

# Evlilik Uyumu

Evrin ERBEK \*, Emrem BEŞTEPE \*, Hülya AKAR \*\*, Nezi ERADAMLAR \*\*\*,  
R. Latif ALPKAN \*\*\*\*

## ÖZET

*Karşılıklı etkileşen, evlilik ve aileyi ilgilendiren konularda fikir birliği yapabilen ve sorunlarını olumlu bir şekilde çözebilen çiftlerin evliliği uyumlu bir evlilik olarak tanımlanır. Dolayısıyla; mutluluk, doyum ve beklentilerin gerçekleşmesi, evlilikte karşılıklı uyum ile mümkündür. Bu nedenle klinisyenler kadar araştırmacılar da evlilik kalitesi ve evlilik uyumunun araştırılmasına giderek artan bir ilgi duymaya başlamışlardır. Bu alanda ülkemizde daha fazla bilimsel çalışmaya ihtiyaç vardır. Bu yazıda, Batı literatüründe ve ülkemizde eşler arasındaki uyum hakkındaki çalışmaların gözden geçirilmesi amaçlanmıştır. Anılan çalışmalarda; sorun çözme becerisi, karşılıklı iletişim, bağlılık, aşk ve yakın olma gereksinimi gibi evlilik uyumunu etkileyebilecek olası etkenler özetlenmiştir. Ayrıca çiftler arasındaki uyumsuzluğun çocukların davranışları üzerine etkileri tartışılmıştır.*

**Anahtar kelimeler:** Evlilik uyumu, evlilik, sorun çözme

*Düşünen Adam*; 2005, 18 (1): 39-47

## ABSTRACT

### Marital Adjustment

*Couples who communicate with each other, agree on many marital and family issues and solve problems constructively are described as maritally adjusted; consequently happiness, satisfaction and fulfillment of expectations are possible only by mutual adjustments in a marriage. Therefore, clinicians as well as researchers have become increasingly interested in the quality and accord of marriage. And in this area there is a growing need for studies in our country. The present paper aims to review the major approaches and empirical studies on marital adjustment in western cultures and our own culture. In this review, the probable factors that can induce marital adjustment such as problem solving ability, mutual communication, intimacy, need of love and proximity have been summarized. Moreover, marital maladjustment and its effects on children behaviour have been discussed.*

**Key words:** Marital adjustment, marriage, problem solving

### Evlilik Uyumuna İlişkin Kavramlar ve Kuramsal Yaklaşımlar

Evlilik ilişkisi, evlilik doyumunu, evlilik mutluluğu ve evlilik uyumu gibi kavramlar, pek çok araştırmaya temel oluşturmuştur. Yalnız psikiyatrist ve psikologlar değil, farklı bilim dalların-

dan mensup pek çok bilim adamı da konuya ilgi duymaktadır. Farklı uzmanlık alanları çerçevesinde bu kavramları temel alan çok sayıda araştırma yapılmaktadır.

Sosyal bilimciler tarafından bir evliliğin nasıl iyi bir şekilde işlev göreceği ile ilgili birçok te-

Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, 12. Psikiyatri Servisi, \* Uzm. Dr., \*\* Ass. Dr., \*\*\* Şef Yrd. Uzm. Dr., \*\*\*\* Şef Uzm. Dr.

rim kullanılmıştır. Genel olarak evlilik iki basit şekilde değerlendirilir: İlk terim evliliğin iptali, boşanma, ayrılık, terk etme gibi konuları içeren evlilik sürekliliği kavramıdır. Sürekliliği olan bir evlilik eşlerden birinin doğal ölümü ile sonlanır. İstikrarsız bir evlilik eşlerden birinin ya da her ikisinin isteği ile sonlandırılır. Diğer bir terim ise, eğer evlilik devam ediyorsa evlilik kalitesi kavramıdır. Bu kavram evlilik süresince evlilik ilişkisinin nasıl olduğu, eşlerin bu konuda ne hissettiği ve bu durumdan nasıl etkilendiği ile doğrudan ilişkilidir. Evlilik uyumu, evlilik doyumu, mutluluğu, evlilik bütünlüğü kavramları evlilik ilişkisinin kalitesini tanımlamak için kullanılan kavramlardır. Evlilik kalitesi kavramı evlilik doyumu, evlilik uyumu ve evlilik bütünlüğünü de kapsayan genel bir kavramdır (1). Evlilik kalitesi, evli çiftlerin ilişkilerinin öznel değerlendirilmesi olarak tanımlanır. Yüksek evlilik kalitesinin, iyi uyum, yeterli iletişim, evlilik ilişkisinde yüksek doyum ve mutluluk derecesi ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (1). Evliliğin niteliğini yordamada uyumun daha önemli olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle evliliğin niteliğini değerlendiren çalışmalarda sıklıkla çift uyumunu değerlendiren ölçekler kullanılmaktadır. Tüm bu kavramların nasıl tanımlanacağı ya da nasıl ölçüleceği konusunda henüz bir fikir birliği olmaması nedeniyle, bazı araştırmacılar nasıl adlandırılırsa adlandırılırsın ya da nasıl ölçülürse ölçülsün, bu kavramların içeriklerinin benzer olduğu ve her birinin etkileşimi ve tutumları betimlediğini ileri sürmektedirler. Özellikle evlilik uyumu ve evlilik doyumu kavramları, aralarında yüksek korelasyon olması nedeniyle çok sık birbirine karıştırılmakta ve eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Doyumlu çiftlerin aynı zamanda uyumlu çiftler olduğu belirtilerek bu iki kavramın birbirinden farklı kavramlar olmadığı ileri sürülmektedir. Buna karşılık bazı araştırmacılar ise, bu korelasyon katsayısının böyle yorumlanmasının yanlış olduğunu ileri

