

TC  
ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
(REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI)

DUYGUSAL ZEKA VE EVLİLİK DOYUMU İLİŞKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Serap ÜNCÜ

Ankara  
Haziran, 2007

**TC  
ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
(REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI)**

**DUYGUSAL ZEKA VE EVLİLİK DOYUMU İLİŞKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Serap ÜNCÜ**

**Danışman: Prof. Dr. Binnur YEŞİLYAPRAK**

**Ankara  
Haziran, 2007**

## JÜRİ ÜYELERİ İMZA SAYFASI

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Bu çalışma jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında YÜKSEK LİSANS TEZİ ÇALIŞMASI RAPORU olarak kabul edilmiştir.

Başkan .....

Üye .....

Üye .....

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

..... / ..... / 2007

Enstitü Müdürü  
Prof. Dr. A.Çakır İLHAN

## ÖN SÖZ

Evlilik kurumunun toplumun vazgeçilmez bir kurumu olduğu kabul edilmektedir. Bireylerin evlilik ile birlikte farklı bir yaşam biçimine girdiğini, sorumluluklarının farklılaştığını, beklentilerinin çeşitlendiğini görmekteyiz. Farklılaşan bu yaşam biçimi ile birlikte, bireylerin evlilik ilişkisinde mutlu olmaları, bu ilişkiden doyum sağlamaları amaçlanmaktadır. Evlilikten sağlanacak doyum düzeyini birçok değişkenin etkilediği bilinmekte, ancak bununla beraber doyum yaşanan evliliklerin sayısının azalmakta olduğu görülmektedir. Boşanma oranlarının artması, günümüz evliliklerinde duygusallığın biraz daha az yaşandığı şeklinde yorumlara da sebep olmaktadır. Evlilikten sağlanacak doyum düzeyinde eşlerin duygusal paylaşımının, karşılıklı olarak duygularını ifade etmelerinin, anlaşılmanın önemi inkar edilemez. Bu noktadan hareketle, duygusal zeka ile evlilik doyumunu ilişkisini ve duygusal zeka ile evlilik doyumunun çeşitli değişkenlerle ilişkisini incelediğim bu çalışmanın alana katkısı olmasını umuyorum.

Çalışmalarım boyunca değerli fikirlerini benimle paylaşan, her konuda destek olan ve yol gösteren tez danışmanım Prof. Dr. Binnur YEŞİLYAPRAK'a ve fikirlerini paylaşan diğer hocalarıma teşekkürlerimi sunarım. Yüksek lisansımın ders aşamasından itibaren birlikte olduğumuz, her konuda bana yardımcı olan, Ankara dışından yürüttüğüm çalışmalarımı sorun yaşamadan halletmemi sağlayan, çalışmalarımızı karşılıklı etkileşimle sürdürdüğümüz arkadaşım Seren TORUN'a; her zaman yanımda olduklarını hissettiren babama, anneme, eşime, kardeşlerime teşekkürlerimi sunarım.

## ÖZET

### DUYGUSAL ZEKA VE EVLİLİK DOYUMU İLİŞKİSİ

Üncü, Serap

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Binnur Yeşilyaprak

Haziran 2007, xiv - 111 sayfa

Bu çalışmada evli bireylerin duygusal zeka düzeyleri ile evlilik doyumları arasında ilişki olup olmadığını araştırmak amaçlanmıştır. Genel tarama modelinde olan araştırmanın çalışma grubu, İstanbul ilinin Kağıthane ilçesi'nde yaşayan 229 evli birey (149 kadın, 80 erkek) ile Yozgat ilinin Sarıkaya ilçesinde yaşayan 237 evli bireyden (103 kadın, 134 erkek) oluşmaktadır. Araştırma yapılırken toplam 251 kadın ve 215 erkek ile çalışılmıştır. Çalışmada bireylerin duygusal zeka düzeylerini ölçmek için Duygusal Zeka Ölçeği (EQ-NED), bireylerin evlilik doyumlarını ölçmek için Evlilik Yaşam Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS programında çözümlenmiştir. Öncelikle Duygusal Zeka Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeğinden alınan puanlara ilişkin betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Katılımcıların cinsiyetlerine ve yaşadıkları şehirlere göre, Duygusal Zeka Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarına ilişkin karşılaştırmalarda ve evlilik doyumu puanlarına ilişkin karşılaştırmalarda bağımsız örneklem için t testi yapılmıştır. Katılımcıların eğitim durumlarına ve evlilik sürelerine göre duygusal zeka ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarına ilişkin karşılaştırmalar ve evlilik doyumu puanlarına ilişkin karşılaştırmalarda ise, bağımsız örneklem için varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Anlamlı çıkan F değerlerinde, farkın kaynağını bulmak üzere çoklu karşılaştırma (post-hoc) testlerinden LSD testi kullanılmıştır.

Bu araştırmadan elde edilen bulgular; araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre duygusal zeka ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanları incelendiğinde, duygusal zeka toplam puanında, karşısındaki duygularını

anlama alt boyut puanı ve duygularını yönetme alt boyut puanlarında kadınlar lehine anlamlı fark olduğu; eğitim durumlarına ve evlilik sürelerine göre ise gruplar arasında anlamlı fark olmadığı görülmüştür. Yaşadıkları şehirlere göre ise, duygusal zeka toplam puanı ve duygularını yönetme alt boyut puanlarında İstanbul'da yaşayanlar lehine anlamlı fark olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre evlilik doyumu incelendiğinde, kadınlar ile erkekler arasında, erkekler lehine anlamlı fark olduğu; eğitim durumlarına göre evlilik doyumu incelendiğinde, en yüksek ortalamanın lise mezunlarına, en düşük ortalamanın ise ilköğretim mezunlarına ait olduğu görülmüştür. Evlilik sürelerine göre evlilik doyumu incelendiğinde ise, en yüksek ortalamanın 20 yıl ve üzerinde evli olanlara ait olduğu, en düşük ortalamanın ise 8-13 yıl evli olanlara ait olduğu görülmüştür. Yaşadıkları şehirlere göre (İstanbul ve Yozgat) ise evlilik doyumu arasında anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda ise; evlilik doyumu ile duygusal zeka arasındaki ilişkinin, pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu; duygusal zeka düzeyi yükseldikçe, evlilikten sağlanan doyumun arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

## **ABSTRACT**

### **THE RELATION BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND MARITAL SATISFACTION**

Üncü, Serap

Master Dissertation, Guidance and Psychological Counseling Department

Supervisor :Prof. Dr. Binnur YEŞİLYAPRAK

June 2007, xiv - 111 pages

In this research, whether there is a relation between the married individuals' emotional intelligence and marital satisfaction has been intended to search. The general hatching model were used in the research. The sample in general hatching model consists of 229 married individuals (149 women, 80 men) who live in Kağıthane in İstanbul and 237 married individuals (103 women, 134 men) who live in Sarıkaya in Yozgat. As totally, 251 women and 215 men were placed on the research. Emotional İntelligence Scale (EQ-NED), Marriage life Scale and personal information form which is prepared by researcher, were used to test individuals' emotional intelligence and individuals' marital satisfaction. The datas were analysed by using SPSS. Firstly, descriptive statistics related to the scores taken from scale of emotional intelligence and scale of marriage life was given. According to the participants' sexes and cities which they live, comparisons about the scores of emotional intelligence scale, sub-scales and marital satisfaction were made by using t test for independent samples. According to participants' educational level and duration of marriage, comparisons about the total scores of emotional intelligence and the scores of marital satisfaction were made by using variance analysis (ANOVA) for independent samples. LSD test which is one of the multiple comparison test (post-hac) were used to find the reason of difference in meaningful F criteria.

The findings from this research shows that when the total scores of emotional intelligence scale and score of sub-scale were studied, a significant difference related to understanding the others' emotion and managing self-

emotion sub dimension' scores was found in favor of women in the total score of emotional intelligence and it also found that there is no significant difference related to participant's educational level and duration of marriage among groups. According to cities in which they live, it was found that there is a significant difference between the total emotional intelligence level and managing self emotions' sub-dimension scores in favor of participants who live in İstanbul.

When their marital satisfaction were studied carefully, according to the participants' sexes it has been found that there is a significant difference in favor of men, and according to their educational level, it has been found that the highest average is given to the high-school graduates and the lowest average is given to the primary-school graduates and according to duration of marriage the highest average belongs to people who have been married for more than 20 years, the lowest average belongs to people who have been married for 8 - 13 years. A significant difference were not found between marital satisfaction of people who live in the different city (İstanbul and Yozgat).

The general conclusion were found is that the relation between marital satisfaction and emotional intelligence is positively significant; while emotional intelligence is getting higher, the marital satisfaction gets higher, too.



## İÇİNDEKİLER

	Sayfa no
JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI.....	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET .....	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar LİSTESİ .....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
EKLER LİSTESİ.....	xiv

### **BÖLÜM 1**

GİRİŞ.....	1
Problem.....	1
Amaç.....	4
Önem .....	5
Sınırlılıklar.....	7
Tanımlar .....	7

### **BÖLÜM 2**

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	8
Duygusal Zeka.....	8
1.1. Duygusal Zekanın Doğuşu –IQ ve EQ-.....	8
1.2. Zeka-Duygusal Zeka İlişkisi.....	9
1.3. Duygusal Zekanın Göstergeleri.....	11
1.4. Duygusal Zekanın Ölçülmesi.....	12
1.5. Duygusal Zekanın Alt Boyutları ve Duygusal Zeka Modelleri.....	14
1.6. İş Yaşamında, Eğitimde ve Sosyal İlişkilerde EQ.....	22
1.7. Duygusal Zeka İle İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar.....	24
1.8. Duygusal Zeka İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	34

Evlilik Doyumu.....	36
2.1. Evlilik ve Aile.....	36
2.2. Evlilikte Doyum Yaşama.....	38
2.3. Cinsiyete Göre Evlilik Doyumu.....	39
2.4. Evlilik Doyumunu Etkileyen Diğer Değişkenler.....	41
2.5. Eşler Arası İlişkiler ve Evlilik Doyumuna Yönelik Kuramsal Yaklaşımlar .....	42
2.6. Evlilikte Doyumsuzluk/ Boşanma Oranlarının Artması.....	43
2.7. Evlilikte Sorunların Önlenmesi.....	45
2.8. Evlilik Doyumu İle İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar.....	47
2.9. Evlilik Doyumu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	52

### **BÖLÜM 3**

YÖNTEM.....	59
Araştırmanın Modeli.....	59
Çalışma Grubu.....	59
Verilerin Toplanması .....	61
Kişisel Bilgi Formu.....	61
Duygusal Zeka Ölçeği – EQ-NED.....	61
-EQ-NED’in Geçerlik ve Güvenirliği.....	62
Evlilik Doyumu Ölçeği.....	63
-Evlilik Doyum Ölçeği’nin Geçerlik ve Güvenirliği .....	63
Verilerin Analizi .....	64

## **BÖLÜM 4**

BULGULAR.....66

Evli Bireylerin Duygusal Zeka Düzeylerine İlişkin Bulgular.....67

a) Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Duygusal Zeka Düzeyleri .....67

b) Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Duygusal Zeka Düzeyleri.....68

c) Evli Bireylerin Evlilik Sürelerine Göre Duygusal Zeka Düzeyleri .....69

d) Evli Bireylerin Yaşadıkları Şehirlere Göre

Duygusal Zeka Düzeyleri.....71

Evli Bireylerin Evlilik Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulgular .....72

a) Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Evlilik Doyumu Düzeyleri.....72

b) Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Evlilik Doyumu Düzeyleri .....73

c) Evli Bireylerin Evlilik Sürelerine Göre Evlilik Doyumu Düzeyleri.....74

d) Evli Bireylerin Yaşadıkları Şehirlere Göre Evlilik Doyumu Düzeyleri....76

Duygusal Zeka İle Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkiye İlişkin Bulgular ....77

## **BÖLÜM 5**

TARTIŞMA VE YORUM .....79

## **BÖLÜM 6**

SONUÇ VE ÖNERİLER .....90

Sonuç .....90

Öneriler.....91

KAYNAKÇA.....94

EKLER.....103

## TABLolar LİSTESİ

<b><u>Tablo No</u></b>	<b><u>Sayfa No</u></b>
<b>Tablo 1.</b> Çalışma Grubunun Kişisel Bazı Özelliklerine İlişkin Dağılım.....	60
<b>Tablo 2.</b> Duygusal Zeka Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler.....	66
<b>Tablo 3.</b> Araştırmaya Katılanların Cinsiyetlerine Göre Duygusal Zeka Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	67
<b>Tablo 4.</b> Araştırmaya Katılanların Eğitim Durumlarına Göre Duygusal Zeka Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	69
<b>Tablo 5.</b> Araştırmaya Katılanların Evlilik Süresine Göre Duygusal Zeka Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	70
<b>Tablo 6.</b> Araştırmaya Katılanların Yaşadıkları Şehirlere Göre Duygusal Zeka Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması .....	71
<b>Tablo 7.</b> Araştırmaya Katılanların Cinsiyetlerine Göre Evlilik Doyumu Puanlarının Karşılaştırılması.....	72
<b>Tablo 8.</b> Araştırmaya Katılanların Eğitim Durumlarına Göre Evlilik Doyumu Puanlarının Karşılaştırılması.....	73
<b>Tablo 9.</b> LSD Çoklu Karşılaştırma Testi.....	74

<b>Tablo 10.</b> Araştırmaya Katılanların Evlilik Süresine Göre Evlilik Doyumu Puanlarının Karşılaştırılması.....	75
<b>Tablo 11.</b> LSD Çoklu Karşılaştırma Testi.....	75
<b>Tablo 12.</b> Araştırmaya Katılanların Yaşadıkları Şehirlere Göre Evlilik Doyumu Puanlarının Karşılaştırılması.....	76
<b>Tablo 13.</b> Araştırmaya Katılanların Duygusal Zeka Düzeyi İle Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki İçin Korelasyonlar.....	77

## ŞEKİLLER LİSTESİ

	<b>SayfaNo</b>
<b>Şekil 1.</b> Araştırmaya Katılanların Evlilik Doyumu Puanlarının Dağılımını Gösteren Histogram Grafik.....	107
<b>Şekil 2.</b> Araştırmaya Katılanların Duygusal Zeka Puanlarının Dağılımını Gösteren Histogram Grafik.....	108
<b>Şekil 3.</b> Araştırmaya Katılanların Kendi Duygularını Anlama Alt Boyut Puanlarının Dağılımını Gösteren Histogram Grafik.....	109
<b>Şekil 4.</b> Araştırmaya Katılanların Karşısındakinin Duygularını Anlama Alt Boyut Puanlarının Dağılımını Gösteren Histogram Grafik.....	110
<b>Şekil 5.</b> Araştırmaya Katılanların Duyguları Yönetme Alt Boyut Puanlarının Dağılımını Gösteren Histogram Grafik.....	111

## EKLER LİSTESİ

<u>Ek</u>	<u>Sayfa No</u>
EK 1. Kişisel Bilgi Formu.....	103
EK 2. Duygusal Zeka Ölçeği.....	104
EK 3. Evlilik Yaşamı Ölçeği.....	105
EK 4. Şekiller Listesi .....	107

## BÖLÜM 1

### GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, amacı, önemi, sınırlılıkları ve araştırmada yer alan tanımlar yer almaktadır.

#### Problem

Toplumsal yaşamın temel ögesini insan ilişkileri oluşturmaktır. Aynı toplum içerisinde diğer insanlarla iletişim kurmak, çeşitli ilişkiler başlatıp sürdürmek kaçınılmaz bir durumdur. Canlılar varlıklarını sürdürebilmek için iletişimde bulunmak zorundadırlar. Bütün canlıların ihtiyaç duyduğu iletişimin insan yaşamındaki yeri ise çok daha önemlidir. Çünkü insan, diğer canlılardan farklı olarak, sürdürmekte olduğu iletişimlerini, incelemek ve geliştirmek şansına sahiptir (Dökmen, 2002).

Yaylacı (2006); iletişimle ilgili olarak şunları söylemiştir:

“İnsan ilişkilerinde algıları geniş tutmak, karşıdan sözlü veya sözsüz biçimde gelen mesajlara duyarlı olmak, iletişimde doğru taktik ve yaklaşımlar geliştirmeye zemin hazırlar”.

Kişiler arası ilişkilerin daha sağlıklı gerçekleşmesi, daha sağlıklı iletişimlerin kurulması, birey olarak bir takım becerilere sahip olmayı gerektirmektedir. Yani iletişim, rastgele bir süreç değildir. İletişimde özellikle “ karşımızdakini anlama, duygularını algılama” çok önemli bir unsurdur. Başkalarının duygularını anlama, kendi duygularımızı ifade etme, duygulara göre tepki göstermenin önemi, son yıllarda duygusal zeka kavramına yoğun bir ilgi gösterilmesine yol açmıştır. Yirminci yüzyılın son dönemlerine kadar tanıma, anlama ve uyum yeteneğinin bilişsel zeka olarak bilinen zihinsel yeterlilikle mümkün olduğu sanılıyordu. Oysa, edebiyat, sanat, ilişki yönetimi ve benzeri diğer alanlarda daha farklı zihinsel fonksiyonların rol oynadığının görülmesi, duygusal zekanın ön plana çıkmasına neden olmuştur (Baltaş, 2006).



Duygular bizim ilişkilerimizi şekillendirmektedir. Duygular kişiler arası ilişkilerde de sosyal biçimde oluşmaktadır. Dolayısıyla duyguların oluşumunda kişilerarası alan, kilit faktörlerden birisi olarak görülmelidir (Yaylacı, 2006).

Duygusal zeka, bireyin kendi çevresinde kişilerarası etkinlik sağlamasında duygulardan bir rehber olarak yararlanma yeteneğidir. Duygusal zeka düzeyi yüksek bireylerin iletişim tarzlarına bakıldığında, sosyal çevrelerinin pek çok üyesiyle iletişim kurarken, pozitif yaklaşımlar ile kazan-kazan stratejilerinden yararlandıkları; hem kendileri, hem de karşı taraf açısından olumlu sonuçlar elde ettikleri görülmektedir (Yaylacı, 2006).

Bu konuda kitaplar yazan Amerikalı gazeteci-yazar Goleman' a duygusal zekanın ne anlama geldiği sorulduğunda, şu şekilde yanıtlamıştır: Duygusal zeka akıllı olmanın farklı bir yoludur, duygularının ne olduğunu bilmek ve yaşamda doğru kararlar almak için bunları kullanmak, sıkıntılı ruh halini iyi yönetebilmek ve içtepileri (güdü) kontrol edebilmektir. Amaçlara doğru ilerlerken uğranan başarısızlıklarda iyimser olma, umudunu kaybetmeme ve kendini motive etmektir. Duygusal zeka empati kurmaktır, yani çevrendeki insanların ne hissettiğini anlamaktır. Sosyal yetenektir, yani diğer insanlarla iyi ilişkiler kurma, ilişkilerdeki duyguları yönetme ve diğer insanlara rehberlik edebilme ve onları ikna edebilmektir (O'Neil, 1996).

Duygusal zeka ile ilgili yapılan araştırma sonuçlarına bakıldığı zaman, duygusal zekanın sosyal yeterlilik ile, duyguları daha iyi organize edebilme ile, liderlik ile, bilişse zeka ile önemli düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. Bu da duygusal zekanın sosyal ilişkilerdeki önemini bir kez daha ortaya koymaktadır. Bireylerin kişilerarası ilişkilerde başarılı olma derecesini duygusal zeka yeterlilikleri önemli oranda belirlemektedir.

Yaylacı (2006), konu ile ilgili görüşlerini şu şekilde ifade etmiştir:

“.....elde edilen bulgular; kariyer yaşamında, profesyonel ilişkilerde duygusal zekanın belirleyici rol oynadığı ve ilişkilerin kalitesi ve başarısını büyük ölçüde etkilediği yönündedir.

Bir başka ifadeyle, yüksek duygusal zekaya sahip bireyler, daha güçlü kişisel ve profesyonel ilişkiler kurmakta, daha etkili liderlik rolü sergilemekte, kendilerini ve diğerlerini daha iyi motive edebilmekte ve daha sağlıklı bir yaşam sürmektedirler”.

Kişilerarası ilişkinin en yoğun olarak yaşandığı toplumsal kurumlardan birisi de evlilik kurumudur. Evlilik, iki insanın hayatını birleştirerek, ortak bir yaşamı kabul ettiği, mutlu olmayı amaçladığı bir kurumdur. Evli bireylerin kendilerine en yakın hissettikleri kişiler eşleridir. Bu çerçevede en fazla iletişim kurdukları, en çok paylaşımda buldukları eşlerinden, beklentileri de daha fazla olmaktadır. Evlilikten sağlanan haz ve doyum da bu beklentilerin karşılanma derecesi belirlemektedir. “Anlaşıldığını hissetme” evlilikte eşler için oldukça önemli bir konudur.

“Uyum ve desteğin temeli olan “iletişim”, toplumdaki temel düzeni sağladığı gibi, aile sistemi içinde de sağlıklı bir düzenin oluşmasına katkıda bulunur. Böylece “sağlıklı aile”nin oluşması gerçekleşir. Bu düzen içinde aile üyeleri arasındaki sınırların oluşturulması, herkesin, kendi sınırının nerede başlayıp nerede bittiğini doğru algılaması mümkün olur. Tüm bunlar sağlıklı iletişim ile gerçekleşir” (Özgüven, 2000a).

Evlilikte doyum yaşama, beklentilerini gerçekleştirme bireylerin mutlu olabilmesi açısından son derece önemlidir. Doyumun yaşanmadığı evliliklerin boşanma ile sonuçlanabildiği, bu durumun ise hem eşleri, hem de çocukları olumsuz olarak etkileyebildiği bilinmektedir. Evlilik doyumunu ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi bu anlamda önemli bir konudur.

Evlilik, eşler arası ilişkiler, ilişkilerden beklentiler ve evlilik doyumuna ilişkin değişik kuramsal yaklaşımlar, evlilik ilişkisini/doyumunu açıklayan çeşitli kuramlar bulunmaktadır. Evlilik doyumunu ile ilgili araştırmalara genel olarak bakıldığında ise, evlilik doyumunun evlilik süresi, kontrolcü davranışlar, ev işi paylaşımı gibi farklı etmenlerle ilişkisinin incelendiği görülmektedir ( Fışiloğlu,1992; Gökmen, 2001; Güven, 2005 ).

Evlilik yaşantısından doyum almayı etkileyen birçok faktör söz konusudur. Örneğin, evlenme yaşı, evlenme şekli (görücü usulü- flört), maddi durum, çocuk sahibi olup olmama, eşlerin aynı sosyo- ekonomik düzeyden olup

olmaması, eşler arasındaki yaş farkı bu faktörler arasında sıralanabilir. Ancak en az tüm bu faktörler kadar önemli olan bir başka nokta, çiftlerin iletişim biçimleri, birbirlerinin duygularını anlamaya yönelik çabaları, birbirlerinin duygularına, yaşadıklarına karşı duyarlı olmaları, birbirlerine anlaşıldıklarını hissettirmeleridir. Başka bir deyişle, “duygusal zeka yeterlilikleri”dir.

Duygusal zeka her tür ilişki düzeyinde; ana-baba, çocuk ve ebeveyn, işveren-çalışan, çalışan-müşteri vb. gerekli bir olgudur. Sevgi, onaylanma ve kabul görme ihtiyacı, ilişkilere uyum sağlama, ilişkilerden fayda sağlama ve motivasyona dayalı bağlılıkların kurulmasına katkı sağlamaktadır. Böylece duyguların kişilerarası iletişim boyutunda değerlendirilmesi ve irdelenmesi ile iş, aile, örgüt yaşamına ve özel yaşama daha geniş açılı, bilinçli, anlamlı ve olumlu bir bakış açısı sağlanabilmektedir (Yaylacı, 2006).

Evlilikte bireylerin duygusal zeka yeterliliklerine sahip olup olmadığı ve bu yeterliliklerini eşlerine gösterebilme dereceleri oldukça önemlidir. Hem duygusal zekanın, hem de evlilik doyumunun önemi dikkate alındığında, iki değişken arasındaki ilişki incelemeye değer olarak düşünülmektedir. Bu araştırmada, duygusal zeka düzeyi ve evlilik doyumu arasındaki ilişki ele alınmış; evli bireylerin duygusal zeka düzeyleri ve evlilik doyumları cinsiyet, eğitim durumu, evlilik süresi ve yaşanılan şehir değişkenleri açısından incelenmiştir.

## **Amaç**

Bu araştırmanın genel amacı evli bireylerin duygusal zeka ile evlilik doyumu düzeylerinin ve ikisi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

1. Evli bireylerin duygusal zeka ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanları ;
  - a) cinsiyetlerine,
  - b) eğitim düzeylerine,
  - c) evlilik sürelerine,
  - d) yaşadıkları şehirlere göre farklılaşmakta mıdır?

2. Evli bireylerin evlilik doyumu düzeyleri;

- a) cinsiyetlerine,
- b) eğitim düzeylerine,
- c) evlilik sürelerine,
- d) yaşadıkları şehirlere göre farklılaşmakta mıdır?

3. Evli bireylerin duygusal zeka düzeyi ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? Bu ilişki duygusal zekanın alt boyutları açısından ele alındığında;

- a) Kendi Duygularını Anlama ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- b) Karşısındakilerin Duygularını Anlama ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- c) Kendi Duygularını Yönetme ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

### Önem

Literatür incelendiğinde hem duygusal zeka, hem de evlilik doyumu ile ilgili olarak Türkiye’de ve yurt dışında son yıllarda birçok araştırma yapıldığı görülmektedir. Bununla birlikte, ulaşılan çalışmalar arasında, gerek ülkemizde gerek yurt dışında duygusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisini inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu açıdan araştırma bu iki değişken arasındaki ilişkiyi inceleyerek literatür için önemli veriler sağlayabilecektir.

Bu çalışmada kullanılmış olan duygusal zeka ölçeğinde, duygusal zekanın alt boyutları “kendi duygularını anlama”, “karşısındakilerin duygularını anlama” ve “kendi duygularını yönetme” dir. Ancak evlilik doyumuna yönelik olarak yapılan çalışmalarda, bu boyutlarla ilgili herhangi bir ilişkiye bakılmadığı görülmektedir. Bu alt boyutlar ile evlilik doyumu arasında ki ilişkiye bu çalışmada bakılacak olması, bu çalışmanın bir diğer önemidir. Bu ilişki bizi aynı zamanda, her geçen gün daha sık karşılaştığımız “empati”

gibi önemli bir kavramla, evlilik doyumu arasındaki ilişkiye yönelik bulgulara da götürecektir. Çünkü “karşısındakinin duygularını anlama” alt boyutu bizi empati kavramına götürmektedir. Bu iki önemli kavram arasındaki ilişkiye bakılacak olması literatür için önemli görülmektedir.

İletişim becerileri çok önemlidir ve etkili iletişim kurmak daima olumlu sonuçlar yaratır. Duygusal zekanın kişilerarası ilişkilerde çok önemli bir yere sahip olduğu, evlilik ilişkisinin ise kişilerarası ilişkinin çok yoğun olarak yaşandığı bir kurum olduğu gerçeği göz önüne alındığında, bu iki kavram arasındaki ilişkiye bakılmasının uygun olacağı ve alana katkı sağlayacağı (örneğin aile danışmanlığında) düşünülmüştür. Ayrıca bu anlamda literatürde duygusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisi ile ilgili ilk çalışma olacağından ayrı bir öneme sahip olduğu düşünülmektedir.

Özellikle boşanma oranlarının arttığı günümüzde, araştırmada ele alınan değişkenlerle birlikte (cinsiyet, eğitim durumu, evlilik süresi, yaşanılan şehir ) konunun incelenmesi gerekli görülmektedir. Verilerin analizi sonrası ortaya çıkacak bulgular doğrultusunda, duygusal zeka ile ilgili olarak yeni bir bakış açısı gelişebilir. Bu araştırmanın sonuçlarından, eşlere duygusal zeka becerilerinin öğretilerek evlilik doyumunun artırılabilirliği konusunda ipuçları elde edilebilirse, aile/evlilik danışmanlığı alanına katkı getirebilir.

Duygusal zekanın giderek önem kazandığı günümüzde, bu zeka türünün toplumun vazgeçilmez bir kurumu ile bütünleştirilmesi, farklı bakış açlarına, konu ile ilgili görüş sahibi olmaya olanak tanıyacak, bundan sonra yapılacak olan araştırmalar için fikir verecektir. Duygusal zekanın geliştirilmesinin önemi anlaşılacak, ayrıca duygusal zekanın çeşitli eğitimlerle geliştirilebilir olduğu dikkate alındığında, bu anlamda çeşitli eğitimlere, ilk ve ortaöğretim müfredatlarında bu çalışmalara yer verilmesi, bu ve benzeri araştırmaların sonuçlarının dikkate alınması ile mümkün olabilecektir.

## Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

- 1- Yapılan araştırmanın bulguları, kullanılmış olan “Duygusal Zeka Ölçeği”, “Evlilik Yaşam Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” nun ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.
- 2- Araştırma; Yozgat ve İstanbul illerinden seçilen 466 evli birey ile sınırlıdır.

## Tanımlar

**Duygusal zeka:** Duygusal zeka, duyguların akılcı kullanımudur. Kendini harekete geçirebilme, aksiliklere rağmen yoluna devam edebilme, dürtüleri kontrol ederek tatmini erteleyebilme, ruh halini düzenleyebilme, sıkıntıların düşünmeyi engellemesine izin vermeme, kendini başkasının yerine koyabilme ve umut beslemedir (Goleman, 2000).

**Evlilik doyumu:** “Bireyin kendi evlilik ilişkisindeki gereksinmelerini karşılama derecesine ilişkin algısı”dır (Tezer, 1996).

## BÖLÜM 2

### KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, araştırmanın değişkenleri olan duygusal zeka ve evlilik doyumu kavramları, kuramsal çerçevede açıklanmakta ve araştırma konusuyla ilişkili olarak literatürde bulunan çalışmalara yer verilmektedir.

