T. C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ BİLİM DALI

EVLİ GENÇ YETİŞKİNLERDE AİLEDEN ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE EVLİLİKTE AFFEDİCİLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Habibe İlayda KURUÇAY

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman
DOÇ. DR. ÖZLEM ALTUNSU SÖNMEZ

Konya-2023

ÖNSÖZ

Uzun zaman emek vererek hazırladığım yüksek lisans tezimi tamamlamış olmanın gururu ve heyecanı ile bu çalışmayı sürdürürken potansiyelimi ortaya çıkarmama yardım eden, enerjisi ile bu süreci canlı kılan öğrencisi olmaktan çok mutlu olduğum tez danışmanım değerli hocam Sayın Doç. Dr. Özlem ALTUNSU SÖNMEZ'e, ders döneminden bu yana bilgisi ve desteği ile sürekli ulaşılabilir olan fikirlerine çok kıymet verdiğim kıymetli hocam Sayın Dr. Gökhan ARSLANTÜRK'e, tezimin ilk aşamalarında çalışmanın şekillenmesinde rehberliği ile birçok becerimin gelişmesini sağlayan, kendime dair farkındalığımı arttıran, yol gösteren ve tez jürimde yer alarak beni gururlandıran hocam Prof. Dr. Abdullah TOPÇUOĞLU'na teşekkürü ve minneti borç bilirim.

Her zaman bana benden daha çok inanan fikirlerine hep kıymet verdiğim daimi destekçim, en güzel yol arkadaşım Muhammed ÇANDUR'a kahrımı çeken düştüğümde kaldıran benim için adeta bir motivasyon kaynağı niteliğinde olan dostum Hatice YILDIZ'a, birlikte ilerlediğimiz süreçte hayattaki yardım alma ve verme dengesini bana öğrettiği için Hacer ÖZDEMİR'e ve veri toplamanın çok zor olduğu salgın döneminde tüm titizliği ile anket doldurarak bilime katkı sağlayan katılımcılara şükranlarımı sunmak isterim.

Bazen gücümün yettiğinden daha fazlasını sırtlanamam gereken tüm eğitim öğretim hayatım boyunca bana inanan, güvenen, beni yetiştiren attığım her adımda emekleri olduğu gibi tez konum olan aileden algılanan sosyal desteği bana yaşatarak öğreten, her daim desteklerini tüm kalbimle hissettiğim canım ailem özelinde hiçbir zaman haklarını ödeyemeyeceğin canım annem Hatice KURUÇAY ve biricik babam Ali KURUÇAY'a, varlıkları için kendimi hep çok şanslı hissettiğim, birlikte büyüdüğüm en güzel oyun arkadaşlarım olan kardeşlerim Furkan, Ebrar ve Türkan'a ve son olarak bu serüvende yanımda olan ismini zikretmediğim tüm yakınlarıma sonsuz teşekkür ederim.

‘Herkes bağışlamanın iyi bir fikir olduğunu düşünür;
ta ki bağışlayacak bir şeyleri olana dek…
Lewis.’
Ardında bağışlanacak şeyler bırakmayanlara.

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER 4
TABLOLAR 9
ÖZET 13
ABSTRACT 14
GİRİŞ 16
BÖLÜM I 20
1. Araştırmanın Genel Çerçevesi 20
1.1. Araştırmanın Amacı 20
1.2. Alt Amaçlar / Hipotezler 20
1.3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi 23
1.4. Sayıltılar 24
1.5. Sınırlılıklar 24
1.6. Tanımlar 24
BÖLÜM II 25
KURAMSAL ÇERÇEVE 25
2. AFFEDİCİLİK 25
2.1. Affediciliğin Tarihsel Gelişimi 25
2.2. Affediciliğin Tanımı ve Kavramsallaştırılması 30
2.3. Affedicilikle İlgili Modeller 35
2.3.1. Psikodinamik yaklaşım 36
2.3.2. Hargrave'in Affetme Modeli 37
2.3.3. Aile İçi İlişkilerde Alçakgönüllük, Empati ve Affetmenin İlişkilendirilmesi Modeli: 37
2.3.4. Süreç modeli 38
2.3.5. Affetmenin Sosyal Psikolojik Belirleyicileri Modeli 38
2.3.6. Piramit modeli 38
2.4. Affetmenin Gelişimi 39
2.5. Affetmenin Boyutları 41
2.5.1. Kendini Affetme Kavramı 41
2.5.2. Başkalarını Affetme Kavramı/ Kişilerarası Affetme 43
2.5.3. Durumu Affetme Kavramı 45
2.5.4. Affedildiğini Hissetme / Öznel Partner Affediciliği 45
2.6. Affetmede Kişilik Özellikleri 46
2.7. Affetmenin Faydaları 49

2.7.1. Fiziksel Sağlık Üzerine Etkileri ... 49
2.7.2. Ruhsal Sağlık Üzerine Etkileri ... 50
2.7.3. İlişkiler Üzerine Etkisi ... 51
2.8. Affetmenin Belirleyicileri ... 52
2.9. Affetmeyi Kolaylaştıran ve Zorlaştıran Etmenler ... 57
2.9.1. Özür ... 57
2.9.2. Empati ... 59
2.9.3. Bağlanma ... 59
2.9.4. Zararın şiddeti ... 61
2.9.5. Ruminasyon ... 62
2.10. Affetmenin Nedenleri ... 63
2.11. Evlilikte Affetme ... 64
2.12. Affetmeye Dönük Eleştiriler ve Psikopatoloji ... 69
2.13. Affedicilik İle İlgili Araştırmalar ... 71
2.13.1. Affedicilik İle İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar ... 71
2.13.2. Affedicilikle İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar ... 73
3. SOSYAL DESTEK ... 76
3.1. Sosyal Desteğin Kavramsallaştırılması ... 76
3.2. Sosyal Destek Türleri ... 79
3.3. Sosyal Destek Modelleri ... 82
3.3.1. Temel Etki Modeli ... 84
3.3.2. Tampon Etki Modeli ... 84
3.3. 3. Sosyal Destek ve Olumsuz Yaşantıların Birbirinden Bağımsızlığı Modeli ... 84
3.4. Sosyal Destek Kaynakları ... 85
3.5. Algılanan Sosyal Destek ... 85
3.6. Aileden Algılanan Sosyal Destek ... 87
3.7. Sosyal Destekle İle İlgili Yapılan Araştırmalar ... 89
3.7.1. Sosyal Destekle İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar ... 89
3.7.2. Sosyal Destek İle İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar ... 91
BÖLÜM III ... 94
4. METODOLOJİ ... 94
4.1. Araştırmanın Modeli, Evreni ve Örneklemi ... 94
4.2. Etik Kurul Onayı ... 94
4.3. Veri Toplama Araçları ... 94

