

Evlilik Uyumuna Bilişsel Esnekliğin Etkisi

The Effect of Cognitive Flexibility on Marital Adjustment

Gamze İmamoğlu¹, Ayşe Pınar Balakbabalar², Onur Öztürk³

Atıf/Cite as: İmamoğlu G, Balakbabalar AP, Öztürk O. Evlilik uyumuna bilişsel esnekliğin etkisi. Türk Aile Hek Derg. 2023;27(4):118-124.

ÖZ

Amaç: Bu çalışmada, aile sağlığını yakından ilgilendiren evlilik uyumuna etki eden başta bilişsel esneklik becerisi olmak üzere farklı faktörlerin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Kesitsel dizayna sahip olan bu çalışma 01 Nisan 2022 – 01 Haziran 2022 tarihleri arasında, bir hastanede çalışmakta olan evli personellerin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Veriler Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği (YÇÜÖ) ve Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE) kullanılarak yüz yüze görüşme tekniğiyle, araştırmacılar tarafından doldurulmuştur.

Bulgular: Toplam 332 kişinin yaş ortalaması 40,9±8,2'dir, 194'ü (%58,4) kadındır. Katılımcıların YÇÜÖ puanlarının ortalaması 53,5±9,1'dir, BEE puanı ortalaması ise 76,1±10,9'dur. Yaş, cinsiyet, evlilik süresi, çocuk sayısı ile YÇÜÖ ve BEE arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır. Evlilik sayısı ile YÇÜÖ arasında anlamlı ilişkiye ulaşılmazken, BEE'den alınan puanla negatif yönlü ilişki saptanmıştır (p=0,005, r=-0,128). Eğitim düzeyi ile YÇÜÖ arasında anlamlı ilişki olmamasına rağmen, BEE'den alınan puanla pozitif yönlü ilişki saptanmıştır (p=0,001, r=0,116). Meslek gruplarına bakıldığında YÇÜÖ puanı ile anlamlı ilişki saptanmazken, BEE'den alınan en düşük puanın işçi-şoför-güvenlik meslek gruplarında olduğu saptanmıştır. YÇÜÖ ve BEE puanı arasında pozitif yönde korelasyon saptanmıştır (p=0,001, r=0,236).

Sonuç: Bilişsel esnekliğin evlilik uyumunu pozitif yönde etkilediği saptanmıştır. Bireylerin birbirlerinin hislerini ve fikirlerini algılayabilmelerine ve sağlıklı iletişim kurabilmelerine katkıda bulunabilecek sosyal politikalara gereksinim olduğu açıktır.

Anahtar kelimeler: Evlilik ilişkisi, uyum, idrak, esneklik, aile hekimliği

ABSTRACT

Objective: In this study, it was aimed to evaluate different factors, especially cognitive flexibility skills, which affect marital adjustment, which is closely related to family health.

Methods: This study, which has a cross-sectional design, was carried out between 01 April 2022 and 01 June 2022 with the participation of married personnel working in a hospital. The data were filled in by the researchers by face-to-face interview technique, using the Revised Dyadic Adjustment Scale (RDAS) and Cognitive Flexibility Inventory (CFI).

Results: The mean age of 332 people was 40.9±8.2, 194 (58.4%) of them were women. The average of the participants' RDAS scores was 53.5±9.1, and the average of the CFI score was 76.1±10.9. No significant relationship was found between age, gender, duration of marriage, number of children, and RDAS and CFI. While no significant relationship was found between the number of marriages and the RDAS, a negative correlation was found with the score obtained from the CFI (p=0.005, r=-0.128). Although there was no significant relationship between education level and RDAS, a positive correlation was found with the score obtained from CFI (p=0.001, r=0.116). When the occupational groups were examined, no significant relationship was found with the RDAS score, but the lowest score obtained from the CFI was found in the worker-driver-safety occupational groups. A positive correlation was found between the RDAS and CFI scores (p=0.001, r=0.236).

Conclusion: It has been found that cognitive flexibility has a positive effect on marital adjustment. It is clear that there is a need for social policies that can contribute to individuals' perception of each other's feelings and ideas and to establish healthy communication.