#### Duygusal Zeka

##### 1.1. Duygusal Zekanın Doğuşu –IQ ve EQ-

Psikologlar neredeyse yüz yıldır zekanın tanımını yapmaya çalışmaktadırlar. On-on beş yıl öncesine kadar zeka dendiğinde akla gelen sadece bellek, ilişki kurma ve problem çözme gibi bilişsel süreçler olduğundan dolayı, zeka ölçümü de bilişsel yetenek ve becerilerin değerlendirilmesine dayanmaktaydı. Yüksek bilişsel zekaya sahip, dolayısıyla, çabuk kavrayıp öğrenen, analiz etmede yetenekli pek çok kişinin hem iş, hem sosyal yaşamlarında başarısız olduklarının gözlenmesi, buna karşılık ortalama bir zeka ile üstün başarılar gösteren insanlara rastlanması, “zeka” kavramının sorgulanmasına yol açmıştır. Bununla beraber Wechsler ve Thorndike gibi araştırmacılar, zekanın bilişsel olmayan boyutuna, bu boyutun uyum sağlama ve başarı için önem taşıdığına dikkat çekmiştir. Ancak klasik bilişsel zeka görüşüne özellikle karşı çıkan Gardner olmuştur. Gardner, tek başına akademik zekanın olmadığını ve zekanın sekiz temel boyuttan oluştuğunu öne sürmüştür. Bu boyutları ise; sözel zeka, mantıksal- sayısal zeka, bedensel-kinestetik zeka, mekansal zeka, müzik zekası, doğa zekası, kişiler arası zeka, kişisel zeka olarak tanımlamıştır. Harvard ve New Hampshire Üniversitesi psikologlarından Salovey ve Mayer, ardından yine Harvard Üniversitesinden Goleman ise yüzyıllardır süregelen kültürel ve eğitimsel alışkanlıkları yerle bir eden yargılar ileri sürerek zeka kavramına çok daha farklı bir boyut kazandırmışlardır: “Duygular akıllı kararlar için vazgeçilmezdir”,

“duygular mantıklı olmak için gereklidir” gibi (Akt. Baltaş, 2006). Yapılan çalışmalar sonucunda, insan zekasının yalnızca IQ dediğimiz bilişsel zekadan ibaret olmadığı kabul edilmiştir. Duygusal zeka özellikle iş hayatında ve eğitim alanında hızla işlerlik kazanarak iş sonuçlarını etkileyen kişisel becerilerin etkin bir bölümünü oluşturmuş ve bu alandaki tekniklerin öğrenilmesi konusunda önemli girişimlerde bulunulmuştur. 20. yüzyılda önemli olan bilişsel zeka iken, 21. yüzyılda duygusal zeka en az bilişsel zeka kadar önemli olmuştur. Böylece bilişsel zekanın sadece sebep- sonuç ilişkisi ve sayısal verilerle yaşamı sınırlayışının dışına çıkmış, birey ve grup dinamiklerini kavrayarak sonucu etkileme, performansı yükseltme ve yaşam kalitesini olumlu yönde geliştirme çabaları anlam kazanmıştır (Baltaş, 2006).

Yirminci yüzyılın son dönemlerine kadar tanıma, anlama ve uyum yeteneğinin bilişsel zeka olarak bilinen zihinsel yeterlilikle mümkün olduğu düşünülmekteydi. Edebiyat, sanat, kişilerarası ilişkiler ve benzeri alanlarda daha farklı zihinsel fonksiyonların rol oynadığının fark edilmesi duygusal zekanın ön plana çıkmasına neden olmuştur ( Baltaş, 2006).

Duygusal zekanın önemi, günümüzde daha iyi anlaşılmıştır. Konu ile ilgili yapılan çalışmaların son yıllarda özellikle artmış olması bunun göstergesi olarak kabul edilebilir.

## **1.2. Zeka-Duygusal Zeka İlişkisi**

Zeka; zeka testlerinin ölçtüğünü varsaydığımız zihinsel bir güç ve genel bir yetenektir. Bireyin zekası, zeka testi denilen zeka ile ilişkili olduğu varsayılan nitelikler evreninden titizlikle seçilmiş uyarıcılara karşı gösterdiği gözlenebilir tepkilere göre yordanabilmektedir. Bazı psikologlar zekayı, bireyin yeni durumlara, yeni problemlere uyabilme yeteneği olarak tanımlarken; bazı psikologlar ise zekayı, öğrenebilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Özgüven, 2000b). Binet (1905) zekayı, “iyi muhakeme edebilme, iyi hüküm verebilme, eleştirel bir görüşe sahip olma” şeklinde; Wechsler ise “bir bütün olarak gayeli hareket etme, mantıklı düşünme ve çevresine tesir edebilme konularında bireyin genel kapasitesi” şeklinde tanımlamıştır (Akt. Özgüven,



2000b). Duygusal zeka ise, kendimizle ve başkalarıyla başa çıkabilmeyi kolaylaştıran duyguları tanıma, anlama ve etkin biçimde kullanabilme yeteneğidir. Yani, başkalarının ne istediklerini, ihtiyaçlarını, güçlü ve zayıf yanlarını, duyguları değerlendirerek anlayabilmek, stresle başa çıkabilmek ve insanların çevrelerinde görmek istedikleri gibi biri olmak için gerekli bir yetkinliktir, şeklinde tanımlanmıştır (Baltaş, 2006).

Goleman (2000)'a göre ise duygusal zeka; kendini harekete geçirebilme, aksiliklere rağmen yoluna devam edebilme, dürtüleri kontrol ederek tatmini erteleyebilme, ruh halini düzenleyebilme, sıkıntıların düşünmeyi engellemesine izin vermeme, kendini başkasının yerine koyabilme ve umut besleme olarak kabul edilmektedir.

Mayer (1999), duygusal zekayı şöyle tanımlamıştır: Kendi duygularımızın ve diğerlerinin duygularının farkına varmaya ve onları anlamamıza yardımcı olan bir grup zihinsel yetenektir. Sonuçta duygusal zeka kendi duygularımızı düzenleme konusunda yol gösterir (Akt. Epstein, 1999).

Aşan ve Özyer (2003) ise, duygusal zekayı şu şekilde tanımlamaktadır:

“Duygusal zeka, duyguların farkında olmayı, duygu ve duygu ilişkili bilgiyi muhakeme edebilmeyi ve genel problem çözmenin bir parçası olarak duygusal bilginin işlenmesini içermektedir.”

Duygusal zeka (EQ), analitik zekadan (teknik, akademik ve entelektüel zeka) yani IQ i ile ölçülen salt bilişsel yeteneklerden ayrı olan, ancak onu tamamlayan yeteneklerin bir bileşimidir. Duygusal zeka (EQ), sadece duygu denetimi veya IQ ya bir alternatif değildir, bu yönüyle IQ' nun rakibi değil, onun tamamlayıcısı ve sinerjik bir şekilde güçlendiricisidir. En basit tanımıyla duygusal zeka (EQ), duyguların akılcı kullanımınıdır (Goleman, 2000).

Duygusal zekanın kapsamı, duyguların ifadesi, kendinde ve diğerlerinde duyguların düzenlenmesi ve problem çözümlerinde duygusal içeriklerden yararlanmayı içermektedir (Mayer ve Salovey, 1993).

Bir bakıma akılcı ve duygusal olmak üzere, iki beynimiz, iki zihnimiz ve iki farklı türden zekamız var demektir. Başka bir ifadeyle, hayatı nasıl yaşadığımız her ikisi tarafından belirlenir. Sadece IQ değil, duygusal zeka da önemlidir. Aslında akıl, duygusal zeka olmadan tam verimli çalışamaz (Goleman, 2000).

Biri duygusal, biri akılcı olan bu iki zihin, çoğunlukla bir uyum içinde ve farklı bilinç biçimlerini birbiriyle kaynaştırarak bize yardımcı olurlar. Genelde duygusal ve akılcı zihinler bir denge halindedir. Duygu, akılcı zihnin işleyişine katkıda bulunur, akılcı zihin ise duygusal verileri şekillendirir ve bazen reddeder. Her ikisi de, beyindeki farklı ama birbiriyle bağlantılı devrelerin işleyişini yansıtır (Goleman, 2000).

Düşünce ve duygularını birleştirme konusunda iyi olan insanlar kendi düşüncelerinin duygusal anlamlarını duyumsama konusunda daha iyi oldukları kadar, diğer insanların söylediklerinden onların hissettiklerini anlamada da daha iyi olabilirler (Mayer ve Geher, 1996).

Gözden kaçırmamız gereken nokta bilişsel zeka ve duygusal zekanın birbirinin alternatifi değil, tamamlayıcısı olduğudur. Yani temel olan duygusal zeka ile bilişsel zekanın işbirliğidir (Baltaş, 2006).

### **1.3. Duygusal Zekanın Göstergeleri**

Duygusal zeka, özellikle bireylerin kişilerarası ilişkilerinde kendini göstermektedir. Duygusal zeka düzeyi yüksek olan bireyler, duygusal zeka düzeyi düşük olan bireylere göre daha farklı özelliklere sahiptirler. Duygusal zekanın (olgunluğun) göstergelerinden bazıları Erginsoy (2002) 'un yüksek lisans çalışmasında şu şekilde sıralanmıştır: Kendi beden dilini kontrol edebilmek, başkalarının beden diline karşı duyarlı olmak, empati göstermek, uzlaşmaya dayalı sinerjik ilişki kurmak, insanlarla olumlu ilişkiler içinde olmak, başkalarını hesaba katmak, yüksek duygusal enerji, çalışmaya kendini

adamış olmak, değişime istek duymak, kendini yönlendirebilmek, olumsuz duygularla başedebilmek, stresle başa çıkmak ve kararlılıktır.

Salovey, Mayer, Goldman, Turvey ve Palfai (1993), duygularını daha belirgin yaşayan, onların etkisini düzenleme hakkındaki yetenekleri konusunda kendilerinden emin olan bireylerin daha sonra yaşanacak başarısız ve rahatsız edici deneyimlerin yarattığı ruh halini daha çabuk ve etkili tamir edebilir gibi göründüklerini belirtmişlerdir (Akt. Mayer ve Salovey, 1993).

İnsanlar farklı düzeyde duygusal zekaya sahip olacaklardır. Duygusal zeka düzeyi yüksek olan insanlar kendi duygularının ve diğer insanların duygularının daha çok farkında olabilirler. Onlar içe dönük yaşantılarının olumlu ve olumsuz açılarına daha açık, duygularını tanımlama ve onları ayırt etme ve açıklama konusunda daha başarılı olabilirler (Mayer ve Salovey, 1993).

Duygusal yetenek sahibi – kendi duygularını tanıyan ve idare edebilen, başkalarının duygularını okuyup onlarla etkili bir şekilde başa çıkabilen kişiler, hayatın her alanında –gerek yakın ilişkilerde, gerekse kuruluş içi politik ilişkilerde başarıyı belirleyen sözsüz kuralları kavrama becerisinde avantajlıdır. İyi gelişmiş duygusal becerilere sahip kişiler, yaşamlarını daha doyumlu ve etkili şekilde sürdürerek, kendi verimliliklerini besleyecek zihinsel alışkanlıkları kazanabilir; duygusal hayatını bir şekilde kontrol altına alamayan kişiler ise, kendi içlerinde, işe odaklanıp açıkça düşünmelerini sağlayacak yetenekleri körelten savaşlar verir (Goleman, 2000).

#### **1.4. Duygusal Zekanın Ölçülmesi**

Duygusal zekanın bilişsel zekanın bir tamamlayıcısı olması, duygusal zekanın kişiler arası ilişkilerde önemli bir yere sahip olması, duygusal zekayı ölçme isteğini doğurmuştur. Bu zeka türünün somut olarak ifade edilip çeşitli değişkenlerle ilişkisine bakılması amaçlanmış, bununla beraber farklı ölçme araçları geliştirilmiştir.

Duygusal zekayı ölçmede kullanılan başlıca ölçeklere kısaca değinilecek olursa;

Duygusal katsayı terimini ilk kez kullanan Bar-On (2000) duygusal ve sosyal olarak yeterli kişisel davranışı ölçmek için, EQ-i diye adlandırılan bir kendi kendini raporlama ölçeği geliştirmiştir. EQ-i, ölçümü diğer yapılandırılmış kişilik ölçümleri ile yüksek korelasyon göstermesine rağmen, günlük yaşamın gerekleriyle başa çıkma anlamında, kişinin duygusal ve sosyal özelliklerine değer biçmek için geçerli ve güvenilir bir tahmin yaptığı görülmektedir (Emmerling ve Goleman, 2003). 133 maddelik, 1'den 5'e doğru artan derecelendirme ölçeğine göre yanıtlanan bir kağıt-kalem testidir. On beş duygusal zeka boyutunun gruplandırıldığı beş ana boyutu bulunmaktadır: Kişilerarası, kişisel, stres yönetimi/ denetimi, uyumluluk ve genel mizaç (Mumcuoğlu, 2002). Bu ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları da yapılmış ve ülkemizde de bazı araştırmalarda (Acar, 2001) kullanılmıştır.

MSCEIT, Salovey ve Mayer'in beceri modelinin dört aşamasını ölçmek için geliştirilmiş olan Mayer- Salovey-Caruso Duygusal Zeka Testi'dir. MSCEIT, insanları elde ettikleri duygusal becerilerine sübjektif olarak değer biçen cetvelin tam tersine, insanların ödevlerini ne ölçüde iyi yaptığını ölçen beceri tabanlı bir ölçme aracıdır. Örneğin eğer birinin başkalarındaki duyguları anlama becerisi ölçmek istenirse, kişiye yüzler gibi görsel imaj çeşitliliği gösterilir ve tepkisine göre, imajdaki duyguları tanımlayıp tanımlayamadığına göre değer biçilir (Attar, 2007).

Duygusal Yeterlilik Envanteri, Goleman (1999) tarafından geliştirilmiştir, kendini değerlendirme ve diğerlerine göre değerlendirme türü bir ölçektir. Duygusal zekanın bir dizi davranışsal belirleyicileri üzerine farklı kişilerden de bilgi alınabilecek bir ölçektir (Akt. Köksal, 2007).

MEIS, Çoğul Faktör Duygusal Zeka Ölçeği, Mayer ve Salovey tarafından geliştirilmiş, 4 bölüme ayrılmıştır. Bu bölümler, duyguyu algılama, duyguyu

özümseme, duyguları anlama ve duyguları yönetmedir (Mayer ve Geher, 1996).

EQ-NED ise, ülkemizde duygusal zeka ile ilgili yapılan çalışmaların birçoğunda kullanılmaktadır (Ersanlı, 2003; Erginsoy, 2002). Ergin, Özabacı ve İşmen (2000) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek hakkındaki detaylı bilgiler, “Veri Toplama Araçları” kısmında verilmiştir.

### Duygusal Zeka Ölçümünde Kullanılan Ölçme Araçları

Ölçek	Geliştiren Kuramcı	Ölçüm Türü	Kısa Tanıtım
Mayer - Salovey-Caruso Duygusal Zeka Testi Mayer-Caruso Emotionl İntelligence Test MSCEIT	Mayer ve Salovey	Performans Temelli	Duygusal zekanın her bir branşındaki yeterlik düzeyini ölçmek üzere spesifik durumlar kullanılmıştır.
Duygusal Zeka Ölçeği Emotional Quotient Inventory (EQ-i)	Bar-On	Kendini Değerlendirme	133 kendini rapor etme maddesiyle toplam EQ ve Bar-On modelindeki 5 bileşen ölçülmektedir.
Duygusal Yeterlilik Envanteri Emotional Competency Inventory (ECI)	Goleman	Kendini Değerlendirme ve Diğerlerince Değerlendirme	Duygusal zekanın bir dizi davranışsal belirleyicileri üzerine farklı kişilerden de bilgi alınabilecek bir ölçektir

(Köksal, 2007)

### 1.5. Duygusal Zekanın Alt Boyutları ve Duygusal Zeka Modelleri

Duygusal zeka modellerine bakıldığı zaman, duygusal zekanın alt boyutlarının araştırmacılara göre farklı ele alındığı görülmektedir. Ancak burada, bir modelde ana boyut olarak kabul edilen bir özelliğin, diğerinde alt

boyut olarak ele alındığı dikkat çekmekte, sınıflamalarda çok büyük farklılıklar olmadığı görülmektedir.

Geleneksel zeka üzerinde devam eden tartışma ve araştırmalar, yaklaşık yüz yıldır devam etmektedir. Duygusal zeka modeli ile ilgili birkaç kuram son zamanlarda ortaya çıkarken, araştırma ve uygulama bakımından en çok ilgiyi çeken kuramlar Mayer ve Salovey'in (1997), Bar-On'un (1988; 2000) ve Goleman'ın (1998; 2002) kuramlarıdır. Duygusal zeka modeli içerisindeki bütün kuramlar bireylerin nasıl algıladıklarını, anladıklarını, yararlandıklarını ve kişisel etkinliği artırmak amacıyla duygularını nasıl kontrol ettiklerini anlamaya çalışmaktadırlar (Emmerling ve Goleman; 2003).

Duygusal zeka modellerine baktığımızda;

**Mayer ve Salovey'in Modeli** (Akt. Silkü, 2007): Mayer ve Salovey'in yaklaşımı, kişinin kendisini ve başkalarını duygusal olarak algılaması ve anlamasında doğruluk ile kişinin amacını gerçekleştirebilmesi için, bu duyguları düzenleme, kontrol etme ve kullanmakta üretkenlik gerektiği olduğu şeklindedir. Salovey ve Mayer, duygusal zekanın dört temel becerisi üzerinde durmaktadır. Bunlar: duyguları tanıma, duyguları anlama, duyguları düzenleme ve duyguları kullanmadır (Davis, 2004).

*-Duyguları Doğru Tanımak:* Öncelikle kişinin kendi duygusal durumunu tanıması, sonra da başkalarının duygusal durumunu tanıması gerekmektedir. Duyguları yüzlerde ve resimlerde tanıma becerisidir. Bu becerinin kişiye sağladığı faydalar; kişiye nasıl davranacakları, nereye yönelecekleri ve enerjilerini nasıl kullanacakları konusunda ipuçları verir; kişilerin sıkıntılı durumlarla daha kolay baş edebilmelerini, daha iyi düşünebilmelerini ve öğrenmelerini sağlar.

*-Duyguları Anlamak:* Duyguların nedenlerini, kaynağını öğrenmek; duyguların kişiler üzerinde yaratacağı etkileri, sonuçları anlamak; olaylara başkalarının bakış açısından bakabilme, hissedebilme isteği ve becerisi kazanmak; duyguların nasıl çalıştığını anlamak ve oluşan duygusal resmi bütün olarak görebilmektir.

*-Duyguları Düzenlemek ve Kontrol Etmek:* Kendi ve başkalarının duygularını düzenleyebilme becerisidir. Kendi duygularını düzenleyebilme becerisinin kişiye sağladığı faydalar vardır. Bunlar; hayal kırıklığı ve akıl çelinmesine karşı direnci artırır, başkalarından gelen ani ve yıkıcı tepkilerden korur ya da kişinin olumlu tepkiler düzenleyerek kendisini korumasını sağlar, sosyal hoşnutsuzluğun yarattığı olumsuz duygulardan kişiyi korur. Duyguların nasıl düzenleneceğini öğrenme yöntemleri; engelleme kullanmak, bilişsel yeniden değerlendirmeler yapmak, dikkatin başka yöne çevrilmesi, aktif planlama yapmak, başkalarından yardım isteyerek gereksinimleri gidermektir.

*-Duyguları Etkin Olarak Kullanmak:* Duygular, performansı geliştirmek, genel refahı artırmak, olumlu duygusal haller yaratmak ve korkuyu yenmek amacıyla kullanılmaktadır. Kişi hedefe ulaşmak için öfke, kızgınlık, başarısızlık, utanç gibi duygularını motivasyonunu harekete geçirmek için kullanır.

**Goleman'ın Modeli:** Bar-on, duygusal iyiliğin ve uyumun habercileri olan sosyal ve duygusal zekanın genel bir ölçümünü geliştirmeye çalışmış; Mayer ve Salovey zekanın yeni bir modelinin yararını ve geçerliliğini ortaya koymaya çalışmış; Goleman ise sosyal ve duygusal becerilere dayalı bir iş performansı kuramı geliştirmeye çalışmıştır (Emmerling ve Goleman; 2003).

Bu modelde duygusal zeka iki yetkinliğin bileşkesidir; kişisel yetkinlik ve sosyal yetkinlik (Akt. Silkü, 2007).

#### A.Kişisel Yeterlilikler (Yetkinlikler)

*1.Kendiyle İlgili Farkındalık (Özbilinç- Öz farkındalık) :* kendi iç dünyasını ve bu duyguların etkilerini tanımak, tercihlerini yapabilmek, sahip olduğu kaynakların ve gücün farkında olmak, olayları doğru değerlendirebilmektir.

*-Duygusal Bilinç:* Duygularının ve bunların ortaya çıkarttığı sonuçların farkına varmak ve dile getirmek

*-Doğru Özdeğerlendirme:* Güçlü yanlarını, zayıflıklarını bilmek ve bunları kabul etmek

*-Özgüven:* Yetkinliklerinin farkında olmak ve yetkinlikleriyle değerli olduğunu hissetmek

*2. Kendini Yönetmek (Duygu Yönetimi):* duygularını ve isteklerini kontrol etmek ve yönlendirmektir.

- Kendini Kontrol (Özdenetim): Yıkıcı dürtüler ve olumsuz duygularla başa çıkabilmek
- Güvenilirlik: Ahlaklı, dürüst, doğru ve tutarlı olmak
- Uyumluluk: Değişikliklere esnek olmak, başa çıkabilmek
- Yenilikçilik: Yeni bilgi, fikir ve paylaşımlara açık olmak
- Vicdanlılık: Kendi edimlerinin sorumluluğunu üstlenmek

*3. Motivasyon:* Amaçlarını elde etmek için duygularını harekete geçirebilmek, kullanmak, yönlendirebilmek ve içsel olarak güdülenmektir.

- Başarma Dürtüsü: Sürekli gelişmeye çabalamak
- Bağlılık: Grubun ya da işletmenin amaçlarını benimsemek
- Girişimcilik: Fırsatları fark etmek
- İyimserlik: Engellere karşın hedefler doğrultusunda devam etmede kararlı olmak

## B. Sosyal Yeterlilikler (Yetkinlikler)

*1. Empati:* Kendini karşısındakinin yerine koyabilme becerisidir.

- Başkalarını Anlamak: Başkalarının duygularını ve bakış açısını anlamak
- Başkalarını Geliştirmek: Başkalarının kişisel gelişim ihtiyaçlarını fark etmek, geliştirmek
- Hizmete Yönelik Olmak: İç ve dış müşterilerin ihtiyaçlarını önceden görmek ve karşılamak
- Politik Bilinç: Grubun duygusal akımlarını ve güç ilişkilerini okumak

*2. Sosyal Beceriler:* Konuşmayı sürdürebilme, karşısındakinin duygularına tepki verebilme, kısaca "sosyal" olma becerisidir.

- Etkilemek, İkna Etmek: Etkili ikna yöntemlerini kullanarak karşı tarafta istek uyandırmak
- İletişim Sürecine Girmek: Aktif dinleme yapmak, mesajın nasıl ifade edilmesi gerektiğini bilmek
- Çatışma Yönetimi: Anlaşmazlıklara uzlaşarak çözüm üretmek
- Liderlik Etmek: Kişilere ya da gruba ilham vermek, harekete geçirmek



- Değişim Yaratmak ve Yönetmek: Değişimi başlatmak ve sürdürmek
- İlişkiler Geliştirmek: İnsanlarla ilişkiler kurmak ve ilişkileri sürdürmek
- Ekip Çalışması ve İşbirliği: Ortak amaçlar doğrultusunda başkalarıyla çalışmak
- Ekip Yetileri: Ortak hedefleri gerçekleştirirken, grup sinerjisi yaratmak

**Bar-On'un Modeli** : Emmerling ve Goleman (2003) 'ın aktardığına göre, Bar-On (2000a) modelini, özellikler ve çevresel isteklerle etkili bir biçimde başa çıkma yeteneğini etkileyen sosyal ve duygusal bilgi ile, ilgili yetenekler bakımından, psikolojik iyilik ve uyum modeli olarak tanımlamaktadır. Bu model;

- 1- farkında olma yeteneğini anlamayı ve kendini ifade etmeyi
- 2- farkında olma yeteneğini anlamayı ve diğerleriyle bağdaştırmayı
- 3- güçlü duygularla başa çıkma ve güdülerini kontrol etme yeteneğini
- 4- değişikliğe uyum sağlama ve kişisel ya da sosyal problemleri çözme yeteneğini kapsamaktadır.

Bu modeldeki başlıca beş alan; kişisel beceriler, kişiler arası beceriler, uyum, stres yönetimi ve genel ruh halidir (Bar-on, 1997b). Modeli ölçmek için Bar-On tarafından oluşturulan EQ-i, geleneksel kişilik özelliklerinin ya da kavram kapasitesinin aksine, bireyin duygusal ve sosyal zekasını değerlendiren, duygusal ve sosyal yönden uygun davranışları ölçen bir ölçektir (Bar-On, 2000) (Akt. Emmerling ve Goleman; 2003).

Bu beş ana boyutun alt boyutları; kişisel beceriler (duygusal benlik bilinci, kendine güven, kendine saygı, kendini gerçekleştirmek, bağımsızlık), kişiler arası beceriler (empati, bireyler arası ilişkiler, sosyal sorumluluklar), uyumluluk boyutu (problem çözme, gerçeklik ölçüsü, esneklik), stresle başa çıkma boyutu (stres toleransı, dürtü kontrolü) ve genel ruh durumu (mutluluk ve iyimserlik) olarak sıralanmıştır (Akt. Özdemir, 2003).

Baltaş (2006) ise; “Duygusal Zeka” isimli kitabında, duygusal zekayı beş boyut ve bu boyutların etkin olduğu sonuçlar açısından ele almaktadır. Kişinin kendisi, çevresiyle uyumu, dengesi ve enerjisiyle ilgili olan boyutlar şunlardır:

- Kendini tanıma boyutu (kendini tanımak-kendini yönetmek)
- Kişiler arası beceriler boyutu (çevreyi hissetmek- ilişkileri yönetmek)
- Uyum sağlama boyutu (değişimi yakalamak-kendini yenilemek)
- İç denge boyutu (iç dengeyi kurmak-sağlıklı olmak)
- Olumlu yaklaşım boyutu (olumlu enerji yaymak-aranan olmak)

Bu beş temel değişken, insanın “tam iyilik” halini bedensel, psikolojik ve sosyal olarak yaşamasına imkan verir. Duygusal zeka yaşam biçiminin niteliğini oluşturur.

Kendini tanıma boyutu; bireyin kimliğini belirleyen özellikleri tanımasını içerir. Duygusal zekanın kendini tanıma bölümünde söz edilen dört özellik;

- Duygusal farkındalık; kişinin kendini gözlemlemesi, duygularının farkında olması, bu duygu ve düşünceleri tutarlı bir biçimde ifade edebilmesidir.
- Kendine saygı; kişinin kendi gözündeki itibarıdır, kişinin kendinden hoşnut olması ve en az diğer insanlar kadar iyi şeylere layık olduğuna inanmasıdır.
- Kendini gerçekleştirme; kişinin kendi potansiyelini gerçekleştirebilmesi, yapmayı istediği ve yapabildiği şeyleri gerçekleştirmesi anlamına gelir.
- Bağımsız kişilik yapısı; kişiye duygu, düşünce ve davranışlarını kendi başına yönetip denetleyebilmesi şansını verir.

Kişiler arası beceriler boyutu; “diğerlerini tanı ve ilişkilerini yönet” olarak açıklanabilen kişiler arası ilişkilerde, üç etki alanı vardır;

- Empati; kişinin başkalarının duygularının farkında olabilmesi, bunları anlayabilmesi ve bunlara değer verebilmesidir.
- Sosyal sorumluluk; kişinin ait olduğu toplumda işbirliği yapabilen, gruba katkı sağlayan, yapıcı ve faydalı bir üye olmasını içerir.

- Kişiler arası ilişkilerde yetkinlik; iki tarafı da hoşnut bırakan, duygusal yakınlık, içtenlik, karşılıklı duygu alışverişi gibi özelliklere sahip ilişkiler kurma ve sürdürme yetisidir.

Uyum sağlama boyutu; yaşamla bütünleşmek, ihtiyaçları fark etmek, engelleri kaldırmaktır. Şu becerileri gerektirir;

- Gerçeği doğru değerlendirmek; hissedilenle nesnel olarak ortada olan arasındaki ilişkiyi değerlendirebilme yeteneğidir.
- Problem çözmek; problemleri doğru biçimde teşhis edip tanımayabilme ve aynı zamanda etkili çözümler üretip bu çözümleri uygulayabilme yetisidir.
- Esneklik; kişinin duygu, düşünce ve davranışını değişen durum ve koşullara uydurabilme yeteneğidir.

İç denge boyutu; bozulan dengenin yeniden kurulması için yeni duruma uyum sağlanması gerekir ve insan değişen şartlara "uyum" sağlayacak yetkinliklerle donatılmıştır. Bu yetkinlikler;

- Stresle başa çıkma; kişinin kendi stres kaynaklarını ve stres tepkilerini tanıma ve bunları sağlığına zarar vermeyecek şekilde yönlendirme becerilerine sahip olmasını içerir.
- Duygu ve dürtüleri denetleyebilme; kişinin dürtülerini denetleyebilmesi, cezbedici şeylere karşı koyması ve tatmini geciktirebilmesi, duygularını kontrol etmeyi başarabilmesi anlamına gelir.
- Ego serbestliği; dinamik psikolojide insan davranışını belirleyen üç etkenden biri olan egonun olgunluk düzeyiyle ilgilidir.

Olumlu yaklaşım boyutu; genel duygu durumunu doğrudan etkileyerek kişinin, gerek özel gerekse iş hayatında varolma ve varlığını sürdürme gücünü artırır.

İçerdiği beceriler;

- İyimserlik; iyi yönleri görebilme ve kötü olaylar, olumsuz duygular karşısında bile, olumlu bir tutum sergileme ve bu tutumu sürdürme yeteneğidir.
- Özyeterlilik; kişinin içinde bulunduğu koşullarla tatmin edici bir şekilde başa çıkabileceği konusundaki algısını tanımlar.

- Kendini aşmak; yapabileceği düşünülenin ötesinde, performans gösterebilmektir.
- Huzuru bulma yetisi; kişinin, hayatından memnun olma, kendinden ve başkalarından zevk alabilme, eğlenebilme ve olumlu duygularını ifade edebilme yetisidir (Baltaş, 2006).

Duygusal zekanın ele aldığımız beş boyutu ve doğurduğu sonuçlar insanın özel hayatını da, iş hayatını da doğrudan etkiler. Bir yandan kendimizi tanımamız, güçlü ve geliştirilebilecek yönlerimizin farkında olmamız, duygularımızı ve davranışlarımızı yönetmemiz, öte yandan da iş arkadaşlarımıza, astlarımıza, yöneticilerimize ve müşterilerimize empati ile yaklaşarak onların duygu ve düşüncelerini anlamamız gereklidir; çünkü iş yerindeki başarı, bu süreçlerin yardımıyla sağlanır. Araştırma sonuçları bilişsel zekanın tek başına iş yaşamı veya özel yaşamda başarıyı hiçbir şekilde belirlemediğini ortaya koymuştur (Baltaş, 2006).

\*Duygusal Zeka Modelleri  
ve Modellere Göre Duygusal Zekanın Alt Boyutları

<b>Mayer ve Salovey</b>	<b>Goleman</b>	<b>Bar-On</b>
-Duyguları doğru tanımak -Duyguları anlamak -Duyguları düzenlemek ve kontrol etmek -Duyguları etkin olarak kullanmak (Akt.Silkü, 2007)	<b><i>Kişisel yeterlilikler</i></b> <b>-Özbilinç</b> *Duygusal bilinç *Doğru özdeğerlendirme *Özgüven <b>-Duygu yönetimi</b> *Özdenetim *Güvenilirlik *Vicdanlılık *Uyumluluk *Yenilikçilik <b>-Motivasyon</b> *Başarma dürtüsü *Bağlılık *İyimserlik *Girişimcilik	<b>Kişisel beceriler</b> *Duygusal benlik bilinci *Kendine güven *Kendine saygı *Kendini gerçekleştirmek *Bağımsızlık <b>Kişiler arası beceriler</b> *Empati *Bireyler arası ilişkiler *Sosyal sorumluluklar <b>Uyumluluk boyutu</b> *Problem çözme *Gerçeklik ölçüsü *Esneklik <b>Stres yönetimi</b>

	<p><b>Sosyal yeterlilikler</b></p> <p><b>-Empati</b></p> <p>*Başkalarını Anlamak *Başkalarını Geliştirmek *Hizmete Yönelik Olmak *Politik Bilinç</p> <p><b>-Sosyal beceriler</b></p> <p>*Etkilemek, İkna Etmek *İletişim Sürecine Girmek *Çatışma Yönetimi *Liderlik Etmek *Değişim Yaratmak ve Yönetmek *İlişkiler Geliştirmek *Ekip Çalışması ve İşbirliği *Ekip Yetileri</p> <p>(Akt. Silkü, 2007)</p>	<p>*Stres toleransı *Dürtü kontrolü</p> <p><b>Genel ruh hali</b></p> <p>*Mutluluk *İyimserlik</p> <p>(Akt. Özdemir, 2003)</p>
--	---	---

## 1.6. İş Yaşamında, Eğitimde ve Sosyal İlişkilerde EQ

Duygusal zeka, yaşamın bütün alanlarında -okul, iş, ilişkiler- başarıyı sağlamaktadır (Epstein, 1999). Davranışlarımızı yönlendiren, kurduğumuz ilişkileri ve niteliklerini belirleyen bilişsel zeka değil, ağırlıklı olarak duygusal zekadır. Aralarındaki en önemli fark, bilişsel zeka zor gelişirken, duygusal zekanın geliştirilebilir olmasıdır (Baltaş, 2006).