4.3.1. Kişisel Bilgi Formu 94
4.3.2. Evlilikte Suçu Affetme Ölçeği 95
4.3.3. Öznel Eş / Partner Affediciliği Ölçeği 95
4.3.4. Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği 95
4.4. Verilerin Toplanması 96
4.5. Verilen Analizi 97
4.5.1. Normallik Varsayımı 97
4.5.2. Tutarlılık Analizleri 98
BÖLÜM IV 103
5. Bulgular ve Yorum 103
5.1. Katılımcıların Demografik Özelliklere İlişkin Bilgiler 103
5.2. Çapraz Tablolar 107
5.3. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular 120
5.3.1. Cinsiyete İlişkin Bulgular 121
5.3.2. Yetiştikleri Aile Ortamına İlişkin Bulgular 121
5.3.3. Evlenme Şekillerine İlişkin Bulgular 122
5.3.4. Yapılan Evlilik Sayısına İlişkin Bulgular 123
5.3.5. Aileden Destek Alıp Affedip Affetmediklerine İlişkin Bulgular 124
5.3.6. Ailenin Affetmeyi Engelleyip Engellemediğine İlişkin Bulgular 125
5.3.7. Yaşa İlişkin Bulgular 126
5.3.8. Sosyoekonomik Düzeye İlişkin Bulgular 128
5.3.9. Evlilik Süresine İlişkin Bulgular 130
5.3.10. Çocuk Sayısına İlişkin Bulgular 133
5.3.11. Eğitim Durumuna İlişkin Bulgular 135
5.3.12. Annenin Eğitim Durumuna İlişkin Bulgular 138
5.3.13. Babanın Eğitim Durumuna İlişkin Bulgular 140
5.3.14. Aileden Algılanan Sosyal Desteğe İlişkin Bulgular 142
5.3.15. Problemlerin Aile ile Paylaşım Sıklığına İlişkin Bulgular 144
5.3.16. Ailelerin Verdikleri Tepkilere İlişkin Bulgular 147
5.3.17. Problemlerin Kimlerle Paylaşıldığına İlişkin Bulgular 150
5.4. Evlilikte Affedicilik ve Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçek Toplam Puanları Arasındaki İlişkiler 153
BÖLÜM V 156
6. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER 156

6.1. Evli Genç Yetişkinlerin Cinsiyetlerine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 156

6.2. Evli Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Çocuk Sayısına Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 157

6.3. Evli Genç Yetişkinlerin Anne-Baba Eğitim Düzeyine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 159

6.4. Evli Genç Yetişkinlerin Çiftlerin Eğitim Düzeyine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 160

6.5. Evli Genç Yetişkinlerin Çiftlerin Evlilik Usulüne Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 161

6.6. Evli Genç Yetişkinlerin Çiftlerin Evlilik Sürelerine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 162

6.7. Evli Genç Yetişkinlerin Yaşlarına Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 164

6.8. Evli Genç Yetişkinlerin Yapılan Evlilik Sayısına Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 165

6.9. Evli Genç Yetişkinlerin Sosyoekonomik Düzeylerine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 167

6.10. Evli Genç Yetişkinlerin Yetiştikleri Aile Ortamına Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması 167

ÖNERİLER 171

KAYNAKÇA 174

EKLER 200

EK 1 - KİŞİSEL BİLGİ FORMU 200

Ek 2. Öznel Eş/Partner Affediciliği Ölçeği (ÖEPA)..... 202
EK.3. EVLİLİKTE SUÇU AFFETME ÖLÇEĞİ (ESAÖ)..... 206
EK 4. AİLEDEN ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ (AASD)..... 207

TABLOLAR

Tablo 1. Ölçeklerin Normallik Testi 98
Tablo 2. Ölçeklerin Güvenirlik Katsayıları 98
Tablo 3. Ölçeklerin KMO ve Barlett's Testleri 99
Tablo 4. ESAÖ Maddelerinin Açıkladığı Varyans 99
Tablo 5. AASD Ölçeği Maddelerinin Açıkladığı Varyans 100
Tablo 6. ÖEPA Maddelerinin Açıkladığı Varyans 101
Tablo 7. Örneklem Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları 103
Tablo 8. Örneklem Grubunun İfadelere Verdikleri Yanıtlara İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları 105
Tablo 9. Aileden algılanan sosyal destek düzeyi ve yaş değişkenine ait çapraz tablo 107
Tablo 10. Aileden algılanan sosyal destek düzeyi ve yapılan evlilik sayısı değişkenine ait çapraz tablo 109
Tablo 11. Evlilikteki problemlerin aile ile paylaşım düzeyi ve evlilik süresi değişkenine ait çapraz tablo 110
Tablo 12. Problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve yaş değişkenine ait çapraz tablo 111
Tablo 13. Problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve cinsiyet değişkenine ait çapraz tablo 112
Tablo 14. Problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve evlilik şekli değişkenine ait çapraz tablo 113
Tablo 15. Problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve çocuk sayısı değişkenine ait çapraz tablo 114
Tablo 16. Aile desteği alarak affedip/affetmeme ve yaş değişkenine ait çapraz tablo 115
Tablo 17. Aile desteği alarak affedip/affetmeme ve sosyoekonomik düzey değişkenine ait çapraz tablo 116
Tablo 18. Aile desteği alarak affedip/affetmeme ve evlilik sayısı değişkenine ait çapraz tablo 117
Tablo 19. Aile desteği alarak affedip/affetmeme ve evlilik usulü değişkenine ait çapraz tablo 118

Tablo 20. Ailenin affetmeye engel olup olmadığı ve yaş değişkenine ait çapraz tablo.....119
Tablo 21. Ailenin affetmeye engel olup olmadığı ve cinsiyet değişkenine ait çapraz tablo 119
Tablo 22. Ailenin affetmeye engel olup olmadığı ve evlilik sayısı değişkenine ait çapraz tablo 120
Tablo 23 . Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları 121
Tablo 24. Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Yetiştikleri Aile Ortamına Göre T-Testi Sonuçları.....121
Tablo 25. Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Evlenme Şekillerine Göre T-Testi Sonuçları 122
Tablo 26. Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Kaçıncı Evlilikleri Olduğuna Göre T-Testi Sonuçları 123
Tablo 27. Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Aileden Destek Alarak Affedip Affetmediklerine Göre T-Testi Sonuçları 124
Tablo 28. Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Ailenin Eşi Affetmeyi Engelleyip Engellemediğine Göre T-Testi Sonuçları 125
Tablo 29. ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları.....126
Tablo 30. ESAÖ Bağışlama puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları.....127
Tablo 31. Aileden Algılanan Sosyal Destek puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları.....127
Tablo 32. ÖEPA puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları 128
Tablo 33. ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının sosyoekonomik düzeye göre ANOVA sonuçları 128
Tablo 34. ESAÖ Bağışlama puanlarının sosyoekonomik düzeye göre ANOVA sonuçları.....129
Tablo 35. AASD puanlarının sosyoekonomik düzeye göre ANOVA sonuçları.....129
Tablo 36. ÖEPA puanlarının sosyoekonomik düzeye göre ANOVA sonuçları 129
Tablo 37. ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının evlilik süresine göre ANOVA sonuçları.....130
Tablo 38. ESAÖ Bağışlama puanlarının evlilik süresine göre ANOVA sonuçları 131

