

EVLİ BİREYLERİN OTANTİKLİK DÜZEYİ ÜZERİNDE KENDİNİ SAKLAMA EĞİLİMİ VE ÖFKE İFADE TARZININ YORDAYICILIĞI*

Ahmet TOGAY¹
Filiz BİLGE²

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, kendini saklama eğilimi ve öfke ifade tarzının evli bireylerin otantiklik düzeylerini manidar olarak yordayıp yordamadığını incelemektir. Araştırmaya toplam 414 evli birey katılmıştır. Veriler, Kendini Saklama Ölçeği (KSÖ), Kızgınlık İfade Stilleri Ölçeği (KİSÖ) ve Otantiklik Ölçeği (OÖ) aracılığıyla toplanmıştır. Veriler çoklu regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Analizler sonucunda, KSÖ'den elde edilen kendini saklama düzeyi puanının ve KİSÖ'nün yaygın kızgınlık, bütünleyici kızgınlık ve kaçınmacı davranış ifade stilleri alt boyutu puanlarının, OÖ'nün kendine yabancılaşma alt boyutu puanını anlamlı bir şekilde yordadığı; KİSÖ'nün pasif kızgınlık ifade stili alt boyutu puanının ise anlamlı bir etkiye sahip olmadığı belirlenmiştir. İkinci olarak, KSÖ'den elde edilen kendini saklama düzeyi puanının ve KİSÖ'nün yaygın kızgınlık, pasif kızgınlık ve kaçınmacı davranış alt boyutu puanlarının OÖ'nün dış etkiyi kabullenme alt boyutu puanının anlamlı yordayıcısı olduğu; KİSÖ'nün bütünleyici kızgınlık alt boyutunun ise anlamlı bir etkiye sahip olmadığı saptanmıştır. Ayrıca, KİSÖ'nün dört alt boyutunun (yaygın kızgınlık, pasif kızgınlık, bütünleyici kızgınlık ve kaçınmacı davranış) Otantiklik Ölçeği'nin otantik davranış alt boyutunun anlamlı yordayıcısı oldukları; kendini saklamanın ise anlamlı bir yordayıcı olmadığı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Kendini Saklama, Öfke İfade Stilleri, Otantiklik, Evli Bireyler

PREDICTIVENESS OF SELF CONCEALMENT AND ANGER EXPRESSION STYLE ON MARRIED PERSONS' AUTHENTICITY

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine whether the tendency of self-concealment and anger expression style predict the level of authenticity of married individuals. A total of 414 married individuals in the study. This study utilized the Self-Concealment Scale (SCS), Anger Expression Styles (AESS) and Authenticity Scale (AS) in order to collect data. Data were analyzed using multiple regression analysis. As a result of the analyzes, it was determined that the self-concealment level score obtained from the SCS and the distributive aggression, integrative assertion and avoidance/denial sub-dimension scores of the AESS significantly predicted the self-alienation sub-dimension score of the AS but the passive anger expression style sub-dimension score of the AESS did not have a significant effect. Secondly, it was found that the self-concealment level score obtained from the SCS and distributive aggression, passive aggression and avoidance/denial sub-dimension scores of the AESS were significant predictors of the accepting external influence sub-dimension score of the AS but the integrative assertion style sub-dimension score of the AESS were not significant predictor. In addition, the four

¹Arş. Gör., Çukurova Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, atogay@cu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-7611-5125

²Prof. Dr., Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, fbilge@hacettepe.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7502-3846

*Bu çalışma Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü tarafından Ağustos, 2016 tarihinde kabul edilen yüksek lisans tezinin bir parçasıdır. 3-5 Kasım 2016 tarihlerinde Antalya'da gerçekleştirilen 1. Uluslararası Akademik Araştırmalar Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

*Bu çalışma için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan Etik Kurul Onay'ı (31.12.2014 tarih ve 51944218-010.99/2475 sayılı) alınmıştır.

Received/Geliş: 22/01/2020 Accepted/Kabul: 03/03/2020, Research Article, Araştırma Makalesi

Cite as/Alıntı: Togay, A., Bilge, F. (2020), "Evli Bireylerin Otantiklik Düzeyi Üzerinde Kendini Saklama Eğilimi Ve Öfke İfade Tarzının Yordayıcılığı", *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, cilt 29, sayı 1, s. 282-297.

sub-dimensions of AESS (distributive aggression, integrative assertion, passive aggression, avoidance/denial) were significant predictors of the authentic living sub-dimension score of the AS; self-concealment was not found to be a significant predictor.

Keywords: Self-Concealment, Anger Expression Styles, Authenticity, Married Persons.

Giriş

Değişen ve gelişen özelliklerinin yanı sıra temel özelliklerini koruyarak yaklaşık dört bin yıldır var olan evlilik kurumu, evli bireylerin yaşamının büyük bir kısmını kaplayan kişilerarası ilişkilerdendir. Diğer kişilerarası ilişkilerle benzer şekilde, evlilikte de eşler arasında iletişimin bir sonucu olarak, zaman zaman çatışmalar yaşanabilmekte, bu çatışmaların normal olduğu ve her ilişkide yaşanabileceği ifade edilmektedir (Farrington ve Chertok, 2009; Özgüven, 2001; Yıldız, 2009). Yaşanan çatışmalar sırasında birçok duygu ortaya çıkmaktadır. Duygular, eşlerin evlilik ilişkisindeki davranışlarını belirleyen önemli faktörlerden biridir. Duygular, karşılıklı olarak eşlerin düşüncelerini, davranışlarını, nasıl iletişim kurduklarını, ilişkinin kalitesini ve devamlılığını etkileyebilmektedir (Guerrero ve La Valley, 2006; Heyman, 2001; Mikulincer ve Shaver, 2005). Evlilikte bireylerin yaşadığı bazı temel duygular vardır. Bu duygulardan bazıları; öfke, kaygı, korku, mutluluk, üzüntü ve şaşkınlık gibi duygulardır (Lazarus, 1991; Nair, 2008). Öfke, eşlerin yaşadığı temel duygulardan biridir. Öfke, her kültürden bireyin yaşadığı evrensel bir duygudur (DiGiuseppe ve Tafrate, 2003; Lazarus, 1991). Kişiler yaşadıkları öfkeyi ifade etmek için bazı davranışlar ortaya koymaktadırlar ve bu davranışlar yaşanan öfkenin sıklığı, yoğunluğu ve süresine göre farklılık göstermektedir (Guerrero ve La Valley, 2006; Kassinove ve Sukhodolsky, 1995). Öfke yaşayan kişilerin bazıları öfkeyi o an gösterirken, bazıları öfke yaşamalarına neden olan olay ya da durum sona erdikten sonra yaşadığı duygunun farkına varmakta ve bazıları ise yaşadığı öfkeyi bastırmaktadır (Geçtan, 2006). Bazı bireyler, bunalsalar ya da kendilerini kurban gibi hissetseler de yaşadıkları öfkeyi ifade etmeyerek diğerlerinden saklamaktadırlar (Martin, Watson ve Wan, 2000). Kişilerin yaşadığı duyguları bastırarak ifade etmeyişinin, kendini saklama eğilimleriyle ilişkili olduğu söylenebilir. Kendini saklama, kişinin negatif algıladığı, kişisel bilgi, duygu, düşünce, olay ve eylemlerini diğer kişilerden bilinçli olarak gizleme eğilimi olarak ifade edilmektedir (Larson ve Chastain, 1990). Kendini saklamanın bireylerin kişilerarası ilişkilerine zarar verdiği ve bireyler için bedensel ve psikososyal çeşitli olumsuz etkilerinin olduğu alan yazındaki araştırmalarda vurgulanmıştır (Finkenauer, Engels, Branje ve Meeus, 2004; Kelly, 1999; Larson, 1994; Larson ve Chastain, 1990). Aynı zamanda kendini saklamanın eşlerin evlilikten aldıkları doyumunu ve aralarındaki bağlılığı olumsuz yönde etkilediği ifade edilmektedir (Finkenauer ve Hazam, 2000; Finkenauer, Kerkhof, Righetti ve Branje, 2009). Duygu ve düşüncelerini birbirlerine açan eşlerin evliliklerini daha kaliteli olarak algıladıkları belirtilmiştir (Fletcher, Thomas ve Durrant, 1999).

