

**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
UYGULAMALI PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ÇİFTLERDE YÜKLEME BİÇİMLERİ, ÇATIŞMA ÇÖZME
STİLLERİ VE EŞİN DUYGU DIŞAVURUM TARZLARI İLE
ÇİFT UYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Nihal KARA**

**Danışmanı
Yrd. Doç. Dr. Pervin Sevda BIKMAZ**

İstanbul – 2013

**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
UYGULAMALI PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ÇİFTLERDE YÜKLEME BİÇİMLERİ, ÇATIŞMA ÇÖZME
STİLLERİ VE EŞİN DUYGU DIŞAVURUM TARZLARI İLE
ÇİFT UYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Nihal KARA**

**Danışmanı
Yrd. Doç. Dr. Pervin Sevda BIKMAZ**

İstanbul – 2013

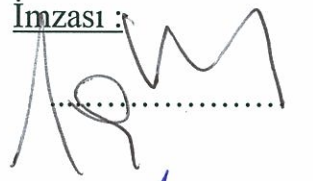
T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Psikoloji Anabilim Dalı Uygulamalı Psikoloji Programı Tezli Yüksek Lisans öğrencisi **Nihal Kara** tarafından hazırlanan **“Çiftlerde Yükleme Biçimleri,Çatışma Çözme Stilleri ve Eşin Duygu Dışavurum Tarzları ile Çift Uyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”** adlı bu çalışma jürimizce Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sınav Tarihi : 25.06.2013

(Jüri Üyesinin Ünvanı , Adı , Soyadı ve Kurumu) :

Jüri Üyesi :Yrd.Doç.Dr.Pervin Sevda Bıkmaz
Danışman- HAL.Üniv. Psikoloji ABD Öğr.Üyesi

İmzası :



Jüri Üyesi :Yrd.Doç.Dr.Seda Bayraktar
HAL.Üniv. Psikoloji ABD Öğr.Üyesi

Jüri Üyesi:Yrd.Doç.Dr.Aslı Burçak Taşören
HAL.Üniv. İngilizce Mütercim Tercümanlık Öğr.Üyesi



Jüri Üyesi :Yrd.Doç.Dr.Banu Sayiner
HAL.Üniv. Psikoloji ABD Öğr.Üyesi(Yedek)

.....

Jüri Üyesi: Prof.Dr.Özkan Pektaş
HAL.Üniv. Psikoloji ABD Öğr.Üyesi (Yedek)

.....

TEŞEKKÜR

Öncelikle yüksek lisans eğitimim boyunca gerek akademik anlamda, gerek özel hayatımda desteğini her zaman hissettiğim, bu tezin yazım aşaması boyunca tez danışmanım olarak bana zaman ayıran, beni sabırla dinleyen, yol gösteren, sevgili hocam Yrd. Doç. Dr. Pervin Sevda BIKMAZ'a;

Araştırmamda kullanmak üzere, geliştirdikleri Duygu Dışavurum Tarzları Envanteri'ni ricam üzerine gönderen Doç. Dr. Arzu ARAZ'a;

Yaşamımın her döneminde maddi ve manevi desteklerini esirgemeyen sevgili annem Güldane KARA ve fiziksel olarak yanımda bulunamasa da varlığını ve sevgisini her an hissettiğim değerli babam Ahmet KARA'ya;

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca sunduğu burs imkanı ile hayatımı kolaylaştıran ve bana önemli imkanlar sunan TÜBİTAK'a;

Çalışmama katılan çiftlere ve çiftlere ulaşmama yardımcı olan sevgili arkadaşlarıma değerli emeklerinden dolayı çok teşekkür ederim.

İstanbul, 2013

Nihal KARA

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

TABLolar LİSTESİ	IV
ÖZET	V
ABSTRACT	VI
1. GİRİŞ	1
1.1. Çift Uyumu	3
1.2. Duygu Dışavurumu	8
1.2.1. Duygu Dışavurumu ve Cinsiyet	11
1.2.2. Çift İlişkisinde Duygu Dışavurumu	12
1.2.3. Duygu Dışavurumu ile İlgili Yapılmış Araştırmalar	13
1.3. Çatışma	14
1.3.1. Çatışma Çözme Stilleri	17
1.3.2. Çatışma Çözme Stilleri ve Cinsiyet	21
1.3.3. Çift İlişkisinde Çatışma ile İlgili Yapılmış Araştırmalar	23
1.4. Yükleme	26
1.4.1. Yükleme Kuramları	27
1.4.1.1. Heider'in Yükleme Kuramı	27
1.4.1.2. Uyuşan Çıkarımlar Kuramı	28
1.4.1.3. Kelley'nin Kuramı	28
1.4.1.4. Weiner'in Atıf Teorisi	29
1.4.2. Yakın İlişkilerde Yükleme	31
1.4.3. Çift İlişkisinde Yükleme ile İlgili Yapılmış Araştırmalar	32
1.5. Amaç ve Araştırma Soruları	36
2. YÖNTEM	38
2.1. Örneklem	38
2.2. Ölçme Araçları	38
2.2.1. Kişisel Bilgi Formu-KBF	38

2.2.2. Çift Uyum Ölçeği-ÇUÖ	39
2.2.3. İlişki Yükleme Ölçeği-İYÖ	40
2.2.4. Duygu Dışavurum Tarzları Envanteri-DDTE	41
2.2.5. Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımı Ölçeği-KÇÇYÖ	42
2.3. İşlem.....	44
2.4. Verilerin Analizi.....	44
 3. BULGULAR.....	 45
3.1. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	47
3.2. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Yaşa Göre Karşılaştırılması	49
3.3. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	52
3.4. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması	55
3.5. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması.....	58
3.6. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Partner ile Birlikte Yaşayıp Yaşamama Durumuna Göre Karşılaştırılması	61
3.7. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Birlikte Yaşanan Farklı Bir Kişinin Varlığına Göre Karşılaştırılması	63
3.8. Katılımcıların Yükleme Biçimleri ve Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi.....	65
3.9. Katılımcıların Çatışma Çözme Stilleri ve Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi.....	65
3.10. Katılımcıların Eşlerinin Duygu Dışavurum Tarzları ve Kendi Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi	66
3.11. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri Ve Eşlerin Duygu Dışavurum Tarzlarının Çift Uyumunu Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi	68
 4. TARTIŞMA VE SONUÇLAR.....	 70
4.1. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	70

4.2. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Yaşa Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	72
4.3. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	73
4.4. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi.....	74
4.5. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun İlişki Süresine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	75
4.6. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Partnerle Birlikte Yaşayıp Yaşamama Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi.....	75
4.7. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Birlikte Yaşanan Farklı Bir Kişinin Varlığına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	76
4.8. Katılımcıların Yükleme Biçimleri ve Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizine İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	77
4.9. Katılımcıların Çatışma Çözme Stilleri ve Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizine İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	77
4.10. Katılımcıların Eşlerinin Duygu Dışavurum Tarzları ve Kendi Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi	78
4.11. Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri Ve Eşlerin Duygu Dışavurum Tarzlarının Çift Uyumunu Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizine İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi	79
4.12. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler	80
5. KAYNAKLAR	83
6. EKLER.....	91
7. ÖZGEÇMİŞ	106

TABLolar LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 2.1 : KÇÇYÖ Alt Ölçek Maddeleri	42
Tablo 3.1 : Örneklem Grubuna İlişkin Sosyodemografik Bilgiler.....	46
Tablo 3.2 : Cinsiyete Göre Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puan Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri	48
Tablo 3.3 : Dört Farklı Yaş Grubundaki Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonucu.....	50
Tablo 3.4 : Üç Farklı Eğitim Durumu Grubundaki Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonucu.....	53
Tablo 3.5 : İlişki Durumuna Göre Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonucu	56
Tablo 3.6 : İlişki Süresine Göre Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonucu	59
Tablo 3.7 : Partner ile Birlikte Yaşayıp Yaşamama Durumuna Göre Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puan Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri..	61
Tablo 3.8 : Birlikte Yaşanıyor ise Eşlik Eden Başka Birinin (Anne, Kardeş Vs.) Varlığına Göre Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puan Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri	63
Tablo 3.9 : Katılımcıların Yükleme Biçimleri ve Çift Uyumu Puanları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Tablosu	65
Tablo 3.10 : Katılımcıların Çatışma Çözme Stilleri ve Çift Uyumu Puanları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Tablosu.....	66
Tablo 3.11 : Katılımcıların Eşlerinin Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puanları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Tablosu	68
Tablo 3.12 : Sorumluluk Yükleme, Nedensel Yükleme ve Eşin Mutluluk Dışavurumunun Çift Uyumu Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	69

GENEL BİLGİLER

Adı ve Soyadı : Nihal KARA
Anabilim Dalı : Psikoloji
Programı : Uygulamalı Psikoloji
Tez Danışmanı : Yrd.Doç.Dr. Pervin Sevda BIKMAZ
Tez Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans – Haziran-2013

ÇİFTLERDE YÜKLEME BİÇİMLERİ, ÇATIŞMA ÇÖZME STİLLERİ VE EŞİN DUYGU DIŞAVURUM TARZLARI İLE ÇİFT UYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu çalışmanın temel amacı; bireylerin çift uyumları ile eşlerinin davranışlarını açıklamaya yönelik yüklemeleri, kullandıkları çatışma çözme stilleri ve eşlerinin duygu dışavurum tarzları arasındaki ilişkileri incelemektir. Çift uyumunu; yüklemeler, çatışma çözme stilleri ve eşlerin duygu dışavurum tarzlarının her birinin ne kadar yordadığını tespit etmek de araştırmanın amaçlarından biridir. Ayrıca bazı demografik değişkenlere göre çift uyum puanlarında, çatışma çözme stillerinde, yükleme biçimlerinde ve bireylerin kendi duygu dışavurum tarzlarında fark olup olmadığını tespit etmek amaçlanmaktadır.

Çalışmanın örneklemini Türkiye'nin farklı şehirlerinde yaşayan (İstanbul, Aydın, Samsun, Denizli) ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 100 çift (100 kadın, 100 erkek) oluşturmaktadır. Veriler; Kişisel Bilgi Formu, Çift Uyum Ölçeği, İlişki Yükleme Ölçeği, Duygu Dışavurum Tarzları Envanteri ve Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımı Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir.

Elde edilen veriler Bağımsız Örneklem için t-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi, Pearson Korelasyon Katsayısı Analizi, Çoklu Lineer Regresyon Analizi istatistikleri ile analiz edilmiştir.

Bulgular nedensellik ve sorumluluk yükleme puanları ile çift uyumu arasında negatif yönde yüksek düzeyde ilişki olduğunu göstermiştir. Çatışma çözme stilleri ile çift uyumu arasında ilişki görülmemiştir. Eşlerinin mutluluk duygusunu dışavurumu ile bireylerin çift uyumu arasında pozitif yönde; eşlerinin üzüntü ve öfke duygularını saldırgan tarzda dışavurumu ile bireylerin çift uyumu arasında negatif yönde ilişki görülmüştür. Analiz sonuçları nedensel yükleme, sorumluluk yükleme ve eşin mutluluk dışavurumu değişkenlerinin üçünün birlikte çift uyum puanlarındaki değişimin % 43'ünü anlamlı derecede yordadığını göstermiştir. Bazı demografik değişkenlere göre tespit edilen farklılıklar bulgular kısmında bildirilmiştir. Çalışmanın sonuçları ilgili literatür çerçevesinde tartışılarak sınırlılıklar ve öneriler belirtilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yükleme, Duygu Dışavurumu, Çatışma Çözme Stilleri, Çift Uyum

GENERAL KNOWLEDGE

Name and Surname : Nihal KARA
Field : Psychology
Program : Applied Psychology
Supervisor : Assistant Profesör Pervin Sevda BIKMAZ
Degree Awarded and Date : Master – June 2013

A REVIEW OF CORRELATIONS BETWEEN DYADIC ADJUSTMENT WITH ATTRIBUTION STYLES, CONFLICT RESOLUTION STYLES AND EXPRESSED EMOTION MODELS OF PARTNER IN COUPLES

ABSTRACT

The main purpose of this study is to analyse the correlation between dyadic adjustment of individuals and their attributions aimed at explanation of their spouses' behaviours, their conflict resolution styles and, expressed emotion models of their spouses. One of the purposes of the study is to determine to what extent that attributions, conflict resolution styles and expressed emotion models of spouses individually predict dyadic adjustment. Additionally, whether there is a difference in dyadic adjustment scores, conflict resolution styles, attribution styles and expressed emotion models of individuals is also aimed to find out with regard to certain demographic variables.

The sample of the study included 100 couples (100 men and 100 women) living in different cities in Turkey (Istanbul, Aydın, Samsun, Denizli) and voluntarily joined to the study. The data was obtained by using Personal Information Form, Dyadic Adjustment Scale, The Relationship Attribution Measure, Inventory of Emotional Expression Models, and Conflict Communication Scale.

The findings obtained in this study were analysed by Independent Samples T-Test, One Way Analysis of Variance, Pearson Correlation Coefficient Analysis and, Multiple Linear Regression Analysis Statistics.

The findings suggested that there was a high degree of negative association between dyadic adjustment and the scores of attribution of causality and responsibility. A correlation was not found between conflict resolution styles and dyadic adjustment. A positive association was seen between dyadic adjustment and expressed happiness of spouse while a negative association was found between dyadic adjustment and expressed sadness and anger of spouse in an aggressive way. The results of analysis showed that attribution of causality, attribution of responsibility and expressed happiness of spouse together significantly predicted 43% of the variance in dyadic adjustment scores. The differences found with respect to certain demographic variables were shown in Findings Section. Stating the restrictions and recommendations, the results of the study were discussed within the frame of literature.

Key Words: Attribution, Expressed Emotion, Conflict Resolution Styles, Dyadic Adjustments

1. GİRİŞ

Sosyal, ahlaksal ve kültürel düzenliliğin sağlanmasında çift ilişkisi önemli bir yer tutmaktadır. Yetişkin birey sevilme, arzu edilme, ilgi görme gibi ihtiyaçlarını gidermek; yaşamın maddi ve manevi zorluklarıyla karşılaştığında destek sağlamak ve destek vermek; çocuk sahip olmak gibi nedenlerle bir eşe gereksinim duyar. Ergenlik dönemini sağlıklı bir kimlik gelişimiyle tamamlayan genç yetişkinler bazen taviz vererek, bazen karşılıklı özveri alışverişleri ile bir ilişkiyi sürdürebilme kapasitesi kazanır.

Romantik çift ilişkisi hayatın hemen her alanında birlikteliği beraberinde getirdiğinden arkadaş ilişkilerinden, ebeveyn-çocuk ilişkisinden farklıdır. Bireylerin en yalın halleriyle kendilerini açtıkları, eşlerini en yalın halleriyle tanıdıkları ilişki biçimidir bu. Çiftler hem aile ekonomisini birlikte yürüten iş ortağı, hem görev paylaşımıyla hayattaki düzeni sağlayan birer çalışan, hem aynı çocukları eğiten iki öğretmen, hem birbirlerini doyuma ulaştırmayı, mutlu etmeyi amaçlayan birer sevgilidirler. Birçok ortak amaç, fikir ve eyleme imza atsalar da, yoğun bir sevgi içinde olsalar da bu iki kişi hiçbir zaman birbirinin aynı değildir. Birbirinin zıttı fikirler, alışkanlıklar, beklentiler her ilişkinin içinde mutlaka vardır. Dolayısıyla bu kadar paylaşımın ve ortak yaşamın olduğu yerde çatışmaların da yaşanması son derece doğaldır. Uyumlu çiftlerin özelliği hiç çatışma yaşamamaları değil, çatışmalarını olumlu ve etkili yollarla çözümleyebilmeyi başarmalarıdır. Çatışma durumunda tarafların birbirlerinin davranışlarını açıklamaya yönelik yüklemelerinin, karşı tarafın istek ve beklentilerini değerlendirirken önemli olduğu düşünülmektedir.

Yükleme Kuramı insanların davranışları ve davranışların nedenlerini anlamak, davranışlar ve nedenleri arasında ilişki kurmak için güdülendiğini; bu nedenle kişisel ya da çevresel etkenlere atıflarda bulunarak açıklamalar yaptığını öne sürer. Çift ilişkisinde iletişimin sağlıklı ilerlemesi açısından yüklemeler önemli yer tutar. Çift ilişkisinde eş davranışına yönelik yüklemeler nedensellik ve sorumluluk

olmak üzere iki boyutta değerlendirilmektedir (Bradbury ve Fincham, 1992). Nedensellik boyutu, eşin bir olayla ilgili açıklamalarını içerirken; sorumluluk boyutu, olayın ya da davranışın sorumluluğu ile ilgilidir (Fincham ve Bradbury, 1992). Özetle eşler ilişkilerinde yaşadıkları olumsuz olayların sorumluluğunu eşlerine attettiklerinde ve bunun kasıtlı ve niyetli olarak yapıldığını düşündüklerinde (sorumluluk yüklemeleri); ayrıca bu davranışları sabit, değişmez ve genel olarak algıladıklarında (nedensellik yüklemeleri) ilişki doyumları azalmaktadır.

Çift Terapisi, birbiri ile çatışma halinde olan iki insanın etkileşim biçimlerini değiştirmek üzere düzenlenmiş bir psikoterapi biçimidir (Akdemir ve ark, 2006). İlişkilerde doyumu azaltan en önemli etkenlerden biri iletişim sorunlarıdır. Evlilik terapisine başvuran çiftlerle yapılan araştırmalar en sık karşılaşılan sorunun iletişim problemleri olduğunu göstermiştir (Litzinger ve Gordon, 2005; Miller ve diğ., 2003). Burleson ve Denton (1997) eşlerin iletişim becerilerinin evlilikten alınan doyum için belirleyici etkenlerden biri olduğunu belirtmektedir. Cleek ve Pearson (1985) insanların boşanma nedenleriyle ilgili algılarını araştırdıkları çalışmalarında iletişim sorunlarının en önemli neden olarak algılandığını bulgulamışlardır.

Duygular, iletişimin temel öğelerinden biridir. Duygu dışavurumu, bireyin ihtiyaçlarını karşı tarafa iletmesinin yollarından biridir. Duyguların ifade edilmesi, ifade edene ulaşma imkanı sağlamakla beraber, ilişkideki yakınlık ve samimiyeti geliştirir. Bununla birlikte duyguların ne şekilde ifade edildiği, karşı tarafın oluşturacağı tepki açısından son derece önemlidir. Aynı duygu farklı şekillerde ifade edilebilir. Örneğin, eşlerden biri öfkesini saldırgan davranışlarla ortaya koyarken, diğeri öfkesini ifade ederken daha serinkanlı olabilir ya da öfkesini konuşarak ifade etmeyi tercih edebilir. Bu yollardan hangisinin seçileceği kişilik, kültür, cinsiyet, yetiştirilme tarzı gibi birçok faktörün bir araya gelmesiyle belirlenebilir. Aynı şekilde çatışma çözme stillerinden hangisinin tercih edileceği ya da yüklemelerin ne tarzda yapılacağı da bu ve benzeri faktörlerden etkilenir. Bu araştırmanın amaçlarından biri bazı demografik değişkenlere göre bireylerin duygu dışavurum tarzlarında, çatışma çözme stillerinde, yükleme biçimlerinde ve çift uyumlarında farklılıklar olup olmadığını tespit etmektir.

Araştırmanın temel amacı ise, duygu dışavurum tarzlarının, çatışma çözme stillerinin ve yükleme biçimlerinin çift uyumuna olan etkisini ortaya koymaktır.

Araştırmadan elde edilecek sonuçların literatüre yeni bilgiler eklemekle birlikte, çift terapilerinde terapistlere yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Bilişsel

olarak yüklemelerin çift uyumuna etkisini anlamak, çiftlerin düşünme ve yorumlama biçimlerinde değişimler olmasına yardım edilerek çiftin uyumunun artmasına olanak sağlayabilir. Benzer şekilde hangi duygu dışavurum tarzlarının ya da çatışma çözme stillerinin çift uyumuna olumlu katkı sağladığı belirlendiğinde, çiftlerin davranışlarının bu yönde yönlendirilmesi ilişkiye fayda sağlayabilir.

1.1.Çift Uyum

İnsan sosyal bir varlık olması sebebiyle diğer insanlarla iletişim içinde olma ihtiyacı hisseder. Kişilik, bireyin genişleyen bir sosyal dünyayla birlikte hareket etmeye sağladığı uyumla gelişir. Belirsiz bir anne imajıyla başlayan sosyal dünya, içerisine yeni ve farklı ilişkileri alan adımlarla gelişmeye devam eder. İnsanın psikososyal gelişim evreleri incelendiğinde önce ebeveyni ile, sonra arkadaşları ile ve nihayet karşı cinsten bir partnerle ilişki ihtiyacının doğduğu görülür. Başkalarıyla birlikte olmak, bir başkası için özel olmak isteği insanoğlunun neredeyse biyolojik denebilecek kadar kökleşmiş bir ihtiyacıdır (Akar, 2005). Erikson'ın kuramına göre cinsel yakınlık kurma kapasitesi ergenlikte başlıyor olsa da, birey ergenliğin temel meselesi olan kimlik karmaşasını çözmeden tam anlamıyla yakın bir ilişki kuramaz. Bireyin, bir başkasının özel oluşunu ve insanlığını değerlendirerek onunla kaynaşabilmesi için kendi kimliği konusunda belirli bir görüş sahibi olması gerekir. Dolayısıyla daha önceki romantik yakınlıklar, bireyin kendini bu romantik ilişki vasıtasıyla tanıma çabalarından başka bir şey değildir (Onur, 1995). Kimlik arayışından çıkan genç yetişkinler; kimliklerini başkalarının kimlikleriyle paylaşmaya, başkasının kimliğinde kendini kaybetmeden onun için fedakarlık yapmaya, başkasını mutlu etmek için çaba göstermeye hazır ve isteklidirler. İşte bu evre Erikson' un kuramındaki “yakınlığa karşı yalıtılmışlık” evresidir. Bu evredeki potansiyel problem, aşk ilişkisini başaramama ve ayrılma.

Coleman (1977) bir ilişkinin gelişimini beş evre şeklinde tanımladı: (1) tanıma, (2) bağlanma, (3) uyum, (4) çatışma ve (5) çözüm. İkinci ve üçüncü evre idealizasyon içerir. Fiziksel çekicilik ve tutkulu aşkın diğer karakteristik özellikleri en şiddetli haliyle devrededir. Beşinci evrede arkadaşça aşk, eş olma ilişkisi gelişmeye başlar (aktaran Hatfield ve Sprecher, 1986). Evrelerin gelişimi incelendiğinde eş olma ilişkisinin tam anlamıyla oluşabilmesi için çiftin çatışmalarını yapıcı bir şekilde çözümlemeyi başarabiliyor olması gerektiği görülür. Çatışmaların

ortaya çıkması evrelerden biridir, dolayısıyla önemli olan çatışmalardan kaçınmak değil, onları çözümlemeyi başarabilmektir.

Moss ve Schwebel (1993) romantik yakınlığı bağlılık, duygusal yakınlık, bilişsel yakınlık, fiziksel yakınlık ve karşılıklılık olmak üzere beş etken ile açıklamışlardır (aktaran Atak ve Taştan, 2012). İdeal bir ilişki bu beş etkenin hepsinin bir arada bulunduğu ilişkidir; ancak bu her zaman mümkün olmamaktadır.

Çift uyumu şu şartlarla belirlenebilecek sürecin çıktısı olarak tanımlanabilir: eşler arasında problem yaratan farklılıklar, bireyler arasındaki gerilimler ve kaygılar, eşler arasındaki doyum, eşler arasındaki bağlılık ve çift olma açısından önem taşıyan konularda görüş birliği (Spainer, 1976). İki insan bir araya gelerek bir ilişki oluşturmaya başladığında, o zamana kadar olan kendi yaşam biçimlerinde bir takım değişiklikleri göze alarak yeni etkileşim biçimleri denemeye başlarlar ve bunların tutması oranında uyumlu bir çift haline gelirler. Bu aynı zamanda, dış sosyal dünya ve kendi iç dünyalarıyla, kök aileleriyle vb. ilişkilerin yeniden düzenlenmesi demektir (Gülerce, 1996, aktaran Akar, 2005). Bağlanma kuramına göre, bireyin ilk bakıcısıyla oluşan duygusal bağlanma biçimi, yetişkinlik döneminde ikili ilişkilerini olumlu ya da olumsuz yönde etkilemektedir (Hazan ve Shaver, 1987, 1993, aktaran Işınsoy, 2003). Dolayısıyla yetişkinlikteki ikili ilişkilerin içeriği erken dönemdeki ilk ilişkilerin etkisiyle şekillenir.

Kişileri psikolojik yardım almaya iten önemli nedenlerden biri ilişkilerinde yaşadıkları sorunlar ve sıkıntılardır. Değişen dünya ile birlikte insanların bakış açıları, fikirleri, algılayışları ve beklentileri de değişmektedir. Kadınların çalışma hayatında gün geçtikçe daha fazla yer alıyor olması, eğitime verilen önemin artması, zamandan ve emekten tasarrufu sağlayan teknolojik aletlerin çoğalması gibi durumlar kadına ve erkeğe atfedilen cinsiyet rollerinin de zamanla değişmesine yol açmaktadır. Bireysel özgürlüklerin artmasıyla ilişkilere bakış açısı “tamamlayıcılık” tan çıkıp daha çok “haz alma” üzerine odaklanmaktadır. Bu durumda ilişkiden alınan doyumun azalması veya bitmesi ayrılıklara, boşanmalara daha fazla olanak tanımaktadır. Dolayısıyla ilişkilerin başarılı bir şekilde sürdürülmesini sağlayan en önemli kriter; mutluluğu, görüş birliğini, etkili ve olumlu çatışma çözebilme ile iletişim kurabilme yeteneğini, birbiriyle bağdaşan rol beklentilerini, karşılıklı duygusal ve cinsel tatmini içeren çift uyumudur. Suzan Sprech (1993) insanların ilişkilerini hissettikleri tatminsizlik ve mutsuzluk nedeniyle bitirdiklerini, olumlu duygular azaldıkça aşkın da kaybolduğunu ileri sürmüştür. Doyumun ve bağlılığın

zamanla giderek azaldığı birlikteliklerin ayrılık ile sonuçlandığını savunmuştur (aktaran Erbek ve diğ., 2005a).

Mutluluk, doyum ve beklentilerin gerçekleşmesi, ilişkide çiftlerin karşılıklı uyumu ile mümkündür. Araştırmalar sorun çözme becerisi, karşılıklı iletişim, bağlılık, aşk ve yakın olma gereksinimi gibi etkenlerin çift uyumunu etkileyebileceğini göstermiştir (Erbek ve diğ., 2005b). Terry ve Kottman (1995), sağlıklı bir evliliğe sahip çiftlerin ilişkilerinin uyumlu ve doyum sağlayıcı olduğunu belirterek, eşler arasındaki etkili iletişimin, onay ve desteğin, görev ve sorumlulukların yerine getirilmesinin, karşılıklı saygı gösterme ve değer vermenin, problemleri çözmek için birlikte çabalamanın, eşlerin aileye ekonomik anlamda katkıda bulunmasının ve meslek sahibi olmalarının ilişkideki psikolojik doyumunu etkilediğini vurgulamaktadır (aktaran Çelik, 2006).

Creamer ve Campbell (1988) çalışmasında uyumlu çiftlerin uyumsuz çiftlere göre kendilerini benzer şekilde tanımladıklarını ve benzerlik ile çift uyumu arasında olumlu ilişki olduğunu saptamıştır. White ve Hatcher de eşlerin hissettikleri gereksinimlerin benzerliği ile uyumları arasında pozitif ilişki olduğunu belirtmiştir (aktaran Erbek ve diğ., 2005b).

Bazı araştırmacılar uyumlu çiftlerin aynı zamanda ilişki doyumlarının da yüksek olduğunu belirterek ilişki doyumunu ve çift uyumu kavramlarını ayırtmamaktadır. Buna rağmen bu yorumun yanlış olduğunu savunan çalışmalar da vardır. Çift uyumunda ilişkinin niteliği değerlendirilirken, ilişki doyumunda bireylerin öznel algısı değerlendirilmektedir. Bu nedenle evlilik uyumunda eşlerden her birinin iyi bir ilişki sürdürebilme kapasitesine sahip olması da önemlidir (Kışlak-Tutarel ve Çabukça, 2002). Evlilik doyumunu eşlerden her birinin ayrı ayrı bu ilişkiden sağladıkları doyumunu, hazzı ifade ederken; evlilik uyumu iki kişi arasındaki ilişkinin niteliğini ifade eder. Johnson, Amazola ve Booth (1992) eşler arasındaki uyumun doğasını ve durağanlığını anlamak için sekiz yıllık bir zaman diliminde evli çiftlerle üç kez görüşme yapmışlardır. Yaptıkları çalışma sonucunda eşler arasındaki uyumun nasıl ölçülürse ölçülsün kişilik özellikleri kadar durağan olduğunu belirtmişlerdir (aktaran Fidanoğlu, 2006).

Çift uyumu ile yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, gelir düzeyi gibi demografik değişkenler ve evlilik süresi, ilk ya da daha sonraki evlilik gibi değişkenler arasındaki ilişkilerin incelendiği çok sayıda araştırma yürütülmüştür. Jose ve Alfons (2007) tarafından yaşları 21- 60 ve üstü arasında değişen katılımcılarla yürütülen bir

araştırmada yaş ile evlilik doyumu arasında negatif bir ilişki gözlenmiştir. Ayrıca ikinci kez evlenen katılımcıların, ilk evliliklerini yaşayan katılımcılara göre evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu, eğitim düzeyi ile evlilik doyumu arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmüştür. Kadınların evliliklerinde daha fazla sorun algıladıkları ve bu sebeple evlilik doyumlarının düşük olduğunu gösteren bulgular elde etmişlerdir. Başka bir çalışmada ise kadınların eğitim düzeyi arttıkça yaşadıkları evlilik sorunlarının da arttığı görülmüştür (Kalmijn, 1999). Hamamcı (2005) kadın ve erkek evli katılımcılarla yürüttüğü bir çalışmada fonksiyonel olmayan ilişki inançları ve evlilik doyumu arasında negatif bir ilişki olduğunu bulmuştur. Sonuçlar yaş ve cinsiyet ile fonksiyonel olmayan ilişki inançları arasında anlamlı ilişki bulunmadığını gösterirken, eğitim seviyesi ile fonksiyonel olmayan ilişki inançları arasında anlamlı ilişki görülmüştür. Beştav (2007)'in çalışmasında ise romantik ilişkilerden sağlanan doyum açısından kız ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir farkın bulunmadığı gösterilmiştir. Aynı çalışmada yapılan analizler köy, şehir ve büyükşehirde doğup yaşayan katılımcılar arasında romantik ilişkilerden sağlanan doyum açısından anlamlı bir fark bulunmadığı göstermiştir.

Erbek ve arkadaşlarının (2005a) yaptığı çalışmada cinsel sorunu olan çiftler ile cinsel sorunu olmayan çiftler uyum açısından karşılaştırılmışlardır. Evlilik sorunları nedeniyle evlilik danışma merkezine başvuran çiftler ve mahkeme tarafından evlilik danışma merkezine yönlendirilen gruplarda çiftler arasında uyum açısından anlamlı fark görülmez iken, daha önce herhangi bir psikolojik yardım almamış olan grupta cinsel sorunu olmayanların çift uyumu daha yüksek bulunmuştur. Araştırmacılar cinsellik ve çift uyumu arasında anlamlı ilişkinin saptanamadığı gruplarda sonuçları, zaten kötü olan çift uyumunun daha çok çiftler arasındaki ciddi sorunlardan kaynakladığı ve cinsel işlev bozukluğunun bu sorunlara ikincil olarak geliştiği ya da diğer sorunların yanında cinsel sorunların önemsiz kaldığı şeklinde yorumlamışlar; cinsellik ve çift uyumunun yakından ilişkili olduğunu ve birbirlerini karşılıklı etkileyebileceğini savunmuşlardır.

Kendini açma, evlilikteki ve kişilerarası ilişkilerdeki samimiyetin önemli bir ögesidir. Sevginin ifade edilmesi, uyumluluk, çatışmaları çözebilme yeteneği samimiyetin diğer göstergeleridir (Waring ve diğ., 1980). Winemiller ve Mitchell (1992) eşlerin etkili çözüm önerisinde bulunabilme becerilerinin evlilik doyumunun önemli belirleyicilerinden biri olduğunu savunmuşlardır. Yaptıkları çalışmada evlilik doyumu; eşlerin hangi sıklıkla sorun yaşadığı, sorunu çözerken gerçek yaşam

koşullarını hangi oranda göz önüne aldıkları ve ne sıklıkla etkili çözüm yolu ürettikleri ile ilişkili bulunmuştur (aktaran Erbek ve diğ., 2005b).

