



TÜRKİYE CUMHURİYETİ
İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK UYUMU, İLETİŞİM
BECERİLERİ VE SOSYAL MEDYA KULLANIM
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Yağmur IŞIK
200016233

İstanbul, 2022



İSTANBUL TİCARET
ÜNİVERSİTESİ

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK UYUMU, İLETİŞİM
BECERİLERİ VE SOSYAL MEDYA KULLANIM
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Yağmur IŞIK

200016233

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Hanifi PARLAR

İstanbul, 2022

ETİK KURALLARA UYGUNLUK YAZISI

Hazırlamış olduğum tez özgün bir çalışma olup YÖK ve İTİCÜ Lisansüstü Yönetmeliklerine uygun olarak hazırlanmıştır. Ayrıca, bu çalışmayı yaparken bilimsel etik kurallarına tamamiyle uyduğumu; yararlandığım tüm kaynakları gösterdiğimi ve hiçbir kaynaktan yaptığım ayrıntılı alıntı olmadığını beyan ederim. Bu tezin ihtiva ettiği tüm hususlar şahsi görüşüm olup İstanbul Ticaret Üniversitesinin resmi görüşünü yansıtmamaktadır.

Yağmur IŞIK

TEŞEKKÜR

Öncelikle tüm eğitim hayatımda olduğu gibi yüksek lisans hayatımda da yanımda olup varlıklarını ve desteklerini hissettiren değerli aileme,

Başlamak için çok istekli olduğum yüksek lisans serüvenimin tezli oluşu konusunda beni cesaretlendirip böylece tezimin ilk adımının atılmasına vesile olan hayatlarımızın birçok anında birbirimize şahitlik ettiğimiz pek sevgili arkadaşlarım Tuğba İMAMOĞLU, Büşra KÜÇÜKESKİCİ ve Sümeyye BİLİCİ'ye,

Yüksek lisans serüvenimle birlikte hayatıma giren ve sürecin her anında yanımda olup bu süreci keyifli hale getiren yol arkadaşlarıma; bu yol arkadaşlarımdan biri olup tez sürecim boyunca da varlığını her daim hissettiren Büşra YİĞİT'e,

Tez sürecimin denk geldiği yeni çalışma ortamımda süreci benim için kolay kılıp destekleyici olan çalışma arkadaşlarıma, özellikle Burçin USLU'ya,

Tez çalışmam sürecinde bilgi ve desteğini esirgemeyen, tecrübesiyle yol haritamı ve planlamamı oluşturmamda destek olup bana inanan değerli hocam ve tez danışmanım Doç. Dr. Hanifi PARLAR'a,

Pandemi sürecinde yürütmüş olduğum çalışmamda yaşanan değişikliklerle ilgili süreç hakkında ve tezin çeşitli aşamalarında destek olan Arş. Gör. Lütfü ÇAKIR hocama,

çok teşekkür ederim.

Yağmur IŞIK

ÖZET

Araştırmanın temel amacı evli bireylerin evlilik uyumları, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Evli bireylerin evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri bazı sosyo-demografik değişkenler açısından da ele alınmıştır. Katılımcı sayısı 534'tür (443 kadın, 91 erkek). Araştırma verileri Covid-19 pandemisi nedeniyle çevrim içi ortamda toplanmıştır. Veriler toplanırken “Kişisel Bilgi Formu”, “Evlilikte Uyum Ölçeği”, “İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu” ve “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu” kullanılmıştır. Verilerin analizinde “Bağımsız Gruplar T-Test”, “Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)”, “Kruskal Wallis H-Test” ve “Pearson Korelasyon Analizi” nden faydalanılmıştır. Bütün istatistiksel analizler SPSS (25.00) programında gerçekleştirilmiş, sonuçların yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi temel alınmıştır. Yapılan analizler sonucunda evli bireylerin; evlilik uyumu ve iletişim becerileri arasında pozitif düşük düzeyde, evlilik uyumu ve sosyal medya kullanım düzeyi arasında negatif düşük düzeyde, sosyal medya kullanım düzeyi ve iletişim becerileri arasında ise negatif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İletişim becerileri ile herhangi bir sosyo-demografik özellik arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Sosyal medya kullanım düzeyi ile yaş, evlilik süresi, çocuk sayısı; evlilik uyumuyla ise yaş, evlilik süresi, evlenme biçimi, çocuk sayısı, eğitim düzeyi ve ekonomik düzey arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Sonuçlar ilgili literatür doğrultusunda tartışılmıştır. Sonuçlar doğrultusunda alanda çalışan uzmanlar, akademisyenler ve evli bireyler için faydalı olacağı düşünülen önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Evlilik, Evlilik uyumu, İletişim becerileri, Sosyal medya kullanım düzeyi.

ABSTRACT

The main purpose of the study is to reveal the relationship between marital adjustment, communication skills and social media usage levels of married individuals. Marital adjustment, communication skills and social media usage levels of married individuals were also discussed in terms of some socio-demographic variables. The research was carried out on the answers of 534 people (443 women, 91 men) who completed answering the scales. Research data were collected online due to the Covid-19 pandemic. While collecting the data, "Personal Information Form", "Marriage Adjustment Scale", "Communication Skills Scale Adult Form" and "Social Media Addiction Scale Adult Form" were used. In the analysis of the data, "Independent Groups T-Test", "One Way Analysis of Variance (ANOVA)", "Kruskal Wallis H-Test" and "Pearson Correlation Analysis" were used. All statistical analyzes were performed in the SPSS (25.00) program, and the interpretation of the results was based on the 0.05 significance level. As a result of the analysis, married individuals; A statistically significant correlation was found between marital adjustment and communication skills at a positive low level, between marital adjustment and social media use at a negative low level, and between social media use level and communication skills at a negative low level. There was no significant relationship between communication skills and any socio-demographic characteristics. Social media usage level and age, duration of marriage, number of children; A significant relationship was found between marital adjustment and age, duration of marriage, marriage type, number of children, education level and economic level. The results were discussed in line with the relevant literature. In line with the results, suggestions were made that are thought to be beneficial for experts, academics and married individuals working in the field.

Keywords: Marriage, Marital adjustment, Communication skills, Social media usage level.

İÇİNDEKİLER

ETİK KURALLARA UYGUNLUK YAZISI	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLOLAR LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER.....	x
KISALTMALAR	xi
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Amacı	3
1.2. Araştırmanın Problemi ve Alt Problemler	3
1.3. Araştırmanın Önemi	4
1.4. Sınırlılıklar	5
1.5. Sayıtlar.....	5
1.6. Tanımlar.....	5
2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR ARAŞTIRMALARI ..7	
2.1. EVLİLİK VE EVLİLİK UYUMU	7
2.1.1. Evlilik.....	7
2.1.2. Evlilik Uyumu	10
2.1.3. Evlilik Uyumu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	13
2.1.4. Evlilik Uyumu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	15
2.2. İLETİŞİM VE İLETİŞİM BECERİLERİ.....	16
2.2.1. İletişim	16
2.2.2. İletişimin Öğeleri.....	16
2.2.3. İletişim Türleri.....	18
2.2.4. İletişim Becerileri	21
2.2.5. Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar	25
2.3. SOSYAL MEDYA.....	26
2.3.1. İnternetin Tanımı ve Gelişimi	26
2.3.2. Sosyal Medyanın Tanımı ve Gelişimi	27
2.3.3. Sosyal Medyanın Özellikleri.....	27
2.3.4. Türkiye’de ve Dünyada Sosyal Medya Kullanımı	29
2.3.5. Sosyal Medyanın Kullanım Amaçları ve Etkileri	30
2.3.6. Sosyal Medya Bağımlılığı.....	32
2.3.7. Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar	35

3.	YÖNTEM	36
3.1.	Araştırmanın Modeli	36
3.2.	Evren ve Örneklem.....	36
3.3.	Veri Toplama Araçları.....	38
3.3.1.	Bilgilendirilmiş Onam	39
3.3.2.	Kişisel Bilgi Formu	39
3.3.3.	Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ).....	39
3.3.4.	İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu (İBÖ-YF)	40
3.3.5.	Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu (SMBÖ-YF).....	41
3.4.	Verilerinin Toplanması.....	42
3.5.	Verilerin Analizi.....	43
4.	BULGULAR.....	44
4.1.	Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular	44
4.2.	Demografik Değişkenlere Göre Elde Edilen Bulgular	45
4.2.1.	Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular	45
4.2.2.	Yaş Değişkenine İlişkin Bulgular	45
4.2.3.	Evlilik Süresi Değişkenine İlişkin Bulgular.....	47
4.2.4.	Evlenme Yaşı Değişkenine İlişkin Bulgular	49
4.2.5.	Evlenme Biçimi Değişkenine İlişkin Bulgular.....	50
4.2.6.	Eşler Arası Yaş Farkı Değişkenine İlişkin Bulgular	52
4.2.7.	Çocuk Sayısı Değişkenine İlişkin Bulgular	54
4.2.8.	Eğitim Düzeyi Değişkenine İlişkin Bulgular	55
4.2.9.	Çalışma Durumu Değişkenine İlişkin Bulgular	57
4.2.10.	Ekonomik Düzey Değişkenine İlişkin Bulgular	58
5.	TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	60
5.1.	Tartışma ve Sonuç	60
5.1.1.	Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Dair Sonuçlar	60
5.1.2.	Demografik Değişkenlere Göre Elde Edilen Sonuçlar	63
5.2.	Öneriler	69
	KAYNAKÇA.....	71
	EKLER.....	87
	Ek-1: Bilgilendirilmiş Onam	87
	Ek 2. Kişisel Bilgi Formu.....	88
	Ek 3. Evlilikte Uyum Ölçeği	92
	Ek 4. İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu	94
	Ek 5. Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği Yetişkin Formu.....	95
	Ek 6. Ölçek Kullanım İzinleri.....	96
	Ek 7. Etik Kurul Onayı.....	98

TABLolar LİSTESİ

Tablo 3. 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri Açısından Sayı ve Yüzde Dağılımları..	37
Tablo 4. 1. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları	44
Tablo 4. 2. Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları.....	45
Tablo 4. 3. Araştırma Değişkenlerinin Yaşa Göre Tanımlayıcı İstatistikleri.....	46
Tablo 4. 4. Araştırma Değişkenlerinin Yaşa Göre ANOVA Analiz Sonuçları.....	46
Tablo 4. 5. Araştırma Değişkenlerinin Evlilik Sürelerine Göre Tanımlayıcı İstatistikleri ..	47
Tablo 4. 6. Araştırma Değişkenlerinin Evlilik Sürelerine Göre ANOVA Analiz Sonuçları	48
Tablo 4. 7. Araştırma Değişkenlerinin Evlenme Yaşına Göre Tanımlayıcı İstatistikleri	49
Tablo 4. 8. Araştırma Değişkenlerinin Evlenme Yaşına Göre ANOVA Analiz Sonuçları .	50
Tablo 4. 9. Araştırma Değişkenlerinin Evlenme Biçimine Göre Tanımlayıcı İstatistikleri.	51
Tablo 4. 10. Araştırma Değişkenlerinin Evlenme Biçimine Göre ANOVA Analiz Sonuçları	51
Tablo 4. 11. Araştırma Değişkenlerinin Eşler Arası Yaş Farkına Göre Tanımlayıcı İstatistikleri.....	52
Tablo 4. 12. Araştırma Değişkenlerinin Eşler Arası Yaş Farkına Göre ANOVA Analiz Sonuçları.....	53
Tablo 4. 13. Araştırma Değişkenlerinin Çocuk Sayısına Göre Tanımlayıcı İstatistikleri ...	54
Tablo 4. 14. Araştırma Değişkenlerinin Çocuk Sayısına Göre ANOVA Analiz Sonuçları	54
Tablo 4. 15. Araştırma Değişkenlerinin Eğitim Düzeyine Göre Tanımlayıcı İstatistikleri	56
Tablo 4. 16. Araştırma Değişkenlerinin Eğitim Düzeyine Göre ANOVA Analiz Sonuçları	56
Tablo 4. 17. Araştırma Değişkenlerinin Çalışma Durumuna Göre T-Testi Sonuçları	57
Tablo 4. 18. Araştırma Değişkenlerinin Algılanan Ekonomik Düzey Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	58

ŞEKİLLER

Şekil 2. 1 Türkiye İstatistik Kurumu (2020) verilerine göre Türkiye'deki boşanma sayısı ve kaba boşanma hızı.....	9
Şekil 2. 2. İletişim sürecinin ögeleri	16
Şekil 2. 3. Sosyal medyanın yapı taşları	28

KISALTMALAR

TDK: Türk Dil Kurumu

TUIK: Türkiye İstatistik Kurumu

MEB: Milli Eğitim Bakanlığı

1. GİRİŞ

Evlilik, insanlığın kurmuş olduğu en eski kültürel kurumlardandır. İki insanın yasalarla birlikteliğini içeren evlilik, farklı ilgi istek ve ihtiyaçlara sahip bireylerin kendilerini geliştirmeleri açısından büyük önem taşımaktadır. Çünkü bu birlikteliğin sağlamış olduğu cinsellik, yakınlık, anlayış, toplum onayı vb. birçok duruma; bireylerin psikolojik, biyolojik ve sosyal açıdan birçok gereksinimi de karşılanmaktadır (Ersanlı ve Kalkan, 2008). İşlevleri sayesinde her çağda etkililiğini sürdüren evlilik (Ersanlı ve Kalkan, 2008), tüm kültürel durumlar gibi zaman içinde değişiklikler gösterse de birçok ülkede hala toplumun temeli olarak görülmekte; devletler tarafından korunup desteklenen yaşam biçimi olmaya devam etmektedir. Çünkü toplumunun bu en küçük parçasının güçlü olması halinde toplum genelinin de güçlü ve sağlıklı olabileceği varsayılmaktadır (Akpınar ve Kırlioğlu, 2020). 2017-2020 yılları arasını kapsayan Dünya Değerler Araştırması (2020) sonuçlarına bakıldığında da Türkiye için ailenin %91,8 ile en önemli değer olduğu görülmektedir. Bireysel ve toplumsal anlamda büyük önem verilen bir kurum olsa da ömür boyu beraberlik ve mutluluk amacıyla kurulan bu birliktelikte bir süre sonra sorunlar ortaya çıkmakta ve boşanmalar gözlenebilmektedir. Boşanmalarda gözlenen artışla birlikte de ilişkinin devamında katkı sağlayan “evlilik uyumu”, ahenkli ve etkili bir evlilik için gerekli kabul edilip konu hakkında çalışılması giderek önem kazanmıştır (Aycanoğlu ve Ünsal, 2017; Ersanlı ve Kalkan, 2008). Evliliği ve aileyi ilgilendiren konularda ortak kararlar alabilen, birbirleriyle etkili biçimde iletişim kurup sorunlarını olumlu şekilde çözebilen çiftlerin evliliklerinin uyumlu olduğu söylenebilir (Akar, 2005; Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpkan; 2005).

Canlı bir sistem olarak ele alınabilecek evliliğin canlılığını koruyabilmesi, mutlu ve uyumlu bir biçimde sürdürülebilmesi ise sağlıklı bir iletişim ile sayesinde mümkün olmaktadır. Çünkü eşlerin birbirlerinden sosyal, cinsel ve duygusal anlamdaki beklentilerini dile getirebilmeleri ancak sözlü ve sözsüz uygun mesajların alınıp verildiği karşılıklı iletişimle gerçekleşir (Özguven, 2020). İletişim yetersizliğinin

olduğu evliliklerde çiftler birbirlerinin verdikleri mesajları ortak bir anlamda algılayıp yorumlayamazlar, böyle evliliklerde uyumdan söz etmek mümkün değildir (Ersanlı ve Kalkan, 2008). Etkili iletişimin bulunduğu ailelerde ise bireyler birbirleriyle duygusal paylaşımda bulunup birbirlerine vakit ayırırlar. Ayrıca üyeler birbirlerine değer verip birbirlerini oldukları gibi kabul ederler. Bu aileler sevgi dolu destekleyici bir tutumun bulunduğu, birlikte geçirilen zamanın eğlence ve mutluluk kaynağı olduğu ailelerdir (Buluş ve Bağcı, 2016). Bir ailede doğru iletişimin kurulabilmesi ise öncelikler eşler arasında sağlıklı iletişim kurulabilmesinden geçmektedir (Dilmaç ve Bakırcılioğlu, 2019).

İnsan, aile ve toplum hayatı için son derece önemli olup insanoğlunun var olduğu tarihten itibaren var olagelen iletişim; önceleri yüz yüze gerçekleşip sonrasında resim, ateş, yazı ve kitle iletişim araçları şeklinde evrilirken içinde bulunduğumuz teknoloji çağından da nasibini almış internet teknolojisiyle birlikte sanal iletişim ortaya çıkıp yaygınlaşmıştır. Bu yeni iletişim biçimi bir yandan kolay bir biçimde sosyalleşmeyi sağlarken diğer yandan toplumun tüm alanlarındaki aşırı kullanımıyla birlikte birçok riski de beraberinde getirmektedir. Çünkü aşırı sosyal medya kullanımı bağımlılıkla sonuçlanabilmekte, bireyler sosyal medya üzerinden sürekli haberleşme sağlıyormuş gibi gözükseler de yalnızlaşmaya neden olabilmektedir (Güleç, 2018; Kalaman ve Çelik, 2019). Bu gibi sorunlar bireylerin günlük işlerini aksatmalarına neden olabildiği gibi fizyolojik ve psikolojik sorunlar için de zemin oluşturmaktadır (Gürcan, 2010). Ayrıca sanal iletişim, genel olarak kişiler arası iletişim için bir arada olmak şartını kaldırmış olsa da ailede sağlıklı iletişimin gerçekleşebilmesinde bu şart etkililiğini sürdürmektedir (Güleç, 2018). Evli bireylerin sosyal medyada geçirdikleri zamandaki artış nedeniyle birbirlerine ayırdıkları zamanda azalma olmasının; eşlerin birbirlerini dinleyip anlamamalarına, duygu ve düşünce paylaşımında bulunmamalarına ve de sorunlarının çözümlenmeden ertelenmesine zemin hazırladığı düşünülmektedir (Çelik, 2006). Bu ertelemelerin de sorunların çözümünü iyice zor bir hale getirdiği söylenebilir. Ayrıca çiftlerin birbirlerine ait sosyal medya hesaplarının şifrelerini öğrenme isteği, arkadaş listesini kontrol etme, diğer kişinin paylaşımlarını görmesini engelleme vb. durumlar da çiftler arasındaki güven ilişkisini zedeleyip kıskançlığı tetiklemekte; bu da evlilik ilişkisindeki etkileşimi ve uyumu etkilemektedir (Alikılıç, Ö., Alikılıç, İ. ve Özer, 2019; Demirtaş ve Madran, 2016). Tüm bunlarla birlikte eşiyile sağlıklı paylaşımda bulunulmayan, evlilik birliğiyle giderilmesi

beklenen psikolojik fizyolojik ve toplumsal ihtiyaçlarını bulunduğu evlilik ilişkisinde gideremeyen bireylerin sosyal medyada daha çok vakit geçirdiği de düşünölmektedir (Dossey, 2014).

Sonuç olarak evlilik birliğini etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler içinde öne çıkanlardan bazıları evlilikteki uyum düzeyi, iletişim becerilerine ne düzeyde sahip olunduğu ve sosyal medya kullanım düzeyidir ki bu faktörlerin de kendi aralarında ilişkili olduğu düşünölmektedir.

1.1.Araştırmanın Amacı

Araştırmanın temel amacı evli bireylerin evlilik uyumları, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Ayrıca çalışmada evli bireylerin evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri; bireylerin cinsiyet, yaş, evlilik süresi, evlenme yaşı, evlenme biçimi, eşler arası yaş farkı, çocuk sayısı, ekonomik düzey, eğitim düzeyi ve çalışma durumu özellikleri açısından incelenmiştir.

1.2.Araştırmanın Problemi ve Alt Problemler

Evli bireylerin evlilik uyumları, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Alt Problemler:

- Evli bireylerin evlilik uyumları ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Evli bireylerin evlilik uyumları ile sosyal medya kullanım süreleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Evli bireylerin iletişim becerileri ile sosyal medya kullanım süreleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

- Evli bireylerin evlilik uyumları, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri; cinsiyet, yaş, evlilik süresi, evlenme yaşı, evlenme biçimi, eşler arası yaş farkı, çocuk sayısı, ekonomik düzey, eğitim düzeyi ve çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.3.Araştırmanın Önemi

Değişen dünya ile birlikte toplumsal hayatta pek çok değişim yaşansa da evlilik kurumu günümüzde hala değerli ve sağlıklı bir toplum için gerekli olarak görülmektedir. Evlilik kurumunun sağlıklı bir işleyişle devam ettirilebilmesi için ise evlilikte etkili olan faktörlerin belirlenebilmesi ve incelenmesi önem taşımaktadır. Evlilik ile farklı özellikler sahip iki bireyin bir araya geldikleri göz önüne alındığında bireylerin farklı olan bu özelliklerini tanıyıp anlayabilmeleri için sağlıklı bir iletişim biçimine sahip olmalarının önemi ortaya çıkmaktadır (Yavuzer, 2013). İletişim teknolojisinde yaşanan değişimler ise bireylerin iletişim şekillerinde ve aile içi iletişimde değişiklikleri de beraberinde getirmiştir. Yüz yüze iletişimin yerini sanal iletişime bırakmaya başlamıştır (Bakan ve Bakan, 2017). Bununla birlikte çağımızda sanal iletişim sayesinde dünyanın her yerinden bireyler ile kişiler arası iletişim kurmak için yüz yüze olma şartı olmasa da evlilik ve aile hayatı içerisinde sağlıklı bir iletişimin kurulabilmesi için bu koşul hala önemlidir (Güleç, 2018).

Türkiye’de ilgili literatüre bakıldığında evli bireylere yönelik; evlilik uyumu-iletişim becerileri (Karadağ, 2015; Bakırcıoğlu, 2018), evlilik uyumu-sosyal medya bağımlılığı (Dalan, 2020; Çelik, 2018), sosyal medya bağımlılığı- iletişim becerileri (Onarman 2020; Stenly, 2019) biçiminde ikili değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar olduğu görülse de evlilik uyumu- iletişim becerileri- sosyal medya kullanım düzeyi arasındaki ilişkiyi birlikte inceleyen çalışmaya rastlanılmamıştır. Oysaki evlilik ilişkisinin doğası ve bu değişkenlerin yapısı ele alındığında her birinin bir diğerini etkileme olasılığı bulunduğu düşünülmekte; bu değişkenlerin tamamının tek bir çalışmada incelenmesi önemli görülmektedir. Bu kapsamda tasarlanan çalışmada da evlilik birliği çatısı altında birbirleri ile ilişkili olduğu düşünülen evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyi arasındaki ilişki incelenecektir.

Evlilik kurumunun toplumlar için önemi, günümüz toplumundaki boşanma oranlarında görülen artış, değişen dünya ile birlikte değişen iletişim biçimleri ve sosyal medya kullanımının yaygınlığı dikkate alındığında araştırma sonucunda elde edilecek bulguların evli bireylerle çalışan alan uzmanları, akademisyenler için faydalı olacağı; ayrıca evli bireylerin evliliklerini etkileyen faktörlere ilişkin farkındalıklarını arttıracığı düşünülmektedir.

1.4.Sınırlılıklar

1. Araştırma, Türkiye'nin çeşitli illerinde yaşayan evli bireyler içerisinde çevrim içi ortamda ulaşılan ve çalışmaya katılmayı kabul eden 534 (443 kadın, 91 erkek) katılımcı ile sınırlıdır.
2. Araştırma bulguları, katılımcılara uygulanan veri toplama araçlarına verilmiş yanıtların doğruluğu ile sınırlıdır.
3. Araştırma bulguları, kullanılan ölçme araçlarının ölçmüş oldukları niteliklerle sınırlıdır.

1.5.Sayıtlar

1. Örneklemin, evreni temsil edecek kapsamda olduğu varsayılmaktadır.
2. Katılımcıların sorulara içten ve dürüst biçimde cevap verdikleri kabul edilmiştir.

1.6.Tanımlar

Evlilik: Türk Dil Kurumu'nda (TDK) (2021) evlilik, "Erkekle kadın, aile kurmak için yasaya uygun olarak birleşmek, izdivaç etmek" biçiminde tanımlanmıştır. Tarhan'a (2012) göre evlilik toplumdan topluma farklılaşsa da içinde bulunulan toplum tarafından resmi olarak kabul gören birlikteliktir.

Evlilik Uyum: Evliliğin istekli olunan ve olunmayan getirilerinin dengeye ulaşma hali olarak tanımlanıp; birbiriyle açık iletişimi yakalayabilmiş, problemleri çözme ve karar alma konusunda ortak hareket edebilen çiftlerin evliliklerinin uyumlu olduğu söylenebilir (Tutarel Kışlak ve Çubukça, 2002).

Sosyal Medya: Web 2.0 teknolojisiyle oluşmuştur (Demir, 2016). Çevrim içi olarak etkileşim halinde ses, görsel, video, düşünce paylaşımı yapılabilen siteleri birlikte

içerir (Vural ve Bat, 2010). Ağ teknolojisi üzerine kurulan bu sosyal sistem zaman ve mekan sınırlaması olmaksızın iletişim, işbirliği, çeşitli alanlarda topluluklar oluşturma, kitlelere hitap etme vb. birçok imkanı bir arada sunar (Akar, 2013).

İletişim: TDK'de (2021) "Duygu, düşünce veya bilgilerin akla gelebilecek her türlü yolla başkalarına aktarılması, bildirişim, haberleşme, komünikasyon." biçiminde tanımlanmaktadır.