Keywords: Marital relationship, Adjustment, Cognition, Flexibility, Family practice

Received/Geliş: 01.09.2023

Accepted/Kabul: 20.11.2023

Publication date: 30.12.2023

Corresponding Author:

O. Öztürk

ORCID: 0000-0002-3371-6051

Samsun Üniversitesi, Tıp Fakültesi,

Aile Hekimliği Anabilim Dalı,

Samsun, Türkiye

✉ dr.onurozturk@yahoo.com

G. İmamoğlu

ORCID: 0000-0003-2375-8079

19 Mayıs İlçe Devlet Hastanesi, Aile

Hekimliği Kliniği, Samsun, Türkiye

A. P. Balakbabalar

ORCID: 0000-0002-9305-5013

Samsun Eğitim ve Araştırma

Hastanesi, Psikiyatri Kliniği, Samsun,

Türkiye

GİRİŞ

Evlilik, gelecek nesillere katkı sağlayan temel bir aile ilişkisi olduğu için en önemli ve birincil insan ilişkisi olarak kabul edilmiştir.^[1] Toplumun istikrarını ve devamlılığını korumak için evlilik ilişkisinin istikrarını sağlamak önem kazanmaktadır.

Evlilik uyumu; bir evlilikteki çatışmaların çözülebilmesi, partnerler arasındaki doyumun hissedilebilmesi, ortak etkinliklerin beraber yapılabilmesi ve karşılıklı taleplerin giderilebilmesidir.^[2] İnsanlar sahip oldukları bilişsel becerileri ile evliliklerini uyumlu ya da uyumsuz boyuta taşıyabilmektedir. Bu da evliliklerindeki tatminin ve mutluluğun düzeyini etkilemektedir.^[3] Sağlığın tanımı ile evlilik uyumu ilişkili kavramlardır. Bilişsel esneklik ise çevredeki yeni ve beklenmedik koşullarla karşılaşıldığında zihnin bilişsel olarak yeni başa çıkma mekanizmaları geliştirebilme becerisidir.^[4]

Aile hekimlerinin hastalıklar konusunda olduğu gibi, aile sağlığını etkileyen sosyal ilişkiler ve evlilik uyumu konularında da bilgi sahibi olmaları, disiplinimizin çekirdek yeterliliklerinden “toplum yönelimli olma” maddesinin gereğini yerine getirecek hamlelerden biri olacaktır. Çalışmamızda, aile sağlığını direkt olarak ilgilendiren evlilik uyumuna etki edebilecek başta bilişsel esneklik olmak üzere farklı faktörlerin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

GEREÇ ve YÖNTEM

Bu çalışma, kesitsel türde dizayn edilmiştir ve 1 Nisan 2022-30 Mayıs 2022 tarihlerinde Samsun Eğitim ve Araştırma Hastanesi’nde yapılmıştır. Çalışmanın evrenini ilgili hastanede çalışmakta olan evli personel (n=1911) oluşturmuştur. Yapılan örneklem hesaplamasına göre %5 kabul edilebilir hata ve %95 güven seviyesi ile çalışmada minimum 320 kişiye ulaşılması gerekmiştir. Yıllık izin, sağlık raporu, görevlendirme gibi mazeretlerden dolayı iletişim kurulamayan 279 kişi dışındaki tüm personele ulaşılmış olup, gönüllü olanlar ile görüşülmüştür. Çalışmaya dâhil edilme kriterleri; evli olmak, ≥18 yaş olmak ve iletişime engel fiziksel ve zihinsel ciddi bir sorunu bulunmamaktır.

Veri toplama aracı

Veriler, “Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği”, “Bilişsel Esneklik Envanteri” ve yazarlar tarafından oluşturulan bir demografik veri toplama formu kullanılarak, çalışmaya katılma konusunda bilgilendirilmiş onamları alınan katılımcılarla yüz yüze görüşme yöntemi ile

elde edilmiştir. Formların doldurulması yaklaşık 20 dakika sürmektedir. Demografik veri toplama formu katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, meslek, çocuk sayısı, evlilik yılı, evlilik sayısını sorgulayan 7 sorudan oluşmaktadır. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeği; evlilik ya da benzer ikili ilişkilerde, evli ya da birlikte yaşayan çiftlerin ilişki kalitesini analiz etmek amacıyla Spanier tarafından geliştirilmiş 32 maddeden oluşan Çift Uyum Ölçeğinin Busby ve ark. tarafından yeniden düzenlenerek 14 maddeye indirgenmiş son halidir. Yenilenmiş Çift Uyum Ölçeğindeki ilk 6 madde, “Hiçbir zaman anlaşılamayız, nadiren anlarız, bazen anlarız, oldukça sık anlarız, çoğu zaman anlarız.” sonraki 8 madde, “Hiçbir zaman, nadiren, bazen, oldukça sık, çoğu zaman” şeklinde 5’li Likert tipteki önermelerden oluşmaktadır. Bayraktaroğlu ve Çakıcı yaptıkları çalışma ile ölçeğin psikometrik değerlerini hesaplayarak Türkçe geçerlik güvenirlik çalışmasını yapmıştır. Ölçeğin 7, 8, 9 ve 10. maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 70’tir ve alınan puan ilişkinin kalitesini göstermektedir. Ölçeğin ölçüt-bağımlı geçerliliği için kullanılan Evlilikte Uyum Ölçeği ile korelasyonu pozitif yönde 0,68 (p<0,01) olarak hesaplanmıştır. Cronbach alfa katsayısı 0,88 olarak hesaplanmıştır.^[5] Bilişsel Esneklik Envanteri: Dennis ve Walder Wal tarafından kişilerin zor durumlar karşısında alternatif, uygun ve uyumlu düşünceler üretebilme becerilerini belirlemek için geliştirilmiştir. “Hiç uygun değil, pek uygun değil, kararsızım, uygun, tamamen uygun.” şeklinde 5’li Likert tipte olan 20 önermeden oluşmaktadır. Ölçeğin 2, 4, 7, 9, 11 ve 17. maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 20’dir. Cronbach alfa katsayısı 0,90 olarak hesaplanmıştır.^[6]