sürerek doyum ve uyumun iki farklı kavram olduğuna işaret etmektedirler (2).

Görüldüğü gibi çok boyutlu olan eşler arasındaki uyumun, nasıl tanımlanması ve neleri kapsaması gerektiğine ilişkin görüş ayrılıkları 1900'lü yılların sonuna kadar sürmüştür ve bu tartışmalar halen devam etmektedir. Dolayısıyla evlilik ilişkisi incelenirken, kavramların tanımının çok iyi yapılması ve eşler arasındaki uyumun, çatışmanın ve doyumun farklı kavramlar olduğunun anlaşılması gerekmektedir (2,3).

Birbiri ile etkileşen, evlilik ve aileyi ilgilendiren konularda fikir birliği yapabilen ve sorunlarını olumlu bir şekilde çözebilen çiftlerin evliliği uyumlu bir evlilik olarak tanımlanır. Evlilik uyumu ayrıca çiftlerin uyumlu birlikteliklerinin sonucu olarak evlilik hayatındaki memnuniyeti ve mutluluğu da tanımlar. Bu noktada daha genel bir kavram olması nedeniyle evlilik doyumu ile karışır. Oysa ki çift uyumunda, evlilik doyumunda olduğu gibi bireylerin öznel algısı değil, aralarındaki ilişkinin niteliği değerlendirilmektedir. Bu nedenle evlilik uyumunda eşlerden her birinin iyi bir ilişki sürdürebilme kapasiteleri de önemlidir (4). Eşler arasındaki çatışma; eşler arasındaki sözel ve fiziksel saldırganlığı tanımlar (2,3). Evlilik doyumu ise bireylerin ilişkilerinin tüm yönlerinde hissettikleri öznel mutluluk ve hoşnutluk duyguları olarak tanımlanmaktadır (5).

### Evlilik Uyumunun Ölçülmesi

Ülkemizde evlilik uyumunun ölçümü amacıyla Çift Uyum Ölçeğinin kullanıldığı çalışmalarda demografik değişkenlerle evlilik uyumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Tutarel Kışlak ve Çabukça yaptıkları çalışmada demografik değişkenler ile empatinin evlilik uyumunu yordamadaki katkılarını araştırmış ve cinsiyete bağlı ola-

rak empati puanları arasında fark olup olmadığına bakılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, empatinin evlilik uyumunu yordayan anlamlı bir değişken olduğu, empatiyle ilişkinin niteliği arasında olumlu bağlantının olduğu ve empati puanlarının cinsiyete bağlı olarak değişmediği belirlenmiştir (4).

Eşler arasındaki uyumun ölçümüne ilişkin makalelerde görüş ayrılıkları ve farklı yaklaşımlar yer almaktadır. Bazı araştırmacılar, eşler arasındaki uyumu ölçerlerken, eşlerin evlilikleri ile ilgili ne hissettikleriyle ilgilenmişler ve eşler arasındaki uyumun belirleyicileri olarak eşlerin evlilik doyumu ya da mutluluğuna ilişkin bizzat kendilerinden aldıkları bilgileri kullanmıştır (2). Bazı araştırmacılar ise, eşler arasındaki uyumu, eşlerin ayrı ayrı duyguları olarak değil de, eşler arasındaki ilişkinin bir özelliği olarak değerlendirmiştir. Anılan araştırmacılar eşler arasındaki uyumu ölçerlerken iletişim ve çatışma gibi ilişkinin kapsadığı özellikleri kullanmıştır (2,6). Son yıllarda ise Johnson, Amazola ve Booth (1992), eşler arasındaki uyumun doğasını ve eşler arasındaki uyumun durağanlığını anlamak için evli çiftlerle 8 yıllık zaman içinde üç kez görüşme yapmıştır. Yaptıkları analizler sonucunda, eşler arasındaki uyumun nasıl ölçülürse ölçülsün kişilik özellikleri kadar durağan olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca, araştırmada eşler arasındaki mutluluk ve etkileşimin zaman içinde azaldığı, boşanma eğilimi ve anlaşmazlığın ise değişmediği görülmüştür (2,7). Erel ve Burman (1995) ise, yaptıkları meta-analiz çalışmasında eşler arasındaki uyum ile ilgili olan araştırmayı incelemiş ve bu çalışmaları 3 boyuttan birine yerleştirmişlerdir. Bu boyutlar aşağıda belirtildiği gibidir:

1) Eşler arasındaki doyum (eşler arasındaki uyumu; ahenk, doyum, gerilim çerçevesinde olumlu ya da olumsuz olarak değerlendiren çalışma-

lar).