İş hayatında üstün performans göstermeyi sağlayan yetkinlikler, bilişsel yeteneklerin ötesinde duygusal yetkinliklerdir. Yüksek performans gösterenlere bakıldığında, bunların duygusal zekası yüksek ya da teknik bilgisi çok olanlar değil, iş arkadaşlarıyla sağlıklı iletişim kurabilen, ekip çalışmasına yatkın, duygusal açıdan olgun kişiler olduğu görülmektedir. Duygusal zekası yüksek kişilerin sahip olduğu özelliklere bakıldığında;

- Kendi beden dilini kontrol edebilmek, başkaların beden diline duyarlı olmak,

- Empati göstermek,
- Uzlaşmaya dayalı sinerjik ilişki kurmak,
- İnsanlarla olumlu ilişkiler içinde olmak,
- Başkalarını hesaba katmak,
- Yüksek duygusal enerji,
- İyimserlik,
- Çalışmaya adanmış olmak,
- Değişime istek duymak,
- Olumsuz duygularla başa çıkarak,
- Stresle başa çıkarak,
- Kararlılık, şeklinde sıralanabilir (Baltaş, 2006).

Duygusal zeka bireyin çevresi ile kurduğu ilişki sonucu, yaşantılar ve bu yaşantılarından aldığı geribildirimler sonucu gelişmektedir. Duygusal zekanın gelişimi, herhangi bir yaşla sınırlı olmayıp, hızı değişik düzeylerde de olsa ömür boyu devam eden bir süreçtir (Ersanlı, 2003). Eşit zekaya sahip iki kişiden biri hayatta başarılı olurken, diğerinin başarısızlığının sebebini anlamak için, kişinin bu alanlarda ne kadar yetenekli olduğunu bilmek çok önemlidir (Goleman, 2000).

Duygusal zeka ile ilgili kuramların popüleritesine katkıda bulunan bir başka faktör, IQ'nun tersine duygusal zekanın geliştirilebileceği varsayımıdır. Fizyoterapi ve yöneticilik eğitimi alanlarının bulgularının büyük çoğunluğu istikrarlı bir çaba ve sistematik bir program ile insanların sosyal ve duygusal becerilerini geliştirebileceklerini kanıtlamışlardır. Ayrıca, etkin sinir-bilim alanındaki yeni bulgular, beynin duygu devrelerinin yetişkinlikte dahi oldukça esneklik sergilediğini göstermeye başlamıştır. 'Dikkatlilik Eğitimi' üzerine yapılan son araştırma, eğitimin beynin olumlu ve olumsuz duyguları düzenleyen merkezlerini değiştirebileceğini göstermiştir. Dikkatlilik eğitimi insanlara, şu ana yoğunlaşmayı ve böylece olumsuz ve dikkat dağıtan düşüncelerden uzak durmayı sağlamaya yoğunlaşmaktadır. Ayrıca duygusal bir tepkiyi vermeden önce durmayı öğretmeyi amaçlamaktadır (Emmerling ve Goleman; 2003).

Çalışmalar şunu gösteriyor ki, duygusal zeka çalışma hayatının kalitesi ile bağlantılıdır. Duygusal zeka, iyi ilişkiler kurma ve sürdürme, liderlik kapasitesi ve sezgilerle daha fazla temas halinde olma, empati ve yenilikler edinmede, güvensizliği iyileştirmede yardımcıdır (Palmer, Donaldson ve Stough; 2001). Duygusal zeka, salt mantığa, verilere ve somut düşünce süreçlerine dayanan yönetim ve eğitim alanını da ciddi olarak sarsacak gibi görünmektedir (Titrek, 2005).

### **1.7. Duygusal Zeka İle İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar**

Duygusal zeka ile ilgili olarak Türkiye’de yapılan araştırmalara bakıldığında, ülkemizdeki çalışmaların 2000’li yıllardan sonra yoğunlaştığı görülmektedir. Özellikle 2003 yılından sonraki çalışmalarda duygusal zeka ile ilişkisine bakılan değişkenlerin çeşitlendiği, daha farklı ilişkilerin araştırıldığı dikkat çekmektedir. Bu durum, konuya olan ilginin arttığı anlamına da gelmektedir. Bu araştırmalara bakıldığında daha çok üniversite öğrencileri üzerinde çalışıldığı görülmekte, bununla birlikte yönetim ve iş alanında da bazı çalışmalara rastlanmaktadır. İş ve yönetim alanında ki araştırmalarda genellikle duygusal zekayı kullanabilme becerisi, duygusal zeka yeteneklerinin liderlik davranışları ile ilişkisi incelenmiştir. Bu araştırmalardan öncelikle liderlik-yöneticilik ile ilgili olanlara yer verilecek olursa;

Acar (2001) tarafından yapılan çalışmada yöneticilerin duygusal zekaları ile liderlik davranışları arasında bir ilişki olup olmadığını araştırmak amaçlanmıştır. Duygusal zekanın boyutları kişisel yetenekler, kişiler arası yetenekler, uyumluluk, stresle başa çıkma ve genel ruh durumu olarak belirlenmiştir. Liderlik davranışları da insana ve göreve yönelik olmak şeklinde sınıflanmıştır. Araştırmaya 181 yönetici katılmış, toplam duygusal zeka olarak adlandırılan tüm boyutlar itibarıyla, yöneticilerin duygusal zekaları ile insana yönelik liderlik davranışları arasında olumlu bir ilişki bulunurken, göreve yönelik liderlik davranışı ile herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Kişisel yetenekler ve kişiler arası yetenekler, uyumluluk ve genel ruh durumu boyutları liderlikle pozitif yönde ilişkili iken, uyumluluk ve genel ruh durumu

boyutları yine göreve yönelik liderlik davranışı ile ilişkili bulunmuştur. Bunların yanı sıra stresle başa çıkma boyutu, her iki liderlik davranışı ile de ilişkili bulunmamıştır.

Balcı (2001), ilköğretim okulu yöneticilerinin duygusal zeka becerilerini kullanabilme düzeyleri konusunda yöneticilerin ve öğretmenlerin görüşlerini belirlemeye çalıştığı araştırmasını, Şanlıurfa il merkezinde bulunan 45 ilköğretim okul müdürü ve 1652 öğretmen ile yürütmüştür. Araştırmanın bulguları: yöneticiler duygularının “her zaman” farkında olduklarını; duygularının nedenlerini “her zaman” anlayabildiklerini; duygularını “her zaman” yönetebildiklerini belirtmişlerdir. Buna karşılık öğretmenler yöneticilerine yönelik olarak “her zaman” seçeneğini değil, “çoğunlukla” ve “bazen” seçeneklerini işaretlemişlerdir. Yine yöneticiler başkalarının duygularını “her zaman” anlayabildiklerini; başkalarının duygularını “her zaman” yönetebildiklerini ifade ederken, öğretmenler yöneticileri için “her zaman” seçeneği yerine, “bazen” seçeneğini işaretlemişlerdir. Yöneticilerin kendi duygusal zeka yeteneklerini algılamaları ile; öğretmenlerin yöneticilerin duygusal zeka yeteneklerini algılamaları arasında fark olduğu ortaya konmuştur.

Çakar (2002) tarafından yapılan çalışmada, duygusal zekanın dönüşümcü liderlik davranışı üzerindeki etkisini incelemek amaçlanmıştır. Araştırma verileri 106 yönetici ve 32 öğretim üyesinden elde edilmiştir. Sonuçlar, duygusal zeka boyutları ve onlarla ilişkili olan dönüşümcü liderlik davranışı boyutları arasında olumlu bir ilişki olduğunu ve özellikle duygusal zeka boyutlarından sosyal becerilerin dönüşümcü liderlik davranışı boyutları üzerinde büyük bir etkisi olduğunu göstermiştir. Bunun yanı sıra, kişinin duygusal zekasının ve dönüşümcü liderlik davranışının yaptığı işe göre farklılık gösterdiği ve duygusal zeka boyutlarının dönüşümcü liderlik davranışı boyutlarının üzerindeki etkisinin, kişinin çalıştığı işe göre değiştiği bulgularına ulaşılmıştır.

Saraoğlu (2003) tarafından yapılan çalışmada, işletme yönetiminde, insan kaynaklarının duygusal ve zihinsel becerilerinin yönetim başarısına etkisi



araştırılmış, Kütahya Hava Er Eğitim Tugay Komutanlığı'nda görev yapan 389 personelin tümü ile çalışılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular şu şekilde özetlenmiştir: Personelin problem çözme becerileri ve sürekli öfke düzeyleri, statü, medeni durum, görevden memnun olmaya göre anlamlı farklılık gösterirken, statü, görev yeri, yaş, Tugay'daki görev süresi, çocuk sayısı ve askerlik mesleğini isteyerek seçip seçmemeye göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Öfke kontrol ve dışa vurum düzeyleri, medeni durum ve görevden memnun olmaya göre anlamlı farklılık gösterirken, statü, görev yeri, yaş, Tugay'daki görev süresi, çocuk sayısı ve askerlik mesleğini isteyerek seçip seçmemeye göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Öfkenin içte tutulma düzeyi ise, Tugay'daki görev süresi, mesleği isteyerek seçip seçmeme ve görevinden memnun olmaya göre anlamlı farklılık göstermekte, statü, görev yeri, yaş, Tugay'daki görev süresi, medeni durum ve çocuk sayısına göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Personelin problem çözme becerileri ile öfke kontrol düzeyleri arasında pozitif, sürekli öfke, öfkenin dışa vurum ve bastırılma düzeyleri arasında negatif ilişki vardır.

İşbilir (2005) tarafından yapılan çalışmada, ilköğretim okulu yöneticilerinin duygusal yeterlilikleri ile kullandıkları yönetsel güç kaynakları arasındaki ilişkinin, öğretmen algılarına dayalı olarak incelenmesi amaçlanmış, ilköğretim okulunda görev yapan 496 öğretmen ile çalışılmıştır. Elde edilen verilere göre; denekler müdürlerinin duygusal yeterlilik düzeylerini "iyi düzeyde" algılamaktadır. Duygusal yeterlilik düzeyi iyi ve çok iyi olan okul müdürlerinin ağırlıklı olarak kullanmış oldukları gücün türleri uzmanlık gücü, karizmatik güç ve ödül gücü; duygusal yeterlilik düzeyi düşük ve çok düşük olarak belirlenen ilköğretim okulu müdürlerinin ağırlıklı olarak kullanmış olduğu yönetsel güç kaynakları ise, zorlayıcı güç ve yasal güç olarak bulunmuştur. İlköğretim okulu yöneticilerinin duygusal zeka becerilerini kullanma düzeyleri konusunda yönetici ve öğretmen görüşleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar vardır. İlköğretim okulu yöneticileri, öğrenim durumları ve kıdemleri ne olursa olsun, duygusal zekanın bütün alt boyutlarını "her zaman" kullandıklarını belirtmişlerdir.

Güllüce (2006), çalışmasında, mesleki tükenmişlik ve duygusal zeka arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Erzurum'daki KOBİ'lerde çalışan örneklem yöntemiyle seçilen 68 işletmedeki 122 yönetici ile çalışmıştır. Yöneticilerin demografik özelliklerine göre duygusal zeka ve tükenmişlik durumları arasında fark olup olmadığı incelenmiş; duygusal zeka ve tükenmişlik arasında ters yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Bu çalışmaların bulgularına genel olarak bakıldığında, duygusal zekanın liderlik davranışı ile olumlu yönde ilişkili olduğu söylenebilir. Bu da duygusal zekanın iş yaşamında gerçekten önemli bir yeri olduğunu göstermektedir.

Duygusal zeka eğitimlerini konu edinen araştırmalara baktığımızda ise;

Yılmaz (2002) , yapmış olduğu araştırmasında Duygusal Zeka Düşünme Becerileri Eğitiminin annelerin duygusal zeka düzeyleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmanın deney ve kontrol grubu toplam 20 anneden oluşmuş, deney ve kontrol gruplarına öntest ve sontest olarak "Duygusal Zeka Değerlendirme Ölçeği" uygulanmıştır. 12 haftalık eğitim sonrasında, Duygusal Zeka Düşünme Becerileri Eğitimi Programına katılan annelerin duygusal zeka düzeylerinde anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Bu bulguya göre, geliştirilen "Duygusal Zeka Düşünme Becerileri Eğitimi Programının" duygusal zekayı geliştirdiği sonucuna varılmıştır.

Özdemir (2003), yaratıcı drama dersinin duygusal zeka gelişimine etkisini araştırmış, Uludağ Üniversitesi'nin Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği bölümü üçüncü sınıf öğrencileri ile çalışmıştır. Elde edilen sonuçlar; deney grubunu oluşturan öğrencilerin öntestten aldıkları puan ile sontestten aldıkları puan arasında anlamlı bir fark olduğu, geçen süre zarfında öğrencilerin toplam duygusal zeka puanları ve özbilinç, empati ve sosyal beceriler alt puanlarında anlamlı bir artış olduğudur.

Özerbaş (2004) çalışmasında, yapıcı öğrenme yaklaşımının, durumlu öğrenme kuramına dayalı bilişsel çıraklık stratejisinin ilköğretim yedinci sınıf öğrencilerinin duygusal zeka yeterliliklerinin geliştirilmesine etkisini incelemeyi

amaçlamıştır. Toplam uygulama onaltı hafta sürmüştür, araştırmancın deneklerini yedinci sınıfta öğrenim gören 24 öğrenci oluşturmuştur. Durumlu öğrenmenin ve özellikle bilişsel çıraklık stratejisinin duygusal zeka yeterliliklerinin geliştirilmesinde uygun bir yaklaşım olduğu sonucuna varılmıştır. Cinsiyete göre öğrencilerin duygusal zeka yeterliliklerinin karşılaştırılmasında öğretmen ve öğrenci değerlendirmelerinde, 12-13 yaş grubunun duygusal zeka yeterliliklerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür. Aynı zamanda araştırmancın genel sonucu olarak, duygusal zeka ve durumlu öğrenmenin temel özellikleri açısından birbirini destekleyen bir yapı sunmakta olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Balcı (2004) tarafından yapılan araştırmada annelere verilen Duyguları Güçlendirme Eğitiminin annelerin duygusal zeka düzeylerine etkisi incelenmiştir. Çalışmanın örneklemini 60 aylık çocuğı olan 20 anne oluşturmuştur. Araştırmada, öntest-sontest kontrol grupla deneysel desen uygulanmış, 10 anne deney, 10 anne de kontrol grubunu oluşturmuştur. Elde edilen bulgular, Duyguları Güçlendirme Eğitiminin deney grubundaki annelerin duygusal zeka düzeylerini artırmada etkili bir yöntem olduğunu göstermiştir.

Duygusal zeka ile ilgili verilen eğitimlerin, bireylerin duygusal zeka düzeylerini olumlu olarak etkilediğinin araştırma sonuçları ile de gösterilmiş olması, duygusal zekanın geliştirilebilir olduğunu göstermektedir. Bu, aynı zamanda, duygusal zeka düzeyini geliştirmeye yönelik eğitimleri daha fazla ciddiye almamız anlamına da gelmektedir.

Duygusal zekayı etkileyen değişkenlerin araştırıldığı çalışmalara bakıldığında ise;

Ergin (2000) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinin sahip oldukları duygusal zeka düzeyi ile 16 kişilik özelliğı arasındaki ilişkiye bakılmış, 112 kız, 109 erkek ve 131 sözel, 90 sayısal toplam 221 öğrenci örnekleme dahil edilmiştir. Bu araştırmancın bulgularına göre; ilk olarak madde özellikleri arasındaki ilişki incelenmiş ve duygusal zekanın beş alt boyutu ile 16 kişilik özelliğı arasında %63 oranında bir ilişki ortaya konmuştur. Duygusal

zekanın “duyguların farkında olma” boyutu ile 16 kişilik özelliği arasında ilişki gözlenmemiştir. Cinsiyet değişkenine göre kız öğrencilerde “hassas, hayalci, yardım alan” kişilik özelliğinin erkek öğrencilere göre daha yoğun görüldüğü, erkek öğrencilerin ise “gerçekçi, kendine güvenen, rasyonel” kişilik özelliğine kız öğrencilerden daha fazla sahip oldukları ortaya konmuştur. Bölüm değişkenine bakıldığında sözel bölümde okuyan öğrencilerin “hassas, hayalci, yardım alan” kişilik özelliğine sayısal bölümde okuyan öğrencilere göre daha fazla sahip oldukları, “gerçekçi, kendine güvenen, rasyonel” kişilik özelliğine de sayısal öğrencilerin sözel öğrencilere göre daha fazla sahip oldukları bulunmuştur. Duygusal zeka ile cinsiyet değişkeni arasında ilişki incelendiğinde kız öğrencilerin sadece “empati” becerilerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu; “Duygularının farkında olma”, “Duygularını yönetme”, “Kendini motive etme” becerilerinde ise erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha iyi oldukları ortaya konmuştur. “Duygularını yönetme”, “Kendini motive etme” becerilerinde sayısal öğrencilerin sözel öğrencilerden; “İlişkilerini kontrol etme” becerisinde ise sözel öğrencilerin sayısal öğrencilere göre daha başarılı oldukları ortaya çıkmıştır.

Erginsoy (2002) tarafından yapılan çalışmada duygusal zeka ve kişiler arası ilişki tarzları arasındaki ilişki incelenmiş, ayrıca yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve anabilim dalı değişkenlerinin konuya etkisi ele alınmıştır. Araştırma, 2001-2002 eğitim-öğretim yılında Atatürk Üniversitesi'nin Sosyal Bilimler ve Fen Bilimleri alanlarında öğrenim gören 432 kişilik bir örneklem grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleriyle kişiler arası ilişkiler tarzları arasında ilişki olduğu, eğitim düzeyi (1. ve 4. sınıfta olmanın) duygusal zeka ve kişiler arası ilişkiler tarzını kısmen etkilediği, anabilim dalı ve cinsiyete göre deneklerin ortalamalarının farklılaştığı, yaş değişkeninin etkili olmadığı şeklinde bulgulara ulaşılmıştır.

Ersanlı (2003), çalışmasında, üniversite öğretim elemanlarının duygusal zeka düzeylerini öğrenim düzeyi ve temel alan değişkenleri açısından incelemeyi amaçlamıştır. Örneklemini 1052 üniversite öğretim elemanı oluşturmuştur. İstatistiksel analizler sonucunda üniversite öğretim

elemanlarının duygusal zeka düzeylerinin toplam puan ortalamalarının, üniversite öğretim elemanlarının öğrenim düzeylerine (lisans, lisansüstü, doktora) göre anlamlı bir fark göstermediği, üniversite öğretim elemanlarının temel alanlarına (sosyal, sağlık ve fen) göre ise, duygusal zeka düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Sosyal bilimler alanlarındaki öğretim elemanlarının diğer alanlarda çalışmalarını yürüten öğretim elemanlarından daha fazla duygusal zekaya sahip olduğu sonucuna varılmıştır.

Ergenlerde, duygusal zeka ile karar verme stratejileri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışma, lise 1, 2 ve 3. sınıfa devam eden, 204 kız, 180 erkek ergen üzerinde yürütülmüştür. Araştırma sonucunda duygusal zekanın kız öğrencilerde, erkek öğrencilere oranla daha yüksek olduğu, duygusal zeka ile mantıklı karar verme arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve bağımlı karar verme ile duygusal zeka arasında bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Köksal, 2003).

Serdengeçti (2003), 1.2.3. ligdeki profesyonel futbolcuların duygusal zeka düzeylerinin başarıya etkisini incelemeyi amaçlamış, 150 sporcu üzerinde çalışmalarını yürütmüştür. Araştırma bulgularına bakıldığında; en düşük duygusal zeka düzeyine sahip futbolcuların 28-31 yaş aralığındaki, en yüksek duygusal zeka düzeyine sahip futbolcuların ise 32 yaş ve üzeri yaş aralığında olan futbolcuların olduğu görülmüştür. Evli futbolcuların duygusal zeka puanlarının bekar futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Eğitim durumu ilköğretim olan futbolcuların duygusal zeka puanlarının en düşük olduğu, üniversite mezunu olan futbolcuların ise duygusal zeka puanlarının en yüksek olduğu; gelir düzeyi özelliklerine göre duygusal zeka puanlarının incelenmesi sonucunda ise en düşük puanın 200-500 milyon gelire sahip futbolcularda, en yüksek puanın ise 500-1 milyar gelire sahip futbolcularda olduğu görülmüştür. Takımların duygusal zeka puan ortalamaları ile başarı düzeyleri arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu görülmüştür.

Aşan ve Özyer (2003) tarafından yapılan çalışmada, duygusal zekaya etki etmesi beklenen dokuz değişken test edilmiş, bu değişkenlerden cinsiyet ve

sahip olunan kardeş sayısı ile duygusal zeka arasında olumlu bir ilişki bulunmuştur. Buna karşın, yaş, ebeveynlerin eğitim durumları, ortalama aylık gelirleri, öğrencilerin mezun oldukları lisenin statüsü, şu an kaçınıcı sınıfta oldukları ve büyük şehirlerde yetişmiş olmaları ile duygusal zekaları arasında bir ilişki saptanamamıştır.

Tezcan (2004) çalışmasında, duygusal zekanın çalışanların iş tatmini algılarına etkisini araştırmayı amaçlamış, Ankara'da özel bir bankada çalışan 56 kadın ve 43 erkek ile çalışmıştır. Sonuçlar, duygusal zekanın iş tatminini etkilediğini göstermekle beraber, çalışanların duygusal zekalarının iş tatminlerinden daha yüksek olduğu şeklindedir.

Deniz ve Yılmaz (2004) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin duygusal zeka yetenekleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiş, örnekleme toplam 523 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma sonucuna göre; üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ile duygusal zeka alt boyutları ve toplam duygusal zeka puanları arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur.

Koroğlu (2005), psikolojik danışmanların duygusal zeka düzeyleri konusunda, sınıf rehber öğretmenlerinin algılarını incelediği çalışmasında 424 sınıf rehber öğretmeni ve 41 psikolojik danışman ile çalışmıştır. Sınıf rehber öğretmenlerinin, psikolojik danışmanların duygusal zeka düzeyine ilişkin genel algıları ve duygusal zekanın alt boyutlarına (özbilinç, duyguları yönetme, empati, motivasyon, sosyal beceriler olarak alınmıştır) ilişkin algıları "orta" düzeyde bulunmuştur. Sınıf rehber öğretmenlerine ait branş, cinsiyet ve görev yaptıkları eğitim kademesi değişkenlerinin, psikolojik danışmanların duygusal zeka düzeylerine ve alt boyutlarına ilişkin algıları üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmüş, ancak değişik hizmet yılı ve yaşlardaki sınıf rehber öğretmenlerinin, psikolojik danışmanların duygusal zeka düzeylerine ve alt boyutlarına ilişkin algılamalarında farklılık bulunmuştur. Psikolojik danışmanların mezun oldukları alan, yaş, cinsiyet (motivasyon alt boyutu hariç) ve görev yaptığı eğitim kademesine göre duygusal zeka düzeylerine ve alt boyutlarına ilişkin, sınıf rehber öğretmenlerinin algıları arasında farklılık

görülmemiş, buna karşılık psikolojik danışmanların hizmet yıllarına göre duygusal zeka düzeylerine ve alt boyutlarının tümüne ilişkin, sınıf rehber öğretmenlerinin algıları arasında farklılık bulunmuştur.

Gürsoy (2005) tarafından yapılan araştırmada, Kara Kuvvetleri Komutanlığı bünyesinde görev yapan subayların duygusal zeka seviyelerinin ölçülmesi ve temel alt boyutlarının incelenmesi amaçlanmış, 213 kişi ile çalışılmıştır. Sonuçta, KKK bünyesinde görev yapan farklı yaş gruplarındaki subayların toplam duygusal zekaları ve temel boyutları arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Yüksel (2006) birçok firmada çalışan işgörenlerin, duygusal zeka seviyeleri ile performans düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamış, bunun için mülakat, gözlem ve anket çalışması ile elde edilen veriler değerlendirilmiştir. Çalışmanın sonucunda, ülkemizde performans değerlendirmede büyük sorunlar yaşandığı, yöneticilerin bu konuda yeterli bilgiye sahip olmadıkları ve bundan dolayı duygusal zeka ile performans arasındaki ilişkiyi test etmenin ülkemiz için henüz erken olduğu tespit edilmiştir.

Bender (2006), resim-iş eğitimi öğrencilerinin duygusal zekaları ve yaratıcı düşünce yetileri arasında ilişki olup olmadığını saptayabilmeyi amaçlamış, örneklemini 360 resim-iş eğitimi öğrencisi oluşturmuştur. Öğrencilerin toplam duygusal zekaları ile yaratıcı düşünceleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca, toplam duygusal zeka ya da alt boyutları ile, cinsiyet, öğrenim görülen üniversite, ailenin kaçınıcı çocuğu olduğu, en uzun süre yaşanan yerleşim birimi, anne öğrenim durumu ve aile tutumu arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Bu araştırmanın sonuçları, duygusal zeka arttıkça yaratıcılığın da artmakta olduğunu ve yaratıcılıktaki toplam varyansın (değişkenliğin) %7'sinin duygusal zekadan kaynaklandığını göstermiştir.

Göçet (2006), yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleri ile stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiş, 419 üniversite öğrencisi ile çalışmıştır. Araştırmanın sonucunda duygusal zeka ile

stresle başa çıkma tutumları arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmuş, duygusal zeka düzeyi yüksek olan bireylerin stresle daha iyi başa çıkabildikleri görülmüştür. Demografik değişkenlerden cinsiyet değişkeni ele alındığında, kız öğrencilerle erkek öğrencilerin duygusal zekalarında anlamlı fark bulunmuştur. Kız öğrencilerin her üç boyutta ve toplamda erkeklere göre daha yüksek puan aldıkları belirlenmiştir.

Maboçoğlu (2006), duygusal zekanın gelişimine katkıda bulunan etkenleri belirlemek amacıyla yaptığı çalışmada, doğuştan gelen zemin müsait ise çok kolay bir şekilde duygusal zekanın artırılabilirliği, özellikle aile ortamı ve anne babanın kişilik özelliklerinin de duygusal zekanın gelişiminde önemli olduğu sonucuna ulaşmıştır. Duygusal zekanın gelişimiyle ilgili şimdiye kadar yapılan araştırmalarda, değerlerin ve ruhsallığın, duygusal zekanın gelişimi açısından öneminin göz ardı edildiği vurgulanmıştır.

Öztürk (2006) tarafından yapılan çalışmada, okul öncesi öğretmenlerinin duygusal zeka yetenekleri, iş doyumları ve tükenmişlik düzeyleri bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmiş, 378 okul öncesi öğretmeniyle çalışılmıştır. Elde edilen bulgular şu şekilde özetlenmiştir: Okul öncesi öğretmenlerinin duygusal zeka alt boyutları ve toplam duygusal zeka puan ortalamalarının, eğitim düzeyi ve sosyal etkinliklere katılım değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı; duygusal zeka, iş doyum ve tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Bir başka araştırmada, ilköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin duygusal zeka düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki, Güler (2006) tarafından incelenmiştir. Araştırmada 200 öğretmen ile çalışılmış, sonuçlar, ilköğretim okulu öğretmenlerinin duygusal zeka puanlarının yüksek olduğu ve problem çözmeye yaratıcı oldukları, ayrıca bu iki kavram arasında aynı yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu şeklinde özetlenmiştir.

Bu araştırma bulgularına bakıldığında ise, duygusal zekanın birçok değişkenle pozitif bir ilişkisi olduğu görülmektedir. Duygusal zekanın başarı, iş doyum, olumlu kişilik özellikleri, stresle başa çıkabilme, cinsiyet, eğitim



düzeyi, çalışılan alan (sosyal bilimler gibi), karar verme stratejileri, yaratıcılık gibi birçok faktörle pozitif ilişki içerisinde olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar duygusal zekanın önemini bir kez daha vurgulamaktadır.

### **1.8. Duygusal Zeka İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar**

Duygusal zeka ile ilgili olarak yurt dışında yapılan araştırmalara bakıldığında, araştırmaların bazılarında betimsel, bazılarında ise deneysel yöntemler kullanıldığı ve özellikle ergen ve yetişkinler üzerinde çalışıldığı görülmektedir.

Edward ve arkadaşları (1989), yaptıkları çalışmada bireylerin duygusal olarak kendilerini nasıl ve hangi sıklıkla ifade ettiklerini araştırmışlardır. Midwestern Üniversitesinde duygular üzerinde çalışan 105 kadın 44 erkek üzerinde "Duygusal Kendini Açma Ölçeği" (A New Emotional Self-Disclosure Scale) uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre, kadınların daha kolay duygularını açtıkları sonucuna ulaşmışlardır (Akt. Ersanlı, 2003).

Mayer ve Geher (1996), yaptıkları çalışmada, duygular ve düşüncelerin ilişkilendirilmesindeki bireysel farklılıkları vurgulamayı amaçlamışlar, 321 kişi ile çalışmışlardır. Katılımcılar, karşılaşılabilecekleri 8 gerçek durumla ilgili tanımları okuyup, bu durumdaki duygularını tahmin etmeye çalışmışlardır. Bireyler, sözel olmayan duyguların, yüz ifadeleri ile tahminine ihtiyaç duymuşlardır. Bu çalışmada kişilerin duygularına nasıl karar verdiği ve duygularını tanımlama yetenekleri test edilmiştir. Ölçümlerde bireylerin duygusal zeka ve empati yetenekleri söz konusudur.

Mayer, Caruso ve Salovey (1999), yetişkinler (N:503) ve ergenler (N:229) üzerinde iki çalışma yapmışlar, ikisinde de 12 alt boyutu olan Çoklu Duygusal Zeka Ölçeği (MEIS)'ni kullanmışlardır. Duygusal zekanın bilimsel bir zeka türü olduğunu söyleyebilmek için çeşitli kriterleri karşılayıp karşılamadığını belirlemek amaçlanmıştır (zekanın bir takım yetenekler serisini ölçebilecek kapasitede olması, tanımlanabilmesi, yaş ve deneyimle geliştirilebilmesi). Birinci çalışmada, 503 yetişkin ile çalışılmış, sonuçlar, duygusal zekanın, zeka

kriterleri ile tutarlı bir model çizdiğini göstermiştir. Duygusal zekanın yeni bir zeka bölümü olduğu görülmüştür. Diğer çalışmada, zeka kapasitesinin çocukluktan yetişkinliğe kadar yaşla birlikte geliştiğini göstermesi amaçlanmıştır. Yaş ortalaması 13 olan 229 ergen ile çalışılmıştır. Yetişkinler ergenlere göre daha yüksek düzeyde duygusal zeka ile ilişkili yetenekler sergilemişlerdir. Özet olarak bu çalışmalar, duygusal zekanın sözü edilen kriterleri karşıladığını göstermektedir. Duygusal zeka bir takım yetenek testleriyle işleme koyulabilmiş, tanımlanabilmiş ve duygusal zekanın ergenlikten yetişkinliğe geçiş aşamasında ilerleme kaydettiği görülmüştür.