İstatistiksel analiz

İstatistiksel analizlerde SPSS 19.0 paket programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler; ortalama, standart sapma ve yüzde dağılımı ile gösterilmiştir. Verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiştir. Dağılımlarının karşılaştırılması için ki-kare analizi, iki grup arasında ortalamaların karşılaştırılması için parametrik şartlar sağlandığında Student T testi, sağlanmadığında Mann Whitney U testi, ikiden fazla grupta ortalamaların karşılaştırılması için parametrik şartlar sağlandığında ANOVA, sağlanmadığında Kruskal Wallis analizi, sürekli değişkenler arasındaki korelasyonun incelenmesi amacıyla Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. P değerinin 0,05’in altında olduğu analizler anlamlı kabul edilmiştir.

Etik beyanı

Bu çalışma için lokal etik kuruldan 10.03.2022 tarihli EHK-55 numaralı etik onay alınmıştır.

BULGULAR

Araştırmamızda 332 kişi değerlendirilmiştir, sosyodemografik özellikleri ve ölçek skorları Tablo 1’de gösterilmiştir.

Evlilik sayısı ve BEE puanı arasında negatif yönde düşük düzeyde bir korelasyon saptanmıştır ve evlilik sayısı arttıkça BEE’den alınan puan düşmektedir ($p=0,005$). Diğer değişkenler ile ölçek skorları arasında ilişki saptanmamıştır (Tablo 2).

YÇUÖ ve BEE puanı arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir korelasyon saptanmıştır. YÇUÖ’den alınan puan arttıkça BEE’den alınan puan da artmaktadır ($p<0,001$, $r=0,236$) (Şekil 1).

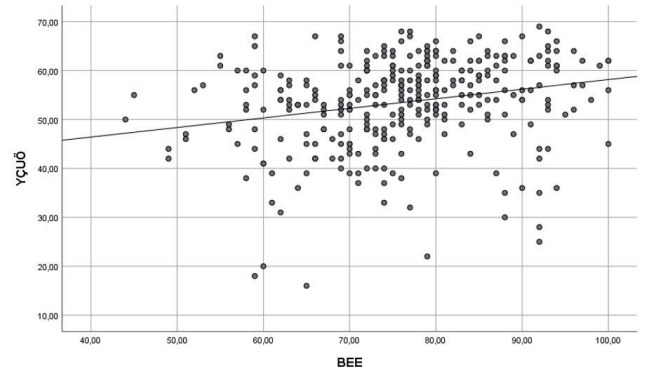
Kadın ve erkek cinsiyetleri arasında YÇUÖ ($p=0,144$) ve BEE ($p=0,067$) puanları ortalamaları açısından farklılık saptanmamıştır. Alternatif üretme becerisi ($p=0,114$) ve kendini kontrol etme ($p=0,124$) alt ölçek puanları ortalamaları açısından da fark belirlenmemiştir (Tablo 3).

Eğitim durumuna göre YÇUÖ puan ortalamaları açısından gruplar arasında farklılık saptanmamıştır ($p=0,621$). BEE puanı için yapılan analizde ilkök ve daha alt seviyede eğitime sahip kişilerin diğer eğitim düzeylerindeki kişilere göre daha düşük puan aldıkları saptanmıştır ($p<0,001$, $r=0,116$). Meslek gruplarına göre YÇUÖ puan ortalamaları açısından gruplar arasında fark saptanmamıştır ($p=0,413$). BEE puanı için yapılan analizde işçi, şoför ve güvenlik görevlileri meslek grubunda yer alan kişilerin diğer meslek grubundaki kişilere göre daha düşük puan aldıkları saptanmıştır ($p=0,032$). Yaş gruplarına göre YÇUÖ ($p=0,066$) ve BEE ($p=0,306$) puan ortalamaları açısından gruplar arasında, kadınlarda yaş gruplarına göre YÇUÖ ($p=0,313$) ve BEE ($p=0,093$) puan ortalamaları açısından gruplar arasında, erkeklerde yaş grupları ile BEE ($p=0,989$)