Çiftlerin ilişkilerinde birbirlerini algılama ve değerlendirmelerinde duyguların önemli bir rolü olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Örneğin mutlu eşler ilişkilerini değerlendirirken olumlu yüklemeler yapmakta, uyumsuz ve depresif eşler ise ilişkinin niteliğini düşüren, sıkıntıları sürdüren yüklemelere başvurmaktadırlar (Bradbury ve Fincham, 1990; Forgas, Levinger ve Moylan, 1994). Çift ilişkisinde yapılan yüklemeler üzerine çalışan araştırmacılar, eşlerinin davranışlarına olumsuz amaçlar yükleyen (kendisini sevmediği, hoşlanmadığı, onun ihtiyaçlarını düşünmediği, önemsemediği şeklinde) çiftlerin ilişkilerinin, eşlerinin davranışlarını daha müşfik şekilde yorumlayan çiftlerin ilişkisine göre daha doyumsuz olduğunu göstermiştir (Bradbury ve Fincham, 1990; Fincham ve Beach, 1988; Fincham, Beach ve Nelson, 1987, Holtzworth- Munroe ve Jacobson, 1985).

Sosyal anksiyete ve reddedilmeye karşı hassasiyet birbiriyle bağlantılı iki tepkidir. Bireylerin kendileri için önemli olan kişilerle olan ilişkilerinde duygusal anlamda reddedilmeye ilişkin yaşadıkları anksiyete, ilişkilerinde nasıl davranacaklarını önemli derecede etkiler ve karşıdaki kişi üzerinde negatif bir izlenim bırakmaya sebep olabilir (Downey ve Feldman, 1996). Downey ve Feldman (1996) yaptıkları çalışmada hipotezlerini destekler biçimde reddedilmeye karşı hassasiyetin romantik ilişkileri zayıflattığını bulmuşlardır. Reddedilmeye karşı hassasiyet bireylerin ilişkilerinde kendilerini daha güvensiz ve doyumsuz hissetmelerine neden olmakta, bununla beraber partnerlerinin de doyumunu azaltmakta ve ayrılma isteğini artırmaktadır. Reddedilmeye karşı duyarlı bireylerin ilişkilerinin daha az tatmin edici olmasının bir sebebi de; bu konuda hassas erkeklerin kıskanç ve kontrolcü davranışlar, kadınların ise düşmanca ve daha az duygusal destek içeren davranışlar sergilemeleridir.

Yakın ilişkilerde kişiler arası güven, bireylerin yüklemelerine dayanan üç temel boyut ile tanımlanabilir. Bu boyutlar aynı zamanda ilişki içindeki gelişimsel sürecin karakterize edilmesidir. Bunlar; öngörülebilirlik, emniyet, birbirinden ayrı ve birbiriyle tutarlı esasları ayırt etmeyi sağlayan güven öğeleridir (Rempel, Holmes, ve Zanna, 1985). Rempel ve arkadaşlarının (1985) çalışmasında beklendiği üzere aşk ve mutluluk, emniyet hissiyle ve partnerlerin hem kendileri hem de eşleri için yaptıkları yüklemelerle ilişkili bulunmuştur. Özellikle güvenin emniyet boyutunun (gelecekte

ne olursa olsun partnerinin onu seveceği, önemseyeceği ve ilgileneceği hissi) yakın ilişkiler açısından önemli olduğu görülmüştür.

Yakın ilişkiler iki kişinin karşılıklı isteği ve özverisi üzerine kuruludur. Bireylerin sosyal dünya içerisinde kendilerini özgürce ifade edebildikleri, duygularını en yoğun halleriyle deneyimledikleri ilişkilidir. Deneyimlenen duyguların ne kadar ifade edildiği ve ifade ediliş tarzı hem kişinin kendisinin hem de partnerinin ilişkiden aldığı hazzı etkileyebilir ve uyumlarını artırabilir.

1.2.Duygu Dışavurumu

Duygunun ne olduğu konusunda herkesin sezgisel bir fikri olmasına rağmen duygunun tanımını yapmak zordur. Duygular insanların en önemli deneyimleri arasındadır ve diğer insanlarla olan ilişkilerinde hem farkındalık hem de ifade tarzları açısından önemli bir yere sahiptir. Bir duyguyu deneyimlemek, bu deneyimin farkında olmak ve duyguyu ifade etmek duygusal sürecin farklı bileşenleridir. Kişilik özellikleri, kültür, sosyal normlar, sosyal bağlam gibi birçok faktör, deneyimlenen duygunun dışavurumunda etkilidir.

Duyguları tanımlama ve sınıflama girişimlerini incelediğimizde Robert Plutchik (1980)'in duyguların sekiz temel kategoride ele alınabileceği önermesi önemli bir yere sahiptir. Plutchik duyguların, insanları ve hayvanları çeşitli uyum sağlayıcı davranışlara güdülediğini öne sürmüştür. Plutchik'e göre korku, hayret, üzüntü, tiksinti, öfke, umut, sevinç ve kabul edilme duygularının her biri çevresel beklentilere uyum sağlamamıza yarar (aktaran Morris, 2002).

Araştırmacılar duyguların kişilik özelliği gibi çalışılabileceği üç yöntem bulmuşlardır. Bunlardan ilki duygusal etkilenirliktir; duygusal etkilenirlik yaşanan olumlu ya da olumsuz duygunun derecesini ifade eder. İkinci olarak insanlar yaşadıkları duyguların güçlülüğü konusunda farklılaşırlar; buna da duygu şiddeti denir. Son olarak insanların duyguları dışavuruş biçimleri farklıdır. Kişilik psikologları duygunun bu boyutunu da duygu dışavurumu olarak adlandırmıştır (Burger, 2006).

Duygu çalışmalarında duygusal ifadelerin evrensel ya da kültüre özgü olduğu tartışması önemli bir yer tutar. Araştırmaların önemli bir kısmı duyguların büyük oranda evrensel ve biyolojik olarak evrilmiş olduğunu savunur ve kanıt olarak insanlar ve hayvanların duygusal ifadeleri arasındaki benzerlikleri, türlerin sınırlara

karşı duygusal işaretleri karşılıklı olarak bilişini kanıt olarak sunar (Elfenbein ve diğ., 2007). Bununla birlikte hem duygu kavramı hem de duygu ifadeleri açısından kültürel tutarlılık iddiasını sorgulayan araştırmalar da bulunmaktadır. Antropologlar, değişik kültürlerin duyguları tanımlama ve isimlendirme biçimlerinde önemli farklılıklar olduğuna dikkat çekmektedir. Bazı dillerde duygu kavramını karşılayan bir sözcük bile bulunmamaktadır (Russell, 1991). Bazı yaklaşımlar ise (Ekman, 1972; Fiske ve diğ., 1998) hem evrensel hem de kültürel varyasyonların duyguların tanımlanması ve ifadesinde önemli rol oynadığını kabul ederek ortada bir pozisyon almaktadır (aktaran Elfenbein ve diğ., 2007).

Psikolojide ayrıca duyguların ifade edilmesi ve bastırılması üzerine çalışmalar önemli bir yer tutmaktadır. Duyguların yüzde, postürde, ses tonunda ve sözel ifadelerde nasıl ortaya konduğuna ilişkin çalışmalar gün geçtikçe artmaktadır. Duygu dışavurumu deyince gülümsemek, ağlamak, kaşlarını çatmak, ortamı terk etmek gibi duyguya eşlik eden tipik yüz ya da vücut ifadelerini anlıyoruz. Bu tanıma göre duygusal dışavurum kapsamında birey, duygusal dürtülerini davranışsal olarak ortaya koyar (Gross ve John, 1997).

Duygu dışavurumu bireylerin hem sözel hem de sözel olmayan dışavurum davranışlarındaki bireysel farklılıklar olarak ele alındı (Snyder, 1974, aktaran Lavee ve Ben-Ari, 2004). Diğer bir deyişle insanların hislerini diğer insanlara ifade etmek için kullandıkları davranışın görünüşünü temsil etmek için kullanıldı (örn esnek, değişken, düşünceli vs.) Daha sonraki bir çalışmada ise duygusal dışavurum insanların açıkça dışarıya gösterdikleri duygular olarak tanımlandı (Kring, Smith ve Neale, 1994, aktaran Lavee ve Ben-Ari, 2004). Yüz ifadesi, titreme gibi duyguların çıkarsanabildiği kasten kontrol edilemeyen davranış görüntülerini ifade etmek için kullanıldı (Collier, 1985, aktaran Lavee ve Ben-Ari, 2004).

Ölçer ve arkadaşları (2010) ise duygu dışavurumunu, ihtiyaç ve beklentilerimizi başkalarına iletmenin bir yolu olarak tanımladı. Çoğu duygular duyguyu deneyimleyen kişinin ihtiyaçları ya da eksiklikleri hakkında bilgiler ortaya koyar ve duygunun ifade edilmesi de bu bilgiyi diğer insanlara vermeye yarar (Clark ve Finkel, 2005). Bununla beraber insanlar sadece kendileri için duyguları deneyimlemez ya da dışavurmazlar. Zor bir işi başaran bir arkadaş için sevinme ya da aile üyelerinden birinin ölüm haberini alan bir arkadaş için üzülme gibi diğer insanların deneyimlediği bir olaya ait duygu da hissedebilir ve dışavurabilirler (Monin ve diğ., 2009). Cutrona (1996)'ya göre duygu dışavurumu ihtiyaçlar

hakkında bilgi vermenin yanında ilişkilerde yakınlık, samimiyet ve güven hissi için de işe yarar (aktaran Monin ve diğ., 2009). İnsanların duygularını ifade ediş biçimleri ve bu duyguların anlamları sosyal etkileşimin önemli bir parçasıdır. Duygular insanları belirli bir yönde hareket etmeye zorlamaz, sadece ne yapılabileceğine dair öneriler verir. Dolayısıyla hisler, ortaya çıkaran değildir (Gross ve John, 1997). Duygular deneyimlenmesine rağmen dışavurulmayabilir. Duyguların dışavurumu diğerlerine o kişiye ulaşma imkanı sağlar ve ilişkileri yönlendirmeye olanak tanır (Collier, 1985; aktaran Y Lavee ve A Ben-Ari, 2004). Duygu dışavurumu, hissedilenin diğer insanlara ifade edilmesini içerdiğinden, bu kişilerin duygusunu ifade eden kişi hakkındaki izlenimlerinin artmasını sağlar. Bu yüzden duyguların açığa çıkması açısından geniş bir ranj sunan eşler ve akranlar birbirlerinin herhangi bir olay ya da duruma karşı dışavurum refleks biçimleriyle ilgili önemli bir bakış açısı kazanmış olur. Elbette ki en yakın ilişkilerde bile bir bireyin bütün duygusal dışavurumu bilinemez; ancak kişi, eşinin ya da akranının zihninde bireyin duygusal dışavurumlarını tahmin etmeyi sağlayan yeterli davranışsal örnekleri sergilediği bir set oluşturur (Gross ve John, 1997). Bu sebeple duygu dışavurumu kişilik psikologlarının ifade ettiği gibi tutarlı bir kişilik özelliği olarak incelenebilir.

Öfke, kişiler arası ilişkilerde önemli bir duygudur ve düşük evlilik doyumu ile ilişkilidir (Johnson, 2002). Öfke; bağırma, vurma, sert yüz ifadesi, şiddet içerikli davranışlar sergileme gibi yollarla dışa vurulabilir. Öfkeyi yapıcı bir şekilde ifade edebilme, ilişkilerde çatışmaları çözümlemek için gerekli becerilerden biridir (Kennedy-Moore ve Watson, 1999). Öfkenin yanı sıra, eşlerin öfkelerini dışa vurma tarzları da evlilik doyumu ile ilişkilidir. Eşyaları fırlatma, bağırma ve saldırma gibi davranışları içine alan ve “yıkıcı saldırganlık” olarak adlandırılan tarz, evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilemektedir. Bununla beraber öfkeyi, kendini açma, problem çözme gibi davranış örüntülerini içeren yapıcı ve aktif tarz ile ifade etmenin evlilik doyumu üzerinde olumlu etkileri olduğu ileri sürülmektedir (Guerrero, La Valley ve Farinelli, 2008; aktaran Civan, 2011).

Üzüntü evrensel olarak gözlenebilen belli başlı duygulardan biridir. Üzüntü duygusu daha çok kayıp durumunda ortaya çıkar ve eğer suçluluk duygusu ile birleşirse patolojik sonuçlara yol açabilir. Üzüntüyü kişilerarası bağlamda dışavurma, yakın ilişkileri sürdürmede, empatik anlayışın gelişme olasılığını artırdığı için, işlevsel bir rol oynar. Ayrıca fizyolojik olarak bedeni yavaşlattığından çatışmanın şiddetlenmesine sebep olan saldırı dürtülerini bastırabilir (Sanford ve Rowatt, 2004).

Mutluluk, muhabata gereksinimlerinin doyurulduğuna dair mesajlar iletir (Clark ve Finkel, 2005). Mutluluk gülümsemek gibi olumlu yüz ifadeleri ile karşı tarafa aktarılır. Clark ve Taraban (1991) mutluluğun ifade edilmesinin, ilişkisel bağlamlarda hoşlanmayı arttırdığını ileri sürmektedir.

1.2.1. Duygu Dışavurumu ve Cinsiyet

Erkeklerle kadınlar arasında duygularını ifade etme tarzları ile ifade etmeyi tercih ettikleri duygular açısından büyük fark vardır. Eisenberg ve Lennon (1983)'un yaptığı bir çalışmada kadınlara ve erkeklere sıkıntıda olan kişilerle ilgili filmler izletilmiş ve erkeklerin kadınlara göre duygularını daha az ifade ettikleri görülmüştür. Ancak kan basıncı ve kalp atışı gibi fizyolojik tepkiler incelendiğinde erkeklerin de kadınlar kadar etkilendiği görülmüştür. Her iki cinsiyet grubu da duyguyu deneyimlemiş; ancak erkekler duygularını bastırırken kadınlar duygularını ifade etmeyi tercih etmişlerdir. V. E. O'Leary ve Smith (1988) erkeklerin, daha çok kadınsı olarak algılandığından şefkat, üzüntü, empati ve sıkıntı gibi duyguları bastırma eğilimi doğrultusunda eğitildiklerini öne sürmektedir (aktaran Morris, 2002).

Gelişimsel sosyalizasyon paterni kadınların duygusal alandaki hassasiyetlerini etkileyebilir. Gottman and Carrère (1994)'e göre kızlar için duygular ve yakın ilişkiler sosyal etkileşimin önemli bir parçasıdır. Çocuklukta arkadaşlıklar genellikle aynı cinsiyet grubunun üyelerinden oluşur. Hem kızlar hem erkekler hemcinsleriyle oyunlar oynamasına rağmen, kızlar arkadaşlarıyla ilişkilerinde duygularını ortaya koyarken erkekler arasında duygusal gösteri uygun bulunmaz (Carrère ve diğ., 2005). Monin ve arkadaşları da (2009) yaptıkları çalışmada kadınların erkeklerden daha fazla duygu dışavurum isteği içinde olduğu bulgusunu desteklemişlerdir.

Toplumsal cinsiyet rolleri erkekleri ve kadınları aynı olaylar karşısında farklı duygular sergilemeye ya da hissedilen duyguyu farklı biçimlerde ifade etmeye zorlamaktadır. Örneğin, Brody'nin bir çalışmasında (1985) deneklere ihanete uğradıkları ya da eleştirildikleri durumlarda ne hissedecekleri sorulmuş; kadınlar daha çok kırılacaklarını ve hayal kırıklığına uğrayacaklarını söylerken erkekler öfke duyacaklarını belirtmişlerdir. Yine erkekler öfkelendiklerinde öfkelerinin kaynağını dış dünyaya atfedip bu öfkelerini başka kişilere yöneltirken, kadınların sorunun

kaynağı olarak kendilerini gördükleri ve öfkelerini içe yönelttikleri görülmüştür (aktaran Morris, 2002). Davis ve arkadaşları (2000) çalışmalarında öfke davranışını ortaya çıkaran şartlar açısından da cinsiyetler arasında farklılıklar olduğunu belirtmiştir. Zaman ve ortam, yani bağlam duyguların ifadesinde önemli rol oynamaktadır.

1.2.2. Çift İlişkisinde Duygu Dışavurumu

Duygu dışavurumu kavramı sayesinde kırk yıldan fazla bir süredir psikiyatrik hastalığın seyrinde sosyal çevrenin etkisi çalışılmıştır (Humbeeck ve diğ., 2002). Bu sebeple duygu dışavurumu ile ilgili yapılan çalışmalar daha çok klinik örneklem ve aileleri üzerine olmuştur (Ebrinç, Çetin ve Seçil, 2001; Tüzer ve diğ., 2003; Arslantaş ve diğ., 2009). Bununla birlikte bir çok araştırma duygu dışavurumunun kişiler arası etkileşimde de önemli bir yeri olduğunu savunmaktadır (Carstensen ve diğ., 1995, Civan, 2011).

Çift ilişkisi duyguların çalışılması için zengin bir alandır. Çünkü bu ilişki içerisinde neşeden aşağılanmaya kadar her türlü duygu yaşanır ve duygusal iletişimde uzlaşım mutlu evliliklerin önemli bir belirleyicisidir (Carstensen ve diğ., 1995). İkili ilişki içinde duygularını dışavurma eğiliminde olma her iki eşin de ilişkiyle ilgili memnuniyet ve memnuniyetsizliğini etkileyebilir. Sevgi, şefkat, kırılganlık, zayıflık gibi duyguların dışavurumu ilişkide karşılıklı güven ve samimiyet hissi meydana getirirken; öfke gibi duyguların dışavurumu, hayal kırıklığı yaşatılması, kötü sözler ve davranışların kullanılması da ilişkide sıkıntılara ve memnuniyetsizliğe neden olur (Lavee ve Ben-Ari, 2004).

Duygu dışavurumunun kişinin ihtiyaç ve isteklerini ifade etmesinin önemli bir yolu olduğu kabul edilmektedir. Eğer kişi içinde bulunduğu çift ilişkisinde partnerinin onun iyiliğini önemseydiğine, onun iyiliği için çaba gösterebileceğine inanırsa, duygusunu ifade etmenin ihtiyaçlarının karşılanması için doğru bir yol olduğuna inanır. Örneğin korkan bir insan, kendisini önemseyen bir partnerin varlığında korkusunu ifade etmenin güvenlik ve rahatlık sağlayacağını, ayrıca korku içeren uyarının ortadan kaldırılması için yardım alabileceğini düşünür. Yine böyle bir partnerin varlığında mutlu bir insan bu duygusunu dışavurmanın hem mutluluğunu artıracaklarını hem de kendisini mutlu eden o durumun tekrarı ya da sürekliliği için partnerinin yardımı olabileceğini hisseder (Gable ve diğ., aktaran

Clark ve Finkel, 2005). Dolayısıyla duyguların ifade edilmesi, bireyin sadece kendi isteğiyle değil, duygusunu ifade edeceği kişi ya da kişilerin kendisine verdiği değeri hissetmesiyle de bağlantılıdır. Bu yüzden duygu dışavurumunun sosyal etkileşimde önemli bir yeri olduğu ve ilişkileri iyileştirdiğini kabul etmekle beraber bir kısır döngü içerisinde iyi ilişkilerin de insanların daha dışavurumcu olmalarına izin verdiği görülmektedir. Dolayısıyla çift ilişkisi içinde bireylerin duygularını dışavurum biçimlerinin çift uyumunu etkileyebileceği, bununla beraber ilişkideki uyumun bireylerin dışavurumculuğu üzerinde etkili olabileceği söylenebilir.

1.2.3. Duygu Dışavurumu ile İlgili Yapılmış Araştırmalar

Bazı araştırmacılar insanların diğerlerine seçici bir şekilde duygularını ifade ettiklerini savunmaktadır. Örneğin, geriye dönük raporlar, günlükler gibi çeşitli metodolojik yöntemleri kullanan çoğu çalışma duyguların daha çok ebeveynler, aile üyeleri, iyi arkadaşlar ve romantik ilişki içinde bulunan kişilerle paylaşıldığını, nadiren bu daire dışındaki kişilere duyguların ifade edildiğini savunuyor (Fitness, 2000; Zeman ve Garber, 1996).

Bağlanma stilleri ve duygu dışavurumu arasındaki ilişkiyi çalışan Feeney ilk araştırmasında (1995) evli olmayan çiftlerle çalıştı ve güvenli bağlanan kadınların öfke, üzüntü ve anksiyetelerini, güvenli bağlanan erkeklerin ise üzüntü ve anksiyete duygularını daha az bastırdıklarını rapor etti (aktaran Clark ve Finkel, 2005). Evli bir örnekleme çalıştığı ikinci araştırmasında (1999) yine güvenli bağlanan çiftlerin öfke, anksiyete, mutluluk ve sevgi duygularını daha az kontrol altında tutma ya da bastırma eğiliminde oldukları rapor edildi.

Uyumlu ve uyumsuz çiftler karşılaştırıldığında uyumsuz çiftlerde öfke, hor görme, korku, üzüntü, tikslenme vb. negatif duygulanımların daha fazla ve karşılıklı olduğu, araştırmaların elde ettiği tutarlı bir bulgudur (Gottman ve Levenson, 1988).

Komarovsky (1962, 1976) işçi sınıfından çiftlerle yaptığı çalışmasında erkeklerin duygularını dışavurmadıklarını, kendilerini ifşa etmediklerini ve eşleriyle çoğu şeyleri konuşmadıklarını buldu (aktaran Gottman ve Levenson, 1988). Gottman ve Levenson ise (1988) onun datasını kullanarak evlilik memnuniyetiyle kendini açma arasındaki bağlantıyı inceledi. Sonuçlar hem kadınlar hem de erkekler için anlamlı çıktı. Her ikisi de mutlu evliliklerde kendileri açarken, mutsuz evliliklerde kendileri açmıyorlardı.

Komarovsky'nin çalışmasında ayrıca kadınların, eşlerini ailelerini ve akrabalarını içeren daha geniş bir destek alanına sahipken erkeklerin kendilerini sadece eşlerine açtıkları bulundu. Bu da erkeklerin eşlerine göre daha küçük, daha konsantre bir sosyal hayatları olduğunu gösteriyor. Mutlu evliliklerde erkeklerin kendilerini açmaları eşleri ile sınırlı iken mutsuz evliliklerde erkeklerin kendilerini açmadıklarını görülmektedir. Bu bulgu erkeklerin bütün bağlamlarda kendilerini açmadıklarını değil, sadece kendilerini açmalarının evliliklerindeki duygusal iklime yüksek oranda bağlı olduğunu anlatmaktadır. Kadınların davranışları ise evlilik memnuniyetiyle birincil derecede bağlantılı değil, daha çok bağlamla daha uyumlu olarak ortaya çıkmaktadır (Gottman ve Levenson, 1988).

Lavee ve Ben-Ari (2004) duygu dışavurumu ve nevrozizm üzerine yaptıkları çalışmalarında nevrozizm ve duygu dışavurumu arasında anlamlı bağlantı olduğunu gözlemlemiştir. Sonuçlar nevrozizmi yüksek olan bireylerin düşük olanlara göre negatif duygularını daha fazla göstermeye eğilimli olduklarını göstermiştir. Ayrıca duygusal dışavurum ve evlilik kalitesi arasındaki ilişkide erkeklerin evlilik ilişkisine verdiği değer ne kendi ne de eşlerinin duygu dışavurumuyla bağlantılı bulunurken, kadınların evlilik kalitesini algılayışları hem kendilerinin hem de eşlerinin dışavurumuyla pozitif olarak bağlantılı bulunmuştur. Öyleyse, kadınlar ve erkekler evlilikte duygusal dışavuruma atfettikleri önem açısından farklılaşmaktadır.

Carstensen ve arkadaşları (1995) çalışmalarında duygu dışavurumuyla ilgili çiftin yaşı ve evliliklerinin süresiyle bağlantılı önemli farklılıklar ortaya koymuştur. Yaşlı çiftlerin –ki bu çiftler aynı zamanda uzun süredir evli olanlar- orta yaşlı çiftlerden daha az negatif ve daha fazla sıcakkanlı oldukları bulgulanmıştır. Çalışmanın genel bir sonucu olan negatif duygulanım ve evlilik mutsuzluğu arasındaki ilişkinin ise orta yaşlı ve yaşlıların uzun süren evliliklerinde bile devamlılığını sürdürdüğü görülmüştür. Mutsuz evliliklerdeki negatif duygusal dışavurumun, yaşın ya da evlilik süresinin bir sonucu olarak zamanla azalacağı öngörülmesine rağmen araştırma bulgularına göre otuz beş yılı aşmış evliliklerde bile negatif duyguların dışavurumu ile evlilik mutsuzluğu arasındaki bağlantının güçlü olduğu görülmüştür.

1.3. Çatışma

Bir başkası ile ilişki içinde olmak ihtiyacı insan için ne kadar doğal ise, birey olmaktan çift olmaya geçişte yaşanan çatışmalar da o kadar kaçınılmazdır. Romantik ilişkiler üzerine yapılan araştırmalar uyum ve doyum gibi kavramlar dışında çatışmayı da oldukça fazla ele almışlardır (Tezer, 1996; Creasey, 2002; Fincham, Beach ve Davila, 2004, 2007; Bahadır, 2006). Romantik ilişkilerde çatışma hem bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerinde hem de aile içi ilişkilerinin gidişatı üzerinde önemli etkilere sahiptir (Fincham ve Beach, 1999).

Kişilerarası çatışma, iki veya daha fazla kişi arasında ortaya çıkan ve bireylerin farklı istek ve amaçlarının sebep olduğu anlaşmazlıklardır (Yılmaz, 2005). Tümer (1998) çalışmasında farklı evlilik çatışması kavramlarına yer vermiştir. Evlilik çatışması, eşlerden birinin, diğerinin eylemlerine müdahale etmesi sonucu ortaya çıkan kişilerarası bir süreç olarak tanımlanmıştır. Yine sunulan diğer bir tanımda ise evlilik çatışmaları, birbirine zıt ya da bağdaşmayan gereksinim, hedef ve beklentilerden kaynaklanan uyuşmazlık ya da anlaşmazlıklar bütünü olarak aktarılmıştır (aktaran Günay, 2007). Çatışma iletişim tarzları ise çatışma anında bireylerin sergilediği yaklaşma/kaçma veya duyguları ifade edebilme gibi iletişim tarzlarını ifade eder (Duran, 2010).

Çatışma ile ilgili yaygın inanç, çatışmanın kişiler arası ilişkiler için önemli derecede tehdit oluşturan ve kaçınılması gereken bir durum olduğu yönündedir (Bahadır, 2006). Buna rağmen ilişkide asıl yakınlığın sağlanabilmesi için çatışmanın işlevsel olduğunu savunan görüşler de vardır (Gottman, 1993). Lulofs ve Chan (2000)'e göre kişilerarası çatışmalar sosyal ve kişisel gelişimin temelinde yer almakta; etkileşimlerin ve bu etkileşimlerde yapılan seçimlerin doğal bir sonucu olarak belirli bir amacı sürdürme, pozitif bir değişim ortaya çıkarma anlamında bir fonksiyonu yerine getirmektedir (aktaran Hisli-Şahin, Basım ve Çetin, 2009). Acitelli, Douvan ve Veroff (1993) çatışmanın, çiftler için paylaşılan birlikteliğin gelişiminde kritik rol oynadığını savunmuşlardır. Uzun süren ilişkiler, çiftin her ilişkide mutlaka var olan çatışmaları çözme becerisinin bir göstergesidir. Çatışmanın nasıl çözüldüğü, yönetildiği ilişkinin bu çatışma epizodlarından ne derece etkileneceğini tayin eder (Reese-Weber ve Bartle-Haring, 1998). Dolayısıyla ilişkiyi devam ettiren faktör, çatışmaların olmaması değil, çiftin çatışmalarla baş edebilecek etkili çözüm yolları geliştirebilmesidir. O halde çatışma her zaman kaçınılmaz biçimde ciddi sorunlara yol açmaz. İdeal olan, eşlerin sorunlarını olumlu başa çıkma tarzlarıyla çözüp aralarındaki yakınlığı derinleştirebilmeleridir. Elderkin'e (1975)

göre, üyelerinin isteklerini karşılayabilen ve kişiler arasında çatışmalarını halletmeye yönelik çeşitli kalıplar geliştirmiş olan aileler sağlıklıdır (Aktaran Bulut, 1993).

Mackey ve arkadaşları (2000) çiftlerle yaptıkları görüşmelere dayanan çalışmaları sonucunda evlilikteki çatışmayı, çiftler arasındaki farklılıkların doğurduğu, evlilik ilişkisinin anlaşmazlık durumlarının bir aşaması olarak tanımlamaktadır (aktaran Özen, 2006). Eğer çatışma evlilik ilişkisinin kaçınılmaz bir parçasıysa o zaman eşlerin çatışma durumlarındaki davranışları onların evlilik uyumlarını veya doyumlarını etkileyen önemli bir faktör olarak düşünülebilir (Özen, 2006). Örneğin Gottman ve Levenson (1992) evliliklerinde başarılı olan kişilerin problemlerini olumlu yollarla çözdüklerini ve problemlerin nasıl çözümleneceği konusunda konuşma becerilerinin olduğunu ortaya koymuştur.

Vuchinich (1987) sözel çatışmanın işlevsel olduğunu; çünkü katarsisi sağladığını, iletişimi başlattığını, kolay karar vermek gibi grup süreçlerinin kolaylaşmasını sağlayan hiyerarşiyi ortaya koyduğunu vb. özellikleri olduğunu söylemiştir. Dahası, iyi çatışma yönetiminin bu fonksiyonları yerine getirecek yeterli çatışmalara izin vermesi gerektiğini savunmuştur.

Birçok sosyal, psikolojik, biyolojik ve mekanik süreç gibi çatışma da bir kısır döngü içinde varlığını sürdürür. Çatışmanın etkileri, bir sonraki çatışmayı yaratır ya da bir sonraki çatışma için orijinal sebepler doğurur. Çatışmanın etkileri ve sebepleri düşünüldüğünde aslında bu sebep ve etkilerin hemen hemen aynı şeyler olduğu görülür. Örneğin bir satış yöneticisi reklam için ayrılan bütçe hakkında yaşanan bir çatışmada öfkelenir, bu sebeple pozisyonundan soğumaya başlar ki bu da yeni bir çatışmanın alevlenmesi için orijinal bir sebep haline gelir (Wall ve Callister, 1995). Evlilik çatışmasının sebepleri eşten beklenen iletişim davranışları, her iki eş için biçilen roller, bütçe kullanımı, kişisel anlaşmazlıklar ve benzeri nedenlerin herhangi biri veya bir kombinasyonu olabilir (Özen, 2006). Nitelikli deneysel çalışmalar, teorik bilgiler ve dikkatli gözlemler bizim çatışmanın nedenlerini sıralayabilmemize olanak sağlamaktadır. Bu nedenlerden bazıları kişilik yapısı, değerler, amaçlar, stres, öfke, iletişimde eksiklikler, nefret, hoşlanılmayan davranışlar, geçmişte yaşanan ilişkiler olarak sıralanabilir (Wall ve Callister, 1995). Terman ve arkadaşları (1938) erkeklerin daha çok eşlerinin şikayet etme, eleştirme ve fazla duygusal olmalarından; kadınların ise eşlerinin duygusal geri çekilmeleri konusunda şikayetçi olduklarını belirtmişlerdir (aktaran Gottman ve Levenson, 1988).

1.3.1. Çatışma Çözme Stilleri

Çatışmayla başa çıkma ile ilgili ortaya atılmış görüşler incelendiğinde bunların ikili modeller ve beşli modeller arasında sıralandıkları görülmektedir.

Deutsch (1949) çatışma çözümüne yönelik ilk kez basit ikili işbirliği-rekabet modelini önermiştir. Deutsch ve çalışma arkadaşlarına göre işbirlikçi bir ilişki rekabetçi bir ilişki yönetimine göre daha etkilidir ve daha işlevsel sonuçlar ortaya koyacaktır (aktaran Rahim, 2011).

Kişiler arası çatışmalar ile ilgili olarak ortaya atılan beşli modellerden bazıları ise Blake ve Mouton (1964)'in (zorlama, geri çekilme, yumuşatma, uzlaşma ve problem çözme) ve 1976'da Thomas tarafından tanımlanan modeldir. Çatışma yönetim davranışları dayatma (assertiveness) ve dayanışma (cooperation) olmak üzere iki boyut arasında sıralanır. Bu boyutlara dayanılarak beş ana çatışma davranışı tanımlanmıştır: rekabet, uyma, uzlaşma, işbirliği ve kaçınma (Tezer, 1996).

