının, niyetli ve sürekli yapıldığı düşünüldüğünde ve olumsuz davranış için eş suçlandığında ilişkinin sonlanması artıyor görünmektedir. İlişkiyi sonlandırmayı yordayan değişkenlerden biri denkleme niyetten sonra giren uyumdur. Bulgulara bakıldığında, uyumun ilişkiyi sonlandırmada da önemli olduğu, ilişkideki uyum azaldıkça ilişkiyi sonlandırmada artış olduğu ifade edilebilir. İlişkiyi sonlandırmada nedensellik yüklemelerine göre sorumluluk yüklemelerinin daha fazla yapıldığı söylenebilir. Sorumluluk yüklemeleri ile ilgili yapılan çalışmalarda, ilişkideki uyumun evlilikte yapılan sorumluluk yüklemeleriyle ilişkili olduğu belirtilmiştir (Fincham & Bradbury, 1987; Fincham & Jaspars, 1980). Ayrıca, ilişkileri uyumsuz olan çiftler, eşin davranışını kasıtlı ve bencilce güdümlü olarak yaptığını düşünmektedirler (Fincham & Beach, 1988). Eşini daha fazla bağışlayan ve çatışma arttırıcı yüklemeleri kullanmayan eşlerin, ilişkilerini bitirmeye daha az eğilimli olduğu ifade edilebilir.

Araştırma bulguları, ilişki uyumunun ve yüklemelerin bağışlamayı yordadığını göstermiştir. Bu sonuç literatürle uyumlu gözükmektedir. Fincham (2000), Thompson ve ark. (2005), ilişki uyumu ile bağışlama arasında olumlu ilişki olduğunu gösteren çalışmalar yapmışlardır. McCullough (2000), eşe karşı yapılan en şiddetli zararlar en az şiddetli zarara ilişkin eşlerin bağışlama düzeylerini ilişki uyumu ile olumlu yönde ilişkili bulmuştur. Kachadourian,

Fincham, ve Davila (2004), çalışmalarında, bağışlamanın ilişki uyumuyla olumlu ilişki gösterdiğini belirtmişlerdir. Kachadourian, Fincham, ve Davila'nın (2004) sonuçlarıyla tutarlılık göstererek, bu araştırmada ilişki uyumu bağışlamayla olumlu ilişki göstermiştir, yani uyum arttıkça bağışlama artmaktadır. Hall ve Fincham (2006), eşler arasında çatışmayı arttıran olumsuz yüklemelerin bağışlamayı engellediği ve eşleri intikam ve kaçınma gibi daha olumsuz davranışlara yönelttiği ve sonuç olarak ilişkinin bozulması veya sona ermesini kolaylaştırdığını belirtmişlerdir.

IV.4.1. Evli Kadın ve Erkeklerde, Sorumluluk Yüklemelerinin Nedensellik Yüklemelerine Göre Bağışlamayı Daha Fazla Yordayacağına İlişkin Bulgular

Evli kadın ve erkekler için yapılan aşamalı regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında, evli kadınların **kaçınma** güdüsünü, yüklemelerden *istikrarlılık*, *niyet* ve *bencilce güdünün* yordadığı görülmüştür. Evli kadınlar, eşin davranışının sürekli olduğunu, niyetli yapıldığını ve bencilce bir güdüye dayandığını düşünmekte ve eşten kaçınmaları artmaktadır. Tutarel-Kışlak (1997), çalışmasında evli kadınların eşlerinin davranışlarını erkeklere göre daha fazla bencilce güdülere yüklediklerini bulmuştur. Bu bulguyla tutarlı bir sonuçtur. Evli erkeklerin **kaçınma** güdüsünü yordayan değişkenlerin, *uyum* ve sorumluluk yüklemelerinden *niyet* olduğu görülmüştür. İlişki uyumu azaldığında ve eşin davranışı niyetli olarak değerlendirildiğinde erkeklerin kaçınma eğilimlerinde artma olduğu söylenebilir.

Evli kadınların **intikam** güdüsüne bakıldığında, bu güdüyü yordayan değişkenlerin *suçlama* ve *niyet* olduğu bulunmuştur. Evli kadınların, eşlerini olumsuz davranıştan ötürü suçlamaları ve davranışı olumsuz niyetle yaptığını düşünceleri intikam güdüsünü artırıyor görünmektedir. Bununla birlikte, evli kadınların intikam güdüsünde önemli değişkenin sadece sorumluluk yüklemesi olduğunu ve ilişki uyumunun herhangi bir yordayıcı gücü olmadığı söylenebilir. Evli erkeklerin **intikam** güdüsünü, *suçlama* ve *uyumun* yordadığı bulunmuştur. Yani, evli erkeklerin olumsuz davranıştan dolayı eşlerini suçladıkları görülmekte ve düşük evlilik uyumu, eşlerinden intikam alma isteğini artırıyor görünmektedir.

Evli kadınlarda **ilişkiyi sonlandırma** için yapılan analizlerde, *niyet* ve *istikrarlılık* bu değişkeni en iyi yordayan değişkenler olarak bulunmuştur. Eş tarafından yapılan olumsuz davranışın niyetli yapıldığının ve bu davranışın sürekli devam ediyor olduğunun düşünülmesi ilişkiyi sonlandırmada önemli görülmektedir. Bradbury ve Fincham (1992), özellikle kadınlarda olumsuz yüklemenin, eşin bakış açısını kaçırmalarına ve daha az olumlu davranış göstermelerine neden olduğunu belirtmektedirler. Aynı sonuç, Bradbury ve ark. (1996) çalışmalarında da rastlanmaktadır ve bu çalışmada, kadınlar çatışma çözümünde daha az olumlu davranış göstermişlerdir. Evli erkekler için **ilişkiyi sonlandırmayı** yordayan, *uyum*, *genellik* ve *suçlama* değişkenleridir. İlişki uyumu, erkeklerde bağışlamanın tüm alt boyutlarının yordayıcısı olarak bulunmuştur. Evlilik uyumunun azalması her üç güdü için önemli görünmektedir. Erkekler için ilişkiyi sonlandırmayı yordayan diğer

değişken genelliktir. Erkekler, olumsuz davranışın evliliğin her yönü için geçerli olduğunu düşünmekte ve bu davranış için eşi suçlamaktadırlar. Erkekler için sorumluluk yüklemeleri nedensellik yüklemelerine göre bağışlamanın daha iyi yordayıcısı olarak görünmektedir. Kadınlardan farklı olarak, erkeklerde ilişki uyumu bağışlamada daha önemli görülmektedir. Bu durum, literatürde evlilikte sorumluluk yüklemelerinin ilişkideki uyumu etkileyebileceği görüşünü destekler niteliktedir (Bradbury & Fincham, 1992). Erkeklerin, evlilikte eşin olumsuz davranışlarına daha çok sorumluluk yüklemesi yapması ilişkinin uyumlu olmadığı sonucunu getirebilir ve bu durum da bağışlamayı azaltır görünmektedir. Bu sonuçlar araştırmanın amacı olan sorumluluk yüklemelerinin nedensellik yüklemelerine göre bağışlamayı daha iyi yordayacağı beklentisini destekler niteliktedir. Tüm çiftler için, evli kadınlar ve evli erkekler için sorumluluk yüklemeleri bağışlamada önemli görünmektedir. Evlilikte, yapılan sorumluluk yüklemeleri arttıkça bağışlamanın azaldığı söylenebilir.