İletişim Becerileri: Bireyler arasında etkili bir iletişim kurabilmek için gerekli görülen sözel olmayan davranışların kullanımı, soru sorma, güçlendirme, açıklama, kendini açma, dinleme, mizah, ikna, empati vb. yetilerdir (Dökmen, 2016; Hargie, 2006).

2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR ARAŞTIRMALARI

Bu bölümde araştırmanın kuramsal çerçevesine ilişkin literatür taramasında edinilen bilgiler sunulmuştur. Evlilik, evlilik uyumu, iletişimi iletişim türleri ve öğeleri, iletişim becerileri, internet, sosyal medya, sosyal medyanın özellikleri, Türkiye’de ve dünyada sosyal medya kullanımı ve sosyal medya kullanım düzeyi konuları ele alınmıştır. Evlilik uyumu, sosyal medya kullanım düzeyi ve iletişim becerileri ile ilgili olarak yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalara yer verilmiştir. Bu değişkenlere ilişkin alan yazındaki bilgiler birbirleriyle ilişkilendirilerek verilmiştir.

2.1. EVLİLİK VE EVLİLİK UYUMU

2.1.1. Evlilik

Hayatımızda en önemli deneyimlerimizden biri olarak ele alınabilecek evlilik birçok araştırmacı tarafından ele alınmıştır. En genel haliyle TDK’de (2021) evlenmek, “Erkekle kadının, aile kurmak için yasaya uygun olarak birleşmesi, izdivaç etmek” biçiminde tanımlanmıştır. Tarhan’a (2012) göre evlilik toplumdan topluma farklılaşsa da içinde bulunulan toplum tarafından resmi olarak kabul gören birlikteliktir. Evliliğin psikolojik boyutuna değinen Fowers (1993); evliliği, birbirleriyle birleşen benliklerinin onların kişilik gelişimine ve mutluluklarına katkı sağladığı bir kurum olarak görmüştür (akt. Çelik ve Tümkaya, 2012). Özgüven’e (2020) göreyse evlilik insan neslinin devamı, birey ve toplumun kendini gerçekleştirme için en gerekli kurumdur. Turner ve Helms (1994), evliliği çiftlerin var olan birlikteliklerindeki haklarının ve sorumluluklarını kapsayan yasal bir sözleşme olarak tanımlayıp evliliğin yasal boyutuna dikkat çekmiştir (akt. Ulaşoğlu, 2020). Kişiler yapılan bu sözleşmeyle hayatlarını birleştirmiş olurlar. Aslında evlilik kişilerin beslenme, barınma, korunma vb. hayati; aile kurma, ebeveyn olma, çocuk büyüme vb. gelişimsel; kaza, hastalık, ekonomik kayıplar, yakınları vefatı vb. yardım ihtiyacı duyabilecekleri alanlarda destek sağlar (Aksaray, 2013). Evlilik ile ilgili yapılmış olan çeşitli tanımlamalar ve

araştırmalar incelendiğinde evliliğin biyolojik, sosyolojik, psikolojik ve yasal, ekonomik vb. çok yönlü bir kavram olduğu anlaşılmaktadır.

Neredeyse insanlık tarihi kadar eski olup yaklaşık olarak M.Ö. 2000 senesine dayanan evlilik zamanla farklılaşsa da temel özelliklerini devam ettirerek süregelmiştir (Erişti, 2010; Yıldırım, 1993). Evliliğin geçmişten günümüze süregelmesinde zorlukları bulunsa da mutluluk getiren yönleri ve faydalarıyla yaşamımızın birçok yönünü etkilemesinin önemli bir faktör olduğu düşünülebilir. Bireyin maddi ve manevi doyum sağlaması, görev ve sorumluklarını daha iyi bir şekilde yerine getirmesi ve bulunduğu çevreye uyum sağlayıp faydalı olabilmesinde sürdürmekte olduğu evlilik ilişkisinin katkısı büyüttür (Çelik, 2006). Hüner ve Gençöz (2003)' e göre de evlilik bireylerin yaşam kaliteleri ile doğrudan ilişkisi bulunmaktadır. Evlilikle biyolojik, sosyal, psikolojik ihtiyaçların ve güdülerin karşılanması amaçlanır. Cinsel doyum ile hem biyolojik ihtiyaçlar karşılanmakta hem de neslin devamı sağlanmaktadır. Yalnız olmadığını bilme haliyle birlikte ve dayanışma içinde olup ortak amaca yönelme; insanın temel duygusal gereksinimlerinden olan sevmeye ve sevilme ihtiyacı da evlilik ilişkisinde karşılanabilir (Özgüven, 2020). Eş tarafından sağlanan duygusal destek bireye sevilen, saygı duyulan değerli bir insan olduğunu hissettirir (Çağ ve Yıldırım, 2013). Evlilik ile yalnızca evlenen kadın ve erkek bir araya gelmez; aynı zamanda kurulan bu aile, çocukların meşru olarak dünyaya getirilip yetiştirilmelerinin en sağlıklı yoludur (Sezer, 2004). Aile sevginin, nefretin, arzuların doyumunun, hayal kırıklıklarının ve mutluluğun yaşandığı yerdir. Bir ailenin içinde dünyaya gelinir ve yetişkinlikte de evlilik aracılığıyla yeni bir aile kurulur (Akpınar ve Sönmez, 2021).

Çoğunlukla ömür boyu birlikte ve mutlu olmak arzusuyla yapılırsa da evlilik doğası gereği bireylerin incinmelerine de sebep olabilecek bir dinamiğe sahiptir. Bu incinmeler sonucunda kızgınlık, kırgınlık, umutsuzluk ve mutsuzluk gibi duygular yaşanabilmektedir. Ancak birçok evlilik, incinmeler yaşansa da devam etmektedir (Tayşi, 2007). Bu noktada kişilerin bu olumsuz yaşantıları nasıl ele aldıkları önem taşımaktadır (Göztepe Gümüş, 2015). Evliliklerde gözlenen sorunlar çiftlerin evlilik öncesinde birbirlerini yeterince tanıyamamaları, evlilik öncesi hayatlarını özlemeye başlamaları, evliliğin getirdiği sorumluluklara uyum sağlayamayıp pişmanlık yaşamaları vb. nedeniyle yaşanabilmektedir (Derici, 2018; Keçe, 2010). Çiftlerin çıkan problemleri çözümlene becerilerinin olmaması durumunda bu problemler

büyümekte ve çiftler birbirlerine daha da yabancılaşmaktadır. Öyle ki uzayan süre problemin çözümünü profesyoneller için bile çözülmesi zor bir hale dönüştürmektedir (Keçe, 2010).

Evliliğin insan hayatındaki son derece önemli olmasına ve M.Ö' sine dayanmasına rağmen araştırmalar son yıllarda tüm dünyada boşanma oranlarında ciddi bir artış olduğunu göstermektedir (Derici, 2018).



Şekil 2. 1. Türkiye İstatistik Kurumu (2020) verilerine göre Türkiye'deki boşanma sayısı ve kaba boşanma hızı

Şekil 2.1.'de yer alan Türkiye İstatistik Kurumu (TUIK) (2020) verileri incelendiğinde 2010-2015 yılları arasında boşanma hızında artış görülmektedir. 2016'da boşanma hızında azalma olduğu; 2017-2018-2019 yıllarında boşanma hızının giderek arttığı 2020 yılında ise boşanma hızında düşüş olduğu gözlemlenmektedir. Her ne kadar 2020'de boşanma hızında düşüş gözlemlense de boşanma 2018 öncesi yıllardan daha fazladır. 2020 yılındaki düşüşte Covid-19 pandemisi nedeniyle birçok alanda ve kamusal alanda yaşanan kapanmaların etkili olabileceği düşünülmektedir. Veriler bu şekilde değerlendirildiğinde boşanma Türkiye için hala ele alınması gereken bir gerçek olarak değerlendirilmektedir.

Boşanma oranlarının giderek arttığı dünyada ve Türkiye'de evlilikte mutluluğu arttırmak ve evliliğin devamını sağlamak önemli bir konu haline gelmiştir. Mutlu ve huzurlu bir evliliği sağlayabilmek için de evlilik uyumunu etkileyen faktörlerin belirlenip evlilikte uyumun sağlanması önemlidir (Özgüven, 2020). Çünkü evlilik bir

diğeriyle hayatın tüm yönlerini paylaşmayı, onun hayatına ortak olup onu da kendi yaşamına da ortak etmeyi gerektirir. Bunu yolu da dengeli ve uyumlu bir evlilikten geçer. Bu da aynı zamanda sağlıklı nesillerin yetiştiği bir toplum anlamına gelmektedir (Çetinkaya, 2010).

2.1.2. Evlilik Uyumu

Dünyada ve ülkemizde hızlı biçimde gerçekleşen sosyal, ekonomik ve kültürel değişikliklerin sonucunda evlilik ilişkisinde de değişiklikler gözlenmekte; evlilikte yaşanan sorunlar da çeşitlenmektedir. Bu da eşler arasındaki uyum problemlerinde artışa sebep olmaktadır (Şener ve Terzioğlu, 2008). Oysaki mutlu olmayı amaçlayarak hayatlarını birleştiren çiftlerin bu amaca ulaşabilmeleri için uyumlu bir evliliğin var olması gerekmektedir (Çakır, 2008).

Evlilikle ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde de konunun farklı açılardan ele alınsa da 2000’li yıllardan itibaren çalışmaların evlilik uyumu, evlilik doyumu vb. konularda yoğunlaştığı görülmektedir (Dericci, 2018). Evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin evlilik uyumlarının da yüksek olduğu öne sürülerek bu kavramların farklı olmadığını belirten araştırmacılar da mevcuttur (Erbek ve ark., 2005). Ancak evlilik doyumunda kişilerin öznel hoşnutluk ve mutluluk duygularının değerlendirildiği, evlilik uyumundaysa eşler arasındaki ilişkinin niteliğinin incelendiği; bu nedenle de bu kavramlar aralarındaki yüksek korelasyon bulunsa da ayrı kavramlar olduğunu vurgulayan araştırmalar da vardır (Akar, 2005; Erbek ve ark., 2005)

Eşler arası uyumun ölçümüne ilişkin farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Araştırmacılardan bazıları uyumu ölçerken eşlerin evlilikleri hakkında nasıl hissettikleriyle ilgilenip uyumun belirleyicisi olarak evlilikteki mutluluk durumlarına ilişkin kişilerin kendilerinden bilgi almışlardır (Locke ve Wallace, 1959; akt. Yılmaz, 2001). Araştırmacıların bazılarıysa eşler arasındaki uyumu çiftlerin ayrı ayrı duyguları olarak değil; iletişim, çatışma vb. durumları da içeren ilişkinin özelliği olarak ele almışlardır (Spainer, 1976; akt. Yılmaz, 2001).

Tutarel-Kışlak ve Çubukça’ ya (2002) göre evlilik konusunda çokça incelenen kavramlardan olan evlilik uyumu evliliğin istekli olunan ve olunmayan getirilerinin dengeye ulaşma hali olarak tanımlanıp; birbiriyle açık iletişimi yakalayabilmiş,

problemleri çözmeye ve karar alma konusunda ortak hareket edebilen çiftlerin uyumlu bir evlilikleri olduğu söylenebilir.

Evlilik uyumu, eşlerin evlilik ve aile hayatında değişen durumlar olsa da birbirlerinden beklenti ve ihtiyaçları konusundaki dengeyi yakalamalarını ve var olan koşullara adaptasyonlarını içermektedir (Şener ve Terzioğlu, 2008). Fıfıloğlu (2001) da evlilik uyumunun, evlilikte oluşabilecek değişiklikler karşısında eşlerin bu değişiklikleri birbirlerine ve evliliğin geneline uyum gösterecek biçimde kabul etmelerini ifade ettiğini belirtmiştir.

Spainer (1972); eşleri ilgilendiren konularda fikir birliğinin olduğu, benzer ilgi ve eğlence alanlarının bulunduğu, çatışmaların görece az olup birbirlerine sevgiyle yaklaşan çiftlerin bulunduğu evlilikleri uyumlu evlilikler olarak tanımlamıştır (akt. Köse,2019)

Sabatelli (1988) ise uyumlu evliliği; çiftlerin evliliğin önemli alanlarında fazla anlaşmazlığın yaşanmadığı, yaşanan anlaşmazlıkların da her iki tarafı da memnun edecek biçimde çözülmeye çalışıldığı, birbirleriyle sağlıklı şekilde iletişim kurabildikleri evlilikler olarak tasvir etmiştir (akt. Sardoğan ve Karahan, 2005)

Yapılan tanımlamalar incelenip evlilik bir süreç olarak ele alındığında ve bu süreçte farklı özellikler kazanabilen canlı bir organizma ile benzer özellikler taşıdığı düşünüldüğünde; başladığı noktayla aynı kalamayacağı ve yaşanabilecek değişikliklere uyum sağlanmasının evliliğin sağlıklı gelişim göstermesinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Ayrıca bu tanımlamalar göstermektedir ki ortak hayatı paylaşırken adaptasyon gerektiren durumlarla karşı karşıya kalan çiftlerin böylesi durumlarda birbirlerinin gereksinimlerini daha iyi anlayıp sürece daha kolay adapte olmalarında aralarında sağlıklı bir iletişim biçimi bulunmasının önemi büyüktür. Ayrıca sağlıklı bir iletişim sonucunda birbirlerine istek ve gereksinimlerini daha doğru biçimde ifade edip birbirlerini daha iyi anlayan çiftler arasında çatışmaların daha az yaşanabileceği, var olan problemlerin de daha kolay çözülebileceği ki bu durumun da çiftlerin evlilik uyumlarını yükseltebileceği düşünülmektedir.

Halford, Kelly ve Markman (1997); evlilik uyumuna ilişkin olarak dört temel nitelik belirtmiştir. Bunlar;

- Evlilik ilişkisindeki pozitif etkileşim: Birlikte daha fazla aktivitede bulunup daha fazla zaman geçiren, daha olumlu bir ilişkiye sahip çiftlerin evlilik uyumları daha yüksektir.
- Etkili iletişim ve çatışma yönetimi: Çatışmadan kaçınmanın daha fazla olduğu çatıma yaşandığıdaysa çözümü sağlarken daha yıkıcı davranışların sergilendiği evliliklerde uyum daha düşüktür.
- Eşe yönelik pozitif bakış açısı: Evlilik uyumunu yüksek olduğu evliliklerde çiftler birbirlerine karşı daha olumlu bir bakış açısına sahipken, uyumun düşük olduğu evliliklerde çiftlerin daha çok birbirlerinin olumsuz davranışlarına odaklandıkları ileri sürülmektedir.
- İlişki şemaları: Uyum düzeyinin yüksek olduğu evliliklerde bireylerin eşlerine ve evliliklerine dair inanç ve algıları daha olumludur (akt. Çakmak Tolan, 2015).

Evlilik ve evlilik uyumu üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde çiftlerin gelir durumları, yaşları, eğitim düzeyleri, evlenme yaşları, evlilik türleri vb. faktörlerin de evlilik uyumu üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Yılmaz' a (2001) göre de bir evliliğin sağlıklı ve uzun süreli olabilmesi için gerekli şartlardan biri de çiftlerin birbirlerini tanımları ve birbirlerine denk olmalarıdır. Eskiden yapılan görücü usulü evliliklerde tarafların birbirlerini tanıma imkanları kısıtlıyken bu durumda yaşanan değişikliklerle birlikte çiftlerin birbirlerini daha iyi tanımlarına fırsat sağlanmıştır. Gökmen'e (2001) göreyse evlilikte çiftler arası denklikten kastedilen tarafların hem ekonomik hem de kültürel seviyeleri açısından birbirlerine uygun olup birbirlerini anlayabilmeleridir. Tarafların kişiliklerinin birbirlerine uygunluğu, benzer çevrelerden olup benzer yetiştirilme tarzlarıyla yetiştirilmeleri, eğitim düzeyleri, ekonomik düzeyleri denklik açısından öne çıkan değerlendirme unsurları olarak sayılabilir.

Özgüven (2020) ise Türkiye'de evlilik uyumuna etki eden faktörleri şu şekilde sıralamıştır:

- Çiftlerin tanışma ve nişan sürelerinin uzunluğu
- Nişanlılığın ve evliliğin ilk dönemlerinde birbirleriyle uyum sağlayabilme düzeyi
- Ebeveynlerinin evliliklerindeki mutluluk düzeyi
- Toplumsal statü

- Evliliğin çiftin arkadaşları ve ebeveynleri tarafından onaylanıp onaylanmadığı
- Evlilik yaşı
- Ebeveynler ile iyi ilişkiye sahip olma
- Eğitim düzeyi
- Çiftlerin kültürel ve dini geçmişleri

Birçok çift birbirlerini sevmenin sorunların çıkmasını engelleyip çıkacak her türlü sorunun aşılmasına yeteceğine inansa da çalışmalar uyumlu bir evlilik için sevginin yanında yukarıda da bazıları verilmiş olan faktörlerin bulunmasının da önemli olduğunu göstermektedir.

Çiftler severek ve birbirlerini tanıyarak evlenmiş olsalar da bocalama dönemi geçirmeksizin uyum sağlayamazlar. Her evlilikte balayı döneminin sonu gelir ve tutku yerini yavaşça karı- koca ilişkisine bırakır (Özgüven, 2020). Eşlerin evliliklerinde uyumu sağlayabilmek için paylaşmayı, birlikte plan yapabilmeyi, özellikle önemli olan konular için ortak kararlar alabilmeyi, sorumluluk almayı ve uzlaşmayı bilmeleri gerekmektedir. Eşler arasındaki iletişimin sağlıklı bir niteliğe sahip olması da uyum için önemlidir. Çünkü değişen dünyada kadın ile erkeğe biçilen rollerde de değişiklikler olmuştur ve ev işlerinin paylaşımı, çocuk yetiştirmedeki sorumluluklar, ev ekonomisinin yönetimi vb. rollere ilişkin tarafların beklentilerinin neler olduğunu anlaşılmasının yolu etkili bir iletişim kurabilmektir (Akın, 2018).

Yapılan çalışmalar uyumlu bir evliliğin çiftlerin fiziksel, sosyal ve psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Şener ve Terzioğlu'na (2008) göreyse uyumsuz evliliklerde görülen olumsuz duygu ve yargılar bu evlilikteki çocuklara geçip bu çocuklar aracılığıyla sonraki nesillere de aktarılır. Bu nedenle de uyumlu bir evlilik konusunda yapılacak çalışmalar toplum sağlığı açısından da önem taşımaktadır.

2.1.3. Evlilik Uyumu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Eşler arasındaki uyumu çalışan araştırmalar 1960'lı yıllara dayanmakla birlikte ülkemizde 1990'lı yıllardan itibaren çalışılmaya başlanmıştır (Yılmaz, 2001). Ülkemizde yapılan ilk çalışmalar incelendiğinde ise bu çalışmaların Tutarel-Kışlak

(1995) gibi Batı'da kullanılan ölçeklerin Türk kültürüne uyarlanmasına yönelik oldukları görülür. Bu çalışmada cinsiyet, evlilik uyumu, depresyon ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Evlilik uyumunun düşük olduğu çiftlerde yüksek olanlara oranla olumsuz eş davranışlarına daha fazla yüklemeye yapıldığı görülmüştür.

Tutarel-Kışlak ve Çabukça (2006) bağlanma biçimleri, yüklemeler, benlik saygısı ve evlilik uyumu ilişkisini incelemişlerdir. Yaptıkları çalışmada güvenli ve saplantılı bağlanma stiline sahip kişilerin evlilik uyumu puanlarının korkulu bağlanma stiline sahip kişilerden anlamlı ölçüde yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Evli bireylerin problemleri internet kullanımları, evlilik uyumu, eş tükenmişliği ve temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeylerinin incelendiği araştırmada eş tükenmişlik düzeyinin kadınlarda erkeklere oranla daha yüksek olduğu, evlilik uyumu ile eş tükenmişliği arasında negatif yönlü ilişki olduğu görülmüştür (Candemir-Karaburç, 2017).

Akar (2005) ise çift uyumu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında etkili bir iletişim biçimine sahip olmayan çiftlerin evlilik uyumlarının, etkili iletişim becerilerine sahip gruba göre daha düşük düzeyde olduğunu bulmuştur.

Demir ve Fışiloğlu (1999) yaptığı araştırmadaysa yalnızlık ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmanın sonucunda yalnızlık hissi ile evlilik uyumu arasında yüksek düzeyde negatif ilişki bulmuşlardır.

Evlilik uyumu ile kişisel düşünme modelleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada evlilik uyumu yüksek çiftlerin düşünme modellerinin evlilik uyumu düşük olan çiftlere göre daha benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Düzgün (2009) tarafından yapılan çalışma ise evlilik uyumu ile depresyon arasında negatif bir ilişki olduğu görülmüştür.

Malkoç (2001) çiftler arasındaki iletişim modeli ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi araştırmış; evlilik uyumu yüksek çiftlerin yapıcı iletişim modeli kullandığı, evlilik uyumu düşük olan çiftlerinse daha çok yıkıcı tarzda iletişim modeli kullandıklarını bulmuştur.

Tüfekçi-Hoşgör (2003) tarafından yapılan araştırmada ise evlilik uyumu ile öfke ifade tarzı arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmada hem eşlerin hem de kök ailelerin

iletişim problemleri incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda da iletişim problemleri azaldıkça evlilik uyumunun arttığı bulunmuştur.

Demiray (2006) evlilik uyumunu demografik değişkenlere göre incelemiştir. 10 yıldan sonra azalmaya başlayan evlilik uyumunun 16-20 arasında yeniden artış gösterdiği sonucunu elde etmiştir. Ayrıca 22-30 yaş arasındaki evlilik uyumunun diğer tüm gruplara göre daha yüksek olduğunu, 31-41 yaş arasında ise uyumun en az düzeyde olduğunu bulmuştur.

2.1.4. Evlilik Uyumu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Evlilik ve evlilik uyumu ile ilgili çalışmalar incelendiğinde konuyla ilgili yurt dışında yapılan çalışmaların ülkemizde yapılan çalışmalardan daha eskiye dayandığı görülmektedir.

Peterson (1968) çiftler arasındaki iletişim ve aile problemleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada etkili iletişim becerilerine sahip çiftlerin daha az problem yaşadıklarını, problem yaşasalar da bu sorunları daha kolay şekilde çözüme ulaştırdıklarını ortaya koymuştur.

Fışıloğlu ve Lorenzetti (1994) tarafından yapılan araştırmada evli lisansüstü eğitim öğrencisiyle çalışılmış, aile bağlılığı ve evlilik uyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda orta ve yüksek düzeyde aile bağlılığı ile yüksek düzeyde evlilik uyumunun ilişkili olduğu bulunmuştur.

Cinsiyet rolleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik olarak Hindistan'da yapılan bir çalışmada kadın ve erkek cinsiyet rollerini birlikte taşıyan çiftlerin evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur (Isaac ve Shah, 2004).

Eşitlik ve evlilik uyumu ilişkisinin incelendiği bir çalışmada eşler arasındaki güç paylaşımının ve eşitliğin artmasının evlilik uyumuyla pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Davidson 1984).

Rogers ve Deboer (2001) eşlerin ekonomik gelirlerindeki değişikliklerin evlilik mutluluğuna etkisini araştırmışlardır. Kadınların gelir düzeylerinin artmasının evlilikteki mutluluklarını da arttırdığını bulmuşlardır.

2.2. İLETİŞİM VE İLETİŞİM BECERİLERİ

2.2.1. İletişim

Batı dillerinde “communication” olarak kullanılan iletişim sözcüğü köken olarak Latince “communis (yaygın)” ve “communicare (paylaşmak)” sözcüklerinden türetilmiştir. Bu iki kelimenin temelinde yer alan “Commun” sözcüğü ise ortak demektir (MEB, 2011). İletişim kelimesi TDK’de (2021) ise “Duygu, düşünce veya bilgilerin akla gelebilecek her türlü yolla başkalarına aktarılması, bildirişim, haberleşme, komünikasyon.” biçiminde tanımlanmaktadır.

İnsanoğlu var olduğu andan itibaren ve varoluş süreci boyunca, o kişi için iletişim de var olur. Bu iletişim, kimi zaman kişinin kendisine dönük iken kimi zaman da çevresine dönüktür ama her halükarda oradır. Kişinin kendisine ve çevresine yönelik farkındalığı, etkileşimi de içermektedir. Kula’ya (2019) göre de iletişim, sadece sözel unsurlar olarak düşünülmemelidir; bilinçli ve bilinçsiz bir şekilde gerçekleşen duygu aktarım süreci olarak ele alınmalıdır. Karadağ (2015) ise iletişimin insanın sosyal, psikolojik ve biyolojik varlığını sürdürdürebilmesini olanaklı kılan bir faaliyet olarak değerlendirip insanın olduğu her yerde iletişimin de olduğunu ifade eder. Çünkü başka bireylerle ortak bir yaşamı ve kaynakları paylaşmak zorunda olan insan için iletişim yaşamsal bir öneme sahiptir (Kasımoğlu, 2015). Ayrıca iletişim, duygu ve düşüncelerin karşılıklı aktarılmasına aracı olarak kişiler arası ilişkilerin temelini oluşturmaktadır (Ersanlı ve Balcı, 1998).

2.2.2. İletişimin Öğeleri

İletişim süreci, kaynak (verici) , mesaj (ileti), kanal (araç), hedef (alıcı) ve geribildirim (dönüt/yanıt) olmak üzere 5 öğeden oluşur (Gürüz ve Eğinli, 2014).



