

T.C.

Fatih Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı

**EVLİLİK İSTİKRARI ÜZERİNDE
AFFEDİCİLİĞİN VE BAŞA ÇIKMA
BECERİLERİNİN YORDAYICILIĞI**

Yüksek Lisans Tezi

Hazırlayan

Havva Şeyma MERT

İstanbul 2016

T.C.

Fatih Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı

**EVLİLİK İSTİKRARI ÜZERİNDE
AFFEDİCİLİĞİN VE BAŞA ÇIKMA
BECERİLERİNİN YORDAYICILIĞI**

Yüksek Lisans Tezi

Tez Danışmanı
Yrd. Doç. Dr. Taşkın TANRIKULU

Hazırlayan
Havva Şeyma MERT

İstanbul 2016

Tezimi;

Yüksek lisans eğitimim süresince, desteklerini benden esirgemeyen;

Annem Züleyha MERT,

Babam Muhit MERT,

Kardeşlerim Mehmet Sait Mert ve Ahmet Mert'e

ithaf ediyorum..

MAYIS
2016

ONAY SAYFASI

Öğrenci : Havva Şeyma MERT
Enstitüsü : Sosyal Bilimler
Anabilim Dalı : Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı
Tez Konusu : Evlilik İstikrarı Üzerinde Affediciliğin Ve Başa Çıkma
Becerilerinin Yordayıcılığı
Tez Tarihi : Mayıs, 2016

Bu tezin şekil ve içerik açısından Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tez Yazım Kılavuzu'nda belirtilen kurallara uygun formatta yazıldığını onaylıyorum.

Yrd. Doç. Dr. Taşkın TANRIKULU
Anabilim Dalı Başkanı

Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı 512214010 numaralı öğrencisi Havva Şeyma MERT tarafından hazırlanan bu tezin yüksek lisans tezinde bulunması gereken yeterliliğe, kapsama ve niteliğe sahip olduğunu onaylıyorum.

Yrd. Doç. Dr. Taşkın TANRIKULU
Tez Danışmanı

Tez Sınavı Jüri Üyeleri

Yrd. Doç. Dr. Taşkın TANRIKULU

Yrd. Doç. Dr. Besra TAŞ

Yrd. Doç. Dr. İbrahim Hakan KARATAŞ

Bu tezin Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tez Yazım Kılavuzu'nda belirtilen kurallara uygun formatta yazıldığını onaylıyorum.

Prof. Dr. Mehmet KARAKUYU
Müdür

ETİK BEYANNAMESİ

Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada,

- Tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun atıfta bulunduğumu,
- Atıfta bulunduğum eserlerin tümünü kaynak olarak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
- Bu tezin herhangi bir bölümü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı,
- Tezin içerdiği yenilik ve sonuçların başka bir yerden alınmadığını beyan ederim.

İmza

Havva Şeyma MERT

Üniversite : Fatih Üniversitesi
Enstitüsü : Sosyal Bilimler Enstitüsü
Anabilim Dalı : Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı
Tez Danışmanı : Yrd. Doç. Dr. Taşkın TANRIKULU
Tez Tarihi : Mayıs, 2016

KISA ÖZET

EVLİLİK İSTİKRARI ÜZERİNDE AFFEDİCİLİĞİN VE BAŞA ÇIKMA BECERİLERİNİN YORDAYICILIĞI

Havva Şeyma MERT

Bu araştırma evlilikte affedicilik ve evlilik sorunlarıyla başa çıkma yollarının evlilik istikrarını ne düzeyde açıklayacağını test etmeyi amaçlamaktadır.

Bu amaç doğrultusunda yapılan araştırma ilişkisel tarama modelinde olup yaşları 18 ile 62 arasında değişen ($\bar{x}=36.21$) 231'i kadın, 93'ü erkek ve cinsiyet belirtmeyen bir kişi olmak üzere toplam 325 evli birey ile yürütülmüştür. Çalışmada Evlilik İstikrarı alt boyutlarından olan Evlilik Doyumu, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ve Evlilik Yatırımının, Evlilikte Suçu Bağışlamanın alt boyutlarından olan Dargınlık-Kaçınma, Bağışlama ve de Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kendini Suçlama, Kendiyle İlgilenme, Olumlu Yaklaşım, Kaçınma, Çatışma tarafından yordanıp yordanmadığı incelenmiştir. Bağımsız değişkenler ile bağımlı değişkenler arasındaki ilişki için T-testi, One-Way ANOVA ve Pearson korelasyon analizi; diğer değişkenlerin evlilik istikrarı üzerindeki yordayıcılığına bakmak için ise çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

Yapılan bu analizler sonucunda Evlilik Doyumunun sırasıyla Dargınlık-Kaçınma ve Olumlu Yaklaşım; Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirmenin sırasıyla Kendiyle İlgilenme ve Olumlu Yaklaşım; Evlilik Yatırımının sırasıyla Dargınlık-Kaçınma, Olumlu Yaklaşım, Bağışlama ve Kendiyle İlgilenme değişkenlerince yordandığı anlaşılmıştır. Dargınlık-Kaçınma Evlilik Doyumu ve Evlilik Yatırımını; Olumlu Yaklaşım Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirmeyi; Kendiyle İlgilenme Evlilik Yatırımını negatif yönde yordarken, Olumlu Yaklaşım Evlilik Doyumu ve Evlilik Yatırımını; Bağışlama Evlilik Yatırımını; Kendiyle İlgilenme ise Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirmeyi pozitif yönde yordamıştır. Yaş, evlilik yılı, çocuk sayısı, gelir, cinsiyet, eğitim durumu ve yaşanılan şehir demografik değişkenleri kontrol edilerek, diğer tüm değişkenlerin bir arada Evlilik Doyumunun %25.8'ini, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirmenin %13.5'ini ve Evlilik Yatırımının %11.3'ünü açıkladığı bulgulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Affedicilik, evlilikte başa çıkma, yatırım modeli, evlilik istikrarı

University : Fatih University
Institute : Institute of Social Sciences
Department : Family Educate and Counseling
Supervisor : Assist. Prof. Dr. Taşkın TANRIKULU
Degree Awarded and Date : May, 2016

ABSTRACT

PREDICTIVE POWER OF MARITAL COPING EFFORTS AND FORGIVENESS ON STABILITY OF MARRIAGE

Havva Şeyma MERT

This study aims to examine the extent which forgiveness in marriage and coping strategies used for marital problems predict marital stability.

The study that was carried out in order to achieve this purpose is a relational screening model. 231 females, 93 males and a person who did not specify the gender, 325 married individuals in total, whose ages range from 18 to 62 ($\bar{x}=36.21$), participated in this study. In the study, whether Marital Satisfaction, Quality of Alternatives, Marital Investment Size which are sub-dimensions of Marital Stability could be predicted by Resentment–Avoidance and Benevolence which are sub-dimensions of Marital Offence-Specific Forgiveness and Introspective Self-blame, Self-interest, Positive Approach, Avoidance and Conflict which are sub-dimension of Marital Coping is examined. The relationship between independent variables and dependent variables was analyzed through T-test, Pearson correlation analysis and One-Way ANOVA test and multiple linear regression analysis was used to investigate the relation between marital stability and other variables.

The results showed that marital satisfaction was predicted, from the highest and to the lowest, and respectively, by these variables; resentment–avoidance and positive approach, that quality of alternatives was predicted, from the highest and to the lowest, and respectively, by these variables; self-interest and positive approach and that marital investment size was predicted, from the highest and to the lowest, and respectively, by these variables; resentment–avoidance, positive approach, benevolence and self-interest. It was also found out that resentment–avoidance predicts marital satisfaction and marital investment size negatively, positive approach predicts quality of alternatives negatively and self-interest predicts marital investment size negatively whereas positive approach predicts marital satisfaction and marital investment size positively, benevolence predicts marital investment size positively, self-interest predicts quality of alternatives positively. When demographic variables such as age, marriage span, number of children, income, gender, educational status and home city were controlled, other variables together explain 25.8% of marital satisfaction, 13.5% of quality of alternatives and 11.3% of marital investment size.

Key Words: Forgiveness, marital coping, investment model, marital stability

ÖNSÖZ

Evlilik, stres unsurlarından uzak kalması beklenemeyecek bir yakın ilişkiyi içerir. Bu araştırma; evlilikte karşılaşılan bu stres unsurlarının tolere edilebilmesinin evliliğin devamlılığını destekleyen bir faktör olup olamayacağı ve affediciliğin evliliğin devamlılığına katkı sağlayıp sağlayamayacağı sorularına cevap bulmayı amaçlamıştır. Bu zorlu tez sürecinin her aşamasında yanımda olan, beni motive eden, yüreklendiren, yol gösteren, geliştiren ve bana inanan tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Taşkın Tanrikulu'na sonsuz teşekkürlerimi burada sunmak isterim.

Aile olmanın emek vermek, sevmek, sevilmek ve birlik olmak anlamına geldiğini bana gösteren, zor zamanlarımda yanımda olan ve desteklerini esirgemeyen, başta hem hocam hem de babam Prof. Dr. Muhit Mert olmak üzere, veri toplama sürecinde geniş çevresini bana sunan annem Züleyha Mert, uzakta olsalar da yakınlıklarını her zaman hissettiğim kardeşlerim Mehmet Sait Mert ve Ahmet Mert'e içtenlikle teşekkür ederim.

Tez dönemimle birlikte çalışma hayatımın da başlamış olması sebebiyle iş hayatında yaşayabileceğim muhtemel sıkıntıları tolere edebilmem konusunda, arkadaşlıklarını ve yakınlıklarını armağan ederek bana destek olan mesai arkadaşlarım Arş. Gör. Sümeyra Aktan, Arş. Gör. Safiye Sena Akyüz ve Arş. Gör. Elif Derinöz'e; yardımlarını esirgemeyen mesai arkadaşlarım Öğr. Gör. Mehmet Aslan, Öğr. Gör. Muhammed Yıldız ve Yrd. Doç. Dr. Mustafa Toprak'a; veri toplama ve analiz etme aşamasında geniş çevresini ve istatistiksel bilgisini bana sunan Doç. Dr. Ahmet Cezmi Savaş'a; Affedicilik konusunda engin bilgilere sahip olup bu bilgi birikimini benimle paylaşan Radhi Al-Mabuk'a ve tüm katılımcılara teşekkürü bir borç bilirim.

Mayıs, 2016

Havva Şeyma MERT

İÇİNDEKİLER

ETİK BEYANNAMESİ	iv
KISA ÖZET	v
ABSTRACT	vi
ÖNSÖZ	vii
TABLolar LİSTESİ	x
BÖLÜM I	i
GİRİŞ	i
1.1. Araştırmanın Problemi	i
1.2. Araştırmanın Amacı	iii
1.3. Araştırmanın Önemi	v
1.4. Araştırmanın Sayıltıları	vi
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	vii
BÖLÜM II	8
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	8
2.1. Affedicilik	8
2.1.1. Dinlerin affedicilik kavramına bakışı	9
2.1.2. Felsefi açıdan affedicilik	11
2.1.3. Affetme kavramının tanımı	12
2.1.4. Affediciliğin kuramsal boyutları	16
2.1.5. Aile ve çift terapisinde affediciliğin kuramsal boyutları	20
2.1.6. Evlilikte affedicilikle ilgili yapılan çalışmalar	24
2.2. Başa Çıkma	26
2.2.1. Stres ve bireysel başa çıkma	26
2.2.2. İkili başa çıkma kavramı	27
2.2.3. İkili başa çıkma ile ilgili yapılan çalışmalar	30
2.3. İlişki İstikrarının Kuramsal Boyutları	32
2.3.1. İlişki istikrarı ile ilgili yapılan çalışmalar	35
BÖLÜM III	37
YÖNTEM	37
3.1. Katılımcılar	37
3.2. Veri Toplama Araçları	39
3.2.1. Evlilikte suçu affetme ölçeği	39
3.2.2. Evlilikte başa çıkma ölçeği	40
3.2.3. İlişki istikrarı ölçeği	41
3.2.4. Demografik bilgi formu	42
3.3. Verilerin Toplanması	42
3.4. Verilerin Analizi	42
BÖLÜM IV	44
BULGULAR ve YORUM	44

4.1. Bağımsız Örneklem T-Testi Analizi Sonuçları	44
4.2. One-Way ANOVA Testi Sonuçları	45
4.3. Sürekli Değişkenlerin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	47
4.4. Regresyon Analizi Varsayımlarının İncelenmesi.....	48
4.5. Evlilik İstikrarının Yordayıcısı Olarak Evlilikte Suçu Affetmenin ve Evlilikte Başa Çıkmanın Alt Boyutlarının Regresyon Analizi Sonuçları	49
BÖLÜM V.....	53
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	53
5.1. Sonuçların Genel Özeti.....	53
5.1.1. Bağımlı değişkenlerin korelasyon analizi bulgularına dair sonuçlar	53
5.1.2. Bağımlı değişkenlerin bağımsız değişkenlerle ilişkisine dair sonuçlar	54
5.1.3. Bağımlı değişkenlerin yordanmasına dair sonuçlar	55
5.2. Tartışma	55
5.2.1. Bağımlı değişkenlerin korelasyon analizi bulgularına dair sonuçların tartışılması ...	55
5.2.2. Bağımlı değişkenlerin bağımsız değişkenlerle ilişkisine dair sonuçların tartışılması	58
5.2.3. Bağımlı değişkenlerin yordanmasına dair sonuçların tartışılması.....	61
5.3. Öneriler	63
5.3.1. Araştırmacılar için öneriler	63
5.3.2. Uygulayıcılar için öneriler	64
KAYNAKLAR	66
EKLER	72
ÖZGEÇMİŞ	77

TABLÖLAR LİSTESİ

The table of contents is empty because you aren't using the paragraph styles set to appear in it.

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, araştırmanın önemi, araştırmanın amacı, araştırmanın sayıtları ve araştırmanın sınırlılıkları üzerinde durulmuştur.

1.1. Araştırmanın Problemi

Evlilik, erkek ve kadının yaşamlarını paylaştıkları, biyolojik, psikolojik ve sosyal işlevleri içerisinde barındıran yasal bir birlikteliktir (Özgüven, 2000). Evlilik, kişilerin sevmeye, sevilme, değer görme ve yakınlık duyma gibi duygusal ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri ilişkilerden biri olmasına rağmen, evlilik ilişkisinin stres ve dolayısıyla çatışmadan daima uzak kalması beklenemez. TÜİK (2011) istatistiklerine göre, Türkiye'deki boşanmaların %96,7'si geçimsizlik nedeniyle gerçekleşmektedir. Geçimsizlik, ucu açık bir kavram olup, eşler arası iletişim sorunları, ekonomik sorunlar, ebeveynlik konusundaki algı farklılıkları, cinsel sorunlar, evlilikte stres oluşturan ve geçimsizlik olarak değerlendirilen faktörlerden sadece birkaçıdır. Evlilikte stres oluşturan bu faktörlerle karşılaşan çiftlerin boşanma kararı almasındaki nedenler merak edilmiş ve bu zamana kadar yapılan çalışmalarda (Aktaş, 2011; Sucu, 2007) evliliklerin devamlılığının sağlanamamasının nedenlerine daha çok odaklanılmıştır. Halbuki aynı evlilik sorunlarıyla karşılaşan evliliklerinin istikrarını sağlayabilen çiftlerin, bu istikrarı sağlayabilme nedenlerinin ve bu istikrarın bağlı olduğu faktörlerin araştırılması çözüm odaklı bir yaklaşım olup evli bireyler için çok daha faydalı olacaktır.

Yapılan araştırmalar, eşlerin evliliklerinde karşılaştıkları sorunları ele alma ve bu sorunlara yaklaşma biçimlerinin evlilik uyumunu ve doyumunu etkilediği yönündedir (Bouchard ve ark., 1998; Kraemer ve ark., 2011; Landis ve ark., 2013). Ancak evlilik doyumu evlilik istikrarını etkiliyor olsa bile, evlilik istikrarını açıklamada tek başına yeterli değildir (Rusbult, Martz ve Agnew, 1998). Nitekim evliliğinden doyum almayan bireyler de evliliklerini devam ettirebilmektedirler.

Mutsuz bir evliliği çocukları için devam ettiren çiftler buna verilebilecek bir örnektir (Rusbult, 1988'den aktaran Yılmaz ve Hovardaoğlu, 2015). Ülkemizde çiftlerin evlilik uyumunu ve doyumunu etkileyen faktörler konusunda araştırmalar yapılmış olmasına rağmen (Çağ ve Yıldırım, 2013; Kargın Güner, 2014; Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006) evlilik istikrarının sağlanması konusunda hemen hemen yok denecek kadar az araştırmanın oluşu bu konuyla ilgili daha fazla araştırma yapılmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır. Ayrıca ülkemizde evli bireylerin evlilik sorunlarını ele alma biçimlerinin evlilik istikrarı ile doğrudan ilişkisini bulgulayan bir araştırmaya da rastlanmamıştır. Bu ise evlilikte başa çıkma yollarının evlilik istikrarının ne kadarını açıkladığı sorusunu ve evlilik istikrarı ile ilişkisinin merak edilmesini beraberinde getirmiştir.

Öte yandan TÜİK (2011) istatistiklerine bakıldığında boşanma nedenlerinden biri olan geçimsizliğin oranının bu kadar yüksek iken (%96,7), zina –biz burada ektramarital ilişki ifadesini kullanacağız- ve cana kast veya pek fena muamele -şiddet ifadesini kullanacağız- gibi eşlerden birinin suç işleyen konumunda olduğu evlilik sorunlarının boşanmaya etkisinin çok az (%0,09) olması şaşırtıcıdır. Zira ülkemizde çıkan haberlere bakılacak olursa ektramarital ilişkilerin ve aile içi şiddetin hiç de az olmadığı görülecek, özellikle evlilik içinde kadın cinayetlerine çokça rastlanılacaktır. O halde bu iki faktörü bu kadar yaygın olmasına rağmen daha az rastlanan bir boşanma nedeni yapanın ne olduğu ve eşlerden birinin suç işleyen konumunda olmasına rağmen evliliğin istikrarının nasıl sağlandığı sorusu aklımıza gelmektedir. Eşlerden birinin suç işlemesi ve diğerinin intikam alma olarak kabul edilebilecek boşanma hakkından vazgeçiyor olmasının, daha net bir ifadeyle kişinin suç işleyen eşini affetmesinin evliliğin devamlılığını sağlayabildiği gözlenmektedir. Ancak ülkemizde evlilik ilişkisinde affetmenin evlilik istikrarının ne kadarını açıkladığıyla ilgili yapılmış bir araştırma bulunmaması bu alandaki eksikliğin giderilmesini gerekli kılmıştır.

Bu araştırmada evlilik sorunlarından ziyade çözüm odaklı bir bakış açısıyla evlilik istikrarının sağlanması üzerine yoğunlaşmıştır. Belirtilen alanlardaki eksiklikler ve problemler eşliğinde evlilik istikrarını açıklayabileceğini düşündüğümüz affetme ve evlilik sorunlarıyla başa çıkma kavramlarının evlilik istikrarı ile ilişkisi irdelenmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın genel amaçları; cinsiyet, eğitim düzeyi, yaş, evlilik süresi, çocuk sayısı, gelir bağımsız değişkenleri ile evlilik istikrarı, evlilikte affediciliğin ve evlilikte başa çıkma yollarının ne şekilde farklılaştığını; evlilik istikrarı, evlilikte affedicilik ve evlilikte başa çıkma yolları arasında nasıl bir ilişki olduğunu ve son olarak da evlilikte affediciliğin ve evlilik sorunlarıyla başa çıkma yollarının evlilik istikrarını açıklama gücünü ortaya koymaktır. Bu kapsamda Evlilik İstikrarının Doyum, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ve Yatırım; Evlilikte Suçu Affetmenin Dargınlık-Kaçınma ve Bağışlama; Evlilikte Başa Çıkmanın Kendiyle ilgilenme, Çatışma, Kaçınma, Olumlu Yaklaşım ve Kendini Suçlama alt boyutları arasındaki ilişkiye ve de Evlilikte Suçu Affetmenin ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarının Evlilik İstikrarının alt boyutları üzerindeki yordayıcılığına bakılacaktır. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki şu sorulara cevap aranacaktır:

1. Evlilik İstikrarı, Evlilikte Suçu Affetme ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutları cinsiyet bağımsız değişkeni ile anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
2. Evlilik İstikrarı, Evlilikte Suçu Affetme ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutları eğitim düzeyi bağımsız değişkeni ile anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
3. Evlilik İstikrarı, Evlilikte Suçu Affetme ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutları yaş bağımsız değişkeni ile anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
4. Evlilik İstikrarı, Evlilikte Suçu Affetme ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutları evlilik süresi bağımsız değişkeni ile anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
5. Evlilik İstikrarı, Evlilikte Suçu Affetme ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutları çocuk sayısı bağımsız değişkeni ile anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

6. Evlilik İstikrarı, Evlilikte Suçu Affetme ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutları gelir bağımsız değişkeni ile anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
7. Evlilik İstikrarı, Evlilikte Suçu Affetme ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
8. Evlilikte Affediciliğin alt boyutlarından Dargınlık-Kaçınma alt boyutu, Evlilik Doyumunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
9. Evlilikte Affediciliğin alt boyutlarından Bağışlama alt boyutu, Evlilik Doyumunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
10. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kendiyle İlgilenme alt boyutu, Evlilik Doyumunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
11. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Çatışma alt boyutu, Evlilik Doyumunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
12. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kendini Suçlama alt boyutu, Evlilik Doyumunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
13. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Olumlu Yaklaşım alt boyutu, Evlilik Doyumunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
14. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kaçınma alt boyutu, Evlilik Doyumunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
15. Evlilikte Affediciliğin alt boyutlarından Dargınlık-Kaçınma alt boyutu, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
16. Evlilikte Affediciliğin alt boyutlarından Bağışlama alt boyutu, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
17. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kendiyle İlgilenme alt boyutu, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?

18. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Çatışma alt boyutu, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
19. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kendini Suçlama alt boyutu, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
20. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Olumlu Yaklaşım alt boyutu, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
21. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kaçınma alt boyutu, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
22. Evlilikte Affediciliğin alt boyutlarından Dargınlık-Kaçınma alt boyutu, Evlilik Yatırımı alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
23. Evlilikte Affediciliğin alt boyutlarından Bağışlama alt boyutu, Evlilik Yatırımı alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
24. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kendiyle İlgilenme alt boyutu, Evlilik Yatırımı alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
25. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Çatışma alt boyutu, Evlilik Yatırımı alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
26. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kendini Suçlama alt boyutu, Evlilik Yatırımı alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
27. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Olumlu Yaklaşım alt boyutu, Evlilik Yatırımı alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?
28. Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarından Kaçınma alt boyutu, Evlilik Yatırımı alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordar mı?

1.3. Araştırmanın Önemi

Evlilik, kurulması kadar korunması da önem arz eden bir müessesedir. Nitekim Türkiye Cumhuriyeti Anayasasında (1982) da aile birliğinin korunması konusunda

hak ve sorumluluk olarak bahsedilmektedir. Ancak TUIK (2015) istatistiklerine göre bir önceki yıla göre evlenen çiftlerin sayısı %0,5 artarken, boşanan çiftlerin sayısı %0,7 artmıştır. Bu noktada evliliğin devamlılığını sağlayıcı ve dolayısıyla boşanmayı önleyici faktörlere duyulan ihtiyaç artmıştır. Araştırmamız, evlilik istikrarının sağlanması konusunu gündeme getirmesi ve evli bireyler için bu faktörlerin etkin bir şekilde kullanılmasını uzun süreli amaç olarak benimsemesi açısından büyük önem taşımaktadır.

Diğer taraftan çift danışmanlığı alanında son 10 yıl öncesine kadar problem odaklı yaklaşım kullanılmakta ve evlilik sorunlarına daha çok odaklanılmaktaydı. Çözüm odaklı yaklaşımların ortaya çıkması ve yaygınlaşmasıyla birlikte, olumlu ve iyi olana odaklanmaya başlandı. Bazı çiftler evlilik sorunlarıyla baş edemezken, diğerlerinin aynı evlilik sorunlarının üstesinden gelebiliyor olmasını sağlayan etmenler üzerinde duruldu ve danışma seanslarında bu etmenlerin güçlendirilmesi için çalışıldı. Ancak ülkemizde uygulama alanındaki bu geçiş için gerekli olan kuramsal bilgi henüz tam anlamıyla sağlanamadı. Öncesinde de belirtildiği gibi alanda yapılan araştırmaların daha çok probleme yönelik olması, problemleri tolere edebilen yöntem veya etmenleri gölgede bıraktı. Çözüm odaklı bir yaklaşımı benimsediğinden ötürü bu çalışmanın yapılması, olumlu olana-affetme ve etkili başa çıkma yollarını kullanarak evliliğin istikrarının sağlanmasına- odaklayacak olup çift danışmanlığında kullanılacak yöntemler için evlilik danışmanlarına bir ışık olması açısından önem arz etmektedir.