Bu sonuçlar literatürdeki sonuçlar tarafından desteklenmektedir (Fincham & Bradbury, 1987; Paleari, Regalia, & Fincham, 2005). Türk kültüründe yapılan bir çalışmada benzer sonuçlar elde edilmiştir. Tutarel-Kışlak (1997) evlilik uyumunu, nedensellik yüklemelerden çok sorumluluk yüklemelerinin daha iyi yordadığını bulmuştur. Sorumluluk yüklemelerinin nedensellik yüklemelerine kıyasla, uyumlu ve uyumsuz eşi ayırt etmede daha tutarlı olduğu (Fincham & Beach, 1988) bulgusuna benzer olarak, çiftlerin

birbirini bağışlamalarında da sorumluluk yüklemelerinin daha tutarlı olduğu söylenebilir.

IV.4.2. Evli Kadın ve Erkeklerde, Yüklemelerin Bağışlamayı İlişki Uyumuna göre Daha İyi Yordayacağına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmanın sonuçlarına göre, yüklemelerin ilişki uyumuna göre bağışlamayı daha fazla yordadığı görülmüştür. Bu da araştırmanın diğer bir amacını destekler niteliktedir. Araştırmanın amacı, evli kadınlarda ve erkeklerde ilişki uyumuna göre yüklemelerin bağışlamayı daha iyi yordayacağıdır. Fincham, Paleria, ve Regalia (2002), yüklemelerin, ilişki uyumuna ve bağışlamaya aracılık ettiğini göstermişlerdir. Yaptıkları çalışmada, ilişki uyumu yüklemelere göre bağışlamayı daha dolaylı olarak yordamıştır. Fincham'da (2000) araştırmasında benzer sonuca ulaşmıştır.

Evli kadınların ve evli erkeklerin, SKMÖ alt ölçeklerinden aldıkları puanlar ile SKMÖ toplam puanları için yapılan analiz sonuçlarına göre, sorumluluk yüklemesi, bağışlamayı en çok yordayan değişken olarak bulunmuştur. İlişki uyumu, bağışlamayı yordayan diğer bir değişken olmasına rağmen tüm çiftlerde ve evli kadınlarda sorumluluk yüklemesinden sonra regresyon analizine girebilmiştir. Ancak, evli erkekler için yapılan analizlerde ilişki uyumu sorumluluk yüklemelerinden daha fazla bağışlamayı yordamıştır. Bu da, Rusbult ve ark. (2001) ifade ettiği gibi mutsuz çiftlerin mutlu çiftlere

göre daha fazla ilişki yıkıcı tepkiler verdiği bulgusunu destekler niteliktedir. Beach, Kamen, ve Fincham (2006), evlilikteki uyumsuzluğun belirleyicilerinden birinin bağışlamadaki azalma olduğundan bahsetmişlerdir.

Evli erkeklerin bağışlamasında ilişki uyumunun daha önemli olduğu bulgusunu destekler bir çalışma, Fincham ve Beach (basımda) tarafından yapılmıştır. Çalışmada, evli erkeklerle evli kadınların ilişki uyumları ve bağışlamaları arasındaki nedensellik yönleri araştırılmıştır. Evli kadınlarda, bağışlamadan ilişki uyumuna ve ayrıca ilişki uyumundan bağışlamaya doğru bir nedensellik etkisi görülürken, evli erkeklerde etkinin yönü, ilişki uyumundan bağışlamaya doğrudur. Sonuç olarak, bu çalışmanın bulgularıyla da tutarlı bir sonuçtur, yani evli erkeklerde ilişki uyumu azaldığında bağışlamanın da azaldığı belirtilebilir.

Bağışlama üzerindeki sorumluluk yüklemelerinin etkisi erkeklere göre kadınlarda daha güçlüdür (Bradbury, Beach, Fincham, & Nelson, 1996; Bradbury & Fincham, 1992). Suçlama azaldıkça daha olumlu yükleme yapılmakta ve empati artmaktadır. Evli erkeklere göre evli kadınların bağışlama için daha fazla yükleme yapma nedenleri buna bir eğilimleri olduğunu düşündürebilir. Olumsuz yüklemeler bağışlama yolunu kapatmakta ve eşlerin olumsuz davranışlara daha duyarlı olmasını sağlamaktadır (Hall & Fincham, 2006). Evli erkekler için ilişki uyumunun daha önemli olmasının nedeni McCullough ve ark. (1998) görüşlerine dayanarak ilişkilerine daha fazla yatırım yapmaya önem vermeleri ve ilişkilerini daha fazla korumak

istemeleri, ilişkide kendilerini rahat ve huzurlu hissetmek istemeleri nedeniyle olabilir. İlişkide uyum azaldıkça bağışlamanın da azalabileceği düşünülebilir çünkü artık ilişkide kendilerini güvende hissetmiyor olabilirler. Bu sonuçlarla birlikte, bu çalışmada, evli kadınlar ve erkekler arasında bağışlama için farklı değişkenlerin önemli olduğu görülmektedir.

IV.5. Zararın Algılanan Şiddeti Arttıkça Bağışlamanın Azalacağına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmanın son amacı zararın şiddetinin bağışlama ile negatif korelasyon gösterip göstermediğini incelemektir. Tek maddelik bağışlama ölçeği ile zararın algılanan şiddeti arasındaki korelasyon negatif bulunmuştur. Ancak bu değer yüksek değildir. Tek maddelik bağışlama arttıkça zararın algılanan şiddeti azalmaktadır. Zararın algılanan şiddeti ile SKMÖ toplam ve alt ölçeklerinin arasındaki korelasyona bakılmıştır. Zararın algılanan şiddeti, SKMÖ toplam ve ilişkiyi sonlandırma ile çok yüksek olmamakla beraber en yüksek korelasyonu göstermiştir. Bu bulguyla, algılanan şiddet arttıkça kişilerin bağışlamadığı ve ilişkiyi sonlandırma olasılığının arttığı söylenebilir. Zararın algılanan şiddeti, SKMÖ alt ölçekleriyle olumlu korelasyon gösterdiğinden dolayı zararın şiddeti arttıkça kaçınma, intikam ve ilişkiyi sonlandırma güdülerinde artma ve dolayısıyla bağışlamada azalma olduğu söylenebilir. Bulgular çok yüksek bir korelasyonu işaret etmese de bağışlama ve zararın şiddeti arasında bir ilişkiden bahsedilebilir. İlişki uyumu ile zararın algılanan şiddetine bakıldığında, negatif ilişki söz konusudur. İlişki uyumu

artıkça zararın algılanan şiddeti azalmaktadır. Bu sonuçlara bakarak, zararın şiddetinin bağışlama ve ilişki uyumuyla ters orantılı olduğu ifade edilebilir. İlişki uyumu ve bağışlama arttıkça zararın algılanan şiddeti azalma göstermektedir.