Şekil 2. 2. İletişim sürecinin öğeleri (Aziz, 2013; akt. Sezer ve Kardoğan-Doruk, 2010)

Kaynak (Verici)

İletişimi başlatan ögedir, zincirin ilk halkasıdır. Kaynak tek bir kişi olabileceği gibi grup da olabilir. İletişimi ilk olarak kaynağı zihnindeki düşüncelerle, onun ilettiği mesaj ve kanal aracılığıyla başlar (Daşci, 2019). Bu nedenle kaynak olmadan iletişim başlayamaz ve kaynak iletişimin çok önemli bir parçasıdır. Bununla birlikte kaynağın göndereceği bilgiyi iyi tanınması, nasıl kodlayacağını bilmesi de önemlidir (Güneri, Üney ve Demirci, 2018). Bir diğer önemli konu ise kaynağın gönderdiği iletinin kaynağın aktarmayı amaçladığı biçimde anlaşılıp anlaşılmadığıdır. İletinin yanlış anlaşılması iletişim sürecinin zarar görmesine neden olabilmektedir (Gündüz-Hoşgör, 2014).

Mesaj (İleti)

Kaynak tarafından kodlanıp fiziksel bir hal alan çıktıdır. Sözlü ya da sözsüz biçimde kaynağın aktarmak istediklerini karşı tarafa iletir (Altunok, 2019). Göndericinin verip alıcının algıladığı anlam arasındaki fark açıldığında iletişimdeki başarısızlık ihtimali de artmaktadır (Altunok, 2019). Bu nedenle kaynak, alıcının anlamasını kolaylaştıracak biçimde ne kadar duyu organına hitap ederse mesajın istenilen biçimde algılanması da o kadar kolaylaşacaktır (Yiğit ve diğ. 2005).

Kanal (Araç)

Kanal, kaynak ve alıcı arasında mesajın iletimini sağlayan yol veya araçlar olarak tanımlanabilir. Kanal fiziksel (ses, beden), teknik (telefon, posta, e-mail vb.) veya toplumsal (okul, gazete, dergi vb.) olabilmektedir. Sözlü iletişim için hava, televizyon iletişimde ise frekanslar kanal olarak ifade edilebilir. Beş duyu organı da bireyi için iletişim kanalı olarak görev yapmaktadır. Mesajın alıcıya doğru şekilde ulaşabilmesi için uygun kanalın kullanılması önemlidir (MEB, 2011).

Hedef (Alıcı)

Hedef, kaynağın göndermiş olduğu mesajın aktarıldığı birimdir. Gelen kodlanmış iletiyi alıp kendi duyu, düşünce ve algılarına göre yorumlar (Güneri, Üney ve

Demirci, 2018). Alıcının kim olduğu, neye inandığı, tutumları vb. alınan mesajın yorumlanışını etkiler (Kaypakoğlu, 2008). Mesajı alan alıcı verdiği anlama göre iletişimi sonlandırabilir ya da kendisi de bir mesaj gönderip kaynak konumuna geçebilir. Alıcının vermiş olduğu tepkiye göre mesajın alınıp alınmadığı ya da gönderilen anlamda anlaşılıp anlaşılmadığı belli olur. Bu noktada alıcının kullandığı dilinin, sahip olduğu değerlerin, deneyimlerinin, bilgi düzeyinin ve mesajı almaya istekli olup olmadığının mesajın anlaşılabilirliği konusunda önemi ortaya çıkmaktadır (Sezer ve Kardoğan-Doruk, 2010).

Geri Bildirim (Dönüt/ Yanıt)

Alıcının, kaynağın mesajına karşılık olarak vermiş olduğu tepkidir (Yetişkin, 2016). Geri bildirim olmadığı iletişim “tek yönlü” iken geri bildirim bulunduğu iletişim “çift yönlü” dür. Geri bildirim bulunduğu durumlarda kaynak mesajın ulaşp ulaşmadığını, anlaşılıp anlaşılmadığını anlama imkanı bulur. Bu bağlamda geri bildirim bir kontrol mekanizması olarak düşünülebilir (MEB, 2011).

2.2.3. İletişim Türleri

İletişimi temelde sözlü, sözsüz ve yazılı olmak üzere üçe ayrılabilir. İletişim türleri konusundaki bir başka sınıflama ise kişi içi iletişim, kişiler arası iletişim, grup iletişimi ve kitle iletişimi biçimindedir (MEB, 2011). Aşağıda bahsi geçen iki sınıflamayı da kapsayacak şekilde bilgilendirme yapılacaktır.

Sözlü İletişim

Harfler ve kelimeler kullanılarak konuşma biçiminde gerçekleştirilen iletişimdir (Dökmen, 2016). Yüz yüze görüşme, telefon konuşmaları, halka hitaplar vb. sözlü iletişimin örnekleri arasında yer almaktadır (Tarkoçin, 2014). Sözlü iletişim “dil ve dil ötesi” şeklinde iki alt sınıfa ayrılmaktadır. Karşılıklı konuşmalar “dil” ile iletişim kabul edilir. Dil ötesi iletişim ise sesin tonu, hızı, şiddeti, vurgulanan kelimeler vb. sesin niteliğiyle ilgili olup sözcüklerin nasıl söylendiğidir. Yani dil ile iletişimde “ne söylendiği”, dil ötesi iletişimde “nasıl söylendiği” önemlidir (Dökmen, 2004).

Konuşmalar aracılığıyla insanlar kendilerini ifade eder, ilişki kurar, uzlaşır. Böylece insan toplumsal bir varlık halini alır (Eriş, 2012).

Sözsüz İletişim

Kelimeler olmadan iletilen tüm mesajlardır (Kaypakoğlu, 2008). Yüz ifadeleri, sesin yükselip alçalması, beden duruşu, el kol hareketleri sözsüz iletişim kapsamındadır ve sözsüz iletişim ile birlikte insanların birbirlerini daha kolay ve doğru anlamalarının önü açılmaktadır (Dökmen, 2004; Karadağ, 2015).

Sözel mesajlar sadece işitme ile algılanabilirken, sözel olmayan mesajlar birde fazla duyu organına hitap etmektedir. Bu nedenle sözel olmayan mesajların iletişimde sözel mesajlardan daha etkili ve önemli olduğu düşünülmektedir (Kaypakoğlu, 2008). İletişim konusunda çalışmalar yürüten Albert Mahrebian iletilerin %55'inin sözsüz (beden hareketleri), %38'inin ses ile özelliklerle, %7'sinin ise söz ile aktarıldığını ifade etmiştir (Gürüz ve Eğinli, 2014).

Yazılı İletişim

Mektuplar, makaleler, raporlar, bildirimler, el yazısı, elektronik ortamda gönderilen yazılar vb. iletileri kapsar. Alıcının iletiyi alması, okuması, yorumlaması ve cevaplama vb. bir süreçten geçtiği için sözlü iletişime göre daha fazla zaman alır ve daha zahmetlidir (Arabacı, 2011). Bununla birlikte iletişim kalıcı olup saklanabilmesi ve değişmezlik özelliği göstermesi sayesinde iletişim sürecinde anlaşılmayan kısımların gözden geçirilip anlaşılmasında avantaj sağlar (Meriç, 2017).

Kişi İçi İletişim

Bireyin başkaları ile kuracağı iletişimin yolu önce kendisiyle kuracağı iletişimden geçmektedir. Çünkü bireyler duygu ve düşüncelerini önce kendi zihninde yorumlayıp karşıdakiyle paylaşmaya ya da paylaşmamaya karar vermektedir. Bu iletişimde kişi hem kaynak hem de hedeftir (Bakırcıoğlu, 2018).

Bireyin düşünmesi, hayal kurması, ihtiyaçlarının farkına varması, gözlem yapması, duygulanması kendine sorular sorarak cevapları da kendinden almasıdır. Benlik

saygısı yüksek olan kişiler bu iletişim türünde kendilerine yönelik olumlu tutumlar geliştirirler (Gürüz ve Eğinli, 2014)

Kişiler Arası İletişim

İki ya da daha fazla insan arasında gerçekleşen iletişimdir. Katılımcılar birbirlerine karşı aynı anda hem kaynak hem de hedefirler. Bir iletişimin kişiler arası iletişim sayılabilmesi için bu kişilerin belli bir yakınlık içinde yüz yüze bulunması, bu kişiler arasında karşılıklı bir mesaj alışverişi bulunması, bu mesajların sözlü ve sözsüz nitelikte bulunması gerekmektedir (Dökmen, 2004).

Kitle İletişimi

Bilgilerin insan topluluklarına; gazete, dergi, kitap, radyo, televizyon, sosyal medya, internet vb. kitle iletişim araçları vasıtasıyla aktarılmasıdır (Dökmen, 2016; Orhon ve Eriş, 2012).

Grup İletişimi

Gruplar içerisinde ortaya çıkan iletişimdir. Grup üyeleri birbirine bağlıdır, üyeler düşüncelerini diğer üyeler ile paylaşır (MEB, 2011). Toplum içerisinde var olan gruplara bakıldığında ise ailenin bu gruplar içerisinde önemli bir yeri olduğu düşünülmektedir.

Aile İçi İletişim

Aile üyeleri arasında kurulan iletişimdir. Çocukların ebeveynleriyle ve birbirleriyle, ebeveynlerin de çocuklarıyla ve birbirleriyle duygu ve düşünce alışverişinde bulunmasında kurmuş oldukları iletişim büyük önem taşımaktadır. Çünkü bu aile üyelerinin birbirlerini tanımalarına, ortak değerler oluşturmalarına ve ortak paydalarda buluşmalarına imkan sağlar. Bu da üyeler arasındaki bağı kuvvetlendirerek biz bilincini oluşturur.

Aile içindeki bağların güçlenmesinde kurulan iletişimin niteliği oldukça önemlidir. Birbirleriyle açık ve tamamlayıcı bir iletişim kurup, gönderdikleri mesajların içeriklerini özenle seçen, duygu ve düşüncelerini ifade etmekten kaçınmayan ailelerin iletişimlerinin sağlıklı olduğu söylenebilir. Ancak mesajların üstünün kapalı oluşu, duygu ve düşüncelerin bastırılıp mesaj içeriğinin özensiz seçilmesi iletişimde engelleri ortaya çıkarır (Nazlı, 2001).

Ailedeki iletişimin sağlıklı olmasının temelinde çiftler arasındaki iletişimin niteliğinin nasıl olduğu yatmaktadır. Sorumluluk bilinciyle önemli konularda ortak karar alan, duygu ve düşüncelerini açıkça paylaşan, birbirlerine değer veren, sevgilerini ifade eden çiftlerin arasındaki ilişkinin uyumlu ve sağlıklı olduğu söylenebilir. Uyumlu bir ilişkiye sahip çiftlerin bulunduğu ailelerde çocukların da sağlıklı iletişimin nasıl kurulabileceğini öğrenip uygulama olasılıkları yüksektir. Bu da çiftler arasında var olan uyumlu iklimin, diğer üyelere de yansımaları ve böylelikle de ailenin genelinde kendini göstermesi anlamına gelmektedir. Tezel' e (2004) göre aile içi etkili iletişim aile birliğinin korunmasında ve üyelerin hedefe ulaşmalarında da etkili olmaktadır. Ayrıca güçlü bir iletişim bencilce davranışların, öfke kırgınlık vb. duyguların yoğunluğunun azalmasında da etkili olmaktadır.

2.2.4. İletişim Becerileri

İnsan doğum öncesi süreçten başlayarak hayatının sonuna kadar her an hem toplumun hem de iletişim sürecinin bir parçasıdır. Kocayörük'e (2012) göre de birey hayatını devam ettirip toplumun bir parçası olabilmek için iletişime ihtiyaç duymaktadır. Çünkü insan iletişim sayesinde duygu ve düşüncelerini paylaşıp; karşısındakinin duygu, düşünce ve hayatına dair bilgi edinmekte; karşısındakini etkilemekte ve ondan etkilenmektedir (Gülbağçe, 2010). Bu noktada bireyin sahip olduğu iletişim becerilerinin niteliği de önem arz etmektedir. Gülbağçe' ye (2010) göre bireyler iletişime yönelik bir sisteme doğuştan sahip olsalar da iletişim becerileri kendiliğinden var olmayıp diğer bireylerle etkileşim sayesinde öğrenilmektedir. Sosyal bir beceri olan iletişim becerileri, iletişim yöntemlerinin öğrenilip öğretilmesiyle ilgilidir (Kurtyılmaz, 2005). Kişinin etkili iletişim becerilerine sahip olmaması durumunda kişiler arasında mesaj iletilmeyebilmekte, iletilebilse de yanlış anlaşılmalara yaşanabilmekte, bu da çatışmalara sebep olabilmektedir. Owen-Korkut ve Bugay' a

(2014) göre de bireylerin yakın ilişkilerindeki problemlerin temelinde etkili iletişim becerilerinin kullanılmaması bulunmaktadır ve bu da yalnızlaşmaya, anlaşılammışlık hissine, duygusal sıkıntılara neden olmaktadır.

İletişim becerilerinin neler olduğuna dair alan yazın taraması yapıldığında empati (Atan ve Buluş, 2020; Çoruk, 2013; Dökmen, 1987; Dökmen, 2016; Ersan, 1993, Köseoğlu 1994), etkin dinleme (Cüceloğlu, 2015; Gürkan, 2011; Güven, 2013), ben dili ve sen dili (Gemici, 2012, Önder, 2003) ve kendini tanıma-açma (Gürüz ve Eğinli, 2008; Üstündağ, 2006) ve sözsüz iletişimi doğru kullanmanın (Sezer ve Kardoğan-Doruk, 2010) sıkça çalışılan konular arasında olduğu görülmektedir. Hargie (2006) ise iletişim becerilerini; sözel olmayan davranışlar, soru sorma, güçlendirme, açıklama, kendini açma, dinleme, mizah ve ikna olarak sınıflandırmıştır.

Kendini Tanıma/Açma

Kendinin tanıma, bireyin; kendi duygu, düşünce ve davranışlarıyla ilişki kurup, kendilik farkındalığının artmasıdır (Üstündağ, 2006). Kişinin kendi tutum, inanç, düşünce, duyguları hakkında ne kadar bilgisi olduğu ve bunlar hakkında ne düşünüp hissettiğidir. Kişinin neyi neden yaptığının farkında olup bunu kendine açıklayabiliyorsa kendisinin farkında olduğu söylenebilir (Gürüz ve Eğinli, 2008). Kendini açma ise bireyin kurduğu ilişkilerde, kendisine yönelik farkındalığı çerçevesinde kendi iradesiyle kendisini açması şeklinde ifade edilmektedir. Bireyin kendini tanıma düzeyi kendini açma düzeyini de büyük ölçüde etkilemektedir (Üstündağ, 2006).

İnsanın, iç dünyasında olan biteni kavrayıp dış dünyaya doğru bir şekilde aktarabilmesi o bireyin stres düzeyinde azalma ve yaşam doyumunda artış sağlamaktadır. Ayrıca bu durum, bireyin kurduğu kişiler arası ilişkilerde güven duygusu oluşmasına katkı sağlayarak ilişkilerinin kalitesini artırır(Cüceloğlu, 2015).

Etkin Dinleme

Bireyin; verilen mesajın anlaşılmasına katkı sağlayacak motivasyonla; tüm dikkat ve ilgisi mesajı veren kişide olacak biçimde yaptığı dinlemedir (Cüceloğlu, 2015; Güven,

2013). Yani etkili bir dinleme için kişide bulunması gereken ilk şey konuşmacıya ve anlatacaklarına karşı ilgi göstermek ve dinlemeye istekli olmaktır.

Etkili bir dinleme bazı özellikleri içinde barındırır. Bu özellikler aşağıdaki gibi ifade edilebilir:

- Dinleyici tüm dikkati konuşmacıda olacak biçimde orada bulunmalıdır.
- Yorum yaparken yargılayıcı olmaktan kaçınmalıdır.
- Karışıklık yaşadığında buna açıklık sağlamak için soru sorabilmelidir.
- Konuşmacının neler söyleyeceğini tahmine çalışmamalıdır.
- Konuşmacıya anlaşıldığını hissettirebilmelidir (Cihangir-Çankaya, 2011; akt. Sezer ve Kardoğan-Doruk, 2010).

Güven (2013) etkin dinlemenin karşıdaki kişiyi iletişimi sürdürmesi konusunda cesaretlendirmeyi de içine aldığı ifade eder. Etkin dinlemede birey hem sözlü ifadelerle olduğu hem de sözel olmayan ifadelerle konuşmacıyı onayladığını belirtecek şekilde davranır. Cüceloğlu (2015) de bu durumun kişilerde önemsenmiş olduğu duygusu yarattığı için ilişkileri doyurucu ve güvenli kıldığını belirtmiştir.

Empati

Empati kişiyi anlamak için onun öznel dünyasından yola çıkmayı gerektirir (Atan ve Buluş, 2020). Dökmen'e (2016) göre ise empati kişinin kendisini karşısındakinin yerine koyup ona ait duygu ve düşünceleri onun penceresinden doğru bir şekilde anlamaya çalışmasıdır. Burada 3 öge söz konusudur. Bunlar;

- Kendini karşıdakinin yerine koyup olaylara onun açısından bakabilmek, onun rolüne girebilmek (Bireyin, kişinin bakış açısından olayları gördükten sonra onun rolünde kalmadan kendi kimliğine dönmesi önemlidir.),
- Karşıdakinin duygu, düşünce, davranış ve beklentilerini doğru anlayabilmek,
- Karşıdaki kişiye anlaşıldığını ifade etmek ve hissettirmek.

Empati ve sempati kavramlarının birbirine karışmaması önemlidir. Sempatide o insanın duygu ve düşüncelerine kendisine aitmişçesine sahip olmak; onunla yakın ve yandaş olmak vardır (Sezer ve Kardoğan-Doruk, 2010). Empatide ise karşıdakinin

duygu ve düşüncelerinin o kişiye ait ve bizden dışarı olduğunun farkında olarak doğru şekilde anlaşılmasına çalışılması söz konusudur.

Ben Dili ve Sen Dili İfadesi

Bireylerin karşılaştıkları durumlar karşısında kimi zaman öfke, gerginlik vb. hissedebilmektedirler. Böylesi durumlarda kişilerin eleştiri, suçlama, yargılama vb. davranışlara başvurmadan kullandığı dile “ben dili” denilmektedir. Ben dili bireyin karşılaştığı durum ve davranışın kendisinde uyandırdığı duygu ve düşünceleri karşısındakini suçlamadan, küçültmeden aktarmasını içerir (Gordon, 2001; akt. Gemici, 2012). Ben dili yorum içermez, somut etkileri ve hissedilen duyguyu aktarır. Sen dili ise karşısındakini suçlama, yargılama, küçük düşürme ve utandırmayı içerir. Kullanılan ifadeler karşı tarafın davranışına değil benliğine yöneliktir. Karşısındakini suçlu hissettirip savunmaya geçmesine zemin hazırlayan bir dildir (Önder, 2003).

İki ifade tarzı da incelendiğinde ben dili kullanıldığında yargılayıcı olunmadığından bireylerin tartışmaya girme ihtimalinin düşük olacağı, ancak sen dili kullanıldığında suçlayıcı içeriğinden dolayı suçlama savunma ekseninde tartışma yaşanma ihtimalinin artacağı düşünülmektedir. Yani bu durumda ben dilinin ilişkiyi güçlendirici olurken, sen dilinin ilişkilerde zedelenmeye sebep olabileceği söylenebilir.

Sözel Olmayan İfadelerin Etkin Kullanımı

Sözel olmayan ifadelerin fark edilebilmesi için kişilerin birbirlerini görebilecekleri bir ortamda olmaları gerekmektedir. Sözel ve sözel olmayan ifadeler genelde eş zamanlı olarak oluşmakta ve birbirini desteklemektedir. Jest ve mimikler, baş hareketleri, göz teması, ses tonu, vurgu, eşya, giyim tarzı vb. ifadeleri etkin kullanmak veya bunları kullanan kişiyi iyi analiz etmek etkili bir iletişim açısından önemlidir (Sezer ve Kardoğan-Doruk, 2010). Biriyle konuşurken ona vücudumuzun o kişiye dönük olması, göz teması kurmak, dinlediğimiz kişiyi başımız onaylamak vb. sergilenen davranışlar iletişimin kişiler için daha anlaşılır olmasında ve iletişimin sürdürülmesinde önem taşımaktadır.

2.2.5. Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılan alışmalar

Koroğlu (2006) emniyet personelleri ile yaptığı çalışmasının sonucunda kadınların iletişim becerilerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Ayrıca çalışmada eğitim seviyesi ve iletişim becerileri arasında pozitif yönlü korelasyon olduğu ortaya çıkmıştır.

Berglund, Eriksson ve Westerlund (2005) tarafından 18 aylık bebeklere sahip anneler ile yaptıkları çalışmada, annelerin kız çocuklarının iletişim becerilerini erkek çocuklardan daha iyi düzeyde bulduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Özkurt (2010) kamu personellerine terapötik iletişim becerileri kazandırma eğitiminin verildiği araştırmasında, verilen eğitimin kamu personellerinin çatışma düzeyinde önemli ölçüde azalttığını bulmuştur.

Erözkan (2007) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmada iletişim becerilerinin cinsiyet, yaş ve sınıf düzeyi ile ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Hacı (2011) tarafından yapılan çalışmada evli çiftlerin ilişkilerindeki en önemli alanlardan birinin iletişim olduğunu bulmuştur. Erbek ve ark. (2005) da yaptıkları çalışmada benzer biçimde iletişim becerilerinin çiftlerin en önemli ilişki alanlarından olduğu bulgusuna ulaşmışlardır.

Başerer (2014) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmasında interneti film izlemek ya da oyun oynamak amaçlı kullanan öğrencilerin iletişim becerilerinin diğer gruplara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Büyükfiliz (2016) 18-25 yaş arası geç yetişkinlerle yaptığı çalışmada iletişim becerileri ve problemlili internet kullanımını arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Gemici (2012) ilköğretim 8. sınıf öğrencileriyle yürüttüğu araştırmasında etkili iletişim ve empati beceri eğitimi programının öğrencilerin empati becerilerinde de iletişim becerilerinde de fark yaratmadığını bulmuştur.

Mahajan (2012) tarafından yapılan bir çalışmada iletişim becerilerinin içe alımlarda öncelikli bir kriter olduğu sonucuna ulaşmıştır.

2.3.SOSYAL MEDYA

2.3.1. İnternetin Tanımı ve Gelişimi

Gelişen ve değişen dünyada teknolojik ilerlemedeki hızın da neticesinde hayatın içindeki pek çok şey daha kolay ve hızlı bir hale gelmiştir. Günlük hayatı kolaylaştırıp hızlandıran faktörler incelendiğinde karşımıza çıkan ögelerden biri de “internet” olmaktadır.

İnternet kavram olarak ilk kez Vint Cerf ve Robert Kahn tarafından kullanılmıştır (Cerf ve Kahn, 1974; akt. Batur-Başar, 2018). İngilizce’deki “Interconnected (arasında)” ile “Network (ağ)” kelimelerinin kısaltması biçiminde oluşturulmuştur (Güçdemir, 2003). İnternet, dünyadaki birçok bilgisayar ağını birbirine bağlayan ve aynı anda ya da farklı zamanlarda kullanıcılarının hizmetine sunan bilgi, iletişim veya ağlar ağı olarak tanımlanabilir (Morris ve Ogan, 1996; akt. Güneş, 2016; Odabaşı, Kabakçı ve Çoklar, 2017). İnternet bilgisayarları birbirine kablo, uydu bağlantısı, bluetooth, telsiz bağlantısı, wifi, vın vb. ağlar ile bağlar. Böylelikle bilgi, resim ve videoların paylaşılıp depolanabildiği; görüntülü ya da sesli iletişimin sağlanabildiği bir bilişim sistemi halini alır (Aylıkçı, 2018).

İnternetin dünya üzerindeki kullanımı ilk olarak Soğuk Savaş döneminde askeri bir amaçla 1969 yılında olmuştur. Sovyet Birliği Saldırısı sonucu tüm iletişim ağlarının yok edilmesinden endişe duyulması üzerine bilgisayarlar üzerinden ağ kurulabileceği önerisiyle geliştirilen ARPANET adlı proje başlatılmış, bu günkü internetin temelini oluşturan ve yine ARPANET adı verilen bir ağ oluşturulmuştur (Cohen- Almagor, 2011; akt. Batur-Başar, 2018).

Türkiye’deyse internet ağı projesinin 1991 yılında ODTÜ ve TÜBİTAK işbirliğinde başlatıldığı görülmektedir ve ilk internet bağlantısı 12 Nisan 1993 tarihinde ODTÜ bünyesinde gerçekleştirilmiştir (Can, Demir ve Yirci, 2018).

Günümüzdeyse teknolojik gelişmelerin etkisiyle neredeyse her evde bulunan, evlerde olmasa bile cep telefonları vb. aracılığıyla her an elimizin altında olan internet en çok vakit geçirdiğimiz mecralardan biri haline gelmiştir.

2.3.2. Sosyal Medyanın Tanımı ve Gelişimi

Sosyal medya en genel haliyle sosyal ağlar için kullanılan web siteleri ve uygulamalar olarak tanımlanabilir (Korenich ve ark.,2013; akt. Duman, 2019). Çevrim içi olarak etkileşim halinde ses, görsel, video, düşünce paylaşımı yapılabilen siteleri birlikte içerir (Vural ve Bat, 2010). Ağ teknolojisi üzerine kurulan bu sosyal sistem zaman ve mekan sınırlaması olmaksızın iletişim, işbirliği, çeşitli alanlarda topluluklar oluşturma, kitlelere hitap etme vb. birçok imkanı bir arada sunar (Akar, 2013).