Tablo 1. Araştırmaya dahil edilenlerin sosyodemografik özellikleri ve ölçek skorları

	Sayı, Ortalama (min- maks)	Yüzde, Std. Sapma
Yaş (yıl)	40,9 (22-63)	8,2
Cinsiyet		
Kadın	194	58,4
Erkek	138	41,6
Eğitim Düzeyi		
Yüksek öğretim	269	81,0
Lise	41	12,3
Ortaokul	7	2,1
İlkokul	15	4,5
Çocuk Sayısı Ortalaması	1,6 (0-4)	0,9
Evlilik Yılı Ortalaması	14,9 (1-41)	9,0
Evlilik Sayısı		
1	322	97,0
2	10	3,0
Meslekler		
Tekniker	18	5,4
Veri Hazırlama Personelleri	48	14,5
Doktor	57	17,2
Ebe-Hemşire-Sağlık Memuru	156	47,0
Eczacı-Fizyoterapist-Psikolog-Biyolog-Sosyolog-Kimyager-Dil Konuşma Terapisti- Mühendis	18	5,4
İşçi-Şoför-Güvenlik	35	10,5
YÇUÖ Puan Ortalaması	53,5 (16,0 – 69,0)	9,1
BEE Puan Ortalaması	76,1 (44,0 – 100,0)	10,9
Alternatif Üretme Becerisi Puan Ortalaması	50,7 (17,0 – 65,0)	7,5
Kendini Kontrol Etme Puan Ortalaması	24,5 (11,0 - 35,0)	5,6

*Sayı, ortalama, minimum (min) –maksimum (maks), yüzde ve standart sapma kullanılmıştır.



Şekil 1. YÇUÖ ve BEE puanları arasındaki korelasyonun incelenmesi

Tablo 2. Bazı demografik değişkenler ile ölçek puanları arasındaki ilişki

	Yenilenmiş çift uyum ölçeği puanı		Bilişsel esneklik envanteri puanı	
	r değeri	p değeri	r değeri	p değeri
Yaş*	-0,052	0,346	0,074	0,179
Çocuk Sayısı*	-0,011	0,847	0,029	0,603
Evlilik Yılı*	-0,016	0,766	-0,016	0,766
Evlilik Sayısı**	-0,097	0,077	-0,128	0,005

*Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

**Spearman korelasyon analizi kullanılmıştır.

Tablo 3. Kadın ve erkek cinsiyet arasında YÇUÖ ile BEE ve alt ölçeklerinin puan ortalamalarının karşılaştırılması

		Ortalama	Std. Sapma	p değeri
YÇUÖ	Kadın	52,87	9,51	0,144
	Erkek	54,36	8,50	
BEE	Kadın	75,22	11,13	0,067
	Erkek	77,46	10,71	
Alternatif üretme becerisi	Kadın	50,15	7,73	0,114
	Erkek	51,48	7,21	
Kendini kontrol etme	Kadın	24,11	5,59	0,124
	Erkek	25,07	5,56	

*Student T testi kullanılmıştır.

puanı ortalamaları arasında ilişki saptanmamıştır ancak YÇUÖ puanı ortalamaları karşılaştırıldığında farklılık saptanmıştır ($p=0,008$), yapılan post-hoc analiz sonucunda bu farkın 18-30 ve 51 ve üstü yaş gruplarının ayrı ayrı 31-40 ve 41-50 yaş gruplarına göre daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Evlilik süresi gruplarına göre YÇUÖ ($p=0,536$) ve BEE ($p=0,260$) puan ortalamaları açısından gruplar arasında, kadınlarda evlilik süresi gruplarına göre YÇUÖ ($p=0,597$) ve BEE ($p=0,120$) puan ortalamaları açısından gruplar arasında, erkeklerde evlilik süresi gruplarına BEE ($p=0,164$) puan ortalamaları açısından gruplar arasında ilişki saptanmamıştır. Erkeklerde evlilik süresi gruplarına göre YÇUÖ puanı ortalamaları karşılaştırıldığında yaş grupları arasında farklılık saptanmıştır. Yapılan post-hoc analiz sonucuna göre 1-5 ve 20 ve üzeri yıl evlilik süresine sahip erkeklerin diğer sürelerdeki evlilik yıllarına sahip gruplara göre YÇUÖ puanı ortalamaları daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p=0,017$). Çocuk sayısı gruplarına göre YÇUÖ ($p=0,109$) ve BEE ($p=0,450$) puan ortalamaları açısından gruplar arasında, kadınlarda çocuk sayısı gruplarına göre YÇUÖ ($p=0,147$) ve BEE ($p=0,703$) puan ortalamaları açısından gruplar arasında, erkeklerde çocuk sayısı gruplarına göre YÇUÖ ($p=0,337$) ve BEE ($p=0,499$) puan ortalamaları açısından gruplar arasında ilişki saptanmamıştır.