2) Eşler arasındaki çatışma (eşler arasındaki fiziksel ve sözel saldırganlığın sıklığı ve yoğunluğunu ölçmeye çalışan araştırmalar).

3) Ebeveyn çocuk ilişkisi (evlilik ilişkisini ebeveyn çocuk ilişkisine göre değerlendiren çalışmalar) (2,8).

Benzer şekilde Grych ve Fincham (1990), eşler arasındaki doyum ile eşler arasındaki çatışma kavramlarının birbirine zıt kavramlar olarak görülmesine karşın, mutsuz evliliklerin daima çatışma ile tanımlanmayacağını ve çoğu evlilikte doyumlu olan çiftin çatışma içinde olabileceğini belirtmiştir. Ayrıca eşler arasındaki çatışma örneğin; ebeveyn çocuk ilişkisi gibi çocuğun uyumunu etkileyen diğer etkenlerle de ilişkilidir (2,9).

### **Eşler Arasındaki Uyumsuzluğun Çocukların Davranışları Üzerine Etkileri**

Aile içinde yaşanan huzursuzluk ve gerginlik başta çocuklar olmak üzere, aile fertlerini olumsuz yönde etkilemektedir. Dolayısıyla eşler arasındaki uyum ile çocuğun uyumu arasındaki ilişki sıklıkla araştırılan konuların başında gelmektedir. Çocuğun uyumu denildiğinde, çocuğun davranışının uygunluğu, duygusal açıdan iyi olması, benlik kavramı ve başarı gibi unsurlar anlaşılmaktadır. Eşler arasındaki çatışma ile çocuğun uyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir grup çalışmada çocuktaki saldırganlık, antisosyal davranış ve kaygı gibi değişkenler ele alınmıştır. Örneğin, çocuklar ebeveynleri arasında ortaya çıkan anlaşmazlıklarda örnek alma yoluyla kavganın bir çözüm yolu olduğunu öğrenmekte; bu da çocuğun saldırganlığını artırmaktadır. Benmerkezci olan küçük çocuklar ise, ebeveynleri arasındaki çatışmadan dolayı kendi-

lerini suçlamaktadırlar (2).

### Eşlerin Sorun Çözme Becerilerinin Evlilik Uyumuna Etkileri

Evlilikte mutluluk çiftlerin ilişki kurma becerileri ile ilişkilidir. Bu bağlamda sorun çözme önemli bir ilişki kurma becerisidir. Evlilik doyumu ile sorun çözme becerileri ve çift ilişkileri ile ilgili çok az şey bilinmektedir. Evlilik içi sorunlarda etkili sorun çözme yeteneğinin evlilik doyumuna önemli katkısı olduğu tartışılmazdır. Evlilik sorunlarını çözmeye birçok uygun kodlama sistemi vardır. Bu sistemler, sorun çözme becerisinden çok sürece odaklanır. David R. Winemiller evlilik içi sorunları çözmeyi değerlendiren bir ölçek olan Evlilik Etkin Kodlama Sistemini (Marital Efficacy Coding Sytem) kullanarak yaptığı bir çalışmada eşlerin etkili çözüm önerisinde bulunabilme becerilerinin evlilik doyumunun önemli belirleyicilerinden biri olduğunu belirtmiştir. Evlilik doyumu, eşlerin hangi sıklıkla sorun yaşadığı, sorunu çözerken gerçek yaşam koşullarını hangi oranda göz önüne aldıkları ve ne sıklıkta etkili çözüm yolu ürettikleri ile ilişkili bulunmuştur. Hiç şüphe yok ki, evliliklerinde doyumlu olmayan çiftlerin sorun çözümleri daha az sonuç vericidir (10).

Yapılan çalışmada sorunu sonuçlandırma oranları ile önerilen çözüm yollarının sayısı arasında belirgin olumsuz bağlantı bulunması, basit çözüm yollarının daha etkili olduğu ve aşırı ayrımın sorun çözme etkiliğini azalttığını göstermektedir. Ayrıca evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin sorun sıklığının daha az ve sorunlarının daha tipik olduğu görülmüştür. Sonuç olarak çiftlerin sorun çözme becerilerinin evlilik doyumu düşük ve yüksek olan çiftleri öngörmede güçlü bir belirleyici olabileceği ileri sürülmektedir (10).