Evli bireylerin yaşadıkları öfkeyi ifade etmeyerek saklamasının kendileri ve ilişkileri için çeşitli olumsuz sonuçları olacağı söylenebilir. Bu sonuçlardan biri de kişi herhangi bir olay durum ya da yaşantı ile ilgili duygu, düşünce ve davranışlarını bilinçli bir şekilde sakladığında dışa yansıyan benliği ile gerçek benliği arasında bir fark ortaya çıkmaktadır. Bireyin bulunduğu sosyal ortamlarda kendini güvende hissederek,

diğerlerinin beklenti ve etkisinde kalmadan yaşadığı duyguları, aklından geçen düşünceleri ve yapmak istediği davranışları saklamadan yaşaması ve kendini açması alan yazında otantiklik olarak ifade edilmektedir (Neff ve Suizzo, 2006). Kendini açma, otantik kişilerin bir özelliğidir ve kişiler arası ilişkileri güçlendirmektedir (Reis ve Shaver, 1988). Bu araştırma ile kendini saklama eğilimi ve öfke ifade tarzının evli bireylerin otantiklik düzeylerini manidar olarak yordayıp yordamadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

Öfke, eşlerin evlilik ilişkisinde yaşadığı birçok duygudan sadece biridir. Evlilikte öfke duygusunu önemli hale getiren ise, bu duygunun hissedilmesinden ziyade öfkenin ifade edilme tarzıdır çünkü eşlerin öfkeyi nasıl yaşadıkları ve birbirlerine ifade etme tarzları evlilik ilişkisini etkilemektedir. Eşlerin kullandığı öfke ifade tarzlarının, evlilikten aldıkları doyumunu, aralarındaki yakınlığın düzeyini, yaşanan çatışmaların sıklığını (Gottman ve Krokoff, 1989; Sanford ve Rowatt, 2004), çatışma anlarında kullandıkları iletişimin özelliklerini, yaşanan çatışmaların çözülmesini (Sanford, 2007) ve bu yaşantıların içinde olan çocukların davranışlarını çeşitli şekillerde etkilediği yapılan araştırmalarla ortaya koyulmuştur (Avcı, 2006; Cummings, Vogel, Cummings ve El-Sheikh, 1989). Bireylerin öfkelerini ifade etme tarzları, kişilerin cinsiyetleri, kişilik özellikleri, sosyal-çevresel özellikleri veya statü ve otorite gibi öfkenin kaynağına göre değişebilmektedir (Allan ve Gilbert, 2002; Bostancı, Çoban, Tekin ve Özen, 2006; Wood, 2005).

Bireylerin öfke ifade etme tarzlarını etkileyen faktörlerden birinin de kişilerin kendini açma ya da saklama eğilimi olduğu düşünülmektedir. Kendini açma ile kendini saklama bir doğrunun iki ucu gibidir (Larson ve Chastain, 1990) ve bireylerin bu doğru üzerinde olduğu noktanın onların duygu ifade etme tarzlarını etkilediği düşünülmektedir. Bireyler çeşitli sebeplerden dolayı kendini saklayabilmektedirler. Diğer kişilerden gelecek tepkilerden çekinme, bazı konuları tabu olarak görme ve kendini açmanın getirdiği riskler (örneğin; reddedilme, anlaşılma, istismar edilme) bu nedenlerden bazılarıdır (Larson ve Chastain, 1990; Vrij, Nunkoosing, Paterson, Oosterwegel ve Soukara, 2002). Alan yazında kendini gizleme (Çelik, 2015; Deniz, 2010; Yıldız, 2013) olarak da isimlendirilen kendini saklamanın, sosyal destek kaynaklarını yetersiz kullanma (Larson ve Chastain, 1990), düşük algılanan sosyal destek (Kahn, Hessling ve Russell, 2003), işlevsel olmayan duygu düzenleme becerileri ve düşük sosyal iyi oluşla (Larson, Chastain, Hoyt ve Ayzenberg, 2015) pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Kendini saklamanın aksine kendini açma ise kişiler arası ilişkileri ve etkileşimi güçlendirmektedir (Reis ve Shaver, 1988).

Karşılıklı iletişimi, yaşanan çatışmaların çözümünü ve evlilikten alınan doyumunu etkileyebilen öfkenin, işlevsel olmayan bir şekilde ifade edilmesi ya da yaşanan öfkenin açığa vurulmayarak gizlenmesinin, eşlerin otantiklikleri için bir risk olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmanın işlevsel olmayan bir şekilde ifade edildiğinde bir duygudan, saldırgan bir davranışa ve şiddete dönüşebilen ya da ifade edilmeyerek saklandığında birtakım psikosomatik, psikolojik ve ilişkisel sorunlara neden olabilen öfkenin ve yakın ilişkilerde otantik olmayan bir ilişkinin gelişmesine neden olan kendini saklamanın, evli bireylerin otantiklikleri ile ilişkisini ortaya koyarak bu ilişkiden dolayı evlilik ilişkisinde doğabilecek sorunları belirlemek ve çözümüne katkı sağlamaktır. Kişilik gelişiminin sağlıklı olabilmesi için kişinin güçlü ve zayıf yönlerini, yeterlilik ve yetersizliklerini, duygu ve düşüncelerini bir bütün olarak kabul etmesi önemlidir, fakat