1.4. Araştırmanın Sayıtları

Araştırmamızda, tüm evli bireylerin evlilik sorunlarıyla karşılaştığı varsayılmıştır.

Bu araştırmanın verilerini toplamak amacıyla derlenen ve hazırlanan ölçek sorularının muhatapları tarafından içtenlikle ve doğru bir şekilde cevaplandıkları, konuya ilgili oldukları kabul edilmiştir.

Veri toplama aracı olarak kullanılan ölçeklere verilen cevapların var olan durumu ortaya koyabilecek nitelikte olduğu varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma, Türkiye'nin 19 şehrinden 231'i kadın, 93'ü erkek ve 1 de cinsiyet belirtmeyen toplamda 325 evli bireye uygulanmıştır. Katılımcıların %0,9'u ilkokul terk, %17,8'i ilkokul, %7,1'i ortaokul, %18,5'i lise, %39,4'ü üniversite ve %15,4'ü lisansüstü ve üzeri eğitim seviyesinde olup, %0,9'u (N=3) eğitim durumunu belirtmemiştir. Çalışma grubunun coğrafi olarak dağınık olması, kadın-erkek oranının ve eğitim düzeyi oranlarının Türkiye'deki oranlarla uyuşmaması sebebiyle elde edilen bulgular Türkiye'deki tüm evli bireyler için genellenemez. Bulgulardan çıkarılan sonuçlar bu çalışma grubu ile sınırlıdır.

Araştırma, araştırma verilerinin bulgularını veren ölçme aracının geçerlik ve güvenirlik boyutlarıyla sınırlıdır.

Araştırmada değinilen kavramlar sosyolojik, kültürel bağlamda ele alınmadığından ötürü araştırma bireysel psikolojik bağlam ile sınırlıdır.

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde araştırmanın kuramsal çerçevesini oluşturan affedicilik, başa çıkma ve evlilik istikrarı kavramlarından bahsedilecek ve bu kavramlarla ilgili daha önceden yapılan araştırmalar sunulacaktır.

2.1. Affedicilik

Affedicilik kavramı; büyük bir sosyal, ekolojik ve tarihsel bağlam içinde incelenmesi gereken geniş bir kavramdır (Hill, 2001). İşlenen bir suçu bağışlama kavramı oldukça eski zamanlara dayanmaktadır. Bağışlamanın karşıtı olan intikam, kişinin zarar görmesi durumunda durumu eşitlemek için verdiği ilkel bir tepki olarak tanımlanabilir. Büyük dinler ve modern hukuk sistemi ortaya çıkana kadar ilkel toplumların, gördükleri bir zarar karşısında intikama başvurmaları yaygın bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır. Örneğin; Yunan mitolojisinde intikam kavramı affetmeden daha fazla işlenmiştir (Taysi, 2007). Yapılan hata ve kötülüğün karşılığında intikam alarak adaleti getirdiğini düşünen tanrıça Nemesis'ten bahsedilmektedir. Ayrıca özellikle doğu toplumlarında karşılaşılan kan davaları, görülen hasar karşısında intikam almaya verilebilecek başka bir örnektir.

İntikam kavramına edebiyatta da sıkça rastlanmaktadır. Gabriel Garcia Marquez'in Kırmızı Pazartesi romanında Santiago Nasar'ın Angela Vicario ile evlilik dışı ilişkisinin olduğunu öğrenen abilerinin Santiago Nasar'ı öldürmesi, edebi eserlerde görülen hasar karşısında başvurulmuş intikama verilebilecek bir örnektir.

Diğer taraftan Dostoyevski, Twain, Dickens gibi ünlü yazarların affetmeyi yüceltmeleri ve intikamın ne kadar maliyetli olduğunu eserlerinde ortaya koymalarıyla toplumlar bağışlamaya daha fazla önem vermeye başlamışlardır (Droll,1984; Taysi, 2007). Victor Hugo'nun Sefiller romanı affedicilik adına güzel bir örnek olarak edebiyatta karşımıza çıkmaktadır. Romanda, aslında iyi bir adam olan Jean Valjean'ın sistem tarafından haksız muamelelerle karşılaşması sonucu sert,

kinici ve affetmez bir adama dönüştüğü görülür. Ancak kibar bir piskopos tarafından affedicilik ile karşılandıktan sonra Jean Valjean tamamen affedici bir kişiye dönüşür ve hayatının geri kalanında affediciliğin güzel bir örneği olarak karşımıza çıkar (Worthington ve Sandage, 2016).

Psikolojide ise affedicilik ile ilgili çalışmaların artması 1900'lü yılların sonlarını bulmuştur. Modern, problem odaklı yaklaşımların yerini post modern, kısa süreli, çözüm odaklı yaklaşımların alması affedicilik kavramına duyulan ilgiyi arttırmıştır. Özellikle pozitif psikoloji akımının yaygınlaşması iyi oluş, affedicilik gibi kavramların daha fazla araştırılmasını sağlamıştır. Ovid, Psycinfo ve Medline veri tabanları affedicilikle ilgili yazılan kitap, tez ve makaleleri 6 yıllık aralıklarla incelemiştir. Bu iki veri tabanında affedicilikle ilgili; 1982'den 1993'e kadar toplam 145, 1994'den 1999'a kadar 271, 2000'den 2005'e kadar 742 yayın bulunmuştur (Lewis, 2005). Bu sonuçlar psikolojide affediciliğe karşı duyulan ilginin son yıllarda artış gösterdiğini açık bir şekilde ortaya koymaktadır.

2.1.1. Dinlerin affedicilik kavramına bakışı

Dinler, insanın hem tanrı ile hem de diğer insanlarla sağlıklı ilişki kurmasını hedefler. Bu anlamda dinler, insan-Tanrı ve insan-insan ilişkisinin aksadığı durumları tolere edecek şekilde affetmeyi ve af dilemeyi öğütler (Ayten, 2009). Özellikle büyük dinlerin hemen hemen hepsinde affetme kavramı dinin merkezindedir. Çoğunlukla affetme, inanılan Tanrı tarafından affedilmek olarak ele alınsa da, insanların birbirini affetmesi için bir yönlendirme de söz konusudur. Bütün ilahi dinler affediciliği suçlu ve kurban için durumu tolere eden bir tavır, gelişebilecek insani bir değer ve evliliklerin, ailelerin, toplumların uyumunu kolaylaştıran sosyal bir değer olarak görmüşlerdir (Ayten, 2009).

Müslümanlıkta suçları için affedilmeyi arzulayanların başkalarını affetmeyi öğrenmesi gerektiği görüşü hakimdir. Eğer Allah'ın onların zayıflıklarını hoş görmesini arzuluyorlarsa, onlar da diğer insanların zayıflıklarını hoş görmeyi öğrenmelidirler (McCullough ve ark., 2000, s.31). Müslümanların kutsal kitabı Kur'an'da geçen "Bir iyiliği ister açıktan yapın ister gizlice yapın veya (şahsınıza reva görülen) herhangi bir fenalığı (ona usulünce mukabelede bulunmak hakkınız

olmakla birlikte) bağışlayıverin: Her halükarda bilin ki, (kendisine karşı işlenen) günahların pek çoğundan hemen geçiverendir: cezalandırılması gereken (her suçluyu ve suçu cezalandırmaya da) gücü hakkıyla yetendir.” (4:149) ve “İçinizden fazilet ve imkan sahibi olanlar (onlardan kendilerine bir kötülük bile gelmiş olsa) akrabaya, yeterli geçimlikten mahrum düşkünlere ve Allah yolunda hicret edenlere bir daha el uzatmayacaklarına yemin etmesinler. Affetsin ve müsamaha yolunu tutsunlar. Allah’ın sizi bağışlamasını istemez misiniz? Allah çok bağışlayandır, (bilhassa mümin kullarına karşı) hususi rahmeti pek bol olandır.” (24:22) ayetlerinde de görüldüğü gibi affetmeye yönlendirme söz konusudur.

Başkalarını affetmek, kişinin kendi affını müjdelediği için Müslümanlıkta affedicilik ahiret inancı açısından çok önemlidir. Buna ek olarak; affedilmeyi istemek ve başkalarını affetmek, saygınlığı arttırarak insani ilişkileri geliştireceği için dünyevi yaşama da huzur getirecektir (McCullough ve ark., 2000, s.31).

Hristiyan kültürünün merkezinde affedicilik; etik, teolojik ve dini anlamda bulunmaktadır. Hristiyanlıkta affedicilik, kişi hususunda başkalarının ve başkaları hususunda kişinin dönüşümünün ve değişiminin olasılığını temsil eder (McCullough ve ark., 2000, s.31). “Yaşantınıza dikkat edin! Kardeşiniz günah işlerse, onu azarlayın; tövbe ederse, bağışlayın. Günde yedi kez size karşı günah işler ve yedi kez size gelip, ‘Tövbe ediyorum’ derse, onu bağışlayın.”(Luka,17:3-4).

Yahudilikte de günahkar kişi yaptıklarından geri dönüş sürecine (*teshuvah*) doğru girdiyse mağdur olan kişi affetmekle yükümlü kılınmıştır. Eğer suçlu olan kişi geri dönüş sürecine girmiyorsa, mağdur olan kişinin affetmesine hayırsever bir davranış olarak bakılır (McCullough ve ark., 2000, s.31).

Hinduizmde, *Dharma*’ın yolunu takip etmeyi arzulayanlar affedicilik, sabır, müsamaha ve merhamet konularında uygulamalar yapmalıdır. Budizm’de ise affedicilik kavramı merhamet ve müsamaha (tolerans) olmak üzere iki şekilde ele alınmaktadır. Bu iki kavramın Buda’nın doğası ve etkisiyle olan birlikteliğinden dolayı, merhamet ve müsamaha kavramlarına önem verilir (McCullough ve ark., 2000, s.31).

2.1.2. Felsefi açıdan affedicilik

Affedicilik Batı geleneğinde, Hristiyan ve Yahudi düşüncesinin bir uzantısı olarak bulunmaktaydı. Filozoflar affediciliği dinsel bir kavram olarak gördüklerinden dolayı affediciliğin gerekliliğiyle ilgili bir mesele açmaktan kaçınmaktalardı. Bu ise affedicilik kavramının felsefede daha geç ele alınmasına neden oldu (Griswold, 2007, s.15).

Affedicilik kelimesi Aristoteles, Platon ve onların çağdaşları ve takipçileri tarafından politik ve adli af olarak bilinirdi. Bu kelimenin fiili olarak Yunan terminolojisinde kullanılan “sungnome” ise aynı fikirde olmak, rıza göstermek, kabullenmek, haklı bulmak anlamlarına geliyordu. Hristiyanlık gelmeden önce eski Roma ve Yunan kültürlerinde, affediciliğin erdemi içermediği gibi tuhaf bazı görüşler de bulunmaktaydı (Griswold, 2007, s.3).

20.yy’den sonra filozofların affedicilik kavramını nasıl ele aldıklarına baktığımızda, affedicilik daha çok ahlaki bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Yandell (1998)’e göre affedicilik, kişiler arasında gerçekleşen ve ahlaki anlamda büyük öneme sahip olan bir süreçtir. “Seveceksin” buyruğuna dayandırılmaksızın affedicilik anlaşılamaz. Bu ise; kişinin kendi tavırları, intikam için duyduğu arzu, küçük düşürülmüşlüğü verdiği acı ve dargınlık duygularından vazgeçmeye razı oluşu anlamına gelir (Lewis, 1980). Böylelikle kurbanın affediciliği, suçluya karşı değerli bir anlayış, kabulleniş ve sabrı da beraberinde getirmiş olur (Holmgren, 1993’den akt: Enright ve Fitzgibbons, 2015). Dolayısıyla affedicilik, üstün bir yardımsever davranıştır veya anlamlı bir bağlamda yapılan iyiliktir (Kolnai, 1973).

Downie (1965), hasarların yakın ilişkide olanları birbirinden uzaklaştırdığını, affediciliğin ise ilişkileri yeniden onardığını öne sürmüştür. Affeden olmak, affedici ve ihlalcisi arasındaki geride kalan bütün setlerin daimi olarak önlenmesini ve kişide güvenin yeniden kurulmasını gerektirir. Benzer bakış açısı Hughes (1975) tarafından da ortaya koyulmuştur. Affedicilik, hak edilmiş düşmanlığın son bulması ve yerine arkadaşça tutumun yerleştirilmesidir. Affedicilik, sosyal (suçlu kişi başını kaldırabilir) ve içsel dinamikler (suçlu kişinin vicdan azabı dinen) açısından yüksek değerinden dolayı önemli sonuçlara sahiptir.

Kierkegaard'ın affedicilik analizini yapan Roberts-Cady (2003), affediciliği beş noktada ele almıştır. (1) Affedicilik, affedilme eyleminin hatalı olduğu iddiasını içerir. (2) Affedicilik, kişinin suça değil insana bakışındaki değişimi içerir. (3) Affedicilik, kişinin fazileti üzerinde şart koşularak yapılmamalıdır. (4) Affedicilik duygu ve davranışların ikisini bir arada içinde barındırır. (5) Affedicilik hata yapanı dönüştürür ve böylelikle hatayı önler. Hughes (2010) beşinci maddeye ek olarak; affediciliğin, haksızlığa uğramış taraf ve haksızlık yapanın içinde bulunduğu kişiler veya gruplar arası ikili bir ilişki olduğunu belirtmiş ve de kurbanın affettiğinde sadece hatayı yapanı değil; intikam duygularından vazgeçmek suretiyle kendisini de başkalaştırdığını öne sürmüştür (akt: Enright ve Fitzgibbons, 2015).

Görüldüğü gibi filozoflar affediciliği genellikle ahlak bağlamında ele alarak iyilik ve erdem olarak nitelemişler, ayrıca affetmenin kişileri (affeden ve affedilen) ve kişilerarası ilişkileri dönüştürücü yönüne dikkat çekmişlerdir.

2.1.3. Affetme kavramının tanımı

Filozoflar, teologlar ve psikoloji araştırmacıları affediciliğin özü konusunda kendi bakışlarını geliştirip kör bir adamın herkesçe bilinen fili hissetmesi gibi, sahip oldukları doğrular ve onların bakış açılarının destekleyeceği kanıtlar konusunda son derece kararlı olabilirler (Worthington, 2006, s.17). Cinsiyet, ırk, eğitim, sosyoekonomik statü, erken bağlanma deneyimleri, aile ilişkileri/affedicilik kalıplarının gelişimi, özgüven ve ruhsal, duygusal ve fiziksel iyi oluş birleşenleri; kişinin kendisi ve başkaları konusunda affetme yeteneğine karar vermede önemli olan bağlam değişikliklerini oluşturur (Hill, 2001). Bundan dolayı karşımıza affedicilikle ilgili birçok tanım çıkabilmektedir. Radhi Al-Mabuk'un da belirttiği gibi "affedicilik, oldukça geniş ve büyümeye de devam eden, gelişen bir alandır" (kişisel erişim: 7 Kasım 2015).

Carl-Reinhold Brakenhielm'in affedicilik üzerine yaptığı çalışmalarını geliştirerek bir model oluşturan Augsburg (1996), 8 farklı affedicilikten ve onların karşılıklı etkileşimlerinden bahsetmektedir. (1) *Sorumlu olmayan affetme*. Eğer suçlu gelişmemiş, farkında değil, psikolojik olarak hasta, aklen eksik, aciz görünüyorsa kişi sabır, müsamaha, anlayışla harmanlanmış bir affetmeyi tercih eder. (2) *Sorumlu*

Affetme. Eğer suçlu yaptıklarının ve etkilerinin, yaralamalarının veya diğer sonuçlarının tamamen farkındaysa; suçlunun ahlaki ve ilişkisel olarak savunulamaz eylemini kabul etmesi ve bir daha yapmayacağına dair niyetini açıkça ortaya koymasıyla affetme talebinde bulunulabilir. (3) *Negatif affetme, salıverme.* İntikamdan ya da diğerinin intikam alacağı korkusuyla güdülenmekten kaçıştır. (4) *Pozitif Affetme, geri kabul.* Suçlunun affedilmek için talebinin amacı ilişkiyi onarmaktır. (5) *Ahlaki Topluluğa Dönüş.* Kişisel ilişkilerde değil toplulukların (örneğin partilerin, ülkelerin) ilişkilerinde daha memnun edici sonuçlar için söz konusu olan affetmedir. (6) *İlişkinin Yenilenmesi.* Kişisel ilişkiler yeniden onarılabilir daha açık, daha güvenli ilişki oluşturulabilir. (7) *İlişkinin Sürdürülmesi.* Suçlu ve kurban ilişkiyi restore eder ve anlayış ve niyeti sonuna kadar yaşamayı arar. (8) *Yeniden Oluşturma veya Yeniden Anlaşma.* Bağlamın paylaşımı, geleceği gözünün önüne getirme, kaynakların ve gücün yeniden dağıtımı, sadakatin zeminini yeniden inşa etmeyi içerir.

Bazı araştırmacılar bu tanımlardan bazılarının affediciliğe benzese bile affedicilikten farklılaşan özelliklerinin olduğunu ve bundan dolayı bunlara affetme diyemeyeceğimizi ileri sürmektedir. Bu kavramlardan bazıları mazur görmek, mazeretlendirmek ve merhamet etmektir ve bunlar ile affetmek kavramı çokça karıştırıldığından affetmenin ne olduğundan önce ne olmadığını düşünmek yararlı olacaktır (Murphy ve Hampton, 1988, s.20).

Ahlaki açıdan ortada bir yanlışın olmasına rağmen, failin belirli faktörlere sahip olması sebebiyle (akıl hastalığı gibi..), hatalı fiiller için onu suçlamak ya da hatalı davranışı için onu sorumlu tutmak adil olmayabilir. Böyle bir durumda kişi mazur görülebilir (Murphy ve Hampton, 1988, s.20). Masayı hazırlamayı yeni öğrenen bir çocuğun elindeki tabağı düşürmesi mazur görülebilir. Bağışlama sürecinde kişinin niyeti, göz önünde bulundurulmuş önemli etkenlerden biridir. Mazur görmede niyete bakılmadığı için affetmeden farklılaşır (Taysi, 2007).

Haklı çıkarmak (mazeretlendirmek) ise; dışarıdan bakınca yanlış görünen bir eylem olsa bile ahlaka uygun diğer faktörlerden dolayı, eylem daha sonradan değerlendirildiğinde yapılabilecek en doğru eylem olduğu sonucuna varmaktır. Yani bir kişi hiçbir yanlış yapmamışsa ve yaptıklarından sorumlu değilse kızgınlık

duymak veya kırılmak için bir sebep de yoktur. Dolayısıyla affetmekten söz edilemez (Murphy ve Hampton, 1988, s.20).

Yine affedicilikle benzer görülen iktisadi özel af, borçlunun borcunu ödemek zorunda oluşundan serbest bırakılmasıdır. Yargı affı, duruşmanın ceza evresinde hukukun bir mahkemesi tarafından verilen özel aftır (Griswold, 2007, s.17). Özel afta, kişinin bazı kurallara uymaması sonucu kişiye verilen cezanın yetkili merciler tarafından hafifletmesi, daha azıyla muamele edilmesi söz konusudur (Murphy ve Hampton, 1988, s.2). Ancak suçu affedenin suça maruz kalan kişi olmayışı yargı affını affedicilikten ayırır.

Affediciliğin ne olduğunu anlamak için affediciliği neyin oluşturduğunu incelemek de faydalı olacaktır. Affediciliği oluşturan iki temel düşünce söz konusudur; ahlak ve dönüşüm. Affedicilik, en basit formu iyilik arayışı olan ahlak kavramının tam ortasında bulunmaktadır. İnsanlar iyiliği ararken diğerleriyle ilişki içinde olduğu için ahlak kavramı kişilerarası bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Ahlaklı olmak, kişinin sadece dil kurallarını ve davranışlarını ahlaklı bir kişi gibi ayarlaması anlamına gelmez, aynı zamanda iyi niyetlerle insanlara ve onlarla kurdukları ilişkilere odaklanmasını gerektirir. (Enright ve Fitzgibbons, 2000, s.22-23).

İnsan iyiliğinin affedicilikle ilgili iki yönü haklılık ve merhamettir. Birisi affettiğinde haklılık merhametten önce gelmektedir. Daha açık bir ifadeyle, affeden bir kişi diğer insanlar veya toplum tarafından haksızca muamele görmüş olmalıdır. Affedicilik bu haksızlığa karşı verilen merhametli bir cevap niteliğindedir. (Enright ve Fitzgibbons, 2000, s.23)

Affediciliği oluşturan ikinci düşünce olan dönüşüm, affediciliğin gelişimsel bir değişim olduğunu öne sürer; ya affeden kişinin suçluya karşı verdiği önceki cevaplar değişmiştir, ya affedenin duygusal durumu iyi yönde değişmiştir, ya da ilişki gelişmiştir (Enright ve Fitzgibbons, 2000, s.24). Her durumda affediciliğin dönüşümü beraberinde getirdiği görülmektedir.

Affetme terimi iki temel şekilde ele alınmalıdır. Bunlardan ilki kişinin yaptığı bir eylemden dolayı kendisinin bağışlanmasıdır -ki bu daha çok dinlerin ilgi alanına girmekte olup insanın ilahi bir varlık tarafından hangi şartlarda, ne şekilde

affedildiğini irdelemektedir-, diğeri ise kişinin kendisini incitmiş bir başka kişiyi affetmesidir –bu ise daha çok psikoloji ve felsefenin ilgi alanı olmuştur- (Taysi, 2007).

Affediciliğin anlaşılabilmesi için ele alınması gereken kavramlardan bazıları da suç (ihlal), suçlu, kızgınlıktır. Suç (ihlal), insanların kendilerinin, diğerlerinin ve dünyanın nasıl olması gerektiği konusundaki varsayımların ve beklentilerinin çiğnendiğini algıladıkları olaylardır. İnsanlar suçu deneyimlediklerinde suç, suçlu ya da suça nasıl cevap vereceklerini (bilişsel, duygusal, davranışsal) yansıtan sonuçlarla ilişkili negatif düşünceler (Bu benim hayatımı mahvetti), duygular (kızgınlık) ve davranışlar(intikam arayışı) geliştirirler (Thompson ve ark., 2005).

Kızgınlık; zarar verilmenin hissedilmesiyle uyanan, kinin ve kırgınlığın güçlü bir duygusudur. Kızgınlık duygusu gelişirken, bu duyguyla baş edebilmek için üç mekanizma kullanılır: İnkâr, dışa vurum ve kişinin intikam duygularından vazgeçmesini ifade eden affetme (Fitzgibbons, 1986). Olayların değerlendirilmesi ve başa çıkma stratejilerinin ve kaynaklarının kullanışlılığı, insanların sıkıntıları ve uyumsuzlukları çözmek için gösterdikleri çabalarda izledikleri yolu etkiler (Thompson ve ark., 2005).

Tüm bunlardan yola çıkarak affedicilik; bazı yaşam olaylarına eşlik eden sıkıntı ve uyumsuzluklara karşı insanların verdikleri negatif tepkilerini dönüştürmeleri vasıtasıyla, suça (ihlale) karşı verilen cevabın bir metodu olarak kavramsallaştırılabilir (Thompson ve ark., 2005).

Affedicilik; kişinin suça, suçluya ve suçun sekellerine (kalıcı hasar) olan tepkisinin negatiften nötr veya pozitifte dönüştürülerek bir suç algısının yeniden çerçevelenmesi olarak tanımlanır. Suçun kaynağı ve affetmenin amacı; kişinin kendisi, diğer insan ya da insanlar veya kimsenin kontrolü dahilinde olmadığı görülen bir durum (hastalık, doğal afet vb..) olabilir (Thompson ve ark., 2005).

Affedicilik, affedenin içinde meydana gelir. Affetme; uzlaşma talebinin reddedilme riskini taşımaz, uzaklaşmış suçlularla muhtemel yeniden bağ kurmanın güvenilir ilk basamağıdır (Worthington ve Sandage, 2016, s.130).