Morand (2001), yöneticilerin duygusal zekası ile ilgili bir çalışma yapmıştır. İşletme bölümünde yüksek lisans yapan, 24 erkek ve 17 kadın olmak üzere toplam 41 kişi ile çalışılmıştır. Burada duygusal zeka, diğerlerinin duygusal durumlarını fark etme olarak ele alınmıştır (yüz ifadelerinden anlama). Sonuçlar, duygusal zekanın laboratuvar ortamında, sözel olmayan düzeyde de, güvenilir bir şekilde ölçülebildiğini göstermiştir.

Herring (2001), öğrencilerde sosyal ve duygusal zeka arasındaki ilişkiyi incelediği yüksek lisans tezinde, 9-12 yaşlarındaki 59 öğrenciye bir sosyal yeterlilik ölçeği ve EQ-i duygusal zeka ölçeğini uygulamıştır. Sonuçta duygusal zeka ile sosyal yeterliliğin güçlü düzeyde (.73) ilişkili olduğu bulunmuştur (Akt. Köroğlu, 2005).

Mayer, Perkins, Causo ve Salovey (2001), Duygusal Zeka ve Yetenekler isimli çalışmalarında, duygusal zeka ve duygusal yetenek kavramları arasındaki ilişkiyi ve kişilerin duygusal zeka düzeylerinin bireylerin sosyal ilişkilerini gerçekten nasıl etkilediğini araştırmışlardır. Duygusal zeka ve ergenlerde sosyal davranışı açıklayabilmek için ergenlerde pilot bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Duygusal zeka Mayer, Salovey ve Causo (1997) tarafından geliştirilen “Çoklu Duygusal Zeka Ölçeği” ile ölçülmüştür. Elde edilen bulgulara göre duygusal zekası yüksek olan ergenlerin akran ilişkilerinde duygusal zekası düşük ergenlere göre duygularını daha iyi organize edebildikleri, sözel IQ’nun genel ve duygusal zekanın beraber çalıştıkları sonucuna ulaşmışlardır (Akt. Ersanlı, 2003).

Palmer, Donaldson ve Stough'a (2001)'un çalışmaları, yaşları 16'dan 64'e kadar sıralanmış 107 katılımcıyı kapsamaktadır. Ölçülen unsurlar, duygulara olan dikkat (örn. Nasıl hissettiğime çok dikkat ederim), hislerin anlaşılabilirliği (örn. Hislerim hakkında her zaman belirginimdir) ve duygu durumu tamiridir (örn. Her ne kadar bazen üzgün olsam da, iyimser bir bakış açısına sahibim). Sonuç olarak ölçülen kişilik değişkenleri ve duygusal zeka yeteneklerinin, hayat memnuniyeti ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Duygusal yetenekleri artırıcı ve iyileştirici programları ve adaptasyon eğitimlerini artırmanın önemli olduğu sonucuna varılmıştır (Palmer, Donaldson ve Stough; 2001).

Case Western Reserve Üniversitesinde, Yöneticilik Okulunda gerçekleştirilen uzun süreli çalışmalarda, öğrenciler yetenek geliştirme üzerine bir derse girmişler ve bu ders onların teorik olan bilgilere ek olarak duygusal zeka becerilerini değerlendirmelerini ve bu becerileri geliştirmek için bireysel bir öğrenme planı geliştirmelerini ve uygulamalarını öğretmiştir. Bu araştırmanın sonuçları, duygusal zeka becerilerinin geliştirilebileceğini ve aynı zamanda bu gelişmelerin zaman içerisinde istikrarlı olacağını göstermiştir. Programın değerlendirmesi ve sonuç çalışmaları ile ilgili araştırmalara ek olarak, sinir-bilimden elde edilen bulgular, duygusal zeka becerilerinin geliştirilebileceği kanıtını sağlamaktadır (Emmerling ve Goleman; 2003).

## **Evlilik Doyumu**

### **2.1. Evlilik ve Aile**

Evlilik, insan yaşamında birçok değişikliğe sebep olmakta, evlilikle birlikte evli birey rolü üstlenilmekte ve evlilikle oluşturulan aile birimi, toplumun temelini oluşturmaktadır.

Özgüven (1994) tarafından yapılan araştırmada, öğrencilere “evlilik denince ilk akla gelen şeyin ne olduğu “ sorulmuş, öğrencilerin toplam olarak % 52'si “sorumluluk”, % 28'i “yuva” ve %13'ü “arkadaşlık” olarak cevaplandırmışlardır (Akt. Özgüven, 2000a).

“Aile, yetişkin ve çocukların etkileşimde buldukları, dolayısıyla birbirlerini etkiledikleri bir birimdir” (Onur, 2000).

Evlilik ve aile ile ilgili olarak Özgüven (2000a) görüşlerini şu şekilde ifade etmektedir:

“ “Evlilik” kavramı, “aile” kavramına göre belirgin bir kavramdır. “Aile” bir grup veya örgüt, “evlilik” ise karşı cinsten iki kişinin birlikte yaşamak, yaşantıları paylaşmak, çocuk yapmak ve yetiştirmek gibi amaçlarla yaptıkları bir “sözleşme”dir. Evlilik, kurumlaşmış bir yol, bir ilişkiler sistemi, bir kadınla bir erkeği, “karı-koca” olarak birbirine bağlayan, doğacak çocuklara belli bir statü sağlayan toplumsal yönden “devletin” kontrol, hak ve yetkisi bulunan yasal bir ilişki biçimidir. “

“Evliliğin gereği ve nedenleri düşünüldüğünde, evlilik yaşamının, iki kişinin biyolojik, sosyal ve psikolojik gereksinim ve güdülerini doyumayı amaçladığı gözlenmektedir. Farklı cinsten kadın ve erkek beraberliğinin temelinde bu gereksinimlerin karşılanması ve doyurulması yatmaktadır.”

Evliliğin temel işlevleri arasında biyolojik bir gereksinim olarak “cinsel güdüyü doyumak”; sosyal gereksinim olarak “bireylerin destek, korunma ve yaşam gereksinimlerini doyumak”; psikolojik destek olarak “sevgi” gereksinimini doyumak söz konusudur (Özgüven, 2000a).

“Evliliğin ilk döneminin en önemli görevi, her iki kişiyi de mutlu edecek ortak bir yaşam biçimi bulmak ve doyurucu cinsel etkileşim örüntülerini keşfetmektir. Diğer önemli görevler ise ortak kararlar almayı, aile sorumluluklarını paylaşmayı, ortaya çıkan çatışmaları çözme yollarını öğrenmektir. İlk yıllarda beklentilerin karşılanmaması nedeniyle, çeşitli çatışmalar ve hayal kırıklıkları yaşanabilmektedir” (Sevim, 1999).

Bununla beraber, evli bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlığı açısından bu derece önemli olan evlilik yaşantısının kalitesini arttırmak, pek çok araştırmacıyı bir yandan uyumu kavramsal olarak tanımlamaya, diğer yandan da eşler arasındaki uyumla ilişkili etkenlerin belirlenmesine yönelik araştırmalar yapmaya yöneltmiştir (Koydemir, Selışık ve Tezer; 2005).

## 2.2. Evlilikte Doyum Yaşama

Evlilik insan hayatındaki en önemli yaşantılardan biri olmasına rağmen bu deneyimin niteliği, kişinin yaşam kalitesiyle neredeyse birebir ilişkilidir. Evlilik doyumu kolayca tanımlanabilecek bir değişken olmamakla beraber, evlilik doyumunu oluşturan değişkenlerle ilgili birçok çalışma yapılmıştır (Hünler ve Gençöz; 2003).

Evlilik doyumu; ihtiyaçların ve beklentilerin evlilikle buluşma derecesi (Bahr, Chappell ve Leigh; 1983); ya da “bireyin kendi evlilik ilişkisindeki gereksinimleri karşılama derecesine ilişkin algısı” olarak tanımlanabilir (Tezer, 1996). Mutlu bir evlilik, birçok konu üzerinde eşlerin anlaşmaya varabildikleri kaygı ve stres yaratmayan bir ilişkidir (Özgüven, 2000a).

Bir başka ifadeyle evlilik doyumu; evliliğe ilişkin memnuniyettir; evlilikte mutluluğun artması ve çatışmanın azaltılmasıyla birlikte gelmektedir ( Buunk ve Vanypere, 1991; Suitor; 1991) ve evlilik ilişkisindeki doyuma ulaştırıcı sıcak ve samimi alanlardan, gerilim yaratan soğuk alanlara uzanan bir yelpazeyi içermektedir (Akt. Ergin, 2000, s.16).

Evlilikte doyum yaşama, beklentilerini gerçekleştirme ve bireylerin mutlu olabilmesi açısından son derece önemlidir. Doyumun yaşanmadığı evliliklerin genellikle boşanma ile sonuçlandığı, bu durumun ise hem eşleri, hem de boşanan aile çocuklarını olumsuz olarak etkilediği birçok araştırmacı tarafından ifade edilmektedir (Sevim, 1999; Goleman, 2000 ve Güven, 2005). Yani, evlilik doyumu, üzerinde durulması, bu doyumu olumlu ya da olumsuz olarak etkileyen faktörlerin belirlenmesi gereken önemli bir konudur.

Bilim adamları mutlu ve doyuma ulaşmış evlilikleri etkileyen faktörleri yıllardır gözlemlemektedirler (Bremer, 1997). Eşler arası ilişkiler ve evlilik ilişkisini/doyumunu açıklayan çeşitli görüşler bulunmaktadır.

Evlilik bir iletişim ve etkileşim sistemidir. Bu sistemin canlılığı karı-koca arasında sözlü- sözsüz uygun mesajların alınıp verilmesiyle ölçülür. Eşlerin

birbirlerine ruhsal, toplumsal ve cinsel beklentilerini ve mesajlarını ortaya koymaları, dile getirebilmeleri için karşılıklı etkileşim içinde olmaları gerekir. Uyumlu bir evlilik her şeyden önce sağlıklı bir iletişimle gerçekleşir. Sağlıklı ve normal bir iletişimin bulunmayışı, karı-koca arasındaki sorunları algılayıp kavrayamamaktan ve iletişim bozukluğundan kaynaklanır. Taraflar ayrı ayrı birer dünya değil, “ortak bir dünya” kurmalı ve problemleri aralarında etkili bir iletişimle çözebilmelidirler (Özgüven, 2000a).

Nazlı (2000)’nin aktardığına göre, Stinnett ve Defain sağlıklı ailenin fonksiyonlarını şöyle sıralamaktadırlar:

1. Duyguları paylaşma	9. Geniş bir felsefi düşünce
2. Duyguları anlama	10. Taahhüt
3. Bireysel farklılıkları kabullenme	11. Takdir duygularını ifade etme
4. İlgı ve sevgi duygularının gelişimi	12. İletişim
5. İşbirliği	13. Birlikte zaman geçirme
6. Mizah duygusu	14. Maneviyat
7. Yaşamı sürdürmek ve güvenlik için gerekli olan ihtiyaçların karşılanması	15. Başa çıkma becerileri
8. Problem çözme	

### 2.3. Cinsiyete Göre Evlilik Doyumu

Evlilikte yaşanan doyumun cinsiyete göre farklılaştığı düşünülmektedir. Kadınların daha duygusal olmasının bu konuda etkili olduğu sanılmaktadır.

Genelde kadınlar erkeklere kıyasla duygusal çeşitliliği daha yoğun ve canlı bir şekilde yaşar. Bu anlamda, kadınlar erkeklerden gerçekten daha duygusaldır (Goleman, 2000). Cinsiyetler arasındaki bu duygusallık farkının, çiftlerin her yakın ilişkide ortaya çıkan şikayet konularına ve anlaşmazlıkları halletmesi bakımından ne anlama geldiği düşünüldüğünde; aslında bir evliliği

kurtaran ya da yıkan, çiftlerin ne kadar sık birlikte oldukları, çocuklarına nasıl bir terbiye vermeleri gerektiği, ne kadarlık borç ve tasarrufla kendilerini rahat hissedebilecekleri gibi belirli konular değil; daha çok, ilişkilerinin geleceği açısından daha önemli olan bu hassas noktaların çift tarafından nasıl tartışıldığıdır (Goleman, 2000).

Doyum, ebeveyn olmadan ve çocuk büyüdükten sonraki dönemlerde en yüksek, çocukların küçük olduğu dönemlerde ise en düşüktür. Kadınların doyumunu aile bireyleri arasındaki iş paylaşımına katkılarının bir sonucu olarak U biçimli bir eğridir. Kadınların katkılarının(onlara düşen payların) en fazla olduğu dönemlerde doyumları en düşük ve tersine katkıların en düşük olduğu dönemlerde ise en yüksektir. Bununla birlikte, erkekler farklı yaşam dönemlerinde kadınlara nazaran daha fazla doyum sağlamaktadır (Pillemer ve Suitor, 1991).

Schumm (1985), evlilik doyumunu üzerine yapılan çalışmalarda, evlilikten alınan doyumun kadınlar ve erkekler tarafından farklı algılandığını ortaya çıkarmıştır (Akt. Gökmen, 2001).

Genç çiftlerde kadınlar negatif duygular gösteren dalgalanmaları daha fazla yaşarlar. Onlar eşlerine göre daha sinirli, daha üzgün, daha çok sızlanan ve aynı zamanda daha neşe içerisinde olan taraftırlar. Erkekler ise daha az duygusallık gösteren, daha fazla savunma içerisinde olan, içine kapanık taraftır. Erkekler daha yüksek bir savunma düzeyine sahiptir. Mutsuz evliliklerde, olumsuz duygularda, cinsiyet farklılığı daha açık bir şekilde öne çıkar. Kadınların ve erkeklerin evlilik doyumunu birbirinden farklıdır. Cinsiyet, evlilik ilişkisinde eşlerin rollerinin nasıl olacağı konusunda, önemli bir belirleyicidir (Bremer, 1997).

Kadınlar genelde evliliğe duygusal yönetici rolü için hazırlanmış bir şekilde girer, erkekler ise bu görevin bir ilişkinin yaşatılması açısından önemini daha az kabul ederek başlar. İlişkileri ile ilgili hoşnutluk düzeylerini ölçmek için 264 çift üzerinde yapılmış bir çalışmaya göre, kadınlar için en önemli öge aralarındaki "iyi iletişim" hissidir. Çiftler üzerinde incelemeler yapmış olan,

Texas Üniversitesi'nden psikolog Ted Huston'ın gözlemlerine göre, "kadınlar için yakınlık, bir şeyler ve özellikle de ilişkinin kendisi hakkında konuşabilmek demektir. Kocalar ise genelde eşlerinin kendilerinden ne istediğini anlamazlar. Eşler ile yapılan paylaşım giderek azalır (Goleman, 2000).

Kadınlar sorunlu noktalara daha duyarlıdır. Evliliklerle ilgili bir araştırmada, erkeklerin ilişkilerindeki hemen her şeyi- cinsellik, mali durum, kadınlarla ilişkiler, birbirlerini ne kadar iyi dinledikleri, hatalarının önem derecesi gibi- eşlerine oranla daha az önemsedikleri ortaya çıkmıştır. Özellikle mutsuz çiftlerde, kadınlar genelde şikayetlerini kocalarından daha fazla dile getirebilmektedir (Goleman, 2000).

Kadınların bir erkeğin yüzündeki üzgün ifadeye karşı duyarlılığı, erkeklerin, bir kadının yüz ifadesindeki üzüntüye karşı duyarlılığından daha fazladır (Goleman, 2000).

#### **2.4. Evlilik Doyumunu Etkileyen Diğer Değişkenler**

Cinsiyetin, evlilik doyumunda önemli değişikliklere yol açtığı görülmektedir. Cinsiyet değişkeni dışında, evlilik süresi, evlenme şekli, eğitim durumu gibi değişkenlerin de evlilik doyumu üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir. Evlilik doyumunda etkili olan diğer bir değişken olarak, yaşanan problemlerin çözümlenmiş şekli sayılabilir. Her evlilikte problem yaşanabilir, ancak söz konusu problemin eşler arasında ne şekilde halledileceği önemlidir.

Evlilik doyumunu belirleyen faktörleri araştırırken öne çıkan faktörlerden birisi de evlilik problemlerinin çözümüdür. Bir evlilikte hiçbir çatışma yaşanmayacağı düşüncesi oldukça gerçek dışı olmakla beraber, doğru problem çözme stratejilerinin kullanılması ilişki için yapıcı ve olumlu sonuçlar doğurmaktadır (Hünler ve Gençöz; 2003).

Bir tartışmayı, bir patlama noktasına getirmeyi engelleyen onarım mekanizmaları, tartışmayı saptırmamak, empati göstermek ve gerilimi azaltmak gibi basit davranışlardır. Çok az duygusal yeterlilik –esas olarak,



sakinleşebilmek (ve eşini sakinleştirebilmek), empati ve iyi dinleme- çiftin anlaşmazlıklarını daha etkili bir şekilde giderebilmesini sağlar (Goleman, 2000).

## **2.5. Eşler Arası İlişkiler ve Evlilik Doyumuna Yönelik Kuramsal Yaklaşımlar**

Eşler arasındaki ilişkiler ve evlilik doyumu konularında bazı kuramsal yaklaşımlar söz konusudur.

Evlilik doyumu açısından eşler arası ilişkileri açıklamaya yönelik modelleri özetlersek (Akt. Gökmen, 2001) ;

- *Öğrenme Kuramı* (Cairns ve Gewirtz, 1972): Yakın ilişkilerde yarar sağlamaya yönelik bir tutum söz konusudur ve bu durum yetişkin yıllarındaki yakın ilişkiler için de geçerliliğini korur. Evlilikte eşlerin birbirlerine yönelik davranış ve algılamalarında geçmiş yaşamdaki bu öğrenmeler etkili olabilmektedir.

- *Sosyal Mübadele Kuramı*: Thibaut ve Kelley'in kuramı'dır. İlişkide bireyin elde ettiği sonuç temel aldığı kıyaslama düzeyinin üstünde ise, kişi o ilişkiden memnundur, altına düşerse ilişkiden elde ettiği doyum da düşer. Bireyin diğer ilişki seçeneklerini kıyaslama düzeyi yeni bir ilişkiden elde edebileceği ödül-bedel karşılaştırmasına bağlıdır.

- *Bağlanma Kuramı*: Yaklaşımlardan bir başkası Bowlby'nin biyolojik kökenli 'Bağlanma Kuramı'dır. Bağlanma kuramına göre, ebeveynin çocuğuyla olan ilişkileri sonucu çocuk, kendisi ve başkaları hakkında zihinsel temsiller oluşturur ve bu zihinsel temsiller sonraki yıllardaki yakın ilişkilerinde bir model işlevi görür.

- *Sevginin Evrimi Kuramı*: Wilson'a göre, yakın ilişkilerdeki davranışlar üç temel iç güdüye dayanmaktadır. Birincisi, eşe bağımlı davranışın, korunma ihtiyacından kaynaklandığı, bunun da ilk çocukluk yıllarındaki anne figürü

tarafından korunma ihtiyacının bir devamı olduğudur. Kuramın dayandığı ikinci temel iç güdü ise, eşlerin birbirlerini yetişkin gördükleri kadar çocuk olarak da gördükleri, dolayısıyla korunma kadar, birbirlerini koruma ihtiyacı da duyduklarıdır. Son iç güdü ise cinsel ihtiyaçlardır.

- *Kişiler Arası İletişime Dair Sosyal Kuram*: Miller ve Steinberg (1975)'e göre eşlerin bilişsel süreçlere dayalı şemaları ve bilgi bankası evlilik doyumunu ve evliliğin gücünü etkiler.

Ülkemizde eşlerin bakış açısına göre evlilik ilişkilerini açıklayan İmamoğlu (1994) ise, "*Evlilik İlişkileri Modeli*"ni geliştirmiştir. Bu model eşlerin sosyal gelişmişlik düzeylerini, etkinliklerini ve evlilikten memnuniyetini içermektedir.

## **2.6. Evlilikte Doyumsuzluk/ Boşanma Oranlarının Artması**

Güzel duygularla ve olumlu beklentilerle başlayan evlilikler ne yazık ki her zaman istenilen şekilde devam etmemekte, beklentiler karşılık bulamamaktadır.

Türkiye'de son yıllarda batı ülkeleri kadar olmasa da, boşanma oranlarında artış görülmektedir. Demografik göstergelerden biri olan kaba boşanma oranlarının, son on yıllık eğimi incelendiğinde, 1996 yılına kadar değişmeyen bir yapı, 1997 yılından 2000 yılına kadar bir azalma, 2000 yılında ise bir artış olduğu görülmektedir (T.C İçişleri Bakanlığı Nüfus ve Vatandaşlık İşleri Genel Müdürlüğü, 2004 ) (Akt. Güven, 2005). 2003 yılında kaba boşanma oranı 1.32, 2004 yılında 1.28'dir. 2005 yılında ise bu oran 1.33 olmuştur (T.C İçişleri Bakanlığı Nüfus ve Vatandaşlık İşleri Genel Müdürlüğü, 2007 ).

Toplumda, boşanma oranlarının yükselişi durmuş olsa da, herhangi bir yeni evliliğin eninde sonunda boşanma ile sonuçlanması olasılığı ya da boşanma riski, yeni evliler arasında artmaya başlamıştır. Bu artış belirli bir yılda evlenmiş çiftleri birbirleriyle karşılaştığımızda daha da açıkça ortaya çıkmaktadır. Amerika'da 1890'da başlamış evliliklerin %10'u boşanma ile sonuçlanmıştır. 1920'de evlenenlerde bu oran %18; 1950'dekiler için ise

%30'dur. 1970'in yeni evli çiftlerinin ayrılma veya beraberliklerini sürdürme şansları yarı yarıyadır. 1990'dan itibaren yola koyulan yeni evliler için ise, evliliğin boşanma ile sonuçlanması olasılığı % 67 olarak öngörülmektedir. Bu tahminlere göre, son zamanlarda yeni evlenen on çiftten ancak üçü yeni eşleri ile evli kalabileceklerdir (Goleman, 2000).

Türkiye'deki boşanma oranlarının son yıllarda arttığı görülmektedir.

Boşanma yasal olarak hakimin kararı ile biten bir olay değil, boşanma öncesinde ve sonrasında kaygı ve stres yaratan oldukça uzun bir süreci kapsar. Bu süreç içinde boşanan kişi birçok değişikliklerle baş etmek ve boşanma sürecini izlemek zorunda kalmaktadır (Özguven, 2000a).

Yasal olarak evliliğin sona ermesi ve boşanmanın kesinleşmesi ile ruhsal ve duygusal açıdan da ailenin bölünmesine ya da dağılmasına yol açan ve bütün aile üyelerini sarsan karmaşık bir durum ortaya çıkmaktadır. Bu durumdan en fazla zarar görenler ise küçük çocuklar olmaktadır. Kişiliğin gelişmekte olduğu bu ilk yıllarda, çocuk için en önemli olan şey, ana babalı bir yuvada, sevildiklerini bilerek güven içinde yaşamalarıdır (Özguven, 2000a).

Çoğu karı-koca, kavga ederken hiç kuşkusuz zaman zaman yoğun anlar yaşar. Evlilikte sorun, eşlerden biri ya da diğeri, bu öfkelenmeyi neredeyse sürekli hissettiğinde başlar. O zaman biri, diğerrinin üzerine geldiğini hisseder ve her an duygusal bir saldırıya karşı tetikte olur. Bu belkide bir evlilikte en tehlikeli dönüm noktası, eşlerin ilişkisinde felaketle sonuçlanabilecek bir dönüşümdür. Zamanla dolup taşan eş, evlilikteki her türlü sorunu çok ciddi ve giderilmesi imkansız olarak görmeye başlar, çünkü dolup taşma bir ilişkiyi düzeltme çabalarını başlı başına köstekler. Bu devam ettikçe meseleleri konuşmak faydasız hale gelir ve eşler sorunlu hislerini kendi kendilerine yatıştırmaya çalışırlar (Goleman, 2000).

Boşanmaya giden yolda, duygusal yetersizliklerin olumsuz sonuçları açıktır. Eşler eleştirir ve aşağılama, savunmacılık ve araya duvar örme, sıkıntılı düşünceler ve duygusal taşmanın kısır döngüsüne yakalanırlar; bu döngü

başlı başına öz denetimin, empatinin ve hem kendini hem de birbirini yetiştirme geleneğinin çöküşünü yansıtır (Goleman, 2000).

Evliliğin yürümesini sağlayan temel bir strateji de, çiftlerin kavga konusu olan-çocuk yetiştirme, cinsellik, para, ev işleri gibi-belirli sorunlar üzerinde yoğunlaşmak yerine ortak duygusal zekalarını geliştirmeye yönelmeleridir; bu, meseleleri halledebilme şansını arttırır. Sonunda boşanan çiftlerdeki en önemli eksiklik, eşlerden herhangi birinin tartışma sırasında gerilimi azaltma çabası göstermemesidir (Goleman, 2000).

Sanıldığı gibi çatışma her zaman yıkıcı sonuçlar getirmez. Eşlerin çatışmayı ele alış davranışlarına bağlı olarak “yıkıcı” veya “yapıcı” sonuçlar doğuran bir olguya dönüşebilir. Çatışma durumu ile karşılaşan kişinin davranışı, bireyin kişilik özelliklerine, olaylara bakış açısına ve sorunun önem derecesine bağlı olarak değişir. Farklı durumlara çabuk uyabilen, esnek yapıda olan kişiler bunalımlara kolay çözüm getirirler. Katı kurallara sahip olan kişiler ise bunalımı atlattmada zorluk yaşarlar (Özgüven, 2000a).

## **2.7. Evlilikte Sorunların Önlenmesi**

Evlilikte kaçınılmaz olarak yaşanan sorunların, son aşamaya gelmeden, boşanma kararı ile sonuçlanmadan önce çözümlenmeye çalışılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Aile yaşamının temelini, eşler arasındaki etkileşim ve iletişim oluşturmaktadır. Eşler, duygusal olarak birbirine bağlıdırlar; aynı evi paylaşırlar ve aile ile ilgili kararlarda ortak sorumluluk yüklenirler. Bununla beraber, doğal olarak, evli çiftler arasında çeşitli nedenlerle (sorumlulukların paylaşılması, çocukların yetiştirilmesi, vb.) sorunlar da ortaya çıkabilmektedir. Evlilikte ortaya çıkan sorunların yoğunluğu, evlilik süresine ve eşlerin kişilik özelliklerine göre farklılıklar göstermektedir. Eşler, bazen sorunlarının başlangıç dönemlerinde, bazen çatışmaları şiddetlendikten sonra, bazen de boşanmaya karar vermeden hemen önce yardım aramaktadırlar. Evli eşlerin

yardım gereksinimlerine yanıt vermek amacıyla, “Evlilik Danışmanlığı” adı altında özel bir uzmanlık alanı doğmuştur. Evli bireyler, bu alanda çalışan psikolojik danışmanlar veya evlilik terapistleri ile birlikte sorunlarına çözüm aramaktadırlar (Sevim, 1999).

Günümüzde evlilikleri iyi yürümeyen, boşanmayı düşünen insanlar için en iyi toplumsal hizmet evlilik danışmanlığı'dır (marriage counseling). Karşılaşılan sorunları eşler ortaya koyar; bunların içinde cinsel sorunlar, mali sorunlar, iletişim sorunları, akrabalarla sorunlar, ilgi çatışmaları, sadakatsizlik, çocukların nasıl eğitileceğine yönelik çatışmalar, vb. türde sorunlar vardır (Onur, 2000).

Evlilik danışması esas itibariyle, eş seçme ve nişanlılık danışması şeklinde gencin daha evliliği düşünmeye başladığı yıllardan, yani evlilik öncesinden başlaması gerekir. Fakat genellikle danışman veya terapistte başvurma işi, evlilikte problemlerin büyüdüğü ve boşanma aşamasına geldiği zaman olmaktadır (Özgüven, 2000a).

Sevim (1999) konu ile ilgili olarak şunları söylemiştir:

“Evlilik sorunları ortaya çıkmadan önce eşlere yönelik olarak hazırlanan evlilik ilişkisini geliştirme programları, koruyucu faktör içerisinde değerlendirilebilir”.

Değişik yaklaşımlara dayalı olarak geliştirilen evlilik ilişkisini geliştirme programlarının ortak amacı, eşlere iletişim ve problem çözme becerilerini öğretmektir, evlilik ilişkisini geliştirme programlarının temel özelliği; olumlu, gelişme yönelimli ve dinamik olmalarıdır (Sevim, 1999).

Hazırlanan programın amaçları ve uygulanacak yöntem bakımından, önleme kavramı üç farklı şekilde sınıflandırılabilir. Birincil önlemedeki eylemler, psikolojik bozuklukların gelişimini önlemek amacıyla düzenlenmiştir. Hasta olmayan ve henüz etkilenmemiş olanlara yönelmiştir. İkincil önleme, uzamış ve daha az şiddetli sorunları ele alır. Erken belirlenmiş bozukluğu

engellemeye çalışır. Üçüncül derecede önleme, sorun oluşuktan sonra, sorunu ortadan kaldırmak için düzenlenir (Sevim, 1999). Evlilik ilişkisini geliştirme programlarından yararlanmak, bu konuda atılabilecek en önemli adımlardan birisidir.

Evlilikte yaşanacak sorunların en aza indirilmesinde etkili olan faktörler, evlilikte yaşanan doyumun ilişkili olduğu değişkenler, evlilik ilişkisini geliştirme programları ve bu programların etkileri, üzerinde durulması ve araştırmalar yapılması gereken önemli konulardır. Dolayısıyla konu ile ilgili olarak hem ülkemizde, hem de yurt dışında birçok araştırma yapıldığı görülmektedir.

## **2.8. Evlilik Doyumu İle İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar**

Evlilik doyumunu ile ilgili araştırmalara genel olarak bakıldığında zaman, evlilik doyumunun çeşitli etmenlerle ilişkisinin incelendiği görülmektedir. Cinsiyet, evlilik süresi, kontrolcü davranışlar, iletişim, ev işi paylaşımı ve bağımlılık ile evlilik doyumunu arasındaki ilişkilere bakılmış, bu değişkenlerin evlilik doyumunu üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırmalarda daha çok üniversite mezunu evli bireylerle çalışıldığı dikkat çekmekte, bazen farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Daha çok evlilik doyumunu etkileyen değişkenlerin araştırıldığı çalışmaların bazılarında ve bulgularına yer verilecek olursa;

Tezer (1992), çalışmasında, evlilik doyumunu ve iş doyumunu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulguları, evlilik doyumunu ve iş doyumunu puanları arasındaki ilişkinin, hem cinsiyete göre, hem de tüm grupta anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermiştir.