Rekabet, kendi isteğini karşılama arzusunun yüksek, karşı tarafın isteğini karşılama arzusunun düşük olduğu çatışma çözme stilidir. Rekabet durumunda kişi, kendi fikir ve duygularının doğruluğunu savunur ve partnerin iddialarını kabul etmez, dayanışma yoktur, kendi isteklerini kabul ettirinceye kadar tartışmayı sürdürür. Uzlaşma durumunda kişi kendi istekleri ve partnerinin istekleri arasında orta bir yol bulmayı amaçlar, kendisi isteklerinden biraz ödün verdiği gibi partnerinden de bunu bekler. Kaçınma davranışları dayanışma içermemekle birlikte dayatma da içermez, kişi konuyu hiç açmamaya veya değiştirmeye çalışır. Bu durumda kişinin hem kendi hem de karşıdakinin isteklerini karşılama arzusu düşüktür. Kaçınma davranışı çatışmanın ya çözümsüz kalmasına ya da karşı tarafın sorunu çözmesine izin verir. İşbirlikçilik (collaboration) davranışları, kişinin kendi isteklerinden vazgeçmesi ve partnerini de isteklerinden vazgeçirerek iki tarafın da memnun olacağı üçüncü bir yol bulmayı amaçlar. Bu durumda kişinin hem kendi isteklerini hem de karşı tarafın isteklerini karşılama arzusu yüksektir. Uyma davranışında ise kişi tam olarak onaylamasa bile partnerinin görüş ve isteklerini kabul eder.

Bu stratejilerden uyma, kaçınma ve zorlama genelde yıkıcı çözüm yolları olarak kabul edilmektedir. Çatışmanın bu yollardan biriyle ele alındığı durumların sonucunda kişiler olumsuz duygular yaşarlar ve taraflardan en az birisi sonuçtan tatmin olmaz. Uzlaşma ve işbirliği ise yapıcı stratejiler olarak kabul edilmektedir.

Çatışma bu iki stilden herhangi biri ile çözüldüğünde taraflar olumlu duygular yaşamaktadırlar (Deutsch,1994; aktaran Bahadır, 2006). Gottman (1993) yaptığı boylamsal çalışma sonucunda küçümseme ve kavgacı olma gibi olumsuz davranış ve duygulanım içeren yıkıcı çatışma yönetim tarzlarını kullanan çiftlerin, yapıcı çatışma çözüm yollarını kullanan çiftlere göre boşanma ihtimallerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Goldstein (1999) tarafından, çatışma sürecindeki etkileşimler dikkate alınarak, bireyin çatışma sürecindeki iletişim biçimlerine odaklanan ve “yüzleşme”, “özel/genel davranış”, “kendini açma”, “duygusal ifade” ve “çatışmaya yaklaşma/kaçınma” alt ölçeklerini içeren bir ölçek geliştirilmiştir (aktaran Basım, Çetin ve Meydan, 2009). Bu çalışmanın uygulama bölümü için de kullanılacak olan bu ölçeğin sunduğu yaklaşımların kısaca açıklamaları aşağıda verilmiştir.

Yüzleşme: Çatışmaların çözülmesi açısından atılan ilk adım olan yüzleşme, yapıcı ve olumlu sonuçların elde edilebilmesi açısından önemli bir yere sahiptir. Yüzleşme, kişilerarası çatışmalarda, tarafların karşı tarafla yüzleşme derecesini göstermekle birlikte, etkili ve olumlu çözüm elde etmede önemli rol oynamaktadır (Goldstein, 1999; aktaran Basım, Çetin ve Meydan, 2009).

Genel/Özel Davranış: Ölçeğin bu boyutu özel ya da genel yerlerde bireylerin çatışma davranışları arasındaki farka odaklanır (Yılmaz, 2005). Genel davranış bireylerin kendilerini her ortamda rahat hissetmeleri ve davranışlarında rahat oldukları anlamına gelirken, özel davranış bireylerin davranışlarını ya tam olarak sergileyemediklerini ya da belirli ortamlarda sergileyebildiklerini ifade eder. Dolayısıyla bu yaklaşım kişilerin çatışma sürecindeki davranışları açısından kendilerini rahat hissettikleri dereceye odaklanmaktadır (Goldstein, 1999; aktaran Basım, Çetin ve Meydan, 2009).

Kendini Açma: Bu boyut çatışma sürecinde taraflarının kendilerini ne derece ifade ettiklerine odaklanmaktadır. Kendini açma, bir kişinin kendisi hakkındaki bilgiyi, hissettiği duyguyu, düşüncesini başkasına iletmesidir. Kendini açmada bir alıcının başka herhangi bir kaynaktan öğrenemeyeceği kişisel bir bilginin gönüllü olarak serbest bırakılması söz konusudur (Oral, 1994). Çatışma sürecinde kendini açma, tarafların istek ve amaçlarını ortaya koymalarını sağlayacağından çatışmanın yapıcı ve olumlu bir şekilde çözümlenmesine katkıda bulunur.

Duygusal İfade: Çatışma çözümünde olumlu ve yapıcı yöntemlerden biri de duyguların ifadesine izin vermek ve duyguları rahatça sergilemektir. Duygular hem

çatışmayı hem de çatışma çözmeyi besleyen enerjilerdir. Örneğin, samimi bir üzgünlük çatışmaları hafifletebilmekte, önleyebilmekte ve bu yönüyle çözümlerinde de aktif rol oynayıp ortadan kaldıracılabilmektedir (Basım, Çetin ve Meydan, 2009).

Çatışmaya Yaklaşma/Kaçınma: Bu yaklaşım genel anlamda bireylerin çatışmayı nasıl algıladıklarıyla ilişkidir. Bazı kişiler genel olarak çatışmayı yapıcı, olumlu ve hoşgörölü karşılayarak doğal, kaçınılmaz ve bazı durumlarda gelişim açısından bir fırsat olarak değerlendirirken; bazıları aksine yıkıcı ve olumsuz algılayarak çatışmadan kaçmaktadırlar (Goldstein, 1999; aktaran Basım, Çetin ve Meydan, 2009).

Gottman (1979) evlilikteki çatışma içeren etkileşim sürecinin üç aşık evre içerdığını söyler. Birinci evre gündem oluşturmadır. Bu aşamada her iki eş de problem hakkındaki duygu ve görüşlerini ifade eder. İkinci aşama tartışma aşamasıdır, her iki eş de diğerini kendi fikrinin doğruluğuna ikna etmeye çalışır. Üçüncü evre müzakere evresidir ki bu evre maksatların açık bir şekilde ortaya konulup uzlaşıldığı evredir. Gottman 1993'teki çalışmasında yetmiş üç çiftten elde ettiğı bulguları bu evreler açısından incelemiştir. Bu çalışmada çatışmadan kaçınan çiftler (ayrıca duygusal alanda zayıf olanlar) görüşmecinin çatışma ortamı kurmakta büyük zorluk yaşadığı çiftler olmuştur. Ayrıca bu çiftler çatışmadan kaçındıklarını kabul etmezler ve çatışmayı çözmek için kullandıkları spesifik stratejileri yoktur. Örneğin bu çiftler sıklıkla problemleri yalnız başlarına çözmek isterler. Eşlerini ikna etmek için fazla çaba göstermezler. Bu çiftlerin tartışmaları olumlu ya da olumsuz çok az duygu içerir. Diğer yandan çatışmacı çiftler çatışma ortamının en kolay kurulduğu çiftlerdir. Bu çiftler çatışmayı açıkça kabul ederler ve birbirlerini ikna etmek için çaba harcarlar. Çabuk alevlenip çatışmaya giren çiftler evliliklerinde hem olumlu hem de olumsuz duygulanımları yüksek seviyede yaşarlar. Bu çiftlerde ikna etme evresi tartışmanın çok erken zamanlarında başlar ve tamamına yayılır. Örneğin bir çiftle çalışırken kadın, aile bütçesini idare etmekte başarılı olmadıkları ve para biriktiremediklerini ifade ederken eşi birden parlayarak bu konuda sorun yaşamadıklarını söylemiş ve böylece eşlerin birbirini söylediklerinin doğruluğunda ikna etme çabaları başlamıştır. Onaylayıcı çiftler çatışma içeren konuşmalar yapmışlardır; ancak bu tartışmalar kolaylıkla çözülmüş ve sakin bir şekilde atlatılmıştır. Konuşma eşlerden birinin diğerinin söylediklerini “hımm”, “evet” şeklinde onaylamasıyla devam etmiştir (Gottman, 1993). Gottman (1993)

çatışmalardan kaçınan çiftlerin eşler arasındaki farklılıkları kabul eder gibi gördüklerini ve zor durumlarda derin tartışmalara girmediklerini belirtmiştir. Bu sebeple çalışmalar bu çiftlerin kabul edilebilir bir evlilik uyumlarının olabileceğini savunmuşlardır. Bu çalışmanın sonucunda ilişkilerinde eşitliğe önem veren ve paylaşımcı çiftlerin uyumlarının daha iyi olduğu, paylaşımcı olmayan çiftlerin çatışmaları çözme gereksinimi hissetmedikleri ya da eşlerden sadece birinin bütün kararları aldığı görülmüştür.

Çözümlemiş olsun ya da olmasın, çatışma ardında oldukça olumsuz tortular bırakmaktadır. Çalışmalar, tarafların engellenmiş olmaktan dolayı acı çektiklerini, karşılıklı olarak bu durumdan rahatsız olduklarını, psikolojik zarar gördüklerini ortaya koymuştur. Çatışma bağlamı düşünüldüğünde negatif etkilerin fazlaca olduğu görülür. Bu etkiler haklı olduğunu iddia eden kişinin şikayetlerini dinlemeye maruz kalmak kadar küçük olabileceği gibi depresyon ya da anksiyeteye sürükleyen sinsi yollar da olabilir (Wall ve Callister, 1995).

Problem çözme stratejileriyle ilgili Rusbult ve Zembrodt (1983)'un oluşturdukları tipoloji Hirschman (1970)'ın ekonomik kriz durumlarında insanların verdiği üç temel tepkiyi tanımladığı yazılarına dayanmaktadır. Bu tepkilerden ilki olan ayrılma (exit) aktif ve ilişkiye zarar veren bir tepki, ikincisi konuşmak (voice) aktif ve şartları iyileştirmek adına yapıcı bir eylem, üçüncüsü beklemek (loyalty) pasif fakat iyimser bir şekilde şartların iyileşeceğini düşünmek şeklindeki bir eylemi tanımlar. Rusbult ve Zembrodt bu üç karakterize davranışın romantik ilişkilerde de problem çözerken kullanıldığını, ayrıca "ihmal etme (neglect)" şeklinde adlandırdıkları pasif ve ilişkinin kötüleşmesine sebep olan karakterize dördüncü bir davranış daha olduğunu savunmuşlardır. Çiftlerde ayrılma davranışı boşanmak, ayrı eve çıkmak, partneri istismar etmek şeklinde; konuşma davranışı problemleri tartışmak, arkadaşından ya da bir terapistten yardım almak için çabalamak, kendisini ya da partnerini değiştirmeye çalışmak şeklinde; bekleme davranışı durumun iyiye gideceğini ummak ve bunun için dua etmek şeklinde; ihmal etme davranışı ise partneri görmezden gelmek ya da onunla daha az zaman geçirmek, problemleri konuşmayı reddetmek, problemle alakalı olmayan konuları açıp partneri eleştirmek, partnere kötü davranmak gibi şekillerde sergilenmektedir. Birbirinden farklı bu dört yanıt iki boyut açısından ayrılmaktadır. Konuşmak ve beklemek, bireylerin ilişkiyi sürdürmek veya eski iyi haline geri döndürmek için işine yarayan yapıcı yanıtlar iken; ayrılma ve ihmal etme daha yıkıcı yanıtlar olarak gözükmektedir.

Yapıcılık/yıkıcılık, verilen yanıtın ilişki üzerindeki etkisine işaret etmektedir. Ayrıca konuşmak ve ayrılmak, bireylerin problem hakkında bir şeyler yaptıklarını gösteren aktif yanıtlar iken; beklemek ve ihmal etmek, problemi değerlendirme açısından daha pasif yanıtlardır. Aktivite/pasiflik problemin ele alınış şekline dikkati çeker. Örneğin kapıyı çarpıp odadan çıkmak bir aktiviteyi gösterirken, problemleri tartışmayı reddetmek pasif bir yanıttır (Rusbult ve ark, 1986). Rusbult ve arkadaşlarının (1986) yaptıkları çalışmada çiftlerin problem çözme paternleriyle ilgili Rusbult ve Zembrodt (1983)'un öne sürdüğü "ayrılmak-konuşmak-beklemek-ihmal etmek" modeli hem geliştirilmiş hem de flört ilişkisini sürdüren bir grup örneklem ile test edilmiştir. Yıkıcı problem çözme davranışlarının (ayrılma ve ihmal etme), yapıcı problem çözme davranışlarına (konuşmak ve beklemek) göre çift uyumunu daha güçlü bir şekilde yordadığı görülmüştür.

1.3.2. Çatışma Çözme Stilleri ve Cinsiyet

Çalışmalar genellikle çatışma yönetim stratejisinin seçiminde cinsiyet farklılığı olup olmadığına odaklanmıştır; ancak kadınların veya erkeklerin özel olarak belirli stratejileri seçtikleri şeklinde kesin bir sonuca ulaşılamamıştır. Bazı araştırmacılar (Renwick, 1977; Shockley-Zalabak, 1981) strateji seçiminde cinsiyete göre tercihlerin değiştiği, bazıları ise (Baxter ve Shepherd, 1978; Berryman- Fink ve Bruner, 1987) değişmediği yönünde bulgular elde etmişlerdir. (aktaran Tezer, 1996). Gottman ve Levenson (1988) kadınların erkeklere göre daha zorlayıcı ve saldırgan, erkeklerin ise daha çözücü ve uzlaşmacı olduklarını belirtmiştir. Kadınların eşleriyle olan çatışmalarında uymayı reddettiği bulgusu daha önce Tezer (1986)'ın çalışmasında da bulgulanmıştır. Tezer (1996)'ın bu çalışmasının sonuçlarına göre de evlilik uyumundaki varyasyonlara rağmen uyma kadınların tercih ettiği bir çatışma yönetim davranışı değildir. Aynı çalışmada ayrıca kocaların işbirliği ve uzlaşma davranışlarını daha yüksek oranda tercih ettikleri bulunmuştur. Hojjat (2000) romantik ilişkilerde çatışma yönetim davranışları açısından cinsiyetler arasında fark olup olmadığını araştırdığı çalışmasında kadınların çatışma davranışları açısından kendilerini olumsuz ve aktif olarak algıladıkları, erkeklerin kendilerini olumlu ve pasif olarak algıladıklarını belirtmiştir.

Basım, Çetin ve Meydan (2009)'ın kişilerarası çatışma çözme yaklaşımları ile kişisel bir değişken olan kontrol odağının bu yaklaşımların benimsenmesinde

herhangi bir rolünün olup olmadığını araştırdıkları çalışmalarında; iç kontrol odaklı kişilerin yapıcı ve olumlu çatışma süreçleri açısından yüzleşmeye daha çok önem verdikleri, genel davranış sergiledikleri, çatışmaya yaklaştıkları, kendilerini daha fazla açtıkları ve daha fazla duygusal ifadeler sergiledikleri gözlenmiştir. Bununla birlikte cinsiyetin de çözüm yaklaşımlarının benimsenmesinde önemli rol oynadığı ve kadınların çatışma süreçlerinde daha fazla yüzleştikleri, kendilerini daha fazla açtıkları ve duygularını daha fazla ifade ederek çözüme yönelik aktif ve etkili davranışlarda bulundukları ortaya konulmuştur. Yine Hisli Şahin, Basım ve Çetin (2009) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları da demografik değişkenlerden cinsiyetin çatışma çözme sürecinde benimsenen yaklaşımın açıklanmasında etkili olduğunu göstermiştir. Kadınların çatışmalarda erkeklere kıyasla daha fazla özel davranış sergiledikleri, kaçınmacı tutum izledikleri ve diğer araştırmanın sonuçlarıyla tutarlı olarak kendilerini daha fazla açtıkları ve duygularını daha rahat ifade ettikleri belirlenmiştir.

Cinsiyet ve çatışma çözme yaklaşımları arasındaki ilişkilere dair önceki çalışmalar incelendiğinde, her iki cinsiyetin de işlerinde daha rekabetçi, evlerinde ise daha uzlaşmacı çatışma çözüm yaklaşımlarını kullandıkları görülmüştür. Kadınların daha çok iş ortamında çatışmadan kaçındıkları, buna rağmen evdeki çatışmalardan kaçınmayarak işbirliğine yönelik tutumlar sergiledikleri, erkeklerin ise aksine iş ortamında daha işbirliğine yatkın oldukları belirtilmiştir (Chusmir ve Mills, 1989). Tezer (1996) Türkiye’de bireylerin eşlerine ve emri altında çalıştıkları amirlerine karşı kullandıkları çatışma ele alış davranışlarını incelemiştir. Birbiriyle evli olmayan ve aynı amirle çalışmayan yetmiş bir bireyle yaptığı çalışmanın sonuçları, beş çatışmayı ele alış davranışı (rekabet, kaçınma, uzlaşma, uyma, işbirliği) açısından farklı ilişki türlerinde değişiklik olmadığını göstermiştir. Diğer yandan kadınların eşlerine, erkeklerin ise amirlerine karşı rekabetçi davranma eğilimi olduğu şeklinde bir cinsiyet farklılığı gözlenmiştir. Tezer (1994) evli eşler arasındaki çatışmalar ile çeşitli demografik değişkenlerin evlilik doyumuna etkisini, kadının bir işte çalıştığı ve çalışmadığı çiftler üzerinde araştırmıştır. Sonuçlar bir işte çalışmayan kadınların evlilik doyumunu yordayan değişkenlerin, çatışmanın nedenini eşine yükleme, kendine yükleme ve eğitim durumu olduğu göstermiştir. Ayrıca çalışan kadınların evlilik doyumları çalışmayan kadınlardan daha yüksek bulunmuştur (aktaran Günay, 2007).

Tümer (1988) çatışma odaklarını ve iletişim sorunlarını belirlemeyi amaçladığı çalışmada bireylerin yaşları ve öğrenim düzeyleri yükseldikçe çatışma düzeylerinin azaldığını; eşler arasındaki yaş farkına bağlı olarak çatışma düzeyinin farklılık gösterdiğini, çalışmayan kadınların var oluş ve yoğunluk çatışmalarını çalışan kadınlara göre daha fazla yaşadığını saptamıştır (aktaran Doğan, 2010).

1.3.3. Çift İlişkisinde Çatışma ile İlgili Yapılmış Araştırmalar

Çatışma esnasında stresli çiftler uyumlu çiftlere göre daha fazla olumsuz ve daha az olumlu ifadeler kullanmaktadırlar. Ayrıca yine stresli çiftler eşlerinin olumsuz ifadelerini olumsuz ifadelerle yanıtlama eğiliminde olmaktadır. Uyumsuz çiftlerde uyumlu çiftlere göre çatışma esnasındaki davranış dizgisini öngörebilmek daha kolaydır. Bu dizgi genelde ortalığı kızıştıran ve kişiler tarafından durdurulması zor olan negatif davranışları içerir (Fincham, 2003). Billings (1979) uyumlu çiftlerle karşılaştırıldıklarında stresli çiftlerin daha çok negatif ve birkaç pozitif problem çözme eylemi sergilediklerini belirtmiştir (örneğin daha saldırgan-dominant, daha reddedici ve zorlayıcı davranışlar ve birkaç arkadaşça davranış) (aktaran Rusbult ve diğ., 1986). Benzer şekilde stresli çiftlerin karşılıklı olarak daha negatif ve zorlayıcı davranışlar sergilediklerini (Raush ve diğ., 1974), duygularını daha az ifade ettiklerini, birbirlerine daha az destek sağladıklarını ve daha az cesaretlendirici ifadeler kullandıklarını (Fineberg ve Lowman, 1975; Fiore ve Swensen, 1977) gösteren çalışmalar mevcuttur (Rusbult ve diğ., 1986). Gottman ve arkadaşları (1977) problemi çözmeye odaklanmada ve birbirlerini suçlamada stresli çiftlerin yıkıcı, stressiz çiftlerin ise yapıcı çatışma yolları kullandıklarını bulmuştur.

Özen (2006)'ın karı ve kocaların değer uyumlarının ve eşlerin çatışma çözüm stillerinin, karıların, kocaların ve çiftlerin evlilik uyumu üzerindeki yordayıcı etkisini araştırdığı çalışmada kocaların kullandıkları çatışma çözüm stillerinin eşlerinin evlilik uyumları üzerinde anlamlı bir etkisi olmasına rağmen, kadınların kullandıkları çatışma çözüm stillerinin kocalarının evlilik uyumları üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır. Eşlerinin olumsuz çatışma çözüm stilleri kullanmalarının kadınların evlilik uyumuna olumsuz bir etkisi vardır. Çiftlerin evlilik uyumları düşünüldüğünde karıların ve kocaların olumsuz çatışma çözüm stilleri çiftlerin evlilik uyumunu olumsuz bir şekilde yordamaktadır.

Eğeci (2005) çatışmadan duyulan rahatsızlık, çatışma atıfları (kendini/partneri suçlama), algılanan çatışma davranışları (benzerlik/farklılık) ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında birlikteliği olan elli sekiz çiftle çalışmıştır. Sonuçlar, çatışmadan duyulan rahatsızlığın yüksek seviyede olmasının ve algılanan çatışma davranışlarının farklı olmasının düşük ilişki doyumunu yordadığını göstermiştir.

Polat (2006) evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkileri incelediği tez çalışmasında evlilik uyumları yüksek olan hem kadınların hem de erkeklerin çatışma eğiliminin düşük olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Ayrıca kadınların sosyoekonomik düzeyi yükseldikçe evlilik uyumlarının yükseldiği, çatışma eğilimlerinin ise düştüğü gözlenmiştir. Hatipoğlu (1993) erkeklerin ve kadınların evlilik doyumunda çatışma ve bazı demografik değişkenlerin rolünü incelediği çalışmasında, evlilik çatışmasının yaygınlığının erkeklerin evlilik doyumunu; evlilik çatışmasının yaygınlığı ve eğitim düzeyinin kadınların evlilik doyumunu yordadığını göstermiştir (aktaran Günay, 2007).

Gottman ve Levenson (1992) 1983 ve 1987 yıllarında yetmiş üç çiftle çalışmış ve evlilik süreci ile ayrılma arasındaki bağlantıyı incelemiştir. Çalışmada çiftler evlilikte denge teorisine (a balance theory of marriage) göre olumlu (regulated) ve olumsuz (nonregulated) çiftler olarak ayrılmıştır. Olumlu çiftler hem kadınların hem de kocalarının konuşma tarzlarının anlamlı derecede olumlu olduğu, olumsuz çiftler ise en az birinin konuşma tarzının anlamlı derecede olumlu olmadığı çiftlerdir. Çalışmanın sonuçlarına göre olumlu çiftlerle karşılaştırıldığında olumsuz çiftler daha şiddetli evlilik problemlerine, daha düşük evlilik doyumuna, daha zayıf sağlığa, daha fazla olumsuz duygu dışavurumuna ve daha az olumlu duygu dışavurumuna ve daha yüksek oranda ayrılma riskine sahip bulunmuşlardır.

Tezer (1986) evli eşler arasındaki çatışma davranışlarını incelediği çalışmasında eşler arasındaki çatışmanın yaygınlığı, sıklığı ve yarattığı gerginlik düzeyinin, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyumla ilişkili olduğu sonucunu elde etmiştir. Cinsiyete göre bakıldığında ise kadınlarda çatışmanın nedenini kendilerine yüklediklerinde doyumun azaldığı, erkekler de ise çatışmanın nedenini kendilerine yüklediklerinde doyumun arttığı görülmüştür. Çatışmayı ele alış davranışları ile ilgili olarak, kadınların eşleriyle uzlaşma davranışını algıladıkları zaman doyumlarının yükseldiği, erkeklerinse eşlerinin zorlamaya dayalı davranış biçimiyle karşılaştıklarında doyumlarının düştüğü gözlemlenmiştir.

Cramer (2002) romantik ilişkilerde ilişki doyumu ile çatışma davranışları arasındaki ilişkinin çatışma sıklığı ve çatışmanın tatmin edici bir şekilde çözülüp çözülmemesiyle bağlantılı olup olmadığını araştırdığı çalışmasında, ilişkiden alınan doyumla olumsuz çatışma stili ve çatışmanın çözülmemesi arasında güçlü bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Aynı çalışmada romantik ilişkilerde çatışmaya yol açan konuların önem düzeyi ile ilişkiden alınan doyum arasındaki ilişki de incelenmiştir. Çatışma konusunun öneminin ilişkiden alınan doyum üzerinde etkili olmadığı, ilişkide çatışmayı çözmek için kullanılan olumsuz yöntemlerin ilişkideki doyumu sorunun önem düzeyinden daha iyi yordadığı bulunmuştur.

Literatürde çatışma yönetim biçimleriyle ilişkisi incelenen önemli bir değişken de bağlanma stilleridir. Creasey (2002) bağlanma stilleri ve çatışma yönetim davranışları arasındaki ilişki araştırmak amacıyla romantik ilişki içindeki yüz kırk beş genç yetişkin çiftle çalışmıştır. Çalışmanın sonuçları, beklendiği gibi bağlanma stillerindeki bireysel farklılıkların olumlu ve olumsuz çatışma yönetim davranışlarını öngördüğünü ortaya koymuştur. Güvenli bağlanan genç yetişkinlerin, güvensiz bağlanan yetişkinlerle karşılaştırıldığında romantik ilişkileri içinde daha fazla olumlu ve daha az olumsuz davranışlar sergiledikleri bulunmuştur. Güvenli bağlanan insanların, tartışma içinde bazen negatif davranışlar da sergilemesine rağmen, olumlu davranışları bolca kullanmalarıyla bunu örttükleri görülmüştür. Bu yüzden bağlanma stillerinin tartışmaların duygusal içeriğini öngördüğü bulgusu önemli bir bilgidir.

Shi (2003) yetişkin bağlanma tarzlarının çatışma çözüm davranışları ve romantik ilişkideki memnuniyeti yordayıp yordamadığını araştırmıştır. Bu çalışmada kaçınan ve kaygılı bağlanma stillerinin çatışma çözüm stilleri ve ilişki memnuniyeti için öngörücü olduğu tespit edilmiştir. Çatışma çözüm davranışlarında cinsiyet farklılıkları da bulgulanmıştır; ancak bu farklılık hem çatışma çözüm stilleri hem de ilişki memnuniyeti için bağlanma stilleri kadar güçlü bir yordayıcı değildir.

Sosyal öğrenme teorisi ergenlerin, ebeveynlerinin çatışma çözme biçimlerini gözlemlediklerini ve kendi ilişkilerindeki çatışmalarında bu davranışları taklit ettiklerini savunmuştur (Bandura, 1989, aktaran Reese-Weber ve Bartle-Haring, 1998). Bu sebeple hem ebeveynleri hem de ergenlerin kendileri ilişkilerinde aynı çatışma çözme stillerini kullanıyor olabilirler. Davies ve Cummings'e (1994) göre çocuklar ve ergenler, eşler arasındaki çatışmayla beraber bu çatışmanın nasıl çözümlendiğine de dikkat ederler. Dolayısıyla çocukların çatışma anındaki duygu ve

davranışları, ebeveynleri arasındaki çatışmaların nasıl çözümlendiğiyle ilişkilidir. Weber ve Haring, 1998 yılında iki yüz on yedi gençle yaptığı çalışmalarında bu gençlerin anne ve babalarının kendi arasında, gençler ve anneleri arasında, gençler ve babaları arasında, gençler ve kardeşleri arasında ve gençlerin romantik ilişkilerinde kullandıklarını çatışma çözüm davranışlarını incelemiştir. Ebeveynlerinin kendi aralarında kullandıkları çatışma çözüm stillerinin, gençlerin anneleriyle ve babalarıyla olan ilişkilerindeki çatışma çözüm stilleriyle doğrudan, romantik ilişkilerinde kullandıkları çözüm stilleriyle dolaylı ilişkisi olduğu bulunmuştur.

Çatışma, daha önce de belirtildiği gibi çift ilişkisinde doğal bir süreç olarak var olacaktır. Çatışma durumunda eşlerin birbirlerinin istek ve beklentilerini değerlendirirken, onların davranışlarına ilişkin yaptıkları açıklamaların, çatışmaya bakış açılarını ve çatışmaya nasıl yaklaşıp nasıl çözümleyeceklerini etkileyeceği düşünülmektedir. Bu nedenle araştırmada bir diğer değişken olarak yükleme yer almaktadır.

1.4.Yükleme

Yükleme kuramı tek bir kurama işaret etmekten ziyade birçok kuramsal modeli içinde barındıran geniş bir kavramı temsil eder. Genel olarak yükleme kuramı, insanların davranışlar ve bu davranışların nedenlerini anlama, davranışlar ve nedenleri arasında ilişki kurma çabasına odaklanmıştır. Kuramın temel sayıtlısına göre insan, çevresini bilişsel olarak anlayabilmek ve kontrol edebilmek için güdülenir. Bu nedenle kişisel ya da çevresel etmenlere atıflarda bulunarak olaylar ve davranışlar arasında neden sonuç ilişkileri kurar. Bu neden sonuç ilişkileri sayesinde dünyayı tutarlı ve dengeli olarak algılar ve kontrol edebilme gücünü elde eder.

Yükleme kuramı 1960'lardaki bilişsel akımla beraber gelişmiş ve 1970'lerde temel paradigma olmuştur. Kuramın sorduğu temel soru insanları nasıl bildikleridir, yani kuram epistemoloji ile ilgilenir. Yükleme kuramcılarını olayların neden olduğu ve diğerlerinin bu olaylara ilişkin niyetleri ile ilgilenmişlerdir. Yükleme kuramı belirgin olmayanla ilgilenmez. Kurama göre insanlar rasyoneldir, bilgi girdilerine bağlı olarak çıkarımlarda bulunurlar ve eylemleri saf psikolojik inançlar tarafından yönlendirilir (Weiner, 1990; aktaran Curun, 2006).

Yükleme kuramı sosyal psikoloji literatüründe önemli bir yere sahiptir. Yakın ilişkilerde eşlerin yaptıkları yüklemeler üzerine de günümüze kadar birçok araştırma

yapılmış ve geniş bir literatür kaydedilmiştir. Bu bölümde önce yükleme kuramları özetlenecek, daha sonra kuramın çift ilişkisi üzerine varsayımları ve ilgili araştırmalar aktarılacaktır.

1.4.1.Yükleme Kuramları

Heider'ın (1958) temellendirildiği yükleme (attribution) kuramı, davranışın nedensel olarak algılanması sürecine dayanmaktadır. Kuramın temel varsayımına göre davranış, nedenleriyle birlikte algılanmaktadır. Davranışçı psikoloji üzerinden anlatılmaya çalışılırsa davranış işlevsel ilişki içinde algılandığından, insanlar davranışla birlikte davranışın nedenlerini de algırlar. Heider algılanan bu nedenleri niyet, amaç gibi davranışta bulunan bireye özgü nedenler ve sosyal norm, görevin zorluğu gibi çevresel koşullar olmak üzere iki kategoride toplamıştır. Daha sonraki yıllarda Jones ve Davis (1965) niyet çıkarsamasını açıklamaya yönelik bir kuram olan uyuşan vardamalar (correspondent inferences) kuramını, Kelley (1967) Kelley küpü olarak bilinen modeli, Weiner ve arkadaşları (1972) başarı-başarısızlık durumları için yükleme modelini, Nisbett ve Valins (1972) bireyin kendi davranışlarını açıklamasını ele alan modeli geliştirmişlerdir (Hovardaoğlu, 1995).

1.4.1.1. Heider' in Yükleme Kuramı

Fritz Heider (1958) , insanların davranışı açıklarken nasıl bir yol izlediğini inceleyen ilk sosyal psikologtur (Kağıtçıbaşı, 2008). Heider' e göre insanların sağduyuya dayanan psikolojik teorilerini önemsemek gerekir ve psikoloji sıradan insanların psikolojik kavramları üzerine inşa edilmelidir (Arkonaç, 2008).