bu gerçekleşmediğinde bireyin var olan güncel benliği ile algıladığı benliği arasında bir fark olacaktır. Bu fark, kişinin kişilerarası ilişkilerde gerçekten var olabilmesini, karşısındaki kişilerle içten bir iletişim gerçekleştirerek o kişilerle yakınlık ve bağ kurmalarına engel olacaktır. Nitelikli ve doyum alınan bir evliliğin önemli faktörlerden biri konumundaki otantiklik için, eşlerin yaşadıkları duyguları gizlemeden, yapıcı ve işlevsel yollarla ifade etmesi gerekmektedir. Araştırmadan elde edilecek sonuçların, kendini saklama ve işlevsel-işlevsel olmayan öfke ifade tarzları açısından, eşlerin evlilik ilişkisi içerisinde otantik olma/olamama ile ilişkili faktörler ve eşler arasında otantik olmayan bir ilişkinin gelişmesini önleme ve bu konuda evli bireylere yönelik geliştirilecek müdahaleler konusunda araştırmacı ve uygulamacılara önemli bulgular sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca, kendini saklamayla ilgili olarak alan yazında çeşitli araştırmalar mevcut olmakla birlikte, evlilik ilişkisi bağlamında bireylerin kendini saklama eğilimleri ile ilgili yurt içi alan yazında herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Benzer şekilde, evli bireylerin kendini saklama eğilimleri ile otantiklik özelliklerine ilişkin yurt içi ve yurt dışı alan yazında yapılmış herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Araştırmanın bu açıdan da ilgili alan yazına katkı sağlayacağına inanılmaktadır. Bu doğrultuda bu araştırmada “Evli bireylerin öfke ifade tarzları ve kendini saklama eğilimleri otantikliklerini manidar olarak yordamakta mıdır?” sorusuna cevap aranmıştır.

Yöntem

Bu araştırma, kendini saklama eğilimi ve öfke ifade tarzının evli bireylerin otantiklik düzeylerini manidar olarak yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeline dayanan betimsel nitelikte bir çalışmadır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi hedefleyen bir modeldir. (Karasar, 2012).

Araştırma Grubu

Katılımcılara ulaşmadan önce, çalışmayı gerçekleştirebilmek için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'na başvurularak Etik Kurul Onay'ı (31.12.2014 tarih ve 51944218-010.99/2475 sayılı) ve diğer gerekli izinler alınmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan katılımcılar, çalışmaya gönüllü olarak katıldıklarını beyan eden gönüllü katılım formunu imzalamışlardır. Katılımcılara ulaşabilmek için kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmacı, Ankara'nın dört farklı ilçesinde (Beypazarı, Çamlıdere, Kazan ve Kızılcahamam) yaşayan, 18 yaş ve üstü evliliği devam eden kadın ve erkeklere bireysel olarak ulaşmış, kendilerinden randevu alarak araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul edenlerin örnekleri doldurmalarını sağlamıştır. Ayrıca, veri toplama sürecinde çalışmaya katılan kişilerden araştırmanın amacına uygun başka katılımcıları tavsiye etmeleri istenmiştir. Bu yolla diğer katılımcılara ulaşılmış ve örneklem sayısı artırılmıştır. Araştırmaya 218 kadın (% 52.7) ve 196 erkek (% 47.3) toplam 414 evli birey katılmıştır. Katılımcıların 3'ü (% 0.7) 18-24 yaş Aralığında, 81'i (% 19.6) 25-30 yaş aralığında, 245'i (% 59.2) 31-45 yaş aralığında, 83'ü (% 20) 46-59 yaş aralığında ve 2'si (% 0.5) ise 60 yaş ve üstüdür. Araştırmaya katılan evli bireylerin 86'sı (% 20.8) 1-5 yıl, 92'si (% 22.2) 6-10 yıl, 99'u (% 23.9) 11-15 yıl, 59'u (% 14.3) 16-20 yıl ve 78'i (% 18.8) 21 yıl veya daha fazla süredir evli olduklarını ifade etmiştir.

Veri Toplama Araçları

Evli bireylerin öğrencilerinin cinsiyet, yaş, yaşanan yer ve evlilik sürelerine ilişkin bilgiler araştırmacılar tarafından geliştirilmiş olan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Evli bireylerin kendini saklama düzeylerini belirlemek için Kendini Saklama Ölçeği, öfke ifade stillerini belirlemek için Kızgınlık İfade Stilleri Ölçeği, otantiklik düzeylerini belirlemek için Otantiklik Ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Bu form kullanılarak araştırmaya katılan evli bireylerin cinsiyet, yaş, yaşanan yer ve evlilik süreleriyle ilgili bilgiler alınmıştır.

Kendini Saklama Ölçeği (KSÖ): Larson ve Chastain (1990) tarafından geliştirilen ölçek tek boyutludur ve toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Maddeler beşli likert tiptedir ve faktör yükleri .46 ile .71 arasında değişmektedir. Ölçeğin orijinal formunun yordayıcı geçerliliği için Fiziksel Semptom Kontrol Listesi, Hopkins Semptom Listesi, kaygı ve depresyon ölçekleri kullanılarak incelenmiştir. Korelasyon analizleri sonucunda kendini saklamanın fiziksel semptom (.29), depresyon (.41) ve kaygı (.32) ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır. Ayrıca, kendini saklama düzeyi yüksek olan grubun, kendini saklama düzeyi düşük olan gruba göre anlamlı düzeyde daha fazla bedensel semptom, depresyon ve anksiyete yaşadığı belirlenmiştir. KSÖ'nün orijinal formunun iç tutarlılığı için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .83 olarak saptanmıştır. Ayrıca ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği için 4 hafta ara ile 43 kadın psikoloji öğrencisi ile yapılan çalışmada korelasyon katsayısının $r=.81$ olarak hesaplanmıştır (Larson ve Chastain, 1990). Terzi, Güngör ve Erdayı (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçeğin, yapı ve iraksak geçerliliği incelenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliği için faktör analizi yapılmıştır. Iraksak geçerliliği kapsamında; Kendini Saklama Ölçeği ile Kendini Açma Ölçeği'nden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde ilişki ($r=-.25$) olduğu belirlenmiştir. KSÖ'nün güvenilirliği iç tutarlık katsayısı ile incelenmiş ve bu doğrultuda Cronbach alfa katsayısı .82 olarak saptanmıştır. Son olarak ölçeğin Türkçe formunun test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .72 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada KSÖ'nün iç tutarlılık düzeyini saptamak için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .84 olarak belirlenmiştir. Ölçekteki on maddenin ayırıcılık gücü indeksi değerlerinin 0.40 ile 0.66 arasında değiştiği saptanmıştır. Bu çalışmada KSÖ'nün geçerliliğini belirlemek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ölçeğin tek faktörlü yapının test edildiği doğrulayıcı faktör analizi modelinden elde edilen sonuçlara göre ($\chi^2: 106.51; p<0.05; \chi^2/sd = 3.22; RMSEA: 0.074; SRMR: 0.047; GFI: 0.95; CFI: 0.97$) ölçeğin tek boyutlu olduğu hipotezinin doğrulandığı görülmüştür.