Bu sonuçlar literatürle ilişkili gözükmemektedir. Kearns ve Fincham (2004), mutlu çiftlerin eşlerinin hatalarına daha olumlu yaklaştıklarını belirtmişlerdir. Aynı zamanda bu çiftler eşlerine daha az suçlayıcı davranmışlardır. İlişki uyumu arttıkça zarar daha olumlu algılanmakta ve bu da bağışlamayı arttırmaktadır. Fincham, Jackson, ve Beach'in (2005), belirttiği gibi olumsuz sorumluluk yüklemeleri bağışlamayı azaltmakta ayrıca zararın şiddetinin daha çok algılanmasına sebep olmaktadır. Kachadourian ve ark. (2005) ile Boon ve Sulsky (1997), bağışlama ve zararın şiddeti arasındaki ilişkide benzer sonuçlara ulaşmıştır. Burada herhangi bir nedensel açıklama yapmak zor olsa da ilişki uyumu yüksek olan evliliklerde olumsuz sorumluluk yüklemelerinin daha az yapıldığı ve bu nedenle zararın şiddetinin daha az algılandığı ve bağışlamanın daha kolaylaştığı ifade edilebilir. Burada işleyen mekanizmanın McCullough ve ark. (1998) öne sürdüğü gibi uyumlu çiftlerde yapılan hataların eşin iyiliği için yapıldığını düşünmesiyle açıklanabilir. Bu durum, Bradbury ve Fincham'ın (1992) bahsettikleri olumlu yükleme yanlılığını getirir. Mutlu çiftler olumlu yükleme yanlılığı göstermektedirler ve eşlerine daha olumlu yüklemeler yapmaktadırlar.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, evlilik ilişkisinde bağışlama sürecini daha iyi anlamak için yapılmıştır. Uzun yıllardır özellikle Amerika'da evlilik ilişkilerinde ortaya çıkan olumsuzluklarla daha iyi baş edebilmek için bağışlama müdahaleleri yapılmaktadır. Evlilikte veya ikili ilişkilerde çatışma kaçınılmazdır ancak bu çatışmayla nasıl mücadele edileceği daha önemli hale gelmiştir. Bağışlama bu yollardan biri olarak son yıllarda ilgi çekmeye başlamıştır. Ancak bağışlama sürecine ilişkin hala bilinmeyenler mevcuttur. Bağışlama sürecinin daha etkili bir müdahale yöntemi olarak kullanılması için daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir. Ülkemizde bu konuyla ilgili herhangi bir çalışma yapılmamış olması bu çalışmanın bir ilk adım olmasını sağlamıştır. Bu araştırmanın amacı evlilik ilişkisinde bağışlamayı yordayan değişkenleri incelemektir. Kişilerarası bağışlamada ve özellikle evlilikte bağışlama önemlidir. Evlilikte yaşanabilen çatışmalar ve travmalarla baş etmek için kullanılan bir psikolojik iyileşme yöntemidir. Bağışlama ile birlikte evlilikte bozulan ilişki ve güven yeniden kurulabilmektedir. Bu çalışmada Suça ilişkin Kişilerarası Motivasyonlar Ölçeği evli Türk çiftlerinde ilk kez kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan değişkenlerle ilgili yurtdışında sınırlı sayıda çalışma yapılmıştır ancak ülkemizde benzer konuyla ilgili bir çalışma yoktur. Bu araştırmanın, hem klinik uygulamalara hem de sosyal psikolojik araştırmalara yol göstermesi amaçlanmıştır.

Bu çalışmada, evli çiftlerde bağışlama üzerinde yüklemeler ve ilişki uyumunun yordayıcı etkisi incelenmiştir. Ayrıca algılanan zararın şiddetinin bağışlamayı etkileyip etkilemediği araştırılmıştır. Sonuçlar, yüklemelerin ve ilişki uyumunun bağışlama üzerinde yordayıcı etkisi olduğunu göstermiştir. Tüm çiftlerde ve evli kadınlarda yüklemeler, ilişki uyumuna göre bağışlamayı daha iyi yordamıştır. Ancak evli erkeklerde, ilişki uyumu yüklemelere göre daha iyi bir yordayıcı olarak bulunmuştur. Yüklemelerin alt boyutları açısından sorumluluk yüklemeleri, tüm çiftler için ve evli kadınlarla, evli erkekler için nedensellik yüklemelerine göre bağışlamayı daha iyi yordamıştır. Ayrıca zararın algılanan şiddeti ile bağışlama arasındaki ilişki incelendiğinde, zararın algılanan şiddeti arttıkça bağışlamanın azaldığı görülmüştür. Sonuç olarak bu tez, bağışlama üzerinde yüklemelerin ve ilişki uyumunun ve zararın şiddetinin anlamlı katkılarını destekler bulgular sunmuştur. Ayrıca, bu tezle çiftlerin, evli kadınların ve evli erkeklerin, bağışlamaları üzerinde etkisi olan değişkenleri ayrı ayrı anlamaya yardımcı olacak bulgular elde edilmiştir.

Bu çalışma ayrıca bazı sınırlılıkları da içermektedir. Çalışmanın başlıca sınırlılığı, araştırmada eşler arasında geçen özellikle bir zarar olayına bakılmış olmasıdır. Ancak evlilik çalışmalarında bağışlama hakkında daha fazla bilgi edinmek için eşlerin yaptıkları hata örüntüsüne bakılması daha önemli görünmektedir. Sadece eşlerin tek bir hatayı bağışlamaları, aynı hatanın sürekli yapılmasından daha farklı olarak bir bağışlama süreci gerektiriyor olabilir. Ayrıca uzun süreli zararların, kısa süreli zararların

bağışlanmasını etkileyip etkilemediğinin anlaşılması bağışlama müdahalelerinde oldukça yardımcı bir bilgi olabilir. Bundan sonraki çalışmalarda bu konular ele alınmalıdır.

Araştırmanın diğer bir sınırlılığı, zarara sadece zarar gören açısından bakılmasıdır. Literatürde, zarar veren kişi açısından bağışlama sürecinin fazla incelenmediği görülmektedir.. Bu konuda yapılmış birkaç araştırma dışında zarar verenin bakış açısından bağışlamanın altında yatan sürecin anlaşılmasına yönelik fazla bilgi yoktur. Bu çalışmada bu konudaki eksikliği giderememiştir. Özellikle evlilik ilişkilerinde bazı uzun süreli istismar durumları dışında eşler hem kurban hem suçlu rolündedir. Bundan sonraki çalışmalarda, eşlerin hem suçlu hem de kurban olduğu durumlarda bağışlamaya bakılması önem taşımaktadır.