Heider'e göre insanlar bir olay karşısında iki farklı nedensel atıfta bulunurlar. Eğer olayın kazara olduğunu düşünüyorsa suçlayacak ya da sorumlu tutulacak bir kimse yoktur, dolayısıyla olayın nedenini kişisel olmayan (dışsal) nedenlere atfeder (Arkonaç, 2008). Burada, davranışın ya da olayın nedeni söz konusu olan kişi ya da kişilerin dışında gerçekleşen, şans gibi, o anın koşulları gibi herhangi bir durum ya da davranışla açıklanır (Kağıtçıbaşı, 2008). Eğer olayın kasıtlı olarak gerçekleştirildiğini ve biri veya birilerinin bu olayın sorumlusu olduğunu düşünüyorsa o zaman kişisel sebeplere (içsel) atıfta bulunacaktır. İçsel atıf, bir kişinin davranışının nedenlerinin o kişinin kişilik özellikleri, tutumları, yetenekleri,

çalabaları, ruh hali gibi içsel özelliklerinden kaynaklandığını varsayan açıklamadır (Kağıtçıbaşı, 2008). Heider'e göre olayların nedenlerini sorgulamak insan düşünce sisteminin asli özelliklerinden biridir. Heider'e göre insanlar tutarlı ve dengeli bir dünya görüşüne sahip olabilmek ve böylece çevreleri üzerinde kontrol duygusuna sahip olabilmek için nedensel atıfları kullanırlar. İnsanların nasıl davranacaklarını önceden kestirebilmek, bizim dünyayı daha tutarlı ve kontrol edilebilir algılamamızı sağlayacaktır (Arkonaç, 2008).

1.4.1.2. Uyuşan Çıkarsamalar Kuramı

1960'lardan sonra giderek güçlenmeye başlayan kognitif yaklaşımla birlikte deneysel sosyal psikologlar da insanların olaylara ya da davranışlara atıflarda bulunurken onları yönlendiren farklı şartların etkisini merak ettiler ve çeşitli deneysel şartlar kurmaya başladılar. Heider'den sonraki bu yeni kognitifçi deneyselci atıf teorisyenlerinin ilk modeli Jones ve Davis'in (1965) uyuşan çıkarımlar teorisidir (Arkonaç, 2008).

Bu teoriye göre insanlar, başkalarının davranışlarını onların kişilik özelliklerine dayanarak açıklamayı tercih ederler. Ancak kişisel özelliklere dayanarak açıklama yapılamaması durumunda dışsal etkenlere atıfta bulunurlar. Bunun sebebi, başkalarının kişisel özelliklerini bilmenin davranışlarını daha iyi anlamayı ve öngörmeyi beraberinde getiriyor olmasıdır (Kağıtçıbaşı, 2008).

1.4.1.3. Kelley' nin Kuramı

Kelley (1967) atıfta bulunma sürecini birden çok gözlem noktasına ve ayrıntılara dayanarak analiz etmiş, farklı değişkenlerin göreceli katkılarını hesaplamış ve birlikte değişim modelini ortaya koymuştur (Kağıtçıbaşı, 2008).

Modele göre, akılcı varlıklar olan insanlar bir değişkenin bir başka değişkenle farklı ortamlarda birlikte değişim gösterdiğini ve ilkinde değişim olmadığında diğer değişkende de değişim görülmediğini gözlemlediklerinde bu iki değişken arasında neden sonuç ilişkisi kurarlar. İki değişken arasında yüksek birlikte değişim görülüyorsa aralarında bir neden sonuç ilişkisi olduğu yargısına varılır. Sözelimi, bir öğrencinin derse geç giriyor olması öğretmeni her seferinde sinirlendiriyorsa burada yüksek birlikte değişim var demektir; eğer sadece arada sırada sinirlendiriyorsa

burada düşük birlikte değişim var demektir. Modele göre, öğretmen sinirlenmesi en çok hangi olay ya da davranışla yüksek birlikte değişim içinde görülüyorsa, o olay ya da davranış öğretmenin sinirlenme nedeni olarak belirlenir.

Kelley, herhangi bir sosyal olayı açıklarken, insanların sebep atıflarını failde (davrananda), uyaranda ya da belli bir durum veya koşul olmak üzere üç ana kategoriden seçeceklerini ortaya koymuştur (Arkonaç, 2008). Örneğin bir insanın bağırması ya onun agresif bir insan olduğuyla, ya hassas olduğu bir konuyla ilgili kızdırılmış olmasıyla ya da o an bulunduğu ortamın gergin bir ortam olmasıyla açıklanabilir.

Ayrıca Kelley, birlikte değişimin ölçümünde insanların üç tür bilgi kaynağını hesaba kattıklarını söyler: kişinin davranışlarında tutarlılık (başka zaman ve durumlarda da hep aynı şekilde mi davranıyor?), benzerlik (başkaları da aynı durumda aynı şekilde veya benzer şekilde mi davranıyor?), ve belirginlik (kişi sadece bu durumda mı böyle davranıyor?). Bu durumda kuram insanların, benzerlik ve belirginlik az, tutarlılık yüksek olduğunda içsel özelliklere atıfta bulunduğunu savunur. Bununla beraber eğer tutarlılık ve benzerlik az, belirginlik yüksek olursa duruma veya şarta atıf yapıldığını; eğer üçü de yüksek ise sebep atfının uyarana yapıldığını öne sürer (Kağıtçıbaşı, 2008).

1.4.1.4. Weiner'in Atıf Teorisi

Bernard Weiner ve arkadaşları, davranışların nedenleriyle ilgili açıklamaları içsel ve dışsal atıflara dayandıran Heider'in kuramını genişleterek bu açıklamalara davranışın kontrol edilebilirliği ve kalıcılık derecesini de dahil etmişlerdir (Weiner, 1986; Weiner ve diğ., 1972; aktaran Kağıtçıbaşı, 2008).

Davranışın sebebinin kalıcı veya geçici oluşu, nedenin nerede odaklandığından (içsel mi dışsal mı) bağımsızdır. Diğer bir deyişle davranışın nedeni hem kalıcı hem içsel ya da hem kalıcı hem dışsal olabildiği gibi hem geçici hem içsel ya da hem geçici hem dışsal olabilir. Örneğin hasta bir kişi "bu hastalık ben kötü bir insan olduğum için benim cezam ve iyileşmeme imkan yok " diyorsa hem içsel hem kalıcı, "tıp bu bulaşıcı hastalığa çare bulamıyor ama bitkisel bir takım ilaçlar da var" diyorsa hem dışsal hem de geçici bir atıfta bulunmuş olur. Aynı şekilde sebebin kontrol edilebilirliği de nedenin konumu ve kalıcı ya da geçici oluşundan bağımsızdır. Örneğin ders alarak, çaba sarf ederek güzel resimler yapılabilir ama

resim yapma yeteneğinin değiştirilmesine imkan yoktur. Yetenekli bir ressamın performansı muhtemelen daha üstün olacaktır.

Weiner modelindeki en önemli boyutun kontrol edilebilirlik olduğunu savunmuştur. Ama son çalışmalarında (1995) bu önemli rolü sorumluluk atıflarına kaydırmıştır. Buna göre modelin yeni varsayımı; nedensel atıfların sorumluluk yargılarını doğurduğu, bu yargıların da duygulanım yaşantılarını ve doğrudan davranışı belirlediğidir (Arkonaç, 2008).

Literatür incelendiğinde pek çok sosyal psikologun nedensel yükleme ve sorumluluk yüklemeleri kavramlarını ayırttıkları görülmektedir (Bradbury ve Fincham, 1990). Nedensel yüklemeler neyin, olayı ya da davranışı ortaya çıkardığı sorusunun cevabını içerir. Nedensel yüklemeler olayın oluşumuyla ilgili açıklamalardır, olayı oluşturan faktörlerle ilgilidir. Sorumluluk yüklemeleri ise, olay ya da davranıştan kimin ya da neyin sorumlu olduğu ve hesap vermesi gerektiğiyle ilgilidir. Bu sebeple sorumluluk sorusu, bir kişinin davranışı beklenen standartlarla uyuşmadığında ve bir kişi diğer bir kişinin uygun bir biçimde görevini yerine getirmesine bozucu etki oluşturduğunda ortaya çıkar. Bu standartlar ya da görevler yakın ilişki bağlamında sıklıkla beklentiler olarak gözlemlenir. Küçük bir kısmı dışında, sorumluluk yargıları nedensel yargıları gerektirir; çünkü insanlar sebep oldukları şeylerden sorumlu tutulurlar. Bu durum nedensel ve sorumluluk yargıları arasında yüksek korelasyon olduğuna işaret etmekle birlikte bu iki yargı kavramsal olarak birbirinden ayrılır. Sorumluluk yargıları bazı ek kriterleri ve işlemleri de içerir; örneğin gerçekleştirilen ve ideal olan davranış arasındaki yanlış eşleştirmeye karar vermek gibi (Fincham ve Bradbury, 1987).

Nedensel yüklemeler odak, istikrar ve genellik yükleme boyutlarından oluşurken; suçlama, kasıtlı davranış ve bencil davranış içeren güdü boyutu ise sorumluluk yüklemelerini oluşturmaktadır (Fincham ve Bradbury, 1992; aktaran Tutarel-Kıslak ve Çavusoğlu, 2006).

Sorumluluk yüklemeleri niyet boyutunu da içerir. Son zamanlarda bazı sosyal psikologlar nedensel ve sorumluluk yüklemelerinin yanı sıra suçluluk atıflarını da ayrı bir boyut olarak ele almıştır. Nedensel atıflar neyin ya da kimin bir olaya sebep olduğunu belirlerken; sorumluluk atıfları olayın mesuliyetini belirler, bireyin hesap verebilirliğini ve kasıtlı olarak ve bencil bir güdüyle hareket edip etmediğini yargılar. Suçluluk atıfları ise kınama, suçlama mesuliyeti ve kusur bulmayı içeren değerlendirici yargılardır, yani kişinin suç konusundaki yükümlülüğünü

değerlendirmeyi içermektedir. Suçluluk atıflarının sorumluluk atıflarını, sorumluluk atıflarının da nedensel atıfları gerektirdiği şeklinde bir model literatürde hipotezleştirilmiştir (Fincham ve Bradbury,1992).

1.4.2. Yakın İlişkilerde Yükleme

Çift ilişkisinde uyum; uzlaşma, uyma, hedef belirleme ve problem çözme içeren bilişsel süreçlerle ilgilidir. Bu bilişsel süreçlerin yakın ilişkilerdeki uyumu nasıl etkilediğini açıklayan etkin kuramlardan biri yükleme kuramıdır (Özer ve Güngör, 2012).

Literatürde yüklemelerin çift uyumunu yordayıcı bilişlerden olduğu birçok araştırma ile desteklenmiştir (Fincham ve Bradbury, 1990, 1992; Davey ve diğ., 2001).

Hem eşlerin evlilik olaylarını yordayıcı atıfları ve çiftlerin evlilik memnuniyeti arasında bir ilişki olduğu hem de bu ilişkinin evliliğe ait depresyonun (Bauserman, Arias ve Craighead,1995), öfkenin (Senchak ve Leonard, 1993), genel negatif duyusallığın (Karney ve diğ., 1994) ya da evlilik şiddetinin (Fincham ve diğ., 1997) yan ürünü olmadığı aktarılmıştır. Bununla beraber bu ilişkinin evlilik uyumsuzluğunu başlatabileceğini ya da sürdürebileceğini (Fincham ve diğ., 2000; Karney ve Bradbury, 2000) ve eş davranışını etkileyebileceğini (Bradbury ve diğ., 1996; Bradbury ve Fincham, 1992) öneren teşvik edici araştırma bulguları da mevcuttur (Davey ve diğ., 2001).

Yükleme kuramının hipotezi negatif evlilik olaylarını vurgulayan ve pozitif evlilik olaylarını minimize eden atıflarda bulunan çiftlerin daha uyumsuz olacağı yönündedir. Bu hipotez olaya kimin ya da neyin sebep olduğuyla ilgilenen nedensel atıflar ve kimin olaydan sorumlu, bu yüzden cezayla yükümlü olduğunu içeren sorumluluk atıflarıyla desteklenmiştir (Fincham, 1998). Bu sebeple uyumsuz çiftlerde negatif bir olay için yapılan açıklamalar (örneğin, eşi işten eve geç geldi) çatışmayı destekleyici şekilde kendini gösterir (sebebi: saate bakmayı yine unuttu; sorumluluk: o sadece kendini ve kendi ihtiyaçlarını düşünüyor). Uyumlu çiftlerde ise sorumluluk atıflarının ilişkiyi destekleyen şekilde yapıldığını görürüz (sebebi: saate bakmayı yine unuttu; sorumluluk: bize daha iyisini sunabilmek için çok fazla çalışıyor). Uyumsuz çiftlerde sergilenen nedensel atıfların özellikleri (partner üzerine odaklanmış, genel ya da evliliğin diğer alanlarını da içine alan, durağan ya da

gelecekte de muhtemelen öyle olacağı düşünülen şekilde) ve sorumluluk atıflarının özellikleri (bencil bir güdünün getirisi olarak ortaya çıkmış bir davranış, kötü niyetli, suçlanmaya müstahak şeklinde) çatışmayı destekleyici şekilde olmaktadır ve eve geç kaldığı için eş suçlanmaktadır. Öyleyse sıralama halinde nedensel atıflar sorumluluk atıflarına, sorumluluk atıfları da evliliğe ilişkin sonuçlara yol açar (Davey ve arkadaşları, 2001).

1.4.3. Çift İlişkisinde Yükleme ile İlgili Yapılmış Araştırmalar

Holtzworth-Munroe ve Jacobson (1985) evli bireylerin yükleme davranışlarını incelediği çalışmasında olumsuz etkileri olan davranışların olumlu etkileri olan davranışlara kıyasla daha fazla yargılandığını ve atıflara sebep olduğunu bulmuşlardır. Cinsiyet açısından incelendiğinde doyum verici ilişkisi olmayan erkeklerin, mutlu evliliği olan erkeklere göre daha fazla yükleme yaptıkları; ancak kadınlarda bu iki grup arasında anlamlı bir fark bulunmadığı gözlemlenmiştir. Bunun sebebi olarak da kadınların ilişkileri hakkında daha fazla düşündükleri, erkeklerinse ilişkileri yolunda gittiği sürece çok fazla düşünmedikleri ancak yolunda gitmeyen bir şeyler olduğunda bu durumun nedenleri hakkında düşünmeye başladıklarını savunmuşlardır. Ayrıca stressiz çiftlerin ilişkiyi geliştirici yüklemelerde bulundukları, stresli çiftlerin ise stresi sürdürücü yüklemelerde daha fazla bulundukları ve ilişkideki olumsuz olaylara daha fazla odaklandıkları bulunmuştur. Stresli eşlerin partnerin olumlu davranışlarına kuşkuyla yaklaştığı, olumlu davranışları daha çok dışsal faktörlere (nedensel yüklemeler) atfettikleri, partnerinin olumsuz davranışlarını ise onun kişilik özelliklerine atfettikleri ve olumsuz davranışların kasıtlı (niyetli) ve gönüllü (istekli) olarak yapıldığını algıladıkları görülmüştür. Stressiz çiftler ise partnerlerinin olumlu davranışlarını daha çok görmekte ve olumsuz davranışlarını gözmezden gelmektedir (Holtzworth-Munroe ve Jacobson, 1985). Ayrıca stresin fazla olduğu evliliklerde kişilerin, stresin düşük olduğu evliliklerdeki kişilere göre eşlerini olumsuz davranışları için daha fazla suçladıkları bulgulanmıştır (Kyle ve Falbo, 1985).

Fincham ve arkadaşları sorumluluk yüklemelerinin nedensel yüklemelere göre kasıtlı davranış ve çatışmayla bağlantılı davranışları daha iyi öngördüğü ve evlilik memnuniyetiyle daha güçlü bir bağlantıya sahip olduğunu göstermişlerdir (aktaran Fincham ve Bradbury, 1987).

Fletcher ve arkadaşları (1987) flört eden bireylerin ilişkilerinde yüklemelerin rolünü inceledikleri çalışmalarında, yüklemelere daha çok ilişkiler istikrarsız (dengesiz) olduğunda ya da eşler ayrılmayı düşünmeye başladıklarında başvurulduğunu bulgulamışlardır. Bunun sebebi olarak da bu tür durumların diğer eşin davranışını açıklamaya yönelik motivasyonu artırdığını savunmuşlardır. Düşünülenin aksine spontan yüklemelerin ilişkinin başlangıç evrelerinde ya da evlilik kararı gibi önemli süreçlerde yapılmadığı görülmüştür. İlişkinin ilk zamanlarında kişilerin partnerlerinin kişilikleri ve kendilerinin onlara karşı tutumlarına karar vermekle daha çok ilgilendikleri (gerçekten onu seviyor muyum? gibi) görülmüştür. Aynı zamanda evlenmek gibi önemli karar dönemlerinde insanlar daha çok ilişkinin ne kadar başarılı olacağını tahmin etmekle ilgilenmektedir. Bu soruların cevapları için yüklemeler de elbette ki kullanılmaktadır ancak buradaki baskın işlem atıflar değildir.

Baucom, Sayers ve Duhe (1989) evli çiftlerle yürüttükleri çalışmalarında stresli çiftlerin negatif partner davranışlarını büyütürken, pozitif eş davranışlarını görmezden görmeye eğilimli oldukları saptanmıştır. Uyumlu evlilik ilişkisi olanların, olumsuz olayların nedenlerini kendilerine veya eşlerine yüklemedikleri, daha çok duruma özgü gördükleri ve istikrarsız nedenlere yükledikleri bulunmuştur.

Yüklemeler ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi çalışan araştırmaları derledikleri çalışmalarında Bradbury ve Fincham (1990) özet olarak, çiftlerin evliliklerindeki olaylarla ilgili yaptıkları atıflar ile evlilik memnuniyetlerinin birbirine bağlı değişkenler olduğunu ortaya koymuşlardır. Mutlu evliliklere sahip çiftlerle karşılaştırıldıklarında, stresli çiftler evliliklerindeki olumsuz olayları abartan, olumlu olayları ise önemsiz gören nedensel ve sorumluluk atıflarını daha fazla yapmaktadır. Bilhassa, stresli çiftlerin olumsuz olayların nedenlerini evliliklerinde genel olarak ortaya çıkan durumlar olarak değerlendirdikleri, olumlu olayları ise spesifik bir olayın sonucu olarak ortaya çıktıkları şeklinde yorumladıkları görülmüştür. Evliliklerde nedensel atıflara oranla sorumluluk atıfları daha fazla görülmektedir ve sorumluluk atıflarıyla ilgili çalışmalar stresli çiftlerde eşlerin, partnerlerinin davranışlarını bencil bir şekilde güdülenmiş ve olumsuz niyetle (kasıtlı) yapılmış olarak değerlendirdiklerine işaret etmektedir.

Bradbury ve Fincham (1992) eşlerin evliliklerindeki olaylar için yaptıkları atıflarla onların etkileşim içindeki davranışları arasındaki ilişkiyi incelemek için eşlerin evlilik kalitesi, evliliklerinde yaşadıkları zorluklar için yaptıkları atıflar ve

problem çözmeye ilgili uğraşları hakkında bilgi almışlar ve iki aşamalı bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmanın ilk aşamasında özellikle kadınlarda böyle olmakla birlikte çiftlerin uygunsuz atıflarının problem çözme davranışlarında daha az etkin olduğu kanıtlanmıştır. Çalışmanın ikinci aşamasında ise kadınların eşlerinin negatif davranışlarına daha çok misliyle karşılık veren türde nedensel ve sorumluluk yüklemeleri yaptığı bulunmuştur. Çalışmanın her iki aşamasında da stresli kadınlar için stresli olmayan kadınlara göre yüklemeler ve davranış eğilimleri arasında daha güçlü bağlantılar bulgulanmıştır.

Fincham ve Bradbury (1992) evli çiftlerle yürüttükleri çalışmalarında nedensel ve sorumluluk atıfları puanlarının evlilik doyumu, evlilikteki zorluklar için yapılan atıflar ve partnerin davranışları için yapılan yüklemelerle ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Sorumluluk yüklemelerinin, dürtüsel davranışlara verilen yanıtın içerdiği öfkeyle bağlantılı olduğu, nedensel yüklemeler ile öfke arasındaki ilişkiye aracı olduğu bulunmuştur. Ayrıca sorumluluk yüklemelerinin kadınların eşleriyle problem çözmeye yönelik etkileşimleri esnasında sergiledikleri öfke derecesiyle de bağlantılı olduğu bulunmuştur. Hem kadınların hem de eşlerinin tartışma sırasındaki sızlanma ve yakınma davranışlarıyla sorumluluk yüklemeleri arasında bağlantı bulunmuştur.

Fincham ve Bradbury (1993)'nin negatif partner davranışları için yapılan nedensel atıflar, evlilik doyumu, depresyon ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi boylamsal olarak inceledikleri çalışmalarında sonuçlar, yüklemeler ve evlilik doyumu arasında nedensel bir ilişki olduğunu desteklemiştir.

Yüklemeler ve çift ilişkisi ile ilgili ülkemizde yapılan çalışmalar bakıldığında önemli çalışmalardan biri Tutarel-Kışlak'ın (1995) cinsiyet, evlilik uyumu, depresyon ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkileri incelediği doktora çalışmasıdır. Çalışmanın sonuçları yüklemeler ve evlilik uyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Kadınların hem nedensellik hem sorumluluk hem de yükleme toplam puanlarının erkeklerin puanlarına oranla negatif yönde daha anlamlı olduğu bulunmuştur. Eşleriyle uyumsuz bireylerin uyumlu bireylerden, depresif bireylerin depresif olmayan bireylerden daha fazla negatif eş davranışlarına yükleme yaptıkları ve sorumluluk yüklemelerini nedensel yüklemelerden daha fazla kullandıkları görülmüştür. Ayrıca kadınların erkeklere oranla daha fazla nedensel ve bencil güdüye yüklemelerde bulundukları görülmüştür (aktaran Işınso Halat, 2009). Tutarel- Kışlak (1997) başka bir çalışmada cinsiyet

ve evlilik uyumuna bağılı olarak, nedensellik ve sorumluluk yüklemelerindeki nedensel ilişki değışimlerini incelemişlerdir. Yine sorumluluk yüklemelerinin evlilik uyumunu daha iyi yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca olumsuz eş davranışına yapılan yüklemeler ile evlilik uyumsuzluğu arasındaki negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu bulgusu desteklenmiştir (aktaran Günay, 2007).

Tutarel Kışlak (2002) ilişkilerde mutluluk ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışmasında mutlu eşlerin ilişkinin kalitesini artıran yüklemelerde bulunurken, mutsuz ve depresif eşlerin olumsuzlukları abartan yüklemelerde bulunduklarını tespit etmişlerdir. Duyguların ilişkiler üzerindeki etkisinin vurgulandığı bu çalışma yüklemelere ilişki içinde yaşanan duyguların yansımasına işaret etmektedir.

Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu'nun (2006) evli kadın ve erkeklerin evlilik uyumları, benlik saygısı ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmanın sonuçları bağlanma biçimlerine göre evlilik uyum puanlarında değışiklikler olduğunu göstermiştir. Ancak bağlanma biçimlerine göre eşlerin yükleme puanları arasında fark bulunmamıştır.

Curun'un (2006) evli çiftlerin yüklemeleri, iletişim çatışmaları ve cinsiyet rolü yönelimlerinin evlilik doyumu ile ilişkilerini incelediğı doktora çalışmasında çiftlerin evlilik doyumu ve onun alt boyutları olan uyum ve çatışma açısından benzer oldukları bulunmuştur. Yine hem nedensellik yüklemeleri ve onun alt boyutları olan odak, istikrar ve genellik ile sorumluluk yüklemeleri ve onun alt boyutları olan niyet, güdü ve suçlama açısından da benzer bulunmuşlardır. Ancak iletişim çatışmaları ve kadınsılık-erkeksilik boyutları açısından benzer bulunmamışlardır. Yükleme puanları değerlendirildiğinde nedensel yüklemeler, odak ve güdü boyutunda kadın katılımcılar erkek katılımcılara oranla daha yüksek puanlar almışlar, yani eşlerinin davranışlarını açıklarken daha fazla nedensellik odak ve güdü boyutlarına yüklemeler yapmışlardır. Özet olarak hem cinsiyet rolü yöneliminin hem de yüklemelerin evlilik doyumu konusunda belirleyici olduğu bulunmuştur.

Günay'ın (2007) evlilik çatışması, nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasında ilişkileri incelediğı çalışmasının sonuçlarına göre evlilik doyumu karşılaştırma düzeyini (evlilik niteliğı, eşlerin evliliklerini değerlendirme biçimleri) olumlu, nedensellik yüklemelerinin ise karşılaştırma düzeyini olumsuz olarak yordadığı görölmüştür. Hem evlilik çatışması hem de

nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri ile evlilik niteliği arasında ters yönde ilişkiler bulunmuştur.

Işınso Halat (2009) doktora çalışmasında evli çiftlerin nedensel ve sorumluluk yüklemeleri, bağlanma stilleri ve yalnızlık düzeylerini yatırım modeli bağlamında incelemiştir. Yatırım modeline göre ilişki doyumu, seçeneklerin niteliğini değerlendirme düzeyi ve ilişkiye yapılan yatırım, ilişki bağlanımını ve ilişki istikrarını belirlemektedir. Araştırmada yatırım modeli sayıtlılarıyla tutarlı olarak evli erkeklerin evli kadınlara oranla seçeneklerin niteliğini daha olumlu değerlendirdikleri bulunmuştur. Kadınların erkeklere oranla daha fazla korkulu stilde bağlandıkları ve duygusal ve sosyal olarak kendilerini daha yalnız hissettikleri bulunmuştur. İlişkiye yapılan yatırımı korkulu bağlanma stili pozitif olarak, sorumluluk yüklemelerinin alt boyutu olan güdü yüklemesi negatif olarak yordamıştır. Seçeneklerin niteliğini değerlendirmeyi nedensellik yüklemeleri pozitif olarak yordarken, sosyal yalnızlık negatif olarak yordamıştır. İlişkiden alınan doyumu yükleme toplamı ve duygusal yalnızlık negatif olarak yordarken, sorumluluk yüklemelerinin alt boyutu olan suçlama yüklemesi pozitif olarak yordamıştır.

Son olarak Özer ve Güngör (2012) kişilik özellikleri, yükleme tarzları ve bağlanma stillerinin evlilik uyumunu yordama gücünü inceledikleri çalışmalarında evlilik uyumu düşük kadınların daha az, evlilik uyumu yüksek erkeklerin daha fazla nedensel yüklemede bulunduklarını tespit etmişlerdir. Ayrıca sorumluluk yükleme tarzının ve deneyime açıklık kişilik özelliğinin evlilik uyumu düşük erkeklerde daha yüksek, evlilik uyumu yüksek kadınlarda ise daha düşük olduğu bulunmuştur.

1.5.Amaç ve Araştırma Soruları

Bu çalışmanın temel amacı; bireylerin çift uyumları ile eşlerinin davranışlarını açıklamaya yönelik yüklemeleri, kullandıkları çatışma çözme stilleri ve eşlerinin duygu dışavurum tarzları arasındaki ilişkileri incelemektir. Ayrıca çift uyumunu; yüklemeler, çatışma çözme stilleri ve eşlerin duygu dışavurum tarzlarının her birinin ne kadar yordadığını tespit etmek de araştırmanın amaçlarından biridir. Bu amaçlar doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1. Bireylerin çift uyumları ile eş davranışına yönelik yüklemeleri arasında ilişki var mıdır?

2. Bireylerin çift uyumları ile çatışma çözme stilleri arasında ilişki var mıdır?
3. Bireylerin çift uyumları ile eşlerinin duygu (öfke, üzüntü ve mutluluk) dışavurum tarzları arasında ilişki var mıdır?
4. Nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, çatışma çözme stilleri ve eşlerinin duygu dışavurum tarzları ile bireylerin çift uyumları yordayabilir mi?

Araştırmanın amaçlarından biri de Kişisel Bilgi Formu aracılığı ile elde edilen demografik bilgilere göre çift uyum puanlarında, çatışma çözme stillerinde, yükleme biçimlerinde ve bireylerin kendi duygu dışavurum tarzlarında fark olup olmadığını tespit etmektir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

Çift uyumu, çatışma çözme stilleri, yükleme biçimleri ve duygu dışavurum tarzları;

1. Cinsiyete göre değişmekte midir?
2. Yaşa göre değişmekte midir?
3. Eğitim durumuna göre değişmekte midir?
4. İlişki durumuna göre değişmekte midir?
5. İlişki süresine göre değişmekte midir?
6. Birlikte yaşayıp yaşamama durumuna göre değişmekte midir?
7. Birlikte yaşıyor ise aynı evde başka birinin varlığına göre değişmekte midir?

2.YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanmasında izlenen yol ve verilerin çözümlenmesinde kullanılan istatistiksel teknikler açıklanmıştır.

2.1. Örneklem

Bu çalışma Türkiye'nin farklı şehirlerinde yaşayan (İstanbul, Aydın, Samsun, Denizli) ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 100 çift (100 kadın, 100 erkek) ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara tesadüfi olmayan örnekleme yöntemlerinden kolaylıkla bulunabileni örnekleme tekniği ve kartopu örnekleme yolu ile ulaşılmıştır. Çiftlerin 82'si evli, 7'si sözlü/nişanlı, 11'i ise flört etmektedir. Kadınların 5'i, erkeklerin 12'si yaşını belirtmemiştir. Yaşını belirten kadınların yaş ortalaması 31.34, erkeklerin yaş ortalaması 34.34'tür. Kadınların 34'ü ilköğretim, 32'si lise, 34'ü üniversite ve üstü; erkeklerin 27'si ilköğretim, 35'i lise, 38'i üniversite ve üstü mezunudur. Çiftlerin ilişkilerinin başlangıcından günümüze kadar geçen süre minimum 1 ay, maksimum 37 yıl, ortalama 9.3 yıldır. Çiftlerin 81'i partnerleri ile birlikte yaşamakta, birlikte yaşayan çiftlerin 17'sinin yanında başka biri ya da birileri daha kalmaktadır.

2.2.Ölçme Araçları

Bu çalışmada veriler Kişisel Bilgi Formu, Çift Uyum Ölçeği, İlişki Yükleme Ölçeği, Duygu Dışavurum Tarzları Envanteri ve Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımı Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir.

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu-KBF

Araştırmaya katılan bireylerden öncelikle Kişisel Bilgi Formunu doldurmaları istenmiştir. Bu formda katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu ve gelir durumu gibi demografik bilgilerine ek olarak yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yer, ilişki durumları, ilişkilerinin başlangıcından günümüze kadar geçen süre, partneri ile birlikte yaşayıp yaşamadıkları ve eğer birlikte yaşıyorlar ise onlara eşlik eden başka kimsenin olup olmadığı da sorgulanmıştır (KBF için bkz. Ek1).

2.2.2. Çift Uyum Ölçeği-ÇUÖ

Orijinal adı “Dyadic Adjustment Scale” olan Çift Uyum Ölçeği (ÇUÖ) 1976 yılında Spanier tarafından geliştirilmiş, hem bireysel değerlendirmeleri hem de ilişki niteliğini ifade eden çok boyutlu bir ölçektir. Hem evli hem de evli olmayan çiftlere bireysel olarak uygulanan ölçek, 32 maddeden oluşmaktadır ve maddelere göre değişen 2’li, 5’li, 6’lı ve 7’li puanlama formatları vardır.

ÇUÖ dört alt boyut içermektedir: a) eşler arası tatmin alt ölçeği; negatif ve pozitif düşünce modelleri ile pozitif ve aversif iletişimi sorgulayan 10 maddeden oluşur (16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 31, 32). b) eşler arası bağlılık alt ölçeği; birlikte geçirilen vakti ve konuşmaları anlatan 5 madde içerir (24, 25, 26, 27, 28). c) eşler arası fikir birliği alt ölçeği; ilişkideki temel konular hakkındaki anlaşma düzeyini gösteren 13 madde içerir (1, 2, 3, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15). d) duygusal ifade alt ölçeği; sevgi gösterme şekillerinde anlaşma düzeyini gösterir ve sevgi gösteren davranışları yapma sıklığını gösteren 4 maddeden oluşur (4, 6, 29, 30). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 151’dir. Toplam uyum puanının yüksek oluşu bireyin çift uyumunun daha iyi olduğunu gösterir (Şendil ve Korkut, 2012).

Spanier (1976), ölçeğin güvenilirliğini oldukça yüksek bulmuştur. İlk çalışmalarda Cronbach alfa iç tutarlılık değeri .96 olarak saptanmıştır. Alt gruplarda ise Cronbach alfa iç tutarlılık değerleri; çift uyumu .90, çift doyumu .94, çiftlerin bağlılığı .86, olarak saptanmıştır. Sevgi gösterme alt grubunda güvenilirlik değeri .73 olarak bulunmuş, temkinli kullanılması gerektiği belirtilmiştir.