Kızgınlık İfade Stilleri Ölçeği (KİSÖ): Guerrero (1994) tarafından geliştirilen KİSÖ, yaygın kızgınlık, pasif kızgınlık, olumlu/bütünleyici kızgınlık ve kaçınmacı davranış olmak üzere dört alt boyut ve yedili Likert tipte toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin orijinal formunun güvenilirliği iç tutarlık katsayısı ile incelenmiştir. Alt boyutlar için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı değerleri; yaygın kızgınlık stili için .81, olumlu/bütünleyici kızgınlık stili için .79, kaçınmacı davranış stili için .72 ve pasif kızgınlık stili için .80 olarak saptanmıştır. KİSÖ Türkçeye Özen ve Sümer (2013) tarafından uyarlanmış ve bu çalışmada Türk kültürüne özgü kızgınlık, üzüntü ve suçluluk duygularının ifade stillerini belirlemek için nitel ön çalışma yapılmıştır. Nitel araştırma ile ortaya çıkan Türk kültürüne özgü kızgınlık ifade stilleriyle ilgili maddeler ve nicel araştırma ile uyarlanmış olan KİSÖ'nün maddeleri birleştirilerek nihai forma ulaşılmıştır. Ölçek, yaygın kızgınlık (19 madde), kaçınmacı davranış (13 madde), pasif kızgınlık (11 madde) ve olumlu/bütünleyici kızgınlık (9 madde) alt boyutlarında, yedili Likert tipte, toplam 52 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerden 20'si Guerrero'nun

(1994) orijinal ölçeğinden alınmış, 32'si ise nitel araştırma sonucunda eklenmiş Türk kültürüne özgü maddelerdir. Ters puanlanan madde bulunmamaktadır. KİSÖ'nün Türkçe formunun yapı geçerliliği faktör analizi kullanılarak incelenmiş ve yapılan analizler sonucunda dört faktörlü yapının uygun olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin yordayıcı geçerliliğini belirlemek için alt boyutların evlilik uyumu ile ilişkisi incelenmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgulara göre, yaygın, pasif ve kaçınmacı davranış stilleri ile evlilik uyumu düzeyleri arasında olumsuz yönde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu (sırasıyla, $r = -.43$, $p < .01$, $r = -.30$, $p < .01$ ve $r = -.31$, $p < .01$), olumlu/bütünleyici kızgınlık stili ile evlilik uyumu düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ($r = .38$, $p < .01$) görülmüştür. KİSÖ'nün iç tutarlılık düzeyini saptamak için yaygın kızgınlık, kaçınmacı davranış ve pasif kızgınlık ve olumlu/bütünleyici kızgınlık alt boyutlarında hesaplanan Cronbach alfa katsayısı değerleri kadınlar için sırasıyla .92, .88, .83 ve .82 iken erkekler için .94, .88, .76 ve .89 olarak belirlenmiştir (Özen ve Sümer, 2013). Bu çalışmada öncelikle ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayısı incelenmiştir. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı; yaygın kızgınlık stili için .89, pasif kızgınlık stili için .85, kaçınmacı davranış stili için .77 ve olumlu/bütünleyici kızgınlık stili için ise .55 olarak saptanmıştır. Ölçeğin geçerliliğini belirlemek amacıyla bu çalışmada doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Dört faktörlü yapının test edildiği doğrulayıcı faktör analizi modeli sonuçlarına göre (χ^2 : 3265.72; $p < 0.05$; $\chi^2/sd = 2.68$; RMSEA: 0.066; SRMR: 0.092; GFI: 0.96; CFI: 0.90) ölçeğin dört boyutlu olduğu hipotezinin doğrulandığı görülmüştür.

Otantiklik Ölçeği (OÖ): Ölçek Wood, Linley, Maltby, Baliousis ve Joseph (2008) tarafından geliştirilmiş, yedili Likert tipte toplam 12 maddeden oluşmaktadır. OÖ, kendine yabancılaşma, otantik yaşam ve dış etkiyi kabullenme olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmakta ve her bir alt boyutta dört madde bulunmaktadır. Ölçeğin orijinal formunda güvenilirlik çalışmaları kapsamında hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı kendine yabancılaşma alt boyutu için .78, dış etkileri kabullenme için .78 ve otantik yaşam için .69 olarak saptanmıştır. Ek olarak, ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği için iki ve dört hafta aralarla ölçeğin iki kez uygulanmış ve güvenilirlik katsayılarının .85 ile .91 arasında değiştiği belirlenmiştir. OÖ, Türkçeye İlhan ve Özdemir (2013) tarafından uyarlanmıştır. Türkçe formunun geçerlik çalışmaları kapsamında yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi kullanılarak incelenmiştir. Üç faktörlü yapının test edildiği doğrulayıcı faktör analizi modeli sonuçlarına göre (Ki-kare $\chi^2/sd = [82.76/53] 1.56$ RMSEA= .06, CFI= .96, IFI= .96, GFI= .92) ölçeğin orijinal formundaki gibi üç faktörlü olduğu hipotezi doğrulanmıştır. Ölçeğin güvenilirliği Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısıyla incelenmiştir. Kendine yabancılaşma, dış etkiyi kabullenme ve otantik yaşam alt boyutları için hesaplanan Cronbach alfa katsayıları sırasıyla .79, .67 ve .62'dir (İlhan ve Özdemir, 2013). Bu çalışmada ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı kendine yabancılaşma, dış etkiyi kabullenme ve otantik yaşam alt boyutları için sırasıyla .69, .79 ve .70 olarak saptanmıştır. Geçerlilik çalışmaları kapsamında ölçeğin üç faktörlü yapısı doğrulayıcı faktör analizi modeli ile test edilmiş ve elde edilen sonuçlara göre (χ^2 : 134.63; $p < 0.05$; $\chi^2/sd = 2.64$; RMSEA: 0.063; SRMR: 0.047; GFI: 0.95; CFI: 0.96) ölçeğin üç boyutlu olduğu hipotezinin doğrulandığı görülmüştür.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 22 (Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı) kullanılarak analiz edilmiştir. Veriler analiz edilmeden önce, frekans analizi ile boş, kayıp ve yanlış girilmiş veriler belirlenmiştir. Daha sonra çalışmada kullanılan üç ölçme