Araştırmada, sadece evli çiftlerle çalışılmıştır. Bununla birlikte evli çiftlerin sayısı veri kaybı nedeniyle azalmıştır. Daha çok sayıda evli çiftle çalışmak verilerin yorumunu farklılaştırabilir. Ayrıca çiftlerin çoğunluğu üniversite veya lisansüstü mezunudur. Bu durum Türkiye'deki evli çiftler hakkında çok fazla bilgi vermemektedir. Daha sonra yapılacak çalışmalarda evli ve flört çiftlerinin birlikte çalışmaya katılması ve karşılaştırmalı bilgiler edinilmesi ve her eğitim düzeyinden çiftlerin seçilmesi önemlidir. Bu çalışmada herhangi bir karşılaştırmalı bilgiye ulaşılammıştır. Evli ve flört çiftlerinde bağışlamayı yordayan değişkenler farklılık gösterebilir. Evliler için önemli olan değişkenler flört edenler için olmayabilir. Bu konuda da

literatürde fazla araştırma olmaması bu konuyu daha önemli hale getirmektedir

Araştırmada, bağışlamayı etkilediği düşünülen bazı değişkenler (bağlanma, empati gibi) araştırmaya katılmamıştır. Bağışlamayı etkilediği düşünülen başka değişkenlerin de araştırma içinde bağışlamayı yordayıcı özelliğine bakılmalıdır. Diğer değişkenlerle birlikte bağışlama hakkında daha fazla bilgi sahibi olunacağı açıktır.

KAYNAKLAR

Acitelli, L.K., Kenny, D.A., & Weiner, D. (2001). The importance of similarity and understanding of partners' marital ideals to relationship satisfaction. *Personal Relationships* ,8, 167-185.

Akhtar, S. (2002). Forgiveness: Origins, dynamics, psychopathology, and technical relevance. *Psychoanalytic Quarterly*, 71 (2), 175 – 212.

Balkaya, F., & Şahin, N.H. (2003). Çok Boyutlu Öfke Ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14, 192-202.

Barber, L., Maltby, J., & Macaskill, A. (2005). Angry memories and thoughts of revenge: The relationship between forgiveness and anger rumination. *Personality and Individual Differences*, 39, 253-262.

Basat, Ç. (2004). *An exploration of marital satisfaction, locus of control, and self-esteem as predictors of sexual satisfaction*. Unpublished master thesis, Middle East Technical University, Ankara.

Bassett, R.L., Bassett, K.L., Lloyd, M.W., & Johnson, J.L. (2006). Seeking forgiveness: Considering the role of moral emotions. *Journal of Psychology and Theology*, 34 (2), 111-124.

Baumeister, R.E., Exline, J.J., & Sommer, K.L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. E.L.Worthington (Ed.), *Dimensions of Forgiveness: Psychological Research and Theological Speculations* (pp.79-107). Philadelphia: The Templeton Foundation Pres.

Beach, S.R.H., Kamen, C., & Fincham, F. (2006). Marital Dysfunction. In F. Andrasik (Ed.), *Comprehensive Handbook of Personality and Psychopatology: Volume II, Adult Psychopathology* (pp..450-465). New York: Wiley.

Boon ,S.D., & Sulsky , L.M. (1997). Attributions of blame and forgiveness in romantic relationships : A policy-capturing study. *Journal of Social Behavior and Personality* , 12 (1) , 19-44.

- Bowman, I.G. (2003). *Exploring the retrospective experience of self forgiveness in psychotherapy*. Unpublished Doctoral Dissertation. University of Pretoria. South Africa.
- Bradbury, T.N, Fincham, F.D., & Beach, S.R.H. (2000). Research on nature and determinants of marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964-980.
- Bradbury, T.N., & Fincham, F.D. (1990). Attributions in marriage: Review and critique. *Psychological Bulletin*, 107 (1), 3-33.
- Bradbury, T.N., & Fincham, F.D. (1992). Attributions and behavior in marital interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63 (4), 613-628.
- Bradbury, T.N., Beach, S.R.H., Fincham, F.D., & Nelson, G.M. (1996). Attributions and behavior in functional and dysfunctional marriages. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(3), 569-576.
- Brown, R.P. (2004). Vengeance is mine: Narsisism, vengeance and the tendency to forgive. *Journal of research in personality*, 38, 576-584.

Coyle, C.T., & Enright, R.D. (1997). Forgiveness intervention with post-abortion men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65 (6),1042-1046.

Crane, D.R., Allgood, S.M., Larson, J.H., & Griffin, W. (1990). Assesing marital quality with distressed and nondistressed couples: A comparison and equivalency table for three frequently used measures. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 87-93.

Curun, F. (2007). *Yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi ile evlilik doyumu arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış doktora tezi, A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Day, L., & Maltby, J. (2005). Forgiveness and social loneliness. *The Journal of Psychology*, 139(6), 553-555.

Diblaiso, F.A. (2000). Decision-based forgiveness treatment in cases of marital infidelity. *Psychotherapy*, 37 (2), 149-158.

Downie, R.S. (1965). Forgiveness. *The Philosophical Quarterly*, 15 (59), 128-134.

Droll, D.M. (1984). *Forgiveness: Theory and research*. Unpublished doctoral dissertation, University of Nevada, Reno.

Eaton, J., & Struthers, C.W. (2006). The reduction of psychological aggression across varied interpersonal contexts through repentance and forgiveness. *Aggressive Behavior*, 32, 195-206.

Eaton, J., Struthers, C.W., & Santelli, A.G. (2006). Dispositional and state forgiveness: the role of self-esteem, need for structure, and narcissism. *Personality and Individual Differences*, 41, 371- 380 .

Eğeci, İ.S. (2005). *Conflict distress, conflict attributions and perceived conflict behaviors as predictors of relationship satisfaction*. Unpublished master thesis, Middle East Technical University, Ankara.

Enright, R. D., Eastin, D. L., Golden, S., Sarinopoulos, I., & Freedman, S. (1992). Interpersonal forgiveness within the helping professions: An attempt to resolve differences of opinion. *Counseling and Values*, 36, 84-103.

Enright, R.D., & Fitzgibbons, R.P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: American Psychological Association.

Enright, R.D., & Gassin, E.A., Wu, C.(1992). Forgiveness: A developmental view. *Journal of Moral Education*, 21, 99-114.

Enright, R.D., Santos, M., & Al-Mabuk, R. (1989). The adolescent as forgiver. *Journal of Adolescence* , 12 , 95-110.

Enright, R.D., & the Human Development Study Group (1994). Piaget on the moral development of forgiveness: Identity or reciprocity. *Human Development* , 37, 63-80.

Enright, R.D., & the Human Development Study Group (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and Values*, 40(2), 107-126.

Exline, J.J., Baumeister, B.J., Bushman, B.J., Campbell, W.K., & Finkel, E.J. (2004). Too proud to let go: Narsissistic entitlement as a barrier to forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(6), 894-912.

Fincham, F.D. (2000). The kiss of the porcupines: From attributing responsibility to forgiving. *Personal Relationships*, 7, 1-23.

Fincham, F.D., & Beach, S.R.H. (1988). Attribution process in distressed and nondistressed couples: 5. Real versus hypothetical events. *Cognitive Therapy and Research*, 5, 504-514.

Fincham, F.D., & Beach, S.R.H. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal Relationships*, 9, 239-251

Fincham, F.D., & Beach, S.R.H. (2006). Relationship satisfaction. In D. Perlman & A. Vangelisti (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*(pp.579-594).Cambridge: Cambridge University Press.