Askeri amaç ile oluşturulan ilk internet ağı 1980’lerde Amerikan Ulusal Bilim Kurumu tarafından üniversiteleri de kapsayacak biçimde geliştirilmiş ve bu durum internet sisteminin diğer alanlarda da hızlıca yayılmasının önünü açmıştır (Işık, 2007). İsviçre’de ise 1989 yılında fizik bilimcilerin araştırmalarını pratik biçimde aktarabilmelerini sağlamak amacıyla CERN projesi olarak “World wide web (www)” ortaya çıkarılmış, böylelikle depolanan verilerin başka kullanıcılar ile paylaşılması mümkün hale gelmiştir (Işık, 2007; Kıvanç, 2019). Sonrasında bu proje tüm dünyaya hizmet etmeye başlayarak her yere ses, görüntü ve veri iletimini mümkün kılmıştır. İlk sosyal paylaşım sitesi ise “Sixdegrees” adıyla 1997’ de kurulmuş, kullanıcılarına profil belirleme, arkadaşlarını listeleme, arkadaş listelerini inceleyebilme imkanını sunmuştur. Ardından oluşturulan “Ryze.com” ise kullanıcılarının kendi iş ağlarını geliştirmelerine yardımcı olmayı amaçlamıştır (Alican ve Saban, 2013). Daha sonra Friendster adlı arkadaşlık sitesi oluşturulmuştur. 2004’e ise şu anda da neredeyse tüm dünyada kullanılan “Facecook” kullanıcıların hizmetine sunulmuştur (Kıvanç, 2019). Günümüzde ise gelişen internet teknolojisi ile birlikte Twitter, Instagram, Youtube, Whatsapp vb. birçok sosyal medya ağ ve uygulamaları bulunmaktadır.

2.3.3. Sosyal Medyanın Özellikleri

Sosyal medya, kullanıcılarını edilgen değil etken kılmasıyla günümüzde kişilerin sosyalleşmeleri açısından önemli bir yere sahip olmuştur (Abbasigil, 2019). Bireyler sosyal paylaşım ağlarıyla edinmek istedikleri bilgiye hızlı ve rahat biçimde ulaşabilmekte; fotoğraf, video, bilgi ve düşünceyi paylaşımı yapabilmektedir.

Kullanıcıları için her geçen gün daha cazip bir hal almaya başlayan sosyal medya bunu sağlayabilecek birçok özelliği de bünyesinde barındırır. Mavnacıoğlu'na (2009) göre sosyal medyanın temel özellikleri şöyledir:

- Zaman ve mekandan bağımsız paylaşım ve etkileşimi mümkün kılan bir alt yapıya sahiptir.
- Sınırları önceden belirlenmemiştir, içten bir iletişim mantığı hakimdir.
- Anlık paylaşım ve yansıtma imkanı tanır
- Kişiler hem takip eden hem takip edilen konumundadır.
- İçerikler formal değil informaldır.
- Kullanıcılar, başka kullanıcıların içeriklerini ve yorumlarını takip edip edebilirler.
- Kullanıcılar, kendi geliştirdikleri içerikleri çevrim içi ortamlarda paylaşım tanıtabilirler.

Kietzmann, Hermkens, McCarthy ve Silvestre (2011) ise sosyal medyanın yedi işlevsel yapıtaşını belirttiği (akt. Duman, 2019). Bunlar;



Şekil 2. 3. Sosyal medyanın yapı taşları (Kietzmann ve ark., 2011; akt. Duman, 2019)

Kimlik: Kullanıcının sanal dünyadaki temsilidir. Kişiler oluşturdukları profille doğum gününü, hobilerini, sevdiği yerleri, eğitim durumunu, medeni durumunu vb. belirterek kendini açıklayabilir. İstemesi halinde ise sahte bir ad kullanarak kimliğini gizleme imkanına sahiptir.

Sohbet: Kullanıcıların birbirleriyle diyalog biçiminde ya da ifadeler üzerinden anlık ya da zaman atlamalı senkronize olmaları halidir.

Paylaşma: İçeriğin, sosyal grafik üzerinden geliştirildiği ve yayıldığı etkinliklerdir.

Hazır Bulunma: Kullanıcılara diğer üyelerin çevrim içi ve çevrim dışı vb. konumları hakkında bilgi verilmesidir.

İlişkiler: Gerçek yaşam ilişkilerinin de temsilini içerebilen sevdikleri veya takip ettiklerinin belirtilmesi halidir.

Gruplar: Kullanıcıların belli bir konuya ilişkin düşüncelerini paylaşmak ya da ilişkilerini sürdürmek amacıyla içinde buldukları sanal topluluklardır.

İtibar: Kullanıcıların, diğer kullanıcılar tarafından paylaşılan içeriği nitelendirmesine dayanır. Açık veya gizli takipçi sayısı kıstasları arasında sayılabilir.

2.3.4. Türkiye’de ve Dünyada Sosyal Medya Kullanımı

Sosyal medya araçları sadece iletişim sağlama temelli kullanılmamaktadır. Aynı zamanda oyun oynama, bilgi edinme, arama yapma vb. etkinlikleri de bünyesinde barındırıp kullanıcıya sunarak onların birçok ihtiyacını karşılamayı amaçlamaktadır (Tutgun-Ünal, 2015). Bu nedenle de bireyler sosyal medya araçlarına fazlaca ihtiyaç duyup onlarla uzun saatler geçirmektedir.

We Are Social (2021) araştırma verilerine göre 2021 yılında tüm dünyadaki sosyal medya kullanıcı sayısı 4,48 milyar olup bu sayı toplam dünya nüfusunun yaklaşık %57’sini oluşturmaktadır. Cep telefonu aracılığıyla sosyal medyaya ulaşan kullanıcı yüzdesi %99 iken sosyal medya kullanımı için günde harcanan süre ortalama 2 saat 24 dakikadır. Türkiye’deki toplam sosyal medya kullanıcısı ise 60 milyon olup bu sayı Türkiye’nin toplam nüfusunun yaklaşık %71’ini oluşturmaktadır. Sosyal medya kullanıcılarındaki yıllık değişim 6 milyon artış şeklinde olmuştur. Cep telefonu aracılığıyla sosyal medyaya ulaşan kullanıcı sayısı ise 59,10 milyondur. Yine aynı raporda Türkiye’deki günlük ortalama sosyal medya kullanım süresinin 2 saat 57 dakika olduğu belirtilmektedir.

We Are Social (2021) dünya ve Türkiye verileri karşılaştırmalı incelendiğinde; Türkiye’deki sosyal medya kullanıcılarının Türkiye toplam nüfusuna oranının (yaklaşık %71), dünyadaki sosyal medya kullanıcılarının toplam dünya nüfusuna oranından (yaklaşık %57) daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca sosyal medyada bir günde geçirilen ortalama zamana bakıldığında da Türkiye’deki günlük sosyal

medya kullanım ortalamasının dünya ortalamasından 33 dakika daha fazla olduğu anlaşılmaktadır.

Sosyal medyanın ucuz olması, hızlı olması, profesyonellik gerektirmemesi, kullanım ve paylaşımın kolay olması vb. onu avantajlı kılan özelliklerinin; onun tüm dünyada ve Türkiye’de popüler olmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

Yine We Are Social (2021) verileri göstermektedir ki dünyada sıkça kullanılan sosyal medya platformları arasında Facebook’un ilk sırada yer almaktadır. Facebook’u sırasıyla Youtube, Whatsapp, Instagram, Facebook Messenger, Wechat, Tiktok vb. takip etmektedir. Türkiye’de ise en sık kullanılan sosyal medya platformunun Youtube olduğu, onu da sırasıyla Instagram, Whatsapp, Facebook, Twitter, ve Facebook Messenger’ın takip ettiği görülmektedir.

Dünyada ve Türkiye’de sık kullanılan sosyal medya platformları karşılaştırıldığında en sık kullanılan dört sosyal medya platformunun sıralamalarında farklılıklar gözlenirse de Youtube, Facebook, Whatsapp ve Instagram olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Beşinci sırada yer alan sosyal medya platformu ise dünya için Facebook Messenger olurken Türkiye için Twitter olmuştur.

2.3.5. Sosyal Medyanın Kullanım Amaçları ve Etkileri

Bireylerin sosyal medya kullanım amaçları farklılık gösterebilmektedir ve bu amaçlarının belirlenmesinin araştırmacılar tarafından önemsendiği görülmektedir. Kimi bireyler sosyal medyayı sosyalleşmek için kullanırken kimisi de sosyalleşmekten kaçmak için kullanmaktadır (Hazar, 2011). Sosyal medya politika, siyaset, bilgi edinme, eğitim-araştırma, vakit geçirme- eğlence ve iletişim amaçlı kullanılabilir (Acun ve ark., 2017). Mazman ve Usluel (2011) ise sosyal medya kullanım amaçlarını gündemi izleme, var olan ilişkiyi sürdürme, yeni ilişkiler oluşturma ve akademik kullanım şeklinde ifade etmiştir.

We Are Social (2021) verilerine göre dünya üzerindeki bireylerin sosyal medyayı kullanım amaçları arasındaki ilk sırayı yaklaşık %49’luk bir oranla arkadaşlar ve aileyle iletişimde kalmak almaktadır. İkinci sırada boş zamanı doldurmak gelmektedir. Üçüncü sırayı haber okumak alırken dördüncü sırada komik ya da eğlenceli içerik bulmak yer almaktadır. Sosyal medyada ne hakkında konuşulduğunu görmek ise

beşinci sıradadır. Diğer kullanım amaçları %29'un altında olurken yeni temaslar kurmak bir amaç olarak yaklaşık %24'lük bir oranla 10.sırada yer almaktadır.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde bireylerin birçok amacını gerçekleştirmeye yönelik olarak sosyal medyayı kullandıkları ve bu amaçların en önemlilerinden birinin de iletişim ve ilişki üzerine olduğu görülmektedir.

Sosyal medyanın birçok amaca hizmet eden yapısı insanların sosyal medya platformlarında git gide daha fazla zaman geçirmelerine neden olmaktadır. Sosyal medya kullanımındaki bu artışın bireysel ve toplumsal alanda birçok katkısı bulunmaktadır. Cevap verme süresinin kısalması gerek iş yaşamında gerekse sosyal hayatta insanların olabildiğince kısa sürede birbiriyle iletişim kurmasını sağlayarak etkileşimi arttırıp işleri hızlandırır (Baruah, 2012). Ayrıca bireylerin kendilerini ifade edebilmelerine, yeteneklerini sergileyebilmelerine olanak tanır (Okumuş, 2018). Duman (2019) ise sosyal medya kullanımının olumlu özelliklerini dört başlıkta toplamaktadır. Bunlar:

- Sosyal etkileşimi kolaylaştırıp bireyi güçlendirir.
- Verimliliği yükseltmiş, işçi-işveren arasında esneklik sağlamıştır.
- Bireylerin seslerini duyurmasını, etkin vatandaş katılımını ve topluluklar oluşturabilmesini sağlar.
- Eğitimi ve yaşam boyu öğrenmeyi kolaylaştırır.

Bireyler sosyal medya aracılığıyla her ne kadar gerçek dünyaya ait ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla olsalar da sanal ağlarda yeni bir dünya oluşturabilmekte ve bu durum gerçek dünya ile sanal dünya arasındaki çizginin giderek yok olmasına sebep olabilmektedir (Özdemir ve Erdem, 2016). Araştırmalar, sosyal medyanın aşırı kullanılmasının insanların bilişsel, fiziksel ve davranışsal sağlıklarını olumsuz etkileyebileceğini göstermiştir (Digital Mediaand Society, 2016; akt. Duman, 2019).

Sosyal medya birçok alanda uzakları yakın edip birçok kişi arasındaki iletişimi canlı tutarken bireyin birincil sosyal çevresi olan ailesi ile arasına mesafeler sokabilmektedir. Çünkü sosyal medyanın telefonlar aracılığıyla sürekli ulaşılabilir hal almasıyla aile üyeleri yan yana geçirdikleri görece kısıtlı zaman dilimlerinde dahi gerçek bir birliktelik halinde olmayabilmektedirler.

Sosyal ağlarda geçirilen zamanın artması aile bireylerinin birlikte geçirdikleri zamanın azalmasına neden olarak aile içi ilişkileri olumsuz etkileyebilmektedir. Ayrıca sosyal medyanın bireysel yapısı gereği sağladığı gizlilik ve rahatlığın aldatma için zemin hazırladığı düşüncesiyle çiftler arasında güvensizlik oluşabilmektedir. Bu durum da flört dönemindeki çiftlerin ayrılmasına evli çiftlerinse boşanmalarına neden olabilmektedir(Güleç, 2018). Karaca (2007) ise yanlış ilişkiler kurma, kötü alışkanlıklar edinme, bağımlılık, başarıda düşüş vb. aile bireyelerine yönelik tehditler; iletişimsizlik, aileden uzaklaşıp yalnızlaşma, ailenin parçalanması vb. aile bütünlüğüne yönelik tehditler; aldatılma kaygısı, sanal ihanet, aile bireyleri arası güvensizlik vb. aile içi güven ortamına yönelik tehditler; mal ve can güvenliğine yönelik tehditler şeklinde sanal ilişkilerin aileye yönelik tehditlerini sınıflandırmıştır. Duman (2019) ise sosyal medyanın dezavantaj ve risklerini aşağıdaki biçimde belirtmiştir.

- Zorbalığı, taciz ve hakareti kolaylaştırabilir.
- Sosyal becerilerde değişikliğe neden olabilir.
- Tehlikeli amaçlara sahip kişilerce propaganda amaçlı kullanılabilir.
- Sosyal medya tarafında gerçekleştirilen işlerin dönüşümü eşitsizliğe neden olabilir ya da verimi düşürebilir.
- Hangi bilgilerin hangi kullanıcılara ulaştığını seçerek o bireyelerin fikrinde değişiklik yaratabilir.
- Aşırı sosyal medya kullanımı bireyelerde zihinsel ve fiziksel sağlığa zarar verebilir, bağımlılık gelişmesine neden olabilir.

2.3.6. Sosyal Medya Bağımlılığı

Teknolojinin hızla gelişimiyle birlikte sosyal medya araçlarına hızlı ve kolay biçimde ulaşılabilir oluşturu birçok avantaj ve dezavantajı da beraberinde getirmektedir. Sosyal medya kullanımının yaygınlaşması iletişim biçimlerinde yaşanan değişim ve dönüşüm, sosyal medyanın günlük hayatın parçası haline gelmiş olup kullanımında aşırıya kaçılması bu konunun gündemde daha fazla yer olmasına sebep olmuştur (Tutgun-Ünal, 2015).

Çoğu insan, belirli hedeflere ve ihtiyaçlara ulaşmak için interneti ve sosyal medyayı işlevsel bir şekilde kullanmaktadır. Bununla birlikte, internetin ve özel çevrim içi uygulamalarının aşırı kullanımına bağlı olarak kontrol kaybı ve sıkıntı gibi olumsuz sonuçlar yaşayan insanların sayısı giderek artmaktadır. Ancak sorunlu sosyal ağ kullanımı ve bağımlılık gibi internetin problemleri konusunda net bir tanımlama bulunmamaktadır (Wegmann, Stodt ve Brand, 2015). Bağımlılık daha çok alkol, uyuşturucu vb. maddesel kullanımda aşırılığı tanımlamak için kullanılsa da; son yıllarda kumar, egzersiz, yeme, uyuma, teknolojik cihaz ve uygulama kullanımı vb. davranışları, kontrol edilemeyen alışkanlık ve uygulamaları haline geldiğinde bağımlılık olarak adlandırılan araştırmacılar bulunmaktadır (Fidan, 2016; Tüzer, 2011). Young (2004) internet bağımlılığı, Walker (2019) sosyal ağ bağımlılığı ve Tutgun-Ünal (2015) sosyal medya bağımlılığı; bu alanda yapılan çalışmalardan bazıları olarak karşımıza çıkmaktadır.

T.C. Sağlık Bakanlığı tarafından bağımlılık, “Bir maddenin ruhsal, fiziksel ya da sosyal sorunlara yol açmasına rağmen, alımına devam edilmesi, bırakma isteğine karşılık bırakılamaması ve maddeyi alma isteğinin durdurulamamasıdır. Bağımlılık kronik bir beyin hastalığıdır.” şeklinde tanımlanmıştır.

İnternet bağımlılığı, internetin aşırı kullanımı, internetsiz geçen zamanının boşa sayılması, yoksunluk durumunda gerginlik ve agresiflik yaşanması ve kişinin gündelik işlevlerinde bozulmalar yaşanması olarak tanımlanabilmektedir (Young, 2004). Bu tanımdan yola çıkılarak internet bağımlılığının bir alt dalı olarak düşünülebilen sosyal medya bağımlılığın; bireyin sosyal medyayı aşırı şekilde kullanıp bu kullanımını kontrol edememesi şeklinde tanımlanması mümkündür (Longstreet ve Brooks, 2017; Tekin, 2019).

Bireyleri sosyal ağlarda bağımlı kılabilen nedenler incelendiğinde en etkili nedenlerin psikolojik ve sosyolojik nedenler olduğu belirtilmektedir. Depresyon, korku, sosyal fobi, kaygı, iletişim becerilerindeki zayıflık, bir gruba ait olma isteği, kimlik oluşturma çabası vb. durumların bireylerin sosyal medyada daha fazla zaman geçirmesine neden olarak bağımlılığa zemin oluşturabileceği düşünülmektedir (Kırık, Arslan, Çetinkaya ve Gül, 2015).

İnternet ve sosyal medyanın psikolojik tatmine yönelik kimi fonksiyonları (Keçeli, 2020) tarafından şöyle belirtilmiştir:

- **Onaylayıcı:** Kişisel zevkleri tatmin ettiği gibi bunların paylaşımıyla diğer kullanıcılar tarafından onaylanmayı getirebilir.
- **Ödüllendirici:** İçerik yönünden zengin oluşuyla kullanıcıların ilgisini çekebilecek birçok yeniliği hızlı bir biçimde sunar.
- **Sürükleyici:** Oyunların heyecanlandırıcı olması ve bahis oyunlarında imkansız diye bir şeyin olmadığı algısı kullanıcıları platformda canlı tutar.
- **Değişimler mümkündür:** Bireyler gerçek kimlikleri yerine sanal bir kimlik oluşturabilmekte böylece sanal ortamda istedikleri cinsiyet, kişilik ve özelliklere bürünebilmektedirler.

Kişilerin çeşitli sebeplerle sosyal medyada geçirdikleri vakitteki artışın yoğunluğuyla birlikte günlük hayatlarında aksamaların meydana gelmesi olasıdır. Çünkü günlük hayatın içerisinde zaman ve emek gerektiren işler, ilişkiler ya da durumlar için harcanması gereken zaman ve emeğin çoğunluğu sosyal medya için harcanabilmektedir. Kişilerin hayatlarındaki aksamaları türü ve çeşitliliği ise bireyler arasında farklılık göstermektedir ve bu farklılıkların sosyal medya bağımlılık belirtilerine kaynaklık ettiği düşünülmektedir.

Sosyal medya bağımlılığının belirtileri konusunda Okumuş (2018) ise şunları ifade etmektedir:

- Uyanır uyanmaz akla ilk gelen şeyin sosyal medya hesapları olması
- Bilgiye ulaşım için temel noktanın sosyal medya olarak görülmesi
- Sıkıldığı anlarda akla gelen ilk ve tek seçeneğin sosyal medya olması
- Günlük rutinlerin sosyal medya paylaşmadan durulamaması

Dünya ve Türkiye'nin üzerine eğildiği araştırma konularından olan sosyal medya bağımlılığı ile ilgili ülkemizde yapılan çalışmaların bir kısmının Yeşilay ve Sağlık Bakanlığı tarafından önleyici ve iyileştirici olarak yürütüldüğü görülmektedir. Bilgi ve İletişim Teknolojileri Kurumu da güvenli internet kullanımı konusunda yaptığı çalışmalarla önleyici hizmetlerde bulunarak sosyal medya ve internet bağımlılığından açısından koruyucu rol oynamaktadır.

2.3.7. Yurt İçinde ve Yurt Dışında Yapılan alışmalar

Tiryaki ve Karakuş'un (2018) yaptığı bir çalışmada güven duygusu ile sosyal medya arasında çok yüksek derecede negatif korelasyon olduğu bulunmuştur.

İnsanların isteklerinin birkaç hafta boyunca kaydedildiği bir araştırmada sosyal medya bağımlılığının, sigara ve alkol bağımlılığından daha güçlü olabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Walker, 2019).

Sosyal medya kullanımının eşler arasındaki sterse etkisinin araştırıldığı bir çalışmada hem kadın hem de erkek katılımcıların çoğunluğunun, internet kullanımının boşanmaya sebep olabileceğini düşündükleri bulunmuştur (Aktaş ve opur, 2018).

Saleh ve Mukhtar (2015) tarafından evli ve birlikte yaşayan çiftlere yönelik yürütülen bir çalışmada sosyal medya sitelerini kullananların aldatma davranışı gösterdikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Subaşı (2014), sosyal değişmelerin genç ailelerin boşanmaları üzerine etkisini incelediği araştırmada sosyal medya üzerinden kurulan flört ilişkilerinin boşanma nedenleri arasında olduğunu bulmuştur.

Aile içi yüz yüze iletişim, internet ve sosyal medya arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada Whatsapp'ın ve genel olarak sosyal medyanın kullanımının arttıķa yüz yüze iletişim sıklığının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Glнар ve ztat, 2020).

Aylıkçı (2018) tarafından yapılan çalışmada erkek eşlerin kadın eşlere göre sorunlu internet kullanımlarının daha fazla olduğu bulunmuştur. Ayrıca problemlili internet kullanımıyla evlilik doyumu arasında negatif yönlü ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Evli olan veya birlikte yaşayan çiftlerin sadakatsizliğe yönelik davranışları için sosyal medyayı kullanıp kullanmadıklarının incelendiği bir araştırmada sosyal medyanın ve sadakatsizlikle %5-%12 oranında ilişkili olduğu bulunmuştur (McDaniel, Drouin ve Cravens, 2017).

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analiz edilmesi ile ilgili bilgiler sunulmaktadır.

3.1.Araştırmanın Modeli

Bu araştırma nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama şeklinde tasarlanmıştır. İlişkisel tarama modelleri iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve değişimin derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. İlişkisel tarama modeli neden-sonuç ilişkisi vermemekle birlikte bir değişkendeki durumun bilinmesi halinde ötekinin kestirilmesine olanak sağlamaktadır (Karasar, 2013). Yapılan çalışmada da evli bireylerin; evlilik uyumları, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca bu değişkenler ile katılımcılara ait bazı sosyo-demografik özellikler arasındaki ilişki de incelenmiştir.

3.2.Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Türkiye’de ikamet eden evli bireylerdir. Örneklem grubu ise “uygun örnekleme” yöntemiyle çevrim içi ortamda ulaşılan gönüllü evli bireylerden oluşmaktadır. Bu yöntemde araştırmacı erişilmesi daha kolay olan katılımcıları seçmiş olur. Böylece zaman ve maliyet açısından tasarruf edilerek araştırma hız kazanır (Kılıç, 2013). Çevrim içi ortamda 654 kişi (543 kadın, 111 erkek) katılmıştır. Ancak ölçekleri yarım bırakan 120 kişinin yanıtları dikkate alınmayıp ölçekleri cevaplandırmayı tamamlayan 534 kişinin (443 kadın, 91 erkek) yanıtları üzerinden çalışma sürdürülmüştür. Katılımcıların %83’ü kadın, %17’si erkektir. Katılımcıların araştırmaya hangi illerden katıldığına bakıldığında çoğunluğu İstanbul (192), Bursa (109), Ankara (32) ve İzmir (18) olmak üzere araştırmaya toplam 63 ilden katılım sağlandığı görülmüştür.

Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin veriler Tablo 3.1.’de sunulmuştur.

Tablo 3. 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri Açısından Sayı ve Yüzde Dağılımları

Cinsiyet	Kişi sayısı (n)	%
Kadın	443	83,0
Erkek	91	17,0
Toplam	534	100,0
Yaş		
18-35 yaş arası	337	63,1
36-45 yaş arası	131	24,5
46 yaş ve üzeri	66	12,4
Toplam	534	100,0
Evlilik Süresi		
1yıldan az	43	8,1
1-5 yıl arası	203	38,0
6-10 yıl arası	111	20,8
11 yıldan fazla	177	33,1
Toplam	534	100,0
Evlenme Yaşı		
22 yaştan küçük	84	15,7
23-27 yaş arası	321	60,1
28 yaştan büyük	129	24,2
Toplam	534	100,0
Evlenme Biçimi		
Okul iş arkadaş ortamında	365	68,4
Görücü usulü	129	24,2
İnternet ortamında	40	7,5
Toplam	534	100,0
Eşler Arası Yaş Farkı		
1 yıldan az	131	24,5
1-5 yıl arası	302	56,6
6 yıldan fazla	101	18,9
Toplam	534	100,0
Çocuk Sayısı		
Yok	168	31,5
1 çocuk	150	28,1
2 çocuk	143	26,8

3 çocuk ve üzeri	73	13,7
Toplam	534	100,0
Eğitim Düzeyi		
Lise ve altı	100	18,7
Meslek yüksek okul	36	6,7
Üniversite	277	51,9
Yüksek öğretim	121	22,7
Toplam	534	100,0
Çalışma Durumu		
Çalışıyor	370	69,3
Çalışmıyor	164	30,7
Toplam	534	100,0
Ekonomik Düzey		
Alt	20	3,7
Orta	479	89,7
Üst	35	6,6
Toplam	534	100,0

Araştırmaya 443 (%83) kadın ve 91 (%17) erkek olmak üzere toplam 534 kişi katılmıştır. Katılımcılar arasında 18-35 yaş aralığındakilerin oranı diğer gruplardan yüksektir (N:43, %53). Evlilik süresi 1-5 yıl arası olanlar (N:203, %38); evlenme yaşı olarak 23-27 yaş arasında evlenmiş olanlar (N:321, %60,1); evlenme biçimi olarak okul, iş, arkadaş ortamında tanışıp evlenenler (N:365, %68,4) ve eşler arası yaş farkı 1-5 yaş arası olanlar (N:302, %56,6) kendi grupları içerisinde en yüksek orana sahiplerdir. Katılımcıların çoğunluğunun ise çocuk sahibi olmadığı görülmektedir (N:168, %31,5). Büyük bir çoğunluk üniversite ve üstü eğitim düzeyine sahiplerdir (N: 277, %51,9). Katılımcılar arasında çalışan gruptaki kişi sayısı daha fazladır (N: 370, %69,3). Katılımcıların büyük çoğunluğu ekonomik durumlarını orta düzey olarak algılamaktadır (N: 479, %89,7).

