

Evlilik Doyumu: Aile Yılmazlığı ve Etkili İletişim Becerilerinin Rolü

Marital Satisfaction: The Role of Family Resilience and Effective Communication Skills

Mustafa BULUŞ¹

Burcu BAĞCI²

Başvuru Tarihi: 20.08.2016

Yayına Kabul Tarihi: 16.11.2016

DOI: 10.21764/efd.00737

Özet: Bu araştırmada evlilik doyumunu yordamada aile yılmazlığı ve iletişim becerilerinin rolü incelenmiştir. Araştırmaya 208 çift (208 kadın ve 208 erkek) katılmıştır. Veri toplama araçları olarak Evlilik Yaşam Ölçeği, Aile Yılmazlık Ölçeği ve Etkili İletişim Becerileri Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde Pearson korelasyon ve hiyerarşik regresyon analizi teknikleri kullanılmıştır. Korelasyon analizleri kadın ve erkek evlilik doyumunun, mücadelecilik-meydan okuma, öz-yetkinlik ve yaşama bağlılık aile yılmazlığı alt boyutları ve ego geliştirici dil, etkin dinleme, kendini tanıma-açma, empati ve ben dilini kullanma iletişim becerileri ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Yapılan regresyon analizleri sonucunda ise, kadın ve erkek yılmazlık düzeyleri ve iletişim becerilerinin birlikte evlilik doyum değişkenliğini anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Buna göre kadın evlilik doyumunun en güçlü yordayıcıları aile yılmazlığının öz yetkinlik alt boyutu ile ben dili iletişim becerisi; erkek evlilik doyumunun en güçlü yordayıcıları ise aile yılmazlığının yine öz yetkinlik alt boyutu ile ego geliştirici dil iletişim becerisi olmuştur. Araştırmada elde edilen bulgular, alan yazın ışığında tartışılmış ve ilgililere önerilerde bulunulmuştur.

Abstract: This study was conducted to examine the predictive power of family resilience and effective communication skills on marital satisfaction. The descriptive survey model was used in the study. A total of 208 couples (208 women and 208 man) participated to the study. Marital Life Scale, Family Resilience Scale and Effective Communication Skills Scale were used to collect the data. Pearson Correlation and stepwise regression analyses were performed to analyze the data. Results showed positive relationships between women-man marital satisfaction and combativeness, self-competence, life cohesion (cohesion to life) family resilience sub-dimensions, the use of ego enhance language, active listening, self-recognition-disclosure, empathy and I-message effective communication skills. In addition, regression analyses indicated that both family resilience and effective communication skills predict women-man marital satisfaction together. In that sense, self-competence and I-message were the primary predictors of women marital satisfaction, self-competence and ego enhance language were the primary predictors of man marital satisfaction. In the study implications of the findings were discussed and suggestions were given.

Anahtar Sözcükler: *Evlilik doyumu, aile yılmazlığı, iletişim becerileri*

Keywords: *Marital satisfaction, family resilience, effective communication skills*

Giriş

Evlilik kültürlerarası birtakım farklılıklar göstermekle birlikte evrensel bir kurumdur. Bu kurum toplumların vazgeçilmez bir unsurudur ve insan hayatındaki en önemli yaşantılardan birisidir. Toplumun temel birimi olan aile, evlilik ilişkisi ile başlayan bir sistemdir ve toplumun sosyal, ahlâki ve kültürel sürekliliğinin sağlanması bakımından önemlidir (Çelik ve Yazgan İnanç, 2009). Cutlar ve Radford (1999) evliliği, birbirlerine karşı sorumluluk duygusu taşıyan, birbirlerini sosyal açıdan destekleyen, birlikte isteyerek zaman geçiren, üyeleri arasında açık iletişim olan, kriz durumlarında birbirine kenetlenen bireylerin oluşturduğu sistem olarak tanımlamaktadırlar. Evlilik bireylerin yaşam kalitesi ile yakından ilişkilidir, çünkü

¹ Doç. Dr., Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümü Okul Öncesi Eğitimi ABD, e-mail: mbulus@pau.edu.tr

² Doktora Öğrencisi Öğretmen, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim ABD Okul Öncesi Eğitimi Programı, e-mail: burcu.bagci.09@hotmail.com

bireylere psikolojik, sosyal ve ekonomik yarar sağlayarak daha sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sunmaktadır. Bu çerçevede, sağlıklı evliliklerin bireylerin yaşam kalitelerini arttırmada rolünün olduğu ve evlilik ile birlikte beklentilerin çeşitlendiği ve yaşam biçiminin farklılaştığı söylenebilir. Farklılaşan bu yaşam biçimi ile bireylerin evlilik ilişkisinde mutlu olmaları ve bu ilişkiden doyum sağlamaları amaçlanmaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013; Hünler ve Gençöz, 2003; Kansız ve Arkar, 2011; Üncü, 2007). Bu nedenle, sanayileşme ve endüstrileşme olgusunun evliliğin yapısını değiştirdiği değişen günümüz toplumunda yaşamı sürdürmek, evlilikte doyum ve uyum sağlayabilmek için evliliğin yapısının anlaşılması ve iyi bir şekilde değerlendirilmesi önemli kabul edilmektedir (Çelik ve Yazgan İnanç, 2009). Bu doğrultuda, sağlıklı ve mutlu bir evlilik ile ilişkili olarak değerlendirilebilecek değişkenlerin birkaçının evlilik doyumu, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri olduğu söylenebilir.

Alan yazın bu değişkenlerin başarılı bir evliliğin sürdürülmesinde yordayıcı role sahip olduğunu göstermektedir (Acar, 1998; Binici Azizoğlu, 2000; Burlison ve Denton, 1997; Houck ve Daniel, 1994; Kaner, Bayraklı ve Güzeller, 2011; Kararırmak, 2007; Kocadere, 1995; Korkut, 2005; Koydemir, Selşik ve Tezer, 2005; Noller ve Fitzpatrick, 1990; Özbay ve Aydoğan, 2013; Patterson, 2002a, 2002b; Plumb, 2011; Sevim, 1999; Soylu ve Kağnıcı, 2015; Üstübal, 2015). Bu nedenle son yıllarda davranış bilimcilerinin bu kavramlarla daha fazla ilgilendikleri ve yapılan araştırmalarla alana önemli bulgular ve değerlendirmeler sundukları görülmektedir. Ancak yapılan alan yazın taramalarında eşlerin evlilik doyumu, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri değişkenleri arasındaki ilişkilerin incelenmediği görülmüştür. Oysa farklı kavramsal çerçevenin ve değişkenlerin birbirleriyle ne tür bir ilişki içinde olduklarının bilinmesi hem yeterli farkındalığın sağlanması hem de evlilik sürecinde bireylerin sergiledikleri davranışların ve farklılıkların nedenlerinin anlaşılması için gereklidir (Buluş, 2011).

Evliliğe ilişkin memnuniyeti ifade eden, evlilikte mutluluğun artması ve çatışmanın azaltılmasıyla gelen evlilik doyumu, ilişkideki doyuma ulaştırıcı sıcak ve samimi alanlardan, gerilim yaratan soğuk alanlara uzanan geniş bir yelpazeyi içermektedir (Buunk ve Vanypere, 1991; Sutor, 1991; Akt. Ergin, 2000). Sokolski ve Hendrick (1999) evlilik doyumunu evlilik kurumu içinde yer alan çevresel (verilen kararlarda eşitlik, kazanç, çalışma ve problemleri paylaşma) ve kişisel (eşlerin birbirlerine gösterdiği sevgi biçimi, cinsel doyum, iletişim biçimi) boyutlardan eşlerin elde ettiği psikolojik tatmin olarak tanımlamışlardır. Heyman, Sayers ve Bellack (1994) ise, evlilik doyumunu eşler arasındaki ilişkinin uyumu, kalitesi, ilişkiden edindikleri mutluluk ve bu yaşantıların oluşturduğu ahenkli denge şeklinde açıklamaktadır. Evlilikte doyum yaşama, beklentilerin gerçekleşmesi ve bireylerin mutlu olabilmeleri açısından oldukça önemlidir. Doyum yaşanmayan evliliklerin sayısının artmakta olduğu ve genellikle boşanma ile sonuçlandığı, bu durumun ise hem eşleri hem de boşanan aile çocuklarını olumsuz olarak etkilediği birçok çalışma ile ortaya konmuştur (Goleman, 2000; Güven, 2005; Sevim, 1999). Dolayısıyla, boşanma oranlarının arttığı günümüzde, evlilik doyumu üzerinde durularak, bunu etkileyen faktörlerin belirlenmesi araştırmalarla ortaya konan önemli bir problem durumudur. Evlilik doyumu kolayca tanımlanabilecek bir değişken olmamakla birlikte, evlilikten sağlanacak doyum düzeyini birçok değişkenin etkilediği bilinmektedir (Hünler ve Gençöz, 2003; Üncü, 2007).