Tüm kişilerde alternatif üretme becerisi ($p<0,001$, $r=0,180$) ve kendini kontrol etme ($p<0,001$, $r=0,206$) alt ölçeği puanı ile YÇUÖ puanı arasında düşük düzeyde pozitif yönde korelasyon saptanmıştır. Kadınlarda alternatif üretme becerisi ($p=0,006$, $r=0,196$) ve kendini kontrol etme ($p<0,001$, $r=0,239$) alt ölçeği puanı ile YÇUÖ puanı arasında düşük düzeyde pozitif yönde korelasyon saptanmıştır. Erkeklerde alternatif üretme becerisi ($p=0,138$, $r=0,138$) ve kendini kontrol etme ($p=0,100$, $r=0,141$) alt ölçeği puanı ile YÇUÖ puanı arasında anlamlı bir korelasyon saptanmamıştır.

Kendini kontrol etme ile eğitim durumu arasında bir ilişki bulunmamıştır ($p=0,051$). Alternatif üretme becerisi puanı ile eğitim durumu grupları arasında ilişki saptanmıştır. Post hoc analiz sonucunda bu farkın ilkökul eğitim durumunda olanlar ile diğer gruplar arasında yer alan farktan kaynaklandığı, buna göre ilkökul eğitim grubunda yer alanların alternatif üretme becerisi ölçek puanları diğer eğitim gruplarında yer alanlara göre daha düşük bulunmuştur ($p<0,001$). Alternatif üretme becerisi ($p=0,229$) ve kendini kontrol etme ($p=0,799$) alt ölçekleri ile yaş arasında ilişki tespit edilmemiştir.

TARTIŞMA

Türkiye’de boşanma oranlarında artışla beraber evlenme oranlarında düşüş söz konusudur.^[7] Boşanma oranlarının yüksek olması evlilik uyumunu arttıracak ve evlilikte sürekliliği sağlayacak etkenlerin yeterli düzeyde bilinmediğini göstermektedir. Literatürde iletişim becerileri, sorun çözme, affetme, boşanma sürecini etkileyen faktörler gibi evliliği etkileyen etmenlere karşı bilişsel esnekliğin etkisi sıkça karşılaştırılmış olsa da bilişsel esneklikle evlilik uyumunun ilişkisini araştıran sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Aile sağlığı merkezi evli bireylerin uyumunun takibinde ve koruyucu önlemler alınmasında ilk basamak olursa tam iyilik halinin sağlanmasına katkıda bulunulabilir, çalışmamız bu nedenden ötürü önem taşımaktadır.

Çalışmamızda, evlilik uyumunun cinsiyetler arasında farklılık göstermediği saptanmıştır. Ülkemizde bu bulgu ile örtüşen başka çalışmalara da ulaşılmıştır, ancak erkeklerin daha uyumlu olduğu gösteren veriler de bulunmaktadır, Doğu Avrupa’da yapılan bir çalışmada ise kadınların daha uyumlu olduğu gözlenmiştir.^[8-12] Bu konuda literatürde konsensüs olmadığı görülmektedir. Katılımcılarımızın benzer sosyokültürel özellikleri, ekonomik çehreleri ve yüksek eğitim düzeyleri cinsiyetler arası farklılık olmamasının nedeni olabilir. Bilgiç ve Bilgin’in çalışmasında cinsiyetin bilişsel esneklik üzerinde etkisi gözlenmemiştir.^[13] Hanife’nin çalışmasında, kadınların, Sapmaz ve Doğan’ın çalışmasında ise erkeklerin bilişsel olarak daha esnek olduğu görülmüştür.^[6,14] Çalışmamızda, cinsiyetin bilişsel esneklik üzerinde etkisi gözlenmemiştir. Bu durum günümüzde kadına ve erkeğe atfedilen rollerin değişmeye ve birbirine benzemeye başlamasıyla açıklanabilir.