Kişisel benzerlik ve eşin doğru algısı eşler arasındaki yakınlığı artırır. Faktör analizleri evliliğin dört önemli boyutunu gözönüne sermiştir. Bunlar; evlilikte uyum, kişisel özellikler, yakınlık ve problem çözmedir (11).

Lavee, Mc Cubbin ve Olson (1987), geçmiş yaşam olaylarının daha çok kişisel çatışma ve evlilikteki rollerle ilişkili olup evlilik uyumunda azalmaya neden olduğunu ileri sürmüştür (12). Beach ve O'Leary (1993), depresif belirtilerin başlangıcının eşlerin olumsuz davranışlarını tetikleyebileceğini, depresif eşlerin sorun çözme ile ilgili tartışmalarda daha olumsuz sözel ve sözel olmayan davranışlar sergilediklerini ve depresif olmayan eşe göre evlilikleri ile ilgili daha olumsuz algılara sahip olduklarını ileri sürmüştür. Sorun çözme sürecinde eşlerin davranışlarındaki değişkenlik yaşam olayları ile etkilenmekte olup eşlerin uyumlarını da etkiler. Uyum sağlayıcı sorun çözme becerilerini kullanan kişilerin yaşam olayları bağlamında pratik yaptıkça becerileri güçlenir, evlilik içi sorunları azalır ve evlilik uyumları artar. Evlilik çalışmaları eşlerin sorun çözme davranışlarını sözel içerik ve duygusal ifade açısından ele alır. Sözel içerikle ilgili çalışmalar olumsuz davranışların doyumlu çiftlerle doyumsuz çiftleri birbirinden ayırdığını ve evlilik üzerinde olumsuz davranışların yıpratıcı etki yaptığını göstermektedir. Ayrıca eşlerin iletişimlerinde sırasında sergiledikleri özgün duyguların sorunlu ve sorunsuz çiftleri ayırmada çok belirleyici olduğu ileri sürülmektedir. Ayrılma, sızlanma, üzüntü evlilik doyumundaki düşüşü öngörebildiği gibi eşler arasındaki mizah evlilik doyumundaki artışı öngörebilir (13).

Yapılan araştırmalarda çatışmalarını başarılı bir şekilde çözümleyen eşlerin çocuklarına sorun çözmeye çok iyi örnek oldukları belirtilmektedir. Davies ve Cummings'e (1994) göre çocuklar ve ergenler sadece eşler arasındaki çatışma-

ya tepki vermezler, aynı zamanda çatışmanın nasıl çözümlendiğiyle de ilgilenirler. Dolayısıyla, çocukların duyguları ve davranışları eşler arasındaki çatışmanın nasıl çözümlendiğiyle ilişkilidir (14).

Eğer çiftler sürekli kavga ediyorsa, bu onların mutsuz olduğu anlamına gelmeyebilir. Bazı işler çoğu konularda anlaşamazlar fakat karşılıklı konuşarak sorunlarını çözümlenebilirler. Çocuğun davranışlarını yordamak için de, çatışmanın nasıl çözümlendiğinin incelenmesi gerekmektedir. Eşler arasındaki çatışmaya uzun süre maruz kalan çocukların, daha sonraki çatışma ortamlarında daha incinebilir oldukları ve daha çok duygusal tepki verdikleri görülmektedir. Literatürde, çatışmanın aslında insanın yaşamının bir parçası olduğu ve çocukların eşler arasında yaşanan sıradan çatışmalara maruz kalmalarının yaşamda karşılaşacakları çatışmalar ile nasıl başa çıkacaklarını öğrenmeleri açısından yararlı olabileceği de vurgulanmaktadır. Ancak bu çatışmalar kişiler arası ilişkileri yıpratmamışsa, çözümlenebiliyorsa ve fiziksel şiddet uygulama aşamasına gelmemiş ise, çocukların duygusal gelişiminde önemli bir rol oynayabileceği görülmektedir (2). Uyum sağlayıcı sorun çözme becerileri eşleri yaşam olaylarına karşı daha esnek hale getirebilirken uyumsuz sorun çözme becerileri eşleri soruna daha duyarlı hale getirebilir. Örneğin, uyumlu becerileri olan bir çift, sorunlarını savunmacı olmayan bir şekilde tartışır, nötral ses tonunda birbirlerinin görüşünü öğrenmek ister ve sohbetlerine mizah katar. Eşlerden birinin sorunu olduğunda sorunu birlikte çözerler, soruna karşı birlikte bir savunma planı geliştirirler. Tam tersine; eşlerden birinin sorun çözme becerisi yetersiz ise güçlüklerden dolayı diğerini suçlayıcı ve sinirli olabilir, yüksek ses tonunu kullanabilir ve birlikte plan geliştirmekten kaçabilir. Sonuç olarak da evlilik doyumunda azalma olur. Kısacası, yaşam olaylarında çift

uyumunu arttıran en önemli unsur eşler arasındaki sağlıklı etkileşimdir. Yaşam olayları, bilişsel yetersizlik ve duygusal huzursuzluk durumunda sorun çözme davranışında kötüleşmeye ve stresin artmasına neden olabilir. Bu yetersizlik, eşleri birbirlerinin hatasını aramaya daha yatkın hale getirir ve öfkeye, düşmanlığa, üzüntüye, yetersiz iletişime ve yetersiz duygusal paylaşımına neden olabilir (13).