Enright ve Fitzgibbons (2015, s.32)'un affedicilik tanımına göre, akla uygun bir şekilde adaletsiz bir muameleyle karşı karşıya kaldıklarına karar veren insanlar, isteyerek kırgınlıklarını ve kırgınlıkları ile ilgili tepkilerini terk ettiklerinde ve ihlal edene iyiliğin ahlaki prensiplerine uygun olarak cevap vermek için çabaladıklarında affederler. Bu ise ihlal edene karşı gösterilen sabır, koşulsuz değer, diğerkamlık ve ahlaki sevgiyi içerir.

2.1.4. Affediciliğin kuramsal boyutları

Affedicilik, görüldüğü gibi büyük dinlerin öz değeridir, ancak terapötik literatürde yeterli derecede açıkça ele alınmamıştır (Hope, 1987, s.240). 1930'lu yıllarda, Amerika ve Batı'daki psikologlar ve akıl sağlığı uzmanları affediciliği zaman zaman tartışmışlardır. Bunlardan ikisi olan Piaget (1932) ve Behn (1932), affedicilik kapasitesinin, ahlaki yargıların gelişmesinden ne şekilde kaynaklanabileceğini tartışmışlardır. Litwinski (1945) ise kişilerarası affedicilik kapasitenin duygusal yapısını tanımlamak için ilk kez girişimde bulunmuştur (akt: McCullough ve ark., 2000, s.4). Affedicilik kavramı, daha çok pozitif psikoloji hareketi ile ilgilenen psikologlar tarafından incelenen ve şimdilerde gündem haline getirilen bir konu olmuştur.

Affetmek, 3 açıdan oldukça güçlü bir terapötik müdahaledir. (1) İnsanları geçmişteki kişilerin ve olayların üstü kapalı kontrolünden kurtarır ve insanların geçmişte yaşadıkları üzüntü verici olayları unutmalarına yardımcı olur, (2) kızgınlık ifadelerinden ziyade ilişkilerin uzlaşmasını kolaylaştırır ve (3) sonradan kuracağı ilişkilere kızgınlığını yöneltme ihtimalini ve bilinçdışı şiddet dürtülerinden kaynaklanan cezalandırılma korkusunu azaltır (Fitzgibbons, 1986).

Kişilerarası ve İçsel Bileşenler Model i: Baumeister, Exline ve Sommer (1998), affediciliği ele alırken iki birleşenden bahsetmişlerdir: kişilerarası ve içsel birleşen. İçsel bileşen, ya içsel bir affediciliği ya da onun yoksunluğunu yansıtır. Kişilerarası bileşen ise affediciliğin ifadesini içerir. Kurban ya affedicilik gösterir ya da göstermez. Böylelikle Affediciliğin Bileşenleri (Tablo 2.1.) olarak dört ihtimal karşımıza çıkmaktadır. İlk ihtimalde hem içsel hem de kişilerarası affediciliği olmayanlar affetmez kişilerdir. Suçlu, asla başka şekilde ele alınmaz. Ancak kişi

içinde affedicilik hissediyor ancak bunu dile getirmiyorsa burada sessiz affedicilik meydana gelmiştir. Sessiz affedicilik; içinde sükun, barış hisseden ama yine de suçlunun başının üzerinde bu suçu tutan kurbanlar için belki imtiyaz sahibi olmaları açısından yararlar sağlar. Eğer kişi içinde affettiğini hissetmiyorsa ancak suçluya affettiğini söylüyorsa, bu sahte affediciliktir. Sosyal normlar affediciliği gerektirdiğinde kişi sahte affediciliğe yönelebilir ancak bu durum kurban için oldukça maliyetlidir. Kişi sorundan kurtulsa bile negatif duygular hala onunla beraberdir. Son olarak içsel affediciliğin suçluya ifade edilmesiyle tam affetme gerçekleşir. Böylelikle hem kurban hem de suçlu bundan yararlanır.

Tablo 2.1.
Affediciliğin Bileşenleri

Kişilerarası eylem	+	İntrapsişik durum yok	=	Sahte affedicilik
İntrapsişik durum	+	Kişilerarası eylem yok	=	Sessiz affedicilik
İntrapsişik durum	+	Kişilerarası eylem	=	Tam affedicilik
İntrapsişik durum yok	+	Kişilerarası eylem yok	=	Affetmezlik

Uzlaşma Modeli: Uzlaşmayı anlayabilmek için evrim teorisinden yararlanmak gerektiğini öne süren uzlaşma modeline göre insan olmayan ve sosyal yönden karmaşık gruplarda yaşayan primatlar (şempanzeler, babunlar vb.), hayatta kalmak için diğerlerine dayanırlar. Bu ise işbirliğine dayalı ilişkileri sürdürmek için çok önemlidir. İhlalin kaçınılmaz olacağı rekabetçi durumlar olmasına rağmen, ileride yapılacak işbirliğini sağlama almak için zararı onarmak esastır. Uzlaşma ritüelleri, düşük uyarılmayı ve yakın sosyal ilişkilerde yeniden onarmaya teşvik etmeyi varsayar. Düşük duygusal uyarılarla topluluk içinde yaşayan hayvanlar, topluluğu daha kolay savunabilir, hayatta kalma görevlerini başarmak için daha kolay iş birliği yapabilir ve daha kolay eşleşebilir. Uzlaşma ritüellerini beraberinde getiren düşük uyarılmalar, insanlarda sonradan geliştiği düşünülen affediciliğin öngörülmesini sağlayabilir (De Waal ve Pokorny, 2005).

Düşman-Süreç Modeli: Evrim teorisine dayanan düşünceleri genişleterek iki sistemli düşman-süreç modelini geliştiren McCullough (2001), sosyal süreçleri kontrol etmek için bağlılık-empati sistemi ile aynı konuyu konuşup durmanın (geviş getirme) rekabet halinde olduğunu öne sürer. Bazen affedicilik lider olurken, kimi

zaman da aynı sorunu konuşup durma, yargı veya intikam daha baskındır. Bu model, kişilerarası affedicilikten daha çok içsel affediciliği ele alır (akt: Worthington, 2006).

Karşılıklı Bağlılık Modeli: Rusbult, Hannon, Stocker ve Finkel (2005) ‘in geliştirdiği bu modelde affedicilik, intikam güdüsü ve kızgınlık duygusuyla nitelenmiş suça karşı verilmesi gereken hızlı bir iç ses olarak düşünülebilir. Birçok insan içindeki sesi birkaç saniye içinde susturur. Ve sonra onları ilişki yanlısı veya ilişki karşıtı davranışlara karşı harekete geçiren biliş, duyuş ve güdüyü deneyimler. Affedicilik, ilişkinin pozitif veya negatifliğini aktif veya pasif olarak etkilemek için davranışlar içerir. Bu davranışlar; ses (pozitif aktif), sadakat (pozitif pasif), çıkış (negatif aktif) ve ihmal (negatif pasif) cevaplarıdır (akt: Worthington, 2006, s.19).

Duygusal Koşullandırma Modeli: Worthington (1998), bu modelde yapılan ihlali, acıyı tetikleyen bir uyarıcıya benzetmektedir. Suçun ve uyarıcı çevresindeki durumların görünüşü, korku veya kızgınlığı klasik koşullandırılmış hale getirebileceği için duygusal tepkilerin klasik koşullandırılması için olağan tepkileri incelemiştir. Bir hayvan donabilir, geri çekilebilir, zayıflıktan kaçabilir veya savaşabilir. Bu tepkiler ise bir suça verilen kızmış ve korkulu cevaplarla eşleştirilebilir. Aslında affedicilik, burada söndürmeye benzetilebilir. Bir hayvan (1) yeniden benzer bir durumda bulundurulursa, (2) koşullu uyarıcının diğer çiftine maruz bırakılırsa (hayvan tekrardan zarar görürse), (3) asıl zarar hatırlatılırsa, (4) başka bir durum tarafından benzer bir şekilde zarar görürse; sönme, kızgın ve korkulu tepkinin spontane bir şekilde iyileşmesi için yarar sağlamaktadır (akt: Worthington, 2006). Ancak Worthington (2006), bu modelin kişinin bir suça verdiği tepki olarak kızgınlıktan daha çok korkuya odaklanması ve iradeyi, bilişsel karmaşıklığın zenginliğini ve durumların yorumlanmasındaki ince ayrıntıları hesaba katmaması açısından sınırlı yarar sağlayacağı için eleştirmiştir.

Karara Dayalı Affedicilik Modeli: Affetme, öfke ve dargınlığın bilişsel olarak salıverilmesi olarak tanımlanabilir. Ancak bu olumsuz duyguların bilişsel olarak salıverilmesi duygusal acı ve yaralanmaları her zaman bitirmez. Bilişsel fonksiyonlar dinamik olarak etkili durumlarla sarılı olsalar da, duygular tarafından yönetilmek zorunda değildirler. Kalbimiz kırıldığında otomatik olarak affedicilik duygusu içerisinde olmamız nadir görülür. Bu modelde affedicilik, iradi bir davranış,

salıvermek veya tutmak arasında bir seçim olarak ele alınmıştır (DiBlasio, 1998). Worthington (2006)'a göre karara dayalı affedicilik modelinde, duygusal affetmeye, affetme kararından daha az önem verilerek duygusal affetme geri plana atılmaktadır.

Bilişsel Affedicilik Modeli: Thompson ve arkadaşlarının (2005) ortaya koydukları bu modelde affedicilik; kişinin ihlale, ihlal edene ve ihlalin sonucunda oluşan kalıcı hasarlara verdiği tepkisinin negatiften nötr veya pozitifte dönüştürülerek, ihlal(suç) algısının yeniden çerçevelenmesi olarak tanımlanır. Affediciliğe bilişsel yaklaşan modellerde, terapist, danışanın düşüncelerini değiştirmesi için ona yardımcı olur. Değişen düşüncelerin duygu ve davranışları da değiştirmesi beklenir. Ancak günlük hayatımız boyunca, duygu ve düşüncelerimizin hepsinin bilinçli bilişimizden kaynaklandığını düşünmek yanlış olacaktır (Worthington, 2006).

Süreç Modeli: Enright ve Fitzgibbons (2000)'a göre affedicilik, içinde kişisel farklılıkların bulunabileceği, gelişimsel bir devamlılığı şekillendiren dört aşama barındırmaktadır: Keşfetme, karar verme, çabalama, derinleştirme. Adaletsizliğin olup olmadığı ve yaralanmaları konusunda danışanın iç görüşü onun yaşamını tehlikeye atabileceği için keşfetme aşamasının kilit noktası kızgınlığı anlamak, kızgınlıkla yüzleşmek, kızgınlığı azaltmak ya da onu elimine etmektir. Kızgınlık; duyguları ve düşünceleri barındırması açısından içsel, sözel ve davranışsal olarak ifade edildiğinde dışsal bir durumdur. Kişi kızdıığında hayal kırıklığı ve adaletsiz muameleyle ilişkili duygusal acı ve psikolojik uyarılma yaşar. Bundan dolayı keşfetme aşaması duygusal olarak acı verici bir zaman dilimi olabilir. Danışan, diğerinin adaletsizliğinden dolayı duygusal olarak acı çektiği sonucuna varırsa bu, değişim için motive edici yönde hizmet eder. Duygusal anlamda acı çekmek, affetmek hususunda düşünmek ve affetmeyi denemek için teşvik edebilir. İkinci aşama olan karar aşaması; danışan için affediciliğin ne olduğu ve ne olmadığı konusunda düşünme aşamasıdır. Affetmek için bir karar verme bilişsel bir süreçtir, affetmenin tamamlanması değildir. Danışan bu aşamada affetmek için verilen kesin karar ve onun tamamının süreçte içerildiği ayrımını yapmalıdır. Üçüncü aşama olan çabalamada; affetme kişiye karşı duyulan merhamet ile başlayabilir yani odak keşfetme aşamasında kişinin kendisi iken, çabalama aşamasında odak incitici insana çevrilir. Bu aşamada danışan bilişsel egzersizler yapar çünkü bir suçluyu anlamak,

ona şefkat duymak ya da empati göstermekten daha kolaydır. Affetmek kişinin içinden gelmemesine rağmen kişi, suçluyu affetmeyi aklından geçirir. Bilişsel affetme kararını takiben suçluya karşı duygusal dönüşüm ortaya çıkabilir. Dördüncü ve son aşama olan derinleştirmede; bir suçlu hakkındaki iç görüşler diğer düşünceleri uyarır ve kişi kendisine şu soruları yöneltir: Geçmişte ben de başkalarının affediciliğine ihtiyaç duydum mu?, Ben affedildiğimde benim için de benzer miydi?, Kişilerle ve beni incitenlerle yeni yollarda etkileşime girmek için motive oldum mu? Bu soruların cevapları diğer aşamalar boyunca yeniden bir döngü içine girmeye sebep olur ve affetme zamanla daha da derinleşir.

Zamanla Değişen Affedicilik Modeli: Bu modeli oluşturan birbiriyle ilişkili 3 kavramdan bahsedilir. Bunlardan biri olan hoşgörü, bazı insanların daha hoşgörülü olması gibi kişinin karakteristik bir özelliği olarak değil, spesifik bir suça karşı kişinin tepkisinin ayırt edici bir özelliği olarak anlaşılmalıdır. Zamanla insanların suçu işleyen kişiye karşı güdeleri değişir. Bu güdülerde zamanla oluşan değişime modelin ikinci kavramı olan affedicilik eğilimi denir. Böylelikle affedicilik toplum yanlısı değişimin derecesi olarak ölçülebilir. Yani başlangıçta aynı derecede hoşgörüye sahip olan iki kişiden A'nın üç hafta sonra affetmeme güdüsünde azalma ve pozitif güdülerinde artma meydana geliyorsa A kişisi daha yüksek affetme eğilimine sahiptir denilebilir. Başlama ve bitiş noktası arasındaki düz bir çizgi üzerinde her düşüş noktasıyla birlikte kişinin affediciliğinin pürüzsüz bir şekilde azalmayacağı muhtemeldir. Negatif veya pozitif yaşam olayları, kişinin modu ve yargılamadaki farklılıklar sapmaya neden olur. Affedicilik eğilimini azaltan düz çizgiden sapmalara ise geçici affedicilik denmiştir (McCulough, Fincham ve Tsang, 2003).

2.1.5. Aile ve çift terapisinde affediciliğin kuramsal boyutları

Sağlıklı ve sağlıksız aile ilişkilerindeki farklar, incitmenin varlığı veya yokluğundan kaynaklanmamaktadır. Bundan dolayı aile üyelerinin birbirlerini incitmeksizin bir arada yaşayabileceklerini düşünmek gerçekçi olmayacaktır. (Worthington, 1998). O halde incitmenin var oluşu aile ilişkilerinde affediciliğin yerinin düşünülmesini

gerekli kılmaktadır. Aile terapileri için geliştirilen bazı affedicilik modelleri şu şekildedir:

Empati-Tevazu-Bağlılık Modeli: Aile içindeki incinmelerin ikili etkileşimlerde meydana geldiği ve yine bu etkileşimlerde çözümlendirildiği düşünüldüğünden aile içi ikili etkileşimlerin üzerinde durulmuştur. Her bir aile üyesinin davranışı diğer aile üyesini etkiler. Aile üyeleri inançları, değerleri ve çözümü zor olan bir meseleyi çözmek için birbirine kenetlenen tutumları paylaşarak aslında duygusal bir sistemi de paylaşmış olurlar. Normalde kişiler herhangi bir ihlal durumunda geri çekilerek veya saldırarak kendilerini savunurlar. Evlilik ilişkisinde buna ek olarak evlilik bağının bütünlüğüne yönelik bir sınır ihlali söz konusu olurken, ebeveyn-çocuk etkileşimlerinde, ailevi bağlar ve jenerasyonlar arasındaki güven de ihlal edilmiş olur (Worthington, 1998).

Empati-tevazu-bağlılık modelinde empati merkezde yer alır ve affediciliğe vasıta olur. Bu ise bizi inciten kişiye karşı empati kuramayışımızın affetmemizi olanaksız kılacağı anlamına gelir. Ancak sadece empati yeterli olmayacaktır. Affedicilik empati ve tevazuya verilen doğal bir tepkidir. Kişi bilişsel olarak suçlunun perspektifini yakalamalı ve hatta onunla duygusal olarak özdeşleşmeli ve suçu işleyenin günahkar ve ihmalkar olduğunu düşünmelidir. Kişi, affettiğini içinde hissedilebilir ancak bunu aleni bir davranışla ortaya koyar koymaz, affedicilik affeden kişi için daha gerçek hale gelecektir. Bu aleni davranış; ağlamak kadar küçük, ilişkinin onarılması için yeni yollar aramak kadar büyük olabilir (Worthington, 1998).

Hargrave (1994)'in Affedicilik Modeli: Bağlamsal aile terapisinden faydalanarak geliştirilen bu modelde, affedicilik dört dereceli olarak kavramsallaştırılmıştır. Bunlar: iç görü, anlama, telafi için fırsat verme ve açıkça affetmedir. İç görü, kişinin fark etmesini ve yıkıcı kalıpları değiştirmesini sağlar. Anlama, suçlunun sorumluluklarını kaldırmaksızın sınırlarının farkına varılmasına izin verir. Telafi için fırsat verme, kurbanın ilişkileri onarıcı davranışlar için suçluya şans vermesini içerir. Açıkça affetme ise, daha önceki incitici davranışların tartışmaya açılmasını ve alternatif ilişki kalıplarını değerlendirmeyi içerir (akt: Sells ve Hargrave, 1998).

Madenes (1990)'in Affedicilik Modeli: Bu model cinsel istismara uğramış kız kardeşe sahip yetişkin erkek çocuklarının aileleri içerisinde özrünün ve affediciliğinin kolaylaştırılması için geliştirilmiştir. Ensest ilişkiler bütün aileyi etkilemesine rağmen terapistler kurban ve faili ayrı ayrı ele alarak iyileştirmeye çalışır. Ancak Madenes'in 16 aşamalı bu modeli; suçlunun özür dilemesi beklendikten sonra suçun detayları ve zararın sonuçları üzerine ayrıntılı bir şekilde ailenin toplu olarak konuşmasını içerir. Ailenin diğer üyeleri de kurbanı korumadıkları ve onun acısını fark etmedikleri için kurbandan özür dilerler. Aile içerisinde, onarılmanın metoduna ve gelecekte kurbanın korunmasına karar verilir. Ardından suçlu geri döndüğünde aileyle entegre olması ve sevginin yeniden kurulması için bir plan geliştirilir. Suçlunun, spesifik yaralanmalara maruz bıraktığı için samimi bir özrü tercih etmesine ve empati duygularını geliştirme yeteneğine bağlı olarak tüm bu süreç uzun veya kısa süreli olabilir. Bu modelin başarılı olması; aile üyelerinin zarardan dolayı suçluyu sorumlu tutması ve iyileşme sürecinin sorumluluğunu da toplu bir şekilde üzerlerine almasıyla ilişkilidir (akt: Walton, 2005).

Walton (2005)'un Affedicilik Modeli: Cinsel istismar kurbanlarını iyileştirmek için geliştirilen bu modelde, sistemik aile terapisti Madanes (1990)'in affedicilik modelinden yararlanmıştır ve affetmeyi özür ile ilişkilendirmiştir. Bu modeli geliştirirken çocukluğunda ya da ergenliğinde cinsel istismara uğramış kadınlarla çalışmıştır. Suçluların suçunu kabul etmemesi sonucunda ortada asla bir özür olmayacaktır. Sonuç olarak bu kadınlar kendi kendilerine zarar veren başa çıkma stratejileri ile ellerinden geldikince hayatta kalma savaşı vereceklerdir. Bundan dolayı bu modelde affedicilikle meydana gelen iyileşme suçlu tarafından dilenen özre bağlı değildir. Affedicilik, suçlu adına duyulan pişmanlık ve özür görevlerinin başarıyla tamamlanması süreci olarak kavramsallaşır. Burada kullanılan “suçlu adına” kavramı, kurbanın suçlu üzerindeki yükü aldığı anlamına gelmez. Bu sorumluluk suçlunun ardında kalır. “Suçlu adına” derken kastedilen, eğer kişinin tamamlanmasını istediği şey suçlunun samimi bir özrü ise bunu kendisi için kişi tamamlayabilir. Suçlu çok pişman olmamasına rağmen, kişi özür ve pişmanlıkla gelen onaylama, özgürlük ve iyileşmeyi deneyimleyebilir. Bu süreç beş aşamadan

oluşur. Suçu fark etme, suçun yasını tutma, ortaya çıkarma, suç davranışlarından kaçınma, tazmin etme.

Suçlu zararı fark etmek için sorumlu olan tek kişi değildir. Kurban da suçun çeşidinin farkında olmalı ve gördüğü zarar konusunda hak iddia etmelidir. Yas tutmak kayıp, hasar karşısında verilebilecek doğal bir tepkidir. Suçlunun özür için isteksiz olması kurbanın suçu ortaya çıkarmasını durduramaz. Kurban sessizliği bozduğunda suçlu adına suçun detaylarını itiraf eder. Kurban, onun istismarı hakkında bilgi sahibi olan herkes için utanç hissettiği karmaşık dünyadan kendi kendisine hareket eder. Burada suçlama oluşur. Suçlamanın oluşması affediciliğin ön koşuludur. Dördüncü aşama olan suç davranışlarından kaçınmada, kurban suçlunun davranışlarını değiştirmek amacıyla suçluya baskı kuramaz, sadece kendisini korumak için sorumluluk alabilir. Bir kişinin güvenilirliğine karar vermek için uygun ilkeler geliştirir. Tazmin etme ise, zarar gören bir kişinin hayatının bütünlüğünü ve düzenini yeniden sağlamasını içerir. Bu aşamada gerekirse yasal yollara başvurulabilir (Walton, 2005).

Gordon ve arkadaşlarının (2009) Affedicilik Modeli: Affetme sürecinin başlangıcında insanların affetmezliği çok muhtemel olduğunda, kişiler duygusal karmaşa (kızgınlık, endişe, depresyon) ve partnerleri, ilişkileri ve hatta kendileri hakkında bilişsel karmaşıklık yaşayabilmektedirler. Bu durumlarda partnerlerinden kendilerini çekmeleri ve intikam arayışına girmeleri muhtemel olmaktadır. Bu deneyimler, affediciliğin negatif boyutuyla bağıntılıdır. Affetme sürecinin sonunda insanlar daha affedici olduğunda, zarar gören partnerler suçlu olan partnerlerinden uzaklaşabilmekte, ihaneti anlamalarıyla daha da huzur bulabilmekte ve ihanetin ötesine geçebilmektedirler. Bu deneyimler ise affediciliğin pozitif boyutuyla alakalıdır. Sonuç olarak; bilişsel ve duyuşsal düzensizlik tarafından nitelendirilen negatif affedicilik ve daha sakin, dengeli bir ilişki tarafından karakterize edilen pozitif affedicilik, çift ve aile fonksiyonlarını etkiler.

Affedicilik ve İlişkisel Maneviyat Psikoterapi Modeli: Psikoterapist, danışanının uzaklaştığı aile üyeleriyle yaşadıkları deneyimleri bulması için danışanına yardım eder. Bunun için aile ilişkilerini ortaya çıkaran genogram tekniğini uygulayarak kesilen ilişkilerin yeniden kurulması için seçenekler sağlar. Danışanlar, kendisini acıtan kişiyi suçlama ve onu affetmeyi isteyip istemediği konusunda durum

değerlendirmesi yaparlar. Bu, affetmenin affedenin içinde meydana geldiğini gösterir (Worthington ve Sandage, 2016, s.130).

2.1.6. Evlilikte affedicilikle ilgili yapılan çalışmalar

Tıp ve psikoloji bilimlerinde manevi konulara karşı büyük bir ilgi ve pozitif psikoloji hareketinin yükselişiyle beraber literatürde affedicilikle ilgili tartışmalar mesafe kat etmiştir. Ovid'in Psychoinfo ve Medline veri tabanı incelemesi affedicilikle ilgili kitap, tez ve makalede çarpıcı bir artış olduğunu ortaya koymaktadır. 1982'den 1993'e kadar affedicilikle ilgili iki veri tabanında toplam 145, 2000'den 2005'e kadar 742 yayın bulunmuştur (Lewis, 2005).