Alan yazın incelendiğinde, evlilik doyumunun iletişim çatışmaları, cinsiyet rolü yönelimleri (Curun, 2006), toplumsal cinsiyet rolleri (Fışiloğlu, 1992; Juni ve Grimm, 1994), iş doyumu (Tezer, 1992), cinsel doyum (Arslan, 1996; Ivy ve Memphis, 2007; Kudiaki, 2002; Litzinger ve Gordon, 2005; Trudel, 2002), eşlerin tutum ve davranışları (Feeney, 2002), psikolojik ve fiziksel sağlık (Levenson, Carstensen ve Gottman 1993), iş kaybı (Forthofer, Markman, Cox, Stanley ve Kessler, 1996), birlikte geçirilen zaman (Hazan ve Shaver, 1987; Hirschberger, Srivastava, Marsch, Cowan ve Cowan, 2009), demografik değişkenler ve evlilik çatışması (Acar, 1998; Aslan, Alpaslan ve Ünal, 1998; Hatipoğlu, 1993), dine bağlılık (Hünler, 2002), bilişsel çarpıtma ve problem çözme (Güven, 2005), mükemmeliyetçilik (Koydemir, Selşik ve Tezer, 2005), ego durumları (Sevim, 1999), utanç, aşağılama, yabancılaşma, benlik saygısı, eşitlik algısı, yakınlık, yeterlilik (Blavier, Donald ve Glen, 1995), yüksek benlik saygısı ve yaşam doyumu (Kinnier, 1991),

ekonomik bağımsızlık, ailevi sorumlulukları yerine getirme, çalışma statüsü, cinsiyet (Kirkpatrick, Kiger, Daphne, Riley ve Larsen, 2001), sosyo-ekonomik düzey (Yıldırım, 1993) gibi değişkenlerle ilişkili olarak ele alındığı görülmektedir.

Bütün bu çalışmalar dikkate alındığında evlilik doyumunun, evlilikte mutluluğu ve eşler arasındaki destek alışverişini etkilediği görülmektedir. Evlilik sürecinin başarılı bir şekilde yürütülmesi açısından bu denli önemli olduğu, alan yazın araştırmaları ile ortaya konan evlilik doyumunun nedensel olarak ilişkili olduğu değişkenlerin incelenmesinin bireylerin evlilik kalitelerini arttırmada ipuçları vermesi açısından yarar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda alanda evlilik doyumunu etkileyen değişkenlere ilişkin birçok çalışma görülmekle birlikte aile yılmazlığı ve iletişim becerilerinin yordayıcı etkisini inceleyen çalışmalara rastlanılmamıştır.

Bu değişkenlerden biri olan aile yılmazlığı, yaşamın zorluklarına ve risklerine karşı ailenin başa çıkabilme ve yeniden bir denge sağlayabilme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Patterson, 2002b). Alan yazında pek çok yılmazlık (resilience) tanımı bulunmaktadır ve bu tanımlar yılmazlığın iki ögesini içermektedir. Bunlardan ilki önemli bir tehde ya da zorluğa maruz kalmak; ikincisi ise bu tehdit ya da zorluğa rağmen ayakta kalabilmek, uyum sağlayabilmektir (Rutter, 2006). Yılmazlık sadece bireysel değil, aynı zamanda ailesel ve toplumsal düzeyde de ortaya çıkan bir özelliktir. Yılmazlık aile açısından ele alındığında, riskli durum ve zorluklar karşısında bazı aileler dağılırken bazılarının bu durumdan daha güçlü bir şekilde çıktıkları görülmektedir. Bu doğrultuda bireysel yılmazlıkta olduğu gibi ailedeki yılmazlığın da önemli bir zorluk ya da kriz durumu karşısında içsel ve dışsal kaynakları kullanarak aile içinde uyum sağlama, yeterli işlevde bulunma, ayakta kalabilme ve sağlıklı aile işleyişini sürdürme ya da geliştirme becerisi olduğu söylenebilir (Greff, Vansteenwengen ve Ide, 2006; Hawley, 2000; Patterson, 2002a).

Kaner ve Bayraklı (2010) aile yılmazlığını dört boyutta ele almaktadır. Bunlardan mücadelelilik-meydan okuma güç koşullarla mücadele edebilme, zorlukların üstesinden gelebilme, olumsuz koşullara rağmen ayakta kalabilme ve risk alabilme gücünü; öz-yetkinlik bireylerin yaşamını etkili şekilde sürdürebilmesi için gerekli olan başarılı, saygılı, güvenilir olma, zamanı etkili değerlendirebilme ve kendini değerli algılama gibi özellikleri; yaşama bağlılık yaşama olumlu bakışı ve yaşama olumlu katılımı ve son olarak kontrol ise bireyin yaşamını kontrol edebilmesini ifade etmektedir.

Alan yazındaki çalışmalar aile yılmazlığının dayanıklılık (Kobasa, 1979), çocuklarda zihinsel yetersizlik, anne-baba olma, yaş (Kaner, Bayraklı ve Güzeller, 2011), engelli çocuğa sahip olma (Özbay ve Aydoğan, 2013), yetersizliği olan ve olmayan çocuğa sahip baba (Boyras ve Sayger, 2011), yetersizliği olan ve olmayan çocuklu annelerde sosyal destek ve başa çıkma yolları (Kaner ve Bayraklı, 2009), cinsiyet (Campbell-Sills, Forde ve Stein, 2009), anne-baba yaşı ve eğitim durumu (Ha, Hong, Seltzer ve Greenberg, 2008), çocuğun özellikleri (Ha ve diğ., 2008; Patterson, 2002a), denetim odağı, sosyal yeterlik, öğrenilmiş çaresizlik ve başa çıkma (King, Brown ve Smith, 2003; Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000; Rutter, 1999, 2006) ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bütün bu çalışmalar aile yılmazlığının fonksiyonel bir birim olan aile bireylerinin zor durumlarla başa çıkma ve uyum sağlama sürecinde birlik ve beraberlik içerisinde olmalarının evlilik ilişkisinden beklenen mutlu olma ve doyum sağlama ile doğrudan ilişkili olduğunu göstermesi bakımından önemlidir.

Aile yılmazlığı ile ilgili kavramsal çerçevelerde ve araştırma doğurgularında belirtilen kabuller gibi, eşlerin iletişim becerilerine sahip olma düzeylerinin de evlilik doyumunda etkili olduğu düşünülmektedir. İletişim insan hayatının her anını kapsayan, insanların belirli ilişkileri sürdürmeleri ve bir yapı içinde anlaşmalarını sağlamak için gerekli olan temel bir ögedir (Nazik ve Bayazıt, 2004). Canlılar varlıklarını sürdürebilmek için iletişimde bulunmak zorundadırlar, ancak bütün canlıların ihtiyaç duyduğu iletişimin insan yaşamındaki yeri bambaşkadır. Çünkü insan içerisinde bulunduğu iletişimlerini incelemek ve geliştirmek gücüne sahiptir (Kıran, 2008).