Çift Uyum Ölçeği’nin Türk grubunda geçerliğinin incelemek için 1995 yılında Amine Aysun Yavuz tarafından Türkçe standardizasyonu yapılmış ve çalışma için Aile Değerlendirme Ölçeği’nin (Family Assessment Device) Genel Fonksiyonlar

(General Functioning) alt ölçeği kullanılmıştır. İki ölçek orta-yüksek ekonomik sınıftan 129 kadına verilmiştir. ÇUÖ puanları ile çeşitli demografik değişkenler arasındaki ilişkiler de incelenmiştir. Genel fonksiyonlardan alınan puanlar ile ÇUÖ'nden alınan puanlar arasındaki korelasyon -7.8 olarak bulunmuştur. ÇUÖ'nin Türkçe versiyonunun eşler arasındaki tatmin ve uyumu değerlendirmek için kullanılabilecek yararlı bir ölçek olduğu sonucuna varılmıştır (Yavuz, 1995; aktaran Akar, 2005).

Çift Uyum Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlaması Fışiloğlu ve Demir (2000) tarafından 264 evli çift örneklem ile ölçeğin Cronbach alfa değeri .92 iken, iki yarım güvenirlik katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Locke-Wallece Evlilik Uyumu Testi (1959) ile .82 düzeyinde ilişkilidir.

Bu çalışma kapsamında 100 çifte uygulanan Çift Uyum Ölçeği Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .94 olarak belirlenmiştir. (ÇUÖ için bkz. Ek2)

2.2.3. İlişki Yükleme Ölçeği-İYÖ

İlişki Yükleme Ölçeği (İYÖ) (The Relationship Attribution Measure) Fincham ve Bradbury (1992) tarafından geliştirilen ilişkilerde eş davranışlarını açıklamak için farklı yükleme tiplerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 24 madde içermektedir ve katılımcılardan 6'lı likert tipi ölçekte (1= tamamen yanlış, 6= tamamen doğru) değerlendirme yapmaları istenmektedir. Ölçekte yüklemeler 4 olumsuz hipotetik eş davranışı ile değerlendirilmekte (örn: eşiniz size karşı soğuk ve mesafeli davranıyor) ve her bir davranış 6 farklı yükleme boyutunu değerlendiren (nedensellik yükleme boyutu: odak, istikrarlılık, genellik; sorumluluk yükleme boyutu: niyet, güdü, suçlama) ifade (örn: eşimin bu davranışı kendi ile ilgili bir nedene bağlıydı) içermektedir. Farklı yükleme boyutlarını değerlendiren ifadelere verilen puanlar toplanarak yükleme alt boyutlarına ait puanlara ulaşılmaktadır. Elde edilen bu puanların toplamı ile nedensellik yüklemesi ve sorumluluk yüklemesi toplam puanlarına ulaşılır.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Tutarel-Kışlak (1995) tarafından yapılmıştır. Sonuçlar nedensellik alt boyutunda; odak ve istikrarlılık alt boyutlarına ilişkin korelasyon değerinin .46; genellik ve istikrarlılık arasındaki korelasyon değerinin .34 ve genellik ve istikrar boyutları arasındaki korelasyon değerinin de .59 olduğunu göstermiştir. Sorumluluk yüklemesinin alt boyutlarında ise, niyet ve güdü

yüklemeleri arasındaki korelasyon değeri .79; niyet ve suçlama arasındaki korelasyon değeri .69 ve güdü ve suçlama arasındaki korelasyon değeri .72 olarak saptanmıştır. Ölçeğin geçerliğinin belirlenmesi için bu alanda kullanılan diğer ölçekler ile ilişkileri incelenmiş ve sonuçlar anlamlı bulunmuştur. Sonuçta İYÖ geçerli ve güvenilir bir araç olarak kabul edilmiştir (Tutarel - Kışlak, 1995; aktaran Berk, 2009).

Berk'in (2009) çalışmasında ölçeğin test tekrar test yöntemi ile belirlenen katsayısının .92 olduğu saptanmıştır. İYÖ'nin temel boyutlarının ön-test ve son-test sonuçları arasındaki ilişki katsayılarına bakıldığında (nedensellik için .81, sorumluluk için .94) güvenilirlik şartının sağlandığı görülmüştür. İç tutarlılık katsayısı ise .91 olarak tespit edilmiştir. Korelasyon katsayısı değerlerinin .76 olduğu ve ölçeğin ölçüt geçerliliği şartını sağladığı görülmüştür. (İYÖ için bkz. Ek3).

2.2.4. Duygu Dışavurum Tarzları Envanteri-DDTE

Duygu Dışavurum Tarzları Envanteri (DDTE) Araz ve Erkuş (2010) tarafından çiftlerin öfke, üzüntü ve mutluluk duygularının dışavurumlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. DDTE üç alt ölçekten oluşmakta ve üç duygunun (öfke, üzüntü ve mutluluk) sözel ve sözel olmayan dışavurumunu ölçmektedir. 8 maddeden oluşan Mutluluk Dışavurum Tarzları Ölçeği 2 bileşen içermektedir: ben odaklı dışavurum ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .75, öteki odaklı dışavurum ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .76 olarak bulunmuştur. Her iki alt ölçekten elde edilen puanlar ayrı ayrı kullanılabildiği gibi araştırmanın amacı doğrultusunda toplam puan olarak da kullanılabilir. 19 maddeden oluşan Üzüntü Dışavurum Tarzları Ölçeği 5 alt faktör içermektedir: yüze yansıtma, sözel dışavurum, gizleme saldırganca dışavurum ve erteleme (alt faktörlerin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .80, .70, .62, .75 ve .61'dir). 23 maddeden oluşan Öfke Dışavurum Tarzları Ölçeği 6 alt faktör içermektedir: yüze yansıtma, misilleme, sözel dışavurum, serinkanlı dışavurum, saldırganca dışavurum ve erteleme (alt faktörlerin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .75, .77, .62, .65, .79 ve .59 şeklindedir). Duygu Dışavurum Tarzları Envanteri'nin test-tekrar test güvenilirliği için 96 katılımcıya üç hafta arayla tekrar uygulama yapılmıştır. Sonuçlar, alt ölçeklerde ölçülen yapıların kararlı olduğunu göstermiştir. Ölçeğin ölçüt bağıntılı

geçerliğini belirlemek amacıyla Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin bazı alt boyutları ile Suçluluk-Utanç Ölçeği kullanılmış ve sonuçların literatürdeki bulguları desteklediği görülmüştür (Araz ve Erkuş, 2010; aktaran Civan, 2011).

Bu çalışma kapsamında Öfke Dışavurum Ölçeği'nin alt ölçekleri olan Yüze Yansıtma, Misilleme, Serinkanlı Dışavurum, Sözel Dışavurum, Saldırganca Dışavurum ve Erteleme Cronbach Alfa katsayıları sırasıyla .75, .83, .64, .62, .81 ve .52 şeklinde elde edilmiştir. Cronbach Alfa değeri oldukça düşük olan Erteleme alt ölçeğinin analizler sırasında kullanılmamasına karar verilmiştir. Üzüntü Dışavurumunun alt ölçekleri olan Yüze Yansıtma, Sözel Dışavurum, Gizleme, Erteleme ve Saldırganca Dışavurum ölçeklerinin Cronbach Alfa katsayıları sırasıyla .72, .74, .54, .63 ve .79 şeklinde elde edilmiş, ancak Gizleme alt ölçeğinin düşük alfa değeri sebebiyle analizler sırasında kullanılmamasına karar verilmiştir. DDTE'nin Mutluluk Dışavurum alt ölçeğinin Cronbach Alfa katsayısı da .83 olarak elde edilmiştir ve analizler toplam puan üzerinden yürütülmüştür. (DDTE için bkz. Ek4).

2.2.5. Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımı Ölçeği-KÇÇYÖ

Bu çalışmada bireylerin romantik ilişki içinde bulundukları eşleriyle yaşadıkları çatışmaları çözmek için kullandıkları stratejileri belirlemek amacıyla Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımı Ölçeği kullanılmıştır. Goldstein (1999) tarafından geliştirilen ölçeğin orijinal adı "Conflict Communication Scale"dir (Yılmaz, 2005).

Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımı Ölçeği 75 madde içeren 7'li likert tipi (kesinlikle katılmıyorum=1, kesinlikle katılıyorum=7) bir ölçektir. "Yüzleşme", "özel/genel davranış", "duygusal ifade", "yaklaşma/kaçınma" ve "kendini açma" olmak üzere 5 alt ölçekten oluşmaktadır ve her alt ölçek 15 madde içermektedir. Her bir alt ölçekten alınan puanların yüksekliği, o alt ölçeğin içerdiği stratejinin daha yüksek düzeyde kullanıldığını gösterir.

Tablo 2-1: KÇÇYÖ Alt Ölçek Maddeleri

Alt ölçek	Maddeler
Yüzleşme	1*, 8*, 12*, 20, 22, 25*, 29*, 31*, 38, 43, 48, 53, 57*, 61, 67*
Genel/Özel Davranış	2*, 11*, 16, 21, 24, 26*, 30*, 35*, 45,

	49, 51*, 59, 63, 70, 74.
Duygusal İfade	5*, 9*, 14*, 19*, 27*, 37*, 42*, 47, 50*, 54, 58,62, 64*, 68, 72
Yaklaşma/Kaçınma	4*, 6*, 15*, 18, 23*, 33, 40, 46, 52, 55, 66, 69, 71, 73*, 75*
Kendini Açma	3*, 7*, 10*, 13*, 17*, 28*, 32*, 34, 36, 39, 41, 44, 56*, 60,65*

(* olan maddeler ters puanlanan maddelerdir.)

Ölçeğin orijinal çalışmasında test-tekrar test güvenilirliği için, ölçek 51 öğrenciye 3,5 hafta arayla uygulanmıştır. Sonuçlar yüzleşme alt ölçeği için .90, özel/genel davranış alt ölçeği için .90, duygusal ifade alt ölçeği için .82, yaklaşma/kaçınma alt ölçeği için .95, kendini açma alt ölçeği için .81 olarak hesaplanmıştır. Birleşici geçerlik için Mcfall ve Lillesand (1971) tarafından geliştirilen “Çatışma Çözme Ölçeği” ve Jourard (1979) tarafından geliştirilen “Kendini Açma Ölçeği” kullanılmıştır. Analiz sonuçları, yüzleşme alt ölçeğiyle Çatışma Çözme Ölçeğinin “iddiacılık” alt ölçeği arasında pozitif bir ilişki ($r = .35$, $p < .005$), “iddiacılık yapmama” alt ölçeğiyle ise negatif bir ilişki ($r = -.39$, $p < .001$) olduğunu göstermiştir. Ayrıca özel/genel davranış ve kendini açma alt ölçekleri ile “iddiacılık” alt ölçeği arasında ($r = .22$, $p < .05$) pozitif bir ilişki, “iddiacılık yapmama” alt ölçeğiyle ise negatif bir ilişki ($r = -.39$, $p < .005$ ve $r = .26$, $p < .05$) olduğu görülmüştür. Yaklaşma/kaçınma alt ölçeği ile çatışma çözme ölçeğinin “iddiacılık” “iddiacılık yapmama” alt ölçekleri arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımı Ölçeğinin “kendini açma” alt ölçeği ile Kendini Açma Ölçeği arasında yapılan analiz sonuçları da anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir (aktaran Yılmaz, 2005).

Ölçeğin Türkçe’ye uyarlaması Yılmaz (2005) tarafından yapılmıştır. Her bir alt boyuta ait Cronbach Alfa İç Tutarlılık katsayısı ve madde bazında madde-test korelasyonları hesaplanmıştır. Cronbach Alfa İç Tutarlılık katsayısı Yüzleşme için .70, Genel/özel davranış için .83, Duygusal İfade için .75, Yaklaşma/Kaçınma için .83 ve Kendini Açma için .75 olarak hesaplanmıştır. Yılmaz (2005)’ın çalışmasında test-tekrar test güvenilirliği için ölçek, 111 öğrenciye 25-30 gün aralıklarla iki kez uygulanmıştır. Korelasyon katsayıları; yüzleşme alt ölçeği için .68, özel/genel davranış alt ölçeği için .82, duygusal ifade alt ölçeği için .77, yaklaşma/kaçınma alt ölçeği için .66 ve kendini açma alt ölçeği için .50 olarak elde edilmiş ve ölçeğin güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır. (KÇÇYÖ için bkz. Ek5).

2.3.İşlem

Araştırma için veriler Ekim 2012-Nisan 2013 tarihleri arasında İstanbul, Aydın, Samsun, Denizli illerinde yaşayan çiftlerden elde edilmiştir. Uzman görüşüne dayanılarak, ölçek maddelerinin kişinin cevapları üzerindeki etkisini en aza indirmek amacıyla, ölçekler Kişisel Bilgi Formu, Çift Uyum Ölçeği, İlişki Yükleme Ölçeği, Duygu Dışavurum Tarzları Envanteri ve Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımı Ölçeği şeklinde sıralanmıştır. Belirlenen bu sıra ile ölçekler bir zarfa yerleştirilmiş, kadına ve erkeğe verilecek zarflar işaretlenerek her çiftte zarf çifti şeklinde verilmiştir. Katılımcılara ölçekleri sırasıyla ve tek başlarına doldurmaları gerektiği bilgisi verilmiştir. Her iki eşin de çalışmaya katılmaya gönüllü olmasına dikkat edilmiştir. Zarflar verildikten birkaç gün sonra geri alınmıştır.

2.4.Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS 15 paket programı kullanılarak; Bağımsız Örneklem için t-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi, Pearson Korelasyon Katsayısı Analizi, Çoklu Lineer Regresyon Analizi istatistikleri ile analiz edilmiştir.

3. BULGULAR

Bu bölümde öncelikle bireylerin çift uyum, çatışma çözme stilleri, yükleme biçimleri ve duygu dışavurum tarzları puan ortalamalarının cinsiyete, yaşa, eğitim durumuna, ilişki durumuna, ilişki süresine, partner ile birlikte yaşayıp yaşamama durumuna göre ve birlikte yaşıyor ise aynı evde başka birinin varlığına göre değişip değişmediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Örneklem için t Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına yer verilecektir. Ardından bireylerin çift uyumu ile eş davranışına yönelik yükleme, çatışma çözme tarzları ve eşlerinin duygu (öfke, üzüntü ve mutluluk) dışavurum tarzları puanları arasındaki ilişkiyi saptamaya yönelik yapılan Pearson Korelasyon Katsayısı değerleri; çift uyum puanları ile korelasyonu tespit edilen değişkenlerin çift uyumu üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek amacıyla yapılan Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonuçları aktarılacaktır.

Tablo 3-1’de görüldüğü gibi, araştırmaya toplam 200 kişi (100 çift) katılmıştır. Katılımcıların 100’ü kadın (%50), 100’ü erkek (%50) tir. Katılımcıların 17’si (%8,5) yaşını belirtmemiştir. Diğer katılımcıların yaşları 19-68 arasında değişmektedir. 19-23 yaş arasında 19 kişi (%9,5), 24-32 yaş arası 92 kişi (%46,0), 33-42 yaş arası 46 kişi (%23,0), 43-68 yaş arası 26 kişi (%13,0) vardır. Katılımcıların eğitim durumlarına göre dağılımlarına bakıldığında; ilköğretim mezunu olan 61 kişi (%30,5), lise mezunu 67 kişi (%33,5), üniversite ve üstü eğitim durumuna sahip olan kişi sayısının ise 72 (%36,0) olduğu görülmektedir. Katılımcıların %23’ünün (46 kişi) aylık geliri 1000 TL ve altında, %67,5’inin (135 kişi) aylık geliri 1000- 3000 TL arasında, % 9,5’inin (19 kişi) aylık geliri 3000 TL ve üstündedir. Katılımcıların yaşamlarının çoğunu geçirdiği yere bakıldığında; 188 kişi (%94,0) şehirde, 5 kişi (%2,5) kasabada, 7 kişi (%3,5) ise köyde yaşadığını belirtmiştir. Katılımcıların %11’i (22 kişi) flört etmekte, %7’si (14 kişi) sözlü/nişanlı ve %82’si (164 kişi) evlidir. Katılımcıların ilişkilerinin başlanıcından günümüze kadar geçen süre incelendiğinde; 22 kişinin ilişkisi (%11) 1-17 ay, 98 kişinin ilişkisi (%49) 18-112 ay,

50 kişinin ilişkisi (%25) 113-207 ay ve 30 kişinin ilişkisi de (%15) 208-444 aydır devam etmektedir. Katılımcılardan 162 kişi (%81) partneriyle birlikte yaşamakta, 38 kişi (%19) partnerinden ayrı yaşamaktadır. Partneri ile birlikte yaşayan 28 (%21.5) kişinin yanında partneri dışında anne, kardeş gibi başka bir kişinin varlığı da söz konusudur.

Tablo 3-1: Örneklem Grubuna İlişkin Sosyodemografik Bilgiler

Sosyodemografik Bilgiler		N	%
Cinsiyet	Kadın	100	50,0
	Erkek	100	50,0
Yaş	19-23	19	9,5
	24-32	92	46,0
	33-42	46	23,0
	43-68	26	13,0
	Belirtilmemiş	17	8,5
Eğitim Durumu	İlköğretim	61	
	Lise	67	30,5
	Üniversite ve Üstü	72	33,5
			36,0
Aylık Gelir	1000 TL ve Altı	46	23,0
	1000 TL-3000 TL	135	67,5
	3000 TL ve Üstü	19	9,5
Yaşamının Çoğunu Geçirdiği Yer	Şehir	188	94,0
	Kasaba	5	2,5
	Köy	7	3,5
İlişki Durumu	Flört	22	11,0
	Söz/Nişan	14	7,0
	Evli	164	82,0

İlişki Süresi	1-17 ay	22	11,0
	18-112 ay	98	49,0
	113-207 ay	50	25,0
	208-444 ay	30	15,0
Partner ile Birlikte Yaşama	Evet	162	81,0
	Hayır	38	19,0
Birlikte Yaşanıyor ise Eşlik Eden	Evet	28	21,5
Başka Birinin (Anne, Kardeş Vs.) Varlığı	Hayır	102	78,5

3.1.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Kadınlar ve erkekler arasında yükleme biçimlerinde, çatışma çözme stillerinde, duygu dışavurum tarzlarında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunanlar Tablo 3-2’de görülmektedir. Uygulanan Bağımsız Örneklemelerde t Testinin sonucuna göre kadınların ve erkeklerin öfkelerini saldırgan tarzda dışavurmaları arasında anlamlı fark vardır ($t(198)=-5.008$, $p<0.001$) (Tablo3-2). Erkeklerin öfkelerini saldırgan tarzda dışavurum puan ortalamaları kadınların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Sonuçlara göre kadınların ve erkeklerin üzüntülerini saldırgan tarzda dışavurmaları arasında anlamlı fark vardır ($t(198)=-3.762$, $p<0.001$) (Tablo3-2). Erkeklerin üzüntülerini saldırgan tarzda dışavurum puan ortalamaları kadınların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Mutluluk duygusunun dışavurumu açısından bakıldığında kadınlar ve erkekler arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir ($t(198)=2.747$, $p<0.01$) (Tablo3-2). Kadınların mutluluk dışavurum puan ortalamaları erkeklerin mutluluk dışavurum puan ortalamalarından anlamlı derecede yüksektir. Kadınlar ile erkeklerin çatışma çözme yaklaşımlarından genel/özel davranış ve duygusal ifade boyutlarında farklılaştığı ortaya çıkmıştır (sırasıyla $t(198)=-2.047$, $p<0.05$; $t(198)=2.170$, $p<0.05$) (Tablo3-2). Buna göre kadınların erkeklere göre; çatışmalarda özel davranış sergiledikleri ve duygusal ifadelerini daha çok sergiledikleri belirlenmiştir.

Tablo3-2: Cinsiyete Göre Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puan Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri

Değişkenler	Cinsiyet	X	SS	t	p
Nedensel Yükleme	Kadın	36.42	10.56	1.368	.173
	Erkek	34.42	10.12		
Sorumluluk Yükleme	Kadın	31.02	12.71	1.864	.064
	Erkek	27.85	11.29		
Yüzleşme	Kadın	72.05	9.37	.287	.774
	Erkek	71.64	10.76		
Genel/Özel Davranış	Kadın	46.15	14.95	-2.047*	.042
	Erkek	50.24	13.26		
Duygusal İfade	Kadın	74.86	11.68	2.170*	.031
	Erkek	71.21	12.10		
Yaklaşma/Kaçınma	Kadın	48.44	11.43	-1.764	.079
	Erkek	51.15	10.27		
Kendini Açma	Kadın	67.44	11.50	.739	.467
	Erkek	66.28	10.99		
Mutluluk Dışavurumu	Kadın	18,26	3,873	2.747**	.007
	Erkek	16,61	4,590		
Öfke Saldırgan	Kadın	,81	1,516	-5.008***	.000
	Erkek	2,36	2,699		
Öfke Yüze Yansıtma	Kadın	8,01	3,353	.397	.692
	Erkek	7,83	3,052		
Öfke Misilleme	Kadın	3,27	2,206	-1.573	.117
	Erkek	3,79	2,463		
Öfke Serinkanlı	Kadın	3,28	2,151	-.624	.533
	Erkek	3,47	2,153		
Öfke Sözel	Kadın	6,94	2,164	.772	.441

	Erkek	6,70	2,232		
Üzüntü Yüze Yansıtma	Kadın	7,49	2,456	1.751	.081
	Erkek	6,90	2,307		
Üzüntü Saldırgan	Kadın	,65	1,424	-3.762***	.000
	Erkek	1,65	2,244		
Üzüntü Sözel	Kadın	6,64	2,427	1.488	.138
	Erkek	6,14	2,323		
Üzüntü Erteleme	Kadın	3,14	1,954	-.477	.634
	Erkek	3,27	1,901		
Çift Uyum	Kadın	107.91	23.47	-1.362	.175
	Erkek	112.16	20.56		

*p <,05, **p <,01, ***p <,001

3.2.Yüklemeye Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Yaşa Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların Yüklemeye, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum Puanlarının, yaş ortalaması ve standart sapması değerlerine göre belirlenen dört farklı yaş grubuna göre değişip değişmediğini tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. 17 kişi yaşını belirtmediği için analiz 183 katılımcı üzerinden yürütülmüştür. Analiz sonuçlarına göre gruplar arasında çift uyum puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,179)=6.304$, $p<0.001$) (Tablo3-3). Yapılan Games-Howell Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 1'in çift uyum puan ortalaması diğer 3 gruptan anlamlı derecede yüksektir; Grup 2'nin çift uyum puan ortalaması Grup 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında çatışma çözme stillerinden yaklaşma/kaçınma puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,179)=3.412$, $p<0.05$) (Tablo3-3). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 3 ve Grup 2'nin yaklaşma/kaçınma puan ortalaması Grup 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında nedensel yüklemeye puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,179)=3.927$, $p<0.05$) (Tablo3-3).

Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 1'in nedensel yükleme puan ortalaması Grup 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında sorumluluk yükleme puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,179)=3.129$, $p<0.05$) (Tablo3-3). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 1'in sorumluluk yükleme puan ortalaması Grup 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında mutluluk dışavurumu puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,179)=4.709$, $p<0.01$) (Tablo3-3). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 1'in mutluluk dışavurum puan ortalaması Grup 3 ve 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede yüksek; Grup 2'nin puan ortalaması ise Grup 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında öfkenin misilleme tarzında dışavurumu puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,179)=4.254$, $p<0.01$) (Tablo3-3). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 2'nin öfkenin misilleme tarzında dışavurumu puan ortalaması Grup 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında üzüntünün saldırgan tarzda dışavurumu puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,179)=4.942$, $p<0.01$) (Tablo3-3). Yapılan Games-Howell Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 2'nin üzüntünün saldırgan tarzda dışavurumu puan ortalaması Grup 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür.

Tablo3-3: Dört Farklı Yaş Grubundaki Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonucu

Değişkenler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Nedensel Yükleme	Gruplararası	1181.154	3	393.718	3.927*	.010
	Gruplariçi	17946.070	179	100.257		
	Toplam	19127.224	182			
Sorumluluk Yükleme	Gruplararası	1305.079	3	435.026	3.129*	.027
	Gruplariçi	24883.322	179	159.014		
	Toplam	26188.601	182			
Yüzleşme	Gruplararası	704.629	3	234.876	2.364	.073
	Gruplariçi	17781.776	179	99.360		
	Toplam	18486.404	182			

Genel/Özel Davranış	Gruplararası	1375.628	3	458.543	2.316	.077
	Gruplariçi	35441.596	179	197.998		
	Toplam	36817.224	182			
Duygusal İfade	Gruplararası	453.139	3	151.046	1.064	.366
	Gruplariçi	25417.331	179	141.996		
	Toplam	25870.470	182			
Yaklaşma/Kaçınma	Gruplararası	1194.658	3	398.219	3.412*	.019
	Gruplariçi	20893.746	179	116.725		
	Toplam	22088.404	182			
Kendini Açma	Gruplararası	155.279	3	51.760	.415	.742
	Gruplariçi	22315.028	179	124.665		
	Toplam	22470.306	182			
Mutluluk Dışavurumu	Gruplararası	248,090	3	82,697	4,709**	,003
	Gruplariçi	3143,528	179	17,562		
	Toplam	3391,617	182			
Öfke Saldırgan	Gruplararası	33,443	3	11,148	2,262	.083
	Gruplariçi	881,999	179	4,927		
	Toplam	915,443	182			
Öfke Yüze Yansıtma	Gruplararası	27,188	3	9,063	,856	,465
	Gruplariçi	1894,462	179	10,584		
	Toplam	1921,650	182			
Öfke Misilleme	Gruplararası	66,007	3	22,002	4,254**	,006
	Gruplariçi	925,709	179	5,172		
	Toplam	991,716	182			
Öfke Serinkanlı	Gruplararası	15,343	3	5,114	1,111	,346
	Gruplariçi	824,110	179	4,604		
	Toplam	839,454	182			
Öfke Sözel	Gruplararası	13,010	3	4,337	,888	,449
	Gruplariçi	874,673	179	4,886		
	Toplam	887,683	182			
Üzüntü Yüze Yansıtma	Gruplararası	2,612	3	,871	,144	,934
	Gruplariçi	1085,322	179	6,063		
	Toplam	1087,934	182			

Üzüntü Saldırısı	Gruplararası	50,221	3	16,740	4,942**	,003
	Gruplariçi	606,369	179	3,388		
	Toplam	656,590	182			
Üzüntü Sözel	Gruplararası	4,060	3	1,353	,230	,876
	Gruplariçi	1054,934	179	5,893		
	Toplam	1058,995	182			
Üzüntü Erteleme	Gruplararası	3,806	3	1,269	,327	,806
	Gruplariçi	694,500	179	3,880		
	Toplam	698,306	182			
Çift Uyum	Gruplararası	8491,947	3	2830.649	6.304***	.000
	Gruplariçi	80371.670	179	449.004		
	Toplam	88863.617	182			

*p <,05, **p <,01, ***p<0.001

3.3.Yüklemeler, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların Yüklemeler, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum puanlarının üç farklı eğitim seviyesine göre değişip değişmediğini tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında çift uyum puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=16.921$, $p<0.001$) (Tablo3-4). Yapılan Games-Howell Post-hoc Testinin sonucuna göre üniversite mezunlarının çift uyum puan ortalaması ilköğretim ve lise mezunu olanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında çatışma çözme stillerinden kendini açma puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=6.014$, $p<0.01$) (Tablo3-4). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre üniversite mezunlarının kendini açma puan ortalaması ilköğretim ve lise mezunu olanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında çatışma çözme stillerinden duygusal ifade puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=4.439$, $p<0.05$) (Tablo3-4). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre üniversite mezunlarının duygusal ifade puan ortalaması lise mezunu olanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında nedensel yüklemeler puanları arasında anlamlı fark vardır

($F(2,197)=7.890$, $p<0.01$) (Tablo3-4). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre üniversite mezunlarının nedensel yükleme puan ortalaması ilköğretim ve lise mezunu olanların puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında sorumluluk yükleme puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=4.003$, $p<0.05$) (Tablo3-4). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre üniversite mezunlarının sorumluluk yükleme puan ortalaması ilköğretim ve lise mezunu olanların puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında mutluluk duygusunun dışavurumu puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=3.879$, $p<0.05$) (Tablo3-4). Yapılan Games-Howell Post-hoc Testinin sonucuna göre üniversite mezunlarının mutluluk dışavurumu puan ortalaması ilköğretim mezunu olanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında öfke duygusunun misilleme tarzında dışavurum puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=3.777$, $p<0.05$) (Tablo3-4). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre üniversite mezunlarının öfke duygusunu misilleme tarzında dışavurum puan ortalaması ilköğretim mezunu olanların puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür.

Tablo3-4: Üç Farklı Eğitim Durumu Grubundaki Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonucu

Değişkenler	Varyansın Kaynağı	Kareler	Serbestlik	Kareler	F	p
		Toplamı	Derecesi	Ortalaması		
Nedensel Yükleme	Gruplararası	1585,106	2	792,553	7,890**	,001
	Gruplariçi	19787,614	197	100,445		
	Toplam	21372,720	199			
Sorumluluk Yükleme	Gruplararası	1137,352	2	568,676	4,003*	,020
	Gruplariçi	27989,803	197	142,080		
	Toplam	29127,155	199			
Yüzleşme	Gruplararası	197,717	2	98,859	,975	,379
	Gruplariçi	19968,478	197	101,363		
	Toplam	20166,195	199			
Genel/Özel Davranış	Gruplararası	165,610	2	82,805	,406	,667
	Gruplariçi	40189,785	197	204,009		
	Toplam	40355,395	199			

Duygusal İfade	Gruplararası	1236,025	2	618,013	4,439*	,013
	Gruplariçi	27426,730	197	139,222		
	Toplam	28662,755	199			
Yaklaşma/Kaçınma	Gruplararası	289,075	2	144,537	1,214	,299
	Gruplariçi	23445,520	197	119,013		
	Toplam	23734,595	199			
Kendini Açma	Gruplararası	1446,335	2	723,167	6,014**	,003
	Gruplariçi	23689,745	197	120,253		
	Toplam	25136,080	199			
Mutluluk Dışavurumu	Gruplararası	140,451	2	70,226	3,879*	,022
	Gruplariçi	3566,704	197	18,105		
	Toplam	3707,155	199			
Öfke Saldırgan	Gruplararası	4,692	2	2,346	,434	,648
	Gruplariçi	1063,863	197	5,400		
	Toplam	1068,555	199			
Öfke Yüze Yansıtma	Gruplararası	3,435	2	1,717	,166	,847
	Gruplariçi	2033,285	197	10,321		
	Toplam	2036,720	199			
Öfke Misilleme	Gruplararası	40,463	2	20,232	3,777*	,025
	Gruplariçi	1055,357	197	5,357		
	Toplam	1095,820	199			
Öfke Serinkanlı	Gruplararası	10,157	2	5,078	1,101	,335
	Gruplariçi	908,718	197	4,613		
	Toplam	918,875	199			
Öfke Sözel	Gruplararası	3,791	2	1,895	,391	,677
	Gruplariçi	955,729	197	4,851		
	Toplam	959,520	199			
Üzüntü Yüze Yansıtma	Gruplararası	4,726	2	2,363	,410	,665
	Gruplariçi	1136,669	197	5,770		
	Toplam	1141,395	199			
Üzüntü Saldırgan	Gruplararası	21,948	2	10,974	2,971	,054
	Gruplariçi	727,552	197	3,693		
	Toplam	749,500	199			

Üzüntü Sözel	Gruplararası	,761	2	,380	,066	,936
	Gruplariçi	1128,819	197	5,730		
	Toplam	1129,580	199			
Üzüntü Erteleme	Gruplararası	8,137	2	4,069	1,100	,335
	Gruplariçi	728,458	197	3,698		
	Toplam	736,595	199			
Çift Uyumu	Gruplararası	14263,277	2	7131,638	16,921***	,000
	Gruplariçi	83027,478	197	421,459		
	Toplam	97290,755	199			

*p <,05, **p <,01,***p <,001

3.4.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum Puanlarının ilişki durumuna göre değişip değişmediğini tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre üç grubun nedensel yüklem puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=5.003$, $p<0.01$) (Tablo3-5). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre evli katılımcıların nedensel yüklem puanları ortalaması, sözlü/nişanlı katılımcıların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre üç grubun sorumluluk yüklem puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=4.815$, $p<0.01$) (Tablo3-5). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre evli katılımcıların sorumluluk yüklem puanları ortalaması, sözlü/nişanlı katılımcıların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında mutluluk duygusunun dışavurumu puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=3.827$, $p<0.05$) (Tablo3-5). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre evlilerin mutluluk dışavurumu puan ortalaması sözlü/nişanlı olanların puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında öfke duygusunun serinkanlı tarzda dışavurum puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=3.740$, $p<0.05$) (Tablo3-5). Yapılan Games-Howell Post-hoc Testinin sonucuna göre evli olanların öfke duygusunun serinkanlı tarzda dışavurum puan ortalaması flört edenlerin puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre grupların çift uyum puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=5.828$, $p<0.01$) (Tablo3-5).