Tablo 39. Aileden algılanan sosyal desteğin evlilik süresine göre ANOVA sonuçları 131
Tablo 40. ÖEPA puanlarının evlilik süresine göre ANOVA sonuçları 132
Tablo 41.ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının çocuk sayısına göre ANOVA sonuçları.....133
Tablo 42. ESAÖ Bağışlama sosyal desteğin çocuk sayısına göre ANOVA sonuçları 133
Tablo 43. Aileden algılanan sosyal desteğin çocuk sayısına göre ANOVA sonuçları 134
Tablo 44. ÖEPA puanlarının çocuk sayısına göre ANOVA sonuçları 135
Tablo 45. ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları.....135
Tablo 46. ESAÖ Bağışlama puanlarının eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları 136
Tablo 47. Aileden algılanan sosyal desteğin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları.....137
Tablo 48. ÖEPA puanlarının eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları 137
Tablo 49. ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının annenin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları 138
Tablo 50. ESAÖ Bağışlama puanlarının annenin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları.....138
Tablo 51. Aileden algılanan sosyal desteğin annenin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları.....139
Tablo 52. ÖEPA puanlarının annenin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları 140
Tablo 53. ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının babanın eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları 140
Tablo 54. ESAÖ Bağışlama puanlarının babanın eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları.....141
Tablo 55. Aileden algılanan sosyal desteğin babanın eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları.....141
Tablo 56. ÖEPA puanlarının babanın eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları 142
Tablo 57. ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının aileden alınan desteğe göre ANOVA sonuçları 142
Tablo 58. ESAÖ Bağışlama puanlarının aileden alınan desteğe göre ANOVA sonuçları.....143

Tablo 59. Aileden algılanan sosyal desteğin alınan sosyal desteğe göre ANOVA sonuçları 143
Tablo 60. ÖEPA puanlarının aileden alınan desteğe göre ANOVA sonuçları 144
Tablo 61. ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarının aile ile paylaşıma göre ANOVA sonuçları 144
Tablo 62. ESAÖ Bağışlama puanlarının aileyle yapılan paylaşıma göre ANOVA sonuçları 145
Tablo 63. Aileden algılanan sosyal desteğin aile ile paylaşıma göre ANOVA sonuçları 146
Tablo 64. ÖEPA puanlarının aileyle yapılan paylaşıma göre ANOVA sonuçları 146
Tablo 65. ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarının aile tepkilerine göre ANOVA sonuçları 147
Tablo 66. ESAÖ Bağışlama puanlarının aile tepkilerine göre ANOVA sonuçları 147
Tablo 67. Aileden alınan sosyal desteğin aile tepkilerine göre ANOVA sonuçları 148
Tablo 68. ÖEPA puanlarının aile tepkilerine göre ANOVA sonuçları 149
Tablo 69. ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarının problemleri kimlerle paylaştığına göre göre ANOVA sonuçları 150
Tablo 70. ESAÖ Bağışlama puanlarının problemleri kimlerle paylaştığına göre göre ANOVA sonuçları 151
Tablo 71. Aileden algılanan sosyal desteğin problemleri kimlerle paylaştığına göre göre ANOVA sonuçları 152
Tablo 72. ÖEPA puanlarının problemleri kimlerle paylaştığına göre göre ANOVA sonuçları 152
Tablo 73. Genç yetişkinlerin öznel/eş partner affedicilikleri ve evlilikte suçu affetmenin alt boyutları arasındaki korelasyon tablosu 154
Tablo 74. Aileden algılanan sosyal destek ve öznel/eş partner affediciliği arasındaki korelasyon tablosu 155

T. C.

SELÇUK ÜNİVERSİTESİ

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Öğrencinin	Adı Soyadı	Habibe İlayda KURUÇAY
	Numarası	204211001001
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Ana Bilim Dalı
	Programı	Tezli Yüksek Lisans ■ Doktora □
	Tez Danışmanı	Doç. Dr. Özlem ALTUNSU SÖNMEZ
	Tezin Adı	Evli Genç Yetişkinlerde Aileden Algilanan Sosyal Destek Ve Evlilikte Affedicilik Arasindaki İlişkinin İncelenmesi

ÖZET

Bu araştırmada evli genç yetişkinlerin ailelerin algıladıkları sosyal destek ile evlilikte affedicilikleri arasındaki ilişki incelenmektedir. Araştırma 18-40 yaş arası 637 evli genç yetişkinden oluşmaktadır. Araştırmada katılımcılara Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, 'Evlilikte Suçu Affetme Ölçeği' ve 'Öznel Eş Partner Affediciliği Ölçeği' ve 'Kişisel Bilgi Formu' uygulanmıştır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar; gençlerin ileri yaşlılara göre, ikinci evliliğini yapanların ilk evliliğini sürdürenlere göre, sosyoekenomik düzeyi düşük olanların yüksek olanlara göre, daha fazla çocuk sahibi olanların daha az çocuk sahibi olanlara göre ailelerinden daha fazla destek algıladıkları bulunmuştur. Affedicilik açısından bakıldığında çeşitli faktörlere (çocuk sayısı, evlilik sayısı, yaş) göre çiftlerin dargınlık seviyesi değişse de bağışlama puanlarının değişmediği görülmüştür. Ailelerin genellikle eşleri affedici olma yönünde yönlendirdikleri ama bunun her zaman sosyal destek olarak algılanmadığı ve kadınların affedici davranma konusunda erkeklere göre daha fazla desteklendiği görülmüştür. Evliliklerle ilgili problemlerin baba ile neredeyse hiç paylaşılmadığı ve eş dışında yapılan paylaşımların eşe olan dargınlığı arttırdığı bulunmuştur. Aileden algılana sosyal desteğin hem dargınlığı hem de bağışlamayı arttırdığı, affedildiğini hissetmenin dargınlık, bağışlama ve aileden algılanan sosyal desteğin azalttığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: *Evlilik, Evlilikte Affedicilik, Affedildiğini Hissetme, Aileden Algılanan Sosyal Destek.*

T. C.

SELÇUK ÜNİVERSİTESİ

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Öğrencinin	Adı Soyadı	Habibe İlayda KURUÇAY
	Numarası	204211001001
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Ana Bilim Dalı
	Programı	Tezli Yüksek Lisans ■ Doktora □
	Tez Danışmanı	Doç. Dr. Özlem ALTUNSU SÖNMEZ
	Tezin İngilizce Adı	Investigation of the Relationship Between Perceived Family Social Support and Marriage Forgiveness in Married Young Adults

ABSTRACT

In this study, the relationship between the families' perceived social support of married young adults and their forgiveness in marriage is examined. The study consisted of 637 married young adults aged 18-40 years. In the study, the Perceived Social Support Scale from the Family, the 'Forgiveness in Marriage Scale', the 'Subjective Spouse Forgiveness Scale' and the 'Personal Information Form' were applied to the participants.

The results obtained from the research; It has been found that young people perceive more support from their families compared to older people, those with a second marriage than those with a first marriage, those with a low socioeconomic level than those with a high socioeconomic level, and those with more children than those with fewer children. In terms of forgiveness, although the resentment level of the couples changed according to various factors (number of children, number of marriages, age), it was seen that the forgiveness scores did not change. It has been observed that families generally direct their spouses to be forgiving, but this is not always perceived as social support and women are more supported than men in behaving forgiving. It has been found that the problems related to marriage are almost never shared with the father, and sharing outside the spouse increases the resentment towards the spouse. It has been observed that perceived social support from family increases both resentment and forgiveness, and feeling forgiven decreases resentment, forgiveness and perceived social support from family.