Evlilik bir iletişim ve etkileşim sistemidir. Bu sistem iletişim ile canlılığını korur. Eşlerin aralarında sözlü-sözsüz uygun mesajlar alıp vermesi, birbirlerine duygusal, sosyal ve cinsel beklentilerini dile getirebilmesi için karşılıklı iletişim içinde olmaları gerekir. Çünkü uyumlu ve mutlu bir evlilik her şeyden önce sağlıklı iletişimle gerçekleşir. Evliliklerde sağlıklı bir iletişimin bulunmaması eşler arasındaki sorunları algılayıp kavrayamamaktan ve iletişim bozukluğundan kaynaklanır (Özgüven, 2000). Böyle durumlarda bir eşin söylediğini diğer eş farklı algılar ve sorunlar çözülmediği gibi üstüne yeni sorunlar çıkar. Evlilikte etkili iletişimin olmamasının nedenlerinden biri her bireyin kendi düşüncesini savunması ve bunu karşı tarafa kabul ettirmeye çalışmasıdır. Etkili iletişimi engelleyen faktörlerden birisi de eşlerin ya saldırgan ya da pasif olmasıdır. Bu durumda birey düşüncelerini ya bağırarak aşırı bir tepkiyle anlatır ya da pasif olmasından dolayı düşüncelerini iyi ifade edemez (Akgün ve Polat Uluocak, 2010). Oysa taraflar ayrı ayrı birer dünya değil, “ortak bir dünya” kurmalı ve problemleri aralarında etkili bir iletişimle çözebilmelidir (Özgüven, 2000). Çünkü etkili iletişimin kurulduğu ailelerde, aile bireyleri birbirleri ile duygularını paylaşır, birbirlerine zaman ayırır, değer verir, birbirlerini olduğu gibi kabul eder ve sevgi dolu destekleyici bir yaklaşım gösterirler. Böyle bir ortamda kurulan iletişim etkili olur ve birlikte geçirilen zaman eğlence ve mutluluk kaynağı haline dönüşür.

İncelenen çalışmalarda iletişim becerilerinin kendini gerçekleştirme, yalnızlık ve atılganlık, problem çözme, iletişim çatışmalarına girme eğilimleri, ego durumları, iş doyumları, empatik beceriler, kendini kabul, kendine saygı, duygusal zekâ, iyimserlik gibi değişkenler ile ilişkiler ortaya konmuştur (Abacı, 1995; Çam, 1999; Çetinkanat, 1997; Çoşkuner, 1994; Demirsöz, 2008; Gürşimşek, Vural ve Şahin, 1998). Ayrıca, aralarında belirli bir iletişim sağlayamamış, ilgisiz, ortak sorunlarını beraber çözemeyen, duygularını birbirlerine açıkça ifade edemeyen, aile rollerini benimsemeyen ve birbirlerini kontrol edemeyen ya da aşırı kontrol eden ailelerde, psikiyatrik bir bozukluğun ortaya çıkma olasılığının, bu işlevleri sağlıklı bir şekilde yerine getirebilen ailelere göre daha fazla olduğu belirtilmektedir (Bulut, 1993; Satterfield, Hoppe ve Schell, 1982; Wasserman, Miller, Pinner ve Jaramillo, 1996). Bunun yanında, aile içi iletişim ve çatışma çözme stillerinin (olumsuz ve itaat) evli bireylerin evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur (Soylu ve Kağnıcı, 2015). Bu çalışmalardan hareketle, iletişim becerilerini kullanma düzeyinde artışın evlilik doyumunu etkileyebileceği sonucuna da varılabilir.

Bu bağlamda alan yazında yapılan çalışmalardan ve kavramsal çerçevelerden hareketle, bu araştırmada egoyu geliştirici dil, etkin dinleme, kendini tanıma ve açma, empati ve ben dili olmak üzere beş temel etkili iletişim becerileri sınıflaması yapılmaktadır. Bu becerilerden egoyu geliştirici dil, iletişim sürecinde bireyin olumlu özelliklerine ve performanslarına vurgu yapmaya; etkin dinleme bireyin mesajının anlaşılmasına katkı sağlayacak yeterli motivasyon ve dikkat ile o ana aktif bir şekilde katılmaya; kendini tanıma ve açma bireyin kendisine ilişkin farkındalığına, kendisini açmasına ve şeffaflığına; empati karşıdaki bireyin öznel dünyasından yola çıkarak onu anlamaya ve böylece anlaşılacak duygu, düşünce ve beklentilerinin kendisine aktarılmasına ve ben dili ise mesaj aktaran bireyin istenilir olarak algılanmayan davranışlarının dinleyen üzerindeki olumsuz etkilerinin geri iletilmesine işaret etmektedir.

Evlilik doyumunu, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri kavramlarının alan yazında ayrı ayrı çalışıldığı gözlenmekle birlikte, yapılan taramalarda özellikle evli bireylerde, bu değişkenlerin ilişkisinin ve aile yılmazlığı ile iletişim becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücünün incelenmediği görülmüştür. Bu nedenle evlilik doyumunu, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri kavramsal çerçevelerinin ne tür bir ilişki içinde olduklarının bilinmesi evlilikten sağlanan doyum farklılıklarının nedenlerinin anlaşılması için gerekli görülmektedir. Ayrıca, Türkiye’de ve tüm dünyada boşanma oranlarının artış gösterdiği de dikkate alındığında, evlilik sorunları yaşayan çiftlerin desteklenmeye ihtiyacı olduğu açıktır. Hem evlilik ilişkisini daha iyi anlayabilmek hem de çiftleri destekleyecek önleyici çalışmalar yapabilmek açısından evlilik doyumunun araştırılmasının konu alanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Yukarıdaki alan yazın değerlendirmelerinden hareketle bu çalışmada evlilik doyumunu yordamada aile yılmazlığı ve iletişim becerilerinin rolü incelenmiştir. Bu amaca paralel olarak çalışmada aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Kadın ve erkek evlilik doyumu, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri arasında bir ilişki var mıdır? Varsa ne tür bir ilişki bulunmaktadır?

2. Kadın ve erkek aile yılmazlığı ve iletişim becerileri birlikte evlilik doyumunu yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırma Modeli

Araştırma ilişki tarama modeli kullanılarak yapılan betimsel nitelikte bir çalışmadır. İlişkisel tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2012).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 208 çift (208 kadın ve 208 erkek) oluşturmuştur. Çalışmaya katılan kadınların yaş aralığı 23-50, erkeklerin 23-55 şeklindedir. Çiftlerin evlilik yılı aralığı ise 4-30 arasında değişmektedir.

Veri Toplama Araçları

Evlilik yaşamı ölçeği

Bu ölçek, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyum düzeyini ölçmek amacıyla Tezer (1996) tarafından geliştirilmiştir. 10 maddeden oluşan ölçeğin test tekrar test katsayısı .85 olarak saptanmıştır. İç tutarlık katsayısı ise, ilk uygulamada .91; ikinci uygulama grubunda ise .89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bu çalışma için iç tutarlık katsayısı kadın verilerinde .85, erkek verilerinde ise .83 olarak elde edilmiştir. Ölçekte her bir maddeye “kesinlikle katılmıyorum”, “katılmıyorum”, “kararsızım”, “katılıyorum” ve “kesinlikle katılıyorum” Likert seçenekleri üzerinden yanıt verilmektedir. Ölçekten alınan toplam puan yükseldikçe evlilik doyum düzeyi de yükselmektedir.