Yapılan Games-Howell Post-hoc Testinin sonucuna göre sözlü/nişanlı olanların çift uyum puan ortalaması flört edenlerin ve evlilerin puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Kişilerarası çatışma çözme stilleri açısından bakıldığında ise sonuçlara göre gruplar arasında kendini açma puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=13.593$, $p<0.000$) (Tablo3-5). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre flört eden katılımcıların kendini açma puan ortalaması diğer iki grubun puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Çatışma çözme stillerinden duygusal ifade alt boyutu puan ortalamaları açısından gruplar arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=6.638$, $p<0.01$) (Tablo3-5). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre flört eden katılımcıların duygusal ifade puan ortalaması diğer iki grubun puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Son olarak gruplar arasında yüzleşme puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(2,197)=5.364$, $p<0.01$) (Tablo3-5). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre flört eden katılımcıların yüzleşme puan ortalaması evli olanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir.

Tablo3-5: İlişki Durumuna Göre Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonucu

Değişkenler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Nedensel Yükleme	Gruplararası	1033,037	2	516,518	5,003**	,008
	Gruplariçi	20339,683	197	103,247		
	Toplam	21372,720	199			
Sorumluluk Yükleme	Gruplararası	1357,358	2	678,679	4,815**	,009
	Gruplariçi	27769,797	197	140,963		
	Toplam	29127,155	199			
Yüzleşme	Gruplararası	1041,555	2	520,777	5,364**	,005
	Gruplariçi	19124,640	197	97,079		
	Toplam	20166,195	199			
Genel/Özel Davranış	Gruplararası	1094,281	2	547,141	2,745	,067
	Gruplariçi	39261,114	197	199,295		
	Toplam	40355,395	199			
Duygusal İfade	Gruplararası	1809,661	2	904,830	6,638**	,002
	Gruplariçi	26853,094	197	136,310		
	Toplam	28662,755	199			

Yaklaşma/Kaçınma	Gruplararası	155,042	2	77,521	,648	,524
	Gruplariçi	23579,553	197	119,693		
	Toplam	23734,595	199			
Kendini Açma	Gruplararası	3048,090	2	1524,045	13,593***	,000
	Gruplariçi	22087,990	197	112,122		
	Toplam	25136,080	199			
Mutluluk Dışavurumu	Gruplararası	138,646	2	69,323	3,827*	,023
	Gruplariçi	3568,509	197	18,114		
	Toplam	3707,155	199			
Öfke Saldırgan	Gruplararası	16,758	2	8,379	1,569	,211
	Gruplariçi	1051,797	197	5,339		
	Toplam	1068,555	199			
Öfke Yüze Yansıtma	Gruplararası	30,779	2	15,390	1,511	,223
	Gruplariçi	2005,941	197	10,182		
	Toplam	2036,720	199			
Öfke Misilleme	Gruplararası	28,966	2	14,483	2,674	,071
	Gruplariçi	1066,854	197	5,416		
	Toplam	1095,820	199			
Öfke Serinkanlı	Gruplararası	33,613	2	16,806	3,740*	,025
	Gruplariçi	885,262	197	4,494		
	Toplam	918,875	199			
Öfke Sözel	Gruplararası	14,747	2	7,374	1,538	,217
	Gruplariçi	944,773	197	4,796		
	Toplam	959,520	199			
Üzüntü Yüze Yansıtma	Gruplararası	6,204	2	3,102	,538	,585
	Gruplariçi	1135,191	197	5,762		
	Toplam	1141,395	199			
Üzüntü Saldırgan	Gruplararası	8,456	2	4,228	1,124	,327
	Gruplariçi	741,044	197	3,762		
	Toplam	749,500	199			
Üzüntü Sözel	Gruplararası	21,298	2	10,649	1,893	,153
	Gruplariçi	1108,282	197	5,626		
	Toplam	1129,580	199			
Üzüntü Erteleme	Gruplararası	5,085	2	2,543	,685	,505

	Gruplariçi	731,510	197	3,713		
	Toplam	736,595	199			
Çift Uyum	Gruplararası	5434,548	2	2717,274	5,828**	,003
	Gruplariçi	91856,207	197	466,275		
	Toplam	97290,755	199			

*p <,05, **p <,01,***p <,001

3.5.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun İlişki Süresine Göre Karşılaştırılması

İlişki süresi ortalaması ve standart sapması değerlerine göre belirlenen dört farklı ilişki süresi kategorisine dahil olan katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum puanları arasında anlamlı farklar olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre dört grubun nedensel yüklenme puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,196)=6.720$, $p<0.001$) (Tablo3-6). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 4'ün nedensel yüklenme puanları ortalaması, Grup 1 ve 2 'nin puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre dört grubun sorumluluk yüklenme puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,196)=6.999$, $p<0.001$) (Tablo3-6). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 4'ün sorumluluk yüklenme puanları ortalaması, diğer üç grubun puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Analiz sonuçlarına göre dört grup arasında çift uyum puanları açısından anlamlı fark vardır ($F(3,196)=6.999$, $p<0.001$) (Tablo3-6). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 4'ün çift uyum puanları ortalaması, diğer üç grubun puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında mutluluk duygusunun dışavurumu puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,196)=5.655$, $p<0.01$) (Tablo3-6). Yapılan Games-Howell Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 1'in mutluluk dışavurumu puan ortalaması Grup 3 ve 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Grup 2'nin mutluluk dışavurumu puan ortalaması Grup 4'ün puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre gruplar arasında öfke duygusunun misilleme şeklinde dışavurum puanları arasında anlamlı fark vardır ($F(3,196)=3.498$, $p<0.05$) (Tablo3-6). Yapılan Tukey Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 4'ün öfke duygusunu misilleme

tarzında dışavurum puanları ortalaması, Grup 1'in puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Analiz sonuçlarına göre dört grup arasında üzüntü duygusunun saldırgan tarzda dışavurum puanları açısından anlamlı fark vardır ($F(3,196)=8.021$, $p<0.001$) (Tablo3-6). Yapılan Games-Howell Post-hoc Testinin sonucuna göre Grup 4'ün üzüntü duygusunun saldırgan tarzda dışavurum puanları ortalaması, diğer üç grubun puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir.

Tablo3-6: İlişki Süresine Göre Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumu Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonucu

Değişkenler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Nedensel Yükleme	Gruplararası	1993,268	3	664,423	6,720***	,000
	Gruplariçi	19379,452	196	98,875		
	Toplam	21372,720	199			
Sorumluluk Yükleme	Gruplararası	2818,436	3	939,479	6,999***	,000
	Gruplariçi	26308,719	196	134,228		
	Toplam	29127,155	199			
Yüzleşme	Gruplararası	407,366	3	135,789	1,347	,260
	Gruplariçi	19758,829	196	100,810		
	Toplam	20166,195	199			
Genel/Özel Davranış	Gruplararası	1164,175	3	388,058	1,941	,124
	Gruplariçi	39191,220	196	199,955		
	Toplam	40355,395	199			
Duygusal İfade	Gruplararası	191,255	3	63,752	,439	,725
	Gruplariçi	28471,500	196	145,263		
	Toplam	28662,755	199			
Yaklaşma/Kaçınma	Gruplararası	730,192	3	243,397	2,074	,105
	Gruplariçi	23004,403	196	117,369		
	Toplam	23734,595	199			
Kendini Açma	Gruplararası	276,396	3	92,132	,726	,537
	Gruplariçi	24859,684	196	126,835		
	Toplam	25136,080	199			
Mutluluk Dışavurumu	Gruplararası	295,328	3	98,443	5,655**	,001
	Gruplariçi	3411,827	196	17,407		

	Toplam	3707,155	199			
Öfke Saldırgan	Gruplararası	31,695	3	10,565	1,997	,116
	Gruplariçi	1036,860	196	5,290		
	Toplam	1068,555	199			
Öfke Yüze Yansıtma	Gruplararası	68,065	3	22,688	2,259	,083
	Gruplariçi	1968,655	196	10,044		
	Toplam	2036,720	199			
Öfke Misilleme	Gruplararası	55,686	3	18,562	3,498*	,017
	Gruplariçi	1040,134	196	5,307		
	Toplam	1095,820	199			
Öfke Serinkanlı	Gruplararası	3,364	3	1,121	,240	,868
	Gruplariçi	915,511	196	4,671		
	Toplam	918,875	199			
Öfke Sözel	Gruplararası	16,366	3	5,455	1,134	,337
	Gruplariçi	943,154	196	4,812		
	Toplam	959,520	199			
Üzüntü Yüze Yansıtma	Gruplararası	11,712	3	3,904	,677	,567
	Gruplariçi	1129,683	196	5,764		
	Toplam	1141,395	199			
Üzüntü Saldırgan	Gruplararası	81,957	3	27,319	8,021***	,000
	Gruplariçi	667,543	196	3,406		
	Toplam	749,500	199			
Üzüntü Sözel	Gruplararası	13,028	3	4,343	,762	,516
	Gruplariçi	1116,552	196	5,697		
	Toplam	1129,580	199			
Üzüntü Erteleme	Gruplararası	4,894	3	1,631	,437	,727
	Gruplariçi	731,701	196	3,733		
	Toplam	736,595	199			
Çift Uyumu	Gruplararası	9685,148	3	3228,383	7,223***	,000
	Gruplariçi	87605,607	196	446,967		
	Toplam	97290,755	199			

*p <,05, **p <,01, ***p <,001

3.6.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Partner ile Birlikte Yaşayıp Yaşamama Durumuna Göre Karşılaştırılması

Partneri ile birlikte yaşayan ve partnerinden ayrı yaşayan katılımcılar arasında yükleme biçimlerinde, çatışma çözme stillerinde, duygu dışavurum tarzlarında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunanlar Tablo 3-7’de görülmektedir. Uygulanan Bağımsız Örneklemelerde t Testinin sonucuna göre partneri ile birlikte yaşayan ve partnerinden ayrı yaşayan katılımcıların öfkelerini serinkanlı tarzda dışavurmaları arasında anlamlı fark vardır ($t(198)=3,034$, $p<0.01$) (Tablo3-7). Partneri ile birlikte yaşayanların öfkelerini serinkanlı tarzda dışavurum puan ortalamaları, birlikte yaşamayanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir. Mutluluk duygusunun dışavurumu açısından bakıldığında partneri ile birlikte yaşayan ve partnerinden ayrı yaşayan katılımcılar arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir ($t(198)=-2.977$, $p<0.01$) (Tablo 3-7). Partneri ile birlikte yaşayanların mutluluk dışavurum puan ortalamaları, birlikte yaşamayanların puan ortalamasından anlamlı derecede düşüktür. Partneri ile birlikte yaşayan ve partnerinden ayrı yaşayan katılımcıların çatışma çözme yaklaşımlarından yüzleşme ve kendini açma boyutlarında farklılaştığı ortaya çıkmıştır (sırasıyla $t(198)=-2.059$, $p<0.05$; $t(198)=-2.543$, $p<0.05$) (Tablo 3-7). Buna göre partneri ile birlikte yaşayanların, birlikte yaşamayanlara göre yüzleşme ve kendini açma puan ortalamaları anlamlı derecede düşüktür. Son olarak t test sonuçları partneri ile birlikte yaşayan ve partnerinden ayrı yaşayanların çift uyum puanları arasında anlamlı fark olduğunu göstermiştir ($t(198)=-2.443$, $p<0.05$) (Tablo 3-7). Ayrı yaşayanların çift uyum puan ortalaması birlikte yaşayanların puan ortalamasından anlamlı derecede yüksektir.

Tablo3-7: Partner ile Birlikte Yaşayıp Yaşamama Durumuna Göre Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum Puan Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri

Değişkenler	Partner ile Birlikte Yaşama	X	SS	t	p
Nedensel Yükleme	Evet	36,1358	9,97233	1,857	,069
	Hayır	32,3684	11,53706		
Sorumluluk Yükleme	Evet	30,3272	11,51388	1,938	,069

	Hayır	25,6316	13,85723		
Yüzleşme	Evet	71,0802	9,68701	-2,059*	,045
	Hayır	75,1053	11,10098		
Genel/Özel Davranış	Evet	47,3272	13,58380	-1,590	,118
	Hayır	51,8947	16,44448		
Duygusal İfade	Evet	72,1420	11,37932	-1,939	,058
	Hayır	76,8421	13,88666		
Yaklaşma/Kaçınma	Evet	49,4136	10,74761	-,971	,336
	Hayır	51,4211	11,64017		
Kendini Açma	Evet	65,6975	10,19931	-2,543*	,014
	Hayır	71,8158	13,98427		
Mutluluk Dışavurumu	Evet	17,0494	4,38348	-2,977**	,004
	Hayır	19,0789	3,62709		
Öfke Saldırgan	Evet	1,6728	2,43124	1,364	,177
	Hayır	1,2105	1,72670		
Öfke Yüze Yansıtma	Evet	7,8025	3,14818	-1,022	,312
	Hayır	8,4211	3,40613		
Öfke Misilleme	Evet	3,6296	2,39277	1,340	,185
	Hayır	3,1053	2,11544		
Öfke Serinkanlı	Evet	3,5617	2,20654	3,034**	,003
	Hayır	2,5789	1,68670		
Öfke Sözel	Evet	6,7160	2,26359	-1,574	,120
	Hayır	7,2632	1,84074		
Üzüntü Yüze Yansıtma	Evet	7,1173	2,36534	-,910	,367
	Hayır	7,5263	2,52273		
Üzüntü Saldırgan	Evet	1,2160	2,03302	1,209	,230
	Hayır	,8684	1,47357		

Üzüntü Sözel	Evet	6,2716	2,34594	-1,398	,168
	Hayır	6,8947	2,50178		
Üzüntü Erteleme	Evet	3,2593	2,03557	1,055	,294
	Hayır	2,9737	1,34540		
Çift Uyum	Evet	108,3086	22,23345	-2,443*	,018
	Hayır	117,3947	20,24384		

*p <,05, **p <,01

3.7.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Birlikte Yaşanan Farklı Bir Kişinin Varlığına Göre Karşılaştırılması

Birlikte yaşanan farklı bir kişinin varlığına göre katılımcılar arasında yükleme biçimlerinde, çatışma çözme stillerinde, duygu dışavurum tarzlarında istatistiksel olarak anlamlı farklar olup olmadığını araştırmak amacıyla uygulanan Bağımsız Örneklemelerde t Testinin sonucuna göre çatışma çözme yaklaşımlarından yaklaşma/kaçınma boyutunda iki grubun puanlarının farklılaştığı ortaya çıkmıştır ($t(198)=-2.591$, $p<0.05$) (Tablo 3-8). Buna göre partneri ile birlikte yaşayan ve evlerinde farklı bir kişi daha bulunan kişilerin, sadece partneri ile yaşayan kişilere göre çatışmalardan kaçındıkları tespit edilmiştir.

Tablo3-8: Birlikte Yaşanıyor ise Eşlik Eden Başka Birinin (Anne, Kardeş Vs.) Varlığına Göre Yüklem, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum Puan Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri

Değişkenler	Partner ile Birlikte Yaşama	X	SS	t	p
Nedensel Yüklem	Evet	37,8214	11,04219	,803	,427
	Hayır	35,9706	9,89195		
Sorumluluk Yüklem	Evet	30,0714	12,61372	-,047	,962
	Hayır	30,1961	11,24880		
Yüzleşme	Evet	72,5714	8,94191	1,043	,302

	Hayır	70,5196	10,18029		
Genel/Özel Davranış	Evet	45,9286	11,40802	-,697	,489
	Hayır	47,7157	13,99673		
Duygusal İfade	Evet	69,1429	11,84378	-1,201	,237
	Hayır	72,1471	11,27109		
Yaklaşma/Kaçınma	Evet	46,2143	7,70453	-2,591*	,012
	Hayır	50,9412	11,09796		
Kendini Açma	Evet	64,7500	12,11557	-,328	,360
	Hayır	65,5588	9,28597		
Mutluluk Dışavurumu	Evet	16,8929	4,62152	-,210	,836
	Hayır	17,0980	4,40636		
Öfke Saldırgan	Evet	1,8929	2,99802	,927	,740
	Hayır	1,3333	2,10766		
Öfke Yüze Yansıtma	Evet	7,9286	2,99294	,208	,123
	Hayır	7,7941	3,16959		
Öfke Misilleme	Evet	3,2857	1,92175	-,334	,882
	Hayır	3,4314	2,43940		
Öfke Serinkanlı	Evet	4,3214	2,58276	1,579	,615
	Hayır	3,4804	2,15595		
Öfke Sözel	Evet	6,7500	2,71655	,149	,414
	Hayır	6,6667	2,20411		
Üzüntü Yüze Yansıtma	Evet	7,0000	2,12568	-,506	,841
	Hayır	7,2353	2,37218		
Üzüntü Saldırgan	Evet	1,5000	2,57481	,826	,414
	Hayır	1,0686	1,92050		
Üzüntü Sözel	Evet	6,6786	2,48035	,810	,423
	Hayır	6,2549	2,34494		

Üzüntü Erteleme	Evet	3,9286	2,34013	1,686	,100
	Hayır	3,1176	1,91034		
Çift Uyumu	Evet	108,3929	22,05102	,146	,885
	Hayır	107,7059	22,22192		

*p <,05

3.8.Katılımcıların Yükleme Biçimleri ve Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi

Katılımcıların nedensel yükleme, sorumluluk yükleme ve çift uyum puanları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Değişmezlik Katsayısı Testi sonuçları Tablo 3-9’da verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre nedensel yükleme ve sorumluluk yükleme puanları arasında pozitif yönde, yüksek düzeyde anlamlı ilişki bulunmaktadır ($r=,729$, $p<0.001$) (Tablo 3-9). Bir başka deyişle nedensel yükleme puanları arttıkça sorumluluk yükleme puanları da artmaktadır. Çift uyumu ile nedensel yükleme puanları arasında ve çift uyumu ile sorumluluk yükleme puanları arasında negatif yönde, yüksek düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur (sırasıyla, $r=-,591$, $p<0.001$; $r=-,595$, $p<0.001$) (Tablo 3-9). Bir başka deyişle hem nedensel yükleme puanları yükseldikçe hem de sorumluluk yükleme puanları yükseldikçe çift uyum puanları düşmektedir.

Tablo3-9: Katılımcıların Yükleme Biçimleri ve Çift Uyumu Puanları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Tablosu

	1	2	3
Nedensel yükleme (1)		,729*	-,591*
		,000	,000
Sorumluluk yükleme (2)			-,595*
			,000
Çift uyumu (3)			

*p <,001

3.9.Katılımcıların Çatışma Çözme Stilleri ve Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi

Katılımcıların çatışma çözme stilleri ve çift uyum puanları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Değişmezlik Katsayısı Testi sonuçları Tablo 3-10'da verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre çatışma çözme stillerinden yüzleşme ile duygusal ifade, yüzleşme ile kendini açma, duygusal ifade ile kendini açma puanları arasında pozitif yönde, yüksek düzeyde anlamlı ilişki bulunmaktadır (sırasıyla, $r=,543$, $p<0.001$; $r=-,514$, $p<0.001$; $r=-,566$, $p<0.001$) (Tablo 3-10). Bir başka deyişle yüzleşme puanları arttıkça duygusal ifade ve kendini açma puanları da artmaktadır. Yine çatışma çözme stillerinden yaklaşma/kaçınma ve genel/özel davranış puanları arasında pozitif yönde, yüksek düzeyde anlamlı ilişki vardır ($r=,511$, $p<0.001$) (Tablo 3-10). Bir başka deyişle yaklaşma/kaçınma puanları arttıkça, genel/özel davranış puanları da artmaktadır. Çift uyumu ile çatışma çözme stillerinden herhangi biri arasında ilişki tespit edilmemiştir.

Tablo3-10: Katılımcıların Çatışma Çözme Stilleri ve Çift Uyumu Puanları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Tablosu

	1	2	3	4	5	6
Yüzleşme (1)		-,041	,543***	-,027	,514***	,087
		,565	,000	,705	,000	,219
Genel/Özel Davranış (2)			,039	,511***	,121	-,064
			,586	,000	,087	,366
Duygusal İfade (3)				,049	,566***	,014
				,495	,000	,842
Yaklaşma/Kaçınma (4)					,095	-,074
					,183	,300
Kendini Açma (5)						,042
						,555
Çift uyumu (6)						

*p <,001

3.10.Katılımcıların Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi

Katılımcıların eşlerinin duygu dışavurum tarzları ve kendi çift uyum puanları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Değişmezlik Katsayısı Testi sonuçları Tablo 3-11’de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre çift uyumu ile eşin mutluluk duygusunu dışavurumu arasında pozitif yönde ve yüksek düzeyde, çift uyumu ile eşin öfke duygusunu saldırgan tarzda dışavurumu arasında negatif yönde ve orta düzeyde, çift uyumu ile eşin üzüntü duygusunu saldırgan tarzda dışavurumu arasında negatif yönde ve yüksek düzeyde anlamlı ilişki bulunmaktadır (sırasıyla, $r=.305$, $p<0.001$; $r=-.205$, $p<0.01$; $r=-.250$, $p<0.001$) (Tablo 3-11). Mutluluk duygusunun dışavurumu ile öfkenin sözel dışavurumu arasında pozitif yönde yüksek düzeyde, üzüntünün sözel dışavurumu ile pozitif yönde orta düzeyde ilişki bulunmaktadır (sırasıyla, $r=.285$, $p<0.001$; $r=.228$, $p<0.01$) (Tablo 3-11). Öfkenin saldırgan tarzda dışavurumu ile öfkenin yüze yansıtılması arasında pozitif yönde yüksek düzeyde, öfkenin misilleme yoluyla dışavurulması arasında pozitif yönde yüksek düzeyde, üzüntünün saldırgan tarzda dışavurulması arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler vardır (sırasıyla, $r=.312$, $p<0.001$; $r=.559$, $p<0.001$; $r=.779$, $p<0.001$) (Tablo 3-11). Öfkenin yüze yansıtılması ile öfkenin misilleme yoluyla dışavurumu arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı, üzüntünün yüze yansıtılması ile pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı, öfkenin serinkanlı dışavurumu ile negatif yönde orta düzeyde anlamlı, öfkenin sözel dışavurumuyla pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (sırasıyla, $r=.502$, $p<0.001$; $r=.706$, $p<0.001$; $r=-.242$, $p<0.01$; $r=-.200$, $p<0.01$) (Tablo 3-11). Öfkenin misilleme yoluyla dışavurumu ile öfkenin serinkanlı dışavurumu arasında negatif yönde yüksek düzeyde, üzüntünün yüze yansıtılması ile pozitif yönde ve yüksek düzeyde, üzüntünün saldırgan tarzda dışavurumu ile pozitif yönde ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır (sırasıyla, $r=-.294$, $p<0.001$; $r=.299$, $p<0.001$; $r=.405$, $p<0.001$) (Tablo 3-11). Öfkenin serinkanlı dışavurumu ile üzüntünün yüze yansıtılması arasında negatif yönde orta düzeyde, üzüntünün ertelenmesi ile pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler vardır (sırasıyla, $r=-.166$, $p<0.01$; $r=.305$, $p<0.001$) (Tablo 3-12). Öfkenin sözel dışavurumu ile üzüntünün yüze yansıtılması arasında pozitif yönde yüksek düzeyde, üzüntünün sözel dışavurumu arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler vardır (sırasıyla, $r=.275$, $p<0.001$; $r=.687$, $p<0.001$) (Tablo 3-11). Son olarak üzüntünün yüze yansıtılması ile üzüntünün sözel olarak ifade edilmesi arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişki vardır ($r=.309$, $p<0.001$) (Tablo 3-11). Bazı

değişkenler arasında düşük düzeyde ilişkiler de tespit edilmiş ve bunlar Tablo 3-11’de gösterilmiştir.

Tablo3-11: Katılımcıların Eşlerinin Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum Puanları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Tablosu

			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Çift Uyum (1)	r		,305***	-,205**	-,159*	-,157*	-,067	,063	-,108	-,250***	,067	-,094
	p		,000	,004	,024	,027	,347	,379	,127	,000	,345	,186
Mutluluk Dışavurumu (2)	r			-,086	,054	-,074	,178*	,285***	,127	-,119	,228**	,025
	p			,227	,446	,295	,011	,000	,072	,092	,001	,726
Öfke Saldırgan (3)	r				,312**	,559**	-,068	-,042	,151*	,779***	-,080	,139
	p				,000	,000	,335	,551	,032	,000	,262	,050
Öfke Yüze Yansıtma (4)	r					,502**	-,242**	,200**	,706***	,178*	,172*	,148*
	p					,000	,001	,005	,000	,012	,015	,036
Öfke Misilleme (5)	r						-,294***	,122	,299***	,405***	,080	,083
	p						,000	,085	,000	,000	,262	,245
Öfke Serinkanlı (6)	r							,048	-	,015	,024	,305
	p								,166**			***
Öfke Sözel (7)	r							,496	,019	,829	,733	,000
	p								,275***	-,129	,687***	,124
Üzüntü Yüze Yansıtma (8)	r								,000	,068	,000	,080
	p									,108	,309***	,141*
Üzüntü Saldırgan (9)	r									,127	,000	,047
	p										-,138	,156*
Üzüntü Sözel (10)	r										,052	,027
	p											,110
Erteleme (11)	r											,122
	p											

*p <,05, **p <,01, ***p <,001

3.11.Yüklemeler, Çatışma Çözme Stilleri Ve Eşlerin Duygu Dışavurum Tarzlarının Çift Uyumunu Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Araştırmanın amaçlarından biri de çift uyumunu; yüklemeler, çatışma çözme stilleri ve eşlerin duygu dışavurum tarzlarının her birinin ne kadar yordadığını tespit etmektir. Bu amaç doğrultusunda korelasyon analizlerinde çift uyumu ile ilişkili bulunan nedensel yükleme, sorumluluk yükleme, eşin mutluluk dışavurumu, eşin üzüntü duygusunu saldırgan tarzda dışavurumu ve eşin öfke duygusunu saldırgan tarzda dışavurumu değişkenleri analize dahil edilmiştir. Yürütülen Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonuçları nedensel yükleme, sorumluluk yükleme ve eşin mutluluk dışavurumu değişkenlerinin üçünün birlikte çift uyum puanlarındaki değişimin % 43'ünü anlamlı derecede yordadığını göstermiştir ($F(3,196)=48.627$, $p<0.001$) (Tablo 3-12). Sorumluluk yüklemenin varyansın %35'ini ($F(1,198)=108.695$, $p<0.001$) açıkladığı, nedensel yükleme analize dahil olduğunda açıklanan varyansın %41'e çıktığı ($F(2,197)=67.702$, $p<0.001$), mutluluk dışavurumu analize dahil olduğunda ise açıklanan varyansın %43'e çıktığı ($F(3,196)=48.627$, $p<0.001$) tespit edilmiştir. Sorumluluk ve nedensel yüklemelerin çift uyumunu negatif, eşin mutluluk dışavurumunun ise çift uyumunu pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. Söz konusu regresyon analizi ile ilgili bulgular Tablo 3-12'de görülebilir.

Tablo3-12: Sorumluluk Yükleme, Nedensel Yükleme ve Eşin Mutluluk Dışavurumunun Çift Uyumu Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Model 3	ΔR^2	B	β	F	t
sabit		137,999			18,089**
Sorumluluk yükleme	,354	-,646	-,353	108,695**	-4,473**
Nedensellik yükleme	,053	-,620	-,291	17,597**	-3,592**
Eşin Mutluluk dışavurumu	,019	,746	,146	6,617*	2,572*

*p <,05, **p <,001

4.TARTIŞMA VE SONUÇLAR

4.1.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Kadınlar ve erkekler duygu dışavurum tarzları açısından karşılaştırıldığında erkeklerin öfkelerini ve üzüntülerini kadınlara göre daha saldırgan tarzda ifade ettikleri görülmektedir. Bununla beraber kadınların mutluluk duygusunu erkeklere oranla daha fazla dışavurdıkları bulgulanmıştır.

Duyguların ifadesi, diğer insanlarla ilişkilerimizde hem yakınlığın ve samimiyetin bir göstergesi olarak hem de ihtiyaçların ortaya konabilmesi açısından önemli bir yere sahiptir. Duyguların hangi tarzla ifade edileceği ya da ne kadar ortaya konacağı konusunda cinsiyet açısından farklılıklar olması araştırmanın beklenen sonuçlarından biri idi. Bu beklenti ile uyumlu olarak kadınların mutluluk duygusunu erkeklere oranla daha fazla dışavurdıkları görülmüştür. Bu bulgu literatür ile tutarlılık göstermektedir. Kadınların erkeklere oranla duygularını daha fazla ifade etme eğiliminde olduğu görülmektedir (Brody, 2001; Kring ve Gordon, 1998). Monin ve arkadaşları da (2009) yaptıkları çalışmada kadınların erkeklerden daha fazla duygu dışavurum isteği içinde olduğu bulgusunu desteklemişlerdir. Civan (2011)'ın evli çiftlerle yürüttüğü çalışmasında, kadınların, eşleri kendilerini mutlu ettiğinde, mutluluklarını erkeklere oranla daha fazla dışavurdıklarını belirtmiştir. Dolayısıyla araştırmanın, kadınların mutluluk duygusunu erkeklere oranla daha fazla dışavurdıkları bulgusu literatür ile tutarlı gözükmemektedir.

Kadınlar ve erkekler çatışma çözme stilleri açısından karşılaştırıldığında kadınların erkeklere göre; çatışmalarda daha fazla özel davranış sergiledikleri ve duygusal ifadelerini daha çok sergiledikleri belirlenmiştir. Kadınların erkeklere oranla çatışmalarda duygularını daha fazla ortaya koyduğu bulgusu, yukarıda

belirtilen araştırma bulguları ile tutarlıdır. Kadınlar yaşamın diğer alanlarında olduğu gibi çatışma bağlamında da duygularını erkeklere göre daha fazla ortaya koymaktadırlar. Çatışmalarda özel davranış sergilemek, bireyin çatışma davranışını toplum içinde, özel yaşantısında (ebeveyn, eş, arkadaş gibi kişilerin yanında) sergilediği kadar rahat ve açık bir şekilde ortaya koyamamasıdır. Bu durumun daha çok kadınlara atfedilen cinsiyet rolleriyle ilişkili olduğu düşünülmüştür. Toplumumuzda çatışmaların toplum içinde yaşanması ayıplanabilen bir davranıştır. Özellikle cinsiyet rolleri açısından bakıldığında, çatışma halinde kadından beklenen davranış daha sessiz ve yapıcı hareketlerdir. Erkek çocuklar hakkını savunmak konusunda daha özgüvenli yetiştirilirken, kız çocuklarının daha uysal olması beklenmektedir. Bu sebeple kadınlar özel alanlarda da bir takım kısıtlılıklar olmasına rağmen çatışmaları daha rahat yaşayabilirken, genel ortamlarda çatışmadan kaçınıyor olabilirler. Erkeklerin kadınlara oranla öfke ve üzüntülerini daha fazla saldırgan tarzda dışavuruyor olmaları da bu durum ile ilişkili olabilir. Erkekler fiziksel gücün ötesinde psikolojik bir etkiyle güçlü olduklarına ve baskınlık kurma isteğine daha yatkın bir tarzda yetiştirilmektedir. Kadınların öfke ve üzüntülerini ifade eksikliği kadınlardaki depresyon ve somatizasyonun fazlalığı ile bağlantılı gözükmektedir. Bununla beraber sevgi, mutluluk, şefkat gibi duyguları ifade etme bilindiği gibi daha kadınsı kabul edilen özellikler arasındadır. Basım, Çetin ve Meydan (2009) çalışmalarında cinsiyetin çatışma çözüm yaklaşımlarının benimsenmesinde önemli rol oynadığı ve kadınların çatışma süreçlerinde daha fazla yüzleştiklerini, kendilerini daha fazla açtıklarını ve duygularını daha fazla ifade ederek çözüme yönelik aktif ve etkili davranışlarda bulunduklarını ortaya koymuştur. Yine Hisli Şahin, Basım ve Çetin (2009) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları cinsiyetin çatışma çözme sürecinde benimsenen yaklaşımın açıklanmasında etkili olduğunu göstermiştir. Kadınların çatışmalarda erkeklere kıyasla daha fazla özel davranış sergiledikleri, kaçınmacı tutum izledikleri, kendilerini daha fazla açtıkları ve duygularını daha rahat ifade ettikleri belirlenmiştir.