Evlilik doyumunu kavramı, evlilik uyumu kavramı ile de yakından ilişkilidir. Fışiloğlu (1992), evlilik uyumunu, evlilik yaşantısındaki iyi ilişki-kötü ilişki boyutundaki hareketlilik süreci olarak tanımlamaktadır. Bu nedenle evlilik doyumunu ile ilgili araştırmalar verilirken, evlilik uyumu ile ilgili araştırmalara da yer verilecektir.

Fıfıloğlu (1992) tarafından State Universtiy of New York at Buffaloda öğrenim gören, 70 evli lisans üstü öğrenci ile yapılan araştırmanın amacı, farklı özellikleri olmasına rağmen çok fazla çalışılmayan lisans üstü öğrencilerin evlilik uyumlarını araştırmaktır. Literatürde en belirgin olarak ortaya çıkan iş, ocuk sahibi olup olmama, evlilik süresi ve din gibi değişkenlerle evli lisans üstü öğrencilerinin evliliklerine özgü, cinsiyet farkı, cinsiyet rolleri ve stres faktörleri incelenmiştir. Sonuçlar; öğrenci statüsü ve eşin eğitimi değişkenlerinde, evlilik uyumu farklılıklarının anlamlı olduğu; yarım ve tam zamanlı öğrencilerin evlilik uyumları arasındaki farkın anlamlı olduğu, tam zamanlı öğrencilerin evlilik uyumunun, yarım zamanlı öğrencilerin evlilik uyumundan daha yüksek olduğu; eşin eğitim düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu şeklinededir. Yine, deneklerden eşleri bilim uzmanlığı derecesine sahip olanların evlilik uyumu, eşleri lise ve lisans derecesine sahip olan grupların evlilik uyumundan; eşleri doktora derecesine sahip grubun evlilik uyumu, eşleri lisans derecesine sahip grubun evlilik uyumundan daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca ocuk sahibi olup olmama, cinsiyet, lisans üstü derecesi, din, meslek, eşin dini ve mesleği, evlilik süresi, ocuk sayısı ve yaş değişkenleri ile evlilik uyumu arasında ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Hatipoğlu (1993), bazı demografik değişkenlerin ve evlilik çatışmasının evli eşlerin evlilik doyumundaki rolünü araştırmayı amaçlamış, 77 evli çift (154 kişi) üzerinde çalışmalarını yürütmüştür. Sonuçlar, kadın ve erkek eşlerin, evlilik doyumuna farklı değişkenlerin etki ettiğini göstermiştir. Evlilik atışmasının yaygınlığı, erkek eşlerin evlilik doyumunu açıklayan değişken olarak görülmüş, buna karşılık, evlilik çatışmasının yaygınlığı ve eğitim düzeyi kadın eşlerin evlilik doyumunu açıklayan değişkenler olarak ortaya çıkmıştır.

Hasta (1996), ev işi paylaşımı ve ev işi paylaşımında hakkaniyet algısı ile evlilik doyumunu ilişkisine bakmayı amaçladığı çalışmasında, 180 kadın ve eşleri ile çalışmıştır. alışan kadınlar ve eşlerinin evlilik doyumları, çalışmayan kadınlar ve eşlerinininkinden; kadınların evlilik doyumları da

erkeklerinkinden daha düşük bulunmuştur. Evlilik doyumunun, ev işi paylaşımına ilişkin olarak algılanan hakkaniyet ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çelik (1997)'in çalışmasının temel amacı; evlilikten sağlanan doyum, çocuk yetiştirme konusunda ebeveynler arasındaki uzlaşma ve çocuğun uyumunun ebeveynler tarafından algılanması arasındaki ilişkiyi incelemek olarak belirtilmiştir. Ayrıca, annelerin çocuğu algılamalarının, öğretmenlerin algılarıyla babaların algılamalarından daha fazla benzeşip benzeşmediğini; kocaların evlilikten sağladıkları doyumun eşlerinden daha fazla olup olmadığını; çocuğun cinsiyetinin, çocuk yetiştirme konusunda ebeveynler arasındaki uzlaşmada, çocuğun uyumunun ebeveynler tarafından algılanmasında ve eşlerin evlilikten sağlanan doyum üzerinde olumsuz etkileri olup olmadığını araştırmayı amaçlamaktadır. Elde edilen sonuçlara göre evlilikten sağlanan doyum, çocuk yetiştirme konusunda ebeveynler arasındaki uzlaşma ve çocuğun uyumunun ebeveynler tarafından algılanması arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak, annelerin evlilikten sağladıkları doyum ve çocuk yetiştirme konusunda eşleriyle aralarındaki uzlaşma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Eşlerin evlilikten sağladıkları doyum arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yine, çocuğun cinsiyetinin, çocuk yetiştirme konusunda ebeveynler arasındaki uzlaşmada, çocuğun uyumunun ebeveynler tarafından algılanmasında ve eşlerin evlilikten sağlanan doyum üzerinde olumsuz bir faktör olmadığı bulunmuştur.

Acar (1998), bireysel özelliklerin, bireysel sorunların evliliğe ilişkin durumların ve evlilik yaşamı ve ilişkileri ile ilgili sorunların evlilik doyum düzeyine etkisini ölçmeyi amaçlamıştır. Bu amaçla Ankara'da SHÇEK'e bağlı sosyal hizmet kuruluşlarında çalışan üniversite mezunu evli 149 personel ile çalışmalarını yürütmüştür. Personelin bireysel özelliklerinin yaş, cinsiyet, meslek vb. evlilik doyum düzeylerini etkilemediği; evlilik süresi, evlenme biçimi, ilk evlenme yaşı vb. evliliklerine ait durumların da etkilemediği; aynı şekilde personelin bireysel sorunlarının, yani sağlık durumlarından memnun olmama, alkol kullanımı, özürlülük durumu vb. evlilik doyumunu etkilemediği



görülmüştür. Tüm bunların yanında personelin evlilik yaşamı ve ilişkileri ile ilgili sorunlarının olması ki bunlar; eş ile duygu ve düşüncenin paylaşımı, ev içinde ve dışında sorumlulukların paylaşımı, eşten yeterli saygı ve sevgi görme, eş ile sosyal etkinliklere katılma, eş ile gelirin harcanması konusunda anlaşma, cinsel konularda anlaşma, birbirine yeterince güvenme, otorite paylaşımı konusunda anlaşma, rol çatışmasının olmaması, evliliğe yakın akraba ve arkadaş müdahalesinin olmaması, eşi tarafından sözlü ve fiziksel şiddete maruz kalmama, sosyo-ekonomik düzey farkının olmamasının evlilik doyumunu olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

Aslan, Aslan ve Alparslan (1998) tarafından yapılan çalışmada, hekimlerde, evlilik doyumunu ile kimi sosyo-demografik ve işle ilgili değişkenlerin ilişkisini araştırmak amaçlanmıştır. Çalışmaya Kocaeli'nde çalışan 107 evli hekim katılmıştır. Çalışmanın sonuçları, işle ilgili değişkenlerden hiçbirinin evlilik doyumunu ile ilişkili olmadığını göstermiştir. Sosyo-demografik değişkenlerden ise hekimin eşinin de hekim olması durumunda, evlilik doyumunu puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Cinsiyete göre bakıldığında, yalnızca erkek hekimlerin, eşinin de hekim olması durumunda, evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu, kadın hekimlerde benzer ilişkinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak, hekimlerde evlilik doyumunu ile incelenen değişkenlerden yalnızca eşin mesleğinin ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Gökmen (2001), eşlerin birbirlerine yönelik kontrolcülük ve bağımlılık algılarının, evlilik doyumunu üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında, evli, çocuk sahibi ve üniversite mezunu 200 kadın ve 200 erkek, toplam 400 kişi ile çalışmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre; kadınların eşlerini erkeklere oranla daha bağımlı algıladıkları; erkeklerin eşlerini kadınlara oranla daha kontrolcü algıladıkları saptanmıştır. Bunların dışında, erkekler kadınlara oranla evliliklerinden daha fazla doyum aldıklarını ifade etmişlerdir. Öte yandan, kadınların eşlerine ilişkin kontrolcülük ve bağımlılık algıları evlilik doyumlarını etkilemezken, erkeklerin kontrolcü algıladıkları kadınlarla olan evliliklerinin daha doyumlu, bağımlı algıladıkları kadınlarla olan evliliklerinin

ise daha doyumsuz olduğu görülmüştür. Erkeklerde eşlerine ilişkin kontrolcülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki ortak etkisi incelendiğinde; erkeklerde evlilik doyumunun, eşlerini düşük kontrolcü ve düşük bağımlı algıladıklarında da, yüksek bağımlı ve yüksek kontrolcü algıladıklarında da en fazla olduğu, buna karşın en az evlilik doyumunun eşe ilişkin kontrolcülük algısının düşük, bağımlılık algısının yüksek olduğu durumda ortaya çıktığı gözlenmiştir.

Hünler (2002) tarafından yapılan araştırmada, evli Türkiye’li çiftler örnekleminde, dindarlığın evlilik doyumu üzerindeki etkileri ve algılanan evlilik problemleri çözümü becerilerinin bu ilişki üzerindeki arabulucu rolünü araştırmak amaçlanmış, 92 çift ile çalışılmıştır. Dindarlığın evlilik doyumu üzerinde temel etkiye sahip olduğu bulunmuş, sorun çözme becerilerinin ise arabulucu rolü gözlenmemiştir.

Kudiaki (2002)’nin cinsel doyum ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, 295 kadın ile çalışılmış, sonuç olarak, örneklem grubunun cinsel doyum ve evlilik uyumu puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Bir başka çalışmada boyun eğici davranışların evlilik doyumu üzerindeki etkilerini incelemek ve boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide algılanan evlilik problemleri çözümleme becerisinin oynadığı kritik rolü araştırmak amaçlanmıştır. Araştırmaya 92 evli çift katılmıştır. Elde edilen verilere göre, çiftlerin boyun eğici davranışlarındaki artışlar algılanan problem çözme becerilerinin düşmesine, bu da evlilik doyumlarının azalmasına neden olmaktadır (Hünler ve Gençöz; 2003).

Güven (2005), çalışmasında, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisini, evlilik doyumunun yordayıcılarının neler olduğunu belirlemeyi amaçlamış, 305 kişi ile çalışmıştır. Sonuç olarak, evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu birinci sırada, gerçekçi olmayan ilişki beklentilerine ilişkin bilişsel çarpıtmaların ise

ikinci sırada yordadığı, incelenen diğer değişkenlerden demografik değişkenler (yaş ve cinsiyet), yakınlıktan kaçınma ve zihin okumanın ise evlilik doyumunu yordamada bir katkısının olmadığı ortaya çıkmıştır.

Koydemir, Selşik ve Tezer (2005) tarafından yapılan çalışmada, 50 evli çiftin evlilik uyumlarının mükemmeliyetçiliğinin üç boyutuna (kendine yönelik, başkalarına yönelik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik) göre farklılık gösterip göstermediği ve evlilik uyumu ile mükemmeliyetçiliğinin boyutları arasındaki ilişki araştırılmıştır (burada "uyum" kavramı, eşler arasındaki uyum olarak ele alınmıştır). Yapılan analizler sonucunda yüksek uyum ve düşük uyum gösteren eşlerin mükemmeliyetçiliğinin alt boyutlarına göre farklılık göstermediği ve mükemmeliyetçiliğinin alt boyutları ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Araştırma bulgularına bakıldığında evlilik doyumunu birçok değişkenin etkilediği görülmekte; demografik değişkenlerin yanı sıra boyun eğici davranışlar, bilişsel çarpıtmalar, kontrolçülük algısı, mükemmeliyetçiliğinin boyutları gibi daha farklı değişkenlerle de ilişkiye bakılmış olması dikkat çekmektedir. Evlilik kurumunun çok daha fazla sayıda değişkenden etkilenebileceği gerçeği göz önüne alındığında, bu araştırmaların daha da çeşitlendirilebileceği düşünülmektedir.

## **2.9. Evlilik Doyumu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

1951'den beri araştırmacılar evlilik doyumuna etki eden faktörleri incelemektedirler. Fiziksel çekicilik, şefkat, sevgi, olumsuzluk, evlilik yaşı, çocuklar, sosyo-ekonomik durum, benzer amaç ve ilgi alanları, cinsel aktiviteler ve düşünülebilecek diğer bütün faktörlerin evlilik doyumuna etkisi incelenmektedir (Gerhardstein, 1997). Bu araştırmaların bazılarında sistematik bir şekilde yer verilecek olursa;

Bazı araştırmalar seks ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyle ilgili bilgiler vermektedir. Donnelly (1993) cinselliğinin pasif olduğu evliliklerde eşlerin

mutsuz ve doyumsuz olduğunu söylemiştir. Evlilikte cinsel hayatları olmayan çiftlerin evlilikte farklı problemleri olduğu bir gerçektir. Patricia Morokoff ve Ruth Gilliland (1993), evlilik doyumuyla, cinsel aktivite ve doyumun nasıl bir ilişkisi olduğu sorusunun cevabını araştırmışlardır. Stres, cinsel fonksiyonlar ve evlilik doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. 165 kadın ve erkek üzerinde araştırma yapmışlardır. Cinsel doyum, eşlerin algılanan cinsel doyum ve cinsel birleşim sıklığı evlilik doyumuyla kesin bir şekilde ilgilidir. Sonuç olarak Huston ve Vangelisti (1991), Donnelly (1993), Morokoff ve Gilliland (1993) tarafından yapılan araştırmalarda da görüldüğü üzere, evlilik doyumunun oluşmasında kişisel cinsel doyum, seks ve cinsel aktivitelerin sıklığı, cinsel ilgiler ve eşler açısından doyum arasında iyi bir ilişki söz konusudur (Akt. Gerhardstein, 1997).

Yurt dışında yapılan araştırmalarda evlilik doyumu ile ilişkisi incelenen en önemli değişkenlerden birisi evlilik yaşı ve rol uyumuudur. Bu konuda birçok araştırma yapıldığı, benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir.

Bahr, Chappell ve Leigh (1983) tarafından yapılan çalışmada evlilik yaşı ve rol uyumunun evlilik doyumu ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışmada 704 çiftten oluşan bir örneklem grubu kullanılmıştır. Temel olarak bulunan bulgulardan birisi, rol uyumunun (rol uyumu; kadın ve erkek arasındaki, kadına ve erkeğe özgü spesifik rollerdeki beklentiler ve değerler konusunda algılanan anlaşma miktarıdır) güçlü ve pozitif bir şekilde evlilik doyumuyla ilişkili olduğudur.

Bahr, Chappell ve Leigh (1983)'in aktardığına göre; Burr'un bir çalışması, rol uyumunun evlilik doyumunda direkt bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Nye ve Berardo (1973) tarafından yapılan araştırma, ergenlik döneminde (13 -19 yaş arası) evlenenlerin, 20'li yaşlarında evlenenlere göre evliliğin gerektirdiği rolleri yerine getirme konusundaki başarılarını eşit bulmamaktadır. Erken evlenen çiftler, geç evlenenlere nazaran, daha düşük bir rol uyumu içerisindedirler. Rol uyumu ile evlilik doyumu pozitif ilişki içerisindedirler. Nye bir aile literatürünü inceleyerek, eş ve ebeveyn olarak, 8 farklı aile içi rol belirlemiştir. Bu roller, tedarik etmek, evle ilgilenmek, çocukla

ilgilenmek, çocuğu sosyalleştirmek, cinsiyetin getirdiği rol, iyileştirme (tedavi edici), eğlenmek ve eğlendirmek, ve akrabalık ilişkilerinin getirdiği rollerdir. Nye Mclaughlin (1976) ve Brinley (1978) tarafından yapılan bir araştırmada iyileştirici roldeki performansın, her iki eşinde evlilik doyumunu etkilediğini ortaya çıkarmıştır. Çocukların sosyalleştirilmesi rolündeki performansta önemlidir. Brinley (1975) erkeğin tedarikçi rolündeki yeteneğinin kadının doyumuyla daha ilgili olduğunu bulmuştur. Lee (1977) ve Lutright (1971), ekonomik rollerdeki performansın evlilik doyumuyla ilgili olduğunu belirtmişlerdir. Evlilikte sıklıkla anlaşmazlığın çıktığı konu para ve çocuklardır (Scanzeni, 1981). Bütün olarak bakıldığında araştırma; tedarikçi olma, çocuğu sosyalleştirme ve iyileştirici (therapeutic) olma rollerinin niteliğinin evlilik doyumunu açısından özellikle önemli olduğunu vurgulamaktadır. Burpas and Sweet (1972), ergenlik yıllarının ve 20'li yaşların başlarının evlilik doyumunu ve kararlılık açısından özellikle önemli olduğunu belirtmektedir (Akt. Bahr, Chappell ve Leigh, 1983).

İlk evliliği olan 704 çiftin 1976 yılı boyunca e-posta aracılığıyla anketlere cevap vermeleriyle yapılan bir çalışmada, örneklem, tüm yaş gruplarından, eğitim düzeylerinden, farklı meslek ve gelir gruplarından çiftleri kapsamaktadır. Araştırmaya katılan evli çiftlere evlilik doyumunu ölçeği (eğer tekrar evlenseydiniz aynı kişiyi tercih eder miydiniz? eşinizin sizi ve sorunlarınızı anladığınızı düşünüyor musunuz? gibi maddelerden oluşuyor), otoriter rol ile ilgili ölçek (ev idaresi, bahçe işleri ve diğer bakımlar, para kazanma gibi maddelerden oluşuyor), rol uyumu ile ilgili ölçek (çocukların disiplini, yapılacak olan harcamalar gibi maddelerden oluşuyor) ve evlilik yaşı ile ilgili soruları içeren bir anket uygulanmıştır. Evlilik doyumunu ve evlilik yaşı arasındaki ilişki küçük ve negatif bulunmuştur. Algılanan bireysel otoriter rol ve evlilik doyumunu arasındaki katsayı küçük fakat istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Algılanan rol uyumu ve evlilik doyumunu arasındaki ilişki hem kadınlar, hem de erkekler için yüksek bulunmuştur. Bu bulgu Burr'un (1979) çalışması ile de tutarlıdır. Rol uyumu evlilik doyumuyla kuvvetli bir ilişki içerisindedir. Kısaca, evlilik yaşının etkisi küçük ve anlamsızdır, algılanan otoriter rolün etkisi ve rol uyumunun etkisi güçlüdür (Bahr, Chappell ve Leigh; 1983).

Cinsiyetin evlilik doyumu üzerindeki etkisine yönelik çalışmalar da dikkat çekmektedir. Yine, bu konuda da araştırmalardan benzer sonuçlar elde edildiği görölmektedir.

Benin ve Agostinelli (1988)'nin yaptığı çalışmada iş paylaşımından gelen doyumun ve iş paylaşımından doğan anlaşmazlıkların nedenlerini araştırmak üzere her ikisi de çalışan çiftlerden oluşan bir örneklem grubu kullanılmıştır. Adil bir iş doyumuyla en çok doyuma ulaşanın erkekler olduğu bulunmuştur. Kadınlar aksine, eğer ev işlerinin paylaşımı onları destekler nitelikte olursa daha memnun olmaktadırlar. Toplam 148 anket, bir üniversitede çalışan çiftler tarafından cevaplanarak gönderilmiştir. Erkekler eğer iş paylaşımı adilse ve kendileri aile işlerine çok fazla zaman harcamak zorunda kalmıyorlarsa, doyumları en yüksek düzeydedir. Kadınlar aksine, ev işlerine harcanan zamanın miktarıyla ilgilenmemektedirler. Onlar eğer paylaşım eşitse veya onları destekleyecek şekilde bir paylaşım ve onların klasik olarak yapmaları gereken işler paylaşılıyorsa mutlu olmaktadırlar. Eğitim, yaş, kadın ve erkek arasındaki maaş ve statü farklılığı iş paylaşımıyla gelen evlilik doyumunu etkilememektedir.

Aile yaşamında, iş paylaşımı ve evlilik doyumunu konu edinen çalışmada, aile bireyleri arasında iş paylaşımıyla gelen doyum ve iş paylaşımıyla gelen evlilik doyumu ve evliliğin niteliği arasındaki ilişki, 741 erkek ve 964 kadın üzerinde araştırma yapılarak incelenmiştir. Kadınların iş paylaşımıyla gelen doyumları U biçimli bir eğriyken, erkeklerinki bu şekilde değildir. İş paylaşımıyla gelen doyum evlilikteki mutluluğu ve anlaşmazlığı açıklamada yaş, eğitim ve kadınların iş statüsünden daha önemlidir. Bütün araştırmalar birlikte ele alındığında, aile yaşamının farklı dönemleri karşısında evlilik doyumundaki değişikliğin tutarlılık içinde ve U biçimli bir eğri olarak şekillendiğini göstermektedir. Özellikle doyum, ebeveyn olmadan ve çocuk büyüdükten sonraki dönemlerde en yüksek, çocukların küçük olduğu dönemlerde ise en düşüktür. Özellikle, kadınların ev içindeki iş paylaşımında katkılarının en fazla olduğu dönemlerde doyumları en düşük, katkılarının en

düşük olduğu dönemlerde ise doyumları en yüksektir (Pillemer ve Suitor; 1991).

Kadınların ve erkeklerin evlilik doyumu birbirinden farklıdır (Bremer, 1997).

Evlilikten elde edilen hoşnutluğa, memnuniyete etki eden diğer faktörleri inceleyen araştırmalara bakıldığında, farklı değişkenlerle evlilik doyumu ilişkisine bakıldığı görülmekte, değişik bulgular dikkat çekmektedir. Çatışma çözümüyle yöntemleri, bağlılık, çocukların evden ayrıldığı dönem, eşlerin kişilikleri, ilişkisine bakılan değişkenler arasında sayılabilir.

Billideau (1997)'nin aktardığına göre; Olson (1992) tarafından yapılan bir çalışmada evlilik aşamasında olan dört tip belirlenmiş, bunlar; canlandırılmış, uyumlu, geleneksel ve uyuşmaz olarak adlandırılmışlardır. Her tipin bütün çiftleri evlilik öncesi bir hazırlık süresi olan 3-4 ayı tamamlayarak, hazırlık envanterini cevaplamışlar, 2-3 yıl sonra tekrarlamışlardır. Hazırlık envanterinin amacı, beklentiler, iletişim, kişilik ve problem çözüm taktikleri gibi, ilişki konusuyla bağlantılı güçlü noktaları ve zayıflıkları belirlemek ve değerlendirmektir. Canlandırılmış çiftler güçlü iletişim yetenekleri, sevgi ile ilgili güçlü memnuniyet, cinsellik, paylaşılan zaman, mali durum ve güçlü dini inançla, evlilikteki memnuniyetle en yüksek dereceyi almışlardır. Uyumlu çiftler genel evliliklerinde ılımlı bir memnuniyet sergilemişler, bu bireyler birbirleriyle, birbirlerinin aileleriyle ve arkadaşlarıyla gayet iyi ilişkiler kurmuş ve paylaşımda bulunmuşlardır. Fakat memnuniyetteki düşüşün nedeni evlilik hakkındaki ve çocukla ilgili konularda gerçekçi olmayan görüşler gibi görünmüştür. Geleneksel çiftler boşanma olasılıkları en düşük çiftler olmasına rağmen, hoşnutsuz olan grup olmuştur. Uyuşmaz çiftler ise mutsuzluk ve yüksek bir boşanma eğilimi göstermişlerdir. Yine Palechaty, Couturler, Cote, Roy ve arkadaşları (1996), tarafından yapılan bir çalışma, eşlerin kişiliklerinin ve bir çift olarak yaşam koşullarının, samimiyetlerinin, iletişimlerinin, bir ilişkide çok şey ifade eden memnuniyet ve hoşnutsuzluk durumunun, en genel sebepleri olacağını öne sürmüştür. Evlilikteki mutluluk ve hoşnutluktaki diğer etkenler olarak Rankin, Esquer, Burrett, Baucam ve Epstero (1997) tarafından

özgürlük ve bağıllık bulunmuştur (özgürlük, eşlerin bağımsızlık ve kişisellik duygusunu ne derece algıladıkları anlamına geliyor). (Akt. Billideau, 1997).

Son olarak yetişkin birinin yaşamında 'boş yuva' olarak bilinen aşama (yani çocukların yokluğu) üzerinde yapılan araştırmada, bu aşamanın evlilik memnuniyeti üzerinde önemli etkisi olduğu bulunmuştur. Bu mutluluk son çocuk yaşama başladıktan hemen sonra en güçlü halini almaktadır. Bunun en önemli nedeni kaçınılmaz velilik (ebeveynlik) stresidir. Boş yuva aşamasının, iki eşin de evlilik memnuniyetini olumlu bir şekilde etkilediği kanıtlanmıştır (Billideau, 1997).

Yapılan çalışmalara göre orta yaş yıllarında evlilik doyumundaki bir düşüşten sonra, daha ileri yaşlara adım atan partnerler için evlilik gittikçe yükselen bir şekilde olumlu hale gelmektedir. Evlilik doyumunun yüksek olması, çocuk büyüme döneminde yaşanan stresten kurtulmanın yarattığı ferahlığın bir yansıması olarak görünmektedir. Üstelik emeklilikte, diğer sorumlulukları, rol çatışmalarını, zaman kısıtlamalarını azaltarak arkadaşlık ilişkilerindeki fırsatları artırarak evlilik doyumuna katkıda bulunabilmektedir (Bremer, 1997).

Lawrance Kurdek (1995) çalışmasında, her eşin çatışmaları çözümlemeye kullandığı yapıcı stratejileri-anlaşma, uzlaşma veya mizaha alma gibi – sıklığı ile her eş için evlilik doyumunu arasında olumlu bir şekilde ilişki olduğunu saptamıştır. Evlilik doyumunu her iki eşin çatışmaları çözümlemeye kullandığı yıkıcı stratejilerle olumsuz bir şekilde ilişkilidir. Bu stratejiler, kendini savunma, geri çekilme gibi stratejilerdir. Bulgular, çatışma çözümleme yöntemlerinin evlilik doyumunu etkilediğini ve evlilik doyumundaki değişimin çatışma çözümleme yöntemindeki değişikliklerle bağlantılı olduğunu göstermektedir. Yapılan araştırmadan görünen şu ki, evlilik doyumunu, en iyi şekilde boylamsal çalışmalar vasıtasıyla analiz edilir. Stres yaratacak olaylar, örneğin ciddi bir hastalık ve işin kaybedilmesi gibi, evlilik doyumunda geçici düşüslere neden olabilir. Çatışma çözümleme yöntemleri, sosyal baskı, yaş ve zaman, hepsi evlilik başarısını değerlendirmede önemli faktörlerdir (Akt. VanBoxel, 2001).



Evlilikte 'doym' konusunun birçok araştırmaya konu olduğu görülmektedir. Çok farklı değişkenlerle ilişkisine bakılan evlilik doymu araştırılırken farklı örneklemlerle çalışıldığı da dikkat çekmektedir. Genellikle ortaya benzer sonuçlar çıkmış, ancak evlilik doymunun duygusal zeka ile ilişkisine bakılmamıştır.

## **BÖLÜM 3**

### **YÖNTEM**

Araştırmanın bu bölümünde; araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel teknikler ile ilgili açıklamalar bulunmaktadır.

#### **Araştırmanın Modeli**

Bu araştırma genel tarama modelindedir. Duygusal zeka (duygusal zekanın alt boyutları olan kendi duygularını anlama, karşısındakilerin duygularını anlama, kendi duygularını yönetme) ve evlilik doyumunun, cinsiyet, eğitim durumu, evlilik süresi ve yaşanan şehir değişkenlerine göre incelenmesi, incelenen bu iki değişken (duygusal zeka ve evlilik doyumu) arasındaki ilişkinin araştırılmasına çalışılmıştır.

#### **Çalışma Grubu**

Bu araştırma, İstanbul ili Kağıthane ve Yozgat ili Sarıkaya ilçelerinde yaşayan 215 evli erkek ve 251 evli kadın üzerinde yapılmıştır. Araştırmada; İstanbul'da 229 kişi (149 kadın, 80 erkek), Yozgat'ta ise 237 kişi (103 kadın, 134 erkek) olmak üzere toplam 466 evli birey ile çalışılmıştır. Araştırmaya başlandığı dönemde araştırmacının İstanbul'da yaşıyor olması, ancak sonrasında Yozgat'ın Sarıkaya ilçesine gelmiş olması sebebiyle bu iki şehir tercih edilmiş, karşılaştırma için bu iki bölgenin uygun olacağı düşünülmüştür. İlk olarak araştırmaya katılacak olan evli birey sayısı daha yüksek tutulmuş (534 evli bireye ölçek uygulanmış), daha sonra eksik ya da yanlış cevaplanan ölçekler çıkarılmış (68 ölçek uygulamaya dahil edilmemiş) ve 466 ölçek araştırmaya dahil edilmiştir. Aynı zamanda farklı meslek gruplarından, eğitim durumu ve evlilik süresi bakımından farklı gruplardan yararlanmaya özen gösterilmiştir.

Tablo 1’de veri toplama grubu çeşitli özellikleri açısından betimlenmektedir.

**Tablo 1**  
**Çalışma Grubunun Kişisel Bazı Özelliklerine İlişkin Dağılım**

Değişken	Düzy	F	%
<b>1.Cinsiyet</b>	1.) Kadın	251	53.90
	2.) Erkek	215	46.10
	Toplam	466	100.00
<b>2.Eğitim Durumu</b>	1.) İlköğretim mezunu	83	17.80
	2.) Lise mezunu	55	11.80
	3.) Üniversite mezunu	305	65.50
	4.) Diğer	23	4.90
	Toplam	466	100.00
<b>3.Evlilik Süresi</b>	1.) 2-7 yıl	195	41.80
	2.) 8-13 yıl	118	25.30
	3.) 14-19 yıl	72	15.50
	4.) 20 yıl ve fazlası	81	17.40
	Toplam	466	100.00
<b>4.Yaşadıkları İl</b>	1.) İstanbul	229	49.10
	2.) Yozgat	237	50.90
	Toplam	466	100.00

Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyete göre dağılımları incelendiğinde, toplam 466 kişiden 251’inin (%53.90) kadın, 215’inin (%46.10) erkek olduğu görülmektedir. Eğitim durumuna göre dağılımları incelendiğinde, toplam 466 kişiden 83’ünün (%17.80) ilköğretim mezunu, 55’inin (%11.80) lise mezunu, 305’inin (%65.50) üniversite mezunu, 23’ünün (%4.90) ise diğer gruba dahil olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan bireylerin evlilik sürelerine göre dağılımları incelendiğinde, 195’inin (%41.80) 2-7 yıl, 118’inin (%25.30) 8-13 yıl, 72’sinin (%15.50) 14-19 yıl, 81’inin (%17.40) ise 20 yıl ve sonrası grubun içinde yer aldığı görülmektedir. Son olarak yaşanan şehir değişkenine göre dağılım incelendiğinde, katılımcıların 229’unun (%49.10) İstanbul’da, 237’sinin (%50.90) ise Yozgat’ta yaşadığı görülmektedir.

## Verilerin Toplanması

### Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan bireylerden öncelikle hazırlanan kişisel bilgi formunu cevaplamaları istenmiştir (Ek 1). Kişisel bilgi formunda, ölçekleri yanıtlayan bireyler, cinsiyet (Kadın-Erkek), eğitim durumu (ilköğretim mezunu- lise mezunu- üniversite mezunu) ve evlilik sürelerini (2-7, 8-13, 14-19, 19 ve sonrası) belirtmişlerdir. Ayrıca ek bilgi olarak araştırmaya katılanlara meslekleri de sorulmuştur.