Literatürde evlilik uyumunun yaş arttıkça azaldığını, değişmediğini ve arttığını gösteren çalışmalara ulaşmak mümkündür.^[15-18] Yaş değişkeniyle uyum gösterecek şekilde, evlilik süresinin evlilik uyumuna etkisi ile ilgili de farklı saptamalar elde edilmiştir.^[19,20] Kadınların yaş ilerledikçe evlilik uyumunun düştüğü, erkeklerin uyumunun ise arttığı ile ilgili çalışmalara ulaşmak mümkündür.^[21,22] Çalışmamızda, en gençlerin ve en yaşlıların en yüksek evlilik uyumuna sahip oldukları görülmüştür ve kadınlarda yaş arttıkça evlilik uyum puanının düştüğü belirlenmiştir. Evlilik süresi de evlilik uyumu açısından yaşla eş güdümlü bulgular vermiştir. Yaş ilerledikçe ve evlilik süresi arttıkça çocuk büyüme sorumluluğunun gelişmesi, çiftlerin birbirine kullandıkları duygusal söylemlerin ve evliliğin ilk yıllarındaki heyecanın azalması bunun nedeni olabilir. Ayrıca, çocukların büyüüp evden ayrılmasıyla babanın ekonomik sorumluluklarının azalması, emeklilikle beraber iş stresinin kaybolması, kadınlarda ise menopozal dönemle birlikte hormonal değişimin etkisi bunu açıklayabilir. Sücüllü'nün araştırma bulguları incelendiğinde, bilişsel esneklik düzeyinin yaş ile ilgili olmadığı görülmüştür.^[23] Oral'ın çalışmasında ise 26-35 yaş arası kişilerin diğer yaş grubundaki kişilere göre bilişsel esnekliğinin anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.^[24] Çalışmamızda, bilişsel esnekliğin yaş değişkeniyle arasında bir ilişki saptanmamıştır, katılımcıların yaş dağılımının 30-50 yaş arasında toplanmış olması bu farklılığın oluşmamasına neden olmuş olabilir.

Tutarel-Kışlak ve Göztepe eğitim değişkeni ile evlilik uyumu arasında bir ilişki saptanmamıştır, ancak eğitim düzeyi arttıkça ve azaldıkça uyumun arttığını gösteren çalışmalar da mevcuttur.^[25-27] Çalışmamızda, gruplar arasında bir fark görülmemiştir, katılımcıların büyük çoğunluğunun denk eğitim düzeyinde olması ve diğer grupların sayılarının azlığı bunda etkili olmuş olabilir. Çalışmamızda, eğitim seviyesi düştükçe bilişsel esneklik becerisinin azaldığı gösterilmiştir. Toksöz ve Kolburan'ın çalışmasında, eğitim düzeyi arttıkça bilişsel esnekliğin arttığı bulunmuş olup, çalışmamızı desteklemektedir.^[28] Literatürde mesleklerle bilişsel esnekliğin karşılaştırıldığı tek bir çalışma bulunmuştur. Balta'nın çalışmasında, en yüksek puanı öğrenciler alırken en düşük bilişsel esneklik ortalama puanını memurlar almıştır.^[29] Çalışmamızda, işçi-şoför-güvenlik görevlisi meslek grubunda BEE puanları daha düşük çıkmıştır. Eğitim düzeyiyle bilişsel esneklik becerisinin pozitif yönlü korele olması nedeniyle bu sonucun eğitim düzeyiyle ilişkili olduğu düşünülebilir. Üniversite

yaşantısının kişiye farklı bakış açıları kazandırdığı, sosyal çevresini genişletme olanağı tanıdığı, aileden uzaklaşıp sorumluluk alındığı bir dönem olduğu düşünüldüğünde, sorunlara karşı değişik çözüm yolları üretebilme becerilerini daha etkin kullanabildikleri söylenebilir.

Kodan'ın çalışmasında, daha fazla çocuk sahibi olmanın evlilik uyumunu azalttığı gösterilmiştir.^[30] Bal ve Çelebi ise çocuk sayısı ile evlilik uyumu arasında ilişki bulmamıştır.^[15] Başka bir çalışmaya göre ise evlilik uyumu arttıkça çocuk sayısı da artmaktadır.^[31] Verilerimize göre bu iki değişken arasında bir ilişki bulunmamaktadır. Literatürde çocuk sahibi olmanın bilişsel esnekliğe olumsuz yansıtılabileceğini gösteren bir çalışma mevcuttur.^[24] Çocuk sayısının artmasıyla ebeveynlerin daha fazla sorunla başa çıkmak zorunda kaldığı, bu nedenle kendini kontrol etme ve alternatif çözümler üretme açısından gün geçtikçe tecrübe kazandığı düşünüldüğünde bilişsel esneklik düzeylerinin artması gerektiği düşünülebilir, ancak ilginçtir ki kendi verilerimiz de bu iki kavram arasında bir ilişki saptanmamıştır.