Aile yılmazlık ölçeği

Bu metot, eşlerin aile yılmazlığı algılarını değerlendirmek amacıyla Kaner ve Bayraklı (2010) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 37 madde ve mücadelelilik-meydan okuma, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık, kontrol olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Katılımcılardan, maddelerdeki durumlara ilişkin tepkilerini 5’li Likert tipi ölçek üzerinde kendilerine en uygun gelen seçeneği işaretleyerek göstermeleri beklenmektedir (beni çok iyi tanımlıyor=5 puan, beni iyi tanımlıyor=4 puan, beni orta düzeyde tanımlıyor=3 puan, beni biraz tanımlıyor=2 puan, beni hiç tanımlamıyor=1 puan). Aile yılmazlığı düzeyi ölçekten alınan toplam puan ile belirlenmektedir. Bununla birlikte, her bir alt ölçekten alınan puanlarla da değerlendirme yapılabilmektedir. Tüm maddeler olumlu yönde ifade edilmiştir. Ölçekten yüksek puan almak bireyin yılmazlık algısının yüksek düzeyde olduğuna işaret etmektedir. Ölçek için bu çalışmada yapılan iç tutarlık analizlerinde alfa değeri, mücadelelilik-meydan okuma alt boyutu için kadın veri grubunda .90, erkek veri grubunda .92, öz-yetkinlik alt boyutu için kadın veri grubunda .71, erkek veri grubunda .88, yaşama bağlılık alt boyutu için kadın veri grubunda .87, erkek veri grubunda .86, kontrol alt boyutu için ise kadın veri grubunda .43, erkek veri grubunda .52 olarak bulunmuştur.

İletişim becerileri ölçeği

Buluş, Atan ve Sarıkaya (2016) tarafından geliştirilen İletişim Becerileri Ölçeği, yetişkinlerde kişiler arası iletişim becerilerini ölçmeye yönelik olarak hazırlanmıştır. Ölçme aracı 34 maddeden oluşmakta ve her bir maddeye “Hiç Uygun Değil”, “Çok Az Uygun”, “Kısmen Uygun”, “Çoğunlukla Uygun” ve “Tamamen Uygun” şeklinde derecelendirilmiş beşli Likert tipi dereceler üzerinden cevap verilmektedir. Ölçekte 15, 16, 28, 32 ve 33 numaralı maddeler tersten puanlanmaktadır. Ölçek için yapılan güvenilirlik ve geçerlik analizlerinde, madde-toplam korelasyonlarının .31 ile .59 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin bütün maddeler üzerinden toplam iç tutarlılık katsayısı (Cronbach’s Alpha) .91 olarak elde edilmiştir.

Ölçeğin 34 madde üzerinden faktör yapısı temel-bileşenler yöntemiyle (principals-components analysis) analiz edilmiş ve 1'in üzerinde öz değere sahip toplam varyansın % 51'ini oluşturan 5 faktör bulunmuştur. Her bir alt boyut üzerinden alınan toplam puanın artması iletişim becerilerini kullanma düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Bu alt boyutlar aşağıda verilmiştir:

- 1) Egoyu Geliştirici Dil: 6 madde içermektedir ve iç tutarlılık katsayısı .72 olarak hesaplanmıştır.
- 2) Etkin Dinleme: 8 maddeden oluşmaktadır ve iç tutarlılık katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.
- 3) Kendini Tanıma - Kendini Açma: 5 maddeden oluşmaktadır ve iç tutarlılık katsayısı .76 olarak hesaplanmıştır.
- 4) Empati: Empati alt boyutu 8 maddeden oluşmaktadır ve iç tutarlılık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.
- 5) Ben Dilini Kullanma: 7 maddeden oluşmaktadır ve iç tutarlılık katsayısı .83 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Alan yazın çalışmaları evlilik doyumu, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri değişkenlerinin ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu nedenle önce değişkenler arasındaki olası ilişkileri belirlemek için bivariante korelasyon analizleri yapılmıştır. Daha sonra aile yılmazlığı ve iletişim becerileri değişkenlerinin birlikte evlilik doyumunu yordama gücü hiyerarşik-adımsal regresyon (stepwise regression) analizi ile incelenmiştir. Bu amaç için aile yılmazlığı ve iletişim becerileri değişkenleri bağımsız, evlilik doyumu ise bağımlı değişken olarak analize sokulmuştur.

Bulgular

Korelasyon Analizleri

Araştırmada evlilik doyumu, aile yılmazlığı ve iletişim becerilerinin ilişkisini test etmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Analiz sonuçları aşağıda Tablo 1 ve Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 1. Kadın Evlilik Doyumu, Aile Yılmazlığı ve İletişim Becerileri Değişkenlerine İlişkin Korelasyon Sonuçları (N: 208)

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.Evlilik Doyumu	1									
2.Mücadelecilik-meydan okuma	.244**	1								
3.Öz-yetkinlik	.359**	.525**	1							
4.Yaşama bağlılık	.343**	.678**	.646**	1						
5.Kontrol	.102	.422**	.373**	.351**	1					
6.Egoyu geliştirici dil	.246**	.244**	.349**	.276**	.132	1				
7.Etkin Dinleme	.255**	.333**	.470**	.463**	.209**	.645**	1			
8.Kendini tanıma-açma	.211**	.184**	.327**	.339**	.009	.276**	.441**	1		
9.Empati	.186**	.359**	.341**	.383**	.117	.363**	.576**	.507**	1	
10.Ben dili	.293**	.121	.140*	.162*	-.060	.351**	.311**	.337**	.365**	1

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

Tablo 1 incelendiğinde, kadın evlilik doyumunun mücadelecilik-meydan okuma, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık aile yılmazlığı alt boyutları ve ego geliştirici dil, etkin dinleme, kendini tanıma-kendini açma, empati ve ben dilini kullanma iletişim becerileri ile pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Erkek Evlilik Doyumu, Aile Yılmazlığı ve İletişim Becerileri Değişkenlerine İlişkin Korelasyon Sonuçları (N: 208)

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.Evlilik Doyumu	1									
2.Mücadelecilik-meydan okuma	.251**	1								
3.Öz-yetkinlik	.419**	.677**	1							
4.Yaşama bağlılık	.350**	.709**	.700**	1						
5.Kontrol	.115	.410**	.438**	.435**	1					
6.Egoyu geliştirici dil	.274**	.367**	.367**	.394**	.310**	1				
7.Etkin Dinleme	.152*	.442**	.472**	.426**	.296**	.663**	1			
8.Kendini tanıma-açma	.193**	.331**	.385**	.371**	.056	.390**	.457**	1		
9.Empati	.166*	.549**	.561**	.476**	.297**	.542**	.682**	.499**	1	
10.Ben dili	.244**	.170*	.283**	.254**	.105	.268**	.310**	.272**	.253**	1

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

Tablo 2 incelendiğinde, erkek evlilik doyumunun mücadelecilik-meydan okuma, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık aile yılmazlığı alt boyutları ve ego geliştirici dil, etkin dinleme, kendini tanıma-kendini açma, empati ve ben dilini kullanma iletişim becerileri ile pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu görülmektedir.

Regresyon Analizleri

Aile yılmazlığı ve iletişim becerilerinin evlilik doyumunu yordayıp yordamadığını test etmek için hiyerarşik-adımsal (stepwise) regresyon analizi yapılmış, bu amaçla aile yılmazlığı ve iletişim becerileri ayrı birer set olarak analize sokulmuştur. Elde edilen bulgular Tablo 3 ve Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 3. Kadın Evlilik Doyumunu Yordayan Değişkenler

	R	R ²	S.Beta Değeri	t	F	P
Yordayıcı Değişkenler	.392	.154			9.208	.000***
Mücadelecilik-meydan okuma			.002	.025		.980
Öz-yetkinlik			.252	2.901		.004**
Yaşama bağlılık			.201	2.030		.044*
Kontrol			-.064	-.880		.380
Yordayıcı Değişkenler	.459	.211			5.866	.001***
Mücadelecilik-meydan okuma			-.002	-.023		.982
Öz-yetkinlik			.220	2.476		.014*
Yaşama bağlılık			.180	1.787		.075
Kontrol			-.028	-.387		.699
Egoyu geliştirici dil			.071	.828		.409
Etkin dinleme			-.012	-.121		.904

Kendini tanıma-açma	.022	.279	.780
Empati	-.067	-.783	.434
Ben dili	.228	3.177	.002**

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

Tablo 3' teki bulgulara göre, kadın aile yılmazlığı ve iletişim becerileri birlikte kadın evlilik doyumu değişkenliğini % 21 oranında yordamaktadır (R^2 (.21), $F = 5,866$, $p < .001$). Buna göre kadın evlilik doyumunun en güçlü yordayıcıları aile yılmazlığının öz yetkinlik alt boyutu ($t = 2,476$, $p < .05$) ile ben dili iletişim becerisi ($t = 3,177$, $p < .01$) olmuştur. Sonuçlar ayrıca, bu iki değişkenin yaşama bağlılık boyutunun yordayıcı gücünü baskıladığını göstermektedir. Bu bulgular, öz-yetkinlik ve ben dili iletişim becerisini kullanma düzeyi yükseldikçe kadın evlilik doyumunun yükseldiğini göstermektedir.