Cinsiyet ve çift uyumu açısından literatür incelendiğinde, Beştav (2007)'ın çalışmasında romantik ilişkilerden sağlanan doyum açısından kız ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir farkın bulunmadığı görülmüştür. Hamamcı (2005), Tutarel- Kışlak ve Çabukça (2002), Günay (2007), Çelik (2006) tarafından yapılan araştırmaların bulguları cinsiyete göre evlilik doyumunun farklılaşmadığını göstermiştir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre de çift uyumu cinsiyete göre farklılık

göstermemektedir. Elde edilen bulgunun literatür ile tutarlı olduğu söylenebilir. Çift uyumu ya da ilişkiden alınan doyumun kişisel değişkenler yerine daha ziyade karşılıklı etkileşim ve iletişimden kaynağını aldığı düşünülmüştür.

4.2. Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları Ve Çift Uyumunun Yaşa Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum puanlarının yaşa göre değişip değişmediğini tespit etmek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. 17 kişi yaşını belirtmediği için analiz 183 katılımcı üzerinden yürütülmüştür. Analiz sonuçlarına göre 19-23 yaş arasındaki grubun (1. Grup) çift uyumlarını diğer üç gruba (24-32 yaş, 33-42 yaş ve 43-68 yaş arası) göre daha yüksek olduğu, 24-32 yaş arasındaki grubun çift uyumlarının ise 43-68 yaş arasındaki gruba göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Sonuç olarak daha genç yaştaki grupların çift uyumları daha yaşlı gruplara göre daha yüksek bulunmuştur. Elde edilen bu bulgu Jose ve Alfons (2007)'un bulgularıyla tutarlıdır. Jose ve Alfons (2007)'un yaşları 21- 60 ve üstü arasında değişen katılımcılarla yürüttüğü çalışmasında yaş ile evlilik doyumu arasında negatif bir ilişki gözlenmiştir. Evlilik doyumu, evlilik kalitesi, çift uyumu gibi kavramların tam olarak birbirlerini karşılamamakla beraber birbirleri ile ilişkili olduğu, giriş kısmında farklı görüşler çerçevesinde anlatılmıştır. Dolayısıyla yaş ilerledikçe evlilik doyumunun azalması, çift uyumunun da azalması ile tutarlı bir bilgi olarak kabul edilebilir. Elde edilen bu sonucun ilişki süresiyle ilgili olduğu düşünülmektedir. Genel olarak bakıldığında, yaş ile birlikte ilişki süresi de artmaktadır. Dolayısıyla ilişkinin daha erken dönemlerinde uyumun yüksek olması beklenen bir sonuçtur. Katılımcılar yükleme biçimleri açısından karşılaştırıldıklarında 43-68 yaş arasındaki grubun, 19-23 yaş arasındaki gruba göre hem nedensel hem de sorumluluk yüklemelerini daha fazla yaptığı görülmüştür. İlerleyen yaşlarda yüklemelerin de daha fazla olması çift uyumunu azaltan faktörlerden biri olarak kabul edilebilir. Ya da tersi bir ilişki ile yaş ile beraber çift uyumunun azalması eş davranışına yönelik yüklemelerin de daha fazla olmasına neden oluyor olabilir. Yine mutluluk dışavurumunun da çift uyumu ile pozitif yönde ilişkili olması sebebiyle 19- 23 yaş arasındaki katılımcıların, 43- 68 yaş grubuna göre mutluluklarını daha fazla dışavurdıkları tespit edilmiştir. 43-68 yaş

arasındaki grubun, 24-32 yaş arasındaki gruba göre öfkelerini daha fazla misilleme tarzında, üzüntülerini ise saldırgan tarzda dışavurdıkları ve mutluluklarını daha az ifade ettikleri görülmüştür.

Çatışma çözme stilleri açısından karşılaştırıldıklarında 24-42 yaş arasındaki katılımcıların (2. ve 3. Grup) 43-68 yaş arasındaki katılımcılara göre çatışmalardan daha çok kaçındıkları tespit edilmiştir.

4.3.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum puanlarının eğitim seviyesine göre değişip değişmediğini tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre üniversite mezunlarının çift uyumları ilköğretim ve lise mezunlarına göre daha yüksek bulunmuştur. Çatışma çözme stilleri açısından bakıldığında üniversite mezunlarının ilköğretim ve lise mezunlarına göre kendilerini daha fazla açtıkları, lise mezunlarına göre duygusal ifadelerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Yükleme biçimleri açısından karşılaştırıldıklarında üniversite mezunlarının ilköğretim ve lise mezunlarına oranla hem nedensel hem de sorumluluk yüklemelerini daha az yaptıkları tespit edilmiştir. Duygu dışavurum tarzları açısından bakıldığında üniversite mezunlarının mutluluklarını ilköğretim mezunlarına göre daha fazla dışavurdıkları, ilköğretim mezunlarının ise üniversite mezunlarına göre öfkelerini daha çok misilleme tarzında dışavurdıkları görülmüştür.

Eğitim durumuna ilişkin elde edilen sonuçlar incelendiğinde, eğitim durumunun bireyin çift uyumu ve eşi ile ilişkisi açısından önemli bir değişken olduğu görülmektedir. Birbirleriyle bağlantılı olarak üniversite mezunları diğer iki gruba göre, eş davranışına yönelik daha az yükleme yapmakta, mutluluklarını daha fazla ifade etmekte, çatışma hallerinde de duygularını daha fazla ortaya koymakta ve kendilerini açmaktadır. Bu faktörlerin her birinin çift uyumunun artmasında aracı değişken rolü oynadığı düşünülmektedir.

Kendini açma, kişinin kendi yaşantı, duygu ve düşüncelerini ifadesi ile ilişkilidir. Bu aynı zamanda karşıdaki kişiye değer vermek demektir. Çatışmadan kaçınmak, üstünü örtmek ya da yıkıcı davranışlar sergilemek yerine; ötekinin empati

kurmasına olanak tanımaktır. Dolayısıyla bu davranış daha esnek düşünce ve özgüvenle de ilişkilidir. Bu sebeple eğitim durumunun burada etkili bir faktör olduğu düşünülebilir.

4.4.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun İlişki Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum Puanlarının ilişki durumuna göre değişip değişmediğini tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre evli ve flört eden grubun sözlü/nişanlı olanlara göre çift uyumlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca evli katılımcıların sözlü/nişanlı katılımcılara göre daha fazla nedensel yüklem yaptıkları görülmüştür.

Duygu dışavurumu açısından değerlendirildiğinde sözlü/nişanlı olanların evli olanlara göre mutluluklarını daha fazla dışavurdıkları, evli olanların ise flört edenlere oranla öfkelerini daha serinkanlı tarzda dışavurdıkları görülmüştür.

Kişilerarası çatışma çözme stilleri açısından bakıldığında ise flört edenlerin sözlü/nişanlı veya evli olanlara göre kendilerini daha fazla açtıkları, duygularını daha fazla ifade ettikleri görülmüştür. Ayrıca yine flört edenlerin evlilere oranla çatışma ile yüzleşme puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Literatürde çift ilişkisi üzerine yapılan çalışmaların genellikle evli bireylerle yürütüldüğü görülmektedir. İlişki durumu bir değişken olarak ele alınmamıştır. Uyum açısından değerlendirildiğinde sözlü/nişanlı çiftlerin uyumlarının flört edenlere göre yüksek olması, sözlü/nişanlı çiftlerin daha belirli bir gelecek planına sahip olmalarıyla ilişkili olabilir. İlişkinin yaşam içerisindeki önemi, ciddiyet derecesi daha yüksektir ve aynı zamanda sosyal çevre tarafından kabul edilirlilik söz konusudur. Bu netlikler ve gelecek planları çiftin ilişkiden aldıkları doyum ve uyumlarını artırabilir. Sözlü/nişanlı çiftlerin uyumlarının evlilere göre yüksek olması ise anlaşılabilir bir şekilde sorumluluğun ve beklentilerin daha az olmasıyla ilişkili olabilir. Aynı evi paylaşma, ortak bütçe planı, birlikte çocuk yetiştirme gibi sorumluluklar evlilikte çift uyumunu azaltıyor olabilir. Evli olanların öfkelerini daha serinkanlı dışavurması, ilişkinin bitirilmesinin flört ilişkisinin bitirilmesine göre daha güç olması ve çatışmaların ne kadar hafif atlatılırsa ilişkiyi o kadar az yıpratacağı

düşüncesinden kaynaklanıyor olabilir. Nitekim flört edenlerin evlilere oranla çatışma ile yüzleşme puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

4.5.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun İlişki Süresine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

İlişki süresine göre katılımcıların Yükleme, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyum puanları arasında anlamlı farklar olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçlarına göre en uzun süreli ilişkiye sahip olanların (208-444 ay- 4. Grup) çift uyum puanlarının diğer üç gruba göre (1-17 ay -1. grup, 18-112 ay- 2. grup, 113-207 ay- 3. grup) daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Yükleme biçimleri açısından bakıldığında 4. Grubun 1. ve 2. Gruba göre daha fazla nedensel; 1., 2., ve 3. Gruba göre daha fazla sorumluluk yüklemesi yaptığı belirlenmiştir.

Duygu dışavurumu açısından değerlendirildiğinde 1. Grubun 3. ve 4. Gruba göre; 2. Grubun ise 4. Gruba göre mutluluklarını daha fazla ifade ettikleri görülmektedir. Ayrıca 4. Grubun öfke duygusunu 1. Gruba göre daha fazla misilleme tarzında dışavurduğu, üzüntü duygusunu diğer üç gruba göre daha fazla saldırgan tarzda dışavurduğu belirlenmiştir.

Yaş ile çift uyumu arasındaki negatif yönlü ilişkinin benzeri, ilişki süresinde de görülmektedir. Orda da belirtildiği gibi ilişkinin başlangıç zamanlarında hem duyguların daha yoğun olması, hem de özveri ve sabrın daha fazla olması sebebiyle daha uyumlu olan ilişkiler, zamanla yıpranabilmekte ve uyum azalmaktadır. Bu durumda yine çift uyumu yüksek olan grup mutluluk duygusunu daha fazla dışavurmakta ve yüklemelerden kaçınmaktadır.

4.6.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Partnerle Birlikte Yaşayıp Yaşamama Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Partneri ile birlikte yaşayan ve partnerinden ayrı yaşayan katılımcılar arasında yükleme biçimlerinde, çatışma çözme stillerinde, duygu dışavurum tarzlarında farklılıklar olup olmadığını tespit etmek için yapılan Bağımsız Örneklemelerde t Testinin sonucuna göre ayrı yaşayanların çift uyumları birlikte yaşayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Birlikte yaşamının beraberinde getirdiği sorumluluklar çift uyumunun azalmasına neden olmaktadır. Ayrıca her an birlikte olamamak, özlemeye olanak tanıdığından tarafların daha yumuşak, daha uysal tavırlar sergilemesine yol açabilir.

Duygu dışavurum tarzları açısından bakıldığında birlikte yaşayanların ayrı yaşayanlara oranla öfkelerini daha fazla serinkanlı tarzda dışavurdukları, mutluluklarını daha az ifade ettikleri görülmektedir. Öfkeyi serinkanlı dışavurma evlilerde görülen sonuçlardan biridir. Kültürümüzde genellikle evli çiftlerin birlikte yaşadığı düşünüldüğünde iki sonuç tutarlı görülmektedir. Birlikte yaşama, daha fazla zaman geçirme ve paylaşım daha fazla çatışmayı da beraberinde getirir. Öfkenin daha fazla yaşanacağı bu durumda öfkeyi serinkanlı ifade etmek ilişkiyi ve kişileri koruyan bir davranış biçimi olacaktır. Ayrıca çatışma çözme stilleri açısından bakıldığında ayrı yaşayanların çatışmalarla daha fazla yüzleştikleri ve kendilerini daha fazla açtıkları belirlenmiştir.

4.7.Yükleme Biçimleri, Çatışma Çözme Stilleri, Duygu Dışavurum Tarzları ve Çift Uyumunun Birlikte Yaşanan Farklı Bir Kişinin Varlığına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Birlikte yaşanan farklı bir kişinin varlığına göre katılımcılar arasında yükleme biçimlerinde, çatışma çözme stillerinde, duygu dışavurum tarzlarında istatistiksel olarak anlamlı farklar olup olmadığını araştırmak amacıyla uygulanan Bağımsız Örneklemelerde t Testinin sonucuna göre partneri ile birlikte yaşayan ve evlerinde farklı bir kişi daha bulunan kişilerin, sadece partneri ile yaşayan kişilere göre çatışmalardan kaçındıkları tespit edilmiştir. Bu durumun kültürel değerler ile ilişkili olduğu düşünülebilir. Yabancıların yanında, toplum içinde ya da büyüklerin yanında tartışmak saygısızlık olarak ele alınacağından bu kişiler çatışmaların üstünü kapatma yolunu seçebilir.

4.8.Katılımcıların Yükleme Biçimleri ve Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi Bulgularının Değerlendirilmesi

Katılımcıların nedensel yükleme, sorumluluk yükleme ve çift uyum puanları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Değişmezlik Katsayısı Testi sonuçlarına göre nedensellik ve sorumluluk yükleme puanları ile çift uyumu arasında negatif yönde yüksek düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arttıkça çift uyum puanlarında düşüş gözlemlenmektedir.

Evlilikte yüklemelerin araştırıldığı çalışmalar nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri üzerinde durmuşlar ve her iki yükleme biçiminin de evlilik uyumu ve/veya doyumu ile ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır (Fincham ve Bardbury, 1987; Fincham ve Bardbury, 1990; Fincham ve Bardbury, 1993; Günay, 2007; Işınso Halat, 2009). Bir başka deyişle bireyin, partnerinin olumsuz davranışını onun değişmez özelliklerinde (kişiliğinde vs.), sürekli, ilişkinin diğer alanlarında da geçerli (nedensel yüklemeler) ve niyetli, bencil güdülerle yapılmış, suçlanmaya değer görmesine (sorumluluk yüklemeleri) bağlı olarak çift uyumu ile ters ilişkisini göstermektedir. Bu noktada literatür ile araştırmada yer alan bulgu tutarlı gözükmemektedir.

4.9.Katılımcıların Çatışma Çözme Stilleri ve Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi Bulgularının Değerlendirilmesi

Katılımcıların çatışma çözme stilleri ve çift uyum puanları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Değişmezlik Katsayısı Testi sonuçlarına göre çift uyumu ile çatışma çözme stilleri arasında ilişki görülmemiştir. Literatürdeki bazı çalışmalar çatışma davranışları ile ilişki doyumu arasında ilişki bulunduğunu göstermiştir (Tezer, 1986; Cramer ,2002). Ancak literatürde daha çok çatışmanın varlığı, çatışma sıklığı, çatışmadan duyulan rahatsızlık, çatışma atıfları gibi değişkenler üzerine çalışılmıştır. Bireylerin kendi çatışma çözme stillerinin çift uyumları üzerindeki etkisinin yanında, eşlerinin çatışma çözme stillerinin etkisinin de önemli olduğu düşünülmektedir. Eşlerinin duygu dışavurum tarzlarının bireylerin çift uyumlarını etkilediğini düşündüğümüzde, eşlerin çatışma çözme stillerinin de bireylerin çift uyumu ile ilişkili olması olasıdır.

Bu sebeple bireylerin çatışma çözme stilleri ve çift uyumu arasındaki ilişkide, eşlerin çatışma çözme stillerinin değerlendirildiği ya da kontrol altına alındığı araştırmalar daha doğru sonuçlar verebilir.

Çatışma çözme stillerinden yüzleşme puanları arttıkça, duygusal ifade ve kendini açma puanlarının da arttığı görülmüştür. Yaklaşma/kaçınma puanları arttıkça, genel/özel davranış puanları da artmaktadır. Yüzleşme, bireyin çatışma ve çatışma yaşadığı kişiyle karşılaşabilme ve iletişim kurabilme becerisiyle ilişkilidir. Kendini açma, bireyin kendi duygu, düşünce ve yaşantısı hakkında dışavurumda bulunabilmesi demektir. Dolayısıyla duygusal ifade, kendini açma ve çatışma ile yüzleşebilme doğru orantılı ilerlemektedir. Çatışmada genel davranış sergilemek, özel yaşantısında (ebeveyn, eş ya da arkadaşlar ile) sergilediği çatışma davranışlarını toplum içinde de sergilemekle ilgilidir. Dolayısıyla çatışmaya yaklaşmakla bağlantılıdır. Toplum içinde çatışma davranışı sergilemeyen kişilerin genel olarak çatışmadan kaçınmaları da beklenen davranışlardır.

4.10.Katılımcıların Eşlerinin Duygu Dışavurum Tarzları ve Kendi Çift Uyumları Arasındaki İlişkilere Dair Korelasyon Analizi Bulgularının Değerlendirilmesi

Katılımcıların eşlerinin duygu dışavurum tarzları ve kendi çift uyum puanları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Değişmezlik Katsayısı Testi sonuçlarına göre, eşlerinin mutluluk duygusunu dışavurumu arttıkça bireylerin çift uyumu artmakta; eşlerinin üzüntü ve öfke duygularını saldırgan tarzda dışavurumu arttıkça bireylerin çift uyumu azalmaktadır. Bireyler mutluluklarını gülerek, teşekkür ederek, karşıdakini mutlu edecek şeyler söyleyerek ya da onu överek ifade edebilirler. Bu davranışların karşıdaki kişi için uyumu artırması olasıdır. Clark ve Taraban (1991) mutluluğun ifade edilmesinin, ilişkisel bağlamlarda hoşlanmayı arttırdığını belirtmektedir. Bunun yerine saldırgan davranışlarla (bağırarak, vurarak ya da hakaret ederek) bazı duyguları ortaya koymanın, karşıdaki kişinin uyumunu azaltması beklenen sonuçlardan biridir. Guerrero ve arkadaşları öfke ile birlikte, eşlerin öfkelerini dışavurma tarzlarının da evlilik doyumu ile ilişkili olduğunu savunmuşlardır. Eşyaları fırlatma, bağırma ve saldırma gibi davranışları içine alan ve “yıkıcı saldırganlık” olarak adlandırılan tarz, evlilik doyumunu olumsuz yönde

etkilemektedir (aktaran Civan, 2011). Lavee ve Ben-Ari (2004) sevgi, şefkat, kırılganlık, zayıflık gibi duyguların dışavurumunun ilişkide karşılıklı güven ve samimiyet hissi meydana getirirken; öfke gibi duyguların dışavurumunun, hayal kırıklığı yaşatılması, kötü sözler ve davranışların kullanılmasının da ilişkide sıkıntılara ve memnuniyetsizliğe neden olduğunu ileri sürmüştür. Bu anlamda araştırma bulguları literatür ile tutarlı gözükmemektedir.

Mutluluk duygusunun dışavurumu ile öfke ve üzüntünün sözel dışavurumu arasında ilişki olduğu görülmüştür. Olumlu duygularını ifade eden bireyler olumsuz duygularını da yıkıcı değil olumlu şekilde dışavurmaktadır. Bunların yanında öfke ve üzüntü duygularının aynı tarzda dışavurumları arasında ilişkiler olduğu görülmüştür. Öfke duygusunun saldırgan tarzda dışavurumu ile üzüntü duygusunun saldırgan tarzda dışavurumu, öfke duygusunun sözel olarak dışavurumu ile üzüntü duygusunun sözel olarak dışavurumu ve öfke duygusunun yüze yansıtılarak dışavurumu ile üzüntü duygusunun yüze yansıtılarak dışavurumu arasında pozitif yönde ilişkiler tespit edilmiştir. Bu bulgu literatürdeki bulgularla tutarlıdır. Örneğin Civan (2011) üzüntünün ve öfkenin aynı tarz dışavurumları arasında (üzüntü-sözel ve öfke-sözel) pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğunu, bu bulgudan hareketle öfkelerini sözel olarak ifade edenlerin, üzüntülerini de sözel olarak ifade etme eğiliminde olduklarını, ya da üzüntülerini yüzlerine yansıtanların, öfkelerini de yüzlerine yansıttıklarını ifade etmektedir. Üzüntüsünü sözel olarak ifade edenlerin üzüntülerini eşlerinden gizlemekten de kaçındıkları görülmektedir. Yine öfke ve üzüntünün bazı tarzlardaki dışavurumları arasında ilişkiler olduğu görülmüştür.

4.11.Yüklemeler, Çatışma Çözme Stilleri ve Eşlerin Duygu Dışavurum Tarzlarının Çift Uyumunu Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Bulgularının Değerlendirilmesi

Araştırmanın amaçlarından biri de çift uyumunu; yüklemeler, çatışma çözme stilleri ve eşlerin duygu dışavurum tarzlarının her birinin ne kadar yordadığını tespit etmektir. Bu amaç doğrultusunda yürütülen Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonuçları sorumluluk yüklemelerinin çift uyumunun %35'ini yordadığı, nedensel yüklemeye analize dahil olduğunda birlikte çift uyumunun %41'ini yordadıkları, eşin mutluluk dışavurumu da analize dahil olduğunda ise açıklanan varyansın %43'e

çıkıldığı tespit edilmiştir. Sorumluluk ve nedensel yüklemelerin çift uyumunu negatif, eşin mutluluk dışavurumunun ise çift uyumunu negatif yönde yordadığı bulunmuştur.

Araştırma sonuçları bireylerin çift uyumlarını önemli ölçüde yordayan değişkenin, sorumluluk yüklemeleri olduğunu göstermiştir. Nedensel yüklemeler de çift uyumunun yordanmasına katkıda bulunmakla birlikte sorumluluk yüklemelerine oranla daha az bir etkiye sahiptir.

Yüklemeler ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi çalışan araştırmaları derledikleri çalışmalarında Bradbury ve Fincham (1990) mutlu evliliklere sahip çiftlerle karşılaştırıldıklarında, stresli çiftlerin evliliklerindeki olumsuz olayları abartan, olumlu olayları ise önemsiz gören nedensel ve sorumluluk atıflarını daha fazla yaptıklarını ifade etmişlerdir. Evliliklerde nedensel atıflara oranla sorumluluk atıfları daha fazla görülmektedir ve sorumluluk atıflarıyla ilgili çalışmalar stresli çiftlerde bireylerin, eşlerinin davranışlarını bencil bir şekilde güdülenmiş ve olumsuz niyetle (kasıtlı) yapılmış olarak değerlendirdiklerine işaret etmektedir.

Fincham ve arkadaşları sorumluluk yüklemelerinin nedensel yüklemelere göre kasıtlı davranış ve çatışmayla bağlantılı davranışları daha iyi öngördüğü ve evlilik memnuniyetiyle daha güçlü bir bağlantıya sahip olduğunu savunmuşlardır (Fincham ve Bradbury, 1987). Sorumluluk yüklemeleri niyet boyutunu da içerdiğinden, karşıdakinin çevreden bağımsız olarak salt kendisinin iyiliği-kötülüğü üzerine yorum getirdiği için, ona olan sevgi, saygı ve aradaki uyum açısından oldukça önemli bir yere sahiptir.

4.12. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Bu çalışmada bireylerin çift uyumları ile kişilerarası çatışma çözme stilleri, eşlerinin davranışlarına açıklamaya yönelik yaptıkları yüklemeler ve eşlerinin duygu dışavurum tarzları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma sonuçları hem sorumluluk hem de nedensellik yüklemelerinin bireylerin çift uyumlarıyla negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca eşlerinin mutluluk duygusunu dışavurumları arttıkça bireylerin çift uyumları artmakta; eşlerinin öfke ve üzüntü duygularını saldırgan tarzda ifade etmesi durumunda çift uyumları azalmaktadır. Değişkenlerin çift uyumunu yordama gücü analiz edildiğinde; büyük oranda

sorumluluk yüklemelerinin ve nedensel yüklemelerin negatif yönde, eşin mutluluk dışavurumunun ise pozitif yönde çift uyumunu yordadığı tespit edilmiştir.

Psikoloji literatürü incelendiğinde çift uyumu, evlilik doyumu, evlilik çatışması gibi kavramlar üzerine oldukça araştırma yapılmış olduğu görülmektedir. Bu tezin konusunu oluşturan bireylerin çatışma çözme tarzlarının ve eşlerinin davranışlarına yaptıkları yüklemelerin ilişkilerindeki uyuma etkisi farklı araştırmalarda ele alınmıştır (örneğin Günay, 2007; Curun, 2006; Işınsu-Halat, 2009). Bununla beraber yapılan çalışmaların daha çok evli çiftlerden toplanan verilerle yürütüldüğü görülmektedir. Bu çalışma; evli bireylerin yanında, flört ya da söz/nişan ilişki durumunda olan bireyleri de örnekleme dahil etmesi, böylece evlilik kurumunun çift ilişkisi üzerindeki etkisini dışarıda bırakarak söz konusu değişkenlerin sadece çiftin ilişkisi açısından değerlendirilmesine olanak sağlaması açısından önemlidir. Ayrıca, çatışma çözme tarzları ve yüklemelerin çift ilişkisindeki rolü daha önce araştırılmış olmakla beraber, çalışma bu değişkenlerin yanında eşin duygu dışavurumunun etkisini de ele alması açısından özgün bir araştırmadır.

Duygu dışavurumu literatürde daha çok klinik örneklem ve aileleri üzerinde çalışılmıştır. Öfke dışında, duygu dışavurum tarzlarını çift ilişkisi bağlamında inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmada öfkeye, üzüntüye ve mutluluğa dair dışavurum tarzları çalışılmıştır. Bu anlamda araştırmanın literatüre katkısı olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte duygular açısından geniş bir ranj sunan çift ilişkisi bağlamında, daha fazla duygunun çalışılmasının daha ayrıntılı ve faydalı bilgiler verebileceği düşünülmektedir.

Türkiye'nin farklı şehirlerinde yaşayan (İstanbul, Aydın, Samsun, Denizli) ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 100 çift araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırmanın bağımsız değişkenleri olan duygu dışavurumu, yüklemeler ve çatışma çözme stilleri, yetiştirilme tarzından ve kültürden önemli derecede etkilendiği düşünülen değişkenlerdir. Bu sebeple araştırmanın daha genel bir sonuca ulaşması açısından doğu kültürünün yaşandığı şehirlerden de veri toplanması daha faydalı olabilirdi. Gelecekte yapılacak çalışmaların farklı bölgelerden daha geniş bir örneklem seçmesi daha genel bir sonuca ulaşılmasını sağlayabilir. Bu araştırmada örneklemin kısıtlı olmasının sebeplerinden biri de araştırmanın konusunun çift ilişkisi gibi toplumumuzca mahrem kabul edilen bir bağlamda olması ve bireylerin bu konuyla ilgili sorulacak sorulara cevap vermekten kaçınmalarıdır. Araştırmanın kısıtlılıklarından biri de kullanılan veri toplama

araçlarının kendini bildirime dayanmasıdır. Ölçeklerin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları kullanılabilir olduklarını gösterse de kişiler kendilerine ve eşlerine dair bilgi verirken yeterince açık davranmamış olabilirler. Dolayısıyla ulaşılan bulgular bu sınırlılıklar çerçevesinde değerlendirilmelidir.

5. KAYNAKLAR

Acitelli, L.K., Douvan, E. ve Veroff, J. (1993). Perceptions of Conflict in the First Year of Marriage: How Important are Similarity and Understanding? *Journal of Social and Personal Relationship*, 10, 5-9.

Akar, H. (2005). *Psikiyatrik Yardım Talebi Olanlar İle, Yardım Talebi Olmayan Ve Boşanma Aşamasında Olan Çiftlerde; Çift Uyumu Ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması*. Uzmanlık tezi. İstanbul: TC Sağlık Bakanlığı Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi.

Akdemir, A., Karaoğlu, A.D.A. ve Karakaş, A.D.G. (2006). Çift Terapisi. *Türkiye’de Psikiyatri*, 8, 122-128.

Arkonaç S.A. (2008). *Sosyal Psikolojide İnsanları Anlamak: Deneysel ve Eleştirel Yaklaşımlar*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Arslandaş, H., Sevinçok, L., Uygur, B., Balci, V., Adana, F. (2009). Şizofreni Hastalarının Bakım Vericilerine Yapılan Psikoeğitimin Hastalardaki Klinik Gidişe ve Bakım Vericilerin Duygu Dışavurumu Düzeylerine Olan Etkisi. *Adnen Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 10 (2), 3-10.

Atak, H. ve Taştan, N. (2012) Romantik İlişkiler ve Aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 4(4), 520-546.

Bahadır, Ş. (2006). *Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Çatışma Çözme Stratejileri ve Olumsuz Duygudurumunu Düzenleme Arasındaki İlişki*. Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Basım, H.N., Çetin, F. ve Meydan, C.H. (2009). Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımlarında Kontrol Odağının Rolü. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 57-69.

Baucom, D., Sayers, S. ve Duhe, A. (1989). Attributional style and attributional patterns among married couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (4), 596-607.

Berk, M. (2009). Evli Öğretmenlerin Yükleme Tarzları Ve Evlilik Doyum Algılarının Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Beştav, F.G. (2007). Romantik İlişki Doyumu ile Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel Olmayan İnançlar ve Aska İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkilerin

İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bradbury, T.N. ve Fincham, F.D. (1992). Attributions and behavior in marital interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63 (4), 613-628.

Brewer, N., Mitchell, P., Weber, N. (2002). Gender Role, Organizational Status and Conflict Management Styles. *International Journal of Conflict Management*, 13 (1), 78-94.

Brody, L. ve Brody, L. (2009). *Gender, emotion, and the family*. Harvard University Press.

Bulut, I. (1993). *Ruh Sağlığının Aile İşlevlerine Etkisi*. Ankara: Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı Yayınları.

Burger, J.M. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Burleson, B.R. ve Denton, W.H. (1997). The Relationship Between Communication Skill and Marital Satisfaction: Some Moderating Effects. *Journal of Marriage and the Family*, 884-902.

Carrère, S., Yoshimoto, D., Mittmann, A., Woodin, E., Tabares, A., Ullman, J., et al. (2005). The roles of marriage and anger dysregulation in biobehaviors stress-responses. *Biological Research for Nursing*, 7(1), 30-43.

Carstensen, L.L., Gottman, J.M., ve Levenson, R.W. (1995). Emotional Behavior in Long-Term Marriage. *Psychology and Aging*, 10, 140-140.

Chusmir, L.H. ve Mills, J. (1989). Gender Differences in Conflict Resolution Styles of Managers: At Work and at Home. *Sex Roles*, 20(3), 149-163.

Civan, A. (2011). *Eşlerin Duygu Dışavurum Tarzları ile Algılanan Evlilik Kalitesinin İlişkisi ve Duygusal Farkındalığın Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Clark, M.S. ve Finkel, E.J. (2005). Willingness to express emotion: The impact of relationship type, communal orientation, and their interaction. *Personal Relationships*, 12, 169-180.

Clark, M. S. ve Taraban, C. (1991). Reactions to and willingness to express emotion in communal and exchange relationships. *Journal of Experimental Social Psychology*, 27(4), 324-336.

Cleek, M. G. ve Pearson, T. A. (1985). Perceived causes of divorce: An analysis of interrelationships. *Journal of Marriage and the Family*, 179-183.

Cramer, D. (2002). Relationship satisfaction and conflict over minor and major issues in romantic relationships. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 136(1), 75-81.

Creamer, M. ve Campbell I.M. (1988). The role of interpersonal perception in dyadic adjustment. *Journal of Clinical Psychology*, 44 (3), 424-430.

Creasey, G. (2002). Associations Between Working Models of Attachment and Conflict Management Behavior in Romantic Couples. *Journal of Counseling Psychology*, 49 (3), 365–375.

Curun, F. (2006). *Yüklemeler, İletişim Çatışmaları, Cinsiyet Ve Cinsiyet Rolü Yönelimi İle Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki*. Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çelik, M. (2006). *Evlilik Doyum Ölçeği Geliştirme Çalışması*. Doktora Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Davey, A., Fincham, F.D., Beach, S.R.H., Brody, G.H. (2001). Attributions in Marriage: Examining the Entailment Model in Dyadic Context. *Journal of Family Psychology*, 15 (4), 721-734.

Davies, P.T. ve Cummings, E.M. (1994). Marital Conflict and Child Adjustment: an Emotional Security Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116, 387-411.

Davis, M. C., Matthews, K. A. ve McGrath, C. E. (2000). Hostile attitudes predict elevated vascular resistance during interpersonal stress in men and women. *Psychosomatic Medicine*, 62 (1), 17–25.

Doğan, H. (2010). *Evli Bireylerin Sosyotropik-Otonomik Kişilik Özellikleriyle Evliliklerinde Çatışma Yaşama Durumları Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Downey, G. ve Feldman, S.I. (1996). Implications of Rejection Sensitivity for Intimate Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (6), 1327-1343.