Thomas N. Bradbury ve Catherine L. Cohan'nın (1997) yaptıkları çalışmada sorun çözme davranışının yaşam olaylarının etkisini hafiflettiğini, kadınların öfke gösterdiklerinde ve kaynaşmaya yönelik davrandıklarında yaşam olaylarından kaynaklanan depresif yakınmalarında hafif azalma olduğunu saptamıştır. Sonuç olarak bu durum depresif kadınların evlilik uyumlarında artışa neden olur. Evlilikte erkeğin kişiler arası sorunları fazla olduğunda kadının öfkesi, erkeğin depresif yakınmalarının artışı öngörebilir. Özetle, kadınların öfkesinin yaşam olayları bağlamında kendi kişisel ve evlilik uyumları için faydalı olduğu ile ilgili bulgular vardır. Beklenenin tersine bu çalışmada, evlilik içi ciddi sorun olduğunda erkeğin olayı aşırı derecede karikatürize etmesinin boşanma riskini arttırdığı saptanmıştır. Mizah, kaygı içeren bir kaçınma davranışı olarak görülebilir. Çiftlerin sorunla yüzleşmekten kaçınmasına, sorunun saptırılmasına yol açar, ancak sorunun çözümüne katkıda bulunmaz. Evliliklerinde mutsuz olan kadınların geri çekildiği, boyun eğici davrandıkları, sorunun çözümüne katkıda bulunmadıkları ve bu durumun dış olaylardan kaynaklanan evlilik sorunlarında uyum sağlayıcı olmadığı belirtilmiştir. Bu durumda sorun tamamen çözülmez ve devam eder (13).

Evlilik ilişkisi ile ilgili olarak köklerini Hill'in (1949) çalışmalarından alan kriz kuramı, ailelerin işlevlerini açıklamak için geliştirilmesine

karşın, bazı araştırmacılar kuramı, evliliğin sonuçlarını yordamak ve açıklamak için kullanmaktadırlar. Bu yaklaşım, evlilik doyumundaki azalmadan, ayrılık ya da boşanmadan krizin başarısızlıkla sonuçlanmasını sorumlu tutar. Genel olarak daha fazla stres yaratan olaylar yaşayan eşler, evlilikle ilgili olumsuz sonuçlara daha yatkındırlar. Bu durum eşlerin sorun çözme becerileri ve olayları tanımlama biçimlerine göre değişmektedir (5).

### Evlilik Uyumuna İlişkin Yapılan Çalışmalar

Batı literatüründe eşler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar çok yaygın olarak araştırılmasına ve çok sayıda araştırma yapılmasına karşın, ülkemizde bu konuya ilişkin yaklaşımların çok sınırlı düzeyde olduğu görülmektedir. Şirvanlı-Özen (1999), tarafından yapılan bir çalışmada çatışma ve boşanmanın davranış ve uyum sorunları üzerindeki rolleri incelenmiştir. Eşler arasındaki uyumun çocuklar üzerindeki etkilerinin değerlendirildiği bu çalışmada, çatışmalı ve boşanmış ebeveynlerin çocuklarının psikolojik sorun düzeyleri ve kaygı düzeylerinin, çatışmasız ebeveynlerin çocuklarına oranla daha yüksek olduğu; çatışmasız ebeveynlerin çocuklarının, çatışmalı ve boşanmışlarınkine oranla çevrelerinden daha fazla sosyal destek algıladıkları ortaya çıkmıştır (2,15).

Yılmaz (2001), tarafından yapılan çalışmada ise, eşler arasındaki uyumun ve ebeveyn çocuk etkileşiminin, çocukların benlik algıları ve akademik başarıları ile olan ilişkileri; ilköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinde incelemiştir. Sonuç olarak, eğer çocukların ebeveynleri arasındaki uyuma ilişkin algıları yüksekse, benliklerine ilişkin değerlendirmeleri olumlu olmakta; eğer algılanan uyum düşükse, bu olumsuzluk onların benliklerine ilişkin algılarını da olumsuz yönde etkilemektedir (2,16).