3.3.Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada katılımcıların araştırma hakkında bilgilendirilmeleri ve gönüllü katılımlarını onaylayabilmeleri adına “Bilgilendirilmiş Onam (Ek-1)” kullanılmıştır.

Ayrıca çalışmaya katılan evli bireylerin; kişisel bilgilerini toplamak için araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu (EK-2)”, evlilik uyum düzeylerini belirlemek amacıyla “Evlilikte Uyum Ölçeği (EK-3)”, iletişim becerilerini belirlemek için “İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu (Ek-4)” ve sosyal medya kullanım düzeylerini belirlemek için “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu (EK-5)” kullanılmıştır.

3.3.1. Bilgilendirilmiş Onam

Araştırmaya katılan bireylere; araştırmayı kimin ne amaçla uyguladığı, çalışmada kullanılan tüm ölçme araçların ortalama ne kadar sürede tamamlanacağı, araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığı, verilerde kimlik bilgisi gerekmediği vb. bilgilerin verilebilmesi amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Katılımcılar çevrim içi ortamdaki bu formun altında bulunan “Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.” ifadesine tıkladıktan sonra diğer ölçeklere erişebilmişlerdir.

3.3.2. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen bu formda katılımcıların; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, eşiyile tanışıp evlenme biçimi, evlilik yaşı, evlilik süresi, çocuk sayısı, ekonomik düzey algısı ve eşler arası yaş farkı bilgilerini elde etmeye yönelik 10 adet soru bulunmaktadır.

Araştırmada bir değişken olarak ele alınmayacak olmakla birlikte araştırmanın belli illerle sınırlı olup olmadığının anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünüldüğünden katılımcıların araştırmaya hangi illerden katıldıklarını belirleyebilmek için açık uçlu olarak “ikamet ettikleri il” sorulmuştur. Bu soru kişisel bilgi formunun bulunduğu sayfada formun son sorusunun ardından formdan bağımsız olarak sorulmuştur.

3.3.3. Evlilikte Uyum Ölçeği (EUÖ)

Evli bireylerin evlilik uyumlarını ölçmek üzere Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilip Tutarel- Kışlak (1999) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapıлып ülkemize uyarlan bu ölçek 15 maddeden oluşmaktadır (Tutarel-Kışlak, 1999). Ölçek

hem genel evlilik doyumu ve niteliğini ölçmekte hem de aile bütçesi, duyguların ifadesi, arkadaşlar, cinsellik, toplumsal kurallar, yaşam felsefesi konularında anlaşma düzeyi ile boş zaman, ev dışı etkinlikler, çatışma çözme, güven konularına yönelik ilişki tarzını ölçmektedir (Tutarel-Kışlak, 1999).

Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için yapılan hesaplamalardan; iç tutarlılık (Cronbach Alpha) katsayısı .84, iki yarım test güvenilirliği (split-half) $r = .84$, test tekrar test güvenilirliği için uygulanan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Katsayısı .57 olup madde test korelasyonları maddelerin homojen ve ayırt edici olduğunu göstermektedir. Ayrıca ölçeğin ölçüt ve yapı geçerliği ve yapı geçerliği için de anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. Geçerlik çalışmalarına ek olarak evlilik terapisine ve boşanmak için avukata başvuru yapmış 10 kişiye EUÖ uygulanmış ve ölçek puanlarının 43'ün altında olduğu görülmüştür (Tutarel-Kışlak, 1999).

EUÖ'de alınabilecek en düşük puan 0 iken en yüksek puan 58'dir. Uyumlu ve uyumsuz evliliği olan bireyleri ayırt etmeyi sağlayan kesme noktası ise 43,5'tir. Yani kişiler 43'ün üzerinde puan almışlarsa evlilikleri uyumlu, 43 ve altında puan almışlarsa evlilikleri uyumsuz olarak değerlendirilebilmektedir (Tutarel-Kışlak, 1999).

3.3.4. İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu (İBÖ-YF)

Bu ölçek, iletişim becerilerinin ölçmek için Korkut-Owen ve Bugay (2014) tarafından üniversite öğrencileriyle geliştirilen İletişim Becerileri Ölçeği'nin, Korkut Owen ve Demirbaş-Çelik (2017) tarafından yetişkinler için yeniden geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış halidir.

Ölçeğin faktör yapısını test edilebilmesi için Açıklayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Temel Bileşenler Analizi, eşit ölçüde maksimize etme (equamax) döndürme yöntemiyle yapılmıştır. Buna göre, KMO testi 0,927 ve Barlett testi 3358,412 olarak elde edilmiştir. Analiz sonucunda orijinal ölçekteki dört boyutun aksine yetişkinlerde beş alt boyutu olduğu bulunmuştur ve açıklanan varyans ise 71.93'tür. Bu faktörler aşağıda verilmiştir.

Temel beceriler ve kendini ifade etme (9 madde): Toplam varyansın % 46.1'ini açıklamaktadır. “Duygularımı rahatlıkla dile getirebilirim.”, “Karşımdakini

dinlerken onu anladığımı uygun bir dille ifade ederim.” vb. maddelerden oluşmaktadır.

İletişime özen gösterme (5 madde): Toplam varyansın % 11.6’sını açıklamaktadır. Başkaları konuşurken yanıt vermeden önce onların sözlerini bitirmelerini beklerim.” ve “Birileriyle konuşurken onları rahatsız edebilecek kadar yakınlarında olmamaya özen gösteririm.” vb. maddelerden oluşmaktadır.

İlişki kurmaya isteklilik (3 madde): Toplam varyansın % 5.5’ini açıklamaktadır. “İlişkide bulunduğum kişilerin anlatmak istediklerini dinlemek için onlara zaman ayırırım.” vb. maddelerden oluşmaktadır.

Etkin dinleme ve sözel olmayan iletişim (5 madde): Toplam varyansın % 4.4’ünü açıklamaktadır. “Birini dinlerken ne karşılık vereceğimden çok onun ne demek istediğini anlamaya çalışırım.” ve “Konuşmaları dinlerken, içerikle yüz ifadesinin ya da beden duruşunun uyumun dikkat ederim.” vb. maddelerden oluşmaktadır.

İletişim ilkelerine uyma (3 madde): Toplam varyansın % 4’ünü açıklamaktadır. “İnsanları oldukları gibi kabul ederim.” vb. maddelerden oluşmaktadır.

Toplamda 25 madde bulunmaktadır(Korkut-Owen ve Çelik, 2018).

Ölçeğin iç tutarlık güvenilirliği için ise Cronbach alfa katsayısı hesaplanmış ve ölçeğin iç tutarlık katsayısı .94 olarak bulunmuştur (Korkut-Owen ve Çelik, 2018).

Bulunan bu değerler İBÖ-YF’nin geçerlik ve güvenilirlik düzeyinin yeterli olduğunu göstermektedir (Korkut-Owen ve Çelik, 2018).

3.3.5. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)

Ölçek Şahin ve Yağcı (2017) tarafından 18-60 yaş arası bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Beşli likert tipi bir ölçektir. 20 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. 1-11 maddeler arası sanal tolerans, 12-20 arası sanal iletişim alt boyutlarını oluşturmaktadır. 5. ve 11. maddeler ters puanlanmıştır (Şahin ve Yağcı, 2017).

Ölçek geneli için iç tutarlık (Cronbach Alpha) katsayısı .94’tür. Alt boyutlardan sanal tolerans için .92 ve sanal iletişim için .91.dir. Ölçek geneli için test tekrar güvenilirlik katsayısı .93 iken sanal tolerans alt boyutu için .91 sanal iletişim için ise .90’dır. Analiz

sonuçları ölçeğin yetişkinlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir (Şahin ve Yağcı, 2017).

Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan 100'dür. Ölçekten alınan puan ne kadar yüksekse bireyin sosyal medya bağımlılık düzeyi de o kadar yüksektir (Şahin ve Yağcı, 2017).

3.4.Verilerinin Toplanması

Araştırma COVID-19 pandemisi sürecinde yürütülmüş olduğu için araştırma verileri katılımcılardan çevrim içi ortamda toplanmıştır. İlk olarak araştırmada kullanılan bilgilendirilmiş onam, kişisel bilgi formu ve ölçekler çevrim içi formlara dönüştürülmüştür. Ardından araştırma formlarına ulaşılabilecek link çeşitli sanal ortamlarda (Facebook, Instagram, Whatsapp, E-mail vb.) araştırmanın amacı ve “Araştırma evli bireylere yöneliktir. Sonuçların geçerli ve güvenilir olabilmesi için sadece evli bireylerin çalışmaya katılımı önemlidir.” notuyla birlikte paylaşılmıştır. Araştırma verileri bu sanal ortamlarda araştırmayı görüp gönüllü olarak katılmak isteyen evli bireylerden elde edilmiştir.

Katılımcılar linke tıkladıklarında karşlarına ilk olarak “Bilgilendirilmiş Onam Formu” çıkmaktadır. Katılımcılar, Bilgilendirilmiş Onam Formu'nun en altında bulunan “Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.” ifadesine tıkladıktan sonra sırasıyla Kişisel Bilgi Formu (10 madde), “Evlilikte Uyum Ölçeği (15 madde)”, “İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu (25)” ve “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Yetişkin Formu (20 madde)” sorularıyla karşılaşmaktadırlar. Katılımcıların vermiş olduğu cevaplar herhangi bir geri gönderime gerek olmaksızın çevrim içi sistem üzerinden direkt araştırmacıya ulaşmıştır.

Araştırma sorularının tamamı cevaplandırılması zorunlu soru biçiminde hazırlanmıştır. Böylelikle katılımcıların bazı araştırma sorularını atlayarak boş bırakma ihtimali ortadan kaldırılmaya çalışılmıştır. Bu yöntem sayesinde katılımcıların büyük çoğunluğunun araştırma sorularını sonuna kadar cevaplandıkları görülmüştür ki bu durum veri kaybının önlenmesi adına önemlidir. Ancak yine de kullanılan yöntem soru atlamaya imkan tanımıyor olsa da araştırma sorularının katılımcılar tarafından o anda gelinen soru sayısında bırakılıp çıkılmasına

engel olamamaktadır. Bu nedenle de testi yarım bırakan katılımcılar da mevcut olup bu katılımcılara ait veriler araştırmaya katılmamıştır.

3.5.Verilerin Analizi

Araştırma sorularının analizleri yapılmadan önce, ölçeklerden elde edilen verilerin normalliği basıklık-çarpıklık katsayılarına bakılarak sınanmıştır. Araştırma değişkenlerinin bu değerleri -0,87 ile 0,84 arasında değiştiği bulunmuştur. Büyüköztürk (2015)'e göre basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında olması, verilerin normal dağılım gösterdiğine işaret etmektedir.

Normallik varsayımı karşılandığı için araştırma değişkenlerinin cinsiyet ve çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesinde bağımsız gruplar t-testinden; yaş, evlilik süresi, evlenme yaşı, evlenme biçimi, eşler arası yaş farkı, çocuk sayısı ve eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığıının saptanmasında ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) dan faydalanılmıştır. Ayrıca, algılanan ekonomik düzey değişkenine göre anlamlılık sınamalarında, bu değişkende her bir kategoriye düşen kişi sayısı 30'un üzerinde olmadığı için parametrik olmayan analizlerden Kruskal Wallis H-testi kullanılmıştır. Evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyi değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla Pearson korelasyon analizinden faydalanılmıştır.

Bütün istatistiksel analizler SPSS (25.00) programında gerçekteştirilmiş, sonuçların yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi temel alınmıştır.

4. BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde katılımcılardan toplanan veriler üzerinde yapılan istatistiksel analiz sonuçları tablolar ve açıklamalar halinde sunulmuştur.

4.1.Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları arasındaki ilişkilerin belirlenebilmesi için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 4.1.'de verilmiştir.

Tablo 4. 1. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	Evlilik Uyumu	İletişim Becerileri	Sosyal Medya Bağımlılığı
Evlilik Uyumu	1		
İletişim Becerileri	0,20**	1	
Sosyal Medya Bağımlılığı	-0,11*	-0,21**	1

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Tablo 4.1.'de yer alan analiz sonuçlarına göre, evlilik uyumu ile iletişim becerileri değişkenleri arasında pozitif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=0,20$; $p < 0,01$). Benzer şekilde, evlilik uyumu ile sosyal medya bağımlılığı değişkenleri arasında negatif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,11$; $p < 0,05$). Buna göre, bireylerin evlilik uyumu puanları arttıkça; iletişim becerileri puanları artarken, sosyal medya bağımlılığı puanları düşmektedir. Ayrıca, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı değişkenleri arasında da negatif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=-0,21$; $p < 0,01$). Bir başka deyişle, bireylerin iletişim becerileri puanları artarken sosyal medya bağımlılığı puanları azalmaktadır.

4.2. Demografik Değişkenlere Göre Elde Edilen Bulgular

4.2.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bağımsız gruplar t-testi sonuçları Tablo 4.2.'de verilmiştir.

Tablo 4. 2. Araştırma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

Değişkenler	Grup	N	\bar{X}	Ss	t-test	
					T	P
Evlilik Uyumu	Kadın	443	42,20	8,80	-0,69	0,48
	Erkek	91	42,92	9,31		
İletişim Becerileri	Kadın	443	101,21	10,26	-0,26	0,79
	Erkek	91	101,53	12,23		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Kadın	443	47,96	12,58	-1,55	0,12
	Erkek	91	50,18	11,39		

Tablo 4.2.'deki veriler incelendiğinde, bireylerin evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır [sırasıyla $t(532) = -0,69$, $t(532) = -0,26$, $t(532) = -1,55$; $p > 0,05$].

4.2.2. Yaş Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının, bireylerin yaşlarına göre tanımlayıcı istatistikleri Tablo 4.3.'te; anlamlı farklılığın olup olmamasının belirlenmesine yönelik yürütülen ANOVA analiz sonuçları ise Tablo 4.4'te verilmiştir.

Tablo 4. 3. Araştırma Değişkenlerinin Yaşa Göre Tanımlayıcı İstatistikleri

	Grup	N	\bar{X}	Ss
Evlilik Uyumunu	18-35	337	43,57	8,10
	36-45	131	40,26	10,23
	46 ve üzeri	66	40,06	8,78
	Toplam	534	42,33	8,89
İletişim Becerileri	18-35	337	101,20	9,80
	36-45	131	101,54	12,13
	46 ve üzeri	66	101,01	11,53
	Toplam	534	101,26	10,61
Sosyal Medya Bağımlılığı	18-35	337	49,41	12,30
	36-45	131	46,94	12,76
	46 ve üzeri	66	45,65	11,70
	Toplam	534	48,34	12,40

Tablo 4. 4. Araştırma Değişkenlerinin Yaşa Göre ANOVA Analiz Sonuçları

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ort.	F	P	Anlamlı farklılık
Evlilik Uyumunu	Gruplar arasında	1422,75	2	711,37	9,27	0,00*	1-2;1-3
	Gruplar içinde	40707,57	531	76,66			
	Toplam	42130,33	533				
İletişim Becerileri	Gruplar arasında	15,83	2	7,91	0,07	0,93	--
	Gruplar içinde	60090,87	531	113,16			
	Toplam	60106,70	533				
	Gruplar arasında	1121,14	2	560,57	3,67	0,02*	1-3

Sosyal	Gruplar	80929,45	531	152,41
Medya	içinde			
Bağımlılığı	Toplam	82050,59	533	

$P < 0,05$

Tablo 4.4.'te yer alan bulgulara göre, bireylerin yaşlarına göre iletişim becerileri puanları anlamlı farklılık göstermezken [$F(2,531) = 0,07$; $p > 0,05$]; evlilik uyumu ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermiştir [sırasıyla $F(2,531) = 9,27$, $F(2,531) = 3,67$, $p < 0,05$]. Bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun saptanabilmesi için yapılan LSD test sonuçlarına göre; yaşları 18 ve 35 arasında olan bireylerin evlilik uyumu puanları; yaşları 36 ve 45 arasında olanlar ile 46 ve üzerinde olanlardan istatistiksel olarak daha yüksektir. Benzer şekilde, yaşları 18 ve 35 arasında olan bireylerin sosyal medya bağımlılığı puanları; yaşları 46 ve üzerinde olanlardan istatistiksel olarak daha yüksektir.

4.2.3. Evlilik Süresi Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının, bireylerin evlilik sürelerine göre tanımlayıcı istatistikleri Tablo 4.5.'te; anlamlı farklılığın olup olmamasının belirlenmesine yönelik yürütülen ANOVA analiz sonuçları ise Tablo 4.6.'da verilmiştir.

Tablo 4. 5. Araştırma Değişkenlerinin Evlilik Sürelerine Göre Tanımlayıcı İstatistikleri

	Grup	N	\bar{X}	Ss
Evlilik Uyumu	1 yıldan az	43	46,39	7,56
	1-5 yıl	203	43,26	8,62
	6-10 yıl	111	41,70	8,64
	11 yıldan fazla	177	40,67	9,25
	Toplam	534	42,33	8,89
	1 yıldan az	43	100,02	11,58

	1-5 yıl	203	100,79	9,12
İletişim	6-10 yıl	111	102,35	11,12
Becerileri	11 yıldan fazla	177	101,43	11,62
	Toplam	534	101,26	10,61
	1 yıldan az	43	52,62	11,17
Sosyal Medya	1-5 yıl	203	49,73	12,14
Bağımlılığı	6-10 yıl	111	47,76	12,47
	11 yıldan fazla	177	46,07	12,56
	Toplam	534	48,34	12,40

Tablo 4. 6. Araştırma Değişkenlerinin Evlilik Sürelerine Göre ANOVA Analiz Sonuçları

		Kareler	Sd	Kareler	F	p	Anlamlı
		toplamı		ort.			farklılık
Evlilik	Gruplar	1416,70	3	472,23	6,14	0,00*	1-2; 1-3;
	arasında						1-4; 2-4
	Gruplar	40713,62	530	76,81			
Uyumu	içinde						
	Toplam	42130,33	533				
İletişim	Gruplar	247,61	3	82,54	0,73	0,53	--
	arasında						
	Gruplar	59859,08	530	112,94			
Becerileri	içinde						
	Toplam	60106,70	533				
Sosyal	Gruplar	2130,96	3	710,32	4,71	0,00*	1-3; 1-4;
	arasında						2-4
	Gruplar	79919,63	530	150,79			
Medya	içinde						
Bağımlılığı	Toplam	82050,59	533				

$p < 0,05$

Tablo 4.6.'ya göre, bireylerin evlilik sürelerine göre iletişim becerileri puanları anlamlı farklılık göstermezken [$F(3,530) = 0,73$; $p > 0,05$]; evlilik uyumu ve sosyal medya

bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermiştir [sırasıyla $F(3,530)= 6,14$, $F(3,530)= 4,71$, $p<0,05$]. Bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun saptanabilmesi için yapılan LSD testinden faydalanılmıştır. 1 yıldan az süredir evli olan bireylerin evlilik uyumu puanları; evlilik süreleri 1-5 yıl, 6-10 yıl ve 11 yıldan daha uzun süre olanlardan daha yüksektir. Benzer şekilde, evlilik süreleri 1-5 yıl arasında olanların evlilik uyum puanları, evlilik süreleri 11 yıldan daha uzun süre olanlardan daha yüksektir. Ayrıca, 1 yıldan az süredir evli olan bireylerin sosyal medya bağımlılığı puanları; evlilik süreleri 6-10 yıl ve 11 yıldan daha uzun süre olanlardan daha yüksektir. Benzer şekilde, evlilik süreleri 1-5 yıl arasında olanların sosyal medya bağımlılığı puanları, evlilik süreleri 11 yıldan daha uzun süre olanlardan daha yüksektir.

4.2.4. Evlenme Yaşı Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının, bireylerin evlenme yaşlarına göre tanımlayıcı istatistikleri Tablo 4.7.'de; anlamlı farklılığın olup olmamasının belirlenmesine yönelik yürütülen ANOVA analiz sonuçları ise Tablo 4.8.'de verilmiştir.

Tablo 4. 7. Araştırma Değişkenlerinin Evlenme Yaşına Göre Tanımlayıcı İstatistikleri

	Grup	N	\bar{X}	Ss
Evlilik Uyumu	22'den küçük	84	40,67	9,47
	23-27	321	42,91	8,37
	28'den büyük	129	41,96	9,62
	Toplam	534	42,33	8,89
İletişim Becerileri	22'den küçük	84	102,34	11,85
	23-27	321	101,02	10,45
	28'den büyük	129	101,17	10,21
	Toplam	534	101,26	10,61
Sosyal Medya Bağımlılığı	22'den küçük	84	46,98	11,88
	23-27	321	48,83	12,73
	28'den büyük	129	48,00	11,90

Toplam	534	48,34	12,40
--------	-----	-------	-------

Tablo 4. 8. Araştırma Değişkenlerinin Evlenme Yaşına Göre ANOVA Analiz Sonuçları

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ort.	F	P	Anlamlı farklılık
Evlilik Uyumu	Gruplar arasında	355,64	2	177,82	2,26	0,10	--
	Gruplar içinde	41774,68	531	78,67			
	Toplam	42130,33	533				
İletişim Becerileri	Gruplar arasında	117,66	2	58,83	0,52	0,59	--
	Gruplar içinde	59989,03	531	112,97			
	Toplam	60106,70	533				
Sosyal Medya Bağımlılığı	Gruplar arasında	246,37	2	123,18	0,80	0,45	--
	Gruplar içinde	81804,23	531	154,05			
	Toplam	82050,59	533				

Tablo 4.8.'de yer alan bulgulara göre, bireylerin evlenme yaşlarına göre evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermemiştir [sırasıyla $F(2,531)= 2,26$, $F(2,531)= 0,52$, $F(2,531)= 0,80$ $p>0,05$].

4.2.5. Evlenme Biçimi Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının, bireylerin evlenme biçimlerine göre tanımlayıcı istatistikleri Tablo 4.9.'da; anlamlı farklılığın olup olmasının belirlenmesine yönelik yürütülen ANOVA analiz sonuçları ise Tablo 4.10.'da verilmiştir.

Tablo 4. 9. Araştırma Değişkenlerinin Evlenme Biçimine Göre Tanımlayıcı İstatistikleri

	Grup	N	\bar{X}	Ss
Evlilik Uyumunu	Okul, iş, arkadaş ortamında	365	42,78	8,41
	Görücü usulü	129	40,51	10,11
	İnternet ortamında	40	44,05	8,27
	Toplam	534	42,33	8,89
İletişim Becerileri	Okul, iş, arkadaş ortamında	365	101,31	10,14
	Görücü usulü	129	100,78	12,23
	İnternet ortamında	40	102,40	9,30
	Toplam	534	101,26	10,61
Sosyal Medya Bağımlılığı	Okul, iş, arkadaş ortamında	365	48,19	12,59
	Görücü usulü	129	48,44	12,31
	İnternet ortamında	40	49,40	11,07
	Toplam	534	48,34	12,40

Tablo 4. 10. Araştırma Değişkenlerinin Evlenme Biçimine Göre ANOVA Analiz Sonuçları

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p	Anlamlı farklılık
Evlilik Uyumunu	Gruplar arasında	616,32	2	308,16	3,94	0,02*	1-2; 2-3
	Gruplar içinde	41514,00	531	78,18			
	Toplam	42130,33	533				
İletişim Becerileri	Gruplar arasında	82,41	2	41,20	0,36	0,69	--
	Gruplar içinde	60024,29	531	113,04			
	Toplam	60106,70	533				

	Gruplar	54,50	2	27,25	0,17	0,83	--
Sosyal	arasında						
Medya	Gruplar	81996,09	531	154,41			
Bağımlılığı	içinde						
	Toplam	82050,59	533				

* $P < 0,05$

Tablo 4.10.'a göre, bireylerin evlilik biçimine göre iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermezken [sırasıyla $F(2,531) = 0,36$, $F(2,531) = 0,17$, $p > 0,05$]; evlilik uyumu puanları anlamlı farklılık göstermiştir [$F(2,531) = 3,94$, $p < 0,05$]. Bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun saptanabilmesi için yapılan LSD testi sonuçlarına göre; okul, iş veya arkadaş ortamında tanışıp evlenen bireylerin evlilik uyumu puanları; görücü usulü evlenen bireylerden daha yüksektir. Benzer şekilde, internet ortamında tanışıp evlenen bireylerin evlilik uyumu puanları; görücü usulü evlenen bireylerden daha yüksektir.

4.2.6. Eşler Arası Yaş Farkı Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının, bireylerin eşler arası yaş farkına göre tanımlayıcı istatistikleri Tablo 4.11.'de; anlamlı farklılığın olup olmamasının belirlenmesine yönelik yürütülen ANOVA analiz sonuçları ise Tablo 4.12.'de verilmiştir.