### Duygusal Zeka Ölçeği – EQ-NED

Duygusal zekayı ölçmek için; Ergin, İşmen, Özabacı (2000) tarafından geliştirilen duygusal zeka ölçeği (EQ-NED) kullanılmıştır (EQ-NED Ek-2’de verilmiştir). Bu ölçek 108 maddeden oluşan kendini değerlendirme türü bir ölçektir. 3 alt ölçekten oluşmaktadır, kendi duygularını anlama, karşısındakinin duygularını anlama ve duyguları yönetme boyutlarının herbirine karşılık gelen 3lü bloklar halinde hazırlanmıştır. Her blokta bir olay ele alınmıştır. Blokların konusunu oluşturan duygular farklıdır. 36 bloktaki 3’er madde sonucu toplam 108 maddeden oluşmaktadır. 36 blokta örneklendirilen duygular farklıdır, 36 duygu ele alınmaktadır. Düz ve ters soru değerlendirmeleri ve norm puana döndürülme işlemleri ölçek geliştiricilerin insiyatifindedir (bu bilgiler ölçeği geliştirenlerin dışındakilere verilmemektedir). Her madde için 4’lü yanıt seçeneği olan likert tipi bir ölçektir. (“hiç böyle yapmam”, “ara sıra böyle yaparım”, “çoğu zaman böyle yaparım”, “daima böyle yaparım”). Ölçekte puanlama, düz sorular için “hiç böyle yapmam” seçeneği için 1 puan, “daima böyle yaparım” seçeneği için 4 puan olacak şekildedir. Ters değerlendirmeli soruları da içeren ölçekte söz konusu sorularda puanlama yönü tersine dönmektedir. Aynı bloktaki sorulardan bazıları düz, bazıları ters değerlendirmeli olabilmektedir. Her bloktaki 1.soru kendi duygularını anlama, 2.soru karşısındakinin duygularını anlama, 3.soru duyguları yönetme boyutuna aittir.

### **EQ-NED'in Geçerlik ve Güvenirliği**

Ölçek 1999 yılında 748 lise öğrencisi üzerindeki tarama çalışması saptanan 78 üstün IQ düzeyindeki lise öğrencileri de dahil toplam 303 lise öğrencisi üzerinde duygusal zeka (EQ) -IQ geçerlik analizi için, bu örneklem grubuna 332 üniversite öğrencisinin eklenmesiyle ulaşılan toplam 635 öğrenci üzerinde de diğer geçerlik-güvenirlik analizleri yapılarak oluşturulmuştur. Ölçeğin güvenirlik analizleri kapsamında öncelikle iç tutarlık katsayılarından Cronbach alfa katsayısı hem maddelerden hareketle boyutlar için, hem de boyut puanlarından hareketle testin bütünü için hesaplanmıştır. Hesaplanan alfa katsayılarının yüksek olduğu görülmektedir (EQ-T .60, EQ-1 / 36 madde .78, EQ-2 / 36 madde .72, EQ-3 /36 madde .81 ). Benzer şekilde iç tutarlılık katsayılarından madde toplam ve madde-remainder analizi test toplam puanına göre alt boyutlar için yapılmış, EQ-1 .62, EQ-2 .72, EQ3 .82 olarak verilmiştir. Ayırt edicilik gücü boyutlar için ve maddeler için üst ve alt çeyrekler arasında –t-testi ile analiz edilmiştir.

Ölçeğin geçerlik çalışmaları kapsamında yapı geçerliğini belirlemek amacı ile faktör analizi yapılmıştır. İkinci aşama olarak zekanın bir bütün olduğu, alt türleri arasında ilişkinin mutlak olduğu görüşünü taşıyan araştırmacılar EQ ile IQ'nun ilişkili olduğu, ama aynı zamanda zihinsel yetiler yönünden farklı bilgileri içerdiği savlarını test etmek amacı ile bir dizi analiz yapmışlardır. EQ ve IQ arasında korelasyonlar incelenmiş, ayrıca EQ ile IQ düzeyleri arasında farklılık olup olmadığına bakılmıştır. EQ ve IQ ilişkileri bir de duygusal zekanın IQ'nun yordayıcısı (kestiricisi-tahmin edicisi) olarak gücünü görmek için hem faktörler düzeyinde, hem maddeler düzeyinde regresyon analizi yapılmıştır. EQ-3'ün (kendi duygularını yönetme) IQ'nun %19'unu oluşturduğu, EQ-1 (kendi duygularını anlama) ve EQ-2'nin (karşısındakilerin duygularını anlama) buna önemli katkısının olmadığı görülmüştür. Bu analizler sonucu geliştiricilerin kurdukları zeka teorik yapısı ile ölçeğin örtüştüğü görülmüştür (Ergin, İşmen ve Özabacı; 2000) (Duygusal Zeka Ölçeği Tanıtım Kitapçığı, 2000 ).

Ölçeğin ülkemizde birçok araştırmada kullanıldığı görülmektedir (Ersanlı, 2003; Erginsoy, 2002) .

Bu araştırmada, ölçeğin uygulanmasından sonra düz ve ters soru değerlendirmeleri ve norm puana döndürülmesi işlemi, ölçeği geliştiren araştırmacılar tarafından yapılmıştır.

### **Evlilik Doyumu Ölçeği**

Araştırmaya katılacak olan bireylerin evlilik doyumunu ölçmek için ise Tezer'in "Evlilik Yaşam Ölçeği" kullanılmıştır ( Evlilik Yaşamı Ölçeği, Ek 3'te verilmiştir). Evlilik Yaşam Ölçeği, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyum düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiş 10 maddeden oluşan 5 dereceli likert tipi bir ölçektir (Tezer, 1992). Bireylerin yanlış anlamalarını önlemek için ölçeğin adında "doyum" sözcüğü kullanılmamıştır. Ölçek, "Evliliğimi çok anlamlı buluyorum", "Evliliğimizde giderek azalan heyecan beni rahatsız ediyor", "Evlilikten beklediğim çoğu şey gerçekleşti" gibi ifadeler ve "kesinlikle katılmıyorum" dan başlayarak orta derecede "kararsızım" ve en son da "tamamen katılıyorum" a kadar uzanan 5 seçenek içermektedir. Ölçekten alınacak puanlar 10 ile 50 arasında değişmektedir. En yüksek puan, evlilik doyumunun en üst düzeyde olduğuna işaret etmektedir.

### **Evlilik Doyum Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliği**

Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlilik çalışmalarına bakıldığında; ölçeğin test-tekrar test güvenirlilik çalışması sonucunda güvenirlilik katsayısı .85 olarak saptanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek maksadıyla hesaplanan Cronbach alfa katsayısı ise ilk uygulamada .91, ikinci uygulama grubunda ise .89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin dış ölçüte göre geçerliği konusunda, boşanmış 10 kişilik grup ile ön uygulama grubundaki 50 evli bireyden oluşan grubun, Evlilik Yaşamı Ölçeğinden aldıkları puanların ortalamaları t testi ile karşılaştırılmış ve aralarında, anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ( $t=6.23$ ,  $p<.01$ ). Bu bulgu, ölçeğin evlilik ilişkisinden sağlanan genel doyum düzeyi

açısından evliliğini sürdüren eşlerle boşanmış eşleri birbirinden ayırdığını göstermektedir. Sosyal beğenirlik etkisi, bu çalışmada ölçeğin geçerliğine dolaylı bir kanıt olarak ele alınmıştır. Ölçeğin sosyal beğenirlikten ne ölçüde etkilendiğini belirlemek için, sosyal beğenirliği ölçen, Kişisel Davranış Anketi ile Evlilik Yaşamı Ölçeği, 50 kişilik bir grup üzerinde uygulanarak, korelasyonuna bakılmış, (.21) anlamlı bulunmamıştır. Elde edilen tüm bu bulgular, Evlilik Yaşam Ölçeği'nin evlilik ilişkisini değerlendirmeye yönelik çalışmalarda, bu ilişkiden sağlanan genel doyum düzeyini belli bir ölçüde saptayabilen bir ölçüt olarak kullanılabileceği inancını güçlendirir görünmektedir ( Tezer, 1996).

Ölçeğin ülkemizde birçok araştırmada kullanılmış olması (Acar, 1998; Gökmen, 2001; Güven, 2005), güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

### **Verilerin Analizi**

Araştırmada toplanan veriler SPSS paket programında analiz edilmiştir.

Öncelikle duygusal zeka ölçeği ve evlilik yaşamı ölçeğinden alınan puanlara ilişkin betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Katılımcıların cinsiyetlerine ve yaşadıkları şehirlere göre duygusal zeka ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarına ilişkin karşılaştırmalar ve evlilik doyumunu puanlarına ilişkin karşılaştırmalar bağımsız örneklem için t testi ile yapılmıştır. Bu teknik iki gruba ait puan ortalamalarını karşılaştırmaya yarayan parametrik bir tekniktir. Yukarıda adı geçen değişkenlerin her ikisinin de iki düzeyi (kategorisi) bulunduğundan, karşılaştırmalarda bu teknik kullanılmıştır.

Katılımcıların eğitim durumlarına ve evlilik sürelerine göre duygusal zeka ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarına ve evlilik doyumunu puanlarına ilişkin karşılaştırmalarda ise bağımsız örneklem için varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Bu teknik ikiden fazla gruba ait puan ortalamalarını karşılaştırmaya yarayan parametrik bir tekniktir. Adı geçen değişkenlerin her ikisinin de ikiden fazla düzeyi (kategorisi) bulunduğundan, karşılaştırmalarda

bu teknik kullanılmıştır. Ancak ANOVA sonucunda elde edilen F değeri, gruplar arasında anlamlı fark olup olmadığını göstermekle birlikte, anlamlı farkın olduğu durumlarda bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu göstermemektedir. Anlamlı ıkan F değerlerinde, farkın kaynağını bulmak üzere çoklu karşılaştırma (post-hoc) testlerinden LSD testi kullanılmıştır.

İstatistiki analizlerde .01 hata payı kabul edilmiştir.



## BÖLÜM 4

### BULGULAR

Bu bölümde Duygusal Zeka Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeğinden alınan puanlara ilişkin betimsel istatistiklere, veri analizi sonucu elde edilen bulgulara ve bu bulgulara dayalı olarak yapılan yorumlara yer verilmiştir. Ortaya çıkan korelasyonlar tablolar şeklinde verilmiş, her tablodan önce araştırma soruları yazılmış, tablolarda yer alan ifadelerin açıklaması yapılmıştır

Duygusal Zeka Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeğinden alınan puanlara ilişkin betimsel istatistikler Tablo 2'de sunulmuştur.

**Tablo 2**

**Duygusal Zeka Ölçeği ve Evlilik Yaşamı Ölçeğinden  
Alınan Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler**

	<b>N</b>	<b>Ranj</b>	$\bar{X}$	<b>S</b>	<b>Varyans</b>
<b>Duygusal zeka toplam</b>	466	1.16	2.9232	.2082	4.336
<b>Kendi duygularını anlama</b>	466	1.75	2.9147	.2799	7.834
<b>Karşıındakilerin duygularını anlama</b>	466	1.42	2.8871	.2303	5.306
<b>Kendi duygularını yönetme</b>	466	1.64	2.9677	.2731	7.460
<b>Evlilik doyumu toplam</b>	466	3.40	3.9137	.7389	.546

## Evli Bireylerin Duygusal Zeka Düzeylerine İlişkin Bulgular

Araştırmanın birinci problemi olarak, evli bireylerin duygusal zeka düzeylerinin cinsiyet, eğitim durumu, evlilik süresi ve yaşadıkları şehir değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi alınmıştır. Aşağıda ele alınan değişkenlere göre duygusal zeka puanları üzerinde yapılan analizler tablolar halinde sunulmuştur.

### a) Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Duygusal Zeka Düzeyleri

Araştırmaya katılan bireylerin, cinsiyetlerine göre Duygusal Zeka Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarını karşılaştırmak amacıyla yapılan bağımsız örneklem için t testi sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

**Tablo 3**

### Araştırmaya Katılanların Cinsiyetlerine Göre Duygusal Zeka Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına İlişkin t Testi Sonuçları

Puanlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	sd	t	P
Kendi duygularını anlama	1. Kadın	251	2.93	0.28	464	1.29	0.20
	2. Erkek	215	2.90	0.28			
Karşısındakilerin duygularını anlama	1. Kadın	251	2.91	0.23	464	2.22	0.03
	2. Erkek	215	2.86	0.23			
Kendi duygularını yönetme	1. Kadın	251	2.99	0.27	464	2.62	0.00
	2. Erkek	215	2.93	0.27			
Duygusal zeka toplam	1. Kadın	251	2.95	0.20	464	2.56	0.01
	2. Erkek	215	2.90	0.21			

Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre duygusal zeka toplam puanları incelendiğinde, kadınlar ile erkeklerin “duygusal zeka” toplam puanları arasında kadınlar lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir [ $t_{(464)}=2.56$ ;  $P<0.05$ ]. Grupların puan ortalamaları incelendiğinde, kadınların

ortalamlarının ( $\bar{X}=2.95$ ), erkeklerin ortalamalarından ( $\bar{X}=2.90$ ) yüksek olduğu görülmektedir.

Alt ölçekler açısından ele alındığında; araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre “kendi duygularını anlama” alt boyut puanları incelendiğinde, kadınlar ile erkekler arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir [ $t_{(464)}= 1.29$ ;  $P>0.05$ ].

Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre “karşısındakinin duygularını anlama” alt boyut puanları incelendiğinde, kadınlar ile erkekler arasında kadınlar lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir [ $t_{(464)}= 2.22$ ;  $P<0.05$ ]. Grupların puan ortalamaları incelendiğinde, kadınların ortalamalarının ( $\bar{X}=2.91$ ), erkeklerin ortalamalarından ( $\bar{X}=2.86$ ) yüksek olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre “kendi duygularını yönetme” alt boyut puanları incelendiğinde, kadınlar ile erkekler arasında kadınlar lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir [ $t_{(464)}= 2.62$ ;  $P<0.05$ ]. Grupların puan ortalamaları incelendiğinde, kadınların ortalamalarının ( $\bar{X}=2.99$ ), erkeklerin ortalamalarından ( $\bar{X}=2.93$ ) yüksek olduğu görülmektedir.

#### **b) Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Duygusal Zeka Düzeyleri**

Araştırmaya katılan bireylerin, eğitim durumlarına göre Duygusal Zeka Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarını karşılaştırmak amacıyla yapılan varyans analizi sonuçları Tablo 4’te sunulmuştur.

**Tablo 4**  
**Araştırmaya Katılanların Eğitim Durumlarına Göre Duygusal Zeka**  
**Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına İlişkin**  
**Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Puanlar	Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	S	sd	F	P
<b>Kendi duygularını anlama</b>	1. İlköğretim mezunu	83	2.92	0.27	2, 440	0.02	0.98
	2. Lise mezunu	55	2.91	0.29			
	3. Üniversite mezunu	305	2.91	0.28			
<b>Karşısındakilerin duygularını anlama</b>	1. İlköğretim mezunu	83	2.84	0.25	2, 440	2.38	0.09
	2. Lise mezunu	55	2.82	0.22			
	3. Üniversite mezunu	305	2.90	0.22			
<b>Kendi duygularını yönetme</b>	1. İlköğretim mezunu	83	2.95	0.30	2, 440	0.48	0.62
	2. Lise mezunu	55	2.99	0.23			
	3. Üniversite mezunu	305	2.97	0.27			
<b>Duygusal zeka toplam</b>	1. İlköğretim mezunu	83	2.91	0.22	2, 440	0.61	0.54
	2. Lise mezunu	55	2.94	0.18			
	3. Üniversite mezunu	305	2.93	0.21			

(Bu değişkende “başka” kategorisinde sadece 23 kişi bulunduğundan, karşılaştırma yaparken bu kategori “missing/kayıp” olarak tanımlanmış ve analiz dışı bırakılmıştır.)

Araştırmaya katılanların eğitim durumlarına göre duygusal zeka toplam puanının ve alt ölçek puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bağımsız örneklem için varyans analizi sonuçları incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olmadığı görülmektedir.

### c) Evli Bireylerin Evlilik Sürelerine Göre Duygusal Zeka Düzeyleri

Araştırmaya katılan bireylerin, evlilik sürelerine göre Duygusal Zeka Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarını karşılaştırmak amacıyla yapılan varyans analizi sonuçları Tablo 5’te sunulmuştur.

**Tablo 5**  
**Araştırmaya Katılanların Evlilik Süresine Göre Duygusal Zeka Ölçeği**  
**Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına İlişkin**  
**Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Puanlar	Evlilik Süresi	N	$\bar{X}$	S	sd	F	P
<b>Kendi duygularını anlama</b>	1. 2-7 yıl	195	2.94	0.27	3, 462	1.45	0.23
	2. 8-13 yıl	118	2.91	0.28			
	3. 14-19 yıl	72	2.88	0.27			
	4. 20 yıl ve sonrası	81	2.88	0.31			
<b>Karşıındakilerin duygularını anlama</b>	1. 2-7 yıl	195	2.89	0.23	3, 462	0.03	0.99
	2. 8-13 yıl	118	2.88	0.23			
	3. 14-19 yıl	72	2.89	0.24			
	4. 20 yıl ve sonrası	81	2.89	0.23			
<b>Kendi duygularını yönetme</b>	1. 2-7 yıl	195	2.95	0.27	3, 462	0.83	0.48
	2. 8-13 yıl	118	2.98	0.26			
	3. 14-19 yıl	72	3.00	0.30			
	4. 20 yıl ve sonrası	81	2.96	0.28			
<b>Duygusal zeka toplam</b>	1. 2-7 yıl	195	2.93	0.20	3, 462	0.12	0.95
	2. 8-13 yıl	118	2.93	0.20			
	3. 14-19 yıl	72	2.92	0.22			
	4. 20 yıl ve sonrası	81	2.91	0.23			

Araştırmaya katılanların evlilik sürelerine göre duygusal zeka alt ölçek puanlarının ve toplam puanının karşılaştırılmasına ilişkin bağımsız örneklem için varyans analizi sonuçları incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olmadığı görülmektedir.

#### d) Evli Bireylerin Yaşadıkları Şehirlere Göre Duygusal Zeka Düzeyleri

Araştırmaya katılanların yaşadıkları şehirlere göre Duygusal Zeka Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklem için t testi sonuçları Tablo 6'da sunulmuştur.

**Tablo 6**

#### Araştırmaya Katılanların Yaşadıkları Şehirlere Göre Duygusal Zeka Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına İlişkin t Testi Sonuçları

Puanlar	Şehir	N	$\bar{X}$	S	sd	t	P
Kendi duygularını anlama	1. istanbul	229	2.94	0.30	464	1.67	0.10
	2. yozgat	237	2.89	0.26			
Karşısındakilerin duygularını anlama	1. istanbul	229	2.91	0.22	464	1.66	0.10
	2. yozgat	237	2.87	0.24			
Kendi duygularını yönetme	1. istanbul	229	3.02	0.26	464	4.00	0.00
	2. yozgat	237	2.92	0.27			
Duygusal zeka toplam	1. istanbul	229	2.95	0.21	464	3.12	0.00
	2. yozgat	237	2.89	0.21			

Araştırmaya katılanların yaşadıkları şehirlere göre “duygusal zeka” toplam puanları incelendiğinde, İstanbul’da yaşayanlar lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir [ $t_{(464)}= 3.12$ ;  $P<0.05$ ]. Grupların puan ortalamaları incelendiğinde, İstanbul’da yaşayanların ortalamalarının ( $\bar{X}=2.95$ ), Yozgat’ta yaşayanların ortalamalarından ( $\bar{X}=2.89$ ) yüksek olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılanların yaşadıkları şehirlere göre “kendi duygularını anlama” alt boyut puanları incelendiğinde, İstanbul ve Yozgat’ta yaşayanların arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir [ $t_{(464)}= 0.41$ ;  $P>0.05$ ].

Araştırmaya katılanların yaşadıkları şehirlere göre “karşısındakinin duygularını anlama” alt boyut puanları incelendiğinde, İstanbul ve Yozgat’ta yaşayanların arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir [ $t_{(464)}= 0.41$ ;  $P>0.05$ ].

Araştırmaya katılanların yaşadıkları şehirlere göre “kendi duygularını yönetme” alt boyut puanları incelendiğinde, İstanbul’da yaşayanlar lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir [ $t_{(464)}= 4.00$ ;  $P<0.05$ ]. Grupların puan ortalamaları incelendiğinde, İstanbul’da yaşayanların ortalamalarının ( $\bar{X}=3.02$ ), Yozgat’ta yaşayanların ortalamalarından ( $\bar{X}=2.92$ ) yüksek olduğu görülmektedir.

### **Evli Bireylerin Evlilik Doyumu Düzeylerine İlişkin Bulgular**

Araştırmanın ikinci problemi olarak evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerinin cinsiyet, eğitim durumu, evlilik süresi ve yaşadıkları şehir değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi alınmıştır. Aşağıda ele alınan değişkenlere göre evlilik doyumu puanları üzerinde yapılan analizler tablolar halinde sunulmuştur.

#### **a) Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Evlilik Doyumu Düzeyleri**

Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre evlilik doyumu puanlarını karşılaştırmak amacıyla yapılan bağımsız örneklem için t Testi sonuçları Tablo 7’de sunulmuştur.

**Tablo 7**

#### **Araştırmaya Katılanların Cinsiyetlerine Göre Evlilik Doyumu Puanlarına İlişkin t Testi Sonuçları**

<b>Puanlar</b>	<b>Cinsiyet</b>	<b>N</b>	$\bar{X}$	<b>S</b>	<b>sd</b>	<b>t</b>	<b>P</b>
<b>Evlilik Doyumu</b>	1. Kadın	251	3.84	0.77	462,859	2.31	0.02
	2. Erkek	215	3.99	0.69			

Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre evlilik doyumları incelendiğinde, kadınlar ile erkeklerin doyumları arasında erkekler lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir [ $t_{(462,859)}= 2.31$ ;  $P<0.05$ ]. Grupların puan ortalamaları incelendiğinde, erkeklerin ortalamalarının ( $\bar{X}=3.99$ ), kadınların ortalamalarından ( $\bar{X}=3.84$ ) yüksek olduğu görülmektedir.

### b) Evli Bireylerin Eğitim Düzeylerine Göre Evlilik Doyumu Düzeyleri

Araştırmaya katılanların eğitim durumlarına göre evlilik doyumu puanlarını karşılaştırmak amacıyla yapılan varyans analizi sonuçları, Tablo 8'de sunulmuştur.

**Tablo 8**  
**Araştırmaya Katılanların Eğitim Durumlarına Göre**  
**Evlilik Doyumu Puanlarına İlişkin Tek Yönlü**  
**Varyans Analizi Sonuçları**

Puanlar	Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	S	Sd	F	P
<b>Evlilik Doyumu</b>	1. İlköğretim mezunu	83	3.67	0.81	2, 440	6.27	0.00
	2. Lise mezunu	55	4.02	0.92			
	3. Üniversite mezunu	305	3.98	0.72			

(Bu değişkende “başka” kategorisinde sadece 23 kişi bulunduğundan, karşılaştırma yaparken bu kategori “missing” olarak tanımlanmış ve analiz dışı bırakılmıştır.)

Araştırmaya katılanların eğitim durumlarına göre evlilik doyumu puanları incelendiğinde, evlilik doyumları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir [ $F_{(2, 440)}=6.27$ ;  $P<0.05$ ].



Eğitim durumlarına göre evlilik doyumlari arasında anlamlı çıkan farkın kaynağını bulmak amacıyla yapılan, Post-Hoc testlerinden LSD oklu Karşılaştırma Testinin Sonuçları Tablo 9’da sunulmuştur.

**Tablo 9**  
**Eğitim Durumlarına Göre Evlilik Doyumları Arasındaki**  
**Farkın Kaynağını Bulmaya İlişkin**  
**LSD oklu Karşılaştırma Testi**  
**Sonuçları**

Puanlar	Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	Anlamlı Fark (LSD)
<b>Evlilik Doyumu</b>	1. İlköğretim mezunu	83	3.67	1-2, 1-3
	2. Lise mezunu	55	4.02	
	3. Üniversite mezunu	305	3.98	

Gruplar arasındaki farkın kaynağını bulmak üzere uygulanan LSD oklu karşılaştırma testi sonuçları incelendiğinde, ilköğretim mezunları ile lise mezunları, ilköğretim mezunları ile niversite mezunları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir. Gruplara ait ortalamalar incelendiğinde, en yüksek ortalamanın lise mezunlarına ait olduğu, en düşük ortalamanın ise ilköğretim mezunlarına ait olduğu görülmektedir. Buna göre lise mezunlarının evlilik doyumlarının, ilköğretim ve niversite mezunu evli bireylere oranla daha yüksek olduğu görülmektedir.

### c) Evli Bireylerin Evlilik Sürelerine Göre Evlilik Doyumu Düzeyleri

Araştırmaya katılanların evlilik süresine göre evlilik doyumu puanlarının karşılaştırılması amacıyla yapılan varyans analizi sonuçları Tablo 10’da sunulmuştur.

**Tablo 10**  
**Araştırmaya Katılanların Evlilik Süresine Göre Evlilik Doyumu**  
**Puanlarına İlişkin Tek Yönlü**  
**Varyans Analizi Sonuçları**

Puanlar	Evlilik Süresi	N	$\bar{X}$	S	sd	F	P
<b>Evlilik Doyumu</b>	1. 2-7 yıl	195	3.99	0.71	3, 462	3.09	0.03
	2. 8-13 yıl	118	3.80	0.70			
	3. 14-19 yıl	72	3.77	0.77			
	4. 20 yıl ve sonrası	81	4.03	0.70			

Araştırmaya katılanların evlilik sürelerine göre evlilik doyumu puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bağımsız örneklem için varyans analizi sonuçları incelendiğinde, evlilik doyumları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir [ $F_{(3, 462)}=3.09$ ;  $P<0.05$ ].

Evlilik sürelerine göre evlilik doyumları arasında anlamlı çıkan farkın kaynağını bulmak amacıyla yapılan, Post-Hoc testlerinden LSD Çoklu Karşılaştırma Testinin sonuçları Tablo 11’de sunulmuştur.

**Tablo 11**  
**Evlilik Sürelerine Göre Evlilik Doyumları Arasındaki**  
**Farkın Kaynağını Bulmaya İlişkin**  
**LSD Çoklu Karşılaştırma Testi**  
**Sonuçları**

Puanlar	Evlilik Süresi	N	$\bar{X}$	Anlamlı Fark (LSD)
<b>Evlilik Doyumu</b>	1. 2-7 yıl	195	3.99	1-2, 1-3, 2-4, 3-4
	2. 8-13 yıl	118	3.80	
	3. 14-19 yıl	72	3.77	
	4. 20 yıl ve sonrası	81	4.03	

Gruplar arasındaki farkın kaynağını bulmak üzere uygulanan LSD çoklu karşılaştırma testi sonuçları incelendiğinde, 2-7 yıl evli olanlar ile 8-13 yıl evli olanlar; 2-7 yıl evli olanlarla 14-19 yıl evli olanlar; 8-13 yıl evli olanlarla 20 yıl ve daha fazla evli olanlar; 14-19 yıl evli olanlarla 20 yıl ve üzeri evli olanlar arasındaki farklarının anlamlı olduğu görülmektedir. Gruplara ait ortalamalar incelendiğinde, en yüksek ortalamanın 20 yıl ve üzerinde evli olanlara ait olduğu, en düşük ortalamanın ise 8-13 yıl evli olanlara ait olduğu görülmektedir.

#### d) Evli Bireylerin Yaşadıkları Şehirlere Göre Evlilik Doyumu Düzeyleri

Araştırmaya katılanların yaşadıkları şehirlere göre evlilik doyumu puanlarının karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklem için t Testi sonuçları Tablo 12'de sunulmuştur.

**Tablo 12**

#### **Araştırmaya Katılanların Yaşadıkları Şehirlere Göre Evlilik Doyumu Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin t Testi Sonuçları**

Puanlar	Şehir	N	$\bar{X}$	S	sd	t	P
Evlilik Doyumu	1. İstanbul	229	3.93	0.75	464	0.41	0.68
	2. yozgat	237	3.90	0.73			

Araştırmaya katılanların yaşadıkları şehirlere göre evlilik doyumları incelendiğinde, İstanbul ve Yozgat'ta yaşayanların evlilik doyumları arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir [ $t_{(464)} = 0.41$ ;  $P > 0.05$ ].

## Duygusal Zeka İle Evlilik Doymu Arasındaki İlişkiye İlişkin Bulgular

Araştırmada ele alınan 3. problemde aşağıdaki sorulara yanıt bulunması amaçlanmıştır;

- a) Kendi duygularını anlama ile evlilik doymu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- b) Karşısındakilerin duygularını anlama ile evlilik doymu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- c) Kendi duygularını yönetme ile evlilik doymu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmaya katılanların duygusal zeka düzeyi ile evlilik doymu puanları arasındaki ilişki ve bu ilişkinin duygusal zekanın alt boyutları ile korelasyonu Tablo 13'de sunulmuştur.

**Tablo 13**  
**Araştırmaya Katılanların Duygusal Zeka Düzeyi İle**  
**Evlilik Doymu Arasındaki İlişki İçin**  
**Korelasyonlar**

(Bu ilişkinin duygusal zekanın alt boyutları ile korelasyonu)

Puanlar	Duygusal Zeka Toplam	Evlilik Doymu Toplam
Kendi Duygularını Anlama	.72**	.02
Karşısındakilerin Duygularını Anlama	.78**	.24**
Kendi Duygularını Yönetme	.89**	.19**
Duygusal Zeka Toplam	-	.18**
Evlilik Doymu Toplam	-	-

\*\*P<.01, N=466

Evlilik doyumu toplam puanı ile duygusal zeka ölçeği toplam puanı arasındaki ilişki .01 düzeyinde anlamlıdır.

Evlilik doyumu toplam puanı ile duygusal zeka ölçeği kendi duygularını anlama alt boyut puanı arasındaki ilişki anlamlı değildir.

Evlilik doyumu toplam puanı ile duygusal zeka ölçeği karşısındaki duygularını anlama alt boyut puanı arasındaki ilişki .01 düzeyinde anlamlıdır.

Evlilik doyumu toplam puanı ile duygusal zeka ölçeği duyguları yönetme alt boyut puanı arasındaki ilişki .01 düzeyinde anlamlıdır.

## BÖLÜM 5

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde araştırma sonuçları ilgili araştırmalarla karşılaştırılarak tartışılmış ve yorum yapılmıştır.

#### **- Evli bireylerin duygusal zeka ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının cinsiyetlerine göre incelenmesi**

*Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre duygusal zeka toplam, karşısındakinin duygularını anlama ve duyguları yönetme alt boyutu puanları incelendiğinde, kadınlar ile erkekler arasında kadınlar lehine anlamlı fark olduğu; kendi duygularını anlama alt boyutu puanları incelendiğinde ise, kadınlar ile erkekler arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir.* Cinsiyete göre bakıldığında, araştırmaya katılan bireylerden kadınların duygusal zeka toplam puanlarının erkeklere göre yüksek çıkması beklenen bir sonuçtur. Çünkü, bilindiği gibi, kadınlar erkeklere göre olaylar ve durumlar karşısında daha duygusal davranmakta, duygularından daha fazla söz etmekte; erkekler kadınlara göre daha gerçekçi davranmakta ve duygularından daha az söz etmektedirler. Genelde kadınlar erkeklere kıyasla duygusal çeşitliliği daha yoğun ve canlı bir şekilde yaşar. Bu anlamda, kadınlar erkeklerden gerçekten daha duygusaldır (Goleman, 2000). Ergin (2000) tarafından yapılan çalışmada da cinsiyet değişkenine göre kız öğrencilerde “hassas, hayalci, yardım alan” kişilik özelliğinin erkek öğrencilere göre daha yoğun görüldüğü, buna karşın erkek öğrencilerin “gerçekçi, kendine güvenen, rasyonel” kişilik özelliğine kız öğrencilerden daha fazla sahip oldukları ortaya konmuştur.