Gottman, kaçınan çiftlerin eşler arasındaki farklılıkları kabul eder gibi göründüklerini ve güç durumlarda derin tartışmalara girmediklerini belirtmiştir. Çalışmalar kaçınan iletişim paterni olan bazı çiftlerin kabul edilebilir bir evlilik uyumlarının olabileceğini veya kaliteli bir evlilik sürdürebileceklerini göstermektedir. Bulgular ilişkilerinde eşitliğe önem veren paylaşımcı çiftlerin evlilik uyumlarının daha iyi olduğunu, daha eşitlikçi ve yapıcı bir iletişim içinde bulduklarını ortaya koymaktadır. Birbiriyle paylaşma arzusu olmayan çiftlerin çatışmaları çözme gereksinimini her zaman hissetmedikleri ya da eşlerden sadece birinin bütün kararları aldığı, bu gibi durumlarda iletişimin evlilik uyumunu daha az etkileyebileceği söylenebilir. Bu çiftler bu açıdan geleneksel ya da çatışmadan kaçınan çiftlere benzetilebilir (17).

Norman Epstein (1999), iletişim paternlerinin evlilik uyumuna katkısı ile ilgili yaptığı bir çalışmada, ilişkiye odaklı evliliği olan kadınların evlilik uyumunun, ilişkiye daha az odaklı olan kadınlara göre daha iyi olduğunu ve bunun da iletişimle ilişkili olduğunu, erkekler açısından ise bir farklılık olmadığını belirtmiştir (18).

Christensen ve ark., talep etme geri çekilme iletişim paterni olarak adlandırdıkları iletişim tipinin çiftler arasında yaygın olup ilişkide uyumla ters orantılı olduğunu ileri sürmüştür. Bu paternde, eşlerden biri bir konuda konuşurken, karşı tarafı eleştirir, ondan yakınıyor. Bu sırada diğer eş tartışmayı sonlandırarak, konuyu değiştirerek, sessiz kalarak ya da odayı terk ederek cevap verir (19).

Ellis (1962) tarafından, sorunlu evlilik ilişkilerinde mantıksız beklentilerin rolü vurgulandıktan sonra evlilik uyumunda ve terapide bilişsel yaklaşım dikkat çekmeye başladı. Mantıksız düşünce ve işlevsel olmayan bilişimlerin evlilik

uyumunu kötü etkilediği, mantıklı ve işlevsel gelişimin ise evlilik uyumunu arttırdığı yönünde bulgular daha fazla ortaya kondu (20).

Bazı araştırmacılar, evlilik ilişkisinin doğası ile gerçekçi olmayan inanışların çok yüksek oranda evlilikteki kötü uyumu öngörebildiğini ileri sürmüş ve bilişsel içeriğin evlilik sorunlarına eşlik eden genel mantıksızlıktan daha önemli olduğuna dikkati çekmişlerdir. Aynı zamanda kişinin kendisini ve eşini algılayışının yani kişilerarası ilişkilerdeki algının evlilik uyumunun önemli bir göstergesi olduğunu da vurgulamışlardır (20).

Bir çalışmada Creamer ve Campbell, uyumlu çiftlerin uyumsuz çiftlere göre kendilerini tanımlamalarının benzer olduğunu saptamıştır. Ayrıca bu çalışmada benzerlik ile çift uyumu arasında olumlu ilişki olduğu saptanmıştır (21). White ve Hatcher, eşlerin hissettikleri gereksinimlerin benzerliği ile uyumları arasında olumlu bir ilişki olduğuna dair kanıtlar bulmuştur (22).

Eş seçimi dışında tamamlayıcılık gereksiniminin evlilik uyumu ve duygusunda önemli bir belirleyici olup olmadığı merak edilen bir konu olmuştur. Winch kuramında uyumdan bahsetmemesine karşın, bu kuram doğal olarak gereksinimlerin tamamlanmasına yönelik eş seçiminde bulunanların evliliklerinde, tamamlayıcı eş seçiminde bulunmayanlara göre daha uyumlu oldukları şeklindedir. Bu yaklaşımı kullanarak bazı araştırmacılar, ihtiyaçların benzerliğinin genel ölçümü ve evlilik uyumu arasında olumlu bir ilişki olduğunu ileri sürmüştür (23). Bireylerin gereksinimleri incelendiğinde, Katz ve ark., evlilik uyumunun ihtiyaçların tamamlayıcılığı ile ilişkili olduğunu saptamıştır (24).

Maslow (1954), uyumsuzluğun en sık karşılaşılan sebeplerinin aşk gereksiniminin, duygunun,

aidiyetin ortaya koyulmasının olduğunu ileri sürmüştür. Ayrıca yakınlık gereksinimi ile otominin birbiriyle çatıştığını belirterek, otominin sevgiden ve diğerlerine saygıdan bağımsız olduğunu ileri sürmüştür (25,26).