Tablo 4. Erkek Evlilik Doyumunu Yordayan Değişkenler

	R	R ²	S.Beta Değeri	t	F	P
Yordayıcı Değişkenler	.444	.197		7.804	12,468	.000***
Mücadelecilik-meydan okuma			-.125	-1.298		.196
Öz-yetkinlik			.410	4.290		.000***
Yaşama bağlılık			.194	1.950		.053
Kontrol			-.098	-1.369		.173
Yordayıcı Değişkenler	.510	.260		4.754	7.742	.000***
Mücadelecilik-meydan okuma			-.071	-.736		.462
Öz-yetkinlik			.442	4.508		.000***
Yaşama bağlılık			.140	1.421		.157
Kontrol			-.115	-1.592		.113
Egoyu geliştirici dil			.278	3.276		.001***
Etkin dinleme			-.186	-1.913		.057
Kendini tanıma-açma			.011	.151		.880
Empati			-.135	-1.422		.157
Ben dili			.121	1.833		.068

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

Tablo 4' teki bulgulara göre, erkek aile yılmazlığı ve iletişim becerileri birlikte erkek evlilik doyumu değişkenliğini % 26 oranında yordamaktadır. (R^2 (.26), $F = 7,742$, $p < .001$). Bu sonuç, erkek evlilik doyumunun en güçlü yordayıcılarının aile yılmazlığı öz yetkinlik alt boyutu ($t = 4,508$, $p < .001$) ile ego geliştirici dil iletişim becerisi ($t = 3,276$, $p < .001$) olduğunu göstermiştir. Bu bulgular, öz-yetkinlik ve ego geliştirici dil iletişim becerisini kullanma düzeyi yükseldikçe erkek evlilik doyumunun yükseldiğini göstermektedir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmanın temel amacı, evlilik doyumunu yordamada aile yılmazlığı ve iletişim becerilerinin rolünü incelemektir. Bunun için sırasıyla önce evlilik doyumu, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiye bakılmış daha sonra aile yılmazlığı ve iletişim becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü regresyon analizi ile test edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular genel olarak beklentileri destekler niteliktedir ve aşağıda alan yazın ışığında, eğitsel doğurguları da dikkate alınarak tartışılmıştır.

Araştırmada öncelikle evlilik doyumu, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bağlamda, kadın evlilik doyumunun mücadelecilik-meydan okuma, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık aile yılmazlığı alt boyutları ve ego geliştirici dil, etkin dinleme, kendini tanıma-kendini açma, empati, ben dilini kullanma iletişim becerileri ile, erkek evlilik doyumunun mücadelecilik-meydan okuma, öz-yetkinlik, yaşama bağlılık aile yılmazlığı alt boyutları ve ego geliştirici dil, etkin dinleme, kendini tanıma-kendini açma, empati, ben dilini kullanma iletişim becerileri ile pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu görülmüştür.

İkinci olarak, regresyon analizleri sonucunda kadın ve erkek aile yılmazlığı düzeyleri ile iletişim becerilerinin birlikte kadın ve erkek evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı gözlenmiştir. Bu sonuçlar, kadın evlilik doyumunun en güçlü yordayıcılarının aile yılmazlığının öz yetkinlik alt boyutu ile ben dili iletişim becerisi ve erkek evlilik doyumunun en güçlü yordayıcılarının aile yılmazlığının öz yetkinlik alt boyutu ile ego geliştirici dil iletişim becerisi olduğunu göstermiştir. Bulgularda ayrıca, aile yılmazlığının yaşama bağlılık alt boyutunun kadın evlilik doymu üzerindeki yordayıcı etkisinin öz yetkinlik ve ben dili değişkenleri tarafından baskılandığı da görülmüştür.

Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında, aile yılmazlığı öz-yetkinlik düzeyi ile ben dili iletişim becerisini kullanma düzeyi yükseldikçe kadın evlilik doymu düzeyinin de yükseldiği; benzer şekilde yine öz yetkinlik düzeyi ve egoyu geliştirici dil iletişim becerisini kullanma düzeyi yükseldikçe erkek evlilik doyumunun da yükseldiği söylenebilir.

Elde edilen bu sonuçlar, değişkenlerin dayandığı kuramsal çerçeveler ve alan yazındaki araştırma bulguları çerçevesinde türlü şekillerde yorumlanabilir. Bu bağlamda bulgular, kadın evlilik doyumunda, kadınların yaşamlarını etkili bir şekilde sürdürebilmesi ve böylece daha dayanıklı hale gelebilmeleri için gerekli olan başarılı, saygılı, güvenilir olma ve kendilerini değerli algılama gibi özelliklerin rol oynadığını göstermektedir. Yine, kadınların kişiler arası ilişkilerinde, diğer insanların olumsuz olarak algılanan davranışlarının değişimi için kullanılan kişiliği etiketleyici ve rencide edici sen dili yerine, istenmeyen olumsuz davranışların birey üzerindeki etkilerinin dile getirildiği ben dili ifadelerini kullanma düzeylerinin de evlilik doyumlarında olumlu etkiye sahip olduğu söylenebilir. Benzer şekilde, elde edilen bulgular, erkek evlilik doyumunda da başarılı, saygılı, güvenilir olma ve kendini değerli algılama gibi bireyi yılmaz kılan özellikler ile diğerleriyle olan iletişimde, onların benliklerini güçlendiren iletişim becerisini yüksek düzeyde kullanmanın artırıcı rol oynadığını göstermektedir.

Alan yazında, bu çalışmada üzerinde durulan kavramların doğrudan ilişkilerini ele alan araştırmalara pek rastlanmamakla birlikte, evli bireylerin gerek yılmazlık ilişkili davranışlarının gerekse iletişim örüntülerinin evlilik doyumlarında rol oynadığını gösteren bulgular bulunmaktadır. Yapılan çalışmalarda, Güven ve Sevim (2007) evlilikte algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordadığını; Üncü (2007) duygusal zekâ düzeyi yükseldikçe evlilikten sağlanan doyumun arttığını; Winemiller ve Mitchell (1992) çiftlerin sorun çözme becerilerinin evlilik doymu düşük ve yüksek olan çiftleri öngörmede güçlü bir belirleyici olabileceğini; Hünler ve Gençöz (2003) çiftlerin boyun eğici davranışlarındaki artışların algılanan problem çözme becerilerinin düşmesine, bunun da evlilik doyumlarının azalmasına neden olduğunu; Tezer (1992) evlilik doymu ile iş doyumunun ilişkili olduğunu; Hatipoğlu (1993) evlilik çatışmasının yaygınlığının eşlerin evlilik doyumunu açıklayan bir değişken olduğunu bulgulamışlardır. Bu bulgulara göre, problem çözme becerilerine sahip oluş, sosyal ilişkilerde yetkinlik ilişkili davranışları içeren duygusal zekâ yeterlilikleri, eş ilişkilerinde yaşanan çatışmalarda boyun eğici davranmama ve iş yaşamındaki başarılı yaşantıların yarattığı doymu gibi yılmazlığı güçlendiren olumlu kaynaklar evlilik doyumunu artırma yönünde rol oynamaktadır. Bu sonuçlar, mevcut çalışmanın, öz-yetkinlik yılmazlığının evlilik doyumunu yordadığına ilişkin bulgusuyla genel olarak paralellik göstermektedir.