Keywords: *Marriage, Forgiveness in Marriage, Feeling Forgiveness, Perceived Social Support from Family.*

"Bağışlama, bir menekşenin, kendisini ezen topuğa, anında bulaşan güzel kokusudur!"

Mark Twain

Affetmek acı üzerinde, genellikle de şiddetli acılar üzerinde, bir köprü inşa etmek zorundadır.

Hallowell, 2005

GİRİŞ

Sosyal varlık olarak dünyaya gelen insan, bağlılık ve ait olma gibi ihtiyaçlarını kurdukları ilişkilerden karşılar. Hayatımızda önemli yer tutan ilişkilerimiz sosyal psikolojinin de konusu olmuş, birçok farklı kuram ve araştırmada yerini almıştır. Bu ilişkiler kimi zaman bizler için bir destek mekanizması işlevi görürken kimi zaman da zorlayıcı süreçlerin oluşmasına sebep olabilir. Etkileşimlerimizin kayda değer bir kısmı olan yakın ilişkiler; bizler için mutluluk, doyum gibi getirilere sahipken aynı zamanda kırılma ve incinmeleri de içerir. Yaşanan bu olumsuz deneyimlere rağmen bireyler diğerleri ile yakın ilişkide olmaktan vazgeçmezler. Yaşam döngüsü içinde kurduğumuz yakın ilişkilerden belki de en önemlisi evliliklerdir.

Evlilik, aile kurma amacıyla atılan adım olarak bireyler için önemli bir dönüm noktasıdır. İki kişinin geriye kalan hayatını birlikte geçirmesi sancılı bir süreç olabilse de bireylerin en yakın ilişkileri evlilikle kurulur. Evlilik tanımlanırken taraflarca cinsel doyum alınan, dayanışma içeren ve soyun devamlılığını sağlayan bir yapı olarak görülür. Toplumun var olmasının mutlu ailelerin, uzun soluklu evliliklerin var olasına borçludur. Kadın ve erkeği kurumsal yollarla birleştiren bu ilişki ağı biyolojik, sosyal, psikolojik gibi birden fazla yönü içinde barındıran karmaşık bir yapıdır. Bu yapı ile beraber ortak bir hayat kuran eşler, birlikte yaşam, çeşitli duygulanımlar, cinsel birliktelik ve arkadaşlık gibi yaşantıları deneyimlerler. İlerleyen zamanla birlikte çiftlerin arasındaki yakınlaşmalar arttıkça eşler birbirleri için daha önemli hale gelirler. Bu yakınlaşma ile birlikte karşılıklı savunmaların da azalmasıyla taraflar daha incinebilir konumdadırlar. Zamanın büyük çoğunluğu birlikte geçiren eşler, mutlu ve uyumlu yaşantılar kadar uyumsuz ve sorunlu anları da deneyimlerler. En mutlu evliliklerde dahi bazen ilişkiler kırılmalar ve incinmelerle sürebilir.

Eşler arası kaçınılmaz çatışmalar, uygun yollarla çözülmezse yaşanan incinmeler çiftlerin birbirlerine karşı eskisi kadar olumlu yaklaşmasını önleyebilir. Oysa uygun çatışma çözüm yolları mutlu ilişkilerin kilit noktası ve kırgınlıkların anahtarıdır. İncinme sonucunda gözlemlenen genel duygular öfke, kırgınlık, kızgınlık ve intikamdır. Özellikle yakın ilişkiler içerisinde çiftler, çeşitli sebeplere

dayalı olarak incinmiş dahi olsalar ilişkilerine devam etmektedirler. İlişkilerini sürdürme eğilimleri affetmeyi de beraberinde getirebilir. Çünkü affedici davranmak, incinme sonrasındaki süreci kolaylaştırma, çatışma çözme, yaşanan olumsuz duygularla baş etme ve ilişkilerin devamlılığını sağlama da önemli bir rol oynar. Sağlıklı evliliklerde eşler diğerinin hatalı davranışlarını tolere edebilmeli, bazı sorunlarla nasıl baş edeceğini bilmelidir. Affetme, ilişkide devamlılığı sağladığı gibi gergin havayı da ortadan kaldırarak olumsuz etkiyi geride bırakmaya yardım eder. Aradaki buzları eriterek ilişkilerin sürdürülebilirliği kolaylaştırır. Yunancada köleyi özgürleştirmekten yola çıkılarak 'özgür kılmak' olarak tanımlanan affetme (Hallowell, 2005), psikolojik bir güç olarak nitelendirilebilen karmaşık ve çok yönlü bir kavramdır.

İncitilme olasılığımız sevgimizle paralel ilerler, bu sebeple evliliklerde incinme yaşantısı diğer sosyal ilişkilere göre daha yoğun olabilir. İncinme sonrası ilişkiye zarar veren olumsuz duygularla baş edebilme yollarından biri olan affetme, genel olarak uzun ömürlü ve uyumlu evliliklerle ilgilidir. İlişkileri onaran ve sürdüren yapı olarak affetmenin, eşler arası iletişimi güçlendirerek uyumlarını arttırma da etkili olduğu bilinmektedir.

Toplumdaki önemli yapılardan biri olarak kabul gören evlilik kurumunun varlığını sürdürebilmesi amacıyla eşler arası ilişkilerin temellerinin sağlam atılması gerekmektedir. Yaşanan çatışmaların çözülerek ilerlemesi ilişkileri uzun soluklu kılacaktır. Bunu sağlayabilmek affetme ile mümkün olacaktır. En mutlu ailelerde dahi zaman zaman çatışmalar incinme ile sonuçlanabilir. Basit tartışmalar zamanında müdahale edilmezlerse derin boşlukları beraberinde getireceklerdir. Affetmeye yer vererek incinme yaşantıları azaltılabilir ve problemler kronik hale gelmeden çözüme kavuşabilmektedir. İncinme yaşantılarının peşinden intikam ve kaçınma davranışları gelebilir. Bu tepkiler ortaya çıktığı olayların sonucu olarak değerlendirildiklerinde normal karşılanır ancak ilişkiler ve toplumun bütünlüğü için tehlikeli arz eder. Bu sebeple incitici olayların ardından gelen affetme bireyler ve toplumlar için işlevseldir.

Affetmeyi gerektirecek durumlar gibi zorlayıcı yaşam olaylarında insanlar diğerlerinin desteğine ihtiyaç duyar. Kimi davranışların olumsuz etkisini azaltması, birçok psikolojik ihtiyaca cevap vermesi ve psikolojik sağlamlığı güçlendirmesi

yönüyle sosyal destek, insan hayatında çok kıymetli bir yere sahiptir. Olumsuz deneyimlerle baş etme noktasında gerek duyulan yardımın sağlanması rahatlatıcı bir etki oluşturacaktır. Getirdiği yeni roller, sorumluluklar, uyum gerektiren süreçlerle evlilik, sosyal desteğe ihtiyaç duyulan en kritik dönemlerden biridir. Çiftler evlenmeden önce ve evlilik ilişkilerini devam ettirirken ailelerinden, arkadaşlarından ve çevrelerindeki diğer bireylerden birçok konuda destek alırlar. Kırılmaların, incinmelerin ve affetmelerin olduğu bu karmaşık süreçlerde çevreden destek alabilmek evliliği sürdürmek adına kurtarıcı olabilmektedir. Eşlerin özellikle ailelerinden destek algılıyor olmaları affetmeleri üzerinde etkin bir rol oynamaktadır. Sosyal desteğin türü, kimden sağlandığı, yoğunluğu gibi faktörler evlilik yaşantısına yön vermekte ve eşlerin birbirlerini bağışlama davranışlarını etkileyebilmektedir.