Tablo 4. 11. Araştırma Değişkenlerinin Eşler Arası Yaş Farkına Göre Tanımlayıcı İstatistikleri

	Grup	N	\bar{X}	Ss
	1 yaştan az	131	42,87	8,94
Evlilik	1-5 yaş	302	42,65	8,12
Uyumu	6 yaştan fazla	101	40,65	10,73
	Toplam	534	42,33	8,89
İletişim	1 yaştan az	131	100,04	10,41
Becerileri	1-5 yaş	302	101,71	10,23

	6 yaştan fazla	101	101,50	11,91
	Toplam	534	101,26	10,61
	1 yaştan az	131	49,26	13,35
Sosyal Medya	1-5 yaş	302	48,04	12,40
Bağımlılığı	6 yaştan fazla	101	48,02	11,14
	Toplam	534	48,34	12,40

Tablo 4. 12. Araştırma Değişkenlerinin Eşler Arası Yaş Farkına Göre ANOVA Analiz Sonuçları

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p	Anlamlı farklılık
Evlilik Uyumu	Gruplar arasında	355,22	2	177,61	2,25	0,10	--
	Gruplar içinde	41775,10	531	78,67			
	Toplam	42130,33	533				
İletişim Becerileri	Gruplar arasında	262,65	2	131,32	1,16	0,31	--
	Gruplar içinde	59844,04	531	112,70			
	Toplam	60106,70	533				
Sosyal Medya Bağımlılığı	Gruplar arasında	147,78	2	73,89	0,47	0,62	--
	Gruplar içinde	81902,81	531	154,24			
	Toplam	82050,59	533				

Tablo 4.12.'de yer alan ANOVA testi sonuçlarına göre, bireylerin eşleriyle aralarında olan yaş farkı; evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları arasında anlamlı farklılıklara neden olmamıştır [sırasıyla $F(2,531) = 2,25$, $F(2,531) = 1,16$, $F(2,531) = 0,47$ $p > 0,05$].

4.2.7. Çocuk Sayısı Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının, bireylerin sahip oldukları çocuk sayılarına göre tanımlayıcı istatistikleri Tablo 4.13.'te; anlamlı farklılığın olup olmamasının belirlenmesine yönelik yürütülen ANOVA analiz sonuçları ise Tablo 4.14.'te verilmiştir.

Tablo 4. 13. Araştırma Değişkenlerinin Çocuk Sayısına Göre Tanımlayıcı İstatistikleri

	Grup	N	\bar{X}	Ss
Evlilik Uyum	Yok	168	44,72	8,32
	1 çocuk	150	41,86	8,61
	2 çocuk	143	40,67	9,05
	3 çocuk ve üzeri	73	41,02	9,36
	Toplam	534	42,33	8,89
İletişim Becerileri	Yok	168	100,77	9,58
	1 çocuk	150	101,56	9,60
	2 çocuk	143	101,97	11,64
	3 çocuk ve üzeri	73	100,42	12,68
	Toplam	534	101,26	10,61
Sosyal Medya Bağımlılığı	Yok	168	50,61	11,99
	1 çocuk	150	47,71	12,46
	2 çocuk	143	47,92	12,82
	3 çocuk ve üzeri	73	45,23	11,68
	Toplam	534	48,34	12,40

Tablo 4. 14. Araştırma Değişkenlerinin Çocuk Sayısına Göre ANOVA Analiz Sonuçları

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p	Anlamlı farklılık
Evlilik Uyum	Gruplar arasında	1514,09	3	504,69	6,58	0,00*	1-2; 1-3; 1-4

	Gruplar	40616,23	530	76,63			
	içinde						
	Toplam	42130,33	533				
İletişim Becerileri	Gruplar	176,61	3	58,87	0,52	0,66	--
	arasında						
	Gruplar	59930,08	530	113,07			
	içinde						
	Toplam	60106,70	533				
Sosyal Medya Bağımlılığı	Gruplar	1661,11	3	553,70	3,65	0,01*	1-2; 1-4
	arasında						
	Gruplar	80389,48	530	151,67			
	içinde						
	Toplam	82050,59	533				

* $P < 0,05$

Tablo 4.14. verilerine göre, bireylerin sahip oldukları çocuk sayılarına göre iletişim becerileri puanları anlamlı farklılık göstermezken [$F(3,530) = 0,52$, $p > 0,05$]; evlilik uyumu ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermiştir [sırasıyla $F(3,530) = 6,58$, $F(3,530) = 3,65$, $p < 0,05$]. Bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun saptanabilmesi için yapılan LSD testleri yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre; çocuk sahibi olmayan bireylerin evlilik uyumu puanları; 1, 2, 3 ve üzeri çocuğu olan bireylerden daha yüksektir. Benzer şekilde, çocuk sahibi olmayan bireylerin sosyal medya bağımlılığı puanları; 1 çocuğu olanlar ile 3 ve üzeri çocuğu olan bireylerden daha yüksektir.

4.2.8. Eğitim Düzeyi Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının, bireylerin eğitim düzeylerine göre tanımlayıcı istatistikleri Tablo 4.15.'te; anlamlı farklılığın olup olmasının belirlenmesine yönelik yürütülen ANOVA analiz sonuçları ise Tablo 4.16.'da verilmiştir.

Tablo 4. 15. Araştırma Değişkenlerinin Eğitim Düzeyine Göre Tanımlayıcı İstatistikleri

	Grup	N	\bar{X}	Ss
Evlilik Uyum	Lise ve altı	100	41,33	9,48
	Meslek yüksek okul	36	39,47	11,01
	Üniversite	277	43,23	8,22
	Yüksek öğretim	121	41,95	8,97
	Toplam	534	42,33	8,89
İletişim Becerileri	Lise ve altı	100	100,75	12,80
	Meslek yüksek okul	36	99,47	12,29
	Üniversite	277	101,63	9,74
	Yüksek öğretim	121	101,39	10,06
	Toplam	534	101,26	10,61
Sosyal Medya Bağlılığı	Lise ve altı	100	46,54	12,39
	Meslek yüksek okul	36	47,97	13,57
	Üniversite	277	48,24	12,30
	Yüksek öğretim	121	50,17	12,20
	Toplam	534	48,34	12,40

Tablo 4. 16. Araştırma Değişkenlerinin Eğitim Düzeyine Göre ANOVA Analiz Sonuçları

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ort.	F	p	Anlamlı farklılık
Evlilik Uyum	Gruplar arasında	636,33	3	212,11	2,70	0,04*	2-3
	Gruplar içinde	41493,99	530	78,29			
	Toplam	42130,33	533				
İletişim Becerileri	Gruplar arasında	181,58	3	60,52	0,53	0,65	--
	Gruplar içinde	59925,12	530	113,06			
	Toplam	60106,70	533				

	Gruplar	738,12	3	246,04	1,60	0,18	--
Sosyal	arasında						
Medya	Gruplar	81312,47	530	153,42			
Bağımlılığı	içinde						
	Toplam	82050,59	533				

* $p < 0,05$

Tablo 4.16.'ya göre, bireylerin eğitim düzeylerine göre iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermezken [sırasıyla $F(3,530) = 0,53$, $F(3,530) = 1,60$, $p > 0,05$]; evlilik uyumu puanları anlamlı farklılık göstermiştir [$F(3,530) = 2,70$, $p < 0,05$]. Bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun saptanabilmesi için yapılan LSD testi sonuçlarına göre; meslek yüksek okulundan mezun olan bireylerin evlilik uyumu puanları; üniversiteden mezun olan bireylerden daha düşüktür.

4.2.9. Çalışma Durumu Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bağımsız gruplar t-testi sonuçları Tablo 4.17.'de verilmiştir.

Tablo 4. 17. Araştırma Değişkenlerinin Çalışma Durumuna Göre T-Testi Sonuçları

Değişkenler	Grup	N	\bar{X}	Ss	t-test	
					t	P
Evlilik Uyumu	Çalışıyor	370	42,73	8,66	1,56	0,11
	Çalışmıyor	164	41,42	9,33		
İletişim Becerileri	Çalışıyor	370	101,32	10,33	0,17	0,86
	Çalışmıyor	164	101,14	11,26		
Sosyal Medya Bağımlılığı	Çalışıyor	370	48,90	12,42	1,55	0,12
	Çalışmıyor	164	47,09	12,30		

Tablo 4.17.'deki veriler incelendiğinde, bireylerin evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır [sırasıyla $t(532)= 1,56$, $t(532)= 0,17$, $t(532)= 1,55$; $p>0,05$].

4.2.10. Ekonomik Düzey Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri olan evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının algılanan ekonomik düzey değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine ilişkin yürütülen Kruskal Wallis H-testi sonuçları Tablo 4.18.'de verilmiştir.

Tablo 4. 18. *Araştırma Değişkenlerinin Algılanan Ekonomik Düzey Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları*

	Grup	N	Sıra Ort.	Sd	Kruskal Wallis H	p	Anlamlı Farklılık
Evlilik Uyumu	Alt	20	184,08				
	Orta	479	270,55	2	6,09	0,04*	1-2
	Üst	35	273,40				
	Toplam	534					
İletişim Becerileri	Alt	20	221,85				
	Orta	479	268,71	2	1,91	0,38	--
	Üst	35	276,97				
	Toplam	534					
Sosyal Medya Bağımlılığı	Alt	20	273,55				
	Orta	479	267,22	2	0,03	0,98	--
	Üst	35	267,90				
	Toplam	534					

* $p<0,05$

Tablo 4.18.'deki bulgulara göre, bireylerin algılanan ekonomik düzeylerine göre iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermezken

($p>0,05$); evlilik uyumu puanları anlamlı farklılık göstermiştir ($p<0,05$). Buna göre, ekonomik düzeyini alt grup olarak algılayan bireylerin evlilik uyum puanları, orta grup olarak algılayanlardan daha düşüktür.

5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmanın bu bölümünde araştırma sonucunda elde edilen bulguların ilgili alan yazındaki farklı kaynaklarla karşılaştırılarak tartışılması, varılan sonuçlar ve sunulan öneriler yer almaktadır.

5.1. Tartışma ve Sonuç

Çalışma evli bireylerin evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım süreleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır. Bununla birlikte çalışmada evli bireylerin evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri bazı sosyo-demografik değişkenler açısından da incelenmiştir. Araştırmanın bu bölümünde de incelenmesi amaçlanan değişkenlere yönelik elde edilen bulguların tartışması ve sonucu ele alınacaktır.

Alan yazın incelemesi yapıldığında evli bireylerin evlilik uyumu, sosyal medya kullanım düzeyleri, iletişim becerileri değişkenlerini birlikte ele alıp inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu bölümde karşılaştırmalar yapılırken çalışmada yer alan değişkenlerin tek tek incelendiği ya da iki kavramın birlikte incelendiği çalışmalara ait bulgulardan faydalanılmıştır.

5.1.1. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Dair Sonuçlar

Bu çalışmada elde edilen bulgular sonucunda evlilik uyumu ile iletişim becerileri arasında pozitif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Yani çalışma birlikte hareket etme düzeyi çok yüksek olmasa da evlilik uyumu ve iletişim becerilerinin aynı yönlü hareket ettiğini göstermektedir. Bu durum evlilik uyumundaki artışın iletişim becerilerindeki artışı, evlilik uyum düzeyindeki azalmanın iletişim becerilerindeki azalmayı ya da iletişim becerilerindeki yüksekliğin evlilik uyumundaki artışı, iletişim becerilerindeki düşüklüğün evlilik uyumundaki azalmayı düşük düzeyde sağladığı karşılıklı bir ilişki şeklinde yorumlanabilir.

Literatür incelemesi yapıldığında çalışmanın bu bulgusunda olduğu gibi evlilik uyumu ve iletişim becerileri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğunu gösteren birçok çalışmanın olduğu görülmektedir. Dilmaç ve Bakırcıoğlu (2019), tarafından yapıp evli bireylerin sahip oldukları değerler, iletişim becerileri ve evlilik uyumu arasındaki yordayıcı ilişkinin incelendiği çalışmada evlilik uyumunu etkileyen en önemli değişkenin iletişim becerileri olduğu bulunmuştur. Hacı (2011) tarafından yapılan çalışmada da evli bireylerin çatışma çözüm stilleriyle evlilik uyumları arasında pozitif yönlü ilişki saptanmıştır. Aile içi iletişim becerileri programının eşlerin iletişim becerilerine ve evlilik uyumlarına etkisinin incelendiği Atan ve Buluş (2020) tarafından yürütülen çalışmada uygulana psikoeğitim programına katılan eşlerin çift uyum düzeyleri toplam puan ortalamalarının programa katılmayan gruptan anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Ancak literatürde evlilik uyumu ve iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki olmadığını gösteren çalışmalar da mevcuttur (Addis ve Bernard, 2002). Bununla birlikte araştırmada elde edilen pozitif yönlü ilişkinin literatürün büyük kısmıyla da uyumlu olduğu görülmektedir (Erbek ve ark., 2005; Şener ve Terzioğlu, 2008; Karadağ, 2015; Sardoğan ve Karahan, 2005).

Araştırma sonucunda evlilik uyumu ve sosyal medya kullanım düzeyi arasında negatif düşük düzeyde istatikselsel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu, bir değişkende gözlenen artışın diğerindeki azalmayla ilişkili olduğu anlamına gelmektedir. Yani evli bireylerin sosyal medya kullanım düzeyindeki artış evlilik uyumunda azalmayla ya da sosyal medya kullanım düzeyindeki azalma evlilik uyumundaki artışla düşük düzeyli bir ilişki içindedir. Literatür incelendiğinde evlilik uyumu ve sosyal medya kullanım düzeyi arasında yapılan çalışmaların oldukça kısıtlı sayıda olduğu görülmüştür. Bu nedenle araştırma sonuçları sadece evlilik uyumu üzerinden değil genel olarak evlilik ile ilişkili biçimde alan yazın ile karşılaştırılmıştır. Dalan (2020) tarafından yapılan araştırmada evli bireylerde evlilik uyumu arttığında sosyal medya bağımlılık düzeyinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca evli bireylerin sanal tolerans (kişinin sanal ortamda geçirdiği zamana ilişkin bağımlılık toleransı) düzeyleri azaldıkça evlilik uyumlarının arttığı görülmüştür. Subaşı'na (2014) göre sosyal medya üzerinden kurulan flört ilişkileri boşanmaya zemin hazırlayan faktörler arasındadır. Kunt (2019) tarafından yapılan çalışmada da sosyal medya kullananların boşanma eğiliminin daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal medyada geçirilen süre arttıkça eşlerin bir arada geçireceği sürenin azaldığı bu

durumun da eşlerin birbirine yeterli zaman ayıramamasına sebep olup evlilik içerisindeki paylaşımı azaltacağı; uyum için gerekli olduğu düşünülen birlikte vakit geçirme, sorumluluk paylaşımı, birbirinin istek ve ihtiyaçlarını anlama ve karşılama vb. faktörlerin de gerçekleşmesinin zorlaşmış olacağı düşünüldüğünde araştırma sonuçlarının ve alan yazının tutarlı oluşu anlamlı olmaktadır.

Araştırma değişkenlerinden iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde aralarında negatif düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bir başka deyişle bireylerin iletişim becerileri puanları artarken sosyal medya bağımlılığı puanları azalmakta; iletişim becerileri puanları azalırken sosyal medya bağımlılığı puanları artmaktadır. Literatür incelendiğinde de çalışma sonuçlarını destekleyen birçok araştırma bulunduğu görülmüştür. Demir (2016) tarafından yapılan çalışmada sosyal medyanın aşırı kullanımının aile içi iletişimi olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Ekşi ve Ümmet' e (2013) göre de iletişim problemleri yaşayan bireyler içe kapanıp sanal dünyaya yönelme eğilimindedirler. Ayrıca İliş ve Gülbahçe (2019) ve Dilmaç ve Bakırcıoğlu' nun (2019) da araştırmalarında çalışma bulgularıyla tutarlı bir biçimde sosyal medya kullanım düzeyi ve iletişim becerileri arasında negatif yönelik anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bununla birlikte az sayıda da olsa literatürde bu iki değişken arasında anlamlı ilişki bulunmadığını ya da pozitif yönlü bir ilişki olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Abbasigil (2019) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerdeki sosyal medya kullanım süresi ile iletişim becerilerinde rol oynayan etkin dinleme, kendini tanıma ve açma alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı bulunmuştur. Ayrıca yapılan bir çalışmada da sosyal medya kullanımının iletişim becerilerini arttırdığı görülmüştür (Turgut, Kutlu ve Mut, 2018). Yine de sosyal medya kullanımının daha çok yazılı iletişimle gerçekleşip ses tonu ve vücut dili gelişimini desteklememesi düşünüldüğünde sosyal medyanın iletişim becerilerini geliştirmedeki etkisinin zayıf olacağı düşünülmektedir (Uçar, Tümer, Taner ve Akdolun-Balkaya, 2018).

Genel olarak araştırma bulgularına bakıldığında evlilik uyumu ve iletişim becerileri arasında pozitif düzeyde ilişkili hareket gözlenirken bu iki değişkenin de sosyal medya kullanım düzeyi ile negatif yönlü ilişkili olduğu, evlilik uyumu ya da iletişim becerilerinde puan artışının sosyal medya kullanım düzeyi puanlarında düşüş

oluşturduğu görülmektedir. Yani evli bireylerin iletişim becerileri puanları arttıkça evlilik uyumu puanları artarken sosyal medya kullanım düzeyi puanlarının azaldığı ya da bireylerin sosyal medya kullanım düzeyleri yükseldikçe iletişim becerileri puanları ve evlilik uyumu puanlarının düştüğü söylenebilir. Çalışkan ve Aslanderen'e (2014) göre de eşler arasında yaşanan iletişim sorununun çözümü için çaba harcamak yerine sorunu unutmak ya da sorundan kaçınmak için sosyal medyada daha fazla vakit geçirildikçe sorun daha da büyüyerek eşlerin karşısına çıkmaktadır. Evlilik içerisinde çözülemeyen ve giderek büyüyen sorunların ise evlilik uyumunu zedelenmesi olasıdır.

5.1.2. Demografik Değişkenlere Göre Elde Edilen Sonuçlar

Araştırma verileri incelendiğinde, bireylerin evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Literatürde farklı zaman ve örneklerde gerçekleştirilmiş çalışmalar incelendiğinde araştırma bulgusunu destekler nitelikte birçok araştırma olduğu görülmektedir. Özbucak-Tıraşoğlu ve İpek (2019) tarafından yapılan çalışmada kadın ve erkek katılımcıların evlilik uyumu puanlarının birbirinden farklı olmadığı ortaya konulmuştur. Şendil ve Korkut (2008), Çelik (2006) ve Günay (2007) tarafından yapılan çalışmalarda da evlilik uyumu puanlarının cinsiyet açısından farklılaşmadığı görülmektedir. Bununla birlikte Erdinç (2018) yaptığı çalışmada erkek bireylerin evlilik uyum puanlarının kadınlara göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. İletişim becerileri ve cinsiyet arasındaki ilişki için literatür incelendiğinde de Dilmaç ve Bakırcılioğlu (2019), Terzi (2020), Acar (2009) ve Pehlivan (2005) da yaptıkları çalışmalarda da araştırma bulgularını destekler nitelikte iletişim becerilerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını bulunmuşlardır. Eriguç, Şener ve Eriş'in (2013) yaptıkları çalışmada ise kız öğrencilerin iletişim becerilerinin erkeklerden yüksek olduğu bulunmuştur. Sosyal medya kullanım düzeyi ve cinsiyet ilişkisine bakıldığında Keçeli (2020), Duman (2019), Beyler (2019), Mete (2019) ve Kaya (2018) yaptıkları çalışmalarda araştırma bulgularıyla tutalı biçimde sosyal medya bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını ortaya koymuşlardır. Yüksel (2019) ise çalışmada erkek katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğunu bulurken, Ünlü (2018) in çalışmada kadınların sosyal medya düzeyinin erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırma değişenlerinin evli bireylerin sosyo-demografik özellikleriyle ilişkisi ele alındığında literatürde araştırma sonuçlarını destekleyen bilgiler çoğunlukta olsa da ters sonuç veren çalışmalar olduğu da gözlenmektedir. Bu nedenle değişkenlerin sosyo-demografik özelliklerle ilişkisini inceleyen daha fazla çalışmanın yapılmasının alan için önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırma bulgularına göre, bireylerin yaşlarına göre iletişim becerileri puanları anlamlı farklılık göstermezken, evlilik uyumu ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermiştir. 18 ve 35 arasında olan bireylerin evlilik uyumu puanları yaşları 36 ve 45 arasında olanlar ile 46 ve üzerinde olanlardan istatistiksel olarak daha yüksektir. Benzer şekilde yaşları 18 ve 35 arasında olan bireylerin sosyal medya bağımlılığı puanlarının yaşları 46 ve üzerinde olanlardan istatistiksel olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. İlgili alan yazın incelendiğinde Özbucak- Tıraşoğlu ve İpek (2019) tarafından yapılan çalışmada 21-30 yaş arası bireylerin evlilik uyumu puanlarının 31 yaş ve üzerinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yıldırım (2018) tarafından yapılan çalışmada da 30-40 yaş arası bireylerin 41 yaş üzeri bireylere göre evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Evlilik uyumu ve yaş ilişkisini ele alan bu çalışmaların daha düşük yaş grubunun daha yüksek yaş grubuna göre evlilik uyumunun daha yüksek olduğunu göstermesi bakımından araştırma sonuçlarını desteklediği düşünülmektedir. Sosyal medya kullanım düzeyi ve yaş arasındaki ilişkiye bakıldığında ise Keçeli'nin (2020) çalışmasında 20-29 yaş arasındaki katılımcıların sosyal medyayı kullanma, yoksunluk ve değer verme düzeylerinin 50 yaş ve üzeri katılımcılardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca Erzurum, Doğu Karadeniz Bölgesi ve Akdeniz Bölgesi'nde yapılan üç araştırma sonucunda da bu çalışmanın sonuçlarını destekler biçimde daha genç yaştaki katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha büyük yaştaki katılımcılara göre yüksek olduğu bulunmuştur (Duman, 2019; Enginyurt, 2019; Beyler, 2019). Bununla birlikte araştırma bulgularının tersi biçimde yaş arttıkça sosyal medya bağımlılığının arttığını gösteren çalışmalar da mevcuttur (Kaya, 2018; Beşik, 2019). İletişim becerileri ve yaş ilişkisi konusundaki literatür taramasında Örucü ve Kıvrak (2013) ve Kumcağız ve

ark.'nın (2011) yaptığı çalışmaların araştırma bulgularını destekler nitelikte olup yaş ve iletişim becerileri arasında anlamlı bir farklılık görülememiştir. Terzi (2020) tarafından yapılan çalışmada ise yaştaki artış ile birlikte iletişim becerilerinde düşüş gözlemlendiği bulunmuştur. Yaş ile değişkenlere yönelik yapılan literatür taramasında çalışma bulgularını destekleyen ve desteklemeyen nitelikte sonuçlarla karşılaşılmasının çalışmalarda kullanılan yaş aralıklarının daha dar ya da geniş olması, örneklemelerin farklılığı vb. durumlardan kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

Evlilik süresi ile araştırma değişkenleri incelendiğinde; evlilik sürelerine göre iletişim becerileri puanları anlamlı farklılık göstermezken, evlilik uyumu ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. 1 yıldan az süredir evli olan bireylerin evlilik uyumu puanları; evlilik süreleri 1-5 yıl, 6-10 yıl ve 11 yıldan daha uzun süre olanlardan daha yüksektir. Benzer şekilde, evlilik süreleri 1-5 yıl arasında olanların evlilik uyum puanları, evlilik süreleri 11 yıldan daha uzun süre olanlardan daha yüksektir. Ayrıca, 1 yıldan az süredir evli olan bireylerin sosyal medya bağımlılığı puanları; evlilik süreleri 6-10 yıl ve 11 yıldan daha uzun süre olanlardan daha yüksektir. Benzer şekilde, evlilik süreleri 1-5 yıl arasında olanların sosyal medya bağımlılığı puanları, evlilik süreleri 11 yıldan daha uzun süre olanlardan daha yüksektir. Yapılan literatür incelemesinde Akpınar ve Kırlioğlu'nun (2020) çalışmasında çalışma bulgularını destekler nitelikte 1-5 arası yıl evli olan grubun evlilik uyumu puanlarının 26-35 yıldır evli olan gruptan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Özaydınlık'ın (2014) çalışmasında da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Şendil ve Korkut'un (2008) çalışmasında evlilik süresinin çift uyumunu yordamadığı bulunmuştur. Uşaklı'nın (2010) çalışmasında ise araştırma bulgularının tersi biçimde evlilik süresi arttıkça evlilik uyumunun da arttığı görülmüştür. Jose ve Alfons (2007) yaptıkları çalışmada araştırma bulgularının aksi biçimde evlilik süresi ve sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif korelasyon bulunmuştur.

Araştırma değişkenlerinin evlenme yaşı ile ilişkisi kapsamında bulgular incelendiğinde; bireylerin evlenme yaşlarına göre evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Akpınar ve Kırlioğlu'nun (2020) çalışmasında ise evliliğini 25-29 ve 20-24 yaşları arasında yapan grubun evlilik uyumlarının evliliğini 15-19 yaş aralığında yapan gruptan daha yüksek olduğu bulunmuştur. İletişim becerileri ve evlilik yaşı ilişkisine yönelik

literatür taraması yapıldığında ise Terzi (2020) tarafından yapılan çalışmada araştırma bulgularıyla uyumlu biçimde evlenme yaşı ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür.