Fincham, F.D., & Beach, S.R.H. (basımda). Forgiveness and marital quality: Precursor or consequence in well established relationships? *Journal of Positive Psychology*.

Fincham, F.D., Beach, S.R.H., & Baucom, D.H. (1987). Attribution process in distressed and nondistressed couples: 4. self-partner attribution differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(4), 739-748.

Fincham, F.D., & Bradbury, T.N. (1987). The impact of attributions in marriage: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 481-489.

Fincham, F.D., & Bradbury, T.N. (1989). Perceived responsibility for marital events: Egocentric bias or partner-centric bias? *Journal of Marriage and the Family*, 51, 27-35.

Fincham, F.D., & Bradbury, T.N. (1992). Assessing attributions in marriage: The relationship attribution measure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62 (3), 457-468.

Fincham, F.D., & Bradbury, T.N. (1993). Marital satisfaction, depression, and attributions: Longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(3), 442-452.

Fincham, F.D., Bradbury, T.N., & Scott, C.K. (1990). Cognition in marriage. *The Psychology of Marriage*. New York: The Guilford Press.

Fincham, F.D., & Grych, J.H. (1991). Explanations for family events in distressed and nondistressed couples: Is one type of explanation used consistently? *Journal of Family Psychology*, 4 (3), 341-353.

Fincham, F.D., Hall, J.H., & Beach, S.R.H. (2005). "Till lack of forgiveness do us part": Forgiveness in marriage. In E.L. Worthington (Ed.) *Handbook of Forgiveness* (pp.207-226). New York: Wiley.

Fincham, F.D., Jackson, H., & Beach, S.R.H. (2005). Transgression severity and forgiveness: Different moderators for objective and subjective severity. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24* (6), 860-875.

Fincham, F.D., & Jaspars, J.M. (1980). Attribution of responsibility: From man the scientist to man as lawyer. In L.Berkowitz (Ed.), *Advances in social psychology* (pp. 81-138). New York: Academic Pres.

Fincham, F.D., Paleari, F.G., & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality , attributions , and empathy. *Personal Relationships , 9* , 27-37.

Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., & Hannon, P. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(6), 956-974.

Fiske, S.T., & Taylor, S.E. (1991). *Social Cognition*. New York: McGraw-Hill, Inc.

Fitzgibbons, R.P. (1986). The cognitive and emotive uses of forgiveness in the treatment of anger. *Psychotherapy, 23* (4), 629-633.

- Fletcher, G.J.O., Fincham, F.D., Cramer, L.C., & Heron, N. (1987). The role of attributions in the development of dating relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 481-489.
- Freedman, S.R., & Enright, R.D. (1996). Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(3), 983-992.
- Frommer, M.S.(2005).Thinking relationally about forgiveness. *Psychoanalytic Dialogues*, 15 (1), 33.45.
- Gauche, M., & Mullet, E. (2005). Do we forgive physical aggression in the same way that we forgive psychological aggression? *Aggressive Behavior*, 31, 559-570.
- Glenn, N.D. (1990). Quantitative research on marital quality in 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 818-831.
- Goldgarb, J.C. (2005). *The emergence, expression and integration of forgiveness: A psychodynamic exploration and case study*. Unpublished doctoral dissertation, Alliant International University, San Diego.

Gordon, K.C., & Baucom, D.H. (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from a marital betrayal. *The American Journal of Family Therapy*, 31, 179-199.

Gordon, K.C., & Baucom, D.H.B. (1998). Understanding betrayals in marriage: A synthesized model of forgiveness. *Family Process*, 37(4), 425-450.

Gordon, K.C., Baucom, D.H.B., & Snyder, D.K. (2000). The use of forgiveness in marital therapy. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thorsen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 254-280). New York: Guilford.

Gottman, J.M. (1998). Psychology and the study of marital process. *Annual Review of Psychology*, 49, 169-197.

Hall, J.H. & Fincham, F.D. (2005). Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(5), 621-637.

Hall, J.H., & Fincham, F.D. (2006). Relationship dissolution following infidelity: The roles of attributions and forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 508-522.

Hamilton, W.L. (1978). Who is responsible? Toward a social psychology of responsibility attribution. *Social Psychology*, 41(4), 316-328.

Hargrave, T. D., & Sells, J. N. (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23 , 41-62.

Hebl, J.H., & Enright, R.D. (1993). Forgiveness as a psychotherapeutic goal with elderly females. *Psychotherapy* , 30 (4), 658-667.

Heider, F. (1958). *The Psychology of Interpersonal Relations*. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Hepp-Dax, S.H. (1996). *Forgiveness as an educational goal with fifth-grade inner-city children*. Unpublished doctoral dissertation, Fordham University. New York.

Hill, E.W. (2001). Understanding forgiveness as discovery: Implications for marital and family therapy. *Contemporary family therapy*, 23(4) , 363-384.

Holtzworth-Munroe, A., & Jacobson, N.S. (1985). Causal attributions of married couples? What do they conclude when they do? *Journal of Personality and Social Psychology*, 48 (6), 1398-1412.

Hope, D. (1987). The healing paradox of forgiveness. *Psychotherapy*, 24(2), 240-244.

Hortaçsu, N. (1989). Current and dissolved relationships: Descriptive and attributional dimensions and predictors of involvement. *Journal Of Social and Personal Relationships*, 6(3), 373-383.

Hovardaoğlu, S. (2000). Karşılıklı bağımlılık içeren koşullar için korelasyon analizleri. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 41-48.

Human Development Study Group. (1991). Five points on the construct of forgiveness within psychotherapy. *Psychotherapy*, 28 (3), 493-496.

Hünler, O.S., & Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.

Johnson, D.J., & Rusbult, C.E. (1989). Resisting temptation: Devaluation of alternative partners as a means of maintaining commitment in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 967-980.

Jones, E.E., & Davis, K.E. (1965). From acts to dispositions: The attribution process in person perception. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (pp.219-266). New York: Academic Pres.

Kachadourian, L.K., Fincham, F., & Davila, J.(2004). The tendency to forgive in dating and married couples: The role of attachment and relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 11 , 373-393.

Kachadourian, L.K., Fincham, F., Davila, J., & Brook, S.S. (2005). Attitudinal ambivalence, rumination and forgiveness of partner transgressions in marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 334-342.

Karney, B.R., Bradbury, T.N., Fincham, F.D., & Sullivan, K.T. (1994). The role of negative affectivity in the association between attributions and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(2), 413-424.

Karremans, J.C., & Van Lange, P.A.M. (2004). Back to caring after being hurt: the role of forgiveness. *European Journal of Social psychology*, 34, 207-227.

Karremans, J.C., Van Lange, P.A.M., & Holland, R.W. (2005). Forgiveness and its associations with prosocial thinking, feeling, doing beyond the relationship with the offender. *Personality and Social Psychology, 31*, 1315-1326.

Karremans, J.C., Van Lange, P.A.M., Ouwerkerk, J.W., & Kluwer, E.S. (2003). When forgiving enhances psychological well-being: The role of interpersonal commitment. *Journal of Personality and Social Psychology, 84* (5), 1011-1026.

Kearns, J.N., & Fincham, F.D. (2004). A prototype analysis of forgiveness. *Personality and Social Psychology, 30* (7), 838-855.