Bu zamana kadar affediciliği farklı boyutlarda ele alan bir çok araştırma yapılmıştır. Bunlardan bazıları; psikoterapi ve psikolojik danışmanlık için affedicilik içeren müdahaleler, affedicilik hakkındaki muhakemeyi geliştirme, affediciliği engelleyen ya da kolaylaştıran sosyal ve psikolojik faktörler, affedicilikle kişiliğin ilişkileri, psikolojik fonksiyonellik, fiziksel sağlık ve akıl sağlığının ölçümleriyle affediciliğin ilişkisi konularındadır (McCullough, Bono ve Root, 2005, s.394).

Affedicilik; kişiye karşı yıkıcı hareketlere sahip olanlara yapıcı bir şekilde davranmak ve yıkıcı ilişki tepkilerini yasaklamak için insanları yönlendiren güdüsel bir motivasyondur. Bir kişinin özrünü kabul etme ve suçlu olanı affetme arasındaki ilişkinin, suçlu için artan empatinin bir fonksiyonu olduğu ve affediciliğin suçluya karşı uzlaşmacı ve kaçınmacı davranış ile ilişkili olduğu bulunmuştur (McCullough, Worthington ve Rachal, 1997). Bu bulgular ise affediciliği güdüsel bir fenomen olarak ortaya koymuş ve affedicilik ile empati arasındaki ilişkiyi vurgulamıştır.

İnsanlar kişilerarası anlamda ihlale uğradıklarında affetmemeyi deneyimleyerek tepkide bulunabilmektedirler. Bu anlamda araştırmalar (Berry ve Worthington, 2001; Berry ve ark., 2001; McCullough ve ark., 2001) affetmemeyi bir stres tepkisi olarak, affediciliği ise affetmemenin getirdiği negatif duygulara karşı empati, sempati, merhamet gibi pozitif duyguların duygusal bitişikliği olarak kavramsallaştırmaktadırlar. Başka bir deyişle affedicilik, herhangi bir ihlale karşı gösterilen stresli tepkiyi azaltmak için başvuru duygu-odaklı bir başa çıkma stratejisi olarak da tanımlanabilmektedir (akt: Worthington ve Scherer, 2004).

Fincham, Beach ve Davila (2004) yaptıkları iki çalışmanın birincisinde evliliklerinin ikinci yılında olan çiftler ve de intikam ve bağışlama olmak üzere iki affedicilik boyutu belirlediler. Erkeklerin intikam güdüsünün, eşlerinin rapor ettikleri zayıf çatışma çözümünün büyük bir yordayıcısı olduğunu ve kadınların bağışlama güdüsünün, eşlerinin rapor ettikleri güçlü çatışma çözümünün yordayıcısı olduğunu bulguladılar. İkinci çalışmalarında daha uzun süreli evlilikleri ele alarak intikam, kaçınma ve bağışlama olmak üzere üç affedicilik boyutu belirlediler. Yine kadınların bağışlayıcılıklarının daha iyi bir çatışma çözümünü ve erkeklerin kaçınma güdülerinin eşlerinin rapor ettiği zayıf çatışma çözümünü yordadığını gördüler.

Evlilikte affediciliğe teşvik etme çabalarının ve affediciliğin pozitif etkilerinin literatürde artmasına karşın, affediciliğin henüz bilinmeyen negatif etkilere sahip olduğu da düşünülmelidir. Affedicilik, eleştiri, suçluluk, yalnızlık gibi suçlular için istenmeyen sonuçların izale edilmesiyle suçluların tekrardan suç işleme ihtimalini artırabilir. Çünkü bu sonuçlar suçlunun tekrardan suç işleme cesaretini kırmaktadır. Yeni evli çiftlerle yedi gün günlük çalışması yapılmıştır. Sonuç olarak; eşleri negatif davranışta bulunduktan sonra eşini affeden kişilerin, eşini affetmeyenlerden daha muhtemel bir şekilde eşinin negatif davranışının devam ettiğini bildirdiği tespit edilmiştir (McNulty, 2010).

Affediciliğe motive etmede bağlılığın oynadığı rolün altını çizerek affedicilik süreçlerini ele alan Finkel, Rusbult, Kumashiro ve Hannon (2000)'a göre, Karşılıklı Bağımlılık Teorisi analizlerine dayanarak, (a) kurbanın ihanete karşı kin ve intikam gibi kendini düşünen tepkileri affediciliğe aykırıdır ve (b) affedicilik ilişkiye dair olumlu motivasyona dayanmakta olup güçlü bir bağlılığın sebebidir. Affetme-bağıllık ilişkisinin psikolojik bağlanma ya da uzun süreli uyumdan (alışma) ziyade, devam etme niyetine dayandığı görülmüştür. Ayrıca affedicilik-bağıllık ilişkisinde aldatmanın bilişsel yorumlamaları aracı rol oynamış ve duygusal istikrarsızlıklar tarafından aracılık edildiği bildirilmiştir.

Duygusal bir partnerin affetme eğiliminin, ilişkisel çaba ve negatif çatışmayı azaltma suretiyle ilişki doyumunu arttıracak düşünülerek yapılan araştırmanın sonucunda affediciliğin ilişki öz-denetimini ve kişilerarası negatif çatışma çözme yollarını yordadığı; bu değişkenlerin her ikisinin de affedicilik ile ilişki doyumu arasında aracı

rol oynadığını bulgulanmıştır (Braithwaite, Selby, Fincham, 2011).

Ysseldyk ve Wohl (2012), suçun şiddeti ve affediciliğin bir fonksiyonu olarak bağıllık değişimini incelemiş ve suçun şiddetinin bağıllık düşüşüyle ilişkili olduğunu ancak affediciliğin, daha büyük bir hal alıp bağıllıktaki kaybı azaltmasıyla bağıllık-suç şiddeti ilişkisinde aracı rol oynadığı sonucuna varmışlardır.

2.2. Başa Çıkma

2.2.1. Stres ve bireysel başa çıkma

Başa çıkmayı daha iyi anlamak için öncelikli olarak stres olgusundan bahsetmek yerinde olacaktır. Stres olgusunun fark edilmesi kronolojik olarak 1. ve 2. Dünya savaşlarına denk gelmektedir. Savaşın askerlerin performanslarını ve iyi oluşlarını nasıl etkilediği sorusu stres olgusunun merak edilmesini ve araştırılmasını mümkün kılmıştır. Böylelikle stres, 20.yüzyılın ortalarından sonra psikoloji biliminin de merak konusu olmaya başlamıştır (Lazarus, 1999, s.27).

Stres ve başa çıkma kavramları, kişinin kuramsal perspektifine ve araştırma gündemlerine göre farklılık gösterebilmektedir (Story ve Bradbury, 2004). Selye (1976) stresi, herhangi bir gereksinime karşı bedenin verdiği spesifik olmayan cevap, stresörü ise herhangi bir zamanda stres üreten bir aracı olarak ele alırken; Story ve Bradbury (2004), gergin yaşam olaylarından evlilik çatışmalarına kadar uzanan çeşitli koşulları ve süreçleri belirtmek veya hormonal dalgalanmaları bu deneyimlerle ilişkilendirmek için stres kavramını kullanmıştır.

Psikolojik olarak stresin tanımı yapılırken stres iki yönden ele alınmaktadır. Bunlardan ilki uyarıcı olaydır, çevrede stres reaksiyonlarını kışkırtan ve başa çıkmayı gerektiren uyarıcıların olması (ekonomik zorluklar, boşanma, eşin ölümü vb.) psikolojik stres hususunda düşünmenin doğal ve görünür bir yoludur. Diğer ise stres tarafından üretilen bedensel ve zihinsel tepkidir. Stresi oluşturan uyarıcıya gösterilen baskılanmış, tehdit edilmiş hissetme veya kızgınlık, endişe gibi rahatsız edici tepkilerle tanımlanır (Lazarus, 1999, s.49-57).

Kişinin özellikleri stres yapan uyarıcılara maruz bırakıldığında bu uyarıcıları bazı boyutlara bağlı yapanın ne olduğu, yani kişisel farklılıkları göz önünde bulundurarak

stres etkenini uyarıcı yapanın ne olduğu sorunsalı psikolojik stresi açıklayan bu iki yaklaşım açısından ana problemdir. Nitekim ciddi stres koşullarında bile stres tepki çeşidinin veya derecesinin kişiden kişiye göre değişiklik göstermesi mümkündür (Lazarus, 1999, s.49-57).

Stres, başa çıkma ve duygu kavramları birbirlerine bağı olup kavramsal bir bütün oluşturmalarına rağmen; duygu kuramcıları başa çıkmanın duygulardan ziyade stresle ilişkili olduğunu düşünerek başa çıkmayı stres tepkisi oluştuktan sonra -ki buna burada duygu diyeceğiz-, duyguyu düzenleyerek canlandırma veya duyguyu kışkırtan koşulların üstesinden gelme olarak tanımlamışlardır. Ancak bu tanım başa çıkmayı duygusal süreçlerden ayırdığı ve böylelikle duygusal süreçlerin bütünlüğünü bozmuş olacağı için hatalı görülmüştür (Lazarus, 1999, s. 37).

Folkman ve Lazarus (1980)'a göre bireysel başa çıkma, içsel ve dışsal gereksinimleri ve onlar arasındaki çatışmaları azaltmak, tolere etmek ya da yenmek için sarf edilen bilişsel ve davranışsal çabadır.

2.2.2. İkili başa çıkma kavramı

İkili başa çıkma (dyadic coping) kavramını tanımlamadan önce ikili stresi ele alan bazı araştırmaları incelemek faydalı olacaktır. Evde ve işyerinde karşılaşılan günlük stres deneyimlerinin karşılıklı etkileşimini inceleyen Bolger ve arkadaşları (1989), hem evden işe hem de işten eve stres bulaşması yaşandığını fark etmişlerdir. Erkekler arasında evden işe stres taşıma kadınlara göre daha güçlü iken; işten eve stres taşıma, erkeklerin evden işe stres taşımalarından daha az tutarlı olsa bile hem kadınlar hem de erkekler arasında meydana gelmektedir. Bu bulguları destekleyecek nitelikte araştırma yapan Harper ve arkadaşları (2000), hem erkek hem de kadınlar için günlük yaşanan stresin evlilik kalitesi ile negatif bir ilişkisinin olduğunu ve yakınlığın stres ve evlilik kalitesi arasında aracı rolde olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Bir başka ikili stres araştırmasında yakın ilişkilerde kadın ve erkek arasında cinsel problemlerle stresin nasıl ilişkili olduğu merak edilmiş ve farklı cinsel sorunlarla onların birlikteliklerine ilişkin psikolojik semptomlar, ilişki kalitesi, günlük içsel stresler (çatışmalar, partner için endişelenme..), günlük dışsal stresler (iş stresi vb.) ve kritik yaşam olayları incelenmiştir. Sonuç olarak; günlük dışsal streslerdense

günlük içsel stresler ve bazı durumlarda kritik yaşam olayları, cinsel sorunlar (kadınlarda cinsel isteksizlik, erkeklerde denetimsiz boşalma) ile ilişkili bulunmuştur (Bodenmann ve arkadaşları, 2006).

İkili stres ele alınırken şu üç boyut incelenmelidir: Stres veren olay tarafından her bir partnerin doğrudan veya dolaylı olarak etkilenmiş olması, stres veren olayın kaynağı (içsel-dışsal oluşu) ve zaman sırası (başta çıkma süreci hangi anda her iki partneri de içerdi?) (Bodenmann, 2005, s.34).

İkili stres bağlamında ikili başta çıkmayı ele alacak olursak bu zamana kadar yapılan araştırmalarda ikili başta çıkma kavramının dört temel görüşün çevresinde toplandığını ve geliştiğini görürüz (Bodenmann, 2005, s.35).

Bu görüşlerden ilki ikili başta çıkma kavramını evlilik bağlamındaki kişisel başta çıkma olarak ele almış (Bodenmann, 2005, s.35) ve her bir partnerin yalnız ve bağımsız bir şekilde sergilediği kişisel düzeyde başta çıkmayı ikili başta çıkma olarak tanımlamışlardır (Pearlin ve Schooler, 1978).

İkili başta çıkma kavramının, partnerlerin başta çıkma stratejilerinin bir etkileşimi (Barbarin, 1983) olarak görüldüğü ikinci görüşte; kişisel başta çıkma ile evliliğin işlevinin değerlendirilmesi doğrudan ilişkili olmayıp, kişisel ve ikili başta çıkma arasındaki bazı eşleşmeler evlilik kalitesinin anlaşılmasında etkili olmaktadır (Barbarin, Hughes ve Chesler, 1985). Çiftlerin kişisel başta çıkmalarının örtüşmesi ve ikili başta çıkmasının ortalama seviyesi çiftlerin kişisel ve genel uyumlarıyla ilişkilidir (Pakenham, 1998). Ancak burada kişinin kendi başta çıkması ve partnerinin başta çıkmasının farklılık gösterebileceği dikkate alınırsa kişisel başta çıkma modelinin uyumu açıklamak için yeterli olmadığı anlaşılabacaktır (Berghuis ve Stanton, 2002).

Üçüncü görüşte; her bir partnerin başta çıkma çabasının, diğer partnerin ve ilişkinin daha işlevsel olması üzerinde odaklandığını öne sürülür (Bodenmann, 2005, s.35). Problem odaklı ve duygu odaklı bireysel başta çıkmaya ek olarak; kişilerarası düzeyde başta çıkma, ilişki odaklı başta çıkma olarak ele alınmıştır (Coyne ve Smith, 1991). İlişki odaklı başta çıkma; stresli dönemlerde ilişkiyi yönetme ve korumaya doğru yönelen başta çıkma çabalarını içerir (O'Brien ve DeLongis, 1997, s.162).

Coyne ve Smith (1991), ilişki odaklı başa çıkmayı iki şekilde ele almışlardır. Bunlar aktif katılım ve koruyucu tamponlamadır. Aktif katılım (active engagement), tartışma esnasında partneri konuya dahil etme, partnere nasıl hissettiğini sorma ve diğer yapıcı problem çözümlerini içerirken; koruyucu tamponlama (protective buffering), endişeyi saklama, üzüntüyü inkar etme, anlaşmazlıklardan kaçınarak partnere uyum sağlamayı içerir.

Dördünce görüşte ikili başa çıkma; transaksyonel stres teorisine (Lazarus ve Folkman, 1984'den akt: Bodenmann, 2005, s.36) dayanmakla birlikte sistemik ve sürece yönelik boyutlarda genişletilmiş olup her iki partneri de içinde barındırır (Bodenmann, 2005). Birincil değerlendirmede işlevselliği her iki partnerde ölçmeyi önerir. İkincil değerlendirme olarak kişi veya çiftin stresörle başa çıkıp çıkamayacağına karar verilir. Yeniden değerlendirme sürecinde her bir partner diğer partnerin değerlendirmesini yorumlar ve üçüncü değerlendirmede her iki bakış açısı karşılaştırılır (Bodenmann, 1995).

Sistemik-transaksyonel modelde stres ve başa çıkma; bir partnerin stres sinyalleri ve diğerinin ikili başa çıkma reaksiyonları arasında çift taraflı faal bir karşılıklı etkileşim olarak anlaşılır (Bodenmann, 1997). Stres iletim işlemi partnerlerden her ikisinin de başa çıkma tepkisini tetikler. Birinci partnerin stresi değerlendirişi, ikili başa çıkmanın bazı formlarıyla bu sinyalleri algılayan, yorumlayan ve çözümleyen ikinci partnere iletilir. Stres değerlendirmeleri sözel ya da sözel olmayan yollarla iletebilir. Problem odaklı stres sözel odaklı olarak ifade edilmeye yatkın iken, duygu odaklı stres ses tonu ya da mimikleri içeren sözel olmayan şekilde ifade edilmektedir (Bodenmann, 2005, s.36).

İkili başa çıkmanın sistemik-transaksyonel modelini oluşturan varsayımlarından biri şudur: Partnerlerden birinin iyi oluşu ve doyumunu diğer partnerin iyi oluş ve doyumuna bağlı olduğu için ikili stres ve başa çıkma sistemik açıdan ele alınmalıdır. Böylelikle her bir partner diğerinin stresle karşılaştığında üstesinden gelmesine yardım etmek için güdülendirilebilir (Bodenmann, 2005, s.36).

2.2.3. İkili başa çıkma ile ilgili yapılan çalışmalar

Acree, Billings, Folkman ve Moskowitz (2000) yaptıkları çalışmada, AIDS'li erkeklerin partnerlerinin fiziksel ve zihinsel sağlıklarında modun (bakıcılık, matem gibi) etkilerini araştırmışlardır. Ve sonuç olarak kişiler stresli bir durumla karşılaştıklarında modun sağlık ve başa çıkma stratejisi arasında psiko-fizyolojik bir geçit olduğu sonucuna varmışlardır.

Bokszczanin (2008) doğal afetten sonra belli bir zaman dilimi ergenler arasında travma sonrası stres bozukluğu semptomlarının yordayıcısı olarak aile faktörlerinin (ebeveyn desteği, aile çatışmaları, ebeveynin benimsediği başa çıkma yolu) rolünü değerlendirmek amacıyla yaptığı araştırmada, ergenlerin travmatik olaylarla nasıl başa çıktığını öngörebilmek için ebeveynlerinin başa çıkma yollarını araştırmanın önemini fark etmiştir.

Cohan ve Bradbury (1997) tarafından 60 yeni evli çiftte evlilik uyumu ve depresif semptomlarda uzun süreli değişikliklere dair yaşam olayları ve problem çözme davranışı incelendiğinde; eşlerin problem çözme davranışlarının yaşam olaylarını hafiflettiği görülmüştür. Kadınların kızgınlığı, depresif semptomlarının azalması ve evlilik doyumlarının artması gibi önemli ve kişiler arası olaylara uyumlarını kolaylaştırmıştır. Kadınlar evliliklerine dair daha büyük olayları bildirdiğinde ise erkeklerin kullandığı mizah evlilik istikrarsızlığını artıracak bir katkı sağlamıştır.

Bowman (1990), geliştirdiği Evlilikte Başa Çıkma Ölçeğinde ikili başa çıkmayı olumlu yaklaşım, kendini suçlama, kendiyle ilgilenme, çatışma ve kaçınma olarak beş boyutta ele almıştır. Olumlu yaklaşım, gerçek bilişsel problem çözme davranışlarını yansıtan maddelerden ziyade evliliğin duygusal kalitesini artıran çabaları yansıtan maddeleri öncelikli olarak içermekte olup; duygulara yönelik bu maddeler evlilik uyumuyla pozitif ve anlamlı bir ilişki ortaya koymuştur. Duygu odaklı başa çıkma sadece pozitif yönlü olmayıp, onun negatif tarafı sürekli mutsuz düşünceler içeren kendini suçlama olarak gözükmektedir. Çatışmaya açıklığın, mutsuz bir evliliğin özelliği olduğu ve kaçınmanın evlilik mutluluğuyla negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu bulmuştur. Kendiyle ilgilenmenin ise bir eşin partnerinden uzaklaşmasına yol açarak evlilik mutsuzluğunu yansıtan veya

evlilik mutsuzluğuna sebep olan planlanmış bir kendini geliştirme fikrini ortaya koyarak evlilik mutsuzluğuyla anlamlı bir ilişki içerisinde olduğunu görmüştür.

Özgün (2010), eşlerinin evlilik dışı ilişkileri ortaya çıktıktan sonra evliliklerini sürdüren 189 kadınla yaptığı çalışmada, problem odaklı baş etme stratejileri kullananların, duygu odaklı baş etme stratejileri kullananlara göre daha az travma sonrası stres bozukluğu semptomu sergilediği sonucuna ulaşırken; Duman Temel (2013), affetme ve başa çıkmada evlilik doyumunun aracı rolünü incelediği araştırmada 122 kişi ile çalışmış ve duygu odaklı baş etmenin affetmeyi yordadığı sonucuna varmıştır.

Ülkemizde yapılan ikili başa çıkma ile bağlanma stillerini konu alan araştırmalardan biri olan ve evli bireylerin bağlanma stillerine göre çatışma yönetim biçimleri ve aldatma eğilimlerini incelemek amacıyla 200 evli bireyle yapılan çalışmada; güvensiz bağlanma ile olumsuz çatışma yönetim biçimleri arasında ve aldatma eğilimi ile olumsuz aktif çatışma yönetim biçimi arasında, olumlu ve anlamlı yönde bir ilişki bulunmuştur (Kantarıcı, 2009).

Yine bağlanma stillerine ve kendilik algılarına göre evli bireylerin evlilik sorunlarıyla başa çıkmalarını incelemek amacıyla 228 evli bireyle yaptığı çalışmada Çelenoğlu (2011); güvensiz bağlanan bireylerin başa çıkma yollarından kendini suçlama, kendiyle ilgilenme, kaçınma ve çatışmayı kullandıkları, olumsuz kendilik algısına sahip olanların ise çatışmayı daha çok kullandıkları sonucuna varmıştır. Bunlara ek olarak, kadınların evlilik sorunlarında başa çıkma yollarından kendini suçlama ve çatışmayı daha çok kullanırken, erkeklerin kaçınmayı daha çok kullandıkları sonucuna ulaşmıştır. 20 yıldan daha uzun süre evli olan bireylerin başa çıkma yollarından kendiyle ilgilenme ve kaçınma yolunu daha sık kullandıkları görülmüştür.

Büyükşahin ve Bilecen (2007), geliştirdikleri Yakın İlişkilerde Çok Boyutlu Başa Çıkma Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliğini inceledikleri araştırmada 827 öğrenciye bu ölçeği uygulayarak yakın ilişkilerde stres verici olaylar karşısında kadınların erkeklere oranla daha olumsuz ve edilgen başa çıkma kullandıkları sonucuna varmışlardır.

2.3. İlişki İstikrarının Kuramsal Boyutları

Son yıllarda sosyal bilimciler, bazı ilişkiler solup ölürken diğerlerinin neden sürüp gittiğini anlamak için kayda değer çaba sarf etmektedirler. Bazı araştırmacılar istikrarı anlamının en iyi yolunun; aşk, çekicilik, doyum gibi pozitif duyguların belirleyici faktörlerini ve sonuçlarını keşfetmek olduğunu düşünmektedir (Rusbult, Martz ve Agnew, 1998). Ancak ilişki istikrarını anlamada sadece bu faktörlerin yeterli olmadığı bu konuda ortaya konan görüşlerle birlikte daha iyi anlaşılacaktır.

Chasin, Grunebaum ve Herzig (1990)'in Evlilik Bağları Teorisi: İnsanların evli kalma nedenlerine odaklanarak beş evlilik bağının evliliğin devamını sağladığını öne sürmektedir. Bu bağlar; gelişimsel olarak çocuk-ebeveyn ilişkisinde köklenen Bağlanma/İlgi-bakım gösterme ve İlgi-bakım alma bağı, çocuklukta akran ve oyun tecrübelerinden oluşan Arkadaşlık/Ortaklık bağı, cinsel çekicilik ve cinsel etkinlikteki doyumunu içeren Arzu/Cinsel Aktivite bağı, bir ilişkiye kafa yormayı ve kendini adama kararı verme konusunda bilişsel aktiviteleri içeren Karar/Yükümlülük bağı ve arkadaşlar, çocuklar, köken ailelerle ilişkileri içeren Sosyal Bağlantılar bağıdır. Teoriye göre evliliğin devamlılığının sağlanması için bu bağlardan en az ikisinin tatmin edici düzeyde olması gerekmektedir.

Karşılıklı Bağımlılık Kuramı: Thibaut ve Kelley (1959)'nin geliştirdiği kurama göre ilişkiden doyum almak ve ilişkiye bağlı olmak bire bir aynı anlamlara gelmemektedir. İlişkiden alınan doyum için, kişinin o zamana kadar deneyimlediği ilişkilerden elde ettiği kazançların ağırlıklı ortalaması olan karşılaştırma düzeyi kavramını; ilişkinin istikrarı için ise, kişinin mevcut ilişkisi dışında var olabilecek başka ilişkileri ve onlardan elde edilebilecek sonuçları ele alan seçeneklerin karşılaştırılması kavramını kullanmışlardır. Kişi, ilişkisinin doyumunu ele alırken karşılaştırma düzeyini göz önünde bulundurur. Şu andaki ilişkisi karşılaştırma düzeyinin üzerinde ise ilişkisini doyumlu olarak, mevcut ilişkisi karşılaştırma düzeyinin altında ise ilişkisini doyumsuz olarak nitelendirir. Kişinin, ilişkisini doyumlu olarak değerlendirmesi ilişkinin istikrarı için tek başına yeterli değildir. Bu aşamada seçenekler için karşılaştırma düzeyi kavramı devreye girmektedir. Kişi,

kendi mevcut ilişkisinden elde ettiği kazançları, olası başka ilişkilerden elde edebileceği kazançlardan yüksek olarak değerlendirirse ilişkiyi sürdürme eğilimi gösterir. Tam tersi bir durum söz konusu olup, olası başka ilişkilerin kazançları daha yüksek değerlendirilirse, mevcut ilişki doyum verici olsa da istikrarlı değildir. Bu da uygun bir alternatifle karşılaştığında, kişinin doyumlu ilişkisini sonlandırabileceği anlamına gelir (Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu, 2005; Hovardaoğlu, 1996; Thibaut ve Kelley, 1959).