Bulgular incelendiğinde bireylerin evlilik biçimine göre iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermezken, evlilik uyumu puanları anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Okul, iş veya arkadaş ortamında tanışıp evlenen bireylerin evlilik uyumu puanları; görücü usulü evlenen bireylerden daha yüksektir. Benzer şekilde, internet ortamında tanışıp evlenen bireylerin evlilik uyumu puanları; görücü usulü evlenen bireylerden daha yüksektir. Akpınar ve Kırlioğlu (2020) de yaptıkları çalışmada da severek/flört ederek evlenen katılımcıların evlilik uyumu puanlarının diğer gruplardan daha yüksek olduğunu bulmuştur. Şendil ve Korkut' un (2008) çalışmasında da benzer biçimde anlaşarak evlenen çiftlerin görücü usulü evlenen çiftlere göre evlilik uyumu puanlarının daha yüksek olduğunu bulmuştur. Çimen (2007) ve Erdinç (2018) çalışmalarında da flört edip tanışarak evlene çiftlerin görücü usulü evlenenlere göre daha uyumlu bir evliliğe sahip oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçlar, evlenmeye karar veren bireylerin evlenene kadar geçen süreç boyunca birbirlerini tanıma imkanına sahip olmalarının evlilik uyumu için gerekli olduğu düşünülen sosyal ve psikolojik faktörler açısından uyum gösterip göstermediklerini ölçüp tartmaları açısından önemli olduğunu göstermektedir. Çünkü bireyler birbirlerini tanıdıkça birlikte bir evlilik ilişkisi içinde ne kadar uyum sağlayıp sağlayamayacakları konusunda daha sağlıklı bir karara varmış olurlar. Bununla birlikte alan yazında farklı sonuçlar da görmek mümkündür. Demiray'ın (2006) yaptığı çalışmada evlilik uyumunun evlilik biçimine göre anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. İletişim becerileri ve evlilik biçimi ilişkisini değerlendiren Terzi'nin (2020) çalışmasında evlenme şekli ve iletişim becerileri puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu durum boşanmış ve evliliğini sürdüren bireyler için de geçerli olarak bulunmuştur. Benzer şekilde Bacaksız'ın (2011) çalışmasında da evlilik biçimi ve iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Alan yazındaki bu araştırmalar çalışma bulguları ile paralellik göstermektedir. Sosyal medya kullanım düzeyi ve evlilik biçimi arasındaki ilişki konusunda ise Keçeli'nin (2020) yaptığı çalışma araştırma bulguları ile paralellik gösterecek biçimde sosyal medya kullanım düzeyi ve evlenme biçimi arasında anlamlı

bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Literatürde bu konuda yapılan çalışmaların kısıtlı olduğu görülmektedir.

Çalışmada bireylerin eşleriyle aralarında olan yaş farkı; evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları arasında anlamlı farklılıklara neden olmamıştır. Şener (2002) tarafından yapılan çalışmada ise kadınlar ve erkekler için genel bir eğilim olarak eşler arasındaki yaş farkı arttıkça evlilik uyum puanlarında azalma olduğu görülmüştür. Bununla birlikte alan yazında sosyal medya ve iletişim becerileri ile eşler arasın yaş farkı ilişkisini inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Konuya ilişkin çalışma yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Çalışma verilerine göre bireylerin sahip oldukları çocuk sayılarına göre iletişim becerileri puanları anlamlı farklılık göstermezken, evlilik uyumu ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermiştir. Analiz sonuçlarına göre; çocuk sahibi olmayan bireylerin evlilik uyumu puanları; 1, 2, 3 ve üzeri çocuğu olan bireylerden daha yüksektir. Benzer şekilde, çocuk sahibi olmayan bireylerin sosyal medya bağımlılığı puanları; 1 çocuğu olanlar ile 3 ve üzeri çocuğu olan bireylerden daha yüksektir. Akpınar ve Kırlioğlu (2020) tarafından yapılan çalışmada araştırma bulgularına paralel biçimde hiç çocuğu olmayan grubun 2 ve 3 çocuğu olan gruplara göre evlilik uyumunun daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kublay (2013), Şendil ve Korkut (2008) ve Şener'in (2002) yaptıkları çalışmalarda da benzer biçimde çocuk sayısındaki artışın evliliğin kalitesinde ve evlilik uyumunda düşüşe neden olduğu bulunmuştur. Bu durumun ailedeki çocuk sayısı arttıkça eşler üzerine binen sorumlulukta artış yaşanması ve eşlerin baş başa geçirdikleri vakitte daha da azalma yaşanma olasılığıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Konu iletişim becerileri açısından ele alındığında ise Terzi (2020) tarafından yapılan çalışmada çalışma bulgularıyla tutarlı biçimde çocuk sayısı ve iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmüştür. Köroğlu (2006) tarafından yapılan çalışmada da benzer biçimde çocuk sayısı ve iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Kumcağız ve ark. (2011) tarafından yapılan çalışmada da çocuk sahibi olma ve problem çözme becerileri arasında ilişki gözlenmemiştir.

Çalışma bulguları değerlendirildiğinde bireylerin eğitim düzeylerine göre iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermezken evlilik uyumu puanları anlamlı farklılık görülmüştür. Meslek yüksekokulundan mezun olan

bireylerin evlilik uyumu puanları; üniversiteden mezun olan bireylerden daha düşük bulunmuştur. Akpınar ve Kırhoğlu'nun (2020) çalışmasında lisans ve lisansüstü eğitim alan bireylerin evlilik uyumu puanlarının ortaokul düzeyinde eğitim alan bireylerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Şendil ve Korkut (2008) tarafından yapılan çalışmada da ilkokul eğitimine sahip bireylerin evlilik uyumlarının lise, lisans ve lisansüstü eğitim alan gruplardan daha düşük olduğu sonucu çıkmıştır. Yıldız (2012) ve Şener (2002) tarafından yapılan çalışmalarda da benzer biçimde öğrenim düzeyindeki artışın evlilik uyum düzeyindeki artış ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Bu sonuçlardan yola çıkılarak düşük eğitim seviyesine sahip çiftlerin evlilik uyumu için önemli olduğu düşünülen birlikte zaman geçirme, ortak kararlar alabilme, aile bütçesini ayarlayabilme vb. durumlarda daha fazla uyumsuzluk yaşadığı düşünülmektedir. İletişim becerileri ve eğitim düzeyi ilişkisine yönelik yapılan literatür taramasında Terzi'nin (2020) çalışmasında araştırma bulgularıyla uyumlu biçimde iletişim becerileri ve eğitim düzeyi arasında ilişki bulunmadığı sonucu ortaya konulmuştur. Bacaksız (2011) tarafından yapılan çalışmada da benzer biçimde iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olmadığı gözlemlenmiştir. Sosyal medya kullanım düzeyi ve eğitim düzeyi değişkenleri ilişkisi için yapılan alan yazın taramasında Keçeli'nin (2020) çalışmasında araştırma bulgularıyla paralel biçimde bu iki değişken arasında ilişki olmadığı bulunmuştur. Kaya (2018) ve Enginyurt (2019) tarafından yapılan çalışmalarda da benzer biçimde sosyal medya kullanım düzeyi ve eğitim durumu arasında ilişki bulunmamıştır. Ancak alan yazında bu konuya ilişkin farklı çalışmalar da mevcuttur. Yüksel (2019) tarafından yapılan çalışmada eğitim durumu ve sosyal medya kullanım düzeyinin ters orantılı olduğu bulunmuştur.

Araştırma değişkenleri bireylerin çalışma durumu kapsamında incelendiğinde, bireylerin evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Yıldırım (2018) ve Uzel (2015) yaptıkları çalışmalarda evlilik uyumunun eşlerin çalışma durumu açısından farklılık göstermediği sonucuna ulaşmışlardır. Benzer biçimde Akpınar ve Kırhoğlu (2020) ve Özaydınlık (2014) da Çalışmalarında bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olmadığını bulmuşlardır. Bununla birlikte Tüfekçi-Hoşgör (2013) tarafından yapılan çalışmada çalışan grupların evlilik uyumlarının çalışmayan gruplardan daha yüksek olduğunu bulmuştur. Sosyal medya kullanım düzeyi ve evli

bireylerin çalışma durumu arasındaki ilişki için yapılan literatür incelemesinde Keçeli (2020) tarafından yapılan araştırmada çalışma bulgularıyla tutarlı biçimde evli bireylerin sosyal medya bağımlılık durumlarının bireylerin çalışma durumuyla ilişkili olmadığı görülmüştür. Ancak Kaya (2018) tarafından yapılan araştırma bireylerin çalışma deneyim süresindeki artış ile sosyal medya kullanım sürelerindeki artışın paralel olduğu bulunmuştur. Araştırma değişkenlerinden bir diğeri olan iletişim becerileri ile evli bireylerin çalışma durumlarını inceleyen başka çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu konuda yapılacak çalışmaların alan yazın için önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırma bulgularına göre, bireylerin algılanan ekonomik düzeylerine göre iletişim becerileri ve sosyal medya bağımlılığı puanları anlamlı farklılık göstermezken evlilik uyumu puanları anlamlı farklılık göstermiştir. Buna göre, ekonomik düzeyini alt grup olarak algılayan bireylerin evlilik uyum puanları, orta grup olarak algılayanlardan daha düşüktür. Akpınar ve Kırlioğlu (2020) tarafından yapılan çalışmada gruplar arasındaki gelir artışının evlilik uyumunda da artış ile sonuçlandığı saptanmıştır. Benzer biçimde Şendil ve Korkut (2008), Özbucak- Tıraşoğlu ve İpek (2019), Tüfekçi-Hoşgör (2013), Erişti (2010) ve Erdinç (2018) de yaptıkları çalışmalarda gelir düzeyinin düşük olmasının evlilik kalitesinin olumsuz yönde etkilediğini ve uyumu bozucu etki yaptığını, gelir düzeyi yüksek bireylerin daha düşük olan bireylere göre evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçlar yapılan araştırma ile de paralellik göstermektedir. Ekonomik sorunların bireylerin temel ihtiyaçlarının kısıtlanmasına neden olup bu konuda yaşanan çatışmaların evlilik uyumunda bozulmaya neden olduğu düşünülmektedir. Sosyal medya kullanım düzeyi ve ekonomik düzeyinin de ele alındığı Keçeli'nin (2020) çalışmasında araştırma bulgularını destekler nitelikte bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Evli bireylerde iletişim becerileri ve ekonomik düzey konusunda bu ikisi arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaya ise rastlanmamıştır. Konu ile ilgili yapılacak çalışmaların alan için önemli olduğu düşünülmektedir.

5.2. Öneriler

Yapılan araştırma sonucunda akademisyenler, alan uzmanlar ve evli çiftlere yönelik şunlar önerilmektedir:

1. Yapılan araştırma evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyi arasında ilişki olduğunu göstermiştir. Ancak literatür taraması yapıldığında bu üç değişkeni birlikte ele alan başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bununla birlikte evlilik uyumu ile iletişim becerisi ya da sosyal medya kullanım ilişkisini ikili biçimde inceleyen çalışma sayısının da oldukça kısıtlı olduğu düşünülmektedir. Evlilik kurumunun toplumlar için önemi, günümüz toplumundaki boşanma oranlarında görülen artış, değişen dünya ile birlikte değişen iletişim biçimleri ve sosyal medya kullanımının yaygınlığı dikkate alındığında evli bireylerin katılımıyla bu değişkenleri birlikte ele alan çalışmaların yapılması önemlidir.

2. Evli bireyler ile yapılan iletişim becerileri ve sosyal medya kullanımına yönelik çalışmalarda kısıtlılık söz konusudur. Bu çalışmalar incelendiğinde ise ilgili değişkenlerle ilişkili olabilecek evlilik süresi, evlenme yaşı, evlenme biçimi, eşler arası yaş farkı, çocuk sayısı, çalışma durumu değişkenlerinin ele alındığı çalışma sayısının daha da az sayıda bulunduğu ya da hiç bulunmadığı görülmektedir. Bu nedenle evli bireyler ile yapılan iletişim becerileri ve sosyal medya kullanımına yönelik çalışmalarda bahsi geçen değişkenlerin yer almasının literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

3. Elde edilen sonuçlardan yola çıkılarak evli bireylere yönelik evlilik uyumunu ve iletişim becerilerini destekleyen, evli bireyleri sosyal medya kullanımı konusunda bilinçlendiren psikoeğitim programları düzenlenebilir. Yapılacak çalışmalarda bu araştırma bulgularından da yararlanılabilir.

4. Bu çalışmada evli bireylerin karı-koca olarak birlikte katılmaları şartı bulunmamakta olup evlilik uyumu, iletişim becerileri, sosyal medya kullanım düzeyi açısından eşler arasında farklılık bulunup bulunmadığına bakılmamıştır. Sonraki çalışmalarda bu durumun incelenmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

5. Yapılan çalışmada evli bireylerin evlilik uyumu, sosyal medya bağımlılığı ve iletişim becerileri arasında düşük düzeyli ilişki bulunmuştur. Bu durumun olası nedenlerinin belirlenmesine yönelik nitel araştırmalar yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Kitaplar

- Aksaray, G. (Ed.). (2013). *Aile psikolojisi ve eğitimi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını.
- Aziz, A. (2013). *İletişime giriş*. İstanbul: Hiperlink Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş. (2015). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Cüceloğlu, D. (2015). *İletişim donanımları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çetinkaya, B. (2010). *Sağlıklı aile sağlıklı çocuk*. Ankara: Pegem Akademi.
- Çoruk, A. (2003). *Etkili iletişimde sihirli anahtar: Empati*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2004). *İletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2016). *Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Ersanlı, K. ve Kalkan, M. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme: Kuram ve uygulama*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Güneri, E., Üney, R. ve Demirci, O. O. (2018) *Kişiler arası etkili iletişim*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Yayınları.
- Gürüz, D. ve Eğinli, A. T. (2008). *İletişim becerileri*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Gürüz, D. ve Eğinli, A. T. (2014). *Kişilerarası iletişim, bilgiler, etkiler, engeller*. İstanbul: Nobel Yayınevi.
- Hargie, O. (Ed.). (2006). *The handbook of communication skills*. London: Routledge.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Kaypakoğlu, S. (2008). *Kişilerarası iletişim cinsiyet farklılıkları güç ve çatışma*. İstanbul: Derin Yayınları.
- Kocayörük, E. (2012). *Etkili iletişim becerileri*. İstanbul: Kriter Yayınevi.

Kültür ve Yayınları.

Milli Eğitim Bakanlığı (2011). *İletişim süreci ve türleri*. 18 Kasım 2021, <http://www.mku.edu.tr/files/1060-e14aaff3-8ca9-4107-80a9-a5a35c55c074.pdf>

Nazlı, S. (2001). *Aile danışmanlığı*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Odabaşı, H. F., Kabakçı, I. ve Çoklar, A. N. (2007). *İnternet, çocuk ve aile*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım

Orhon, N. ve Eriş, U. (Ed). (2012). *İletişim bilgisi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.

Önder, A. (2003). *Ailede iletişim: Konuşarak ve dinleyerek anlaşalım*. İstanbul: Morpa

Özata, F. Z. (Ed.). (2013). *Sosyal medya*. 9 Ekim 2021, <http://www.e-tahtam.com/~turgaybilgin/2017-2018-guz/SosyalMedya/sosmed.pdf>

Özgüven, İ. E. (2020). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel Yayın

Sezer N., ve Karadoğan-Doruk, S.E. (2010). *Etkili iletişim becerileri*. 18 Kasım 2021, <http://auzefkitap.istanbul.edu.tr/kitap/kok/etkiliiletisimbecerileriau243.pdf>

Sezer, Ü. (2004). *Aile yapısı ve ilişkileri*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Tarhan, N. (2012). *Evlilik psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Yavuzer, H. (Ed.). (2013). *Evlilik okulu*. İstanbul. Remzi Kitabevi.

Yiğit, N., Alev, N., Altun, T., Akyıldız, S. ve Özmen, H. (2005). *Öğretim teknolojileri ve materyal geliştirme*. Trabzon: Derya Kitabevi.

Tezler

Arabacı, N. (2011). *Anne-baba-çocuk iletişimini değerlendirme aracının geliştirilmesi ve anne- baba-çocuk iletişiminin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Doktora tezi). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Abbasigil, A. R. (2019). *Evli bireylerde sosyal medya kullanım süresi, kişilerarası iletişim becerileri ve evlilik doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisansa tezi). Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Akar, H. (2005). *Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde; çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış uzmanlık tezi). Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi, İstanbul.

- Akın, E. (2018). *Evli kadınlarda çatışma çözüme stili ve evlilik uyumu arasındaki ilişki*. (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Altunok, E. B. (2019). *Anne baba tutumları ile okul öncesi dönem çocuklarının iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Aylıkçı, Ç. (2018). *Evli bireylerin problemleri internet kullanımı ile evlilik doyumu arasındaki ilişki*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aylıkçı, Ç. (2018). *Evli bireylerin problemleri internet kullanımı ile evlilik doyumu arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bacaksız, Ö. (2011). *Boşanma sürecindeki bireylerin bağlanma stilleri ve iletişim becerileri arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bakırcıoğlu, A. (2018). *Evli bireylerin sahip oldukları değerler, iletişim becerileri ve evlilik uyumu arasındaki yordayıcı ilişki*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Başerer, Z. (2014). *Öğrencilerin interneti ve sosyal paylaşım sitelerini kullanma durumlarına göre iletişim becerileri ve öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Beşik, M. (2019). *Batı Marmara Bölgesi'nde sosyal medya bağımlılığı ile kişisel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Beyler, B. (2019). *Akdeniz bölgesinde sosyal medya bağımlılığı ve bağlanma ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Büyükfiliz, B. (2016). *18-25 yaş arası genç yetişkinlerde problemleri internet kullanımı ve iletişim becerileri arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

- Candemir-Karaburç, G. (2017). *Evli bireylerin problemleri internet kullanımı, evlilik uyumu, eş tükenmişliği ve temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Çakır, S. (2008). *Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana-babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çakmak-Tolan, Ö. (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması: Diyarbakır ili örneği*. (Doktora tezi). İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Çelik, E. (2018). *Öğretmenlerin internet, sosyal medya bağımlılıkları ile evlilikte uyum ve aile işlevleri arasındaki ilişki*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyumu ölçeği geliştirme çalışması*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Çimen, E.Ş. (2007). *Görücü usulü ve anlaşarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dalan, U. (2020). *Evli bireylerde sosyal medya bağımlılığının evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerindeki etkisi*. (Yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Derici, H. T. (2018). *Evli çiftlerde facebook ve akıllı telefon bağımlılığı ile çatışma çözüm stilleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Duman, Ö. D. (2019). *Sosyal medya bağımlılığı: Erzurum ili üzerine bir inceleme*. (Doktora tezi). Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Düzgün, G. (2009). *Evli kişilerde depresyon, ilişkiye ilişkin inanç, kendini ayarlama düzeyinin evlilik uyumu ile ilişkisi*. (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Enginyurt, H. (2019). *Doğu Karadeniz Bölgesi'nde sosyal medya bağımlılığı ile pozitif-negatif duygu durum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erdinç, İ. (2018). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erişti, A. (2010). *Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Gemici, H. (2012). *İlköğretim 8.sınıf öğrencilerine uygulanan etkili iletişim ve empatik beceri eğitiminin öğrencilerin iletişim ve empatik becerilerine etkisinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolçülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerinde etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Göztepe Gümüş, I. (2015). *Evli bireylerde bağışlama, tekrarlayıcı düşünme düzeyi ile ruh sağlığı ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler*. (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Günay, O. (2000). *Evlilik uyumu ile kişisel düşünme modelleri arasındaki ilişki*. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Günay, S.(2007). *Evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Güneş, Y. (2016). *İnternet bağımlılığının yordanmasında bağlanma stilleri ile iletişim becerileri*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gündüz Hoşgör, D. (2014). *İletişim ve sağlık iletişimi*. (Yüksek lisans tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Gürkan, N. (2011). *Hemşirelerin etkin dinleme ve beden dilini değerlendirme özelliklerinin araştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Güven, A. (2013). *Çocukta benlik gelişiminde aile içi iletişimin rolü: İslam dini açısından bir inceleme*. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hacı, Y. (2011). *Evlilik uyumunun empatik eğilim, algılanan aile içi iletişim ve çatışma çözümlerine göre yordanması*. (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Işık, U. (2007). *Medya bağımlılığı teorisi doğrultusunda internet kullanımının etkileri ve internet bağımlılığı*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Karadağ, Ş. (2015). *Evlilik uyumu ilişkisinde aile içi iletişimin rolü: Konya örneği*. (Doktora tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kaya, G. (2018). *Sosyal medya bağımlılığı ile internet kullanım amaçları arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Kazu E. (2019). *Sosyal zeka düzeyinin öğrencilerin iletişim becerilerine etkisi*. (Yüksek lisans tezi). Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ.
- Keçeli, A. (2020). *Bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyinin ve sosyal medya bağımlılığının evlilik doyumu açısından incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Köroğlu, M. (2006). *Emniyet teşkilatı emniyet hizmetleri sınıfı personelinin iletişim becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi, Samsun.
- Köse, F. K. (2019). *Evli bireylerde problemlerle internet kullanımı ve evlilik uyumu*. (Yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Köseoğlu, S. (1994). *Psikolojik danışmanların empatik becerileri ve kişilik özelliklerinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Kublay, D. (2013). *Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Kula, N. (2019). *İletişim becerilerinin kurumsal bağlılığa etkisinde algılanan örgütsel adaletin aracı rolü: hizmet sektöründe bir araştırma*. (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Kunt, G. (2019). *Kadınlarda eğitim, çalışma durumu, sosyal medya kullanımı, evlilik eğilimi, boşanma eğilimi arasındaki karşılıklı ilişkiler*. (Yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Malkoç, B. (2001). *The relationship between communication patterns and marital adjustment*. (Yüksek lisans tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Meriç, A. (2017). *Anne-baba-çocuk iletişimi ile okul öncesi çocukların ahlaki ve sosyal kural bilgileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Karabük.
- Mete, G. (2019). *Batı Marmara Bölgesi'nde sosyal medya bağımlılığı ile aleksitimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Okumuş, V. (2018). *Çocukların sosyal medya kullanımları ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Onarman, B. (2020). *Sosyal medya kullanım nedenlerinin iletişim becerilerine etkisi*. (Yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özkurt, S. (2010). *Terapötik iletişim becerileri kazandırma eğitiminin kamu çalışanlarının iletişim çatışmalarına girme eğilimlerine etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Stenly, E. (2019). *Sosyal medya kullanımının bireyin öz saygısı üzerindeki rolü: kişilerarası iletişim açısından bir değerlendirme*. (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

- Tarkoçin, S. (2014). *Okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 48-66 aylık çocukları olan ebeveynlerin çocukları ile iletişim kurma düzeyleri ve davranış sorunları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Tayşi, E. (2007). *İkili ilişkilerde bağışlama: İlişki kalitesi ve yüklemelerin rolü*. (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Terzi, E. (2020). *Boşanmış ve evliliğini sürdüren bireylerin iletişim becerileri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması*. (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Tutarel-Kışlak Şennur, (1995). *Cinsiyet, evlilik uyumu, depresyon ile nedensel ve sorumluluk yüklemeleri arası ilişkiler üzerine bir araştırma*. (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tutgun-Ünal, A. (2015). *Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tüfekçi-Hoşgör, E. (2013). *Evli çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ulaşoğlu, Ö. (2020). *Dürtüsel davranışların ve iletişim yeterliliğinin evlilik uyumu ile ilişkisi*. (Yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.
- Uşaklı, N. (2010). *Evli bireylerin evliliğe uyumunda karşılaştığı sorunlar ve eğitim ihtiyaçları*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Uzel, A. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisinde çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ünlü, Z. R. (2018). *Sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik dayanıklılık*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Üstündağ, E. (2006). *İletişim becerilerini geliştirme programının güvenlik bilimleri fakültesi öğrencilerinin kendini açma davranışlarına etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yetişkin, G. (2016). *Ergenlerde iletişim becerileri ve utangaçlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi, İstanbul.
- Yıldırım, T. (2018). *Evli bireylerde bağlanma biçimleri, ilişkiye dair bilişsel çarpıtmalar ve evlilik uyumu ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yüksel, S. (2019). *Doğu Karadeniz Bölgesi'nde sosyal medya bağımlılığı ile kişisel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Makaleler

- Acun, İ., Yücel, C., Belenkuyu, C. ve Keleş, S. (2017). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım amaçlarının incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 23(4), 559-602.
- Addis, J. ve Bernard, M. E. (2002). Marital adjustment and irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive- Behavior Therapy*, 20(1), 3-13.
- Akpınar, B. ve Kırhoğlu, M. (2020). Bazı değişkenler açısından evlilik uyumunun incelenmesi ve toplumsal cinsiyet rolleri tutumunun evlilik uyumuna etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 23(2), 736-746.
- Aktaş, M. ve Çopur, Z. (2018). Sosyal medya kullanımının eşler arasındaki strese etkisi. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 3(6), 142-153.
- Alican, C. ve Saban, A. (2013). Ortaokul ve lisede öğrenim gören öğrencilerin sosyal medya kullanımına ilişkin tutumları: Ürgüp örneği. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 35(2), 1-14.