Evlilik doyumunda etkili iletişimin rolüne ilişkin yapılan çalışmalarda ise, Acar (1998) eşlerin duygu, düşünce ve sorumluluk paylaşımı, eşten yeterli saygı ve sevgi görme, birbirine yeterince güvenme, rol

çatışmasının olmaması ve eş tarafından sözlü şiddete maruz kalmamanın evlilik doyumunu olumlu yönde etkilediğini; Gottman (1990) evlilik doyumunu düşük olan eşlerin problemlerini çözmedeki başarısızlıklarının kullandıkları suçlayıcı dilden kaynaklandığını ve bunun da eşlerin birbirlerine karşı sergiledikleri olumsuz tutumları arttırdığını, böylece eşlerin birbirlerini anlayamadığını; Burleson ve Dentón (1997) ve Cleek ve Pearson (1985) evlilikte eşlerin iletişim becerilerinin evlilik doyumunu için önemli olduğunu ve iletişim becerileri yeterli olan eşlerin evliliklerinden haz aldıklarını, beceri eksikliğinin boşanmaların en önemli nedenlerinden biri olduğunu; Baran (2013) iletişim çatışmaları eğitiminin evli kadınların evlilik doyum düzeylerini olumlu yönde etkilediğini; Seider, Hirschberger, Nelson ve Levenson (2009) eşlerin işbirliği ve iletişimlerinde sen dili yerine biz dilini kullanmalarının evlilik ilişkisinde yaşanan problemlerin çözümünü kolaylaştırdığını ve evlilik ilişkisindeki mutluluk düzeyini arttırdığını; Noller ve Fitzpatrick (1990) evlilik doyumunu ile eşler arasındaki iletişim tarzı arasında bir ilişki olduğunu; Burleson ve Denton (1997) iletişim becerileri ve evlilik doyumunu ile ilgili değerlendirmelerin sorunsuz çiftlerde daha olumlu olduğunu, sorun yaşayan çiftlerin değerlendirmelerinin ise olumsuz olduğunu; Young ve Long (1998) evlilik doyumunda eşlerin sorumluluk alma, açık iletişim kurmada destekleyici olma ve empatik anlayış ile hareket etme gibi özelliklerinin belirleyici rol oynadığını vurgulamaktadırlar. Alan yazındaki bu bulgular, bu çalışmada elde edilen ben dili ve egoyu geliştirici dilin kadın ve erkek evlilik doyumunda rol oynadığına ilişkin bulgular ile tutarlılık göstermektedir.

Bu değerlendirmeler ışığında, evlilik doyum düzeyinin alan yazında belirtilen diğer değişkenlere ek olarak aile yılmazlığı ve iletişim becerileri değişkenleri ile de açıklanabileceği görülmektedir. Bu bağlamda, elde edilen bulguların aile sisteminin güçlendirilmesinde ve böylece eşlerin evlilik doyum düzeylerinin yükseltilmesinde dikkate alınabilecek önemli ipuçları sunduğu söylenebilir. Dolayısıyla, sonuçların kavramların dayandığı kuramsal çerçeveler ile de paralellik gösterdiği, yılmazlık ve iletişim becerilerinin daha küçük yaşlardan itibaren öncelikle ebeveynlerin tutum ve davranışları ile daha sonra da bireyin yaşamına giren diğer önemli figürlerin etkileri ve edinilen eğitim ile de biçimlendikleri ve zaman içinde yeni yaşantılarla değişebildikleri de düşünüldüğünde, araştırmanın eğitsel doğurgularının yakın ilişkiler, gelişim, eğitim ve öğrenme süreçleri açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Bu çerçevede, gerek aile yılmazlık düzeyini gerekse etkili iletişim becerilerini kullanma düzeyini arttırmak bakımından hem ebeveynlere hem de eğitimcilerle önemli sorumluluklar düştüğü söylenebilir. Ayrıca hem Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı hem de MEB ve YÖK tarafından yukarıda dile getirilen kuramsal çerçevede, çiftlerin ve çift adaylarının bilgi, beceri ve farkındalıklarını arttıracak aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerileri, psiko-eğitim programlarının geliştirilip uygulanmasının ve eğitim-öğretim programlarına ilgili derslerin konmasının katkı sağlayıcı olacağına inanılmaktadır. Yine bu amaca hizmet etmesi için, daha genel bir anlayışla, aile sistemini sağlıklı işleyen bir yapıya dönüştürmek için, aile rehberlik ve danışmanlık sisteminin bütün ailelerin yararlanabileceği şekilde ülke genelinde kurumsallaştırmanın önemli bir ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Son olarak, aile yılmazlığı ve iletişim becerileri değişkenlerinin çalışıldığı bu çalışmanın, kadın ve erkeklerin evlilik doyumunu etkileyen faktörlerin neler olduğuna ilişkin alan yazına, elde edilen sonuçlar bakımından önemli bir zenginlik kattığı söylenebilir. Ek olarak, çalışmanın kuramsal perspektif geliştirmeye ve uygulamaya dönük çıktılarının olduğunu da söylemek mümkündür.

Kaynakça

- Abacı, R. (1995). Egan ve nottingham insan ilişkileri becerileri eğitiminin grup üyelerinin kendine saygı, kendini kabul ve kendini gerçekleştirme düzeylerine etkisi açısından karşılaştırılması (Yayımlanmamış Araştırma). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Acar, H. (1998). Ankara'da sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme kurumu genel müdürlüğü'ne bağlı sosyal hizmet kuruluşlarında çalışan üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumları (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Akgün, R. ve Polat Uluocak, G. (2010). Evlilikte etkili iletişim ve problem çözme: bir toplum merkezindeki kadınlarla gerçekleştirilen grup çalışması. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 11(6), 9-22.
- Arslan, A. (1996). Evli bireylerin cinsel doyumlarının bireysel, ailesel, cinsellikle ilgili tutum ve davranışları açısından incelenmesi (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Aslan, S. H., Aslan, R. O., Alparslan, Z. N. ve Ünal, M. (1998). Kocaeli'nde çalışan bir grup hekimde evlilik doyumu. *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 23 (4), 212-215.
- Baran, M. (2013). Kadınlara verilen iletişim çatışmaları eğitiminin evlilik doyumu üzerine etkisi (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Binici Azizoğlu, S. (2000). Psikolojik yardım için başvuruda bulunan ve bulunmayan evli çiftlerin evlilik ilişkilerini değerlendirmelerinin karşılaştırılması (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Blavier, D. C., Donald, C. ve Glen, E. (1995). The role of shame in perceptions of marital equity, intimacy and competency, *American Journal of Family Therapy*, 23 (1), 73-82.
- Boyraz, G. ve Sayger, T. V. (2011). Psychological well-being among fathers of children with and without disabilities: The role of family cohesion, adaptability and paternal self-efficacy. *American Journal of Men's Health*, 5 (4), 286-296.
- Buluş, M. (2011). Öğretmen adaylarında bireysel farklılıklar perspektifinden amaç yönelimleri, denetim odagi ve akademik basari. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11 (2), 529-546.
- Buluş, M., Atan, A. ve Erten, H. (2016). *Etkili iletişim becerileri: Bir model önerisi ve ölçek geliştirme çalışması*. (Yayımlanma sürecinde).
- Bulut, I. (1993). *Ruh sağlığının aile işlevlerine etkisi*. Ankara: Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı Yayınları.
- Burleson, B.R. ve Denton, W. H. (1997). The relationship between communication skills and marital satisfaction: some moderating effects, *Journal of Marriage and Family*, 59 (4), 884-902.
- Campbell-Sills, L., Forde, D. R. ve Stein, M. B. (2009). Demographic and childhood environmental predictors of resilience in a community sample. *Journal of Psychiatric Research*, 43, 1007-1012.
- Cleek M.G. ve Pearson T. A. (1985). Perceived causes of divorce: An analysis of interrelationships. *J Marriage Fam*, 47, 179-183.
- Curun, F. (2006). Yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi ile evlilik doyumu arasındaki ilişki (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Cutlar, H. A. ve Radford, A. (1999). Adult children of alcoholics: adjustment to a college environment. *The Family Journal: Counseling and Therapy For Couples and Families*, 7, 148-153.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23.
- Çam, S. (1999). İletişim becerileri eğitimi programının öğretmen adaylarının ego durumları ve problem çözme becerisi algılarına etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (12), 16-27.
- Çelik, M. ve Yazgan İ. B. (2009). Evlilik doyum ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18 (2), 247-269.
- Çetinkanat, A. C. (1997). Öğretmenlerin İletişim Becerileri. 3.Ulusal Sınıf Öğretmenliği Sempozyumu, 17-26. Adana: Çukurova Üniversitesi.