Şimşek'in çalışmasında, evlilik sayısının evlilik uyumunu etkilemediği, Dursunoğlu'nun çalışmasında ise ikinci evliliğini yapanların birinci evliliği olanlara göre evlilik uyumunun daha düşük saptanmıştır.^[32,33] Çalışmamızda, evlilik sayısı ile YÇUÖ puanları arasında bir ilişki bulunmamıştır, ancak ilk evliliği olanlar ve olmayanlar arasında sayıca büyük farklılık olması bu konuda sağlıklı bir yorumda bulunulmasının önünde engeldir. Verilerimize göre bireylerin gerçekleştirdiği evlilik sayısı arttıkça bilişsel esneklik düzeyleri düşmektedir. Literatür incelemesinde bu değerlendirmeye örnek olabilecek bir çalışma bulunmamıştır. İkinci evliliğini yapmış bireylerin bilişsel esneklik düzeyleri düşük olduğundan ilk evliliklerinin bitmiş olabileceği olasılık dâhilindedir. Bireylerin evliliklerinin süresi ile bilişsel esneklik düzeyleri arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır. Seda ve Kolburan'ın çalışması bu verimizi desteklemektedir.^[24]

Bu çalışmaya katılan kişilerin alternatif üretme ve kendini kontrol etme alt boyutlarının evlilik uyumu ile pozitif yönde ilişkisi olduğu saptanmıştır. Şimşek'in yaptığı çalışmada, çalışmamıza benzer şekilde evlilik uyumu arttıkça bilişsel esnekliğin arttığı bulunmuş, ancak bilişsel esnekliğin kendini kontrol etme alt boyutuyla evlilik uyumu arasında ilişki saptanmamıştır.^[32] Bilişsel esnekliğin uyum geliştirmeyi artırdığı belirtilen başka çalışmalara ulaşmak da olasıdır.^[28,34]

Balta'nın çalışmasında, boşanmış çiftlerin bilişsel esneklik düzeyi hâlen evli olanlardan düşük bulunmuş, bu da bilişsel esneklik kapasitesi düşük olanların evliliği sağlıklı şekilde yürütemediği şeklinde yorumlanmıştır.

[29] Birer biliş becerisi olarak sorun çözmenin ve adapte olmanın çiftlerin uyumunu arttırdığı bilinmektedir.[35]

Bu araştırmanın bazı kısıtlılıkları mevcuttur. Tek merkezli ve ülke ortalamasına nazaran entelektüel kapasitenin daha yüksek olduğu kişilerle gerçekleştirilmiş olması sonuçların genellenmesinin önüne geçmektedir. Çalışmada kullanılan ölçekler, çalışmaya dâhil edilen kişilerin eşlerine yapılmamıştır. Ayrıca ilk evlilik yaşının sorgulanmamış olması da bazı analizlerin yapılmasını engellemiştir.

SONUÇ

Kişilerin bilişsel esneklik düzeyleri arttıkça evlilik uyumlarının da arttığı görülmüştür. Bilişsel esnekliğin alt ölçekleri olan alternatif üretme ve kendini kontrol etme becerileri ile evlilik uyumunun ayrı ayrı karşılaştırılmasında her iki alt ölçeğin de evlilik uyumunu etkilediği saptanmıştır. Evliliği devam eden kişilerin evlilik uyumlarını arttırmak amacıyla bilişsel esneklik üzerine sosyal politikalar düzenlenebilir, böylece bireylerin birbirlerinin hislerini ve düşüncelerini algılayabilmelerine ve sağlıklı iletişim kurabilmelerine katkıda bulunulabilir. Bu çalışma aile hekimlerine, evlilik uyumuna etki eden faktörleri bulma ve bunlardan olumsuz olanları azaltma, olumlu olanları koruma veya arttırma konusunda yardımcı olabilir.

Etik Kurul Onayı: Samsun Eğitim ve Araştırma Hastanesi Eğitim Hizmetleri Koordinatörlüğü Kurulu'ndan onay alındı (10.03.2022 - EHK-55).

Çıkar Çatışması: Yoktur.

Finansal Destek: Yoktur.

Ethics Committee Approval: The study was approved by the Samsun Training and Research Hospital Educational Services Coordination Board (10.03.2022 - EHK-55).

Conflict of Interest: None.

Funding: None.

KAYNAKÇA

1. Larson JH. Innovations in marriage education: introduction and challenges family relations. *Family Relations* 2004;53(5):421-4.
2. Demir Erbil D, Hazer O. Çalışan bireylerin evlilik uyumlarının incelenmesi. *IJOEEC* 2018;3(5): 99-116.