Geriye dönük çalışmalar kadınlarda depresyon ile evlilik uyumu arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir. Kötü evlilik uyumu bildiren kadınların, evlilik uyumu iyi olanlardan belirgin olarak daha depresif oldukları saptanmıştır. Kahn, Coyne ve Margolin (1985), çiftlerden biri depresif olduğunda eşler arası yakınlıkta, evlilik içi çatışmaların çözülmesinde, iletişim yeteneğinde, cinsel doyum ve duygu dışavurumunda bozukluk olduğunu ileri sürmüştür (27). Fox (1973), eşitlik ve güvene dayanan, birbirine bağlı olma durumunun evlilik doyumunda önemli rol oynadığını ileri sürmektedir (28). Eşler arasında bağlılık ayrıca çift uyumunun önemli yordayıcılarından biridir. Güven duygusu; evin geçimini sağlama, ev işlerindeki rollerin paylaşımı gibi eşitlik anlayışı ile ilişkilidir. Güven yokluğunda, eşitlik ilkesine dayanan evlilik güvensizlik duyguları ile tehdit altına girer (29). Ayrıca Fox, her eşin ilişkilerinin kendi evlilik doyumlarının önemli bir belirleyicisi olduğunu ileri sürmüştür. Bu bulgular, Türkiye'de yapılan benzer çalışma gruplarıyla uyumlu bulunmuştur. Ayrıca yüksek sosyoekonomik düzeydeki bireylerde olduğu gibi maddi bağımlılığın azaldığı durumlarda, duygusal bağlılık ve birbiriyle ilgili olmanın, çiftler arasında uyumun artmasında ve evlilik doyumunda çok önemli olduğunu bir kez daha vurgulamıştır (28).

Fowers ve Olson; canlı, uyumlu, geleneksel ve uyumsuz başlıkları altında dört ayrı evlilik öncesi çift grubu tanımlamıştır. Bu gruplarla yapılan çalışmalarda, canlı olarak tanımlanan çiftler; güçlü iletişim yetenekleri olan, duygusal ve cinsel doyumları yüksek, birçok konuda uyum sağ-

layabilen, genel anlamda evlilik doyum düzeyi en yüksek olan gruptur. Uyumlu çiftler orta derecede doyumlu bulunmuş olup bu grupta gözlenen doyum azalmasının evlilik ve çocuklar ile ilgili konularda gerçek dışı görüşlerden kaynaklanıyor olabileceği belirtilmiştir. Geleneksel çiftler ayrılmayı en az düşünen grup olmalarına rağmen oldukça doyumsuzken, uyumsuz çiftlerin gerilimli ve boşanma eğiliminde oldukları bulunmuştur (30).

Çift uyumunun önemli belirleyicileri arasında sayılan davranışsal birbirine bağlı olma, gereksinimlerin karşılanması, duygusal düşkünlük evlilik doyumunda da önemli rol oynar. Evlilikte yakın olma ve evlilik doyumu arasında çok doğrudan bir ilişki vardır. Zaman geçtikçe eşler arasında yakınlık arttıkça evlilik doyumunda da artış olur (31).

Waring ve Chelune (1983), kendini açma ile yakın olmanın aynı şey olmadığını, fakat kendini açmanın çiftler arasında yakınlığın derecesinin belirleyicisi olduğunu belirtmiştir. Her ne kadar çiftler evlilik ilişkisinde yakın olma ve kendini açma konusunda benzer görüşlere sahipse de kadınlar ve erkekler arasında yakın olma ve evlilik doyumu algısının farklı olduğu saptanmıştır (32).

Reichman'a göre yakın olma kadın ve erkek için farklı işlevlere doyum sağlamaktadır. Kadın için yakınlık ilişkiyi doyum ve mutluluğa götürür. Diğer yandan erkek, yakın ilişkinin etkisini diğer işlev alanlarına taşır. Kadın ve erkeğin duygusal yakınlık deneyimleri birbirinden farklıdır. Erkek cinsel ilişkiyi duygusal yakınlığı arttırmak için kullanırken kadın cinsel yakınlık için duygusal yakınlığa gereksinim duyar (31,33).

## SONUÇ

Sonuç olarak evlilik krizi nedeniyle psikolojik yardım için başvuran eşlerin uyumlarını etkileyen sorunların saptanarak, terapi sürecinde bu sorunlar üzerinde durulması önemlidir. Eşler arasındaki etkileşimin ve uyumun artması evlilik doyumunu da arttıracaktır. Ülkemizde eşler arasındaki uyumu değerlendiren, geçerlik ve güvenirliği yapılmış ölçekler olmasına rağmen bu konuda kültürümüze özgü ölçeklerin geliştirilerek değerlendirilmesi gerekmektedir. Aynı zamanda eşler arasındaki uyuma ilişkin çalışmalar incelenirken, uyum, doyum, çatışma gibi kavramların tanımları ölçekler bağlamında değiştiği için bu kavramların doğru değerlendirilmesi önemlidir. Bu konuda daha aydınlatıcı bilgi için kültürümüze uygun geliştirilmiş ölçekler ile çok sayıda araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