Literatür incelendiğinde affetmenin ve sosyal desteğin evlilikler üzerindeki etkisi konusunda yapılan farklı birçok çalışmaya rastlansa da sosyal desteğin evlilikte affetmeyi ne yönde etkilediğiyle ilgili çalışmaların sınırlı kaldığı görülmüştür. Bu iki kavramın birlikte evlilikleri ne derece etkilediği incelenmek istenmiş ve bu yönde bir çalışma tasarlanmıştır. Bu çalışmanın amacı, evli çiftler arası yaşanan bir incinmede çiftlerin kendi ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin evlilikte affediciliği yordayıp yordamadığını bulmaktır. Bu sebeple daha sonraki kısımlarda sırayla affediciliğin tanımı, önemi, ilişkili olduğu ögeler, affediciliğe dair kuramlar ve modeller, affedicilik sürecini kolaylaştıran ve zorlaştıran etmenler ve hem ulusal hem de uluslararası yapılmış ilgili araştırmalar literatür çerçevesinde ele alınmıştır. Affedicilik kavramının çoğunlukla incelendiği bir alan olan evlilikte ve yakın ilişkilerde affediciliğe ve affedildiğini hissetme kavramına da ayrıca değinilmiştir. Bu çalışma kapsamında evlilikte affedicilik kavramı üzerinde durulacağı için başkalarını affetme boyutu ele alınacaktır. Sosyal destek ise kavramsal olarak açıklandıktan sonra sosyal desteğin türleri, modelleri ve kaynakları, daha önce alan yazında yapılan çalışmalar gibi başlıklardan söz edilmiştir. Metodoloji kısmında araştırmanın yöntemi, kullanılan ölçekler ve verilerin analiz ediliş şekilleri detaylandırılmıştır. Yapılan istatistiki analizlerden elde edilen bulgular ve yorumlara daha sonra bu sonuçların alanyazın çerçevesinde tartışıldığı tartışma, sonuç ve önerilere yer verilmiştir. Bu araştırmadan elde edilen bulgular, aileden algılanan sosyal destekle affedicilik arasındaki ilişkiyi anlamlandırmaya katkı sağlayacaktır.

‘İyi arkadaşlar önemli şeyleri kaybettiğinde bulmana yardımcı olabilirler.
Gülümsemeni, umudunu ve cesaretini…’
Winnie The Pooh

BÖLÜM I

1. Araştırmanın Genel Çerçevesi

Bu bölümde ilk olarak araştırmanın amacına ve önemine, sayıltılara, çalışmada yer verilen anahtar kavramların tanımına değinilecektir.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırma, genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ile evlilikteki affedicilikleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelemek üzere tasarlanmıştır. Araştırmanın temelde amacı, aileden algılanan sosyal desteğin evlilikte affediciliği ne derecede etkilediğini ortaya koymak, uzun süreli evlilikler için bağışlayıcılığa dikkat çekmek ve yazına bu hususta katkı sağlamaktır. Bu amaca ulaşmak için aşağıdaki alt amaçlara cevap aranacaktır.

1.2. Alt Amaçlar / Hipotezler

1. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
    a. Kadın genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek erkek genç yetişkinlerin algıladıkları sosyal destekten anlamlı düzeyde yüksektir.
    b. Kadın genç yetişkinlerin evlilikteki affedicilikleri erkek genç yetişkinlerin evlilikteki affediciliklerinden anlamlı düzeyde yüksektir.
2. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri sahip oldukları çocuk sayısına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
    a. Daha çok çocuğa sahip genç yetişkinlerin ailelerinde algıladıkları sosyal destek daha az çocuğa sahip genç yetişkinlerden anlamlı düzeyde daha düşüktür.

b. Daha çok çocuğa sahip genç yetişkinlerin evlilikte affedicilikleri daha az çocuğa sahip genç yetişkinlerden anlamlı düzeyde yüksektir.

3. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri anne ve babalarının eğitim seviyelerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

a. Genç yetişkinlerden anne-babası daha eğitimli olanların ailelerinden algıladıkları sosyal destek daha az eğitimli olanlardan anlamlı düzeyde yüksektir.

b. Genç yetişkinlerin anne-babası daha eğitimli olanların evlilikte affedicilikleri daha az eğitimli olanlardan anlamlı düzeyde düşüktür.

4. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri eğitim durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

a. Genç yetişkinlerden daha eğitimli olanların ailelerinden algıladıkları sosyal destek daha az eğitimli olanlardan anlamlı düzeyde yüksektir.

b. Genç yetişkinlerden daha az eğitimli olanların evlilikte affedicilikleri daha fazla eğitimli olanlardan anlamlı düzeyde yüksektir.

5. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri evlilik usulüne göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

a. Tanışarak evlenen ya da görücü usulü evlenen genç yetişkinlerin aileden algıladıkları sosyal desteğin seviyeleri arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

b. Görücü usulü evlenen genç yetişkinlerin evlilikte affedicilikleri tanışarak evlenenlerden anlamlı düzeyde yüksektir.

6. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri evlilik süresine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

a. Yeni evli genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri daha uzun süredir evli olanlardan anlamlı düzeyde yüksektir.

b. Daha uzun süredir evli olan genç yetişkinlerin evlilikte affedicilikleri yeni evli çiftlere göre anlamlı düzeyde yüksektir.

7. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri yaşlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

a. Daha küçük yaşta olan genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri daha ileri yaşta olanlardan anlamlı düzeyde yüksektir.

b Daha küçük yaşta olan genç yetişkinlerin evlilikte affedicilikleri daha ileri yaşta olanlardan anlamlı düzeyde yüksektir.

8. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri kaçıncı evliliklerini yaptıklarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

a. İkinci ya da daha fazla evlilik yapan genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri ilk evliliğini yapanlardan anlamlı düzeyde yüksektir.

b. İkinci ya da daha fazla evlilik yapan genç yetişkinlerin evlilikte affedicilikleri ilk evliliğini yapanlardan anlamlı düzeyde yüksektir.

9. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri yetiştikleri aile yapısına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

a. Geniş ailede büyümüş genç yetişkinlerin aileden algıladıkları sosyal destek düzeyi çekirdek ailede büyümüş genç yetişkinlerinkinden anlamlı düzeyde yüksektir.

b. Geniş ailede büyümüş genç yetişkinlerin evlilikteki affedicilikleri çekirdek ailede büyümüş genç yetişkinlerinkinden anlamlı düzeyde yüksektir.

10. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri sosyoekonomik düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

a. Sosyoekonomik düzeyi yüksek genç yetişkinlerin aileden algıladıkları sosyal destek düzeyi sosyoekonomik düzeyi düşük genç yetişkinlerinkinden anlamlı düzeyde yüksektir.

b. Sosyoekonomik düzeyi yüksek genç yetişkinlerin evlilikteki affedicilikleri sosyoekonomik düzeyi düşük genç yetişkinlerinkinden anlamlı düzeyde yüksektir.

11. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikteki affedicilikleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

a. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ile evlilikteki affedicilikleri arasında pozitif anlamlı bir ilişki vardır.

12. Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek, evlilikte affediciliği ne düzeyde etkilemektedir?

1.3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Eşlerin hatalara karşı tahammül seviyesinin düşmesi, kırılganlıkların tamir edilmemesi sonucu evlilik kalitesinin azalması ve parçalanmış aile sayısının giderek artmasından yola çıkılarak aile içerisinde alınan yaraların sarılmasıyla uzun süreli evlilikleri mümkün kılan affetme kavramı üzerinde çalışılmak istenmiştir. Evlilikler üzerinde etkili olan bir diğer kavram olan sosyal destek kavramının evliliklerin kaderinde belirleyici bir unsur olduğu düşünülmüş ve birlikte incelenmek istenmiştir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde affediciliğin, evlilikte bağlılık, aldatma, evlilik doyumu, dinarlık ve incinme düzeyi, psikolojik iyi oluş ve anne baba kabul reddi, evlilik süreleri, ilk kez evlenenler ve yeniden evlenenlerde arasındaki farklılıklar gibi çeşitli değişkenlerle ilişkisine bakıldığı görülmüştür.

Aileden algılanan sosyal desteğin ise evlilik doyumu, evlilik uyumu, evlilik başarısı ve eşler arası sosyal destek gibi farklı değişkenlerle çok sayıda çalışma yapıldığı tespit edilmiştir. Ancak evli genç yetişkinlerle affedicilik ve aileden algılanan sosyal desteğin bir arada incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu açıdan literatürde önemli bir boşluğu dolduracağı düşünülmektedir. Özgün bir çalışma olması bakımından önemlidir ve bu araştırmadan elde edilen sonuçlar, evli genç yetişkinlere hizmet verecek aile danışmanlarına özellikle affedicilik ve aileden algılanan sosyal destek arasındaki

ilişkiyi anlamlandırma ve yönlendirme noktasında uygulama bilgisi sağlayacağına inanılmaktadır. Ayrıca araştırma bulguları bu konuda çalışan çalışmacılar için yeni tartışma sorularına da kaynak teşkil edecektir.

1.4. Sayıltılar

Araştırmaya dair varsayımlar;

1. Çalışmanın örneklemini oluşturanların ölçeklerdeki tüm sorulara samimi ve kendilerini ifade edecek şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.
2. Çalışmanın örneklemini oluşturanların evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

Araştırmaya dair sınırlılıklar;

1. Araştırma, 2020-2021 yılında Konya ilinde yaşayan 637 evli genç yetişkin ile sınırlı bir kapsama sahiptir.
2. Katılımcıların yanıtları ölçekler ile sınırlı tutulmuştur.

1.6. Tanımlar

Affetme: Kişinin incitici bir davranışa maruz kalmasına rağmen ilişkiye ve kişiye karşı güvenini devam ettirmesidir (Şamatacı, 2013;5).

Affedicilik: Kişilerarası ilişkilerde hataları affetme eğilimidir (Şahin, 2013;5).

Bağışlama: Kişinin kendini incitenlere karşı olumsuz hisleri bilinçli olarak terk etmesidir (Enright, Gassin ve Wu 1992;101).

Sosyal Destek: Zor durumda olan bireye çevresinden sağlanan çeşitli yardımlardır (Eker ve Arkar, 1995;18).

Algılanan Sosyal Destek: Bireyin çevresinden aldığı sosyal desteğe yönelik algısıdır. İhtiyaç duyduğu desteğin verilip verilmemesine yönelik kişisel fikridir (Sorias, 1988;354).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE

2. AFFEDİCİLİK

2.1. Affediciliğin Tarihsel Gelişimi

Affetme, hemen hemen herkesin hakkında bir şeyler bildiğine inandığı bir kavram olsa da başlangıçta bilimsel alanda geri planda kalmıştır. Ancak ilerleyen zamanlarda psikoloji için çekici hale gelebilmiş ve çalışmaların sayısı görece artmaya başlamıştır.

Geçmişi oldukça eski zamanlara dayanan affedicilik kavramı, uzun yıllar intikam kavramının gölgesinde kalmıştır. İlkel toplumlar karşı karşıya kaldıkları zararla baş etmede intikam yöntemini kullanmışlardır. Yazın sanatına bakacak olursak edebi eserlerde özellikle Yunan mitolojisinde affediciliğin ötesinde intikam almaya daha fazla yer verildiği görülmektedir. Zamanla toplumların bağışlamaya daha fazla önem vermeye başlaması ile Dostoyevski gibi birçok ünlü ismin eserlerinde intikamın maliyetli olduğuna da değinerek affediciliği yücelttiği göz çarpmaktadır.

Toplumdaki işleyişe ve insanların birbirleriyle olan ilişkilerine düzenlemeler öneren dinler, toplumdaki barış ve huzuru sağlamaya dönük katkılarından dolayı affetme kavramını önemsemişlerdir. Dinler de ön planda olan affedicilik felsefi ve teolojik olarak da yorumlanmıştır. Teolojik olarak Tanrı'nın affediciliği, felsefi olarak da insanların birbirlerini affetmeleri ve affetmenin ahlaki boyutu ele alınmıştır. Son zamanlarda psikoloji literatüründe yerini alan bu kavram pozitif psikoloji ile birlikte giderek önemli hale gelmektedir Pozitif psikoloji, bireyin olumlu yanlarına odaklandığı için öfke, nefret, kin gibi duygular yerine affedici olmak üzerine dikkat çekmiştir.

Kişinin kendini bağışlaması daha çok büyük dinlerin konu alanında yer almış ilahi yaratıcı tarafından insanların hangi durumlarda nasıl affedilecekleri irdelenmiştir. İncinen birey tarafından inciteni affetmekse daha çok felsefe ve psikoloji alanında konu olmuştur. Felsefede çoğunlukla ahlak kavramı üzerinden ilerlenerek affedicilik yorumlanmıştır. Felsefe literatürüne baktığımızda, North

(1987;499), affediciliği kızgınlık duygusunun üstesinden gelerek onu inciten kişi ile yakınlaşması olarak tanımlamıştır. Ahlak, iyiye ve güzele yönelmek olarak kavramsallaştırıldığı için ahlaklı olmak aynı zamanda affedici olmayı da gerektirmektedir (Enright ve Fitzgibbons, 2000'den akt., Taysi, 2007;4).