aracının güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları yapılmıştır. Ölçeklerin güvenilirlikleri için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ile incelenmiştir. Ölçeklerin geçerliliklerini incelemek için doğrulayıcı faktör analizinden yararlanılmıştır. Ölçeklerin hesaplanan geçerlilik ve güvenilirlik değerlerinin yeterli olduğuna karar verildikten sonra araştırma problemine ilişkin analiz gerçekleştirilmiştir. Araştırma problemi test etmek için çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Çoklu regresyon analizi yapmadan önce, analiz için gerekli olan varsayımların karşılanıp karşılanmadığı incelenmiştir. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek için çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgulara göre çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 1 aralığında olduğu belirlenmiştir. Varyansların homojenliğini belirlemek için Levene testi ve Box's M testi ile varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Çoklu doğrusallık analizi için varyans şişkinlik faktörleri de kontrol edilmiş ve 5 değerinden küçük olduğu belirlenmiştir. Otokorelasyonun olup olmadığını test etmek için Durbin-Watson istatistik değeri incelenmiş ve 2 değerinden büyük olmadığı saptanmıştır. Regresyon analizinin varyanslarından olan değişkenler arasında çoklu doğrusallık bulunmaması varsayımı korelasyon yardımıyla belirlenmiştir. Sürekli değişkenler için elde edilen korelasyonlar Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1: Kendini Saklama, Kızgınlık İfade Stilleri ve Otantiklik Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	Korelasyonlar							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Kendini Saklama	-							
2. Yaygın Kızgınlık İfade Stili	0.18	-						
3. Pasif Kızgınlık İfade Stili	0.16	0.63	-					
4. Bütünleyici Kızgınlık İfade Stili	0.01	-0.01	-0.05	-				
5. Kaçınmacı Davranış İfade Stili	0.29	-0.05	0.15	0.02	-			
6. Kendine Yabancılaşma	0.31	0.35	0.27	-0.13	0.25	-		
7. Dış Etkiyi Kabullenme	0.28	0.28	0.30	0.01	0.23	0.38	-	
8. Otantik Yaşam	-0.14	-0.17	-0.04	0.22	-0.09	-0.27	-0.09	-

Değişkenler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde hiçbir korelasyon değerinin 0.80 üzerinde olmadığı dolayısıyla değişkenler arasında çoklu doğrusallığın olmadığı görülmüştür. Analizler sonucunda, verilerin çoklu doğrusal regresyon analizi için gereken varsayımları sağladığı belirlenmiştir.

Bulgular

Araştırma problemine cevap bulabilmek için çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Çoklu regresyon analizinde evli bireylerin otantiklik düzeylerinde ilgili ölçekten aldıkları puanlar bağımlı değişken, kendini saklama ve öfke ifade tarzlarına ilişkin ilgili

ölçeklerden aldıkları puanlar bağımsız değişken olarak ele alınmıştır. Evli bireylerin öfke ifade tarzları ve kendini saklama eğilimlerinin Otantiklik Ölçeği'nin alt boyutlarını yordama düzeyini belirlemek için yapılan regresyon analizlerinde herhangi bir bağımsız değişkenin diğerlerinden daha önemli olduğu düşünülmeyi için bağımsız değişkenler tek bir seferde modele alınmıştır (Enter Method). Kendini saklama eğilimi ve öfke ifade stillerinin, otantikliğin kendine yabancılaşma alt boyutunu yordama düzeyini belirlemek için yapılan regresyon analizine ilişkin sonuçlar Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Otantiklik Ölçeği'nin Kendine Yabancılaşma Alt Boyutuna İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	β	St. Hata	Beta	t	p
Sabit	2.6	1.68		1.55	0.12
Kendini Saklama	0.12	0.03	0.19	4.01	0.00
Yaygın Kızgınlık İfade Stili	0.09	0.02	0.33	5.69	0.00
Pasif Kızgınlık İfade Stili	-0.01	0.02	-0.03	-0.06	0.96
Bütünleyici Kızgınlık İfade Stili	-0.09	0.03	-0.13	-2.93	0.00
Kaçınmacı Davranış İfade Stili	0.09	0.02	0.22	4.69	0.00

$R=0.490$ $R^2=0.240$ $F(5; 408)= 25.794$ $p=.000$ $p<0.01$

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, kendine yabancılaşma alt boyutu için kurulan modelin anlamlı olduğu ($F: 25.79$; Serbestlik derecesi: 5.408; $p<0.01$), çoklu korelasyon katsayısına göre tüm bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenle orta düzeyde bir ilişki gösterdiği; açıklama katsayısına göre bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkendeki değişkenliğin yaklaşık % 24'ünü açıklayabildiği görülmektedir. Regresyon analizi sonuçlarına göre, kendini saklama ile yaygın kızgınlık, bütünleyici kızgınlık ve kaçınmacı davranış ifade stillerinin, kendine yabancılaşmayı anlamlı düzeyde yordadığı; pasif kızgınlık ifade stiline ilişkin yordama katsayısının ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p<0.05$). Kendini saklama eğilimi ve öfke ifade stillerinin, otantikliğin dış etkiyi kabullenme alt boyutunu yordama düzeyini belirlemek için yapılan regresyon analizine ilişkin sonuçlar Tablo 3'te yer almaktadır.

Tablo 3. Otantiklik Ölçeği'nin Dış Etkiyi Kabullenme Alt Boyutuna İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	β	St. Hata	Beta	t	p
Sabit	-0.24	1.93		-0.13	0.90
Kendini Saklama	0.13	0.03	0.18	3.69	0.00
Yaygın Kızgınlık İfade Stili	0.05	0.02	0.17	2.81	0.01
Pasif Kızgınlık İfade Stili	0.06	0.03	0.14	2.43	0.02

Bütünleyici Kızgınlık İfade Stili	0.01	0.04	0.01	0.27	0.79
Kaçınmacı Davranış İfade Stili	0.08	0.02	0.17	3.50	0.00

$R=0.42$ $R^2=0.18$ $F(5; 408)= 17.891$ $p=.000$ $p<0.01$

Dış etkiyi kabullenme alt boyutu için kurulan modelin anlamlı olduğu (F: 17.89; Serbestlik derecesi: 5.408; $p<0.01$), çoklu korelasyon katsayısına göre tüm bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenle orta düzeyde bir ilişki gösterdiği; açıklama katsayısına göre bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkendeki değişkenliğin yaklaşık % 18'ini açıkladığı belirlenmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre, kendini saklama ile yaygın kızgınlık, pasif kızgınlık ve kaçınmacı davranış ifade stillerinin, dış etkiyi kabullenmeyi anlamlı düzeyde yordadığı; bütünleyici kızgınlık ifade stiline ilişkin yordama katsayısının ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p<.05$). Kendini saklama eğilimi ve öfke ifade stillerinin, otantik yaşam alt boyutunu yordama düzeyini belirlemek için yapılan regresyon analizine ilişkin sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Otantiklik Ölçeği'nin Otantik Yaşam Alt Boyutuna İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	β	St. Hata	Beta	t	p
Sabit	21.07	1.69		12.44	0.00
Kendini Saklama	-0.05	0.03	-0.09	-1.82	0.07
Yaygın Kızgınlık İfade Stili	-0.06	0.02	-0.26	-4.18	0.00
Pasif Kızgınlık İfade Stili	0.06	0.02	0.17	2.67	0.01
Bütünleyici Kızgınlık İfade Stili	0.15	0.03	0.21	4.89	0.00
Kaçınmacı Davranış İfade Stili	-0.04	0.02	-0.11	-2.11	0.04

$R=0.332$ $R^2=0.11$ $F(5; 408)= 10.123$ $p=.000$ $p<0.01$

Kendini saklama eğilimi ve öfke ifade stillerinin otantik yaşam alt boyutunu yordama düzeyini belirlemek için yapılan regresyon modelini özetleyen değerler Tablo 4'teki gibidir. Buna göre, otantik yaşam alt boyutu için kurulan modelin anlamlı olduğu (F: 10.12; sd= 5.408; $p<0.01$), çoklu korelasyon katsayısına göre tüm bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenle orta düzeyde bir ilişki gösterdiği; açıklama katsayısına göre bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkendeki değişkenliğin yaklaşık % 10'unu açıklayabildiği saptanmıştır. Regresyon analizi sonuçlarına göre, yaygın kızgınlık, pasif kızgınlık, bütünleyici kızgınlık ve kaçınmacı davranış ifade stillerinin, otantik yaşam alt boyutunu anlamlı düzeyde yordadığı; kendini saklama eğilimine ilişkin yordama katsayısının ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p<.05$).

Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada evli bireylerin kendini saklama eğilimi ve öfke ifade tarzının evli bireylerin otantiklik düzeylerini manidar olarak yordayıp yordamadığını incelenmiştir. İlk olarak, kendini saklama ve öfke ifade stillerinden yaygın kızgınlık, bütünleyici kızgınlık ve kaçınmacı davranış ifade stillerinin otantikliğin kendine yabancılaşma alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu; pasif kızgınlık ifade stiline ise anlamlı bir etkiye sahip olmadığı belirlenmiştir. Evli bireylerin kendini saklama eğilimlerinin otantikliğin kendine yabancılaşma alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. İdeal benliklerinin bir parçası olarak olumlu yönleriyle ilgili kendini açan fakat olumsuz yönlerini diğer kişilerden saklayan bireyler kendilerini otantik hissetmekte konusunda ve benliklerini kabul etmede sorun yaşamaktadırlar (Hill, Gelso ve Mohr, 2000). Alan yazındaki araştırmalarda; yakın ilişkilerde otantik olma ile eşlerin kendini saklama eğilimleri arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu, otantiklik düzeyi daha yüksek olan kişilerin kendini saklama eğilimlerinin daha düşük olduğu ve benlik kavramında daha az bölünme yaşadıkları (Lopez ve Rice, 2006), kendini saklamanın otantik olmayan bir yakın ilişkinin gelişmesiyle ilişkili olduğu (Brunell, Kernis, Goldman, Heppner, Davis, Cascio ve Webster, 2010; Uysal, Lin, Knee ve Bush, 2012) saptanmıştır. Araştırma bulgularının, alan yazında yer alan çalışmaların sonuçlarıyla paralel olduğu söylenebilir. Otantik yakın ilişkiler açık ve yargılayıcı olmayan ilişkilerdir (Wickham, 2012), ancak öfke sırasında yaygın kızgınlık stilini kullanan kişinin eşlerine karşı tutumu yargılayıcı ve tehditkar olup eşlerinin haklarına saygı göstermemektedir (Guerrero, 1994; Guerrero, La Valley ve Farinelli, 2008). Alan yazında otantiklik ile saldırganlık arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada, bireylerin otantiklik düzeyinin kendini ve benliğini koruma için gösterilen öfke, saldırgan davranış ve tutumlarla ilişkili olduğu; otantikliğin saldırgan davranışların ve öfkenin anlamlı bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır (Pinto, Maltby, Wood ve Day, 2012). Mevcut araştırmada elde edilen bulgular da, bu açıklamalarla paralel olarak, yaygın kızgınlık stilini kullanan kişilerin otantik olmadığı yönündedir. Bu araştırmada kaçınmacı davranış ifade stiline otantikliğin kendine yabancılaşma alt boyutunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Alan yazındaki bir araştırmada, otantiklik düzeyi düşük bireylerin romantik ilişkilerinde saldırganlıktan kaçınmak için çatışmalarını kendi ihtiyaçlarından çok eşlerinin ihtiyaçlarını karşılayarak çözdükleri ve bunun da benlikleri üzerinde olumsuz etkilere sahip olduğu saptanmıştır (Neff ve Harter, 2002). Buna göre, birey gerçek benliği yerine idealize ettiği benliği doğrultusunda davranış ve duygularının sorumluluğunu almayarak yaşanabilecek olası bir çatışmayla yüzleşmekten kaçındığında, kendine yabancılaşabileceği söylenebilir.

İkinci olarak, kendini saklama, yaygın kızgınlık ifade stili, pasif kızgınlık ifade stili ve kaçınmacı davranış ifade stiline otantikliğin dış etkiyi kabullenme alt boyutu üzerinde anlamlı bir yordayıcı oldukları; bütünleyici kızgınlık ifade stiline ise önemli bir etkiye sahip olmadığı tespit edilmiştir. Dış etkiyi kabullenme, kişinin diğerlerinden gelen etkileri kabul ederek onların beklentilerine uygun yaşamayla ilgili inançlarına karşılık gelmektedir (Wood ve ark., 2008). Bu anlamda, kişilerarası ilişkilerinde kendi duygu, düşünce ve isteklerini dile getirmeden diğerlerinin istek ve beklentilerine göre hareket eden bireylerin otantik olmadığı ve bunun hatalı benlik davranışı olduğu ifade edilmektedir (Harter, 2002; Neff ve Suizzo, 2006). Eşine asıl duygu ve düşünceleri konusunda kendini açmayarak, onun istek ve beklentilerine uygun şekilde davranmaya çalıştığında bireyin otantiklikten uzaklaştığı söylenebilir. Bu araştırma kapsamında evli