Aynı şekilde, kadınlar karşısındakinin duygularına karşı daha hassas olmakta ve karşısındakinin ne hissettiğini anlama konusunda daha duyarlı davranmaktadırlar, bu yönden karşısındakinin duygularını anlama alt boyut puanlarının yüksek çıkması da beklenen bir sonuçtur. Kadınların bir erkeğin

yüzündeki üzgün ifadeye karşı duyarlılığı, erkeklerin, bir kadının yüz ifadesindeki üzüntüye karşı duyarlılığından daha fazladır (Goleman, 2000). Duygusal zeka ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişki incelendiğinde kız öğrencilerin “empati” becerilerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Ergin, 2000). “Empati” becerisi burada, karşısındakinin duygularını anlama alt boyutu ile ilişkilendirilebilir. Duyguları yönetme puanlarının kadınlarda erkeklere göre yüksek olması ise yine karşısındakinin duygularını anlama puanlarının kadınlarda yüksek olması ile açıklanabilir. Duygusal Zeka Ölçeği'nin soruları incelendiğinde, duyguları yönetme alt boyutunu ölçen soruların, karşısındakinin duygularına karşı daha hassas olunması gereken durumlardan oluştuğu söylenebilir. Daha hassas davranma, duygularını daha fazla belli etme, hatasını kabul etme, agresif davranmama gibi.. Bu noktada da yine kadınların puanının yüksek çıkması beklenen bir durum olmaktadır. Ancak yine Ergin (2000) tarafından yapılan çalışmada “duygularını yönetme” becerilerinde erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha iyi oldukları ortaya konmuştur. Burada “duygularını yönetme” becerilerinde erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha iyi olduğu sonucu, bu araştırmanın kendi duygularını yönetme alt boyut puanlarına yönelik olarak elde edilen sonuçla tutarlı değildir.

Kendi duygularını anlama alt boyut puanlarına bakıldığında, kadınlar ile erkekler arasında anlamlı bir fark olmadığı bulgusu, toplum olarak duyguları yeteri kadar önemsemeyişimizle, duygulardan ziyade düşüncelerimizden söz edişimizle açıklanabilir. Fakat Ergin (2000)'in araştırmasında “duygularının farkında olma” becerisinde erkeklerin puanlarının kadınlardan daha yüksek çıktığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgu da, araştırmanın kendi duygularını anlama alt boyut puanlarına yönelik olarak elde edilen sonuçla tutarlı değildir.

Konu ile ilgili olarak literatürde yapılan diğer çalışmalara bakıldığında, bu araştırma bulgusunu destekler nitelikte birçok araştırma olduğu görülmektedir. Erginsoy (2002), Köksal (2003) ve Göçet (2006) tarafından yapılan çalışmalarda duygusal zekanın kız öğrencilerde, erkek öğrencilere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ancak Deniz ve Yılmaz (2004) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin duygusal zeka puanlarının

cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bütün bu sonuçlar değerlendirildiğinde, araştırma bulgusunun bir çok araştırma tarafından desteklendiği, duygusal zekada cinsiyetler arası bir farktan söz edilebileceği söylenebilir.

**- Evli bireylerin duygusal zeka ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının eğitim düzeylerine göre incelenmesi**

*Araştırmaya katılanların eğitim durumlarına göre duygusal zeka alt ölçek puanları ve toplam puanları incelendiğinde, gruplar arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir.* Eğitim durumuna göre duygusal zeka düzeyinin artması beklenmiş, ancak elde edilen bulgu bunu desteklememiştir. Bu durum şu şekilde açıklanabilir; çalışma grubunun eğitim durumuna göre dağılımına baktığımızda katılımcılardan üniversite mezunlarının grubun % 65.50 gibi büyük bir kısmını oluşturduğu görülmektedir. İlköğretim ve lise mezunlarının sayı olarak daha az olması, gruplar arasında sağlıklı bir karşılaştırma yapılmasını engellemiş olabilir. Ve elde edilen sonuç, büyük oranda üniversite mezunu bireylerin duygusal zeka düzeyini yansıtmaktadır denilebilir.

Bununla birlikte eğitim durumunun duygusal zeka üzerindeki etkisinin araştırıldığı bazı araştırmalara baktığımızda, sonuçlar şu şekilde özetlenebilir: Eranlı ( 2003), çalışmasında üniversite öğretim elemanlarının duygusal zeka düzeylerinin toplam puan ortalamalarının, öğrenim düzeylerine (lisans, lisansüstü, doktora) göre anlamlı bir fark göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Bu bulgu araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Serdengeçti (2003) tarafından yapılan çalışmada ise, eğitim durumu ilköğretim olan futbolcuların duygusal zeka puanlarının en düşük olduğu, üniversite mezunu olan futbolcuların ise duygusal zeka puanlarının en yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgu, araştırma sonucunu desteklememektedir.

**- Evli bireylerin duygusal zeka ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının evlilik sürelerine göre incelenmesi**



*Araştırmaya katılanların evlilik sürelerine göre duygusal zeka alt ölçek puanları ve toplam puanları incelendiğinde, gruplar arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir.* Bu bulgu ile ilgili olarak, bireylerin duygusal zeka düzeylerinin, evlilik süresi ile ilişkili olmadığı söylenebilir. Evlilik süresinin kısa veya uzun oluşu, bireylerin duygusal zeka düzeyini etkilememektedir denilebilir. Evlilik süresi arttıkça, en azından, karşısındakinin duygularını anlama alt boyut puanlarının artması beklenmiştir. Çünkü eşlerin birlikte geçirdikleri zaman arttıkça birbirlerinin duygularını anlama, dolayısıyla başkalarının duygularına karşı da daha duyarlı olma konusunda daha başarılı olmaları beklenmektedir. Ancak araştırma bulguları bu beklentiyi desteklememiştir. Bu durum duygusal zeka düzeyi ile evlilik süresi arasında olması beklenen ilişkinin, cinsiyet, eğitim durumu gibi diğer değişkenlere oranla daha dolaylı bir ilişki olması ile açıklanabilir. Literatüre bakıldığında ise, evlilik süresi değişkeninin ele alındığı bir araştırmaya rastlanmamıştır.

**- Evli bireylerin duygusal zeka ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının yaşadıkları şehirlere göre incelenmesi**

*Araştırmaya katılanların yaşadıkları şehirlere göre kendi duygularını anlama ve karşısındakinin duygularını anlama alt boyut puanları incelendiğinde, İstanbul ve Yozgat'ta yaşayanlar arasında anlamlı fark olmadığı; duyguları yönetme ve duygusal zeka toplam puanları incelendiğinde ise İstanbul'da yaşayanlar lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir.* Kendi duygularını anlama ve karşısındakinin duygularını anlama alt boyut puanları arasında fark olmayışı, bu boyutlarda, yaşanan şehir değişkeninin etkili olmadığı anlamına gelmektedir. Duygusal zeka toplam ve duyguları yönetme alt boyut puanlarında İstanbul'da yaşayanlar lehine anlamlı fark olması ise, İstanbul'da yaşayanların nüfus yoğunluğu nedeniyle daha fazla olayla veya en azından duygusal tepki göstermeleri gereken durumla karşılaşmaları, uyaran sayısının fazla oluşu, daha fazla duyguyu birlikte yaşama olasılıklarının olması, yani İstanbul'un metropol bir şehir olması ile açıklanabilir. Duygularını yönetme puanları da yine aynı şekilde, bireylerin duygularını kontrol etmeleri gereken çok fazla duruma tanıklık etmelerinden dolayı, zamanla bu konuda daha yeterli ve başarılı olmaları ile açıklanabilir. Yani daha fazla insanla, durumla

bir arada yaşamak, duygular konusunda daha duyarlı olmaya olanak tanımaktadır denilebilir.

Konu ile ilgili olarak, birebir yaşanan şehir değişkeninin ele alındığı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak yapılan benzer araştırmalara bakıldığında; Aşan ve Özyer (2003) tarafından yapılan çalışmada katılımcıların büyük şehirlerde yetişmiş olmaları ile duygusal zekaları arasındaki ilişkiye bakılmış, bir ilişki saptanamamıştır. Bender (2006) ise yaptığı çalışmada, toplam duygusal zeka ya da alt boyutları ile, en uzun süre yaşanan yerleşim birimi arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Bu, araştırma bulgusunu destekler nitelikte bir bulgu olarak görülebilir.

#### **- Evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerinin cinsiyetlerine göre incelenmesi**

*Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre evlilik doyumları incelendiğinde, kadınlar ile erkeklerin doyumları arasında erkekler lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir.* Erkeklerin evlilikten daha fazla doyum elde etmeleri, erkeklerin evlilikle birlikte daha düzenli bir hayata başlamaları, ev işlerinin daha çok kadının görevi olarak algılanması ve bu konuda asıl sorumluluğun kadınların üzerinde olması ile açıklanabilir. Bunu, literatürdeki araştırma bulguları desteklemektedir. Kadınların doyumu aile bireyleri arasındaki iş paylaşımına katkılarının bir sonucu olarak U biçimli bir eğridir. Kadınların katkılarının (onlara düşen payların) en fazla olduğu dönemlerde doyumları en düşük ve tersine katkıların en düşük olduğu dönemlerde ise en yüksektir. Bununla birlikte, erkekler farklı yaşam dönemlerinde kadınlara nazaran daha fazla doyum sağlamaktadır (Pillemer ve Suito, 1991). Gökmen (2001) 'in aktardığına göre, Schumm (1985), evlilik doyumu üzerine yapılan çalışmalarda, evlilikten alınan doyumun kadınlar ve erkekler tarafından farklı algılandığını ortaya çıkarmıştır. Bremer (1997), kadınların ve erkeklerin evlilik doyumunun birbirinden farklı olduğunu, cinsiyetin evlilik ilişkisinde, eşlerin rollerinin nasıl olacağı konusunda, önemli bir belirleyici olduğunu belirtmiştir.

Burada evlilik beklentileri ile doyum ilişkisine bakılırsa; kadınlar, küçük yaşlardan itibaren evliliğe çok fazla anlamlar yükleyerek büyütülür ve beklentileri de buna bağlı olarak artar. Bu durum ise evlilikten yüksek beklentiler sonucu umduğunu bulamama ile sonuçlanabilir. Erkeklerin ise beklenti düzeyi, daha gerçekçi oldukları için kadınların beklenti düzeyi kadar yüksek değildir. Dolayısıyla erkekler daha az hayal kırıklığı yaşamakta ve evlilikten daha fazla doyum elde etmektedirler.

Konu ile ilgili olarak benzer araştırmalara bakıldığında, farklı sonuçlar olduğu dikkat çekmektedir. Bu araştırma bulgularına yer verilecek olursa; Fışiloğlu (1992), Çelik (1997), Acar (1998) ve Güven (2005) yapmış oldukları çalışmalarda, cinsiyet değişkeninin evlilik doyumunu ile anlamlı sonuç vermediği, eşlerin evlilikten sağladıkları doyum arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulgular, araştırma sonucunu desteklememektedir. Gökmen (2001) yapmış olduğu çalışmasında, erkeklerin kadınlara oranla evliliklerinden daha fazla doyum aldıklarını ifade ettiklerini belirtmiştir. Hasta (1996), kadınların evlilik doyumunun erkeklere göre düşük olduğunu bulmuştur. Benin ve Agostinelli (1988) yaptıkları çalışmada adil bir iş paylaşımıyla en çok doyuma ulaşanın erkekler olduğunu bulmuşlardır. Bu bulgular, araştırma sonucunu destekler niteliktedir.

#### **- Evli bireylerin evlilik doyumunu düzeylerinin, eğitim düzeylerine göre incelenmesi**

*Araştırmaya katılanların eğitim düzeylerine göre evlilik doyumları incelendiğinde, gruplar arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir. İlköğretim mezunları ile lise mezunları, ilköğretim mezunları ile üniversite mezunları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir. Gruplara ait ortalamalar incelendiğinde, en yüksek ortalamanın lise mezunlarına ait olduğu, en düşük ortalamanın ise ilköğretim mezunlarına ait olduğu görülmektedir. İlköğretim ile lise mezunları, ilköğretim ile üniversite mezunları arasındaki farkın anlamlı oluşu, eğitim düzeyinin arttıkça, evlilikten sağlanan doyumunda artması ile açıklanabilirdi. Ancak en düşük ortalamanın ilköğretim mezunlarına ait olması, en yüksek ortalamanın ise lise mezunlarına ait olmasından dolayı, bu bulgu*

şu şekilde yorumlanabilir; eğitim düzeyi düştükçe ya da arttıkça, evliliğe yüklenen anlam ve evlilikten beklentiler farklılaşmakta (örneğin eğitim düzeyi düştükçe evliliğe daha çok neslin devamını sağlayan kurum olarak bakıldığı düşünülmekte) ortada yer alan grup, yani lise mezunları evlilikten daha fazla doyum elde etmektedirler.

Konuyla ilgili olarak, Fışiloğlu (1992) tarafından yapılan araştırma, eşin eğitim düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin anlamlı olduğunu göstermiştir. Sonuçlara göre, deneklerden eşleri bilim uzmanlığı derecesine sahip olanların evlilik uyumu, eşleri lise ve lisans derecesine sahip olan grupların evlilik uyumundan daha yüksektir. Ayrıca eşleri doktora derecesine sahip grubun evlilik uyumu, eşleri lisans derecesine sahip grubun evlilik uyumundan daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu, araştırma sonucunu desteklememektedir. Bu durum ise Fışiloğlu (1992) tarafından yapılan araştırmanın, yurt dışında eğitim gören 70 lisans üstü öğrenci ile yapılmış olmasına bağlanabilir. Araştırmanın hem farklı bir ülkede eğitim gören bir grupla, hem de sadece lisans üstü eğitim gören öğrencilerle yapılmış olmasının, sonuçları etkileyeceği düşünülmektedir. Lisans üstü eğitim gören bir öğrenci grubun evlilik doyumlarında farklı bir sonuç çıkması beklenen bir durumdur. Bu çalışmada ilköğretim, lise ve üniversite mezunları ile çalışılmış, eğitim durumu lisans üstü olan gruba yer verilmemiştir.

#### **- Evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerinin evlilik sürelerine göre incelenmesi**

*Araştırmaya katılanların evlilik sürelerine göre evlilik doyumları incelendiğinde gruplar arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir. 2-7 yıl evli olanlar ile 8-13 yıl evli olanlar; 2-7 yıl evli olanlarla 14-19 yıl evli olanlar; 8-13 yıl evli olanlarla 20 yıl ve daha fazla evli olanlar; 14-19 yıl evli olanlarla 20 yıl ve üzeri evli olanlar arasındaki farkların anlamlı olduğu görülmektedir. Gruplara ait ortalamalar incelendiğinde, en yüksek ortalamanın 20 yıl ve üzerinde evli olanlara ait olduğu, bunu 2-7 yıl evli olanların izlediği, en düşük ortalamanın ise 8-13 yıl evli olanlara ait olduğu görülmektedir. Bu bulgu, evlilik süresi arttıkça yaşanan sıkıntıların en aza indiği, eşlerin birbirini daha fazla*

tanıldığı, evliliğin daha fazla rayına oturduğu ve dolayısıyla doyumun arttığı şeklinde yorumlanabilir. Literatürdeki araştırmalar bu bulguyu destekler niteliktedir. Doyum, ebeveyn olmadan ve çocuk büyüdükten sonraki dönemlerde en yüksek, çocukların küçük olduğu dönemlerde ise en düşüktür (Pillemer ve Suitor, 1991). Billideau (1997); yetişkin birinin yaşamında 'boş yuva' olarak bilinen aşama (yani çocukların yokluğu) üzerinde yapılan araştırmada, bu aşamanın evlilik memnuniyeti üzerinde önemli etkisi olduğu bulunmuştur. Bu mutluluk son çocuk yaşama başladıktan hemen sonra en güçlü halini almaktadır. Bunun en önemli nedeni kaçınılmaz velilik (ebeveynlik) stresidir. Boş yuva aşamasının, iki eşin de evlilik memnuniyetini olumlu bir şekilde etkilediği kanıtlanmıştır (Billideau, 1997). Yapılan çalışmalara göre orta yaş yıllarında evlilik doyumundaki bir düşüşten sonra, daha ileri yaşlara adım atan partnerler için evlilik gittikçe yükselen bir şekilde olumlu hale gelir (Bremer, 1997). Boş yuva evresinde yaşayan babalar ve anneler genellikle boş yuva yaşantısının olumsuz olmaktan çok, olumlu olduğunu belirtmektedirler (Onur, 2000). Fışıloğlu (1992) ve Acar (1998), çalışmalarında evlilik süresi ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, evlilik süresi değişkeninin bireylerin evlilik doyum düzeylerini etkilemediği sonucuna ulaşmışlardır. Bu çalışmaların bulguları, araştırma sonucunu desteklememektedir.

#### **- Evli bireylerin evlilik doyum düzeylerinin yaşadıkları şehirlere göre incelenmesi**

*Araştırmaya katılanların yaşadıkları şehirlere göre evlilik doyumları incelendiğinde, İstanbul ve Yozgat'ta yaşayanlar arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir.* Bu bulgu araştırmaya katılan bireylerin, çoğunlukla memur kesimden (öğretmen, bankacı, doktor, vb.) olması ile açıklanabilir. Memur bireylerin yaşadıkları şehir neresi olursa olsun yaşam standartlarının benzer olması (maddi durum, evlilikten beklentiler, sosyal yaşam gibi), her iki şehirde yaşayanların doyum düzeylerinin benzer olacağını, çok fazla farklılık olmayacağını göstermektedir. Literatürde konu ile ilgili olarak yapılan bir araştırmaya rastlanmamıştır.

### **- Evli bireylerin duygusal zeka düzeyi ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının incelenmesi**

*Evlilik doyumu toplam puanı ile duygusal zeka ölçeği toplam puanı arasındaki ilişki .01 düzeyinde anlamlıdır.* Bu sonuç, bireylerin duygusal zeka düzeylerinin, evlilikten sağladıkları doyum ile ilişkili olduğu anlamına gelmektedir. Araştırma sonucundan beklenildiği üzere, duygusal zeka düzeyi ile evlilik doyumu arasında pozitif anlamlı bir ilişki söz konusudur. Duygusal zeka düzeyi yükseldikçe, evlilikten sağlanan doyum artmaktadır denilebilir. Goleman (2000)'a göre; evliliğin yürümesini sağlayan temel bir strateji de, çiftlerin kavga konusu olan –çocuk yetiştirme, cinsellik, para, ev işleri gibi- belirli sorunlar üzerinde yoğunlaşmak yerine, ortak duygusal zekalarını geliştirmeye yönelmeleridir; bu da sorunları halledebilme şansını artırır.

Literatürde bu araştırma bulgusunu destekler nitelikte benzer bir araştırma; Deniz ve Yılmaz (2004) tarafından yapılan çalışmadır. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin duygusal zeka yetenekleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiş, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ile duygusal zeka alt boyutları ve toplam duygusal zeka puanları arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Bu bulgu, araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

### **- Kendi duygularını anlama alt boyut puanı ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi**

*Evlilik doyumu toplam puanı ile duygusal zeka ölçeği kendi duygularını anlama alt boyut puanı arasındaki ilişki anlamlı değildir.* Bu bulgu, bireylerin evlilik doyumu ile kendi duygularını anlama becerileri arasında ilişki olmadığı anlamındadır. Yani kendi duygularını anlama becerisine sahip olan bireylerin, evlilikten daha fazla doyum sağladıkları şeklinde bir yorum yapılamayacağı anlamına gelmektedir. Literatürde bu araştırma bulgusunu destekler ya da reddeder nitelikte bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu durum, konu ile ilgili olarak yapılan önceki araştırmalarda, bu ilişkinin incelenmediğini göstermektedir. Burada evlilikten elde edilen doyumda bireylerin kendi

duygularını değil de, karşısındakinin duygularını anlaması daha önemlidir şeklinde bir yorum yapılabilir. Daha öncede belirtildiği gibi, evlilikte eşler arasında “anlaşıldığını hissetme” çok daha önemli bir nokta olarak görülmektedir. Araştırmadan elde edilen diğer bulgularda bu durumu destekler niteliktedir.

#### **- Karşısındakilerin duygularını anlama alt boyut puanı ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi**

*Evlilik doyumu toplam puanı ile duygusal zeka ölçeği karşısındakinin duygularını anlama alt boyut puanı arasındaki ilişki .01 düzeyinde anlamlıdır.* “Karşısındakilerin duygularını anlama” alt boyutu ile evlilik doyumunun anlamlı düzeyde ilişkili çıkması, “karşımızdakinin duygularını anlama” olarak nitelendirebileceğimiz “empati” kavramının evlilikte önemli bir yere sahip olduğu şeklinde yorumlanabilir. Anlaşılanın evlilikte ne kadar önemli bir yere sahip olduğunu düşündüğümüzde, bu sonucu doğruladığını söyleyebiliriz. Goleman (2000)’a göre, bir tartışmayı bir patlama noktasına getirmeyi engelleyen onarım mekanizmaları, tartışmayı saptırmamak, empati göstermek ve gerilimi azaltmak gibi basit davranışları kapsar. Çok az duygusal yeterlilik – esas olarak, sakinleşebilmek (ve eşini sakinleştirebilmek), empati ve iyi dinleme- çiftin anlaşmazlıklarını daha etkili bir şekilde giderebilmesini sağlar (Goleman, 2000).

#### **- Kendi duygularını yönetme alt boyut puanı ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi**

*Evlilik doyumu toplam puanı ile duygusal zeka ölçeği kendi duygularını yönetme alt boyut puanı arasındaki ilişki .01 düzeyinde anlamlıdır.* “Kendi duygularını yönetme” alt boyutu ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki çıkmasını ise şu şekilde yorumlayabiliriz: evliliği yürütebilmek karşılıklı olarak saygı ve sevgiye dayanmaktadır. Her evlilikte hayal kırıklıkları yaşanması, anlaşmazlıklar doğması beklenen bir durumdur. Anlaşmazlıkların yaşanması ile bireyler genellikle öfkelenmekte, bu öfkelerini eşlerine yöneltmektedirler. Daha önce evlilik doyumu ile ilgili kuramsal çerçeve kısmında değinildiği gibi,

yaşanılan duygular eşlerin dolup taşmasına sebep olmakta, duyguların doğru şekilde ifade edilmemesi de evliliklerin her geçen gün daha kötüye gitmesine sebep olmaktadır. Bu noktada bireylerin kendi duygularını yönetebilme, doğru şekilde ifade edebilme becerileri devreye girmektedir. Kuramsal çerçeve kısmında yer verilen bilgiler de dikkate alındığında, sonucu bu şekilde değerlendirmenin doğru olacağı düşünülmektedir. Goleman (2000), konu ile ilgili olarak şunları söylemiştir: Çoğu karı-koca, kavga ederken hiç kuşkusuz zaman zaman yoğun anlar yaşar. Evlilikte sorun, eşlerden biri, bu öfkelenmeyi neredeyse sürekli hissettiğinde başlar. Zamanla dolup taşan eş, evlilikteki her türlü sorunu çok ciddi ve giderilmesi imkansız olarak görmeye başlar, çünkü dolup taşma bir ilişkiyi düzeltme çabalarını başlı başına köstekler. Bu devam ettikçe meseleleri konuşmak faydasız hale gelir ve eşler sorunlu hislerini kendi kendilerine yatıştırmaya çalışırlar (Goleman, 2000). Burada da vurgulanmaya çalışıldığı gibi, sorunlarla baş edebilme noktasında duyguları yönetebilme, önemli bir beceridir. Goleman (2000)'a göre, boşanmaya giden yolda, duygusal yetersizliklerin olumsuz sonuçları açıktır. Eşler eleştiri ve aşağılama, savunmacılık ve araya duvar örme, sıkıntılı düşünceler ve duygusal taşmanın kısır döngüsüne yakalanırlar; bu döngü başlı başına öz denetimin, empatinin ve hem kendini hem de birbirini yatıştırma geleneğinin çöküşünü yansıtır. Sonunda boşanan çiftlerdeki en önemli eksiklik, eşlerden herhangi birinin tartışma sırasında gerilimi azaltma çabası göstermemesidir (Goleman, 2000).

Bireylerin duygularını yönetme biçimlerinin, aynı zamanda problem çözme becerilerini de kapsadığı düşünülmektedir. Hünler ve Gençöz ( 2003) ise konu ile ilgili görüşlerini şöyle belirtmişlerdir: Evlilik doyumunu belirleyen faktörleri araştırırken öne çıkan faktörlerden birisi de evlilik problemlerinin çözümüdür. Bir evlilikte hiçbir çatışma yaşanmayacağı düşüncesi oldukça gerçek dışı olmakla beraber, doğru problem çözme stratejilerinin kullanılması ilişki için yapıcı ve olumlu sonuçlar doğurmaktadır.



## BÖLÜM 6

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma sonuçları sıralanmış, sonuçlar çerçevesinde çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

#### Sonuç

Bu araştırmanın sonuçları;

- Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre duygusal zeka toplam puanı, karşısındaki duygularını anlama ve duyguları yönetme alt boyut puanları arasında kadınlar lehine anlamlı fark olduğu,
- Eğitim durumlarına göre duygusal zeka toplam puanı, karşısındaki duygularını anlama ve duyguları yönetme alt boyut puanlarında gruplar arasında anlamlı fark olmadığı,
- Evlilik sürelerine göre duygusal zeka toplam puanı, karşısındaki duygularını anlama ve duyguları yönetme alt boyut puanlarında gruplar arasında anlamlı fark olmadığı,
- Yaşadıkları şehirlere göre, duygusal zeka toplam ve duyguları yönetme alt boyut puanları arasında İstanbul'da yaşayanlar lehine anlamlı fark olduğu görülmüştür.
- Araştırmaya katılanların cinsiyetlerine göre evlilik doyumları incelendiğinde kadınlar ile erkekler arasında erkekler lehine anlamlı fark olduğu,

- Eğitim durumlarına göre evlilik doyumları incelendiğinde en yüksek ortalamanın lise mezunlarına, en düşük ortalamanın ise ilköğretim mezunlarına ait olduğu,
- Evlilik sürelerine göre evlilik doyumları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 20 yıl ve üzerinde evli olanlara ait olduğu, en düşük ortalamanın ise 8-13 yıl evli olanlara ait olduğu,
- Yaşadıkları şehirlere göre İstanbul ve Yozgat'ta yaşayanların evlilik doyumları arasında anlamlı fark olmadığı,
- Araştırmanın genel amacı doğrultusunda ise; evlilik doyumu ile duygusal zeka arasındaki ilişkinin, pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu; duygusal zeka düzeyi yükseldikçe, evlilikten sağlanan doyumun arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

### Öneriler

Araştırma sonuçlarına göre, aşağıdaki önerilere yer verilmiştir:

- 1- Araştırmanın “evlilik doyumu ile duygusal zeka arasında anlamlı bir ilişki vardır” bulgusu, elde edilen en önemli bulgudur. Evlilik doyumu yaşanmasında duygusal zekanın etkili olduğu; duygusal zekanın da geliştirilebilir olduğu dikkate alındığında, bulunulabilecek en önemli önerilerden birisi, duygusal zekayı geliştirecek türde eğitimlere yer verilmesidir.
- 2- Duygusal zekanın hemen hemen her alanda (iş hayatı, evlilik, sosyal hayat, vb.) başarıyı ne denli etkilediği dikkate alındığında, radyo, televizyon, basın gibi kitle iletişim araçlarıyla, “duygusal zeka”

kavramının önemini vurgulayacak, bilinçlendirecek programlara yer verilmesi, konunun öneminin anlaşılması açısından önemli olacaktır.

- 3- Genel anlamda duygusal zekanın önemi ve geliştirilebilir olduğu dikkate alındığında, okullarda ders müfredatlarının içeriği, öğrencilerin duygusal zekalarını geliştirmeye yönelik çalışmaları da kapsayacak nitelikte hazırlanmalıdır. Sınıf içi etkinliklerde duygusal zeka becerilerine yönelik etkinliklere yer verilmesi, bu becerilerin gelişmesine olanak tanıyacaktır. Sınıf düzeyleri dikkate alınarak hazırlanacak etkinliklerde, bireylere kendilerini, duygu ve düşüncelerini ifade etme şansı verilmelidir.
- 4- Üniversitelerin öğretmen yetiştiren tüm programlarında, duygusal zeka akademik bir ders olarak verilmelidir. Çünkü öğrencilerin duygusal zekalarını geliştirmenin önemli olduğuna inanan öğretmenler, sınıf ortamlarında konuya gerekli önemi verebilecektir. Yeşilyaprak (2001)'in da belirttiği gibi, öğretmenler sadece akademik zekayı değil, duygusal zekayı ve bunu etkileyecek diğer zeka alanlarının da gelişimini sağlayacak yöntem ve teknikler benimsemelidir. Duygusal zekanın ihmal edilmesinin, akademik zeka kapasitesini daha çok ve daha etkili kullanılmasını engelleyeceği unutulmamalıdır. Günlük yaşamlarında ve fakültelerinde, eğitim- öğretim etkinliklerinde pek çok sorunla karşılaşan öğrencilerin, bu stres yaratan durumları göz önünde bulundurulduğunda, bunlarla baş edebilmesi açısından, duygusal zeka yeteneklerine sahip olması çok önemlidir. Öğrencilere sunulacak psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde bu durum göz önünde bulundurulmalıdır (Deniz ve Yılmaz; 2005). Duyguların ifade edilmesine yönelik çalışmalar, grup rehberliği etkinlikleri bu konuda önemli görülmektedir.
- 5- Evlilik ilişkisini geliştirme programlarına önem verilmeli, bu tür programlar hazırlanırken, duygusal zeka becerilerine de bu eğitimler içerisinde özellikle yer verilmelidir.

- 6- Doyumun yaşanmadığı evliliklerde, ilişki, boşanma noktasına gelmeden önlemler alınmasının önemi konusunda bireyler bilinçlendirilmeli, evlilik danışmanlığı hizmetleri daha fazla ciddiye alınmalıdır. Bu konu, kitle iletişim araçları ile de verilmelidir.
- 7- Empati ve öfke denetimi ile ilgili çalışmalar hem evlilik doyumu, hem de duygusal zeka becerileri kazanabilme açısından önemli olan eğitimlerdir. Bu tür eğitimlere psikolojik danışmanlarca yer verilmelidir.
- 8- Hem evlilik doyumunun, hem de duygusal zeka kavramının gerek birey için, gerekse toplum için önemi dikkate alındığında, konu ile ilgili olarak daha farklı çalışmalara yer verilmelidir. Örneğin daha büyük gruplar ile çalışılabilir, farklı değişkenler (evlilik süresi, sosyo-ekonomik düzey, yaşanılan bölge, çocuk sahibi olup olmama gibi ) ile ilişkilere bakılabilir.
- 9- Konu ile ilgili olarak yapılacak olan araştırmalarda; duygusal zekayı geliştirmeye yönelik deneysel çalışmalara ağırlık verilebilir (boylamsal çalışmalar da önemli görülmektedir).
- 10-Duygusal zekayı ölçen ölçme araçlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu konuda çeşitli ölçek geliştirme çalışmaları yapılmalıdır.