- Çoşkun, A. (1994). İletişim becerilerini geliştirme eğitiminin iş görenlerin çatışma eğilimine, yalnızlık düzeylerine ve iş doyumlarına etkisi (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Ergin, F. E. (2000). Üniversite öğrencilerinin sahip oldukları duygusal zekâ düzeyi ile 16 kişilik özelliği arasında ilişki üzerine bir araştırma (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships*, 9, 39-55.
- Fışıoğlu, H. (1992). Lisansüstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7, 16-23.
- Forthofer, M. S., Markman, H. J., Cox, M., Stanley, S. ve Kessler, R. C. (1996). Associations between marital distress and work loss in a national sample. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 597-605.
- Goleman, D. (2000). *Duygusal zekâ*. (Çev. B.S. Yüksel). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gottman, J. (1990). Finding the laws of close personal relationship. *Methods of Family Research*, 1, 249-263.
- Greeff, A. P., Vansteenwengen, M. ve Ide, M. (2006). Resiliency in families with a member with a psychological disorder. *The American Journal of Family Therapy*, 34, 285-300.
- Gürşimşek, I., Vural, D. E. ve Demirsöz, E. S. (2008). Öğretmen adaylarının duygusal zekâları ile iletişim becerileri arasındaki ilişki. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16, 1-11.
- Güven, N. (2005). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumuna ile ilişkisi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Güven, N. ve Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ve Algılanan Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumunu Yordama Gücü, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (28), 49-61.
- Ha, J-H., Hong, J., Seltzer, M. M. ve Greenberg, J. S. (2008). Age and gender differences in the well-being of midlife and aging parents with children with mental health or developmental problems: Report of a national study. *Journal of Health and Social Behaviors*, 49, 301-316.
- Hatipoğlu, Z. (1993). Bazı demografik değişkenlerin ve evlilik çatışmasının evli eşlerin evlilik doyumundaki rolü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Hawley, D. R. (2000). Clinical implications of family resilience. *The American Journal of Family Therapy*, 28, 101-116.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Heyman, R. E., Sayers, S. L. ve Bellack, A. S. (1994). Global marital satisfaction versus marital adjustment: An empirical comparison of three measures. *Journal of Family Psychology*, 8, 432-446.
- Hirschberger, G., Srivastava, S., Marsh, P., Cowan, C. P. ve Cowan, P. A. (2009). Attachment, marital satisfaction and divorce during the first fifteen years of parenthood. *Personal Relationship*, 16, 401-420.
- Houck, J.W. ve Daniel, R.W. (1994). Husband's and wives' views of the communication in their marriages. *Journal of Humanistic Education and Development*, 33 (1), 21- 31.
- Hünler, O. S. (2002). The effect of religiousness on marital satisfaction and mediator role of perceived marital problem solving abilities between religiousness and marital satisfaction relationship (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

- Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18 (51), 99-108.
- Ivy, A. U. ve Memphis, U. S. (2007). The influence of a surrender style of coping and empathy on marital and sexual satisfaction. *Dissertation Abstracts International*, 67 (9-B), 5407.
- Juni, S. ve Grimm, D.W. (1994). Marital satisfaction as a function of dyadic gender-role constellations. *The American Journal of Family Therapy*, 22 (2), 106-112.
- Kaner, S. ve Bayraklı, H. (2009). Engelli ve engelli olmayan çocuklu annelerde yılmazlık, sosyal destek ve stresle başa çıkma becerileri. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*, 8 (15), 115-133.
- Kaner, S. ve Bayraklı, H. (2010). Aile yılmazlık ölçeği: Geliştirilmesi, geçerliği ve güvenilirliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 11 (2) 47-62.
- Kaner, S., Bayraklı, H. ve Güzeller, C. O. (2011). Anne-babaların yılmazlık algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 12 (2), 63-78.
- Kansız, M. ve Arkar, H. (2011). Mizaç ve karakter özelliklerinin evlilik doyumu üzerine etkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 24-29.
- Kararımk, Ö. (2007). Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study (Yayınlanmamış doktora tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kıran, S. (2008). Okulöncesi dönemi çocuklarına yönelik hazırlanan masal ve öykü kitaplarında geçen iletişim engelleri (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- King, G. A., Brown, E. G. ve Smith, L. K. (2003). *Resilience. Learning from people with disabilities and the turning points in their lives*. London: Praeger.
- Kinnier, R.T. (1991). Successful resolutions to the career-versus-family conflict. *Journal of Counseling And Development*, 69 (5), 439-444.
- Kirkpatrick, L.A., Kiger, G., Daphne, S., Riley, P.J. ve Larsen, R.J. (2001). Working hard and hardly working: Domestic labor and marital satisfaction among dual-earner couples. *Journal of Marriage And The Family*, 63 (2), 514-513.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Kocadere, M. (1995). İyi ve kötü evliliklerin özelliklerini belirlemeye yönelik betimsel bir çalışma (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Korkut, F. (2005). Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 143-149.
- Koydemir, S., Selşik, Z.E., ve Tezer, E. (2005). Evlilik uyumu ve mükemmeliyetçilik boyutları arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (23), 65-74.
- Kudiaki, Ç. (2002). Cinsel doyum ile evlilik uyumu arasındaki ilişki (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Levenson, R. W, Carstensen, L. L. ve Gottman, J. M. (1993). Longterm marriage: Age, gender, and satisfaction. *Psychology and Aging*, 5, 301-313.

- Litzinger S. ve Gordon K. C. (2005). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction and marital satisfaction. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 31, 409-424.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. ve Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71 (3), 543-562.
- Nazik, H. ve Bayazıt, A. (2004). *İnsan İlişkileri ve İletişim*, İstanbul: Ya-Pa Yayınları.
- Noller, P. ve Fitzpatrick, M. A. (1990). Marital communication in the eighties. *Journal of Marriage and The Family*, 52, 832-843.
- Özbay, Y. ve Aydoğan, D. (2013). Aile yılmazlığı: Bir engele rağmen birlikte güçlenen aile. *Sosyal Politika Çalışmaları*, 13, 129-146.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Patterson, J. M. (2002a). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*, 64, 349-360.
- Patterson, J. M. (2002b). Understanding family resilience. *Journal of Clinical Psychology*, 58 (3), 233-246.
- Plumb, J. C. (2011). The impact of social support and family resilience on parental stress in families with a child diagnosed with an autism spectrum disorder. (Doctorate in Social Work (DSW) Dissertations. Paper 14). University of Pennsylvania. http://repository.upenn.edu/edissertations_sp2/14.
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *The Journal of Family Therapy*, 21, 119-144.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12. USA: Blackwell Publishing.
- Satterfield, J. H., Hoppe, C.M. ve Schell, A. M., (1982). "A prospective study of delinquency in 110 adolescent boys with attention deficit disorder and 88 normal adolescent boys. *The American Journal of Psychiatry*, 139 (6), 795-798.
- Seider, B. H., Hirschberger, G., Nelson, K. L. ve Levenson, R. W. (2009). We can work it out: Age differences in relational pronouns, physiology and behavior in marital conflict. *Psychology and Aging*, 24, 604-613.
- Sevim, S. A. (1999). Evlilik ilişkisini geliştirme programları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (11), 19-25.
- Sokolski, D. M. ve Hendrick, S. S. (1999). Marital satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 26 (1), 39-49.
- Soylu, Y. ve Kağnıcı, D. Y. (2015). Evlilik uyumunun empatik eğilim, iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (43), 44-54.
- Şahin, F. Y. (1998). Grupla iletişim becerileri eğitiminin üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerine etkisi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 22 (110), 2-19.
- Tezer, E. (1992). Evlilik doyumu ve iş doyumu: Bir ön çalışma, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1 (3), 24-27.
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşamı ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (7), 1-7.
- Trudel G. (2002). Sexuality and marital life: Results of a survey. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 28 (3), 229-249.