Yatırım Modeli: Rusbult, Martz ve Agnew (1998), ilişki istikrarını anlamak için üç önemli soruya cevap vermek gerektiğini düşünmektedir. Bunlardan ilki; niçin bazı ilişkiler doyumsuz olmasına rağmen devam ediyor? sorusudur. Örneğin; bazı çiftlerin tembelliklerinden ya da çocuklarının hatırı için mutsuz olmalarına rağmen ayrılmadıkları bilinir. İkinci olarak; niçin bazı ilişkiler tatmin edici iken sonlanıyor? sorusuna cevap aranmalıdır. Nitekim kişiler bazen diğerlerine nazaran daha mutlu olan ilişkilerini cazip alternatiflerin peşinden koşmak için terk edebilmektedirler. Üçüncü önemli soru; ilişkilerde sıradan dalgalanmaları dikkate alarak istikrarı nasıl açıklayabiliriz? Sonuçta en tatminkar ilişkilerde bile doyum konusunda gel-gitler yaşandığını ve çekici alternatiflerin en aşık partnerleri bile tehdit altına aldığını düşünürsek, niçin bazı çiftler benzer dalgalanmalarda hayatta kalırken diğerleri kurtulamamaktadır? Bu soruların ardından karşılıklı bağımlılık kuramının ilişki istikrarını açıklamak için yeterli olmadığı ortaya çıkmış ve bu model biraz daha genişletilerek yatırım modeli ortaya konulmuştur.

Rusbult, Martz ve Agnew'in (1998) yatırım modeline göre; bağımlılık; doyum düzeyi ve seçeneklerin karşılaştırılmasından başka üçüncü bir faktör olan yatırım boyutu tarafından da etkilenir. Yatırım boyutu, kaynakların önemine ve büyüklüğüne işaret eder. Bir ilişkinin gelişmesi için, partnerler yaptıklarının ilişkilerini geliştireceği umuduyla ilişkilerine direk olarak bir çok kaynak yatırımında bulunurlar. Direk yatırımlara örnek olarak, ilişki için yapılan çaba ve zaman yatırımı verilebilir. Ayrıca, bazı yatırımlar dolaylı da olabilmektedir. Bu yatırımlar ortak arkadaşlar, kişisel kimlik, çocuk yada mal mülk paylaşımı gibi aslen ikincil kaynaklar bir ilişkiye bağlılık meydana getirdiğinde oluşur. Kaynakların yatırımı; bir ilişkinin bitmesinin maliyetini arttıracak için, ilişkinin devam etmesi yönünde güçlü

bir psikolojik teşvik olarak hizmet ederek bağlılığı geliştirir.

Yatırım modeli, artan bağımlılığın (dependence) bir sonucu olarak bağlılık (commitment) duygularının meydana çıktığını farz ederek karşılıklı bağımlılık modelini genişletir. Bağlılık düzeyi, bir ilişkide devamlılığa niyet olarak tanımlanır ve psikolojik bağlanma hislerinin yanı sıra bağlılığa uzun süreli bir uyumu da içinde barındırır. Kişiler artan bir bağımlılık (doyum, seçeneklerin niteliği ve yatırım) oluşturdukça güçlü bir bağlılık geliştirme eğilimine girerler. Bağlılık, kişinin bağımlılığının kaynağına binaen kurulan sadakat hisleri olarak tanımlanabilir (Rusbult, Martz ve Agnew, 1998).

Aktör-Partner Bağımlılık Modeli: Bir çiftin (oda arkadaşları, patron-çalışan, karı-koca) iki üyesi basit bir şekilde bağımsız iki kişi değildir. Birlikte bizim bağımlılık olarak bildiğimiz bir şeyler paylaşırlar. İki kişi birbiriyle eşleştğinde aralarında bağımlılık olması için üç işlem gereklidir: Partner etkisi, ortak etki, kader birliği etkisi. Bir kişinin karakteri veya davranışları partnerinin sonuçlarını etkiliyorsa partner etkisi meydana gelir. Bir oda arkadaşının yaptığı ev işi miktarı onun yaşam düzenlemeleriyle diğer oda arkadaşının doyum seviyesini etkileyebilir. Benzer şekilde bir kadının flört ettiği partnerine güveninin, partnerinin ilişkiye olan bağlılığını ne kadar etkilediği partner etkisine bir örnektir. Her iki partnerin sonuçları karşılıklı olarak birbirlerini etkiliyorsa ortak etki meydana gelir. Böylelikle ortak etki, geri dönüt sürecini içerir. Bir çiftin her iki üyesi de aynı nedensel faktörlere maruz kalmışlarsa kader birliği etkisi meydana gelir. Hoş olmayan bir çevreye sahip apartman bloğunda yaşayan iki ev arkadaşının doyumları, hoş olmayan çevre her ikisini de etkileyeceği için benzer düzeyde olacaktır (Kenny, Kashy ve Cook, 2006).

Aktör-Partner Bağımlılık Yatırım Modeli: Aktör-partner bağımlılık modelinin ve yatırım modelinin genişletilmesiyle birlikte ortaya çıkan modelde asıl amaç, her bir partnerin doyumunu, alternatifleri ve yatırımlarının aktör-partner etkisi aracılığıyla yordanmasıdır. Aktör etkisinden kastedilen, kişinin doyumunun yine kişinin ilişkiye bağlılığını etkilemesidir. Partner etkisi ise, kişinin doyumunun partnerinin doyumunu ve dolayısıyla partnerinin ilişkiye bağlılığını etkilemesidir. Sonuç olarak, kişinin ilişkiye bağlılığı partnerinin ilişkiye bağlılığını etkileyecektir (Macher, 2013).

2.3.1. İlişki istikrarı ile ilgili yapılan çalışmalar

Bahr (1979) evlilik istikrarı ile stres arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla yaşları 30 ile 44 arasında değişen 4332 kadınla çalışmış ve çeşitli şekillerde (yardım kuruluşları, hükümet destekli yardımlar, gıda pulları vb.) yardım alan beyaz kadınların hiçbir yardım almayanlara göre evliliklerini daha sıklıkla sonlandırdığı sonucuna varmıştır.

Rusbult (1983), heteroseksüel flört ilişkisinin uzun süreli araştırmasında zamanla gelişen bağlılık ve doyum aracılığıyla sürece ilişkin yatırım modeli öngörülerini test etmiştir. Ödüllerdeki (kabul görme, iyi vakit geçirme vb.) artış daha iyi bir ilişki doyumuna sebep olurken, bedellerdeki (zaman ve emek harcamak, seçenekleri değerlendirmemek vb.) çeşitlilik doyumun derecesini anlamlı bir şekilde etkilememiştir. Daha büyük ödüller ilişkiye devam etmeye olan bağlılığı arttırırken bedellerin değişimi bağlılığa herhangi bir şekilde etki etmez. Bu araştırmanın bulgularıyla ayrılma-kalma davranışlarının arasını bulmada bağlılıkta zamanla meydana gelen değişikliklerin önemi anlaşılmış oldu.

Aile üyelerinin birbirlerini etkileyebilme yetenekleri konusundaki inançları iki ebeveynli ve iki çocuklu toplam 51 aileyle çalışılarak araştırılmış ve sonuç olarak 3 farklı yönden ele alınmıştır. Bunlardan ilki ilişkide kişisel kontrolün hissedilmesi inancı olan etkililik, ikincisi partneri tarafından kontrol edilen kişinin inancı olan uysallık, üçüncüsü kader, şans veya bilinmeyen faktörlerden dolayı meydana gelen ilişki sonuçlarına olan alın yazısı inancıdır. Bu kontrol boyutlarında karşılıklı bağımlılığın meydana gelmesi Sosyal İlişkiler Modelinin kullanımının araştırılmasına yöneltmiştir. Kişilerarası kontrol mekanizmasının yalnızca algılayanın bir fonksiyonu olamayacağı, aynı zamanda ilişkinin ve partnerin karakterlerine de bağlı olacağı sonucuna varılmıştır (Cook, 1993).

Türkiye’de ise ilişki istikrarı konusunda sayılı araştırma bulunmaktadır. Yılmaz ve Hovardaoğlu (2015)’nin yakın ilişkilerdeki bazı değişkenler (ilişki süresine dair beklenti, ilişkiye bağlılık, partnerin çekiciliği, ilişkinin niteliğini olumlu değerlendirmek, ilişkide güvende hissetmek, ilişkiyi önemli bulmak, partnerle mutlu olmak vb.) ve yatırım modelinin unsurları ile benlik kavramıyla ilişkili kendini

izleme değişkeninin ilgili olup olmadığını bulmayı amaçlayan çalışmaları bunlardan biridir. Bulgular, seçeneklerin niteliğini değerlendirme alt leğinin yüksek kendini izleme ile ilgili olduğunu ancak doyum ve yatırım alt leklerinin yüksek ya da düşük kendini izleme ile herhangi bir ilişkisi olmadığı yönündedir.

Haskan Avcı (2013), evliliğe hazırlık programlarının evlilik ilişkisine ve evlilik istikrarına etkisini incelemek amacıyla yaptığı araştırmasında, İletişim, atışma zme, Farklılıkları Kabul, İlişki Doyumu, Bağlılık değişkenlerinin, Evliliğe Hazırlık Programları sonrasında, deney grubu puan ortalamalarının kontrol grubu puan ortalamalarından anlamlı olarak arttığı görülmüştür.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde; evlilikte affedicilik ve başa çıkma becerilerinin evlilik istikrarı üzerindeki yordayıcılığı üzerine yapılan bu araştırmanın yöntemi ele alınmış olup; bu bağlamda araştırmanın çalışma grubu, veri toplama araçları ve kullanılan istatistiksel analizler konusunda bilgi verilmiştir.

3.1. Katılımcılar

Araştırmaya 231 kadın, 93 erkek ve de 1 cinsiyetini belirtmeyen, toplamda 325 evli birey katılmıştır. Araştırmaya katılmak için evli ve gönüllü olmak esas alınmıştır. Araştırmanın çalışma grubunda İstanbul ve Gaziantep ağırlıklı olmak üzere toplam 19 il bulunmaktadır. Katılımcıların %49,2'si İstanbul, %40,6'sı Gaziantep ve %10,2'si ise diğer 17 şehirde yaşamaktadır. Araştırmaya katılanların %0,9'u ilkokul terk, %17,8'i ilkokul, %7,1'i ortaokul, %18,5'i lise, %39,4'ü üniversite ve %15,4'ü lisansüstü ve üzeri eğitim seviyesinde olup, %0,9'u (N=3) eğitim durumunu belirtmemiştir. Katılımcıların meslekleri çalışan, çalışmayan ve emekli olmak üzere üçe ayrılmış olup; %61,7'si çalışan, %36,9'u çalışmayan, %1,9'u emeklidir.

Katılımcılara ait demografik bilgiler Tablo 3.1.'de gösterilmektedir.

Tablo 3.1.
Katılımcıların Demografik Bilgileri

	N	%
Cinsiyet		
Kadın	231	71,1
Erkek	93	28,6
Eğitim Durumu		
İlkokul terk	3	0,9
İlkokul mezunu	58	17,8
Ortaokul mezunu	23	7,1
Lise mezunu	60	18,5
Üniversite mezunu	128	39,4
Lisansüstü	50	15,4
Meslek		
Çalışan	199	61,2
Çalışmayan	120	36,9
Emekli	6	1,8
Şehir		
İstanbul	160	49,2
Gaziantep	132	40,6
Diğer	32	10,0

Katılımcıların yaşları 18 ile 62 arasındadır ve ortalaması 36,21'dir. Evlilik süresi 2 ay ile 43 yıl arasında değişmekte olup ortalaması 12,9'dur. Katılımcıların sahip oldukları çocuk sayısı 0 ile 10 arasında değişmektedir. Katılımcıların %17,5'ini çocuğu olmayanlar, %22,5'ini 1 çocuklu, %27,4'ünü 2 çocuklu, 19,4'ünü 3 çocuklu, 4,9'unu 4 çocuklu, 1,8'ini 5 çocuklu, 1,5'ini 6 çocuklu ve 0,6'sını 8 ve 10 çocuklu bireyler oluşturmaktadır. Katılımcıların aylık toplam gelirleri ise 900 TL ile 30000 TL arasında değişmekte olup ortalaması 4775,78 TL'dir. Katılımcılara ait yaş, evlilik süresi, çocuk sayısı ve aylık toplam gelir bilgileri Tablo 3.1.'de verilmektedir.

Tablo 3.2.

Katılımcıların Yaş, Evlilik Süresi, Çocuk Sayısı, Aylık Gelir Ortalamaları Ve Standart Sapmaları

	X	S.
Yaş	36,21	9,12
Evlilik Süresi	12,99	10,20
Çocuk Sayısı	----	1,45
Toplam Aylık Gelir	4775,78	3513,81

3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak için Evlilikte Suçu Affetme Ölçeği (ESAÖ), Evlilikte Başa Çıkma Ölçeği (EBÇÖ), İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ) ve Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır.

3.2.1. Evlilikte suçu affetme ölçeği

Paleari, Regalia ve Fincham (2009), tarafından geliştirilen ESAÖ, evlilik yaşamında partnerin olumsuz davranışlarına karşı geliştirilen tutumu ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 6'lı likert tipte olup, 10 maddeliktir ve ters puanlanan madde bulunmamaktadır. 4 madde bağışlama alt boyutunu, 6 madde ise dargınlık-kaçınma alt boyutunu ölçmektedir. Ölçeğin alt boyutlarından elde edilen puanlar kişinin ilgili alt boyutta değerlendirilen özelliğe sahip olduğunu belirtir.

Yapılan uyum geçerliği çalışmalarında Dargınlık-Kaçınma alt ölçeği ile empati ($r=-.44$), evlilik kalitesi ($r=-.42$), evlilik desteği ($r=-.36$), özsaygı ($r=-.25$) ve yaşam doyumu ($r=-.35$) arasında negatif; derin düşünce ($r=.62$), depresyon ($r=.33$) ve stres ($r=.34$) arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Bağışlama alt ölçeği ile empati ($r=.63$), evlilik kalitesi ($r=.51$), evlilik desteği ($r=.44$) ve yaşam doyumu ($r=.38$) arasında pozitif; derin düşünce ($r=-.37$), depresyon ($r=-.29$) ve stres ($r=-.18$) arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Yapılan güvenirlik çalışmasında Dargınlık-Kaçınma alt ölçeği Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları .79 ile .83 arasında, Bağışlama alt ölçeği için .80 ve .76 olarak hesaplanmıştır (Paleari, Regalia ve Fincham, 2009).

Ölçeğin Türkiye'deki geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını Akın, Çolak ve Eroğlu

(2012) yapmıştır. Yapı geçerliği için 250 evli bireyden elde edilen verilere uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde iki boyutlu modelin uyum indeks değerleri şu şekildedir: $\chi^2=82.16$, $df=30$, $RMSEA=.084$, $NFI=.94$, $CFI=.96$, $IFI=.96$, $GFI=.94$, $SRMR=.057$. ESAÖ'nün iç tutarlılık çalışmalarında Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .83 olarak bulunmuş ve düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu çalışmalarında düzeltilmiş madde-toplam korelasyon katsayılarının .43 ile .66 arasında değiştiği saptanmıştır (akt: Akın, 2012, s.173).

3.2.2. Evlilikte başa çıkma ölçeği

Bowman (1990) tarafından geliştirilen EBÇÖ, evlilik sorunlarında eşlerin başa çıkma yollarını ölçmek amacını taşır. Ölçeğin başında eşlerin arasında en çok tekrarlanan sorunun ne olduğuna dair açık uçlu bir soru ve bu sorunun ne kadar önemli olduğunu ölçen 5'li likert tipte bir değerlendirme sorusu bulunmaktadır. Devam eden 64 soru 5'li likert tipte olup, ölçekte toplamda 66 madde bulunmaktadır. EBÇÖ, Kendini Suçlama, Olumlu Yaklaşım, Çatışma, Kendiyle İlgilenme, Kaçınma 5 alt ölçeğinden oluşmaktadır. Ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışmaları kapsamında alt ölçeklerinden elde edilen Cronbach alfa değerleri; Kendini Suçlama .88, Olumlu Yaklaşım .82, Çatışma .88, Kendiyle İlgilenme .82, Kaçınma .49 şeklindedir.

EBÇÖ'nün Türkiye'deki geçerlik güvenirlik çalışmaları Acicbe (2002) tarafından yapılmıştır ve geçerlilik güvenirlik çalışmalarında elde edilen Cronbach alfa katsayıları şu şekildedir: Kendini Suçlama .87, Olumlu Yaklaşım .54, Çatışma .84, Kendiyle İlgilenme .68, Kaçınma .49. Kendini Suçlama alt ölçeğinde bulunan 14 madde huzursuzluk, kendini suçlama, endişe, uyku ve sağlıkla ilgili sorunlarla ilgili olup 1 ile 70 arasında puanlanabilmektedir. Olumlu Yaklaşım alt ölçeğinde bulunan eğlence, fiziksel ilgi, birlikte yapılan aktiviteleri başlatma ve güzel anılara dair 13 madde 1 ile 65 arasında puanlanmaktadır. Çatışma alt ölçeğinde çatışma, eleştiri, iğneleme ve intikam ile ilgili 13 madde bulunmakta olup her iki alt ölçekte de puanlar 0 ile 65 arasında bulunmaktadır. Kendiyle İlgilenme alt ölçeğinde bulunan 7 madde evlilik harici aktivitelerdeki planlı artışla ilgilidir ve 1 ile 35 arasında puanlanabilmektedir. Kaçınma alt ölçeğinde ise duyguların bastırılmasını ve inkar edilmesini içeren 12 madde 1 ile 60 arasında puanlanmaktadır. Ölçekte bulunan 3,

17, 21, 24, 50, 57 maddeleri ters kodlanmaktadır. Herhangi bir alt ölçekten alınan yüksek puan, o alt ölçekteki başa çıkma yolunun daha sık kullanıldığını göstermektedir. Ölçekte hiçbir alt faktöre giremeyen 5 madde bulunmaktadır.

3.2.3. İlişki istikrarı ölçeği

Rusbult, Martz ve Agnew (1998) tarafından geliştirilen İİÖ, ikili ilişkilerde bireylerin ilişki doyumu, yatırımı, ilişkiye bağlılığı ve seçeneklerin niteliğini ölçmek amacıyla dizayn edilmiştir. Kişinin kendisi hakkında bilgi vermesi esasına dayanır. Ölçek; 30 maddeye ve ilişki doyumu, ilişki yatırımı, seçeneklerin niteliğini değerlendirme 3 alt boyutuna sahiptir. Her bir alt boyutun, ilk beş maddesi dörtlü ve diğer maddeleri ise dokuzlu likert tipte olan onar maddesi vardır. Ölçekte toplam puan hesaplaması yapılmamaktadır; ancak alt boyutlara ait kişinin aldığı puanlar arttıkça o alt boyuta ait özelliklere yüksek düzeyde sahip olduğunu söylemek mümkündür. Ölçeğin iç tutarlılık çalışmasında bulunan Cronbach alfa değerlerinin aralıkları; ilişki doyumu boyutu için .92 ile .95, ilişki yatırımı boyutu için .82 ile .84, seçeneklerin niteliğini değerlendirme boyutu için .82 ile .88'dir.

İİÖ, Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu (2005) tarafından Türkçe'ye çevrilmiş ve çevrilen tüm maddeler ve özgün form, beş öğretim elemanına verilmiş ve uygun olan ve olmayan maddeleri saptamaları ve öneride bulunmaları istenmiştir. Ölçek uygulamasına duygusal birlikteliği olan 196 kadın, 128 erkek ve 1 cinsiyetini belirtmeyen toplam 325 gönüllü öğrenci katılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğini anlamak için faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda faktör sayısının üç olduğu görülmüş. Rusbult ve ark. (1998)'nın sonuçlarıyla tutarlı faktör yapısı bulunmuştur. Ölçeğin ölçüt geçerliliği için İİÖ alt boyutları ile Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeğinin özgeci aşk, arkadaşça aşk, tutkulu aşk, mantıklı aşk, oyun gibi aşk ve mantıklı aşk alt boyutları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Sırasıyla ilişki doyumu için -.28 ile .67, seçeneklerin niteliğini değerlendirme için -.45 ile .41, ilişki yatırımı için -.25 ile .49 arasında korelasyonlar bulunmuştur.

Ölçeğin güvenirliği için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ve iki yarım test güvenirliğine bakılmıştır. Cronbach alfa değerleri; İlişki Doyumu alt ölçeği için .90, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt ölçeği için .84, İlişki Yatırımı alt ölçeği

için .84'tür. iki yarım güvenirlikleri İlişki Doyumu alt ölçeği için .84, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt ölçeği için .71, İlişki Yatırımı alt ölçeği için .78'dir (Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu, 2005).

Kadın ve erkeklerin İİÖ'den aldıkları puanların anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak amacıyla yapılan t testi sonucunda seçeneklerin niteliğini değerlendirme alt boyutu açısından anlamlı bir fark bulunmuştur. Ortalama değerlere bakılarak erkeklerin başkasıyla birlikte olma olasılığına daha sıcak baktıkları sonucuna ulaşılmıştır (Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu, 2005).

3.2.4. Demografik bilgi formu

Bu formda; araştırma problemi bağlamında önem arz eden ve katılımcılara ait demografik özellikleri saptayabilmek amacıyla uygulayıcı tarafından hazırlanan ikisi çoktan seçmeli, altısı açık uçlu olmak üzere toplam 8 soru bulunmaktadır. Soruların içeriğini yaş, cinsiyet, evlilik süresi, çocuk sayısı, eğitim durumu, meslek, aylık toplam gelir ve yaşanılan şehir oluşturmaktadır.

3.3. Verilerin Toplanması

Öncelikle Fatih Üniversitesi Bilimsel Etik Kurulu'ndan bu araştırmanın yapılabilmesi için izin alınmıştır. Ölçekler evli ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan evli bireylere uygulanmıştır. Toplanan verilerin sadece bu araştırma kapsamında kullanılacağı belirtilmiştir. Araştırmanın verileri İstanbul, Gaziantep ve diğer 17 ilden Kasım 2015 ile Mart 2016 arasında toplanmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen verilerin analizi için, veriler SPSS 20 Mac paket programına aktarılmıştır.

İki ilişkisiz örneklem ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan T-testi analizi (Büyüköztürk, 2009, s.39), bu araştırmada bağımlı değişkenlerin cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını bulgulamak için kullanılmıştır.

İlişkisiz iki ya da daha çok örneklem ortalaması arasındaki farkın sıfırdan anlamlı bir şekilde farklı olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan One-Way ANOVA (tek faktörlü varyans analizi) (Büyüköztürk, 2009, s.48), bu araştırmada ilişkisiz altı eğitim düzeyi olması sebebiyle bağımlı değişkenlerin eğitim düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını bulgulamak için kullanılmıştır.

İki değişken arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda elde edilen Pearson korelasyon katsayısı değişkenler arasındaki ilişkinin düzeyini, miktarını ve yönünü açıklayan bir sayıdır (Büyüköztürk, 2009, s.31). Bu araştırmada yaş, evlilik yılı, çocuk sayısı ve gelir bağımsız değişkenleri ile bağımlı değişkenlerin arasındaki ilişkinin ve bağımlı değişkenlerin kendi aralarındaki ilişkinin düzeyini, miktarını ve yönünü belirlemek amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

Bağımlı değişkenle ilişkili olan iki ya da daha çok değişkene dayanarak bağımlı değişkenin tahmin edilmesi amacıyla uygulanan çoklu doğrusal regresyon analizi (Büyüköztürk, 2009, s.98), bu araştırmada Evlilik İstikrarının alt ölçeklerinin Evlilikte Suçu Affetmenin ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt ölçekleri tarafından tahmin edilebilirliğini ortaya koymak için kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR ve YORUM

Bu bölümde, Evlilikte Affediciliğin ve Evlilikte Başa Çıkmanın alt boyutlarının Evlilik İstikrarının alt boyutları üzerindeki yordayıcılığı araştırılacaktır. Bu amaçla, sırasıyla T testi, One-Way Anova testi, bağımsız değişkenlerin Pearson Korelasyon analizi, regresyon analizi varsayımlarının karşılanmasına dair yapılan testler ve son olarak 320 evli bireyden elde edilen verilerin çoklu regresyon analizleri sunulacaktır.