Kearns, J.N., & Fincham, F.D. (2005). Victims and perpetrator accounts of interpersonal transgressions: Self-serving or relationship-serving biases? *Personality and Social Psychology, 20*, 1-13.

Kelley, H.H. (1972). Attribution in social interaction. In E.E. Jones et al (Eds.), *Attribution: Perceiving the causes of behavior*. Morristown, NJ:General Learning Pres.

Locke, H.J., & Wallace, K.M. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and Family Living, 21*, 251-255.

Maltby, J., & Day, L. (2004). Forgiveness and defense style. *The Journal of Genetic Psychology, 165* (1), 99-109.

Maltby, J., Day, L., & Barber, L. (2005). Forgiveness and happiness, the differing contexts of forgiveness using the distinction between hedonic and eudaimonic happiness. *Journal of Happiness Studies, 6*, 1-13.

Maltby, J., Macaskill, A., & Day, L. (2001). Failure to forgive self and others: A replication between forgiveness, personality, social desirability and general health. *Personality and Individual Differences, 30*, 881-885.

Marty, M.E. (1998). The ethos of christian forgiveness. In E.L.Worthington (Ed.), *Dimensions of Forgiveness: Psychological Research and Theological Speculations* (pp. 9-29). Philadelphia: Templeton Foundation Press.

McCullough, M.E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19* (1), 43-55.

McCullough, M.E., Bellah, C.G., Kilpatrick, S.D., & Johnson, J.L. (2001). Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the big five. *Personality and Social Psychology, 27*(5), 601-610.

McCullough, M.E., Fincham, F.D., & Tsang, J.A. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: The temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (3), 540-557.

McCullough, M.E., Hoyt, W.T., & Rachal, K.C. (2000). What we know (and need to know) about assessing forgiveness constructs. In M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (Eds.) içinde, *Forgiveness: Theory, Research and Practice* (pp.65-91). New York: Guilford pres.

McCullough, M.E., Pargament, K.I., & Thoresen, C.E. (2000). The Psychology of forgiveness. In M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, Research and Practice* (pp.1-14). New York: Guilford pres.

McCullough, M.E., Rachal, K.C., Sandage, S.J., Worthington, E.L., Brown, S.W., & Hight, T.L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1586-1603.

McCullough, M.E., & Worthington, E.L. (1994). Models of interpersonal forgiveness and their application to counseling: Review and critique. *Counseling and Values*, 39, 2-14.

McCullough, M.E., & Worthington, E.L.(1999). Religion and the forgiving personality. *Journal of Personality* , 67(6),1141-1164.

McCullough, M. E., Worthington, E. L., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 321-336.

Mokhtar, H.H. (2000). *The experience of interpersonal forgiveness: An empirical-phenomenological investigation*. Unpublished doctoral dissertation, Western Michigan University, Michigan.

Mullet, E., Girard, M., & Bakhshi, P. (2004). Conceptualizations of forgiveness. *European Psychologist* , 9 (2), 78-86.

Murphy, J. G., & Hampton, J. (1988). *Forgiveness and mercy*. Cambridge University Press.

Neblett, W.R. (1974). Forgiveness and ideals. *Mind*, 83, 269-275.

Nietzsche, F.(2004). *Ahlakın soykütüğü üstüne*.(A. İnam, Çev.) .İstanbul:Say Yayınları. (Orijinal çalışma 1887 yılında basılmıştır).

- North, J. (1987). Wrongdoing and forgiveness. *Philosophy*, 42, 499-508.
- Ohbuchi, K., Kameda, M., & Agarie, N. (1989). Apology as aggression control: Its role in mediating appraisal of and response to harm. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2), 219-227.
- Ovacıklı, M. (1986). *Hukuk Sözlüğü* (2. bas.). Ankara: Banka ve Ticaret Hukuku Araştırma Enstitüsü Yayınları.
- Özen, A. (2006). Value similarities of wives and husbands and conflict resolution styles of spouses as predictors of marital adjustment. Unpublished master thesis, Middle East Technical University, Ankara.
- Paleari, F.G., Regalia, C., & Fincham, F.D. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology*, 31 (3), 368-378.
- Piaget, J. (1932). *The moral judgment of the child*. London, The Free Press.
- Quigley, B.M., & Tedeschi, J.T. (1996). Mediating affects of blame attributions on feelings of anger. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 1280-1288.
- Richards, N. (1988). Forgiveness. *Ethics*, 99 (1), 77-97.

Ripley, J.S., & Worthington, E.L. (2002). Hope-focused and forgiveness-based group interventions to promote marital enrichment. *Journal of Counseling and Development*, 80 (4), 452-463.

Rusbult, C.E., Verette, J., Whitney, G.A., Slovik, L.F., & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (1), 53-78.

Rye, M.S., Pargament, K.I., Ali, M.A., Beck, G.L., Dorff, E.N., Hallisey, C., et al. (2000). Religious perspectives on forgiveness. In M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, Research and Practice* (17-41). NY, Guilford Pres.

Sardoğan, M.E., & Karahan, T.F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programı'nın evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 89-102.

Sastre, M.T.M., Vinsonneau, G., Chabrol, H., & Mullet, E. (2005). Forgiveness and the paranoid personality style. *Personality and Individual Differences*, 38, 765-772.

Scobie, E.D., & Scobie, G.E.W (1998). Damaging events: The Perceived Need for Forgiveness. *Journal of the Theory of Social Behaviour*, 28, 373-401.

Sells, J. N., & Hargrave, T. D. (1998). Forgiveness: a review of the theoretical and empirical literature. *Journal of Family Therapy*, 20, 21-36.

Shackelford, T.K., Buss, D.M., & Bennett, K. (2002). Forgiveness or breakup: Sex differences to a partner's infidelity. *Cognition and Emotion*, 16, 299-307.

Spanier, G.B., & Lewis, R.A. (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and the Family*, 42 (4), 825-839.

Subkovaik, M.J., Enright, R.D., Wu, C., Gassin, E.A., Freedman, S., Olson, L.M., & Sarinopoulos, I. (1995). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescence and middle adulthood. *Journal of Adolescence*, 18, 641-655.

Thompson, L.Y., & Snyder, C.R. (2003). Measuring forgiveness. In S.J. Lopez & C.R. Snyder (Eds), *Positive psychological assesment: A handbook of models and measures* (pp.301-312). Washington, DC: American Psychological Association.

Thompson, L.Y., Snyder, C.R., Hoffman, L., Micheal, S.T., Rasmussen, H.N., Billings, L.S., et al. (2005). Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313-359.

Toussaint, L., & Webb, J.R. (2005). Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness. *The Journal of Social Psychology*, 145(6), 673-685.

Tsang, J., McCullough, M.E., & Fincham, F.D. (2006). The longitudinal association between forgiveness and relationship closeness and commitment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25 (4), 448-472.

Tse, M.C., & Cheng, S.T. (2006). Depression reduces forgiveness selectively as a function of relationship closeness and transgression. *Personality and Individual Differences*, 40, 1133-1141.