Duran, Ş. (2010). *Evlilik Öncesi İlişki Geliştirme Programının Romantik İlişkiler Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri, Çatışma İletişim Tarzları ve İlişki İstikrarları Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ebrinç, S., Çetin, Y., ve Seçil, M. (2001). Şizofren Hasta ve Ailelerinde Aile İşlevselliği, Sosyal Destek ve Duygu Dışavurumunun İncelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2 (1), 5-14.

Eğeci, İ.S. (2005). *Conflict Distress, Conflict Attributions and Perceived Conflict Behaviors as Predictors of Relationship Satisfaction*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: ODTÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Elfenbein, H.A., Beaupré, M., Lévesque, M., Hess, U., (2007). Toward a Dialect Theory: Cultural Differences in the Expression and Recognition of Posed Facial Expressions. *Emotion*, 7 (1), 131-146.

Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Alpkan, L., Eradaamlar, N. (2005a). Cinsellik ve Çift Uyumu Arasındaki İlişki: Üç Grup Evli Çiftte Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *Düşünen Adam*, 18(2), 72-81.

Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradaamlar, N., Alpkan, L. (2005b). Evlilik Uyumu. *Düşünen Adam*, 18 (1), 39-47.

Feeney, J.A. (1999). Adult Attachment, Emotional Control, And Marital Satisfaction. *Personal Relationships*, 6, 169-185.

Fidanoğlu, O. (2006). *Evlilik Uyumu, Mizah Tarzı ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Fincham, F.D. (2003). Marital Conflict: Correlates, Structure and Context. *Current Directions in Psychological Science*, 12 (1), 23-27.

Fincham, F.D. ve Beach S.R.H. (1999). Conflict In Marriage: Implications For Working With Couples. *Annual. Review Psychology*, 50, 47-77.

Fincham, F.D., Beach, S.R.H. ve Davila, J. (2004). Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. *Journal of Family Psychology*, 18 (1), 72–81.

Fincham, F.D., Beach, S.R.H. ve Davila, J. (2007). Longitudinal Relations Between Forgiveness and Conflict Resolution. *Journal of Family Psychology*, 21 (3), 542–545.

Fincham, F.D. ve Bradbury, T.N. (1987). The Impact of Attributions in Marriage: A Longitudinal Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (3), 510-517.

Fincham, F.D. ve Bradbury, T.N. (1990). Attributions in Marriage: Review and Critique. *Psychological Bulletin*, 107 (1), 3-33.

Fincham, F. D. ve 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. ve Bradbury, T.N. (1993). Marital Satisfaction, Depression, and Attributions: A Longitudinal Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64 (3), 442-452.

Fitness, J. (2000). Anger in The Workplace: An Emotion Script Approach to Anger Between Workers and Their Superiors, Co-Workers and Subordinates. *Journal of Organizational Behavior*, 21, 147-162.

Fletcher, G.J.O., Fincham, F.D., Cramer, L., Heron, N. (1987). The Role of Attributions in the Development of Dating Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (3), 481-489.

Forgas, J.P., Levinger, G. ve Moylan, S.J. (1994). Feeling Good and Feeling Close: Affective Influences on the Perception of Intimate Relationships. *Personal Relationships*, 1, 165-184.

Gottman, J.M. (1993). The Roles of Conflict Engagement, Escalation, and Avoidance in Marital Interaction A Longitudinal View of Five Types of Couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (1), 6-15.

Gottman, J.M. ve Levenson, R.W. (1988). The Social Psychophysiology of Marriage. In P. Noller & M. A. Fitzpatrick (Eds.), *Perspectives on Marital Interaction*, 182-200. Philadelphia, PA: Multilingual Matters.

Gottman, J.M. ve Levenson, R.W. (1992). Marital Processes Predictive of Later Dissolution: Behavior, Physiology, and Health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63 (2), 221-233.

Gottman, J., Markman, H. ve Notarius, C. (1977). The Topography of Marital Conflict: A Sequential Analysis of Verbal and Nonverbal Behavior. *Journal of Marriage and the Family*, 39 (3), 461-477.

Gross, J.J. ve John O.P. (1997). Revealing Feelings: Facets of Emotional Expressivity in Self-Reports, Peer Ratings, and Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72 (2), 435-448.

Günay, S. (2007). *Evlilik Çatışması, Nedensellik-Sorumluluk Yüklemeleri, Eşlerin Evlilik İlişkisinden Sağladıkları Genel Doyuma İlişkin Görüşleri ve Evliliğe İlişkin Değerlendirmeler Arasındaki İlişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional Relationship Beliefs in Marital Satisfaction and Adjustment. *Social Behavior and Personality*, 33 (4), 313-328.

Hatfield, E. ve Sprecher, S. (1986). Measuring Passionate Love in Intimate Relationship. *Journal of Adolescence*, 9, 383-410.

Hisli-Şahin, N., Basım, H.N. ve Çetin, F. (2009). Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımlarında Kendilik Algısı ve Kontrol Odağı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(2), 153-163.

Hojjat, M. (2000). Sex differences and perceptions of conflict in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(4-5), 598-617.

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

Hovardaoğlu, S. (1995). Kişilerarası İlişkiler ve Davranış Bozuklukları. *Kriz Dergisi*, 3 (1-2), 4-9.

Humbeeck, G.V., Audenhove Ch. V., Hert, M.De, Pieters, G., Storms, G. (2002). Expressed Emotion A Review of Assesment Instruments. *Clinical Psychology Review*, 22, 321-341.

Işınsu-Halat, M. (2009). *Yatırım Kuramı Bağlamında Evli Çiftlerde Uyum, Nedensel Ve Sorumluluk Yüklemeleri ile Yalnızlık Arasındaki Bağlantılar*. Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Işınsu, M. (2003). *İkili İlişki Biçimi ve Süresi ile Bağlanma Stilleri Arasındaki Bağlantılar*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Johnson, M.D. (2002). The Observation of Specific Affect in Marital Interactions: Psychometric Properties of A Coding System and A Rating System. *Psychological Assesment*, 14 (4), 423-438.

Jose, O. ve Alfons, V. (2007). Do Demographics Affect Marital Satisfaction? *Journal of Sex and Marital Therapy*, 33, 73-85.

Kağıtçıbaşı Ç. (2008). *Günümüzde İnsan ve İnsanlar*. (11. Basım). İstanbul: Evrim Yayınevi.

Kalmijn, M. (1999). Father Involvement in Childrearing and the Perceived Stability of Marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 409-421.

Kennedy-Moore, E. ve Watson, J.C. (1999). The myth of emotional venting. P. Salovey, (Ed.), *Expressing emotion: Myths, realities, and therapeutic strategies içinde* (25-62). New York: The Guilford Press.

Kring, A. M. ve Gordon, A. H. (1998). Sex differences in emotion: Expression, experience, and physiology. *Journal of personality and social psychology*, 74, 686-713.

Kyle, S.O. ve Falbo, T. (1985). Relationships between marital stress and attributional preferences for own and spouse behaviour. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 3, 339-351.

Lavee, Y. ve Ben-Ari, A. (2004). Emotional Expressiveness and Neuroticism: Do They Predict Marital Quality? *Journal of Family Psychology*, 18, (4), 620–627.

Litzinger, S. ve Gordon, K.C. (2005). Exploring Relationships Among Communication, Sexual Satisfaction, and Marital Satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 31(5), 409-424.

Miller, R.B., Yorgason, J.B., Sandberg, J.G., White, M. B. (2003). Problems That Couples Bring To Therapy: A View Across the Family Life Cycle. *The American Journal of Family Therapy*, 31(5), 395-407.

Monin, J.K., Martire, L.M., Schulz, R., Clark, M.S. (2009). Willingness to Express Emotion to Older Adult Caregiving Spouses. *Emotion*, 9 (1), 101-106.

Morris, C.G. (2002). *Psikolojiyi Anlamak*. Ayvaşık, H.B. ve Sayıl, M. (çev). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Onur, B. (1995). *Gelişim Psikolojisi*. (7. Baskı). Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.

Oral, E.A.(1994). İntihar Girişimi Olan Kadınların Kendini Açma Davranışı. *Kriz Dergisi*, 2(2), 299-310.

Ölçer, S., Fiş, N.P., Berkem, M. ve Karadağ, B. (2010) Astımlı çocukların benlik saygıları ve annelerinin duygu dışavurum düzeylerinin değerlendirilmesi. Erişim Tarihi: 13 Nisan 2013 <http://www.turkpediatriarsivi.com/tr/makale/1001/98/Tam-Metin>

Özen, A. (2006). *Value Similarities of Wives and Husbands and Conflict Resolution Styles of Spouses as Predictors of Marital Adjustment*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: ODTÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özer, A. ve Cihan-Güngör, H. (2012). Yükleme Tarzları, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerine Göre Evlilik Uyumu. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8 (2), 11-24.

Polat, D. (2006). *Ebeveynlerin Evlilik Uyumları, Aldatma Eğilimleri ve Çatışma Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Rahim, M. A. (2011). *Managing conflict in organizations*. Transaction Publishers.

Reese-Weber, M. ve Bartle-Haring, S. (1998). Conflict Resolution Styles in Family Subsystems and Adolescent Romantic Relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 27 (6), 735-752.

Rempel, J.K., Holmes, J.G. ve Zanna, M.P. (1985). Trust in Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49 ,(1), 95-112.

Rusbult, C.E.,Johnson, D.J. ve Morrow, G.D. (1986). Impact of Couple Patterns of Problem Solving on Distress and Nondistress in Dating Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(4), 744-753.

Russell, J.A. (1991). Culture and the Categorization of Emotions. *Psychological Bulletin*, 110 (3), 426-450.

Sanford, K. ve Rowatt, W.C. (2004). When is Negative Emotion Positive For Relationships? An Investigation of Married Couples and Roommates. *Personal Relationships*, 11, 329-354.

Shi, L. (2003). The Association Between Adult Attachment Styles and Conflict Resolution in Romantic Relationships. *The American Journal of Family Therapy*, 31 (3), 143-157.

Spanier, G.B. (1976). Measuring Dyadic Adjustment: New Scales For Assessing The Quality of Marriage and Similar Dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38 (1), 15-28.

Şendil, G. ve Korkut, Y. (2012). Evli Çiftlerdeki Çift Uyum ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 28, 15-34.

Tezer, E. (1986). *Evli Eşler Arasındaki Çatışma Davranışları: Algılama ve Doyum*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tezer, E. (1996). Conflict-Handling Behavior Toward Spouses and Supervisors, *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 130 (3), 281-292.

Tutarel-Kışlak, Ş. (2002). İlişkilerde Mutluluk Ölçeği (İMÖ): Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması. *Kriz Dergisi*, 10 (1), 37-43.

Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2 (5), 32-38.

Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik Uyum, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 8 (3-9), 61-68.

Tüzer, V., Zincir, S., Başterzi, A. D., Aydemir, Ç., Kısa, C., Göka, E. (2003). Şizofreni Hastalarında Aile Ortamı ve Duygu Dışavurumunun Değerlendirilmesi. *Klinik Psikiyatri*, 6, 198-203.

Vuchinich, S. (1987). Starting and Stopping Spontaneous Family Conflicts. *Journal of Marriage and the Family*, 49 (3), 591-601.

Wall, J.A. ve Callister, Jr.R.R. (1995). Conflict and Its Management. *Journal of Management*, 21 (3), 515-558.

Waring, E.M. ve Tillman, M.P., Frelick, L., Russell, L., Weisz, G. (1980). Concepts Of Intimacy In The General Population. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 168(8), 471-474.

Yılmaz, H. (2005). *Kişilerarası Çatışma Çözme ve Problem Çözme Yaklaşımlarının Yükleme Karmaşıklığı Açısından İncelenmesi*. Doktora tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Zeman, J. ve Garber, J. (1996). Display Rules For Anger, Sadness, and Pain: It Depends On Who is Watching. *Child Development*, 67, 957-973.

6. EKLER

EK 1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma, çift uyumunu etkileyebilecek değişkenlerin araştırıldığı bir yüksek lisans tezi kapsamında yürütülmektedir. Sizden istenen, ölçekleri, başlarında verilen yönergeler doğrultusunda eksiksiz bir biçimde doldurmanızdır. Vereceğiniz yanıtlar bireysel değerlendirme amacıyla kullanılmayacağından kimlik bilgileriniz istenmemektedir. Yanıtlarınızda doğru/yanlış aranmayacak, verdiğiniz bilgiler gizli tutulacaktır. Araştırmadan sağlıklı sonuçlar elde edilebilmesi için samimi yanıtlar vermeniz oldukça önemlidir. Lütfen değerlendirmelerinizi yalnız yapınız.

Katkılarınız için teşekkür ederim.

Psikolog Nihal KARA

T.C. Haliç Üniversitesi
Psikoloji Anabilim Dalı
Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Yukarıdaki bilgileri okudum ve çalışmaya katılmayı kabul ediyorum.

İmza

Cinsiyet : Kadın ☐ Erkek ☐

Yaş:

Eğitim durumu: İlköğretim ☐ Lise ☐ Üniversite ve üstü ☐

Aylık geliriniz: 1000 TL ve altı ☐ 1000 TL - 3000 TL ☐ 3000 TL ve üstü ☐

Yaşamınızın çocuğu geçirdiğiniz yer: Şehir ☐ Kasaba ☐ Köy ☐

İlişki durumu: Flört ☐ Söz/Nişan ☐ Evli ☐

Partnerinizle ilişkinizin başlangıcından bugüne kadar geçen süre (ay ya da yıl olarak belirtiniz) :

Partnerinizle birlikte mi yaşıyorsunuz? : Evet ☐ Hayır ☐

Birlikte yaşıyorsanız evde sizinle yaşayan başka bir akrabanız (anne, kardeş vs.) var mı? :

Evet ☐ Hayır ☐

EK 2: ÇİFTLER UYUM ÖLÇEĞİ

İlişikte çiftler hakkında bazı cümleler bulunmaktadır. Size uyan seçeneği işaretleyiniz. Her cümle için uzun uzun düşünmeyiniz. Mümkün olduğu kadar çabuk ve samimi cevaplar veriniz. Kararsızlığa düşerseniz ilk aklınıza gelen seçenek doğrultusunda hareket ediniz.lütfen her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz.

	Her zaman anlaşırsınız	Hemen her zaman anlaşırsınız	Arada bir anlaşılamayız	Çok sık anlaşılamayız	Hemen her zaman anlaşılamayız	Hiçbir zaman anlaşılamayız
1.Aile gelirinin idaresi						
2.Eğlenceyle ilgili konularda						
3.Dini konularda						
4.Sevgi gösterme şekillerinde						
5.Arkadaşlar						
6.Cinsel ilişkiler						
7.Toplumsal örf ve adetlerle ilgili olarak						
8.Yaşam felsefesi						
9.Kendinizin veya eşinizin ailesiyle ilişkilerde						
10.Önemli olduğuna inanılan amaç, hedef ve diğer konularda						
11.Birlikte geçirilen zaman konusunda						
12.Çok önemli kararlar verirken						
13.Ev işlerinde						
14.Boş zaman ilgi ve uğraşlarında						
15.Mesleki kararlarda						

	Her zaman	Çoğu zaman	Yeterince	Ara sıra	Nadiren	Hiç
16.Boşanmayı, ayrı yaşamayı veya ilişkinizi sonlandırmayı ne sıklıkta tartışıyor veya düşünüyorsunuz?						
17.Kavga sonrasında siz veya eşiniz ne sıklıkta evi terk eder?						
18.Sizce genellikle, siz ve eşiniz arasındaişler ne sıklıkta yolunda gider?						
19.Eşinize içinizi döker misiniz?						
20.Evlendiğiniz (veya birlikte olduğunuz) için hiç pişmanlık duyar mısınız?						
21.Eşinizle ne sıklıkta münakaşa edersiniz?						
22.Eşinizle ne sıklıkta birbirinizi sinirlendirecek şeyler yaparsınız?						

	Her gün	Hemen her gün	Arada sırada	Nadiren	Hiç
23.Eşinizi öper misiniz?					

	Hepsi	Çoğu	Bazıları	Çok azı	Hiçbiri
24.Eşinizle ev dışı meraklarınızın ne kadarını birlikte gerçekleştirirsiniz?					

Aşağıdakilerin siz ve eşiniz arasında ne sıklıkta olduğunu söyleyebilir misiniz?

	Hiç	Ayda birden az	Ayda bir veya iki	Haftada bir veya iki	Hergün bir kere	Daha sık
25.Heyecan verici, keyifli fikir alışverişleri						
26.Beraber gülme						
27.Birlikte sakın bir şekilde tartışma						
28.Bir konu üzerinde beraber çalışma						

Aşağıdakiler, çiftlerin bazen anlaşıp bazen karşıt düştüğü şeylerdir. Aşağıdaki konular geçtiğimiz birkaç hafta içinde aranızda fikir ayrılığı yarattıysa veya ilişkinizde sorun haline geldiyse, bunu belirtiniz. (Evet veya Hayır olarak işaretleyiniz)

	Evet	Hayır
29.Cinsel ilişki için fazla yorgun düşmek		
30.Sevgi göstermemek		

31. Aşağıdaki çizgi üzerindeki noktalar ilişkinizdeki değişik mutluluk derecelerini ifade etmektedir. “mutlu” noktası çoğu ilişkideki mutluluk derecesini ifade eder. Lütfen, her şeyi düşünerek ilişkinizin mutluluk derecesini en iyi tarif eden noktayı, çevresine bir daire çizerek gösteriniz.

0	1	2	3	4	5	6
.	.	.	.	.	.	.
son derece mutsuz	epey mutsuz	biraz mutsuz	mutlu	çok mutlu	son derece mutlu	mükemmel

32. Aşağıdaki cümlelerin hangisi , ilişkinizin geleceğiyle ilgili hissettiklerinizi en iyi tanımlar?

5 İlişkimin başarılı olmasını son derece fazla istiyorum ve öyle olması için her türlü şeyi yaparım.

4 İlişkimin başarılı olmasını çok istiyorum ve öyle olması için elimden gelen her şeyi yaparım.

3 İlişkimin başarılı olmasını çok istiyorum ve öyle olması için kendi payıma düşeni gerçekleştiririm.

2 İlişkim başarılı olursa iyi olurdu ve başarılı olması için şimdi yaptığımdan daha fazlasını yapamam.

1 İlişkim başarılı olsa iyi olurdu, fakat ilişkiyi sürdürmek için şu an yaptığımdan daha iyisini yapmayı reddediyorum.

0 İlişkim hiçbir zaman başarılı olamaz ve ilişkiyi devam ettirmek için daha fazla yapabileceğim birşey yok.

EK 3: İLİŞKİ YÜKLEME ÖLÇEĞİ

Bu anket, eşinizin yapması muhtemel olan bazı davranışları içermektedir.

Lütfen, önce esinizin belirtilen her davranışı yapıyor olduğunu farz ediniz ve sonra bu davranış tanımlamasını izleyen ifadeleri okuyunuz. Lütfen, her bir ifadenin size uygunluk derecesini ifadenin altında yer alan ölçek üzerindeki rakamı işaretleyerek (X) belirtiniz ve lütfen hiçbir maddeyi bos bırakmayınız.

EŞİNİZ SÖYLEDİĞİNİZ BİRŞEYİ ELEŞTİRİYOR:

- 1- Esimin bu davranışı kendi ile ilgili bir nedene bağlıydı (örn., kendi kişilik yapısı, içinde bulunduğu ruh hali).

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

- 2- Eşimin beni eleştirme nedeni muhtemelen değişmez.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

- 3- Eşimin beni eleştirme nedeni evliliğimizin diğer yönleri için de geçerlidir.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

- 4- Eşim beni istemeden değil kasıtlı olarak eleştirdi.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

- 5- Eşimin bu davranışı bencilce nedenlerden kaynaklanmaktadır.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

- 6- Eşim beni eleştirdiği için suçlanmayı hak etmiştir.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

EŞİNİZ SİZİNLE DAHA AZ ZAMAN GEÇİRMeye BAŞLIYOR:

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

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

8- Esim benimle daha az zaman geçirdiği için suçlanmayı hak etmiştir.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

9- Esimin bu davranışı kendi ile ilgili bir nedene bağlıydı (örn., kendi kişilik yapısı, içinde bulunduğu ruh hali).

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

10- Esimin daha az zaman geçirme nedeni muhtemelen değişmez.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

11- Esimin bu davranışı bencilce nedenlerden kaynaklanmaktadır.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

12- Eşim benimle istemeden değil, kasıtlı olarak daha az zaman geçirdi.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

EŞİNİZ SÖYLEDİĞİNİZ ŞEYE DİKKAT ETMİYOR:

13- Eşimin bu davranışı bencilce nedenlerden kaynaklanmaktadır.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

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

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

15- Eşimin bu davranışı kendi ile ilgili bir nedene bağlıydı (örn., kendi kişilik yapısı, içinde bulunduğu ruh hali).

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

16- Eşim istemeden değil, kasıtlı olarak söylediğim şeye dikkat etmedi.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

17- Eşim söylediğim şeye dikkat etmediği için suçlanmayı hak etmiştir.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

18- Eşimin söylediğim şeye dikkat etmeme nedeni muhtemelen değişmez.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

EŞİNİZ SOĞUK VE UZAK DAVRANIYOR:

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

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

20- Esimin soğuk ve uzak davranma nedeni evliliğimizin diğer yönleri için de geçerlidir.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

21- Eşim bana soğuk ve uzak davrandığı için suçlanmayı hak etmiştir.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

22- Eşimin bu davranışı bencilce nedenlerden kaynaklanmaktadır.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

23- Eşimin bu davranışı kendi ile ilgili bir nedene bağlıydı (örn., kendi kişilik yapısı, içinde bulunduğu ruh hali).

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

24- Eşimin soğuk ve uzak davranma nedeni muhtemelen değişmez.

(1) Tamamen yanlış	(2) Yanlış	(3) Kısmen yanlış	(4) Kısmen doğru	(5) Doğru	(6) Tamamen doğru
--------------------------	---------------	----------------------	---------------------	--------------	-------------------------

EK 4: DUYGU DIŞAVURUM TARZLARI ENVANTERİ

Günlük yaşamda karşımızdaki kişilerle çeşitli olaylar yaşarız ve bu olaylar bizde bazı duygulara yol açar. Bu duygularımızı, bize bu duyguları yaşatan kişilere, birbirinden farklı yollarla ifade ederiz. Aşağıda birisi (aranızda kanbağı olsun ya da olmasın) size farklı duygular yaşattığında (mutluluk, üzüntü, öfke) o kişiye, o anda verebileceğiniz bazı tepki ifadeleri yer almaktadır. Sizden istenen her ifadeyi dikkatlice okuyarak o davranışı ne sıklıkta yaptığınızı ilgili kutucuğa **(X)** işareti koyarak belirtmenizdir. İçtenlikle yanıtlayacağınıza inanıyor, katkılarınız için teşekkür ediyoruz.

Birisi beni **MUTLU EDECEK** bir şey yaptığında;

	Hiçbir zaman	Bazen	Genellikle	Her zaman
1. Gülerim.				
2. Ben de onu mutlu edecek şeyler söylerim.				

Birisi beni **ÖFKELENDİRECEK** bir şey yaptığında;

	Hiçbir zaman	Bazen	Genellikle	Her zaman
1. Ben de onu öfkeliendirecek şeyler söylerim.				
2. Uyarırım.				

Birisi beni **ÜZECEK** bir şey yaptığında;

	Hiçbir zaman	Bazen	Genellikle	Her zaman
1. Yüzümü asarım.				
2. Uyarırım.				

****Ölçme aracının tamamı Mersin Üniversitesi psikoloji bölümü öğretim üyesi Doç.Dr.Arzu Araz'dan (arzuar34@yahoo.com.tr) temin edilebilir.**

EK 5: KİŞİLERARASI ÇATIŞMA ÇÖZME YAKLAŞIMI ÖLÇEĞİ

- A) Kesinlikle Katılmıyorum
- B) Katılmıyorum
- C) Biraz Katılmıyorum
- D) Kararsızım
- E) Biraz Katılıyorum
- F) Katılıyorum
- G) Kesinlikle Katılıyorum

1. Bir kimse ile telefonda tartışmak benim için, yüz yüze tartışmaktan daha rahattır.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
2. Ailemden birisi ile tartışmamı komşular duysalardı utanırdım.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
3. Tartışma sırasında, benim ne düşündüğümü diğer kişilerin bilmesine izin vermemeye çalışırım.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
4. Bir tartışmayı çözmek için harekete geçmeden önce, tartışmanın kendi kendine hallolup olmayacağını görmek için beklerim.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
5. Bir tartışma sırasında duyguları ifade etmek bir zaman kaybıdır.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
6. Tartışmalardan nefret ederim.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
7. Kendisi ile aynı fikirde olmadığımı rahatça söyleyebileceğim pek fazla insan yoktur.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
8. Bir kimse ile tartışırken, yüz yüze oturmaktan çok yan yana oturmayı daha rahat bulurum.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
9. Duyguları ortaya koymak, sadece çatışmaları daha kötü hale getirir.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
10. Bir tartışmada, kendi bakış açımı mümkün olduğu kadar az açığa vurmaya çalışırım.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
11. Toplum içinde tartışan diğer insanları gördüğümde rahatsız olurum.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
12. Komşularım çok fazla gürültü yaparlarsa, komşularımla kendim konuşmaktansa, polisi aramayı tercih ederim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

13. Tartıştığım insan, beni inançlarım ve düşüncelerim hakkında konuşmaya zorladığı zaman sinirlenirim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

14. Sinirliysen, bu kontrolü kaybettiğim içindir.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

15. Arkadaşlarımla nadiren tartışırım.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

16. Bir lokantada tartışma yapmaktan rahatsız olmam.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

17. Bir tartışmada, kendimle ilgili tartışılmayacak pek çok şey vardır.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

18. Tartışmalar eğlenceli olabilir.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

19. Tartışmada duygularınızı göstermek, güçsüzlüğün işaretidir.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

20. İnsanlarla anlaşmazlık noktalarımı, onlara yazı yazarak ifade etmektense, onlarla doğrudan konuşarak ifade etmeyi tercih ederim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

21. Halka açık bir yerde bir tartışma içerisine girmekten çekinmem.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

22. Bir arkadaşımın bana borcu olursa, borcunu ödemesini doğrudan kendisine söyleyerek isterim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

23. Tartışmalardan kaçınırım.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

24. Birisi ile tartışma yaptığımda, etrafta diğerlerinin olup olmadığına dikkat etmem.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

25. Bir tartışma sırasında, tartıştığım insanlarla göz göze gelmekten hoşlanmam.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

26. Benim bulunduğum yerde diğer kişilerin birbirleriyle tartışmasından hoşlanmam.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

27. Diğer kişilerin duygularını ifade etmesi, beni rahatsız eder.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

28. Bir tartışma sırasında diğer insanların kişisel inanç ya da düşüncelerini açıklaması beni rahatsız eder.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

29. Bir arkadaşım beni üzerse, bunu beni üzen arkadaşımdan çok, başka bir arkadaşım ile tartışmayı tercih ederim.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

30. Tartıştığım konu hakkında bilgisi olması gerekenlerin dışında hiç kimsenin yanımda bulunmasını istemem.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

31. Bir insanın neden üzgün olduğunu sormak yerine bunu tahmin etmeyi tercih ederim.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

32. Bana sorulmadığı sürece, fikrimi nadiren kendiliğimden açıklarım.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

33. Çatışma durumlarında tarafsızımdır.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

34. Tartışma sırasında, görüşlerimi açıkça belirtirim.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

35. Halka açık yerlerde tartışmaktan çekinirim.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

36. Bir tartışmada, ilgilerimi ve ihtiyaçlarımı ifade etmede rahatımdır.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

37. Bir tartışmada duygularımı saklarım.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

38. Bir arkadaşımın yaptığı bir şeyden dolayı üzülürsem, onunla hemen bunu tartışırım.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

39. Bir tartışmada diğer kişilerin düşünceleri ve inançları hakkındaki her şeyi bilmek isterim.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

40. Başkalarının, benimle tartışma başlatmasını pek önemsemem.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

41. Bir tartışmada diğer kişiler, bana düşüncelerimi ve fikirlerimi sorduğunda memnun olurum.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

42. Tartışma sırasında insanlar duygularını göstermeye başladığında kaçmak isterim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

43. Bir insanla çatıştığımda, sorunu ona karşı daha nazik olarak çözmeye çalışırım.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

44. Çatışma durumunda diğerleri kim olursa olsun düşüncelerimi ifade etmede kendimi rahat

Hissederim

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

45. Diğer kişilerin tartıştığı bir çatışma ortamında bulunmak benim canımı sıkmaz.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

46. Diğer kişilerin fikirlerine karşı çıkmaktan hoşlanırım.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

47. Bana göre, duyguları açıklamak, tartışmaları çözenin önemli bir bölümüdür.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

48. Tartışmaları, yüz yüze tartışarak çözmeyi tercih ederim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

49. Bir kişi, diğer kişiler etrafta olduğu için benimle bir anlaşmazlığı tartışmayı reddettiğinde sinirlenirim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

50. Duygularını kolayca ifade eden insanlardan çekinirim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

51. Diğer bir arkadaşın bulunduğu bir yerde başka bir arkadaşla tartışmaktan rahatsız olurum.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

52. Sık sık tartışmalar başlatırım.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

53. Eğer bir iş arkadaşım, benim yaptığım bir işe karışır, durumu patrona anlatmaktansa bunu doğrudan kendisine söylemeyi tercih ederim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

54. Bir tartışmada, duygularımı açıkça ifade ederim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

55. Çatışmaları ilginç bulurum.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

56. İnsanların, bir münakaşa sırasında, duygularımı anlatmamı istemesinden hoşlanmam.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

57. Bir aile üyesinin, ne düşündüğümü ben söylemeden bilmesini umarım.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
58. Bir tartışmada, duygular dahil her şey açık olmalı.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
59. Toplum içinde tartışırken özel bir yerde tartıştığım kadar rahat olurum
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
60. Birisinin, bana kızgın olduğu halde konuyu benimle tartışmak istemediğini öğrenince üzülürüm.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
61. Satın aldığım bir şey defolu olduğunda, onu geri veririm.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
62. Duyguları açık bir şekilde ifade etmek gücü gösterir.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
63. Eğer bir arkadaş, yapmış olduğumuz bir tartışmayı, diğer insanlara söylerse bunu önemsemem.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
64. Diğer insanlar, duygularımı ifade etmede cesaretimi kırdığında hayal kırıklığına uğramış hissederim.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
65. Bir tartışma sırasında genellikle sessiz kalırım.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
66. Tartışmalar, benim canımı sıkmaz.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
67. Arkadaşımla bir tartışmadan sonra, çatışma çözülmüş olsa bile, tekrar arkadaşımı görmek beni rahatsız eder
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
68. İnsanlar kendi duygularını açıkladığında tartışma daha kolay çözülebilir.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
69. Çatışmalar ilişkileri ilginç hale getirir.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
70. Bulduğum yerde yabancıların tartışmalarını önemsemem.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)
71. Diğer insanların fikirlerime meydan okumalarından hoşlanırım.
(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

72. Bir tartışma sırasında, diğer insanlar kendi duygularını ifade ettiğinde, kendimi rahat hissederim.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

73. Çatışmadan kaçınırım.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

74. Toplum içinde tartışırım.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

75. Bir tartışmadan sonra çok üzülürüm.

(A) (B) (C) (D) (E) (F) (G)

7. ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı: Nihal Kara

Doğum Yeri: İstanbul

Doğum Tarihi: 08.01.1989

EĞİTİM DURUMU

2011-2013 Haliç Üniversitesi-Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans

2007-2011 İstanbul Üniversitesi-Psikoloji Bölümü

2003-2007 Yakacık Lisesi (Yabancı Dil Ağırlıklı Lise)

İŞ DENEYİMİ

2012- halen Megapol Tıp Merkezi

PROJE VE STAJLAR

-01.03.2011- 01.05.2011 Çapa Tıp Fakültesi Sosyal Psikiyatri Anabilim Dalı Cinsel İşlev Bozuklukları Polikliniği stajı

-28.02.2011- 25.03.2011 Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Çocuk Psikiyatrisi stajı

- 24.01.2011- 14.02.2011 Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi (Yetişkin Psikiyatri- Psikoz ve Nevroz Servisleri) stajı

-Kasım 2010- Haziran 2011 “Psikoatölye Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Gönüllü Rehabilitasyon Projesi” Kronik Şizofreni L Servisinde 8 ay süre ile haftalık hasta ziyaretleri

-01.10.2010- 01.11.2010 Gökkuşluğu Özel Eğitim Ve Rehabilitasyon Merkezi stajı

-12.07.2010- 13.08.2010 Arya Psikoloji Danışmanlık ve Eğitim Merkezi stajı

-10.06.2010- 10.07.2010 Bakırköy Prof.Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Psikiyatri Servisi (Yetişkin) stajı

İLETİŞİM

e-mail: nihalkara-1989@hotmail.com

Tarih: 01.06.2013