- Alikılıç, Ö., Alikılıç, İ. ve Özer, A. (2019). Dijital romantizm: Y kuşağının romantik ilişkilerinde sosyal medyanın rolü üzerine bir araştırma. *Erciyes İletişim Dergisi Uluslararası Dijital Çağda İletişim Sempozyumu Özel Sayısı*, 1, 57-80.
- Atan, A. ve Buluş, M. (2020). Aile iletişim becerileri psikoeğitim programının eşlerin iletişim becerilerine ve çift uyumuna etkisi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40(1), 255-288.
- Aycanoğlu, C. ve Ünsal, G. (2017). Bağlanma tarzları ve internet bağımlılığının evlilik uyumuna etkisi. *Journal of Academic Research in Nursing*, 3(3), 163-168.
- Bakan, U. ve Bakan, U. (2017). Facebook'ta aile ilişkileri ve sosyal medya adanmışlığına yönelik bir içerik analizi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9 (20), 54-68.
- Baruah, T. D. (2012). Effectiveness of social media as a tool of communication and its potential for technology enabled connections: A micro-level study. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 2 (5), 1-10.
- Berglund, E., Eriksson M. & Westerlund M. (2005). Communicative skills in relation to gender childcare and socioeconomic status in 18-month old children. *Scandinavian Journal of Psychology*, 46 (6), 485-491.
- Buluş, M. ve Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 136-152.
- Can, Ö., Demir, C. ve Yirci, R. (2018). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, (66), 145-163.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(39), 13-23.
- Çalışkan, N. ve Aslander, M. (2014). Aile içi iletişim ve siber yaşam: Teorik bir çözümleme. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15 (2), 263-277.

- Davidson, B. (1984). A test of equity theory for marital adjustment. *Social Psychology Quarterly*, 47, 36-42.
- Demir, A. ve Fıfıloğlu, H. (1999). Loneliness and marital adjustment of Turkish couples. *The Journal of Psychology*, 133, 230-240.
- Demir, Ü. (2016). Sosyal medya kullanımı ve aile içi iletişimi: anakkale’de lise öğrencileri üzerine bir araştırma. *Selçuk İletifim Dergisi*, 9 (2), 27-50.
- Demirtaş, H. A. ve Madran, A. (2016). Facebook kıskançlığı ölçeğinin Türkçe formu: Üniuersite öğrencileri üzerinde geçerlilik ve güvenilirlik alışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17, 93-99.
- Dilmaç, B. ve Bakırcıalioğlu, A. (2019). Evli bireylerin sahip oldukları değerler, iletişim becerileri ve evlilik uyumu arasındaki yordayıcı ilişki. *Necmettin Erbakan Üniuersitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), 110-122.
- Dossey, L. (2014). FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 10(2), 69-73.
- Dökmen, Ü. (1987). Empati kurma becerisi ile sosyometrik statü arasındaki ilişki. *Ankara Üniuersitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 20(1):183-188
- Ekşi, F. ve Ümmet, D. (2013). Bir kişilerarası iletişim problemi olarak internet bağımlılığı ve siber zorbalık: psikolojik danışma açısından değerlendirilmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11 (25), 91-115.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. ve Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Eriğu, G., şener, T. ve Eriş, H. (2013). İletifim becerilerinin değerlendirilmesi: Bir meslek yüksekokulu öğrencileri örneği. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 16(1), 45-65.
- Erözkan, A. (2005). Üniuersite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörler. *Marmara Üniuersitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26 (26), 59-72.
- Ersanlı, K. (1993). İnsan ilişkilerinde empatik yaklaşımın yeri ve önemi. *Milli Eğitim Dergisi*, (5), 70-72.
- Ersanlı, K. ve Balcı, S. (1998). İletifim becerileri envanterinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik alışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(10), 7-12.

- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisansüstü öğrencilerin evlilik uyumu. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7 (28), 16-23.
- Fıfıloğlu, H. ve Lorenzetti, A. F. (1994). The relation of family cohesion to marital adjustment. *Contemporary Family Therapy*, 16(6), 539-552.
- Fidan, H. (2016). Mobil bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve geçerliliği: Bileşenler modeli yaklaşımı. *The Turkish Journal on Addictions*, 3, 433-469.
- Güçdemir, Y. (2003). Bilgisayar ağları internetin gelişimi ve bilgi kirlenmesi. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakóltesi Dergisi*, 17, 371-378.
- Gülbahçe, Ö. (2010). Eğitim fakóltesi öğrencilerinin iletişim becerilerinin incelenmesi. *Atabesbd*, 12 (2), 12-22.
- Güleç, V. (2018). Aile ilişkilerinin sosyal medyayla birlikte çöküşü. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 2(2), 105-120.
- Gülnar, B. ve Öztat, F. (2020). Aile içi yüz yüze iletişim, internet ve sosyal medya kullanım ilişkisi. *Kurgu*, 28(1), 31-42.
- Hazar, M. (2011). Sosyal medya bağlılığı-bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (32), 151-176.
- Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Isaac, R. & Shah, A. (2004). Sex roles and marital adjustment in Indian. *International Journal of Social Psychiatry*, 50(2), 129-141.
- İliş A. ve Gülbahçe A.(2019). Sosyal medya bağımlılığı ile iletişim becerileri arasındaki yordayıcı ilişkinin incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, 23(78):45-59.
- Kalaman, S. ve Çelik, F. (2019). Türkiye'deki evli bireylerin sosyal medya kullanımlarının evlilikleri üzerine etkisi: Nitel bir araştırma. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 13(19), 424-453.
- Kasımoğlu, N. (2015). Toplum yaşamında kurallar: Birey-kural ilişkisi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 138-156.
- Kılıç, S. (2013). Örnekleme yöntemleri. *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44-6.

- Kırık, A. M. (2017). Yeni medya aracılığıyla değişen iletişim süreci: Sosyal paylaşım ağlarında gençlerin konumu. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 5(1), 230-261.
- Kırık, A. M. ve Karakuş, M. K. (2012). Sosyal medya ve internet teknolojisi ile yöndeşen televizyon yayıncılığı: Sosyal tv. *Online Academic Journal of Information Technology*, 4(12), 62-73.
- Kırık, A. M., Arslan, A., Çetinkaya, A. ve Gül, M. (2015). A quantitative research on the level of social media addiction among young people in Turkey. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(3), 108-122.
- Korkut-Owen, F. ve Bugay, A. (2014). İletişim becerileri ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 51- 64.
- Korkut-Owen, F. ve Çelik, N. D. (2018). Yetişkinlerin cinsiyetlerine, yaşlarına ve kişilik özelliklerine göre iletişim becerilerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2305-2321.
- Longstreet, P. & Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society*, 50, 73-77.
- Mahajan R. (2015). The key role of communication skills in the life of professionals. *Journal of Humanities and Social Science*, 20 (2), 36-39.
- Mavnacıoğlu, K. (2009). İnternette kullanıcıların oluşturduğu ve dağıttığı içeriklerin etik açıdan incelenmesi: Sosyal medya örnekleri. *Fırat Üniversitesi İletişim Fakültesi Medya ve Etik Sempozyumu*, 07-09.
- Mazman, G. & Usluel, Y. K. (2011). Gender differences in using social networks. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10 (2).
- McDaniel, B. T., Drouin, M., & Cravens, J. D. (2017). Do you have anything to hide? Infidelity-related behaviors on social media sites and marital satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 66, 88-95.
- Özbucak-Tıraşoğlu, S. E. ve İpek, M. Evli bireylerde evlilik uyumu ve benlik algısı arasındaki ilişki. *Aydın Sağlık Dergisi*, 5(1), 69-92.
- Özdemir, S. ve Erdem, R. (2016). Sosyal medyanın örgüt içi iletişimdeki rolü. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(3), 247-270.

- Peterson, D. M. (1968). Husbad- wife communication and family problems. *Sociology and Social Research*, 53, 375-384.
- Rogers, S. J. & Deboer, D. D. (2001). Changes in wives income: Effect on marital happiness: Psychological well-being, and the risk of divorce. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 458-472.
- Saleh, M. & Mukhtar, J. I. (2015). Social media and divorce case study of dutse L.G.A. jigawa state, *IOSR Journal Of Humanities And Social Science*, 20(5), 54-59.
- Sardoğan, M. E. ve Karahan, T.F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programının evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38,(2), 89-102.
- Şahin, C. ve Yağcı, M. (2017). Sosyal medya bağımlılığı ölçeği-yetişkin formu: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 523-538.
- Şendil, G. ve Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.
- Şener, A. ve Terzioğlu, G. (2008). Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4(13), 7-20.
- Tekin, O. (2019). Öğretmenlerin sosyal medya bağımlılık seviyelerinin genel erteleme davranışlarıyla ilişkisi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 4(1), 36-47.
- Tiryaki, S. ve Karakuş, M. (2018). Evli bireylerin sosyal medya kullanımları üzerine bir saha araştırması. *Anadolu Üniversitesi İletişim Bilimleri Fakültesi Uluslararası Hakemli Dergisi*, 26 (3), 422-443.
- Turgut, M., Kutlu, G. Ve Mut, S. (2018). Sağlık yönetimi bölümü öğrencilerinin iletişim becerileri ile sosyal medya kullanımları arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *İşletme Bilimi Dergisi (JOBS)*, 6(1), 185–205.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1999). Evlilikte uyum ölçeğinin (EUÖ) güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *3P Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(1), 50-57.
- Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 5(2).

- Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çabukça, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(9), 61-68.
- Tüzer, V. (2011). İnternet, siberseks ve sadakatsizlik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3 (1), 100-116.
- Uçar, E., Tümer, A., Taner, A. ve Akdolun Balkaya, N. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımları ile iletişim becerileri arasındaki ilişki: Bir sağlık bilimleri fakültesi örneği. *Sağlık Akademisi Kastamonu*, 7(2), 5-6.
- Vural, A. ve Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege Üniversitesi iletişim fakültesi yönelik bir araştırma. *Yaşar Üniversitesi Dergisi*, 20(5), 3348-3382.
- Wegmann, E., Stodt, B. & Brand, M. (2015). Addictive use of social networking sites can be explained by the interaction of internet use expectancies, internet literacy and psychopathological symptoms. *Journal of Behavioral Addictions*, 4 (3), 155-162.
- Yaman-Akpınar, T. ve Altınsu-Sönmez, Ö. (2021). Evlilikte suçu affetme ve evlilik uyumu ilişkisi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9, 203-210.
- Yıldırım, İ. (1993). Evli bireylerin uyum düzeni. *3P Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, 1(3), 249-257.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 4, 49-59.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction, a new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415.

İnternet

- Dünya değerler araştırması 7. dalga veri setindeki Türkiye bulguları.* (2 Ağustos 2021). 1 Ekim 2021, <http://politikaakademisi.org/2020/08/02/dunya-degerler-arastirmasi-7-veri-setindeki-turkiye-bulgulari/>
- Keçe, A. C. (28 Eylül 2010). *İki gönül bir olunca samanlık seyran olmayabiliyor*, 15 Eylül 2021, <https://www.cised.org.tr/basin/106/cised-%E2%80%9Ciki-gonul-bir-olunca-samanlik-her-zaman%20seyranolmayabiliyor>

Kemp, S. (11 Ocak 2021). *We Are Social, Digital 2021: Turkey*, 30 Ekim 2021, <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey>

Kemp, S. (22 Temmuz 2021). *We Are Social, Digital 2021 july global statshot: digital audiences swell, but there may be trouble ahead*, 30 Ekim 2021, <https://wearesocial.com/au/blog/2021/07/digital-2021-july-global-statshot-digital-audiences-swell-but-there-may-be-trouble-ahead/>

T.C. Sağlık Bakanlığı (bt.) *Bağımlılık nedir?*, 18 Ekim 2021, <https://alo191.saglik.gov.tr/TR-21183/bagimlilik-nedir.html>,

Türk Dil Kurumu Sözlükleri. (bt.). *Evlenmek*. 25 Eylül 2021, <https://sozluk.gov.tr/>

EKLER

Ek-1: Bilgilendirilmiş Onam

Sayın Katılımcılar,

Bu çalışma, İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile Danışmanlığı Eğitimi Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Yağmur IŞIK tarafından Doç. Dr. Hanifi PARLAR danışmanlığında yürütülmektedir. Çalışmada evli bireylerin; evlilik uyumu, iletişim becerileri ve sosyal medya kullanım düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmakta olup test üzerinde kimliğinizi belli edecek herhangi bir soru bulunmamaktadır. Cevaplarınız sadece bilimsel bir araştırma amacıyla kullanılacak ve bilgiler gizli tutulacaktır. Anket sorularının hiçbir doğru cevabı olmayıp sizden kendinize en uygun seçeneği işaretlemeniz beklenmektedir. Soruları eksiksiz ve dürüst biçimde cevaplamanız yapılan araştırmanın geçerliliği açısından önemlidir. Katılımınız için çok teşekkür ederim.

Çalışma hakkında detaylı bilgi alabilmek için Yağmur IŞIK ile iletişime geçebilirsiniz.
yagmur.07.04@gmail.com

Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılıp sonraki sayfalara geçebilmek için “Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.” ifadesinin altındaki “İleri” butonuna tıklayınız.

Ek 2. Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz:
 - Kadın
 - Erkek
2. Yaşınız:
 - 18-25
 - 26-35
 - 36-45
 - 46-55
 - 56+
3. Eğitim durumunuz:
 - Okur yazar ama bir okul bitirmeyen
 - İlkokul mezunu
 - Ortaokul mezunu
 - Lise mezunu
 - Yüksekokul mezunu
 - Üniversite mezunu
 - Yüksek lisans ve üzeri
4. Çalışma durumunuz:
 - Çalışıyorum
 - Çalışmıyorum
 - Emekliyim
5. Eşinizle nasıl tanışıp evlendiniz?
 - Okul, iş, arkadaş ortamında/ kendi kararım ve ailemin onayıyla
6. Evlendiğinizde kaç yaşındaydınız?
 - 18'den küçük
 - 18-22
 - 23-27
 - 28-32
 - 33-37
 - 37-42
 - 43 ve üzeri
7. Kaç yıldır evlisiniz?
 - 1 yıldan az
 - 1-5 yıl
 - 6-10 yıl
 - 11-15 yıl
 - 16-20 yıl
 - 21-25 yıl
 - 26 ve üzeri
8. Çocuğunu var mı?
 - Hayır yok
 - 1 tane

2 tane

3 tane

4 tane

5 ve üzeri

9. Eşinizle yaş farkınız?

1 yaştan az

1-5 yaş

6-10 yaş

11-15 yaş

16-20

21 ve üzeri yaş

10. Ekonomik düzeyinizi nasıl algılıyorsunuz?

Alt

Orta

Üst

Ek 3. Evlilikte Uyum Ölçeği

1. Bu maddede yer alan ölçeği kullanarak, bütün yönleri ile evliliğinizdeki mutluluk düzeyini en iyi temsil ettiğine inandığınız noktayı **daire** içine alınız. Ortadaki 'mutlu' sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil eder ve ölçek kademeli olarak sol ucunda evliliği çok mutsuz olan küçük bir azınlığı, sağ ucunda ise evliliği çok mutlu küçük bir azınlığı temsil etmektedir.

* * * * *

Çok

Mutsuz

Mutlu

Çok Mutlu

*Aşağıdaki maddelerde verilen konulara ilişkin olarak, siz ve eşiniz arasındaki **anlaşma ya da anlaşmazlık** derecesini yaklaşık olarak (X) şeklinde belirtiniz. Lütfen her maddeyi değerlendiriniz.*

	Her zaman anlaşırız	Hemen her zaman anlaşırız	Ara sıra anlaşamadığımız olur	Sıklıkla anlaşamayız	Hemen her zaman anlaşamayız	Her zaman anlaşamayız
2. Aile bütçesini idare etme	()	()	()	()	()	()
3. Boş zaman etkinlikleri	()	()	()	()	()	()
9. Eşin akrabalarıyla anlaşma	()	()	()	()	()	()

11. Ev dışı etkinliklerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?

() Hepsini

() Bazılarını

() Çok azını

() Hiç birini

15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

() Hemen hemen hiçbir zaman

() Nadiren

() Çoğu konularda

() Her konuda

Ek 4. İletişim Becerileri Ölçeği Yetişkin Formu

YÖNERGE: Bu ölçek iletişimle ilgili bazı özelliklerinizi ölçmeye yöneliktir. Aşağıda sunulan ifadeleri, o ifadelerle ilgili genelde kendinizi nasıl bulduğunuzu düşünerek okuyunuz. İlişkilerimizdeki özelliklerimiz elbette kiminle, hangi koşullarda, ne zaman ilişkide bulunduğumuza bağlı olarak farklılıklar göstermektedir. O nedenle ifadeleri **genelde** gösterdiğiniz tepkilere göre değerlendiriniz. Değerlendirmenizi 1-hiçbir zaman 2-nadiren, 3-bazen, 4-sıklıkla, 5-her zaman olmak üzere yaptıktan sonra ifadenin karşısındaki uygun yere (X) işareti koyarak belirtiniz. Hiç bir ifadeyi boş bırakmamanız sonuçları daha sağlıklı değerlendirmemize yarayacaktır. Teşekkür ederiz.

İfadeler	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Her zaman
1. İnsanları oldukları gibi kabul ederim.	1	2	3	4	5
2. Düşüncelerimi istediğim zaman anlaşılır biçimde ifade edebilirim.	1	2	3	4	5
3. Başkalarını önyargısız dinlerim.	1	2	3	4	5
4. Yaşadığım olaylardaki duygularımı sözlerimle ve beden dilimle başkalarına iletebilirim.	1	2	3	4	5
5. Karşımdakini dinlerken anlamadığım bir ayrıntı olduğunda konunun açığa kavuşması için sorular sorarım.	1	2	3	4	5
13.Benimle herhangi bir konuda konuşmayı istemeyen birisini konuşmaya zorlamam.	1	2	3	4	5
14.Başkalarına içtenlikle iltifat ederim.	1	2	3	4	5
15.Başkaları konuşurken yanıt vermeden önce onların sözlerini bitirmelerini beklerim.	1	2	3	4	5
24.Birisine bir öneride bulunmadan önce, onun öneri vermemi isteyip istemediğine dikkat ederim.	1	2	3	4	5
25.Eğer karşımdakinin işine yarayacaksa yaşadığım benzer deneyimleri onunla paylaşıyorum.	1	2	3	4	5

Ek 5. Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği Yetişkin Formu

AÇIKLAMA: Aşağıda internette sosyal medya kullanımıyla ilgili çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için en doğru olan ifadenin üzerine X işaretini koymanız istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız. ① Bana Hiç Uygun Değil ② Bana Uygun Değil ③ Kararsızım ④ Bana Uygun ⑤ Bana Çok Uygun						
1	Sosyal medyayı gerçek dünyadan bir kaçış olarak görüyorum.	①	②	③	④	⑤
2	Sosyal medyada planladığımdan daha uzun süre kalırım.	①	②	③	④	⑤
3	Kendimi mutsuz hissettiğim zamanlarda sosyal medyada olmak beni rahatlatır.	①	②	③	④	⑤
4	Sosyal medyada çok zaman geçirdiğimden işlerimi aksatıyorum.	①	②	③	④	⑤
5	Sosyal medyaya gerekmedükçe girmem.	①	②	③	④	⑤
11	Sosyal medya kullanmayı sevmiyorum.	①	②	③	④	⑤
12	Güncel olaylardan haberdar olmak için sosyal medyadan ayrılamıyorum.	①	②	③	④	⑤
13	Çevremde birileri varken bile, sosyal medyada olmayı tercih ederim.	①	②	③	④	⑤
19	Sosyal medya gruplarıyla iletişim halinde olabilmem için sosyal medyayı daha uzun süre kullanırım.	①	②	③	④	⑤
20	Çeşitli sosyal duyarlılıklar konusunda çabuk haberdar olma isteği beni daha çok sosyal medyada olmaya itiyor.	①	②	③	④	⑤

Ek 6. Ölçek Kullanım İzinleri

Evlilik Uyum Ölçeği Kullanım İzni



yağmur ışık <yagmur.07.04@gmail.com>

23 Şubat Sal 12:48 ☆ ↶ ⋮

Alıcı: kislak, sennurkislak

Merhaba Prof. Dr. Şennur TUTAREL KİŞLAK,

Lisans öğrenimi Uludağ Üniversitesi Psikoloji bölümünde 2014 yılında tamamladım. Şu anda İstanbul Ticaret Üniversitesi Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Yüksek Lisans öğrencisiyim. "Evlil Bireylerin Evlilik Uyum, İletişim Becerileri ve Sosyal Medya Kullanım Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı tez çalışmamın içeriğinde yer alan anket kısmında tarafınızca geçerlik güvenirlik çalışması yapılmış olan "Evlilik Uyum Ölçeği" kullanmak için izninizi istiyorum.

Saygılarımla,

Ad Soyad: Yağmur IŞIK

Evlilikte Uyum Ölçeği

Gelen Kutusu x



sennur tk <sennurkislak@hotmail.com>

23 Şubat Sal 13:28 ☆ ↶ ⋮

Alıcı: ben

Merhaba,

Ekte EUÖ yer alıyor. Çalışmanızda kullanabilirsiniz. Makaleyi research gateden indirebilirsiniz.

Puanlamayı doğru yapmak için makalenin tümünü iyi okuyunuz. Tablodaki puanlama değil, ondan sonra geliştirilen puanlama geçerli, makaleyi okuyunca sizin için daha açık olacaktır.

İyi günler

Şennur Kışlak

İletişim Becerileri Ölçeği Kullanım İzni

Gelen Kutusu x



yağmur ışık <yagmur.07.04@gmail.com>

23 Şubat Sal 12:56 ☆ ↶ ⋮

Alıcı: korkut

Merhaba Doç. Dr. Fidan KORKUT,

Lisans öğrenimi Uludağ Üniversitesi Psikoloji bölümünde 2014 yılında tamamladım. Şu anda İstanbul Ticaret Üniversitesi Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Yüksek Lisans öğrencisiyim. "Evlil Bireylerin Evlilik Uyum, İletişim Becerileri ve Sosyal Medya Kullanım Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı tez çalışmamın içeriğinde yer alan anket kısmında tarafınızca geliştirilmiş olan "İletişim Becerileri Ölçeği" kullanmak için izninizi istiyorum.

Saygılarımla,

Ad Soyad: Yağmur IŞIK

Fidan KORKUT <fidan.korkut@es.bau.edu.tr>

19 Mart Cum 18:43 ☆ ↶ ⋮

Alıcı: ben

Merhaba Yağmur

Hacettepe eposta adresimi nadiren kullanıyorum. Yaklaşık 10 yıl önce HÜden emekli oldum ve son altı yıldır BAÜde ders veriyorum. Demek istediğim epostanı o nedenle çok geç gördüm.

Tez çalışmada elbette İletişim Becerileri Ölçeği'ni kullanabilirsin. Yetişkinlerle çalışacağını anlıyorum. O nedenle sana o versiyonu, ilgili bilgiler dosyasını ve makaleyi iletiyorum. Ölçek maddelerinin tamamını yayınlamaman ve başka araştırmacılarla paylaşmaman gerektiğini biliyorsundur.

İyi çalışmalar dilerim.

Fidan Korkut Owen, Prof. Dr

Windows'u Etkinleştir

Windows'u etkinleştirmek için Ayarlar'a gidin

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni

Gelen Kutusu x



yağmur ışık <yağmur.07.04@gmail.com>

23 Şubat Sal 13:06 ☆ ↶ ⋮

Alıcı: csahin40, cengiz.sahin ▾

Merhaba Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN,

Lisans öğrenimimi Uludağ Üniversitesi Psikoloji bölümünde 2014 yılında tamamladım. Şu anda İstanbul Ticaret Üniversitesi Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Yüksek Lisans öğrencisiyim. "Evli Bireylerin Evlilik Uyumu, İletişim Becerileri ve Sosyal Medya Kullanım Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı tez çalışmamın içeriğinde yer alan anket kısmında tarafınızca geçerlik güvenilirlik çalışması yapılmış olan "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğini" kullanmak için izninizi istiyorum.

Saygılarımla,

Ad Soyad: Yağmur İŞİK



CENGİZ ŞAHİN <cengiz.sahin@hbv.edu.tr>

23 Şubat Sal 20:14 ☆ ↶ ⋮

Alıcı: ben ▾

Yağmur İŞİK merhaba,

Geliştirdiğim Ölçeği çalışmalarında kullanabilirsiniz. Kolaylıklar dilerim.

yağmur ışık <yağmur.07.04@gmail.com>, 23 Şub 2021 Sal, 13:06 tarihinde şunu yazdı:

Ek 7. Etik Kurul Onayı



HİZMETE ÖZEL



T.C.

İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Sayı : E-65836846-044-205827
Konu : Etik Onayı

24.3.2021

Sayın Yağmur IŞIK

İlgi : 19.02.2021 tarihli dilekçeniz.

İlgi yazınız ile "Evli Bireylerin Evlilik Uyumu, İletişim Becerileri ve Sosyal Medya Kullanım Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli çalışmanız için önerdiğiniz anket sorularına Etik Kurul onayı talep edilmektedir.

Adi geçen ve ekte yer alan anket soruları, Üniversitemiz Etik Kurulunca incelenerek etik tanım, değer ve ilkelere aykırı bir düzenleme tespit edilmediği, önerilen anket sorularının etik kurallara uygun olduğu ve etik onayın verildiği ifade edilmiştir.

Konuyla ilişkin bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Elçin AYKAÇ ALP
Rektör Yardımcısı V.

Ek: Etik Onaylı Anket Soruları

Bu belge gönderildi elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: 234025ED-9961-4FD8-BCFF-3899412F8766
Adres: Örnektepe Mah. İzzetler Cad. No: 8072 Beyoğlu/İstanbul
Telefon No: 444 04 13 / 4580 - 4581 Faks No: 0212 520 70 11
E-Posta: f.kose@ticaret.edu.tr İnternet Adresi: www.ticaret.edu.tr
KEP Adresi: ticaretuniversitesi@tu03.kep.tr

Belge Doğrulama Adresi: <http://e-belge.ticaret.edu.tr>
Ayrıntılı Bilgi için: Fatma KOSE
Yeni İşleri Müdürü
Telefon No: 444 0 413 - 4580