Diğer yönden affedicilik her zaman olumlu bir nitelik taşımamakta bazı görüşlerce eleştirilmektedir. Nietzsche, bağışlamayı zayıflık olarak adlandırmakta affediciliğin kendi elleri ile adaleti sağlayamayan zayıf kişiliklerce tercih edildiğini düşünmektedir (Nietzsche, 1887/2004;21). Bu fikri açıklarken Murphy ve Hampton (1988), güçlü insanların başkalarına karşı öfke duymaya ihtiyacı olmadığını ve başkalarının benlik saygılarına zedeleyici izler bırakmalarına izin vermedikleri için affetmeye ihtiyaç duymadıklarını bu sebeple affedicilik zayıf insanlarca tercih edilen yanlış bir eylem olduğundan yola çıkar (Çivan, 2013;25). Bazı yazarlar da benzer şekilde toplumda adalet mekanizmasının bozulacağı, zarar veren kişide seviye problemleri ve incinen birey için olumsuz durumlara karşı hassas hale gelme gibi durumlara sebep olabileceğini düşünmüşlerdir.

Buna karşın neredeyse bütün tek Tanrılı dinlerde affetmek, güçlü insan olmakla kavramsallaştırılır. Hatta bazı dinler için affedicilik zorunluluklar içerir. Yahudilikte bağışlamanın zorunlu olmasının sebebi insana Tanrının yansıması olarak bakmaları ve Tanrının da bağışlamayı emrediyor olmasıdır. Kişi eğer pişman olduğunu belirtiyorsa bu durumda bağışlama zorunluluğu daha önemli hale gelir. İnsan öldürme gibi suçlarınsa bağışlanması ahlaka uygun değildir. Hristiyanlık için bakacak olursak bağışlama ile ilgili bilgiler Yahudilikten alınmıştır ve bağışlamak ahlaki görev niteliğindedir, koşula bağlı değildir (Rye, Pargament, Ali, Beck, Dorff, Hallisey ve ark., 2000 'den akt., Taysi, 2007;8). İslamiyette ise Allah'ın bağışlaması koşula dayalıdır. İlahi tarafından bağışlanmanın ilk şartı tövbedir. İnsanların birbirlerini bağışlamaları pişmanlık gerektirmez. Allah'ın sınırsız bağışlaması vardır çünkü insanlar günah işleme eğilimindedir. Allah'a ve peygambere iman, Allah'a şirk koşmak gibi durumlar hiçbir zaman bağışlanmaz (Tevbe Suresi, 80; Münafikun Suresi, 3-6; Nisa Suresi, 48,116,137,168; Muhammed Suresi, 34). İslamiyette bağışlama üzerine vurgular yapılsa dahi bağışlama süreci zorunluluk içermez çünkü bu bireylerin isteksiz bağışlamalarına sebep olur ve istenen amaca hizmet etmez. İslam dininde affetme, barışı sağlama ve ilişkileri onarmayı sağladığı için önemlidir

(Taysi, 2007;8). İnsanın doğuştan dindar olduğunu düşünen yazarların da hataları dile getirerek (günah çıkarma) affedilmeyi istemenin bir gereksinim olduğunu düşündüğü bilinmektedir.

Affetmenin yanı sıra affedilme de dinler için önemlidir. İnsanlar Tanrı tarafından affedilmek istedikleri için Tanrı'yı model alarak kendi hayatlarında da affedici davranırlar. Dinler, genelde inançlı insanların affedici olmalarını ve intikamdan vazgeçmelerini öğütler. Bireyler affedici davrandıklarında dini görevlerini yerine getirmiş sayılırlar (Scobie ve Scobie, 1998;379). Kara (2009;228)'ya göre dinde affetme, bu dünyada ve ahirette ödüllendirilecek bir edim olarak ifade edilir. Üstelik affetme tarafların her ikisi için de önemlidir. İnciten kişi günahlarından kurtulurken incinen kişide acı verici deneyimlerinden sıyrılır.

İlahi dinler affedicilik için farklı kıstaslar koymuşsalar da bu kavram hepsi tarafından önemsenmiştir. Smith (2002;328)'e göre bütün dinler insanların affederek hayatlarına devam etmelerinin daha iyi bir yönelim olduğu konusunda hem fikirdir. Hristiyanlık ve İslamiyet bağışlama için pişmanlık gibi koşullar koymazken Yahudilikte affetmek için belirli şartlar vardır ve bunların yerine getirilmesi gerekir. İslamiyet'te Tanrı tarafından affedilmek önemlidir ve kişiler arası ilişkilerde affedici olmak dini bir görev niteliği taşımaz. Hristiyanlıkta farklı olarak affedicilik için uzlaşmayı gerekli görmektedir.

Teoloji ile ilgilenen Lewis Smedes (1984)'in yazdığı 'Affet ve Unut: Hak Etmediğimiz Acıları İyileştirmenin Yolları' isimli kitap affetmeyi dinden ayrı ele almış ilk çalışma olarak kabul görür (Şentepe, 2016;24). Hope (1987;241)'e göre affetmenin psikoloji literatüründe yer almasının zamana yayılması bu kavramın teolojik bir kavram olarak nitelendirilmesinden kaynaklanmaktadır. Affetmedeki psikolojik süreçlerin dinden etkileniyor olması, dinin de affetmeye yoğunlaşmasının kavramın derinleştirilmesinin kolaylaştırması, danışanların sahip oldukları dini görüşleri ve bu görüşlerin affetmeye bakış açılarının bilinmesi affetmenin dini bir kavram olarak incelenmesinin psikolojiye bazı katkılarıdır.

Psikoloji, felsefe ve dinden farklı olarak istenmeyen olayların bireyde bıraktığı olumsuz etkilere odaklıdır. İncinme yaşantılarında da belirli olumsuz duygular uyandırılır ve bireyin bunları geride bırakabilmesi için birtakım çalışmalara ihtiyaç vardır. Bu noktada affetme, tedavi edici bir müdahale olarak kullanılabilir.

Psikoloji penceresinden affetmeye bakıldığında bireyin bakış açısı değiştirilerek olumsuz duyguların yerine olumluların yerleştirilmesi olasıdır.

Açıklamalarda da yer verildiği gibi affetme kavramı incelenirken 1980'den önce ve sonra şeklinde iki dönemde ele alınabilir. Affetme kavramına 1932-1980 arasındaki ilk dönemde dini çerçevede ve ahlaki boyutta incelenmiştir. Kuramsal açıklamalar dışında çalışmaların sayısı oldukça azdır. 1980 yılından itibaren affetmenin sosyal psikolojiyle ilgisi olabileceği düşünülmüştür. Deneysel çalışmalar artmış ve affetmenin bir müdahale stratejisi olarak kullanılabileceği öne sürülmüştür.

Affediciliği kavramsal olarak tanımlamadan önce karıştırıldığı kavramları incelemek ve özünde affediciliğin neleri kapsayıp kapsamadığını görmek önemlidir. Affediciliğin sıklıkla karıştırıldığı kavramlar farklılıkları ortaya konarak açıklanmaya çalışılmıştır. Bunlar biri *mazur görmek*' tir. Mazur görme ile anlatılmak istenen kişinin aslında hatalı olduğu ancak bazı hafifletici sebeple sorumluluğun ortadan kaldırılmasıdır. Suçlu eğer haklı gerekçeleri varsa artık suçlu olmayabilir. Hali hazırda bir hata ve sorumluluğun olmaması affetmeyi de akıllara getirmez (Çolak, 2014;60). Evde temizliğe yardım eden bir çocuğun birkaç eşyayı kırması buna örnek olabilir. Burada önemli olan kişinin niyeti olduğu için affedicilikten ayrı tutulur.