Tutarel-Kışlak, Ş. (1995). *Cinsiyet , evlilik uyumu, depresyon ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arası ilişkiler üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tutarel-Kışlak, Ş. (1997). Evlilik uyumu ile nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 12 (40), 55-67.

Tutarel-Kışlak, Ş. (1999a). Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenirlik ve geçerlik çalışması. *3P Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(3), 50-57.

Tutarel-Kışlak, Ş. (1999b). İlişkilerde yükleme ölçeğinin (İYÖ) güvenirlik ve geçerlik çalışması. *3P Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(3), 193-199.

Tutarel-Kışlak, Ş., & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 5 (2), 35-41.

Van Lange, P.A. M, Rusbult , C.E, Drigotas S.M., Arriaga, X.B., Witcher, B.S., & Cox, C.L. (1997). Willingness to sacrifice in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72 , 1373-1395.

Wade, S.H. (1989). *The development of a scale to measure forgiveness*. Unpublished doctoral dissertation, Fuller Graduate School of Psychology, Pasadena, CA.

Walker, D.F., & Gorsuch, R.L. (2002). Forgiveness within the Big Five personality model. *Personality and Individual Differences*, 32, 1127-1137.

Witvliet, C.V.O., Ludwig, T.E., & Bauer, D. (2002). Please forgive me: Transgressors' emotions and physiology during imagery of seeking forgiveness and victim responses. *Journal of Psychology and Christianity, 21*, 219-233.

Worthington, E.L.(1998). An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads. *Journal of Family Therapy, 20*, 59-76.

Worthington, E.L., & DiBlasio, F.A. (1990). Promoting mutual forgiveness within the fractured relationship. *Psychotherapy, 27*(2), 219-223.

Worthington, E.L., & Wade, N.G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social and Clinical Psychology, 18* (4), 385-418.

Worthington, E.L., Sandage, S.J., & Berry, J.W. (2000). Group interventions to promote forgiveness: What researchers and clinicians ought to know. In M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, Research and Practice* (pp.228-254). New York: Guilford pres.

Yalom , I. (1999). *Varoluşçu Psikoterapi* (Z.I.Babayiğit,Çev.).İstanbul: Kabalıcı Yayınevi (Orjinal çalışma 1980 yılında basılmıştır)

Younger, J.W., Piferi, R.L., Jobe, R.L., & Lawler, K.A. (2004). Dimensions of forgiveness: The views of laypersons. *Journal of Social and Personal Relationships, 21*(6), 837-855.

Zechmeister, J.S., & Romero, C. (2002). Victim and offender accounts of interpersonal conflict: Autobiographical narratives of forgiveness and unforgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology, 82* (4), 675-686.

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, evli kadınların ve evli erkeklerin evlilik uyumlarının, nedensellik ve sorumluluk yüklemelerinin evlilikteki bağışlamayı ne düzeyde yordadığını incelemektir. Veri, seksen (80 kadın ve 80 erkek) Türk evli çiftten anketler yoluyla ("Evlilikte Uyum Ölçeği", "İlişkilerde Yükleme Ölçeği" ve "Suça ilişkin Kişilerarası Motivasyonlar Ölçeği") toplanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, evli çiftler, Suça ilişkin Kişilerarası Motivasyonlar Ölçeği toplam puanı, İlişkilerde Yükleme Ölçeği toplam puanı ve alt boyutları ile Evlilikte Uyum Ölçeği toplam puanı açısından benzer bulunmuştur, ancak evli kadınlar, evli erkeklere göre eşin verdiği zararı daha fazla incitici bulurken, bağışlama, yükleme ve evlilik uyumu yönünden cinsiyetler arasında bir farklılık görülmemiştir. Çiftlerde bağışlama üzerinde, evlilik uyumunun ve yüklemelerin yordayıcı etkisi bulunmuştur. Evli kadınlar ve evli erkeklerde, bağışlama, nedensellik yüklemelerine göre sorumluluk yüklemeleri tarafından daha iyi yordanmıştır. Evli kadınlarda ve evli erkeklerde, evlilik uyumunun da bağışlamayı yordadığı görülmüştür. Evli kadınlar ve evli erkeklerde bağışlamayı yordayan değişkenler farklılaşmaktadır. Evli kadınlarda bağışlamayı en iyi yordayan sorumluluk yüklemeleridir. Evli erkeklerde ise

bağışlamayı evlilik uyumu ve sorumluluk yüklemelerinin yordadığı görülmektedir. Bu bulgulara ek olarak, zararın şiddeti arttıkça bağışlamanın zorlaştığı bulunmuştur. Araştırmanın sonuçları, ilgili kuramsal yaklaşımlar, yurtiçi ve yurtdışı yapılan çalışmalar temelinde tartışılmıştır.

ABSTRACT

The purpose of this present study was to examine the predictive power of marital adjustment, causal and responsibility attributions of wives and husbands on marital forgiveness. Data was collected by means of questionnaires ("Marital Adjustment Test", "Relationship Attribution Measure" and "Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory") from a sample of eighty (80 women, 80 men) Turkish married couples. According to the results of the study indicate that couples were similar among the Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory, Relationship Attribution Measure, Marital Adjustment Test, however while wives found the transgression more hurtful than husbands, sexes did not differed among forgiveness, attributions and marital adjustment. The predictive power of marital adjustment and attributions were found on forgiveness of couples. Furthermore, it was found that, responsibility attributions were more predictive than causal attributions on forgiveness of wives and husbands. Marital adjustment also has significant contribution in predicting forgiveness of wives and husbands. The variables predicting forgiveness differ for husbands and wives. For wives, responsibility attributions are the best

predictors on forgiveness. For husbands, marital adjustment and responsibility attributions are seen to predict forgiveness. In addition to these findings, it has been found that the more severe the transgression gets, the more difficult the forgiveness becomes. The results of the study have been discussed on the basis of the related theoretical approaches and studies made at home and abroad.

EK 1 EVLİLİKTE UYUM ÖLÇEĞİ

1. Aşağıdaki ölçek çizgisi üzerinde her şeyi ile şimdiki evliliğinizin mutluluk derecesini en iyi temsil ettiğine inandığınız noktayı daire içine alınız. Ortadaki ‘mutlu’ sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil eder ve ölçek kademeli olarak sol ucunda evliliği çok mutsuz olan küçük bir azınlığı , sağ ucunda ise evliliği çok mutlu küçük bir azınlığı temsil etmektedir.

*	*	*	*	*	*	*
Çok mutsuz			Mutlu			Çok mutlu

Aşağıdaki maddelerde verilen konular hakkında, siz ve eşiniz arasındaki anlaşma ya da anlaşmazlık derecesini yaklaşık olarak belirtiniz. Lütfen her maddeyi dikkate alınız.

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

Lütfen evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabın altını çiziniz.

10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle:

- * erkeğin susması ile
- * kadının susması ile
- * karşılıklı tavizlerle anlaşmaya varılarak sonuçlanır

11. Ev dışı etkinliklerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?

- * hepsini
- * bazılarını
- * çok azını
- * hiçbirini

12. Boş zamanlarınızda genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

- * bir şeyler yapmayı
- * evde oturmayı

Eşiniz genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih eder?