4.1. Bağımsız Örneklem T-Testi Analizi Sonuçları

Kadın ve erkeklerin EİÖ, ESAÖ, EBCÖ alt boyutlarından aldıkları puanların anlamlı şekilde farklılık gösterip göstermediklerini belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi analizi yapılmıştır ve analizin sonuçları Tablo 4.1’de sunulmuştur.

Tablo 4.1.
Bağımsız Örneklem T-Testi Analizi Sonuçları

	Kadın		Erkek		t
	$\bar{X}$	S	$\bar{X}$	S	
E.D.	51,07	12,99	54,70	9,67	-2,755**
S.N.D.	19,69	10,39	24,74	12,20	-3,507**
E.Y.	42,50	12,16	45,73	11,08	-2,213*
D.-K.	18,80	6,67	15,89	5,15	4,212**
B.	14,08	4,65	14,31	4,28	-,411
K.S.	34,41	9,22	28,80	7,82	5,157**
O.Y	40,16	8,50	41,50	8,79	-1,267
Ç.	25,85	8,51	23,98	8,56	1,783
K.İ.	16,84	5,42	15,96	5,81	1,288
K.	32,07	5,08	31,98	4,96	,136

E.D.: Evlilik Doyumu, S.N.D.: Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme, E.Y.: Evlilik Yatırımı, D.-K.: Dargınlık-Kaçınma, B.: Bağışlama, K.S.: Kendini Suçlama, O.Y: Olumlu Yaklaşım, Ç.: Çatışma, K.İ.: Kendiyle İlgilenme, K.: Kaçınma, *p<.05, **p<.01

Tablo 4.1’de de görüldüğü gibi Evlilik Doyumu (Kadınlar $X=51.07$, Erkekler $X=54.70$; $t=-2.755$, $p<.01$), Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme (Kadınlar

X=19.69, Erkekler X=24.74; $t=-3.507$, $p<.01$), Evlilik Yatırımı (Kadınlar X=42.50, Erkekler X=45.73; $t=-2.213$, $p<.05$), Dargınlık-Kaçınma (Kadınlar X=18.80, Erkekler X=15.89; $t=4.212$, $p<.01$) ve Kendini Suçlama (Kadınlar X=34.41, Erkekler X=28.80; $t=5.157$, $p<.01$) alt boyutları cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

Bu sonuçlara göre kadınlar eşlerinin işledikleri suç durumlarında anlamlı bir şekilde erkeklerden daha fazla dargınlık-kaçınma tutumları sergilemektedir ve evlilik sorunlarıyla karşılaştıklarında başa çıkma yöntemlerinden kendini suçlamaya anlamlı bir şekilde erkeklerden daha çok başvurumaktadırlar. Öte taraftan erkekler kadınlara göre anlamlı bir şekilde evliliklerine daha fazla yatırım yaptıklarını ve evliliklerinden daha çok doyum aldıklarını düşünmekte, başka seçeneklerle karşılaştıklarında seçenekleri değerlendirme olasılığına daha sıcak bakmaktadırlar.

4.2. One-Way ANOVA Testi Sonuçları

Evli bireylerin eğitim durumlarının EİÖ, ESAÖ, EBÇÖ alt boyutlarından aldıkları puanların anlamlı şekilde farklılık gösterip göstermediklerini belirlemek amacıyla $p<.05$ olmak üzere One-Way ANOVA testi yapılmıştır. Analizin sonuçlarına göre anlamlı olarak üniversite mezunları (X=54.51) ortaokul mezunlarına (X=47.17) göre evliliklerinden daha fazla doyum almaktadır. Lisansüstü eğitim düzeyindeki evli bireyler (X=25.96) diğer tüm eğitim düzeyindeki evli bireylere (İlkokul terk X=13.00, İlkokul X=17.63, Ortaokul X=19.30, Lise X=18.45, Üniversite X=22.39) göre, üniversite düzeyindeki evli bireyler ise ilkokul ve lise düzeyindeki evli bireylere göre başkasıyla birlikte olma olasılığını değerlendirmeye daha olumlu bakmaktadır. Ortaokul mezunları (X=20.26) lisansüstü eğitim düzeyine (X=17.00) göre dargınlık- kaçınma tutumu sergilemektedir. İlkokul mezunları (X=27.31) lisansüstü eğitim düzeyine sahip evli bireylere (X=23.50) göre evlilik sorunlarıyla karşılaştıklarında çatışmaya daha fazla başvurmakta; üniversite mezunu evli bireyler (X=30.94) ilkokul terk haricinde kendinden alt eğitim düzeyine sahip evli bireylere (İlkokul X=32.72, Ortaokul X=34.00, Lise X=33.31) göre evlilik sorunlarında kaçınmaya daha az başvurumaktadırlar.

Tablo 4.2.

Eğitim Düzeyleri Arasındaki Farkları Gösteren One-Way Anova Sonuçları

	İ.Terk		İlkokul		Ortaokul		Lise		Üniversite		Lisans üstü		Varyans		Anlamlı Fark
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	F	p	
E .	47,14	50,12	47,16	51,13	54,9	51,12	2,07	O-Ü							
S.N.D.	13,50	17,6	10,7	11,4	18,4	10,1	22,3	11,0	25,9	10,9	4,79	,00	L.Ü.-İ.T.,İ.,O.,L.,Ü., Ü.-İ.,L.		
E .	49,8	42,13	41,11	42,13	44,10	41,12	9,47	-							
D .	18,8	18,6	20,5	17,6	17,6	17,6	1,41	O.-L.Ü.							
B .	17,3	13,4	15,4	14,4	14,4	13,4	,8	-							
K .	33,3	34,9	33,9	32,8	32,9	31,9	,6	-							
O .	36,3	40,9	40,8	42,8	40,8	39,7	,8	-							
Ç .	28,8	27,9	24,7	24,8	25,8	23,8	,27	İ.-L.Ü.							
K.İ .	14,5	15,5	17,5	16,5	16,5	17,5	,9	-							
K .	32,4	32,5	34,5	33,4	30,4	31,5	,3	Ü.-İ.,O,L.							

*p<.05

*p<.05

4.3. Sürekli Değişkenlerin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Araştırmada bulunan sürekli değişkenler arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü belirlemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Bulunan korelasyon katsayıları Tablo 4.3’de gösterilmektedir.

Tablo 4.3. Sürekli Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	-								
2.	-,262**	-							
3.	,490**	-,198**	-						
4.	-,456**	,186**	-,181**	-					
5.	,045	,074	,218**	,237**	-				
6.	-,327**	,142*	-,043	,479**	,151**	-			
7.	,404**	-,196**	,251**	-,317**	,073	-,237**	-		
8.	-,274**	,236**	-,078	,556**	,138*	,532**	-,319**	-	
9.	-,226**	,273**	-,210**	,261**	-,091	,289**	,009	,322**	-
10.	-,221**	,069	-,138*	,296**	,003	,165**	-,114*	,242**	,316**
11.	-,137*	-,109	-,059	,070	-,027	,039	-,155**	-,019	,028
12.	-,136*	-,181**	-,037	,094	-,009	,104	-,118*	-,005	,027
13.	-,071	-,128*	,001	,084	,007	,098	-,089	,035	-,034
14.	-,103	,221**	-,091	-,020	-,072	,043	-,121	-,022	,162**
1.=Evlilik Doyumu, 2.= Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme, 3.=Evlilik Yatırımı, 4.=Dargınlık-Kaçınma, 5.=Bağışlama, 6.=Kendini Suçlama, 7.=Olumlu Yaklaşım, 8.=Çatışma, 9.=Kendiyle İlgilenme, 10.=Kaçınma, 11.=Yaş, 12.=Evlilik Yılı, 13.=Çocuk Sayısı, 14.=Gelir, *p<.05, **p<.01									

Sürekli Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları (Tablo 4.3.)’de görüldüğü gibi Evlilik İstikrarı Ölçeğinin kendi alt boyutları içerisinde Evlilik Doyumu ile Evlilik Yatırımı ($r=.490$, $p<.01$) arasında pozitif yönde; Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ile Evlilik Doyumu ($r=-.262$, $p<.01$) ve Evlilik Yatırımı ($r=-.198$, $p<.01$) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Evlilikte Suçu Affetme Ölçeğinin kendi alt boyutları içinde Dargınlık-Kaçınma ile Bağışlama ($r=.237$, $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Evlilikte Başa Çıkma Ölçeğinin kendi alt boyutları içerisinde ise Kendini Suçlama ile Olumlu Yaklaşım ($r=-.237$, $p<.01$) arasında negatif yönde; Çatışma ($r=.532$, $p<.01$), Kendiyle İlgilenme ($r=.289$, $p<.01$) ve Kaçınma ($r=.165$, $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Olumlu Yaklaşım ile Çatışma ($r=-.319$,

$p<.01$) ve Kaçınma ($r=-.114$, $p<.01$) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki varken; Çatışma ile Kendiyle İlgilenme ($r=.322$, $p<.01$) ve Kaçınma ($r=.242$, $p<.01$) arasında ve Kendiyle İlgilenme ile Kaçınma ($r=.316$, $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Evlilik Doyumu ile Olumlu Yaklaşım ($r=.404$, $p<.01$) arasında pozitif yönde, Dargınlık-Kaçınma ($r=-.456$, $p<.01$), Kendini Suçlama ($r=-.327$, $p<.01$), Çatışma ($r=-.274$, $p<.01$), Kendiyle İlgilenme ($r=-.226$, $p<.01$) ve Kaçınma ($r=-.221$, $p<.01$) arasında negatif yönde anlamlı ilişki; Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme ile Olumlu Yaklaşım ($r=-.196$, $p<.01$) arasında negatif yönde; Kendini Suçlama ($r=.142$, $p<.05$), Çatışma ($r=.236$, $p<.01$) ve Kendiyle İlgilenme ($r=.273$, $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki; Evlilik Yatırımı ile Dargınlık-Kaçınma ($r=-.181$, $p<.01$), Kendiyle ilgilenme ($r=-.210$, $p<.01$) ve Kaçınma ($r=-.138$, $p<.05$) arasında negatif; Bağışlama ($r=.218$, $p<.01$) ve Olumlu Yaklaşım ($r=.251$, $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki gözlemlenmiştir.

Dargınlık-Kaçınma ile E.B.Ç.Ö'nün tüm alt boyutları arasında (Kendini Suçlama ile $r=.479$, $p<.01$; Olumlu Yaklaşım ile $r=-.317$, $p<.01$; Çatışma ile $r=.556$, $p<.01$; Kendiyle İlgilenme ile $r=.261$, $p<.01$; Kaçınma ile $r=.296$, $p<.01$); Bağışlama ile E.B.Ç.Ö'nün Kendini Suçlama ($r=.151$, $p<.01$) ve Çatışma ($r=.138$, $p<.05$) alt boyutları arasında anlamlı ilişki gözlemlenmiştir.

Yaş ile Evlilik Doyumu ($r=-.137$, $p<.05$), Kaçınma ($r=.189$, $p<.01$) ve Olumlu Yaklaşım ($r=-.155$, $p<.01$) arasında; evlilik yılı ile Evlilik Doyumu ($r=-.136$, $p<.05$), S.N.D. ($r=-.181$, $p<.01$), Olumlu Yaklaşım ($r=-.118$, $p<.05$) ve Kaçınma ($r=.177$, $p<.05$) arasında; çocuk sayısı ile S.N.D ($r=-.128$, $p<.05$) arasında; aylık toplam gelir ile S.N.D. ($r=.221$, $p<.01$) ve Kendiyle İlgilenme ($r=.162$, $p<.01$) arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.

4.4. Regresyon Analizi Varsayımlarının İncelenmesi

Regresyon analizinin varsayımları bağımlı değişkenlerin normal dağılım göstermesi, hata varyanslarının eşit olması, bağımsız değişkenler arasında ilişki olmaması ve otokorelasyon olmamasıdır. Bu bölümde bu varsayımların sağlanıp sağlanmadığını

anlamaya yönelik yapılan testler incelenecektir.

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek için bağımlı değişkenlere ait histogram grafikleri incelenmiştir. Buna ek olarak Klasik Mahalanobis Uzaklığı analizi ile bulunan olasılık değerlerinden $p > 0.001$ koşulunu sağlamayan 4 katılımcı bulunmuştur ve bu 4 katılımcının verileri çıkarılmıştır.

Bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantının araştırılması için VIF değerlerine bakılmıştır. VIF değerleri 1,141 ile 1,781 arasında değişmekte olup, ortalaması 1,417 olarak bulunmuş ve bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantının olmadığı gözlemlenmiştir.

4.5. Evlilik İstikrarının Yordayıcısı Olarak Evlilikte Suçu Affetmenin ve Evlilikte Başa Çıkmanın Alt Boyutlarının Regresyon Analizi Sonuçları

Evlilik İstikrarının Evlilikte Suçu Affetme ve Evlilikte Başa Çıkma Ölçeklerinin alt boyutları tarafından yordanıp yordanmadığını ve yordaniyorsa ne derece yordandığını belirlemek amacıyla yaş, evlilik yılı, çocuk sayısı, gelir, cinsiyet, eğitim durumu ve yaşanılan şehir kontrol edilerek çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Evlilik Doyumunun çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 4.4'te gösterilmiştir.

Tablo 4.4.

Evlilik İstikrarı Ölçeğinin Alt Boyutlarından Evlilik Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	B	SH _B	ß	t	p
Dargınlık-Kaçınma	-,674	,135	-,362	-4,992	,000***
Bağışlama	,237	,154	,087	1,535	,126
Kendini Suçlama	-,149	,091	-,112	-1,643	,102
Olumlu Yaklaşım	,370	,085	,269	4,344	,000***
Çatışma	,093	,110	,063	,848	,397
Kendiyle İlgilenme	-,167	,140	-,074	-1,191	,235
Kaçınma	-,014	,145	-,005	-,093	,926
R=.600 F=13.242 ***p<.001	R ² =.258 p<.001				

Evlilik İstikrarı Ölçeğinin Alt Boyutlarından Evlilik Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları (Tablo 4.4.) incelendiğinde Dargınlık-Kaçınma, Bağışlama, Kendini Suçlama, Olumlu yaklaşım, Çatışma, Kendiyle İlgilenme ve Kaçınma ile birlikte Evlilik Doyumunu anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir ($F=13.242$, $p<.001$). Bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni açıklamasına yönelik toplam varyansa (R^2) göre, bağımsız değişkenlerin hepsi birlikte Evlilik Doyumu alt ölçeğindeki toplam varyansın %25.8'ini açıklamaktadır. Yordayıcı değişkenlerin yordanan değişkenler üzerindeki göreceli önem sırasını gösteren standardize edilmiş regresyon katsayıları (β) incelendiğinde, Evlilik Doyumunun en güçlü yordayıcısının Dargınlık-Kaçınma ($\beta=-.362$), ve sonrasında sırasıyla Olumlu Yaklaşım ($\beta=.269$), Kendini Suçlama ($\beta=-.112$), Bağışlama ($\beta=.087$), Kendiyle İlgilenme ($\beta=-.074$), Çatışma ($\beta=.063$) ve Kaçınma ($\beta=-.005$) olduğu görülmektedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise sadece Dargınlık-Kaçınma ve Olumlu Yaklaşım değişkenlerinin Evlilik Doyumunun anlamlı birer yordayıcısı oldukları görülmektedir.

Tablo 4.5.

Evlilik İstikrarı Ölçeğinin Alt Boyutlarından Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirmenin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	B	SH _B	β	t	p
Dargınlık-Kaçınma	,031	,139	,017	,220	,826
Bağışlama	,236	,159	,091	1,486	,139
Kendini Suçlama	,084	,093	,066	,904	,367
Olumlu Yaklaşım	-,256	,088	-,195	-2,924	,004**
Çatışma	,070	,113	,050	,618	,537
Kendiyle İlgilenme	,547	,144	,254	3,793	,000***
Kaçınma	-,052	,150	-,022	-,349	,728

R=.512 R²=.135

F=6.027 p<.001

p<.01, *p<.001

Evlilik İstikrarı Ölçeğinin Alt Boyutlarından Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirmenin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları (Tablo 4.5.) incelendiğinde Dargınlık-Kaçınma, Bağışlama, Kendini Suçlama, Olumlu

Yaklaşım, Çatışma, Kendiyle İlgilenme ve Kaçınma ile birlikte Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirmeyi anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir ($F=6.027$, $p<.001$). Bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni açıklamasına yönelik toplam varyansa (R^2) göre, bağımsız değişkenlerin hepsi birlikte Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme alt ölçeğindeki toplam varyansın %13.5'ini açıklamaktadır. Regresyon katsayıları (β) incelendiğinde, Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirmenin en güçlü yordayıcısının Kendiyle İlgilenme ($\beta=.254$) ve ardından sırasıyla Olumlu Yaklaşım ($\beta=-.195$), Bağışlama ($\beta=.091$), Kendini Suçlama ($\beta=.066$), Çatışma ($\beta=.050$), Kaçınma ($\beta=-.022$) ve Dargınlık-Kaçınma ($\beta=.017$) olduğu görülmüştür. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise sadece Kendiyle İlgilenme ve Olumlu Yaklaşım değişkenlerinin Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirmenin anlamlı birer yordayıcısı oldukları görülmektedir.

Tablo 5.6.

İstikrarı Ölçeğinin Alt Boyutlarından Evlilik Yatırımının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	B	SH _B	β	t	p
Dargınlık-Kaçınma	-,451	,146	-,248	-3,08	,002**
Bağışlama	,433	,167	,163	2,591	,010**
Kendini Suçlama	,092	,099	,070	,932	,353
Olumlu Yaklaşım	,242	,092	,180	2,620	,009**
Çatışma	,058	,119	,041	,491	,624
Kendiyle İlgilenme	-,315	,152	-,143	-2,07	,040*
Kaçınma	,032	,158	,013	,201	,841

R=.461 $R^2=.113$

F=4.693 $p<.001$

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

Evlilik İstikrarı Ölçeğinin Alt Boyutlarından Evlilik Yatırımının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları (Tablo 4.6.) incelendiğinde Dargınlık-Kaçınma, Bağışlama, Kendini Suçlama, Olumlu Yaklaşım, Çatışma, Kendiyle İlgilenme ve Kaçınma ile birlikte Evlilik Yatırımını anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir ($F=4.693$, $p<.001$). R^2 'ye göre, bağımsız değişkenlerin hepsi birlikte Evlilik Yatırımı alt ölçeğindeki toplam varyansın %11.3'ünü açıklamaktadır. Regresyon katsayıları (β) incelendiğinde, Evlilik Yatırımının en güçlü yordayıcısının Dargınlık-Kaçınma ($\beta=-.248$) ve ardından sırasıyla Olumlu Yaklaşım ($\beta=.180$),

Bağışlama ($\beta=.163$), Kendiyle İlgilenme ($\beta=-.143$) Kendini Suçlama ($\beta=.070$), Çatışma ($\beta=.041$), Kaçınma ($\beta=.013$) ve olduğu görülmüştür. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise sadece Dargınlık-Kaçınma, Bağışlama, Kendiyle İlgilenme ve Olumlu Yaklaşım değişkenlerinin Evlilik Yatırımının anlamlı birer yordayıcısı oldukları görülmektedir.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın amacı evlilikte suç affetmenin ve evlilik sorunlarıyla başa çıkmanın evlilik istikrarı üzerindeki yordayıcılığını incelemektir. Bu bağlamda bu bölümde ilk olarak bulgulardan çıkarılan sonuçların genel bir özeti verilmiş, ardından bu sonuçlar literatür eşliğinde ele alınmış ve tartışılmış, son olarak da ileride yapılacak araştırmalar için bazı öneriler sunulmuştur.

5.1. Sonuçların Genel Özeti

5.1.1. Bağımlı değişkenlerin korelasyon analizi bulgularına dair sonuçlar

1. Evli bireylerin evliliklerinden aldıkları doyum arttıkça evlilikleri için daha fazla çaba (vakit ayırma, duygusal paylaşım, birlikteliğin süresi..) sarf etmekte ve eşleri haricinde seçeneklere sıcak bakmamaktadırlar. Aynı zamanda evli bireyler evliliklerine yatırım yaptıkça da evlilik harici ilişkilere olumsuz bakmaktadırlar.
2. Evli bireyler eşlerinden gördükleri haksız muameleler karşısında bağışlayıcı bir tutum sergiledikçe gösterdikleri dargınlık, kaçınma tutumları artmaktadır.
3. Evli bireyler evlilik sorunlarından dolayı kendilerini suçladıkça çatışma, kendileriyle ilgilenme ve kaçınma davranışları artıyorken sorunlara olumlu yaklaşabilme ihtimalleri azalmaktadır. Evlilik sorunlarına olumlu yaklaştıkça eşlerin çatışma ve kaçınma davranışları azalmaktadır. Evlilik sorunlarından dolayı çatışma yaşayan evli bireyler daha çok kaçınmakta ve kendileriyle ilgilenmektedirler. Evlilik sorunlarından dolayı kaçınma davranışı sergileyen evli bireyler kasıtlı bir şekilde evlilik harici aktivitelere daha çok yönelmektedir.
4. Evli bireylerin eşleri tarafından haksız muameleye maruz kaldıklarında sergiledikleri dargınlık, kaçınma davranışları evlilik sorunlarında kendini

suçlama, çatışma, kendiyle ilgilenme ve kaçınma gibi olumsuz yaklaşımlar sergilemelerini artırırken, evlilik sorunlarına olumlu yaklaşımı azaltmaktadır. Ayrıca bu haksız muameleler karşısında bağışlayıcı bir tutum sergileyen evli bireyler kendini suçlama ve çatışma tutumları artmıştır.

5.1.2. Bağımlı değişkenlerin bağımsız değişkenlerle ilişkisine dair sonuçlar

1. Erkekler kadınlara göre evliliklerinden daha fazla doyum almakta olduklarını ve evlilikleri için daha fazla yatırım yaptıklarını düşünmekte, aynı zamanda evlilik harici başka ilişkilere daha sıcak bakmaktadırlar. Kadınlar eşleri tarafından haksız bir muameleye uğradıklarında dargınlık-kaçınma tutumlarını erkeklere göre daha fazla sergilemekte ve karşılaştıkları evlilik sorunlarında kendilerini daha fazla suçlamaktadırlar.
2. Üniversite mezunları ortaokul mezunlarına göre evliliklerinden daha fazla doyum almaktadırlar. Lisansüstü evli bireyler kendilerinden alt eğitim düzeyindeki bireylere göre, üniversite düzeyindeki evli bireyler ise ilkökul ve lise düzeyindekilere göre evlilik harici ilişkilere daha sıcak bakmaktadırlar. Ortaokul mezunları lisansüstü eğitim düzeyine göre evliliklerinde haksız muamelelerle karşılaştıklarında daha fazla dargınlık-kaçınma tutumu sergilemektedir. İlkokul mezunları lisansüstü eğitim düzeyine sahip bireylere göre evlilik sorunlarında daha kaçınmacı bir tutum sergilemekte, üniversite mezunu evli bireyler kendilerinden alt eğitim düzeyine sahip evli bireylere göre kaçınmaya daha nadir başvurmaktadırlar.
3. Yaş ve evlilik yılı arttıkça evlilikten alınan doyum ve evlilik sorunları karşısında sergilenen olumlu yaklaşım azalmakta iken, kaçınmacı tutum artmaktadır. Ayrıca evlilik yılı ve çocuk sayısı arttıkça evlilik harici ilişkiler edinme düşüncesine daha olumsuz bakılmaktadır. Gelir düzeyi arttıkça evlilik harici ilişkilere daha sıcak bakılmakta ve evlilik sorunlarıyla karşılaşıldığında kasıtlı olarak evlilik harici aktivitelere yönelme artmaktadır.