bireylerin kendini saklama eğilimlerinin dış etkiyi kabullenmenin anlamlı şekilde yordaması da buna işaret etmektedir. Ayrıca, mevcut araştırmanın bulguları, alan yazında daha önce yapılan çalışmaların bulgularıyla benzerlik göstermektedir (Brunell ve ark., 2010; Uysal ve ark., 2012; Lopez ve Rice, 2006). Harter'a (2002) göre bireyin otantik olmaması hatalı benlik davranışıdır. Bu davranışla kişi kendi düşündüğü ve hissettiklerini ifade etmek yerine bunları saklayarak diğer insanların duymak istediklerini söylemektedir. Bireylerin öfkelerini ifade etmek için kullandıkları kaçınmacı davranış stiline de, benzer şekilde bireyler hissettikleri duyguları ve yaşantılarını görmezden gelerek hiçbir şey olmamış gibi davranmaktadır (Guerrero, 1994; Guerrero, La Valley ve Farinelli, 2008). Kaçınmacı davranış stili, bireylerin otantik olup olmamasıyla yakından ilişkilidir. Bu araştırmada elde edilen bulgular da, alan yazındaki açıklamalarla paralel bir şekilde, evli bireylerin kullandığı kaçınmacı davranış stiline dış etkiyi kabullenme düzeylerini anlamlı şekilde yordadığını göstermiştir. Ayrıca, karakter özelliği olarak bütünlük, otantiklik ve dürüstlükte kişi kendine karşı sadıktır ve kişisel yaşamlarında ya da toplum içinde içsel durum, niyet ve taahhütlerini doğru bir şekilde ifade ederek davranış ve duygularıyla ilgili sorumluluk almaktadır (Peterson ve Seligman, 2004). Otantik bir kişi öfkesi konusunda kaçınmacı bir davranış sergilemeyerek bu duygusuyla ilgili sorumluluğu alabilmektedir. Öfkesiyle ilgili sorumluluk almaktan kaçarak, kaçınmacı bir tutum sergileyen kişi, bu araştırma bulgularının da gösterdiği gibi, otantik olamamaya karşı karşıya kalabilir. Yalom'a (2001) göre insan sergilediği davranışlar konusunda özgürdür ve bu özgürlüğünü fark ettiğinde aldığı kararların ve sergilediği davranışların sorumluluğunu alacaktır. Ancak bazı kişiler için bu özgürlük ağır bir sorumluluktur ve bu sorumluluğu almak istemeyen bireyler sorumluluk almaktan kaçınmakta, zorlanma hissetmekte ve olay ya da durumların kurbanı gibi davranarak sorumluluklarını inkar edebilmektedirler. Yaşadığı öfkeyle ilgili olarak sorumluluktan kaçmayan evli bireylerin çevreden gelen etki ve müdahaleleri kabul etmeden otantik bir şekilde davranacakları söylenebilir. Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, pasif kızgınlık ve kaçınmacı davranış öfke ifade stiline dış etkiyi kabullenme boyutunun anlamlı yordayıcıları olmasının ifade edilen bu durumun bir yansıması olduğu söylenebilir.

Son olarak, yaygın kızgınlık, pasif kızgınlık, bütüncü kızgınlık ve kaçınmacı davranış ifade stilleri otantikliğin otantik davranış alt boyutunun anlamlı olarak yordadığı; kendini saklamanın ise anlamlı bir yordayıcı olmadığı ortaya konmuştur. Öfke ifade stillerinden yaygın kızgınlığın, yaşanan çatışmayı çözümün için yapıcı bir süreç sağlamadığı bundan dolayı da eşlerin evlilikten aldığı doyumun düştüğü belirlenmiştir (Guerrero, La Valley ve Farinelli, 2008). Yaygın kızgınlık ifade stilini kullanan eşlerin yaşanan çatışmalarını yapıcı ve bütüncü bir şekilde ele alamadıkları ve yaşadıkları öfkeyi otantik olmayan bir şekilde ifade ettikleri söylenebilir. Yaygın kızgınlık ifade stiline otantik yaşamın anlamlı bir yordayıcısı olması bunu destekleyen bir bulgudur. Bütüncü kızgınlık ifade stili, kişinin öfkesini eşlerine içten, doğrudan, yapıcı, eşlerinin düşünce ve ihtiyaçlarını gözeten ve suçlayıcı olmadan gösterdiği stildir (Guerrero, 1994; Guerrero, La Valley ve Farinelli, 2008). Karşılıklı olarak açık, dürüst ve yargılayıcı olmayan bir öfke ifade tarzı olan bütüncü kızgınlık ifade stiline otantik davranış özelliklerine sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca Wickham (2012), otantik yakın ilişkilerin açık, yargılayıcı olmayan ve eşe karşı ifade edici bir yaklaşımı benimseyen ilişkiler olduğunu belirterek, otantik yaşam ile bütüncü ve yapıcı ifade stilleri arasındaki

ilişkiyi vurgulamıştır. Bu araştırmada da alan yazındaki açıklamalarla benzer şekilde, bütünleyici kızgınlık ifade stiline otantik yaşamın anlamlı bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Öncelikle bu araştırma evli çiftlerin her ikisini değil ulaşılabilen çiftlerden birini kapsamaktadır. Yapılacak yeni araştırmalar çiftlerle gerçekleştirilebilir, eşlerin otantiklik düzeylerinin karşılıklı olarak birbirlerine nasıl yansıdığı ve çiftlerin ilişkileri üzerinde ne tür etkileri olduğu ikili (dyadic) analizler yoluyla incelenebilir. Ayrıca bu araştırmada sadece öfke stillerinin otantiklikle olan ilişkisi incelenmiştir. Evlilikte çiftler öfkenin yanı sıra kaygı, korku, mutluluk, üzüntü ve şaşkınlık gibi birçok duygu yaşamaktadır. Yeni çalışmalarda otantiklikle ilişkisi bakımından diğer duygular da incelenebilir. Bu araştırmada elde edilen bulgular, evli bireylerin kendilerini açmalarını destekleyerek yaşadıkları duyguları yapıcı ve bütünleyici bir şekilde ifade edebilmeleri için desteklenmesinin yararlı olabileceğini ortaya koyacak deneysel çalışmalara gereksinim duyulmaktadır. Koruyucu ve önleyici çalışmalar kapsamında, alanda çalışan ruh sağlığı uzmanları evlilik öncesi hazırlık programları yoluyla duygu ifade etme ve kendini açma konusunda eşleri güçlendirerek otantik, kaliteli ve doyum alabilecekleri bir evlilik için çiftleri hazırlayabilirler. Bireyler öfke duygusunu işlevsel bir şekilde düzenleyemediklerinde, öfke saldırgan bir davranışa veya şiddete dönüşebilmektedir. Türkiye’de son dönemde aile içi şiddet vakalarındaki artış göz önüne alındığında, öfkenin nasıl ifade edildiği önem arz etmektedir. Bundan dolayı evlilik ve aile yapısının güçlendirilmesine yönelik çalışmalar yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Disiplinler arası işbirliği yapılarak evli bireylerin duygularını etkin bir şekilde düzenleyebilme, duyguları bütünleyici bir şekilde ifade edebilme, etkili iletişim, çatışma çözme ve evlilik problemleriyle başa çıkmaya ilgili becerilerinin geliştirilmesinin yararlı olacağına inanılmaktadır.

Kaynaklar

- Allan, S., & Gilbert, P. (2002). Anger and anger expression in relation to perceptions of social rank, entrapment and depressive symptoms. *Personality and Individual Differences*, 32(3), 551–565.
- Avcı, R. (2006). *Şiddet davranışı gösteren ve göstermeyen ergenlerin ailelerinin aile işlevleri, öfke ve öfke ifade tarzları açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Bostancı, N., Çoban, Ş., Tekin, Z. ve Özen, A. (2006). Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade etme biçimleri. *Kriz Dergisi*, 14(3), 9–18.
- Brunell, A. B., Kernis, M. H., Goldman, B. M., Heppner, W., Davis, P., Cascio, E. V., & Webster, G. D. (2010). Dispositional authenticity and romantic relationship functioning. *Personality and Individual Differences*, 48(8), 900–905.
- Cummings, E. M., Vogel, D., Cummings, J. S., & El-Sheikh, M. (1989). Children's responses to different forms of expression of anger between adults. *Child Development*, 60(6), 1392-1404.
- Çelik, E. (2015). Mediating and moderating role of sensation seeking in the relation between self-concealment and life satisfaction in adolescents. *Eğitim ve Bilim*, 40(181), 349-361.