- * bir şeyler yapmayı
- * evde oturmayı

13. Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?

- * sık sık
- * arada sırada
- * çok seyrek
- * hiçbir zaman

14. Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz,

- * aynı kişiyle evlenirdiniz
- * farklı bir kişiyle evlenirdiniz
- * hiç evlenmezsiniz

15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

- * hemen hemen hiçbir zaman
- * nadiren
- * çoğu konularda
- * her konuda

EK 2

İLİŞKİLERDE YÜKLEME ÖLÇEĞİ

Bu anket eşinizin çeşitli davranışları hakkında bilgi toplamak için geliştirilmiştir. Anket eşinizin yapması muhtemel olan bazı davranışları içermektedir. Lütfen, önce eşinizin belirtilen her bir davranışı yapıyor olduğunu farz edin ve sonra bu davranış tanımlamasını izleyen ifadeleri okuyun. Her bir ifadenin sizin için ne kadar doğru veya yanlış olduğunu ifadenin altında yer alan ölçek üzerinde işaretleyiniz.

EŞİNİZ SÖYLEDİĞİNİZ BİRŞEYİ ELEŞTİRİYOR:

- Eşimin bu davranışı kendi ile ilgili bir nedene bağlıydı

(örn., kendi kişilik yapısı, içinde bulunduğu ruh hali).

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen					
yanlış		yanlış	doğru		doğru

- Eşimin beni eleştirme nedeni muhtemelen değişmez

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen					
yanlış		yanlış	doğru		doğru

- Eşimin beni eleştirme nedeni evliliğimizin diğer yönleri için de geçerlidir

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen					
yanlış		yanlış	doğru		doğru

- Eşim beni istemedenden değil kasıtlı olarak eleştirdi

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen					
yanlış		yanlış	doğru		doğru

- Eşimin bu davranışı bencilce nedenlerden kaynaklanmaktadır

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşim beni eleştirdiği için suçlanmayı hak etmiştir.

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

EŞİNİZ SİZİNLE DAHA AZ ZAMAN GEÇİRMEYE BAŞLIYOR:

- Eşimin daha az zaman geçirme nedeni evliliğimizin diğer yönleri için de geçerlidir

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşim benimle daha az zaman geçirdiği için suçlanmayı hak etmiştir

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin bu davranışı kendi ile ilgili bir nedene bağlıydı

(örn., kendi kişilik yapısı, içinde bulunduğu ruh hali).

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin daha az zaman geçirme nedeni muhtemelen değişmez

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin bu davranışı bencilce nedenlerden kaynaklanmaktadır

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşim benimle istemeden değil kasıtlı olarak daha az zaman geçirdi

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

EŞİNİZİN SÖYLEDİĞİNİZ ŞEYE DİKKAT ETMİYOR:

- Eşimin bu davranışı bencilce nedenlerden kaynaklanmaktadır

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin söylediğim şeye dikkat etmeme nedeni evliliğimizin diğer yönleri için de geçerlidir

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin bu davranışı kendi ile ilgili bir nedene bağlıydı

(örn., kendi kişilik yapısı, içinde bulunduğu ruh hali).

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşim istemeden değil , kasıtlı olarak söylediğim şeye dikkat etmedi

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşim söylediğim şeye dikkat etmediği için suçlanmayı hak etmiştir

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin söylediğim şeye dikkat etmeme nedeni muhtemelen değişmez

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

EŞİNİZ SOĞUK VE UZAK DAVRANIYOR:

- Eşim bana istemeden değil, kasıtlı olarak soğuk ve uzak davrandı

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin soğuk ve uzak davranma nedeni evliliğimizin diğer yönleri için de geçerlidir

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşim bana soğuk ve uzak davrandığı için suçlanmayı hak etmiştir

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin bu davranışı bencilce nedenlerden kaynaklanmaktadır

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin bu davranışı kendi ile ilgili bir nedene bağlıydı

(örn., kendi kişilik yapısı, içinde bulunduğu ruh hali).

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

- Eşimin soğuk ve uzak davranma nedeni muhtemelen değişmez

1	2	3	4	5	6
tamamen	yanlış	kısmen	kısmen	doğru	
tamamen		yanlış	doğru		doğru
yanlış					

EK 3

SUÇA İLİŞKİN KİŞİLERARASI MOTİVASYONLAR ÖLÇEĞİ

Eşinizin geçmişte size haksızca davrandığı ve sizi incittiği bir olayı düşünün. Eşinizle yaşamış olduğunuz bu olayı gözünüzün önüne getirin ve eşinizle aranızda ne olduğunu zihninizde tekrar canlandırın. Aşağıdaki yazılı ifadeler için, sizi incitmiş olan eşiniz hakkında **şuan ki** duygularınızı belirtin; yani sizin eşiniz hakkında **şuan** ne hissettiğinizi öğrenmek istiyoruz. Her bir madde için ,sizin **şuan ki** düşüncelerinizi ve duygularınızı en iyi ifade eden sayıyı veya ifadeyi işaretleyin. Katılımınız için teşekkür ederiz.

Eşinizin sizi incitme derecesi size göre;

Oldukça Az () Az () Kararsızım () Çok () Oldukça Çok ()

Eşimi bağışladım

Hiç (1) (2) (3) (4) Tümüyle Bağışladım (5)

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1.Ona bunu ödeteceğim	1	2	3	4	5
2.Onunla aramızda mümkün olduğu kadar mesafe bırakıyorum	1	2	3	4	5
3.Başına kötü bir şey gelmesini dilerim	1	2	3	4	5
4.O yokmuş, çevremde değilmiş gibi yaşıyorum	1	2	3	4	5
5.Ona güvenmiyorum	1	2	3	4	5
6.Hakkettiğini bulmasını istiyorum	1	2	3	4	5
7.Ona karşı sıcak davranmak benim için zor oluyor	1	2	3	4	5
8.Ondan kaçınıyorum/uzak duruyorum	1	2	3	4	5
9.Onunla ödeşecegiz	1	2	3	4	5
10.Onunla ilişkimi kestim	1	2	3	4	5
11.Onun acı çektiğini ve mutsuz olduğunu görmek istiyorum	1	2	3	4	5
12.Ondan sakınıyorum/kendimi geri çekiyorum	1	2	3	4	5

EK 4
KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Anket No:
2. Yaşınız :
3. Cinsiyetiniz :
 1. Kadın ()
 2. Erkek ()
4. Kaç Yıllık Evlisiniz :
5. Kaç Çocuğunuz Var:
6. Çalışıyor musunuz :
 1. Evet ()
 2. Hayır ()
7. Eğitim Durumunuz :
 1. İlk ()
 2. Orta ()
 3. Lise ()
 4. Üniversite ()
 5. Yüksek Lisans ve Diğer ()
8. Ailenizin Toplam Aylık Geliri: 300- 500 Ytl ()
500- 1000 Ytl ()
1000- 2000 Ytl ()
2000- 3000 Ytl ()
3000 ‘Den Çok ()
9. Evinizde Eşiniz ve Çocuğunuzdan Başka Yaşayan Biri Var Mı?
 1. Evet () Kim?
 2. Hayır ()