3. Akgün R. Evlilikte etkili iletişim ve problem çözme: bir toplum merkezindeki kadınlarla gerçekleştirilen grup çalışması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi* 2010;23(23):9-22.
4. Demirci OO, Güneri E. Bilişsel esnekliğin bilişsel duygu düzenleme üzerindeki etkisi. *UÜFEFSBD* 2020;21:651-84.
5. Bayraktaroglu HT, Cakici ET. Psychometric properties of revised form of the dyadic adjustment scale in a sample from North Cyprus. *IJES* 2017;19(2-3):113-9.
6. Sapmaz F, Doğan T. Assessment of cognitive flexibility: Reliability and validity studies of Turkish version of the Cognitive Flexibility Inventory. *AUJFES* 2013;46(1):143-62.
7. TÜİK. Evlenme ve Boşanma İstatistikleri 2021. Available from: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2021-45568>. (Son erişim 11.06.2022).
8. Nalbant H. Evlilik uyumunun yordayıcılarından ahlaki olgunluk ve değerler [Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Osman Paşa Üniversitesi, Tokat, 2017.
9. Yaman Akpınar T. Bağlanma stilleri ve affetme düzeyinin evlilik uyumuna etkisi [Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya, 2019.
10. Kırdök F. Boşanmış ve boşanmamış ebeveynlere sahip bireylerin depresyon, aleksitimi ve öfke düzeylerinin ilişkisi [Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2017.
11. Şener A, Terzioğlu G. Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi* 2008;13(13):7-20.
12. Babarskiene J, Tweed RG. Marital adjustment in post-Soviet Eastern Europe: A focus on Lithuania. *Personal Relationships* 2009;16(4):647-58.
13. Bilgiç R, Bilgin M. Ergenlerin cinsiyet ve öğrenim kademesi düzeylerine göre bilişsel esneklik düzeyleri ile karar stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *EARDE* 2016;2(2):39-55.
14. Hanife EA. The relationship between pre-service teachers' cognitive flexibility and interpersonal problem solving skills. *EJER* 2018;18(77):105-28.
15. Bal PN, Çelebi B. Evli bireylerin doğum sıralarının evlilik uyumu üzerindeki etkisi. *INES Journal* 2015;4:308-19.
16. Demir D. Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve kişilerarası problem çözme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2016.
17. Küçükçelik ZM. İlişkiye dair inançlar ve bilişsel çarpıtmaların evlilik uyumuna etkisi [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2015.
18. Heaton TB, Albrecht SL. Stable unhappy marriages. *JMF* 1991;747-58.
19. Spanier GB, Lewis RA, Cole CL. Marital adjustment over the family life cycle: The issue of curvilinearity. *JMF* 1975;263-75.
20. Lucas RE, Clark AE, Georgellis Y, Diener E. Reexamining adaptation and the set point model of happiness: reactions to changes in marital status. *Journal of personality and social psychology* 2003;84(3):527-39.
21. Yalçın H. Evlilik uyumu ile sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. *JRET* 2014;3(1):250-61.
22. Houseknecht SK, Macke AS. Combining marriage and career: The marital adjustment of professional women. *JMF* 1981:651-61.

23. Sücüllü İ. The relationship between undergraduates' cognitive flexibility, emotional self-efficacy and interpersonal problem-solving skills [Yüksek Lisans Tezi]. Yeditepe University, İstanbul, 2022.
24. Seda O, Kolburan ŞG. Çekişmeli boşanma sürecindeki bireylerin empatik eğilim düzeyleri ve bilişsel esneklik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi 2019;3(6):165-78.
25. Tutarel-Kışlak Ş, Göztepe I. Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 2012;3(2):27-46.
26. Özcan Ö. Evlilik uyumu ile tolerans düzeyi arasındaki ilişki. International Conference on Quality in Higher Education, 07 - 08 Aralık 2017.
27. Tüfekçi Hoşgör E. Evli çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2013.
28. Toksöz İ, Kolburan ŞG. Evli bireylerde bağlanma stiller ve bilişsel esnekliğin ilişki doyumuna etkisi. Aydın İnsan ve Toplum Dergisi 2018;4:17-34.
29. Balta ŞN. Genç yetişkin bireylerin bilişsel esneklik düzeylerinin, ölüm kaygısı düzeyleri ve mutluluk düzeylerine etkisinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2020.
30. Kodan Çetinkaya S. Evlilik uyumuna ilişkin model araştırması [Doktora Tezi]. Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, 2018.
31. Bayraktaroğlu H, Çakıcı E. Factors related with marital adjustment. EJER 2013;53:297-312.
32. Şimşek M. Evlilik uyumunun yordayıcıları olarak affedicilik ve bilişsel esnekliğin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. KTO Karatay Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Konya, 2021.
33. Dursunoğlu C. Evlilik uyumu ile empatik eğilim düzeyleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul, 2021.
34. Goel S, Narang DK. Gender differences in marital adjustment, mental health and frustration reactions during middle age. IOSR-JHSS 2012;1(3):42-9.
35. Köroğlu E. Psikoterapi yöntemleri: Kuramlar ve uygulama yönergeleri. Ankara: HYB Yayınları 2017:221-38.