5.1.3. Bağımlı değişkenlerin yordanmasına dair sonuçlar

1. Eşleri tarafından haksız muamele ile karşılaşan bireylerin dargınlık, kaçınma tutumları sergilemeleri evliliklerinden aldıkları doyumun azalmasına sebep olmakta iken, evli bireylerin karşılaştıkları evlilik sorunlarına olumlu yaklaşımları evliliklerinden aldıkları doyumu artırmaktadır.
2. Evli bireylerin karşılaştıkları evlilik sorunlarına olumlu yaklaşımları evlilik harici ilişkileri değerlendirmelerinin azalmasına sebep olurken, kasıtlı olarak evlilik dışı aktivitelere yönelmeleri evlilik harici ilişkileri değerlendirmelerini artırmaktadır.
3. Eşleri tarafından haksız muamele ile karşılaşan bireylerin dargınlık, kaçınma tutumları sergilemeleri ve evlilik sorunları karşısında kasıtlı olarak evlilik dışı aktivitelere yönelmeleri evliliklerine yaptıkları olumsuz bir yatırım niteliği taşımakta iken eşleri tarafından haksız muamele ile karşılaşan bireylerin bağışlayıcı tutumları ve evlilik sorunlarına olumlu yaklaşımları ise evliliklerinin devamlılığı için bir yatırım niteliğindedir.

5.2. Tartışma

5.2.1. Bağımlı değişkenlerin korelasyon analizi bulgularına dair sonuçların tartışılması

1. Evlilik doyumu ile evlilik harici ilişkileri değerlendirme arasındaki ilişkiye dair literatür incelendiğinde; ektramarital ilişki ile evliliğin zayıf oluşu ya da evliliğin doyumsuz oluşu arasında anlamlı bir ilişki olmadığını bulgulayan araştırmalara rastlanmaktadır (Johnson, 1970; Neubeck ve Schletzer, 1962). Bu çalışmaların aksine Bell ve arkadaşları (1975), ektramarital ilişki yaşayan kadınlar arasında evlilikten alınan doyumun daha düşük düzeyde olduğunu bulgulamışlardır. Levin (1975) tek eşli kadınların %83'ünde, ektramarital ilişki yaşayan kadınların %61'inde evlilikten alınan doyumun yüksek olarak nitelendirildiği sonucuna varmışlardır (akt: Glass ve Wright, 1977). Bu bulgular bizim sonuçlarımızla paralellik göstermektedir. Ektramarital ilişki genellikle düşük evlilik doyumu ile ilişkilendirilse de, Glass ve Wright (1977)

evlilik doyumu ile ekstramarital ilişki arasındaki bağlantının cinsiyet ve evlilik süresine göre farklılaşabileceğini belirtmişlerdir. Bu konuda yapılan araştırmaların değişkenlik göstermesi araştırmaların yapıldığı örneklem büyüklüğünün değişkenlik göstermesi ve kültürlerin ve dolayısıyla ekstramarital ilişkiye yükledikleri anlamların farklılaşmasından kaynaklanabilmektedir (Glass ve Wright, 1977). Yatırım modeli ölçeğinin geliştirildiği çalışmada yapılan korelasyon analizinde ise doyum düzeyi ile yatırım miktarı pozitif yönde; seçeneklerin niteliğini değerlendirme ile doyum düzeyi ve yatırım miktarı negatif yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur. (Rusbult, Martz, Agnew, 1998). Bu bulgular ise bizim bulguladığımız korelasyon analizi ile paralellik göstermektedir.

2. Literatürde evli bireylerin eşlerinden gördükleri haksız muameleler karşısında bağışlayıcı bir tutum sergiledikçe, dargınlık-kaçınma tutumlarının da artış gösterdiği bulgusuna rastlanmamıştır. Akın, Çolak ve Eroğlu (2012)'nin Türkçeye uyarlama çalışmasını yaptıkları Evlilikte Suçu Affetme Ölçeğinden de bağışlama ve dargınlık-kaçınma tutumları iki zıt boyut olduğu için toplam puan elde edilmemektedir. Ancak Baumeister, Exline ve Sommer (1998)'in affediciliği ele alırken kişilerarası ve içsel olmak üzere bahsettikleri iki bileşen, bulgularımızdan elde ettiğimiz sonucu anlamamıza yardımcı olacaktır. Kişilerarası bileşen affediciliğin ifadesini belirtirken, içsel bileşen affediciliğin kişinin içinde gerçekleşen boyutunu vurgular. Kişi içsel bileşen olarak affeder veya affetmez ve kişilerarası bileşen olarak affedicilik gösterir veya göstermez. Böylelikle affediciliğe dair dört ihtimal karşımıza çıkar. Kişi hem içsel hem de kişilerarası bileşende affetmiyorsa affetmezlik; içsel bileşende affedicilik hissediyor ancak kişilerarası bileşende bunu dile getirmiyorsa sessiz affedicilik; içsel bileşende affedicilik hissetmiyor ancak kişilerarası bileşende affetmiş görünüyor ise sahte affedicilik; içsel bileşende hissedilen affediciliğin kişilerarası bileşende ifade edilmesiyle tam affedicilik ortaya çıkar. Sahte affedicilik sosyal normlar affediciliği gerektirdiğinde, sessiz affedicilik ise kurbanın suçludan elde ettiği kazançların devam etmesini sağlaması açısından başvuru affedicilik çeşitleridir. Sahte

affedicilikte birey affetmiş görünüp bağışlayıcı tutumlar sergilerken aslında dargınlık-kaçınma gibi olumsuz duygularını içinde taşımaya devam etmektedir. Sessiz affedicilikte ise birey bağışlayıcı duyguları içinde barındırırken dargınlık-kaçınma gibi olumsuz tutumlar sergilemektedir. Her iki affedicilik çeşidinde de iki zıt tutum aynı bireyde bulunabilmektedir. Bu ise araştırmamızın sonuçlarını destekler niteliktedir. Dolayısıyla araştırmamızın bulgularından elde ettiğimiz sonucun affediciliğe dair literatürdeki olumlu çalışmalarla paralellik göstermemesi, kullanılan ölçeğin hem duygu (“Yaptıklarından dolayı hala eşime karşı biraz kin besliyorum.”) hem de davranış (“Eşim bu şekilde davrandığından beri, ilişkimizi eski haline koymak için elimden geleni yaptım.”) ifadeleri içeren maddeler bulundurmasından ve dolayısıyla katılımcıların affediciliklerinin Baumeister, Exline ve Sommer (1998)’ın ortaya koyduğu affedicilik çeşitleriyle farklılaşmasından kaynaklanabilmektedir.

3. Dolphin, Steinhardt ve Cance (2015), kabullenme, aktif baş etme, planlama, olumlu yeniden çerçeveleme, duygusal destekleri kullanma ve araçsal destekleri kullanma gibi uyumlu başa çıkma yolları arttıkça davranışsal geri çekilme-kaçınma diyebiliriz-, inkar, kendini suçlama ve kendi dikkatini dağıtma-kendiyle ilgilenme diyebiliriz- gibi uyumsuz başa çıkma yollarının azaldığını bulgulamışlardır. Bu bulguları ise bizim evlilikte baş etme yollarının birbirleri ile ilişkisine yönelik bulgularımızdan elde ettiğimiz sonuçlarla paralellik göstermektedir.
4. Fincham, Beach ve Davila (2004), eşlerinin haksız muamelelerine maruz kalan evli bireylerin dargınlık-kaçınma tutumları sergilediklerinde yapıcı problem çözme çabalarından kolayca vazgeçmiş olduklarını; eğer evli bireyler affetmedikleri eşlerinin suçlarından dolayı evlilik problemlerinin çözümü esnasında yıkıcı davranışlara başvurmayı haklı buluyorlarsa çatışma çözümü sürecindeki girişimlerinin olumsuz etkilemesinin muhtemel olduğunu öne sürmüşlerdir. Bireyin eşine karşı iyi niyetinin aşınması uzlaşma (bireyin eşinin negatif bir davranışına karşı pozitif tepki vermesi) gibi çaba gerektiren süreçlerin temelini çürütmeye benzer ve böylelikle anlaşmazlıklar

esnasında daha otomatik ve negatif cevapların hakim olmasına izin verilmiş olunur (Rusbult, Verette, Whitney, Slovik ve Lipkus, 1991; Rusbult, Yovetich ve Verette, 1996). Bu ise, evli bireylerin eşleri tarafından haksız muameleye maruz kaldıklarında dargınlık, kaçınma davranışları sergilemeleri evlilik sorunlarında kendini suçlama, çatışma, kendiyle ilgilenme ve kaçınma gibi olumsuz yaklaşımlar sergilemelerini artırırken, evlilik sorunlarına olumlu yaklaşımı azaltmakta olduğuna yönelik bulgularımızla paralellik göstermektedir.

Fincham, Beach ve Davila (2004)'nın bulgularına göre; evliliklerinde erkeklerin dargınlık-kaçınma tutumları sergilemeleri sorunlu etkileşimlerle anlamlı bir şekilde ilişkiliyken, kadınlardaki düşük bağışlayıcılık sorunlu etkileşimlerle güçlü ilişki içerisindedir. Bizim bulgularımıza göre ise; evliliklerinde haksız muamelelerle karşılaşp bağışlayıcı bir tutum sergileyen bireylerin evlilik sorunlarında kendilerini suçlama ve çatışma tutumlarının arttığı yönünde olup bu çalışma ile çatışmaktadır. Evlilikte affediciliğin olumlu etkilerinin aksine; McNulty (2010) evlilikte affediciliğin olumsuz etkilerinin de olabileceğini öne sürmüş ve eşleri negatif davranışta bulunduktan sonra eşini affeden kişilerin, eşini affetmeyenlerden daha muhtemel bir şekilde eşinin negatif davranışının devam ettiğini bildirdiklerini tespit etmiştir. Bu ise negatif davranışta bulunan eşin davranışının devam etmesi nedeniyle affeden eşte affettiği için kendini suçlayan ve negatif davranışı devam ettirdiği için eşine karşı çatışma içeren tutumlar sergilemesine sebep olabilir.

5.2.2. Bağımlı değişkenlerin bağımsız değişkenlerle ilişkisine dair sonuçların tartışılması

1. Evlilik harici ilişkilere yönelmenin cinsiyetle ilişkisine dair literatür incelendiğinde, vardığımız sonuç ile literatürün paralellik gösterdiği görülmüştür (Kantarıcı, 2009; Polat, 2006). Büyükşahin, Hasta ve Hovardaoğlu (2005)'nin İlişki İstikrarı Ölçeğinin geçerlik güvenirlik çalışmasını yaptığı araştırmada, kadınların ve erkeklerin sadece seçeneklerin

niteliğini değerlendirme boyutunda farklılaştığını görmüşlerdir ve kadınlarla karşılaştırıldığında erkeklerin evlilik harici ilişkilere daha sıcak bakabildikleri sonucuna ulaşmışlardır. Kubat (2012), erkeklerin aldatma eğiliminin kadınların aldatma eğiliminden daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Bu bulguyu ise toplumda erkeğin aldatmasının kadının aldatmasına göre daha anlaşılır görülmesi nedeniyle erkeğin evlilik harici seçenekleri değerlendirme eğiliminin daha fazla olabileceği şeklinde yorumlamıştır.

Bağışlama davranışının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemesi literatür ile benzerlik göstermektedir (Ayten, 2009).

Kadınların evlilik sorunlarından dolayı kendilerini suçladıklarına yönelik bulgumuz Bowman (1990)'ın bulguları ile paralellik göstermektedir. Ancak Bowman (1990)'ın çalışmasında kadınların ekstra olarak çatışma ve kendiyle ilgilenme ve erkeklerin ise kaçınma davranışlarını daha fazla sergiledikleri sonucuna varılmıştır. Bizim araştırmamızda çatışma, kendiyle ilgilenme ve kaçınma açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bunun sebebi ise kültürel farklılıklar olabilmektedir.

2. Dolphin, Steinhardt ve Cance (2015)'in, eğitim düzeyi üniversite olanların üniversite mezunu olmayanlara göre davranışsal geri çekilme-ki bunu kaçınma olarak ele alabiliriz-, inkar, kendini suçlama ve kendinin dikkatini dağıtma gibi uyumsuz başa çıkma yollarını daha az kullanmakta olduklarına yönelik ulaştıkları sonuç, bizim üniversite mezunlarının alt eğitim düzeyine sahip olanlara göre evlilik sorunlarında kaçınmaya daha az başvurduklarına yönelik bulgularımızdan elde ettiğimiz sonucu destekler niteliktedir.
3. Yaş arttıkça evlilikten alınan doyumun azalmasına yönelik bulgumuz literatürdeki bazı çalışmalarla (Günay, 2007; Kankaya, 2015; Kubat, 2012) ters düşmekte iken, Atçeken (2014) ve Taşköprü (2013)'ün araştırmaları ile paralellik göstermektedir. Atçeken (2014), 26-35 yaş aralığındaki evli bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumun 46-56 yaş aralığındaki evli bireylerin evliliklerinden aldıkları doyuma göre anlamlı bir şekilde daha fazla olduğunu bulgulanmıştır. Diğer çalışmada ise; 21-30 yaş arası evli bireylerin

evliliklerinden aldıkları doyumun, 41-50 ve 51-60 yaş aralığındaki; 31-40 yaş arası evli bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumun ise 41-50 yaş aralığındaki evli bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumdan daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır.

Evlilik yılı arttıkça evlilikten alınan doyumun azalmasına dair literatür incelendiğinde, evliliğin ilk üç yılı alınan doyumun daha sonraki yıllarda alınan doyumdan daha fazla olduğu sonucuna rastlanmıştır (Kubat, 2012). Bir başka çalışmada evlilik yılı arttıkça evlilikten alınan doyumun azaldığı bulgulanmıştır (Aktürk, 2006). Taşköprü (2013), yaptığı araştırma da evlilik süresi arttıkça evlilikten alınan doyumun azaldığını destekler niteliktedir. Bunlar ise bizim bulgularımızla uyushmaktadır. Ancak literatürde evlilik yılı ile evlilikten alınan doyum arasında anlamlı ilişki olmadığı sonucunu bulgulayan araştırmalar (Acar, 1998; Espinoza, 2003; Patrick, 2002) da bulunmaktadır (Akt: Kubat, 2012).

Bowman (1990), yaş ve evlilik yılı arttıkça başa çıkma stratejilerinin geçici boyutlarda değişiklik gösterdiğini; evliliğinin ilk döneminde olan evli bireylerin evlilik sorunları karşısında olumlu yaklaşımı yüksek düzeyde kullandıklarını, evliliğinin orta döneminde olan evli bireylerin evlilik sorunları karşısında daha çatışmacı, kendini suçlayıcı, daha az olumlu yaklaşım sergilediklerini ve evliliklerinin daha sonraki döneminde olan evli bireylerin ise evliliğinin ilk dönemi ile benzerlik gösterdiğini bulgulamışlardır. Yaş ve evlilik yılı arttıkça evli bireylerin evlilik sorunları karşısında daha fazla kaçınmacı, daha az olumlu yaklaşım sergilendiğine yönelik bulgularımız Bowman (1990)'ın bulguları ile benzeşmektedir. Evliliğinin son yıllarında evliliğinin ilk yıllarına benzer başa çıkma sergilenmesi bizim bulgularımızda bulunmamaktadır. Bunun nedeni bizim araştırmamızda yaşı kategorize edilmeden analize sokulması olabileceği gibi, bu fark araştırmaların yapıldığı coğrafyaların farklı kültürel özellikler göstermesinden de kaynaklanabilmektedir.

Kubat (2012), yaptığı araştırmada evlilik süresi ve çocuk sayısı arttıkça aldatma eğiliminin arttığı sonucuna varmıştır; ancak bu sonuç bizim

vardığımız sonuç ile uyuşmamaktadır. Rusbult (1988)'a göre ilişki için harcanan zaman, ortak arkadaşlar, ortak yatırımlar yapmak, çocuk sahibi olmak gibi faktörler de evlilik için bir yatırım niteliğindedir (akt: Yılmaz ve Hovardaoğlu, 2015). Evliliğe yapılan yatırımın artmasıyla evlilik harici seçeneklere yönelmenin azalması ortaya koyduğumuz ilk sonuçtur. Dolayısıyla yatırım niteliğinde olan evlilik yılı ve çocuk sayısı arttıkça evlilik harici ilişkilere yönelim azalacaktır. Evli bireylerin yaşı ile evlilik harici ilişkilere yönelmeleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamış olması literatürü destekler niteliktedir (Kankaya, 2015, Kubat, 2012).

Atkins, Baucom ve Jacobson (2001) yaptıkları araştırmada yıllık 30000 dolardan fazla kazanan kişilerin aldatma eğilimlerinin daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır. Bu sonuç, gelir attıkça evlilik harici ilişkilere daha sıcak bakılabileceğine dair bulgumuzla örtüşmektedir. Ancak ülkemizde yapılan bazı çalışmalarda (Kantarıcı, 2009; Kubat, 2012), gelir ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bunun nedeni ise her ekonomik düzeyi temsil edebilecek yeterli sayıda katılımcının olmaması şeklinde yorumlanmıştır (Kubat, 2012).

5.2.3. Bağımlı değişkenlerin yordanmasına dair sonuçların tartışılması

1. Paleari, Regalia ve Fincham (2009), eşlerinin haksız muameleleri karşısında dargınlık-kaçınma tutumları sergileyenlerin hem kendilerinin hem de eşlerinin düşük evlilik kalitesi raporladığını bulgulamışlardır. Evlilik kalitesi ile doyum arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu bulgulayan araştırmalar (Pleck, 1985; White, 1983; White et al., 1986; Yogev and Brett, 1985) da göz önünde bulundurulursa (Akt: Suitor, 1991); Paleari, Regalia ve Fincham (2009)'ın bulguları bizim bulgularımızı destekler niteliktedir. Evlilik sorunları karşısında olumlu yaklaşım sergileyen evli bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumun artmasına yönelik bulgumuzu, Bowman (1990)'ın olumlu yaklaşımın evlilikten alınan mutluluk ile pozitif yönde ilişkili olduğunu bulguladığı çalışması destekler niteliktedir. Harvey ve Wenzel (2001), ilişkilerini negatif algılama eğilimine ve düşük problem çözme becerilerine

sahip bireylerin evliliklerinden aldıkları doyumun daha düşük olduğunu vurgulamışlardır. Bu ise evli bireylerin karşılaştıkları evlilik sorunlarına olumlu yaklaşımlarının evlilik doyumlarını arttıracak yönündeki bulgumuzla benzerlik göstermektedir.

2. Bireyin kendini geliştirme fikriyle planlı bir şekilde evlilik dışı aktivitelere yönelerek evlilik sorunlarıyla baş etmesini içeren kendiyle ilgilenmenin, aslında bireyin eşiyle yaptığı aktiviteleri azaltması suretiyle eşinden uzaklaşmasına sebep olduğu için evlilik harici seçenekleri değerlendirmesini pozitif yönde yordaması beklenen bir sonuçtur.

Evlilik sorunları karşısında fiziksel ilginin devam etmesi, beraber yapılan aktiviteleri başlatabilme, eğlenebilme gibi evliliğin duygusal kalitesini artıracak çabaları içeren (Bowman, 1990) olumlu yaklaşımın, eşlerin bir arada yaptıkları aktivitelerin devamını sağlayacağı ve eşleri birbirlerine yaklaştıracak için evlilik dışı ilişkilere sıcak bakmayı içeren seçeneklerin niteliğini değerlendirmeyi negatif yöne yordaması öngörülen bir sonuçtur.

3. Bağışlayıcılığın evlilik yatırımını pozitif yönde, dargınlık-kaçınma tutumlarının ise evlilik yatırımını negatif yönde yordaması bağışlayıcılığın evlilik için olumlu bir yatırım, dargınlık-kaçınma tutumlarının ise evlilik için olumsuz bir yatırım niteliğinde olduğunu bize gösterir ki, bu durum literatürde de bu şekilde ele alınmıştır. Daha fazla acı veren suçların affedilmesi daha çok çaba gerektirir ve böylelikle büyük acı veren suçların affedilmesi konusunda başarılı olunduğunda bu, büyük çapta bağlılık düzeyini arttırabilir. Başka bir deyişle romantik bir ilişkide acı veren bir suçun deneyimlenmesi ve affedicilik yönünde çaba sarf edilmesi ilişki bağlılığının artması için bir katalizör olabilir (Ysseldyk ve Wohl, 2012). Bu açıdan affedicilik ilişkiye olan bağlılığı arttıracak bir depozito veya yatırım (Rusbult, Martz ve Agnew, 1998) olarak değerlendirilebilir.

Evlilik sorunlarıyla baş etmenin bir yolu olarak kendiyle ilgilenme, bireyin kendini geliştirme fikriyle planlı bir şekilde (Bowman, 1990) partnerinden uzaklaşarak, bireyin evlilikte eş ile birlikte yapılan aktivitelerden evlilik dışı

aktivitelere yöneltirken; evlilik yatırımı evliliğin devamlılığı için birlikte geçirilen zamanın uzunluğu, müştereken sahip olunan ev, ortak yapılan finansal yatırım, ortak arkadaşlar gibi birlikte yapılan aktiviteleri (Impett, Beals ve Peplau, 2001) içerir. Bu ise bulgularımızdan elde ettiğimiz evlilik sorunlarında evli bireylerin kendileriyle ilgilenmesinin evlilik için olumsuz bir yatırım niteliğinde olduğu sonucu desteklenmektedir.

Bowman (1990), evlilik sorunlarına olumlu yaklaşımı evliliğin duygusal kalitesini artıracak çabalar olarak tanımlamıştır. Bu tanım araştırmamızda olumlu yaklaşımın evlilik adına bir yatırım olduğu bulgumuzu destekler niteliktedir. Nitekim birlikte yapılan aktiviteleri başlatabilme, güzel anılar biriktirme ve fiziksel ilginin devam etmesinin evliliğe yapılan bir yatırım niteliği taşıdığı beklenen bir sonuçtur.

5.3. Öneriler

5.3.1. Araştırmacılar için öneriler

1. Araştırmamız evli çiftlere ulaşmanın zor olması sebebiyle evli bireylerle yürütülmüştür. Bu ise evli bireylerin duygu, tutum ve davranışlarının yine kendileri üzerindeki etkisini araştırmamızla sınırlı kalmıştır. Halbuki araştırmanın kuramsal çerçevesinin anlatıldığı Bölüm 2’de de bahsi geçen Aktör-Partner Bağımlılık Yatırım Modeli kapsamında evli çiftlerle çalışıldığı taktirde çiftlerin doyum, seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve yatırım miktarlarının, hem kendileri hem de partnerlerinin doyum, seçeneklerin niteliğini değerlendirme ve yatırım miktarları ve dolayısıyla evliliklerine olan bağlılıkları üzerindeki etkisi araştırılmalıdır.
2. Evlilikte affediciliğe dair bulgularımızda dargınlık-kaçınma ve bağışlayıcılık tutumları çok kuvvetli olmasa da pozitif yönde anlamlı bir ilişki içerisinde bulunmuştur ki bu, evli bireyler bağışlayıcı tutum sergiledikçe dargınlık-kaçınma tutumlarının da artmakta olduğu anlamına gelmektedir. Ancak araştırmamızda kullandığımız Akın, Çolak, Eroğlu (2012) tarafından geliştirilen ölçekte bu iki boyut birbirinin zıttı olarak ele alınmış ve bundan

dolayı toplam puan da hesaplanmamıştır. Ölçek özellikleriyle elde ettiğimiz sonucun ters düşmesi ölçeğin geçerlik güvenirliğinden kaynaklanabileceği gibi Türkçe'ye uyarlanan bir ölçek olmasından da kaynaklanabilmektedir. Benzer araştırmalarda geçerlik ve güvenirlik yönünden daha güçlü ölçekler veya kültürel, dini ve sosyolojik faktörlere duyarlı ölçme araçlarının kullanılması bu konuda ortaya koyulabilecek bir öneridir.

3. Bağışlama ve Dargınlık-Kaçınma arasında bulunan pozitif yönlü anlamlı ilişki katılımcıların affediciliğe yükledikleri anlamın farklılaşmasından kaynaklanabilmektedir. Dini, felsefi ve psikolojik anlamda ele alınabilecek kapsamlı bir kavram olması sebebiyle affediciliğin katılımcılar tarafından ne anlama geldiği, nasıl anlaşıldığı, nasıl ele alındığı, ne şekilde hayata geçirildiği sorgulanmalıdır.
4. Bağımlı değişkenlerin eğitim düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiş ancak bunun nedenini ortaya koyabilecek bir analiz bu araştırmada yapılmamıştır. İleride yapılacak araştırmalarda eğitim düzeyinin evlilik istikrarını neden ve ne şekilde etkilediği araştırılmalıdır.