## KAYNAKÇA

Acar, F.T. (2001). **Duygusal Zeka Yeteneklerinin Göreve Yönelik ve İnsana Yönelik Liderlik Davranışları İle İlişkisi: Banka Şube Müdürleri Üzerine Bir Alan Araştırması**. Yayımlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

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 Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Aslan, Aslan, O., Alparslan, Z.N., ve Ona, M. (1998). Kocaeli’nde Çalışan Bir Grup Hekimde Evlilik Doyumu. **Ç.U. Tıp Fakültesi Dergisi**, **23**, sf. 212.

Aşan, Ö., ve Özyer, K. (2003). Duygusal Zekaya Etki Eden Demografik Faktörlerin Saptanmasına Yönelik Ampirik Bir Çalışma. **Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi**, **21** (1), 151-167.

Attar, M. (2007). **Organizasyonlarda “Duygusal Zeka”nın Öneminin Keşfi**. International Symposium Emotional Intelligence and Communication 2, İzmir. Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Yayınları, s. 809-826 ‘daki makale.

Bahr, S.J., Chappell, C.B., and Leigh, G.K. (1983, Nov.). Age At Marriage, Role Enactment, Role Consensus and Marital Satisfaction. **Journal Of Marriage And The Family**, 795-803.

Balcı, İ. (2001). **İlköğretim Okulu Yöneticilerinin Duygusal Zeka Becerilerini Kullanabilme Düzeyleri Konusunda Yöneticilerin ve**

**Öğretmenlerin Görüşleri.** Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Balcı, S. (2004). Duyguları Güçlendirme Eğitimi Programının Annelerin Duygusal Zeka Düzeylerine Etkisi. **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, III (22), 35-41.

Baltaş, Z. (2006). **İnsanın Dünyasını Aydınlatan ve İşine Yansıyan Işık Duygusal Zeka.** İstanbul: Remzi Kitabevi.

Bender, M.T. (2006). **Resim-İş Eğitimi Öğrencilerinde Duygusal Zeka ve Yaratıcılık İlişkileri.** Doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Benin, M.H., and Agostinelli, J. (1988). Husbands' and Wives' Satisfaction With The Division Of Labor. **Journal Of Marriage And The Family**, 50, 349-361.

Billideau, M. (1997). **Marital Satisfaction: Recent Research.** Web: <http://www.hope.edu/academic/psychology/335/webrep/> 22 Kasım 2006'da alınmıştır.

Bremer, S. (1997). **Marital Satisfaction and Aging: Research Findings.** Web: <http://www.hope.edu/academic/psychology/335/webrep/> 22 Kasım 2006'da alınmıştır.

Çakar, U. (2002). **Duygusal Zekanın Dönüşümcü Liderlik Davranışı Üzerindeki Etkisi.** Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Çelik, M. (1997). **Evlilikten Sağlanan Doyum, Çocuk Yetiştirme Konusunda Ebeveynler Arasındaki Uzlaşma ve Çocuğun Uyumunun Ebeveynler Tarafından Algılanması.** Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Üniversitesi, Ankara.

Deniz, E., ve Yılmaz, E. (21-23 Eylül 2005). **Duygusal Zeka ve Stresle Başa Çıkma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**. VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresinde sözel bildiri olarak sunuldu, İstanbul.

Deniz, E., ve Yılmaz, E. (6-9 Temmuz 2004). **Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zeka Yetenekleri ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki**. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı'nda sözlü bildiri olarak sunuldu, Malatya.

Dökmen, Ü. (2002). **İletişim Çatışmaları ve Empati**. (20.Baskı). İstanbul: Sistem Yayıncılık.

Emmerling, R.J., and Goleman, D. (2003). **Emotional intelligence: issues and common misunderstandings. Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations**. Web: [http:// www.Eiconsortium.org/](http://www.Eiconsortium.org/) 19 Kasım 2006 'da alınmıştır.

Epstein, R. (1999). The Key to Our Emotions. **Psychology Today**, Jul/Aug, 32(4), 20.

Ergin, D.A., İşmen, E., ve Özabacı, N. (2000). **EQ-Ned Duygusal Zeka Ölçeği (ölçek tanıtım kitapçığı)**. İstanbul.

Ergin, F.E. (2000). **Üniversite Öğrencilerinin Sahip Oldukları Duygusal Zeka Düzeyi İle 16 Kişilik Özelliği Arasında İlişki Üzerine Bir Araştırma**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Erginsoy, D. (2002). **Duygusal Zeka ve Kişilerarası İlişkiler Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Ersanlı, E. (2003). **Üniversite Öğretim Elemanlarının Duygusal Zeka Düzeyleri**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

Fıfıloğlu, H. (1992). Lisans Üstü Öğrencilerinin Evlilik Uyumu. **Psikoloji Dergisi**, 7 (28), 16-23.

Gerhardstein, R. (1997). **Sex and Marital Satisfaction**. Web: <http://www.hope.edu/academic/psychology/335/webrep/> 22 Kasım 2006'da alınmıştır.

Goleman, D. (2000). **Duygusal Zeka** (Çev. B.S. Yüksel). (17.Basım). Varlık Yayınları No 581. (Orijinal eserin yayım tarihi 1995).

Göçet, E. (2006). **Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri İle Stresle Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Gökmen, A. (2001). **Evli Eşlerin Birbirlerine Yönelik Kontrolcölük ve Bağımlılık Algılarının Evlilik Doymu Üzerindeki Etkisi**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Güler, A. (2006). **İlköğretim Okulunda Görev Yapan Öğretmenlerin Duygusal Zeka Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki İncelenmesi**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Güllüce, A.Ç. (2006). **Mesleki Tükenmişlik ve Duygusal Zeka Arasındaki İlişki (Yöneticiler Üzerine Bir Uygulama)**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Gürsoy, A. (2005). **Liderlikte Duygusal Zeka (Liderlik Özellikleri İle Duygusal Zekalı Liderlere Ulaşılması) Türk Silahlı Kuvvetleri'nde Örnek Bir Uygulama**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.



Güven, N. (2005). **İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ve Evlilikte Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumu İle İlişkisi**. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Hasta, D. (1996). **Ev İşi Paylaşımı ve Ev İşi Paylaşımında Hakkaniyet Algısı İle Evlilik Doyumu İlişkisi**. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Hatipoğlu, Z. (1993). **Bazı Demografik Değişkenlerin ve Evlilik Çatışmasının Evli Eşlerin Evlilik Doyumundaki Rolü**. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Hünler, O.S., ve Gençöz, T. (2003). Boyun Eğici Davranışlar Ve Evlilik Doyumu İlişkisi: Algılanan Evlilik Problemleri Çözümünün Rolü. **Türk Psikoloji Dergisi**, 18 (51), 99-108.

Hünler, O.S. (2002). **Dindarlığın Evlilik Doyumu Üzerindeki Etkileri ve Algılanan Evlilik Sorunları Çözümü Becerilerinin, Dindarlık ve Evlilik Doyumu İlişkisi Üzerindeki Arabulucu Rolü**. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

İşbilir, H. (2005). **İlköğretim Okulu Yöneticilerinin Duygusal Yeterlilikleri İle Kullandıkları Yönetimsel Güç Kaynakları Arasındaki İlişkinin Öğretmen Algılarına Dayalı Olarak İncelenmesi**. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Koydemir, S., Selşik, Z.E., ve Tezer, E. (2005). Evlilik Uyumu Ve Mükemmeliyetçilik Boyutları Arasındaki İlişkiler. **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, III (23), 65-74.

Köksal, A. (2003). **Ergenlerde Duygusal Zeka İle Karar Verme Stratejileri Arasındaki İlişki**. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Köksal, A. (2007). **Bar-On Duygusal Zeka Ölçeği Çocuk ve Ergen Formu (EQ-i YV) Geçerlik Güvenirlik Çalışması**. International Symposium Emotional Intelligence and Communication 2, İzmir. Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Yayınları, s.498-509'daki makale.

Köroğlu, G.S. (2005). **Sınıf Rehber Öğretmenlerinin Algılarına Göre Psikolojik Danışmanların Duygusal Zeka Düzeyi (Kırıkkale İli Örneği)**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Kudiaki, Ç. (2002). **Cinsel Doyum İle Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Maboçoğlu, F. (2006). **Duygusal Zeka ve Duygusal Zekanın Gelişimine Katkıda Bulunan Etkenler**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Mayer, J.D., Caruso, D.R., and Salovey, P. (1999). Emotional Intelligence Meets Traditional Standards for an Intelligence. **Intelligence**, **27**(4): 267-298.

Mayer, J.D., and Geher, G. (1996). Emotional Intelligence and the Identification of Emotion. **Intelligence**, **22**, 89-113.

Mayer, J.D., and Salovey, P. (1993). The Intelligence of Emotional Intelligence. **Intelligence**, **17**, 433-442.

Morand, D.A. (2001). The Emotional Intelligence of Managers: Assessing The Construct Validity of A Nonverbal Measure of 'People Skills' . **Journal Of Business And Psychology**, **16** (1), 21-33.

Mumcuoğlu, Ö. (2002). **Bar-On Duygusal Zeka Testi ( Bar-On Emotional Quotient Inventory- Bar-On EQ-İ)'nin Türkçe Dilsel Eşdeğerlik,**

**Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması.** Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Nazlı, S. (2000). **Aile Danışması.** Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

O'Neil, J. (1996). On Emotional Intelligence : A Conversation with Daniel Goleman. **Educational Leadership**, 54, 6-11.

Onur, B. (2000). **Gelişim Psikolojisi.** (5. Basım). Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.

Özdemir, L. (2003). **Yaratıcı Drama Dersinin Duygusal Zeka Gelişimine Etkisi.** Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

Özerbaş, D.H. (2004). **Durumlu Öğrenmenin Duygusal Zeka Yeterliliklerinin Geliştirilmesine Etkisi.** Doktora tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Özgüven, İ.E. (2000a). **Evlilik ve Aile Terapisi.** Ankara: PDREM Yayınları.

Özgüven, İ.E. (2000b). **Psikolojik Testler.** (4.Baskı). Ankara: PDREM Yayınları.

Öztürk, A. (2006). **Okul Öncesi Öğretmenlerinin Duygusal Zeka Yetenekleri İş Doyumları ve Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi.** Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Palmer B., Donaldson, C., and Stough, C. (2001). Emotional Intelligence And Life Satisfction. **Personality and Individual Differences**, 33, 1091-1100.

Pillemer, K., and Suitor, J.J. (1991, Feb.). Marital Quality and Satisfaction With The Division Of Household Labor Across The Family Life Cycle. **Journal Of Marriage And The Family**, 53, 221-230.

Saraoğlu, Ő. (2003). **İŞletme Yönetiminde İnsan Kaynaklarının Duygusal ve Zihinsel Becerilerinin Yönetim Başarısına Etkisi ve Bir Uygulama**. Doktora tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

Serdengeçti, C. (2003). **I.II.III. Ligdeki Profesyonel Futbolcuların Duygusal Zeka Düzeylerinin Başarıya Etkisi**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Sevim, S.A. (1999). Evlilik İlişisini Geliştirme Programları. **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, II (11), 19-25.

Silkü, H.A. (2007). **Liderlikte Duygusal Zekanın Önemi**. International Symposium Emotional Intelligence and Communication 2, İzmir. Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Yayınları, s. 702-716 'daki makale.

T.C İçişleri Bakanlığı Nüfus ve Vatandaşlık İşleri Genel Müdürlüğü (2007). Web:[http://www.nvi.gov.tr/attached/NVI/istatistik\\_2005/bosanma2005\\_istatistik/Istatistiki%20BolgeBirimSınıflamakababosanmaoran.xls](http://www.nvi.gov.tr/attached/NVI/istatistik_2005/bosanma2005_istatistik/Istatistiki%20BolgeBirimSınıflamakababosanmaoran.xls), 12 Haziran 2007 'de alınmıştır.

Tezcan, D. (2004). **Duygusal Zeka Ve İş Tatmini Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Bir Araştırma**. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tezer, E. (1992).Evlilik Doyumu ve İş Doyumu: Bir Ön Çalışma. **Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 1 (3), 24-27.

Tezer, E. (1996). Evlilik İlişisinden Sağlanan Doyum: Evlilik Yaşamı Ölçeği. **Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 2 (7), 1-7.

Titrek, O. (2005). Duygusal Zeka Yeterliliklerini İş Yaşamında Kullanma Düzeyi Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmaları. **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, III** (24), 73- 83.

Vanboxel, P.R. (2001). **Marital Satisfaction and Change: Research Findings**. Web: [http:// www.hope.edu/academic/psychology/335/webrep/](http://www.hope.edu/academic/psychology/335/webrep/) 22 Kasım 2006'da alınmıştır.

Yaylacı, G.Ö. (2006). **Kariyer Yaşamında Duygusal Zeka ve İletişim Yeteneği**. İstanbul: Hayat Yayıncılık.

Yeşilyaprak, B. (2001). Duygusal Zeka ve Eğitim Açısından Doğurguları. **Eğitim Yönetimi Dergisi, cilt: 7**, sayı:25, sf. 139-146.

Yılmaz, M. (2002). **Duygusal Zeka Düşünme Becerileri Eğitiminin Annelerin Duygusal Zeka Düzeyine Etkisi**. Doktora tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

Yüksel, M. (2006). **Duygusal Zeka ve Performans İlişkisi**. Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

## EK 1

## KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli katılımcı;

Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalının, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Programı'nın yüksek lisans tez aşamasında bulunan öğrencisiyim.

Sizlerden istediğim, tezimle ilgili çalışmaya esas olmak üzere aşağıda verilen “Kişisel Bilgi Formu” , “Duygusal Zeka Ölçeği” ve “Evlilik Yaşamı Ölçeği” ni durumunuzu yansıtacak şekilde doldurmanızdır. Kimlik bilgilerinizin (isim, çalıştığınız yer, v.b.) belirtilmesi gerekmemektedir. Yanıtlarınızı içtenlikle ve eksiksiz olarak vermeniz, araştırma objektifliği açısından son derece önemlidir. Yapacağımız katkılardan dolayı şimdiden teşekkür ederim.

Serap FIRATOĞLU  
Psikolojik Danışman

Cinsiyetiniz

1. Kadın ( )                      2. Erkek ( )

Eğitim Durumunuz

1. İlköğretim mezunu ( )              2. Lise mezunu ( )              3. Üniversite ( )  
4. Başka ( lütfen yazınız ).....

## C) Evlilik Süreniz

1. 2-7 yıl ( )              2. 8-13 yıl ( )              3. 14-19 yıl ( )              4. 19-sonrası ( )

## EK 2

## Duygusal Zeka Ölçeği

Değerli katılımcı,

Aşağıda, yaşamda karşılaşılan bazı özel durumlar karşısında gösterilen tepkilere ilişkin bazı ifadelere yer verilmiştir. Her ifade de sizin tepkilerinizi en uygun yansıtan seçeneği işaretleyin. Seçenekleri ifade eden sembollerin anlamları şöyledir:

[ H: hiç böyle yapmam ]

[ A: ara sıra böyle yaparım ] [ Ç: çoğu zaman böyle yaparım ] [ D: daima böyle yaparım ] .

Yardımlarınız için teşekkür ederiz.

	H	A	Ç	D	
1.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sıra beklerken biri önüme geçtiğinde öfkelenirim.
2.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Onun ayrıcalıklı olduğunu hissettiğini düşünürüm.
3.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sakin bir şekilde ona sıraya geçmesi gerektiğini hatırlatırım.
4.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Birinden hediye aldığımda sevinirim.
5.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bana önem verildiğini bilirim.
6.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hediye almaktan duyduğum sevinci anında karşı tarafa gösteririm.
7.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Küfürlü konuştuğumda utanç duyarım.
8.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bunun karşımdakileri kızdırabileceğini ya da utandırabileceğini bilirim.
9.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Duyduğum utanç neticesinde özür dilerim.
10.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Yeni insanlarla tanışmaktan çekinirim.
11.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Tanımadığım insanların hakkımda olumsuz duygular hissetmelerinden korkarım.
12.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bu yüzden insanlardan uzak dururum.
13.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Olayları olumlu yönleriyle görmek bana hoşnutluk verir.
14.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Olumlu bakış açım insanları rahatlatır.
15.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bu sayede problemlerimle daha etkin olarak başa çıkabilirim.
16.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Birine kırıldığım zaman intikam almak isterim.
17.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Beni üzen mutlaka üzülmelidir.
18.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bu sayede adaleti sağlamış olurum.
19.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Koşullar ne olursa olsun istediğim gibi davrandığımda yaşadığımı hissederim.
20.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bu durumun zaman zaman insanları rahatsız ettiğini bilirim.
21.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hayata bir kez geldiğim için her istediğimi yapmaya çalışırım.
22.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Arkadaşlarım beni eleştirdiklerinde öfkelenirim.
23.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Beni beğenmediklerini düşünürüm.
24.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kendimi objektif olarak görmeye çalışırım, eleştirileri dikkate alırım.
25.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bana verilen bir görevi yeterince başaramamışsam vicdan azabı duyarım.
26.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bana güven duydıkları için bu işi bana verdiklerini bilirim.
27.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bana verilen sorumlulukları yapabilecek durumdaysam kabul ederim.
28.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bir dostum duygusal problemini anlatırken ona yardım etmek isterim.
29.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bunun için önce onun ne yaşadığını anlamaya çalışırım.
30.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Eğer sorarsa onun göremediği farklı alternatifleri sunarak seçim kolaylığı sağlarım.

### EK 3

#### EVLİLİK YAŞAMI ÖLÇEĞİ

Aşağıda evlilik yaşamına ilişkin 10 cümle bulunmaktadır. Bu cümlelerden her birinin altında da “kesinlikle katılmıyorum”, “katılmıyorum”, “kararsızım”, “katılıyorum”, “kesinlikle katılıyorum” seçenekleri yer almaktadır. Her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin evlilik yaşamınıza uygun seçeneğe çarpı (×) koyarak işaretleyiniz.

Sizden isminizi yazmanız istenmemektedir. Sonuçlar yalnız araştırma amacıyla kullanılacak ve kesinlikle gizli tutulacaktır. İçtenlikle verdiğinizinize inandığımız cevaplarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

1. Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.

- ( ) Kesinlikle katılmıyorum  
 ( ) Katılmıyorum  
 ( ) Kararsızım  
 ( ) Katılıyorum  
 ( ) Kesinlikle katılıyorum

2. Evliliğimizdeki engellerin aşılmaz olduğunu düşünüyorum.

- ( ) Kesinlikle katılmıyorum  
 ( ) Katılmıyorum  
 ( ) Kararsızım  
 ( ) Katılıyorum  
 ( ) Kesinlikle katılıyorum

3. Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.

- ( ) Kesinlikle katılmıyorum  
 ( ) Katılmıyorum  
 ( ) Kararsızım  
 ( ) Katılıyorum  
 ( ) Kesinlikle katılıyorum

4. Evliliğimizde giderek eksilen heyecan beni rahatsız ediyor.

- ( ) Kesinlikle katılmıyorum  
 ( ) Katılmıyorum  
 ( ) Kararsızım  
 ( ) Katılıyorum  
 ( ) Kesinlikle katılıyorum

5. Evliliğimiz zaman zaman bana yük gibi geliyor.

- ( ) Kesinlikle katılmıyorum  
 ( ) Katılmıyorum



- ( ) Kararsızım
- ( ) Katılıyorum
- ( ) Kesinlikle katılıyorum

6. Huzurlu bir ev yaşamım var.

- ( ) Kesinlikle katılmıyorum
- ( ) Katılmıyorum
- ( ) Kararsızım
- ( ) Katılıyorum
- ( ) Kesinlikle katılıyorum

7. Evliliğimiz her geçen gün daha iyiye doğru gitti.

- ( ) Kesinlikle katılmıyorum
- ( ) Katılmıyorum
- ( ) Kararsızım
- ( ) Katılıyorum
- ( ) Kesinlikle katılıyorum

8. Bizim ilişkimiz ideal bir karı-koca ilişkisidir.

- ( ) Kesinlikle katılmıyorum
- ( ) Katılmıyorum
- ( ) Kararsızım
- ( ) Katılıyorum
- ( ) Kesinlikle katılıyorum

9. Eşim benim için aynı zamanda iyi bir arkadaştır.

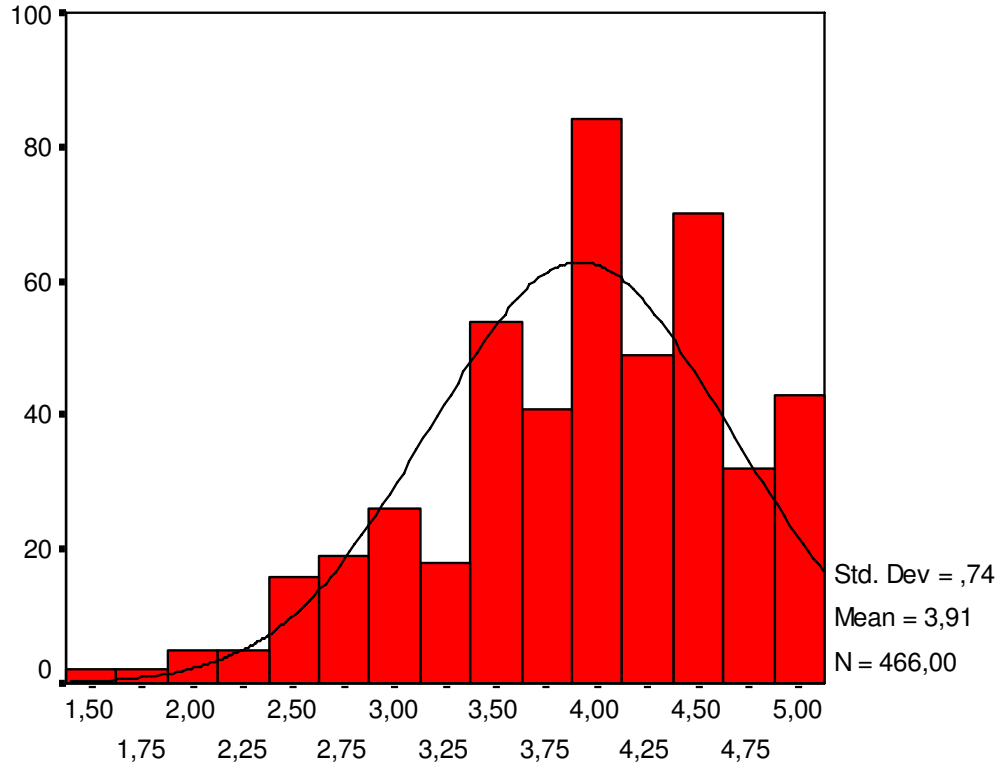
- ( ) Kesinlikle katılmıyorum
- ( ) Katılmıyorum
- ( ) Kararsızım
- ( ) Katılıyorum
- ( ) Kesinlikle katılıyorum

10. Baş başa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.

- ( ) Kesinlikle katılmıyorum
- ( ) Katılmıyorum
- ( ) Kararsızım
- ( ) Katılıyorum
- ( ) Kesinlikle katılıyorum

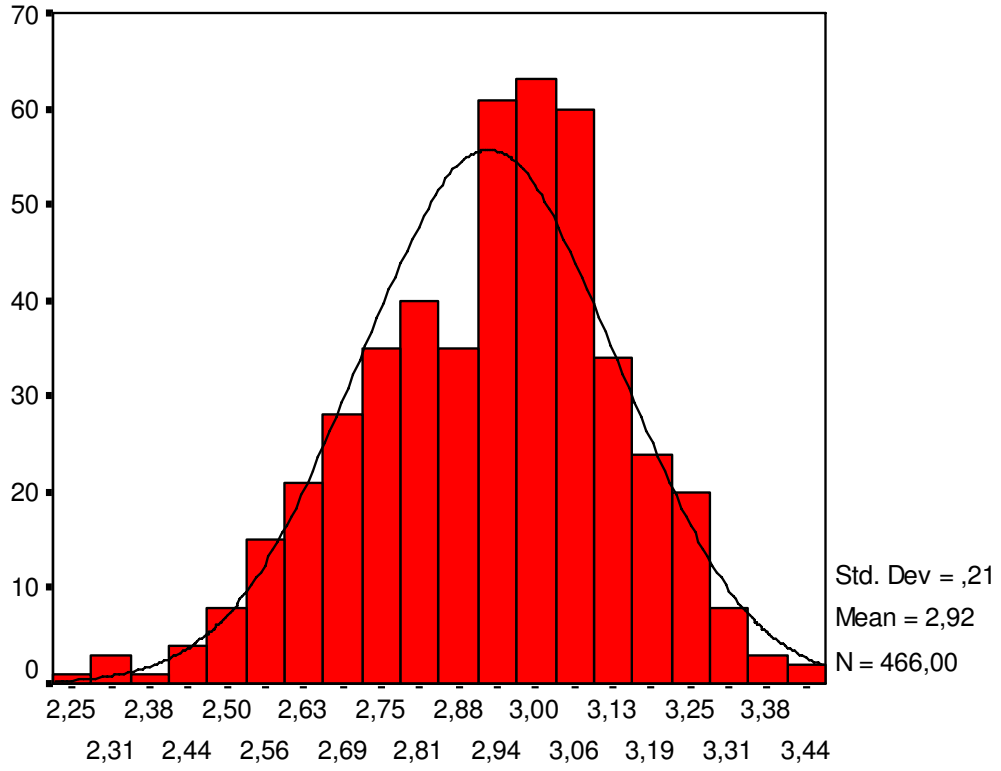
## EK 4 ŞEKİLLER LİSTESİ

**Şekil 1** : Araştırmaya Katılanların Evlilik Doyumu Puanlarının Dağılımını Gösteren Histogram Grafik



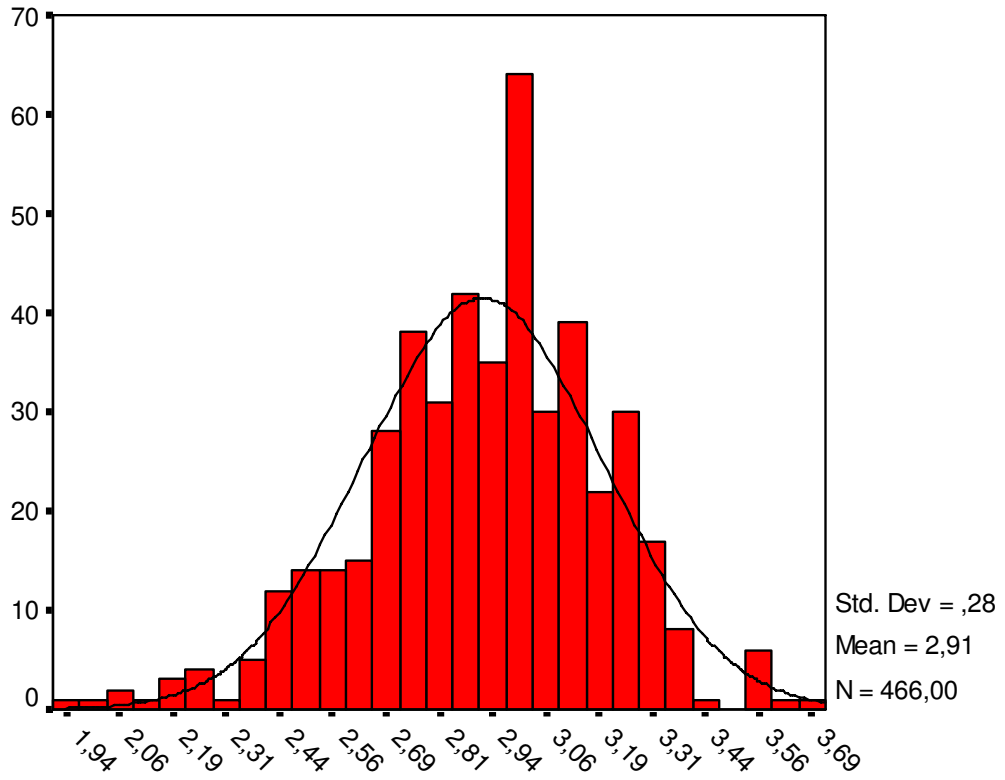
EDTOPLAM

**Şekil 2 :** Araştırmaya Katılanların Duygusal Zeka (EQ) Puanlarının Dağılımı Gösteren Histogram Grafik



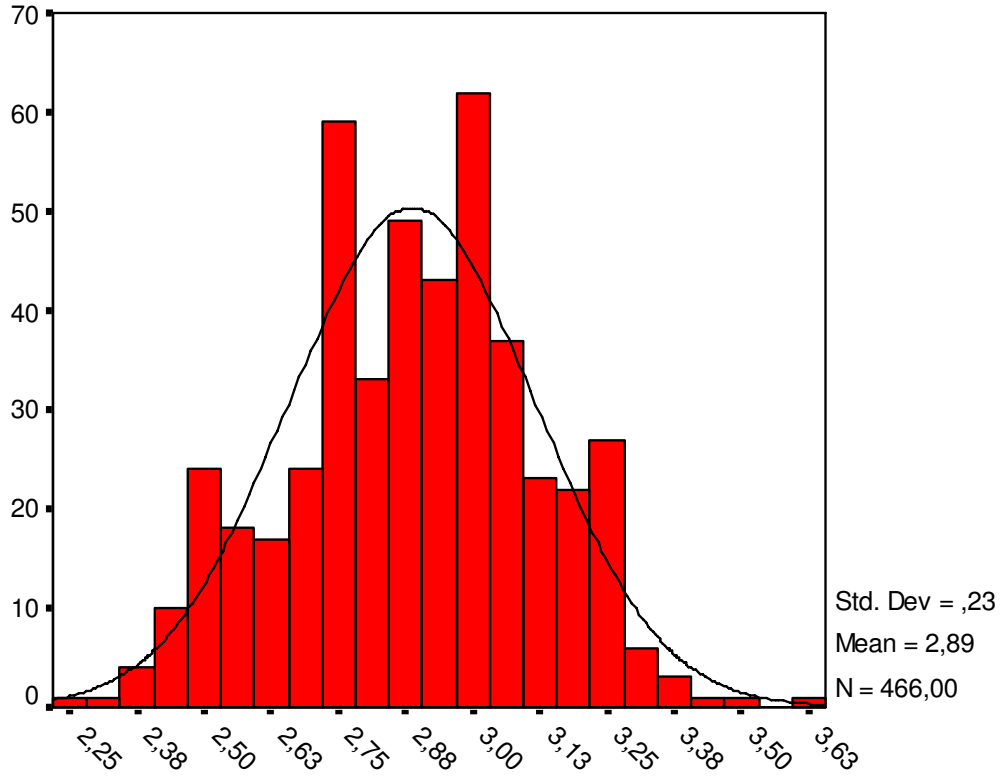
EQT

**Şekil 3:** Araştırmaya Katılanların Kendi Duygularını Anlama (EQ 1)  
Alt Boyut Puanlarının Dağılımını Gösteren Histogram Grafik



EQ1

**Şekil 4:** Araştırmaya Katılanların Karşısındakilerin Duygularını Anlama (EQ 2) Alt Boyut Puanlarının Dağılımını Gösteren Histogram Grafik



EQ2

**Şekil 5:** Araştırmaya Katılanların Kendi Duyguları Yönetme (EQ 3) Alt Boyut Puanlarının Dağılımını Gösteren Histogram Grafik