- Üncü, S. (2007). Duygusal zekâ ve evlilik doyumu ilişkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Üstübal, Ö. (2015). Okul öncesi eğitim kurumlarında uygulanan aile katılım çalışmalarının aile-öğretmen arasındaki iletişim ve işbirliğine etkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Wasserman, G. A., Miller, L.S., Pinner, E. ve Jaramillo, B. (1996). Parenting predictors of early conduct problems in urban, high-risk boys. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35 (9), 1227-1236.
- Winemiller D. R. ve Mitchell M. E. (1992). Development of a coding system for marital solving efficacy. *Behaviour Research and Therapy*, 32 (1), 159-164.
- Yıldırım, İ. (1993). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki evli bireylerin uyum düzeyleri, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1 (4), 23-28.
- Young, M. E. ve Long, L. L. (1998). *Counseling and therapy for couples*, Canada: Brooks/Col.

Extended Abstract

Purpose

Marriage is an universal phenomenon although showing several differences in terms of cultural diversities. This phenomenon is an essential factor for societies and is one of the most significant experiences in human life. Family, as a basic unit of the society, is a system that starts with the marriage bond and it is important for the maintenance of the social, moral and cultural stability of the society. Marriage is closely related to the life quality of the individuals because it offers a healthier and qualified life to the individuals by providing them with psychological, social and economic benefits. In this context, it can be said that healthy marriages have an effect on increasing the life quality of the individuals, and with marriage, expectations vary and lifestyles change. With these changing lifestyles, it is aimed that individuals will be happy in their marriages, and they will get satisfaction out of this relationship. Therefore, in today's world where industrialization has changed the structure of the marriage, it is important to understand and analyze the structure of the marriage to be able to live and secure satisfaction and harmony in marriage. In this direction, it can be said that some of the variables that can be evaluated in relation to a healthy and happy marriage are marital satisfaction, family resilience and effective communication skills. The literature shows that these variables have a predictive role in the maintenance of a successful marriage. Therefore, it has been observed that behaviorists are more interested in these terms and they have offered important findings and evaluations. Although it is observed that the terms of marital satisfaction, family resilience and effective communication skills have been studied separately in literature, in reviews, it was seen that especially in married couples, the relationships of these variables and the predictive power of the family resilience and the effective communication skills on the marital satisfaction have not been examined. Additionally, the need to understand the nature of the relationships in the family is necessary both for the marriage processes and psychological well being of the individuals-the society. Besides, when the fact that divorce rates have been increased in Turkey and in the whole world is taken into consideration, it is obvious that couples having marriage problems are needed to be supported. It is thought that researching the marital satisfaction would contribute to the existing studies in terms of both understanding the marriage relationships in a better way and doing preventive studies to support the couples. Considering the literature review evaluations, the role of family resilience and the effective communication skills on the marital satisfaction have been analyzed in this study. In parallel to the objectives mentioned above, this study sought to specifically answer the following questions:

1. Is there a relation between the women-man marital satisfaction, family resilience and effective communication skills?
2. Do the women and man family resilience and effective communication skills together predict the marital satisfaction?

Method

This research, which is a descriptive study, is done by using relational screening model. The participants of the study consists of 208 couples (208 women and 208 men). The age of the women who attended the study ranges between 23-50, while men's age ranges between 23 and 55. The marriage years of couples vary between 4 and 30. As data collection instruments, Marital Life Scale, Family Resilience Scale and Effective Communication Skills Scale were used in the study. Pearson Correlation and stepwise regression analyses were performed to analyze the data.

Results

The results obtained from the research supported the predictions in general. First of all, close relationships were found between marital satisfaction and family resilience, effective communication skills by using bivariate correlation coefficients. In that sense results showed that women-man marital satisfaction was related positively with combativeness, self-competence, life cohesion (cohesion to life) family resilience sub-dimensions, the use of ego enhancive language, active listening, self-recognition-disclosure, empathy and I-message effective communication skills.

Secondly, regression analyses showed the contributions of family resilience and effective communication skills to marital satisfaction as the marital satisfaction level of the couples was dependent variable and family resilience and effective communication skills were independent variables. In that sense, self-competence and I-message were the primary predictors of women marital satisfaction, self-competence and ego enhancive language were the primary predictors of man marital satisfaction.

Discussion and Conclusion

In the research, first of all, meaningful relationships were found between marital satisfaction, family resilience and effective communication skills. Hereof, it was found that women-man marital satisfaction was related positively with combativeness, self-competence, life cohesion (cohesion to life) family resilience sub-dimensions, the use of ego enhancive language, active listening, self-recognition-disclosure, empathy and I-message effective communication skills. Additionally, regression analyses showed the contributions of family resilience and effective communication skills to marital satisfaction. In that sense, self-competence and I-message were the primary predictors of women marital satisfaction; self-competence and ego enhancive language were the primary predictors of man marital satisfaction.

In light of these findings it can be said that as the level of self-competence dimension of family resilience and the use of I-message effective communication skill increase the level of women marital satisfaction also increases; likewise, as the level of self-competence dimension of family resilience and the use of ego enhancive language increase the level of man marital satisfaction also increases.

These findings can be interpreted in various ways by the theoretical conceptualizations that variables depend upon and the research findings found in the literature. In this regard, it can be said that, such qualities as being successful, respectful, trustworthy and having a sense of worthwhileness which are required for

women to maintain their life in an effective way and thus to become invulnerable, play an important role in woman marital satisfaction. Likewise, in women interpersonal relationships, instead of using 'you' language which labels and offends personality for other people negatively perceived behaviors, using I-message statements which reflects the effects of unwanted negative behaviors on an individual have a positive effect on women marital satisfaction. Similarly, the results obtained in the study illustrate also that qualities such as being successful, respectful, trustworthy and having a sense of worthwhileness which make an individual resilient and using high level of ego enhanceive language during the communication with others have a positive effect in man marital satisfaction.

Considering the fact that findings of the research are parallel to the theoretical conceptualizations which the variables depend upon, resilience and communication skills levels are shaped and might be changed with new experiences in time primarily by the acts and behaviors of the parents starting from childhood, in later years by the other important figures entering the individual's life and the obtained education, it is thought that the educative results of the research are important from the perspectives of close relationships, growing, education and learning processes. In this case, to increase either family resilience or effective communication skills levels, it can be said that both parents and educators have significant responsibilities.

Consequently, although there are many factors that effect marital satisfaction, in this study, marital satisfaction is assumed to be a dependent variable on family resilience and effective communication skills. Fort that reason, to enhance married couples' capabilities to be adequately self-competent and to use I-messages and ego enhanceive language skills by implementing psychoeducational programs will strengthen their satisfaction in relation to marriage. Also, it is thought that during their normal life, couples may need guidance and psychological counseling centers to solve their marital problems and thus to increase their satisfaciton. So, it could be suggested that to build family counseling centers in all the country with a policy made by Family and Social Policies Ministry. Finally, it can also be concluded that this study has important theoretical and practical implications. Therefore, the findings from this study can serve as cues for the evaluation of the effectiveness of the marriages, families, educational instituions, educational programs, educators' communication competences and parents' child rearing attitudes.