5.3.2. Uygulayıcılar için öneriler

1. Araştırmamızda evlilikte affediciliğin her zaman olumlu sonuçlar doğurmayabileceğine dair bulgular elde edilmiştir. Çift danışmanlıklarında ortaya çıkması muhtemel olan bu olumsuz sonuçlar göz önünde bulundurulmalı ve affedicilikle ilgili uygulanması planlanan teknikler danışanın affetmeye karar vermesi ve affediciliği talep etmesiyle birlikte uygulanmalıdır.
2. Aile ve çift danışmanlarının danışmanlık oturumlarında evlilik doyumu ve evlilik yatırımını negatif yönde, evlilik harici olması muhtemel ilişkileri değerlendirmeyi içeren seçeneklerin niteliğini değerlendirmeyi ise pozitif yönde yordayan dargınlık-kaçınma tutumlarının evlilik istikrarı için olumsuz bir tutum olduğu, bağışlayıcılığın ise evliliğe yapılan bir yatırım niteliği taşıdığı psiko-eğitim ile çiftlere aktarılabilir. Ancak bağışlayıcılığın içsel boyutu da dikkate alınacak olursa bağışlayıcılık kararı çiftlere bırakılmalıdır.

3. Aile ve çift danışmanlarında evlilik doyumu ve evlilik yatırımını pozitif yönde, evlilik harici olması muhtemel ilişkileri değerlendirmeyi içeren seçeneklerin niteliğini değerlendirmeyi ise negatif yönde yordayan evlilik sorunlarına olumlu yaklaşımın evlilik istikrarı için olumlu bir tutum olduğu psiko-eğitim ile çiftlere aktarılabilir.
4. Evlilik seminerleri, evlilik okulları ve çift danışmanlıkları gibi evli bireylere yönelik yapılan eğitim programlarında evlilik istikrarını yordayan etkenlerin (Dargınlık-kaçınma, bağışlama, olumlu yaklaşım, kendiyle ilgilenme) üzerinde durularak evlilik sorunlarının tolere edilebileceği bu yöntemler öğretilir.

KAYNAKLAR

- Acicbe, Ö. (2002). *Applicability of the marital coping inventory for measurement of coping effort in marriage among turkish couples* (Doctoral dissertation). Middle East Technical University, Ankara.
- Acree, M., Billings, D.W., Folkman, S., and Moskowitz, J.T. (2000). Coping and physical health during caregiving: the roles of positive and negative affect *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(1), 131-142.
- Akın, A. (2012). Psikoloji ve eğitimde kullanılan güncel ölçme araçları. *Ankara: Nobel Yayınları*.
- Akın, A., Çolak, T. S., and Eroğlu, N. (2012, June). Turkish version of the Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS). Paper presented at the International Interdisciplinary Social Inquiry Conference-IISIC, June, 17-21, Bursa, Turkey.
- Aktaş, Ö. (2011). Boşanma nedenleri ve boşanma sonrasında karşılaşılan güçlükler. *Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi*.
- Aktürk, E.B. (2006). Yeniden evlenen Türk ailelerde evlilik doyumu medeni duruma göre karşılaştırma, üvey çocukların etkisi ve yordayan faktörler. *Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi*.
- Al-Mabuk, Radhi. Mail görüşmesi. 7 Kasım 2015.
- Allah Kelamı Kur'an-ı Kerim ve Açıklamalı Meali. Ahmet Ünal, (2012, Ocak). Define Yayınları, İstanbul.
- Atçeken, M. (2014). Dindarlık, evlilik doyumu ve kişilik özelliklerinin bağışlama ile ilişkisi. *Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi*.
- Augsburger, D.W. (1996). *Helping People Forgive*. Louisville, Kentucky, US: Westminster John Knox Press.
- Ayten, A. (2009). Affedicilik ve din: Affetme eğilimi ve dindarlıkla ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 37(2), 111-128.
- Bahr, S. J. (1979). The effects of welfare on marital stability and remarriage. *Journal of Marriage and the Family*, 41, 553-560.
- Barbarin, O. A. (1983). Coping with ecological transitions by Black families: A psychosocial model. *Journal of Community Psychology*, 11, 308-322.
- Barbarin, O. A., Hughes, D., and Chesler, M. A. (1985). Stress, coping, and marital functioning among partners of children with cancer. *Journal of Marriage and the Family*, 47, 473-480.
- Baumeister, R.F., Exline, J.J., and Sommer, K.L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. Everett L. Worthington(Ed.). In: *Dimensions of forgiveness: A research approach* (s.79-106). US: Templeton Foundation Press.
- Bell, R. R., Turner, S., and Rosen, L.. (1975). A multivariate analysis of female extramarital coitus. *Journal of Marriage and Family*, 37(2), 375-384. <http://doi.org.elibrary.fatih.edu.tr/10.2307/350971>
- Berghuis, J. P. and Stanton, A. L. (2002). Adjustment to a dyadic stressor: A longitudinal study of coping and depressive symptoms in infertile couples over an insemination attempt. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70, 433-438.
- Bischoff, R.J. (2003). Infidelity: The implications of current research for couple therapy. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 2(4), 73-78. doi: 10.1300/J398v02n04_05
- Bodenmann, G. (1995). A systemic-transactional conceptualization of stress and coping in couples. *Swiss Journal of Psychology*, 54, 34-49.
- Bodenmann, G. (1997). Dyadic coping—a systemic-transactional view of stress and coping among couples: Theory and empirical findings. *European Review of Applied Psychology*, 47, 137-140.

- Bodenmann, G., Ledermann, T., Blattner-Bolliger, D., and Galluzzo, C. (2006). The association among everyday stress, critical life events, and sexual dysfunction. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 194, 494–501.
- Bodenmann, Guy; *In: Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping*. Revenson, Tracey A. (Ed); Kayser, Karen (Ed); Bodenmann, Guy (Ed); Publisher: American Psychological Association; 2005, pp. 33.
- Bokszczanin, A. (2008). Parental support, family conflict, and overprotectiveness: Predicting PTSD symptom levels of adolescents 28 months after a natural disaster. *Anxiety, Stress & Coping*, 21 (4), 325-335.
- Bolger, N., DeLongis, A., Kessler, R. C., and Wethington, E. (1989). The contagion of stress across multiple rolls. *Journal of Marriage and the Family*, 51, 175–183.
- Bouchard, G., Sabourin, S., Lussier, Y., Wright, J., and Richer, C. (1998). Predictive validity of coping strategies on marital satisfaction: Cross-sectional and longitudinal evidence. *Journal of Family Psychology*, 12 (1), 112.
- Bowman, M. L.. (1990). Coping efforts and marital satisfaction: measuring marital coping and its correlates. *Journal of Marriage and Family*, 52 (2), 463–474. <http://doi.org/10.2307/353040>
- Braithwaite, S. R., Selby, E. A., and Fincham, F. D. (2011). Forgiveness and relationship satisfaction: mediating mechanisms. *Journal of family psychology*, 25 (4), 551-559.
- Büyüköztürk, Ş. (2009). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyükşahin, A. ve Bilecen, N.T. (2007). Yakın ilişkilerde çok boyutlu başa çıkma ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 47(2), 129-145.
- Büyükşahin, A., Hasta, D. ve Hovardaoğlu, S. (2005). İlişki İstikrarı Ölçeği (İİÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8 (16), 25-35.
- Chasin, R., Grunebaum, H., and Herzig, M. (1990). One couple, four realities. *New York: Guilford*.
- Cohan, C. L., and Bradbury, T. N. (1997). Negative life events, marital interactions, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 114–128.
- Cook, W. L. (1993). Interdependence and the interpersonal sense of control: An analysis of family relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64 (4), 587.
- Coyne, J. C. and Smith, D. A. F. (1991). Couples coping with a myocardial infarction: A contextual perspective on wives' distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 404-412.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23.
- Çelenoğlu, A. (2011). Evli bireylerin bağlanma stillerine ve kendilik algılarına göre evlilikte yaşanan sorunlarla başa çıkma yollarının incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- De Waal, F. B. M. and Pokorny, J.J. (2005). Primate conflict and its relation to human forgiveness. Everett L. Worthington(Ed.). *Handbook of forgiveness* içinde. (s.17-32). New York, NY : Routledge Taylor & Francis Group.
- DiBlasio, F. A. (1998), The use of a decision-based forgiveness intervention within intergenerational family therapy. *Journal of Family Therapy*, 20: 77–96. doi: 10.1111/1467-6427.00069
- Dolphin, K. E., Steinhardt, M. A., and Cance, J. D. (2015). The role of positive emotions in reducing depressive symptoms among Army wives. *Military Psychology*, 27(1), 22-35. doi:10.1037/mil0000062
- Downie, R. S. (1965). Forgiveness. *The Philosophical Quarterly*, 128-134.
- Duman Temel, E. (2013). *Mediating role of marital satisfaction in the types of infidelity-forgiveness, trait positive affect-forgiveness and coping-forgiveness relationships in married men and women*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2015). Moral, philosophical, and religious roots of forgiveness. In , *Forgiveness therapy: An empirical guide for resolving anger and restoring hope* (pp. 283-297). Washington, DC, US: American Psychological Association.

- Enright, R.D. and Fitzgibbons, R.P. (2000). Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope. Washington, DC: American Psychological Association.
- Evlenme ve Boşanma İstatistikleri, 2011, TÜİK, 08.04.2016 www.tuik.gov.tr/IcerikGetir.do?istab_id=18
- Evlenme ve Boşanma İstatistikleri, 2015, TÜİK, 06.05.2016 <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21515>
- Fincham, F. D., Beach, S. R., and Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 72-81.
- Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., and Hannon, P. A. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: does commitment promote forgiveness? *Journal of personality and social psychology*, 82(6), 956-974.
- Fitzgibbons, R.P. (Winter,1986). The cognitive and emotive uses of forgiveness in the treatment of anger *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, Vol 23(4), 629-633.
- Folkman, S. and Lazarus, R.S. (Sep., 1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219-239.
- Glass, S. P. and Wright, T. L.. (1977). The relationship of extramarital sex, length of marriage, and sex differences on marital satisfaction and romanticism: athanasiou's data reanalyzed. *Journal of Marriage and Family*, 39(4), 691-703. <http://doi.org.elibrary.fatih.edu.tr/10.2307/350475>
- Gordon, K. C., Hughes, F. M., Tomcik, N. D., Dixon, L. J., and Litzinger, S. C. (2009). Widening spheres of impact: the role of forgiveness in marital and family functioning. *Journal of Family Psychology*, 23(1), 1.
- Griswold, C.L. (2007). Forgiveness: A philosophical explorations. Newyork: Cambridge University Press.
- Günay, S. (2007). Evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi*.
- Harper, J. M., Schaalle, B. G., and Sandberg, J. G. (2000). Daily hassles, intimacy, and marital quality in later life marriages. *American Journal of Family Therapy*, 28, 1-18.
- Harvey, J. H. and Wenzel, A. (Eds.). (2001). *Close romantic relationships: Maintenance and enhancement*. Psychology Press.
- Haskan Avcı, Ö. (2013). *Evliliğe hazırlık programının çift ilişkileri ve ilişki istikrarı üzerindeki etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Hill, E.W. (2001). Understanding forgiveness as discovery: Implications for marital and family therapy *Contemporary Family Therapy*, 23(4), 369-384.
- Hope, D. (1987). The healing paradox of forgiveness. *Psychotherapy*, 24(2), 240-244.
- Hughes, M.. (1975). Forgiveness. *Analysis*, 35(4), 113-117.
- Hugo, V. (2015). *Sefiller*. (V. Yalçıntoklu, Çev.) İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları.
- Impett, E. A., Beals, K. P., and Peplau, L. A. (2001). Testing the investment model of relationship commitment and stability in a longitudinal study of married couples. *Current Psychology*, 20(4), 312-326.
- Johnson, R. E.. (1970). Some correlates of extramarital coitus. *Journal of Marriage and Family*, 32(3), 449-456. <http://doi.org.elibrary.fatih.edu.tr/10.2307/350111>
- Kankaya, D. (2015). Evli bireylerde aldatma eğilimi ve cinsel yaşantılar. *Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim dalı Yüksek Lisans Tezi*.
- Kantarıcı, D. (2009). Evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimleri ve çatışma çözme yönetim biçimlerinin incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Kargın Güner, Z. (2014). Erken dönem uyumsuz şemalar, ilişkilerdeki bilişsel süreçler, yüklemeler, evlilikte sorunlarla başa çıkma yollarının evlilik uyumu ile ilişkisi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Kenny, D. A., Kashy, D. A., and Cook, W. L. (2006). *Dyadic data analysis*. Guilford Press.

- Kolnai, A.. (1973). Forgiveness. *Proceedings of the Aristotelian Society*, 74, 91–106.
- Kraemer, L. M., Stanton, A. L., Meyerowitz, B. E., Rowland, J. H., and Ganz, P. A. (2011). A longitudinal examination of couples' coping strategies as predictors of adjustment to breast cancer. *Journal of Family Psychology*, 25(6), 963.
- Kubat, D.E. (2012). Evli bireylerde aldatma eğilimi ve evlilik doyumunun incelenmesi. *Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi*.
- Landis, M., Peter-Wight, M., Martin, M., and Bodenmann, G. (2013). Dyadic coping and marital satisfaction of older spouses in long-term marriage. *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, 26(1), 39.
- Lazarus, R.S. (1999). *Stress and Emotion* Springer Publishing Company.
- Levine, S.B. (2005) A clinical perspective on infidelity, *Sexual and Relationship Therapy*, 20(2), 143-153. doi: 10.1080/14681990500113203
- Lewis, J. L. (2005). Forgiveness and psychotherapy: The prepersonal, the personal, and the transpersonal. *Journal of Transpersonal Psychology*, 37(2), 124.
- Lewis, M.. (1980). On Forgiveness. *The Philosophical Quarterly* (1950-), 30(120), 236–245.
- Luka İncili. 06.05.2016 <http://www.bursakilisesi.com/kutsalkitap/?q=luk%2017>
- Macher, S. (2013). Social interdependence in close relationships: The actor-partner-interdependence-investment model (API-IM). *European Journal of Social Psychology*, 43(1), 84-96.
- Marquez, G. G. (2000). *Kırmızı Pazartesi*. (İ. Kut., Çev.) İstanbul: Can Yayınları.
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., and Tsang, J. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: The temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 84(3), 540-557. doi:10.1037/0022-3514.84.3.540
- McCullough, M. E., Worthington Jr, E. L., and Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 73(2), 321-336.
- McCullough, M., Bono, G. and Root, L. 2005. "Religion and Forgiveness", *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (eds. R. Paloutzian-C.L.Park), New York.
- McCullough, M.E., Pargament, K.I., and Thoresen, C.E. (2000). The Psychology of forgiveness. In M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (Eds.), if (pp.1- 14). New York: Guilford press.
- McNulty, J. K. (2010). Forgiveness increases the likelihood of subsequent partner transgressions in marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(6), 787-790.
- Murphy, J. G. and Hampton, J. (1988). *Forgiveness and mercy*. Cambridge University Press.
- Neubeck, G. and Schletzer, V. M.. (1962). A Study of extra-marital relationships. *marriage and family living*, 24(3), 279–281. <http://doi.org.elibrary.fatih.edu.tr/10.2307/349146>
- O'Brien, T. B. and DeLongis, A. (1997). Coping with chronic stress: An interpersonal perspective. In B. Gottlieb (Ed.), *Coping with chronic stress* (pp. 162—190). New York: Plenum Press.
- Özgün, S. (2010). *The predictors of the traumatic effect of extramarital infidelity on married women: Coping strategies, resources, and forgiveness*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Middle East Technical University, Ankara.
- Özgüven, İ. E. (2000). Evlilik ve Aile Terapisi. *PDR Yayınları, Ankara*.
- Pakenham, K. I. (1998). Couple coping and adjustment to multiple sclerosis in care receiver-career dyads. *Family Relations*, 47, 269-277.
- Paleari, F. G., Regalia, C., and Fincham, F. D. (2009). Measuring offence-specific forgiveness in marriage: the Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS). *Psychological assessment*, 21(2), 194.
- Pearlin, L. I. and Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 2-21.
- Polat, D. (2006). Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi*.

- Roberts-Cady, S. (2003). Justice and forgiveness. *Philosophy today*, 47(3), 293-304.
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101-117.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., and Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal relationships*, 5(4), 357-387.
- Rusbult, C. E., Olsen, N., Davis, J. L., and Hannon, P. A. (2004). Commitment and relationship maintenance mechanisms. *Close relationships: Key readings*, 287-303.
- Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F., and Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(1), 53.
- Rusbult, C. E., Yovetich, N. A., and Verette, J. (1996). An interdependence analysis of accommodation processes. *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach*, 63-90.
- Russell, V. M., Baker, L. R., and McNulty, J. K. (2013). Attachment insecurity and infidelity in marriage: Do studies of dating relationships really inform us about marriage?. *Journal Of Family Psychology*, 27(2), 242-251. doi:10.1037/a0032118
- Sells, J. N. and Hargrave, T. D. (1998), Forgiveness: a review of the theoretical and empirical literature. *Journal of Family Therapy*, 20: 21-36. doi: 10.1111/1467-6427.00066
- Selye, H. (1976). Forty years of stres research: principal remaining problems and misconceptions. *Canadian Medical Association Journal*, 115(1), 53-56.
- Story, L. B., and Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical psychology review*, 23(8), 1139-1162.
- Sucu, İ. (2007). Boşanmış kadınların boşanma nedenleri ve boşanma sonrası toplumsal kabulleri Sakarya ili örneği. *Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi*.
- Suitor, J. J. (1991). Marital quality and satisfaction with the division of household labor across the family life cycle. *Journal of Marriage and Family*, 53(1), 221-230. <http://doi.org.elibrary.fatih.edu.tr/10.2307/353146>
- Taşköprü, M. (2013). Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresinin arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi*.
- Taysi, E. (2007). İkili ilişkilerde bağışlama: ilişki kalitesi ve yüklemelerin rolü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ... and Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality*, 73(2), 313-360.
- Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(9), 61-68.
- Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, 1982, TBMM, 08.04.2016 <https://www.tbmm.gov.tr/anayasa/anayasa82.htm>
- Walton, E. (2005). Therapeutic forgiveness: Developing a model for empowering victims of sexual abuse, *Clinical Social Work Journal*, 33(2), 193-207. doi: 10.1007/s10615-005-3532-1
- Worthington, E. J. and Sandage, S. J. (2016). Helping people forgive. In, *Forgiveness and spirituality in psychotherapy: A relational approach* (pp. 115-137). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Worthington, E.L. (2006). Forgiveness and reconciliation: Theory and application. New York, NY: Routledge Taylor&Francis Group.
- Worthington, E.L. and Scherer, M.(2004). Forgiveness is an emotion- focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: theory, review, and hypotheses, *Psychology & Health*, 19(3), 385-405.

- Worthington, jun., E. L. (1998), An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads. *Journal of Family Therapy*, 20, 59–76. doi: 10.1111/1467-6427.00068
- Yandell, K. E. (1998). The metaphysics and morality of forgiveness. *Exploring forgiveness*, 9-14.
- Yılmaz, H. A. ve Hovardaoğlu, S. (2015). Relevance of components of Investment Model and some variables in close relationships with high and low self-monitoring Yakın ilişkilerde Yatırım Modeli unsurlarının ve bazı değişkenlerin yüksek ve düşük izlenim ayarlamacılığı ile ilgisi. *International Journal of Human Sciences*, 12(2), 932-949.
- Ysseldyk, R. and Wohl, M. J. (2012). I forgive therefore I'm committed: A longitudinal examination of commitment after a romantic relationship transgression. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 44(4), 257.

EKLER

EK 1

Demografik Bilgi Formu

Değerli katılımcılar, aşağıdaki sorular bilimsel bir araştırma kapsamında hazırlanmış olup cevapları sadece araştırmanın sınırları dahilinde kullanılacaktır. Soruları **doğru** ve **samimi** bir şekilde cevaplamanız araştırmanın net sonuçlar vermesi açısından çok önemlidir.

Yaşınız :.....

Cinsiyetiniz : Kadın () Erkek ()

Kaç yıllık evlisiniz?.....

Kaç çocuğunuz var?

Eğitim durumunuz: İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisansüstü ()

Mesleğiniz:

Ailenizin aylık toplam geliri:

Yaşadığınız şehir:

EK 2

İlişki İstikrarı Ölçeği

I. İlişki Doyumu

1) Şu anki yakın ilişkinizi göz önüne alarak, aşağıdaki ifadelerden her birine ne derece katıldığınızı belirtiniz.

	Tamamen Yanlış	Oldukça yanlış	Oldukça doğru	Tamamıyla doğru
a) Birlikte olduğum kişi, kişisel düşünceleri, sırları paylaşma gibi yakınlık gereksinimlerimi karşılıyor.				
b) Birlikte olduğum kişi beraberce bir şeyler yapma, beraber olmaktan keyif alma gibi arkadaşlık gereksinimlerimi karşılıyor.				

2) İlişkimiz benim için doyum verici.

1 2 3 4 5 6 7 8 9
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

II. Seçeneklerin Niteliğini Değerlendirme

1) Lütfen **bir başkasıyla beraber olduğunuzu varsayın** ve sizce bu kişi gereksinimleriniz ne oranda karşılardı, tahminlerinizi göz önüne alarak aşağıdaki ifadelerin her birine ne derece katıldığınızı belirtiniz.

	Tamamen yanlış	Oldukça yanlış	Oldukça doğru	Tamamıyla doğru
a) Kişisel düşünceleri, sırları paylaşma gibi yakınlık gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.				
b) Birlikte bir şeyler yapma, birbirinin varlığından keyif alma gibi arkadaşlık gereksinimlerim bir başkasıyla beraber olsam da karşılanabilir.				

2) Birlikte olduğum kişi dışında bana çok çekici gelen insanlar var.

1 2 3 4 5 6 7 8 9
Tamamen yanlış Tamamıyla doğru

III. İlişki Yatırımı

1) Şu andaki ilişkinizi göz önüne alarak, aşağıdaki ifadelerin her birine ne derecede katıldığınızı belirtiniz.

	Tamamen Yanlış	Oldukça yanlış	Oldukça doğru	Tamamıyla doğru
a) İlişkimiz için çok fazla yatırım yaptım.				

2) İlişkimize öyle çok yatırım yaptım ki, eğer bu ilişki sona erecek olursa çok şey kaybetmiş olurum.

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Tamamen yanlış							Tamamıyla doğru	

EK 3
Evlilikte Başa Çıkma Ölçeği

Aşağıdaki soruları " Bu sorunla baş etmeye çalışırken ben... " şeklinde düşünerek yanıtlayınız.		H i çbi r z a ma n	N ad i r en	B az en	S ı klı kla	Ge nel lik le
3	eşimle oturur konuşurum					
4	eşime bağırıp çağırırım					
5	eşime bir hediye alırım ya da onun için özel şeyler yaparım					
6	kendimi suçlarım					
7	kendimi işime daha çok veririm					
8	kendim için üzülürüm					

EK 4**Evlilikte Suçu Affetme Ölçeği**

Belirtilen ifadelerin her biri suça karşılık olarak kesinlikle yaşayabileceğiniz olası duygu, düşünce ve davranışları tanımlamaktadır. Lütfen, aşağıdaki derecelendirme ölçeğini kullanarak her ifadeye ne ölçüde katılıp katılmadığınızı belirtiniz.

1	Davranışlarından dolayı eşimle konuşmakta daha az istekliyim.	1	2	3	4	5	6
2	Beni incitmesine rağmen ilişkimizi yürütebilmemiz için yaşananları tamamen bir kenara bıraktım.	1	2	3	4	5	6
3	Davranışlarından dolayı eşime daha kolay kızabiliyorum.	1	2	3	4	5	6
4	Olanlar için eşimin kendini suçlu hissetmesini sağlıyorum.	1	2	3	4	5	6
5	Eşim bu şekilde davrandığından beri, ilişkimizi eski haline koymak için elimden geleni yaptım.	1	2	3	4	5	6
1	2	3	4	5	6		
K e s i n l i k l e katılmıyorum	Katılmıyorum	B i r a z katılmıyorum	B i r a z katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum		

ÖZGEÇMİŞ

Mert, Havva Şeyma , Lisans eğitimini Mevlana Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümünde, yüksek lisans eğitimini Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalında yapmıştır. Zirve Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünde araştırma görevlisi olarak çalışmaktadır.