## KAYNAKLAR

1. Spainer GB: The measurement of marital quality. *Journal of Sex&Marital Therapy*, Vol. 5, No. 3, 1979.
2. Yılmaz A: Eşler arasındaki uyum: kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, Cilt: 1 Sayı: 4, 2001.
3. Kitamura T, Aoki M: Sex differences in marital and social adjustment. *Journal of Social Psychology*, 138(1): 26-32, 1998.
4. Kışlak Tutarel Ş, Çabukça F: Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, Cilt: 2 Sayı: 6, 2002.
5. Binici Azizoğlu S: Psikolojik yardım için başvuruda bulunan ve bulunmayan evli çiftlerin evlilik ilişkilerini değerlendirmelerinin karşılaştırılması. *Doktora Tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, 2000.
6. Eddy JM: An empirical evaluation of the dyadic adjustment scale: exploring the differences between marital "satisfaction" and "adjustment". *Behavioral Assessment*, 13: 199-220, 1991.
7. Johnson DR, Amazola TO&Booth A: Stability and developmental change in marital quality: a three wave panel analysis. *Journal of Marriage and the Family*. 54: 582-594, 1992.
8. Erel O, Burman B: Interrelatedness of marital relations and parent-child relations: a metaanalytic review. *Psychological Bulletin*, 118: 108-132, 1995.
9. Grych JH, Fincham FD: Marital conflict and children's adjustment: a cognitive-contextual framework. *Psychological Bulletin*, 108: 267-290, 1990.
10. Winemiller DR,



- Mitchell ME: Development of a coding system for marital solving efficacy. *Behav Res Ther* Vol. 32(1): 159-164, 1992.
11. Wring E, McElrath D: Dimensions of intimacy in marriage. *Psychiatry*, Vol. 44, May, 1981.
12. Lavee Y, McCubbin HI, Olson DH: The effects of stressful life events and transitions on family functioning and well-being. *Journal of Marriage and the Family*, 49: 857-873, 1987.
13. Cohan CL, Bradbury TN: Negative life events, marital interaction, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(1): 114-128, 1997.
14. Davies PT, Cummings EM: Marital conflict and child adjustment: an emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116: 387-411, 1994.
15. Şirvanlı-Özen: Eşler arası çatışma ve boşanmanın çocuklar üzerindeki etkileri I: Davranış ve uyum problemleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 6(1): 19-29, 1999.
16. Yılmaz A: Eşler arasındaki uyum, anne-baba tutumu ve benlik algısı arasındaki ilişkilerin gelişimsel olarak incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 16(47): 1-24, 2001.
17. Gottman JM. The roles of conflict engagement, escalation and avoidance in marital interaction: a longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(1): 6-15, 1988.
18. Gordon KC, Baucom DH: The interaction between marital standards and communication patterns: how does it contribute to marital adjustment. *Journal of Marital and Family Therapy*, 25(2): 211-223, 1999.
19. Klinetob NA, Smith DA: Demand-withdraw communication in marital interaction: tests of interspousal contingency and gender role hypothesis. *Journal of Marriage and the Family*, 58: 945-958, 1996.
20. Möller AT, Zyl PDV: Relationship beliefs, interpersonal perception and marital adjustment. University of Stellenbosch, 1962.
21. Creamer M, Campbell IM: The role of interpersonal perception in dyadic adjustment. *Journal of Clinical Psychology*, 44: 424-430, 1988.
22. White SG, Hatcher C: Couple complementary and similarity. *American Journal of Family Therapy*, 12: 15-25, 1984.
23. Meyer JP, Pepper S: Need compatibility and marital adjustment in young married couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(5): 331-342, 1977.
- 24) Katz I, Glucksberg S, Krauss, R: Need satisfaction and rewards PPS scores in married couples. *Journal of Consulting Psychology*, 24: 205-208, 1960. 25. Schaefer ES, Burnett CK: Stability and predictability of quality of women's marital relationships and demoralization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(6): 1129-1136, 1987.
26. Maslow AH: *Motivation and Personality*. New York: Harper, 1954.
27. Kahn J, Coyne JC, Margolin G: Depression and marital disagreement: the social construction of despair. *Journal of Personal and Social Relationships*, 2: 447-461, 1985.
28. Fox GL: Some determinants of modernism among women in Ankara, Turkey. *Journal of Marriage and the Family*, 35: 520-529, 1973.
29. İmamoğlu EO, Yasak Y: Dimensions of marital relationships as perceived by Turkish husbands and wives. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 123(2): 211-232, 1997.
30. Fowers Blaire J, Montel Kelly H, Olson David H: The Edinburg family scale: A new measure of family functioning. *Journal of Marital and Family Therapy*, 22(1): 103-119, 1996.
31. Greeff AP, Malherbe HL: Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 27: 247-257, 2001.
32. Waring, EM, Chelune GJ: Marital intimacy and self disclosure. *Journal of Clinical Psychology*, 39: 183-189, 1983.
33. Reichman R: *The stranger in your bed*. New York: John Wiley & Sons, 1989.