- Deniz, M. (2010). *Ergenlerde sır saklamanın duygusal ve gelişimsel değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- DiGiuseppe, R., & Tafrate, R. C. (2003). Anger treatment for adults: A meta-analytic review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(1), 70-84.
- Farrington K., & Chertok E. (2009) Social conflict theories of the family. Boss P., Doherty W. J., LaRossa R., Schumm W. R., Steinmetz S. K. (Ed.), *Sourcebook of family theories and methods* içinde. Boston: Springer.
- Finkenauer, C., & Hazam, H. (2000). Disclosure and secrecy in marriage: Do both contribute to marital satisfaction?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(2), 245–263.
- Finkenauer, C., Engels, R. C. M. E., Branje, S. J. T., & Meeus, W. (2004). Disclosure and relationship satisfaction in families. *Journal of Marriage and Family*, 66(1), 195–209.
- Finkenauer, C., Kerkhof, P., Righetti, F., & Branje, S. (2009). Living together apart: Perceived concealment as a signal of exclusion in marital relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(10), 1410–1422.
- Fletcher, G., Thomas, G., & Durrant, R. (1999). Cognitive and behavioral accommodation in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(6), 705–730.
- Geçtan, E. (2006). *Psikanaliz ve sonrası*. (12. Basım). İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 47–52.
- Guerrero, L. K. (1994). "I'm so mad I could scream:" The effects of anger expression on relational satisfaction and communication competence. *Southern Journal of Communication*, 59(2), 125-141.
- Guerrero, L. K., & La Valley, A. (2006). Conflict, emotion, and communication. Oetzel, J. and Ting-Toomey, S. (Ed.), *Handbook of conflict and communication* içinde. Thousand Oaks, CA: Sage Publishing.
- Guerrero, L. K., La Valley, A. G., & Farinelli, L. (2008). The experience and expression of anger, guilt, and sadness in marriage: An equity theory explanation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(5), 699–724.
- Harter, S. (2002). Authenticity. S. J. Lopez and C. R. Snyder (Ed.), *Handbook of positive psychology* içinde. New York: Oxford University Press.
- Heyman, R. E. (2001). Observation of couple conflicts: Clinical assessment applications, stubborn truths, and shaky foundations. *Psychological Assessment*, 13(1), 5–35.
- Hill, C. E., Gelso, C. J. ve Mohr, J. J. (2000). Client concealment and self-presentation in therapy: Comment on Kelly. *Psychological Bulletin*, 126(4), 495–500.
- İlhan, T. ve Özdemir, Y. (2013). Otantiklik Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(40), 142–153.
- Kahn, J. H., Hessling, R. M., & Russell, D. W. (2003). Social support, health, and well-being among the elderly: What is the role of negative affectivity?. *Personality and Individual Differences*, 35(1), 5–17.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. (24. Basım). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kassinove, H., & Sukhodolsky, D. G. (1995). Anger disorders: Basic science and practice issues. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 18(3), 173–205.

- Kelly, A. E. (1999). Revealing personal secrets. *Current Directions in Psychological Science*, 8(4), 105–109.
- Larson, D. G. (1994). Self-concealment: Implications for stress and empathy in oncology care. *Journal of Psychosocial Oncology*, 11(4), 1-16.
- Larson, D. G., & Chastain, R. L. (1990). Self-concealment: Conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(4), 439–455.
- Larson, D. G., Chastain, R. L., Hoyt, W. T., & Ayzenberg, R. (2015). Self-concealment: Integrative review and working model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(8), 705-774.
- Lazarus, R. S. (1991). Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, 46(4), 352–367.
- Lopez, F. G., & Rice, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 362–371.
- Martin, R., Watson, D., & Wan, C. K. (2000). A three-factor model of trait anger: Dimensions of affect, behavior, and cognition. *Journal of Personality*, 68(5), 869–897.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal Relationships*, 12, 149–168.
- Nair, N. (2008). Towards understanding the role of emotions in conflict: A review and future directions. *International Journal of Conflict Management*, 19(4), 359-381.
- Neff, K. D., & Harter, S. (2002). The authenticity of conflict resolutions among adult couples: Does women's other-oriented behavior reflect their true selves?. *Sex Roles*, 47(9/10), 403–417.
- Neff, K. D., & Suizzo, M. A. (2006). Culture, power, authenticity and psychological well-being within romantic relationships: A comparison of European American and Mexican Americans. *Cognitive Development*, 21(4), 441–457.
- Özen, A. ve Sümer, N. (2013). Evlilikte kızgınlık, üzüntü ve suçluluk duygularının ifade biçimlerinin ölçümü. *Türk Psikoloji Yazıları*, 16(31), 36–55.
- Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede iletişim ve yaşam*. (1. baskı). Ankara: PDREM Yayınları.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Pinto, D. G., Maltby, J., Wood, A. M., & Day, L. (2012). A behavioral test of hornery's linkage between authenticity and aggression: People living authentically are less likely to respond aggressively in unfair situations. *Personality and Individual Differences*, 52(1), 41-44.
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. *Handbook of Personal Relationships*, 24(3), 367-389.
- Sanford, K. (2007). Hard and soft emotion during conflict: Investigating married couples and other relationships. *Personal Relationships*, 14, 65–90.
- Sanford, K., & Rowatt, W. C. (2004). When is negative emotion positive for relationships? An investigation of married couples and roommates. *Personal Relationships*, 11, 329–354.

- Terzi, Ş., Güngör, H. C., & Erdayı, G. S. (2010). Kendini Saklama Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8(3), 645–660.
- Uysal, A., Lin, H. L., Knee, R., & Bush, A. L. (2012). The association between self-concealment from one's partner and relationship well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(1), 39–51.
- Vrij, A., Nunkoosing, K., Paterson, B., Oosterwegel, A., & Soukara, S. (2002). Characteristics of secrets and the frequency, reasons and effects of secrets keeping and disclosure. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 12(1), 56–70.
- Wickham, R. E. (2012). *Authenticity in romantic partners*. Unpublished doctoral dissertation, University of Houston, Texas.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliouis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385–399.
- Wood, J. S. (2005). *The relationship of negative self-schemas and personality with the experience and expression of anger*. Unpublished master thesis, Oklahoma State University, Oklahoma.
- Yalom, I. (2001). *Varoluşçu psikoterapi*. (3. baskı). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yıldız, A. (2009). Evlilikte yaşanan sorunlar ve başa çıkma yolları. H. Yavuzer (Ed.), *Evlilik okulu* (3. baskı), içinde (ss. 211-229). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldız, R. (2013). *Ergenlerde yalnızlığın sır saklama ve denetim odağı açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

*Bu çalışma için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan Etik Kurul Onay'ı (31.12.2014 tarih ve 51944218-010.99/2475 sayılı) alınmıştır.