Bu hususta karşımıza çıkan diğer bir kavram '*haklı çıkarmak*tır'. Yapılan iş başlangıçta bir ihlal gibi algılansa da daha sonraki değerlendirmelerle eylemin doğru olduğu kararına varılır. Affedicilikle alakası yoktur çünkü affedicilik için bireylerden birinde bir mağduriyet yaşanmış olması ve mağduriyet yaşayanın bunu suç olarak değerlendirmesi gerekmektedir (Murphy ve Hampton, 1988'den akt., Taysi, 2007;9). Dolayısıyla yapılan son değerlendirmeden sonra birey suçlu olarak görülmediği için bir ihlalden söz edilmez ve ihlal yoksa affedilecek öge de yoktur. Benzer şekilde *kendini toparlama*' da affetme değildir, mağdurun kızgınlığı zamanla geçebilmektedir. Söz konusu süreç affetmeden farklı olarak bilinçli yapılmaz, birey psikolojik toparlanma yaşar.

Özel af, affedicilikle karıştırılan bir diğer kavramdır. Kamu kurallarına uymayan kişiler yetkili otoritelerce cezalandırıldıklarında bazı mercilerin bu cezaları hafifletmesi ya da tamamen cezayı kaldırmasıdır (Murphy ve Hampton, 1988'den akt., Taysi, 2007;10). Özel af her zaman yasal yollarla verilmez. Aile içi ilişkilerde baba otorite olarak çocuğuna bir ceza verebilir ya da bunu ortadan kaldırabilir

(Enright ve Fitzgibbons, 2000'den akt., Taysi, 2007;10). Özel af, kişiler arası ilişkilerdeki affedicilik kavramından farklıdır çünkü affedicilik incinen kişi tarafından gerçekleştirilir.

Unutmak da affedicilikten ayrılır. Kişinin yaşanan tatsız olayları zihninden uzaklaştırmasıdır. Burada bireye rahatsızlık veren durum çözüme ulaşmamış ötelenmiştir. Affedicilik unutmaktan farklı olarak olayın unutulmaya çalışılması ya da üzerine düşünülmemesi değildir (Fincham, Hall, ve Beach, 2005;861). Affedicilik sürecinde birey aktif olarak rol alır, olayları düşünür ve çözümleme üzerinde durur. Affetme gerçekleşse dahi unutma gerçekleşmeyebilir (Adam Karduz, 2019;53). Ayrıca unutma, affetme ile kıyaslandığında olumsuz duyguları bastırmayı temel aldığı için affetmeye göre daha sağlıksız bir seçim olabilir.

Göz yummak, affedicilikten ayrılır. Zarar gören kişi zarar eylemini yok saydığı öfkelenecek ve incinecek bir durum da olmadığı için affedilecek bir husus yoktur. Zarar verici olay inkar edilir ya da bastırılır (Scobie ve Scobie, 1998;390). Romantik ilişkilerde partnerince aldatılan bireyin buna göz yumarak ilişkisine devam etmesi affederek devam etmesinde ayrılır.

Uzlaşma kavramının affedicilikle aynı anlama geldiğini düşünen yazarlar (Hargrave ve Sells, 1997) olduğu gibi affetmeden ayrıldığını düşünenler de (Enright ve Fitzgibbons, 2000) vardır. Uzlaşma, hali hazırdaki sorunları çözmek bir nevi orta yol bulmaktır. Karşılıklı güven verilerek ilişkileri yeniden oluşturmak amaçlanır. Affetme ise incinme sonucu yaşanan içsel bir süreçken uzlaşma tarafların pazarlığı sonucu ortaya çıkar. Uzlaşma affedicilik sürecini kolaylaştırır ancak uzlaşma olmadan da affetme yaşanabilir (akt., Taysi, 2007;11). Diğer bir ifade ile uzlaşma ve affediciliğin her zaman birlikte bulunması gerekmez. İncinen birey, suçluyu affedebilir ancak aynı davranışları tekrarlayabileceği ihtimaliyle suçluya karşı güven duymaz ve onunla uzlaşmayı tercih etmez.

Öte yandan affetme, merhamet ile de ilişkilendirilir. Çünkü merhametli olmak öfke, kin, intikam gibi duyguları ötede bırakmayı gerektirir. Bu yönüyle affetme ile benzeşmektedir (Enright ve Fitzgibbons, 2000'den akt., Sanlav, 2016). Affetme tek başına suçluyu masumlaştırmaz, suçludan pişman olmasının beklendiği

bir cezalandırma yolu değildir. Affetme, içimizdeki sevginin diğerlerine bir armağanıdır.

Affetmenin oluşabilmesi için öncelikle algılanmış bir hata ya da ihlal olmalıdır. Thompson, Snyder, Hoffman, Micheal, Rasmussen, Billings, ve ark. (2005)'a göre kişilerin hayata dönük beklentileri ve görüşlerine aykırılıklar hata olarak nitelendirilebilir. Kişiler arası stres durumlarına sahip bu olgu, yaralanma, kırılma ve incinmeleri de içine alabilir. Hatanın varlığı adaletsizlik hissine sebep olur. Bu noktada kişilerin karşısına iki seçenek çıkar ya bu durumla baş edecektir ya da bu olumsuz hislerin içinde kaybolup gidecektir (Worthington, 2006'dan akt., Şahin, 2013). Bu çeşitli tepkiler içinden affetmeyi seçenler olaya, kişilere belki de kendisine dönük olan bilişini olumsuzdan olumluya doğru değiştirecektir (Al-Mabuk, Enright ve Cardis, 1995).

Özetle, affedicilik çeşitli açılardan üzerinde tartışılan bir kavram olmuştur. Felsefe ahlaklı ve erdemli olma boyutuna odaklanarak açıklamaya çalışmış, teoloji ise bireye ve topluma yararları üzerinde durarak ilişkilerin devamlılığını önemsemiştir. Üç büyük dinde affedicilik, önemli bir yere sahiptir. Buna karşın affedicilik tanımlanırken bazı kavramlarla karıştırılmaktadır. Psikolojik olarak affedicilik tanımlanırken benzeri kavramlardan ayrıştırılarak yeni bir tanım çerçevesinde açıklanmaya çalışılmıştır. Affetme genel olarak literatürde olumlu bir kavram olarak ele alınsa da bu konuda farklı bulgular da yer almaktadır. Zarara uğrayan birey için bu tarz olumsuz yaşantıların tekrarlanabileceği riski affetme hakkında bazı soru işaretlerini akla getirmektedir.

2.2. Affediciliğin Tanımı ve Kavramsallaştırılması

İnsanlar karşılaştıkları olumsuz olaylarda öncelikli olarak adaleti arama güdüsü ile yola çıkarlar. Durumu eşitleme amacıyla atılan ilkel bir adım olan intikam, affetmeye göre daha maliyetlidir (Taysi, 2007;3). Bu yüzden affetme, zamanla intikam almaya alternatif olarak görülmeye başlanmıştır (McCullough, Worthington, ve Rachal, 1997;322). İncelenmeye başlandığı yıllara daha çok teolojik olarak yorumlanan ve zamanla birçok disiplinde karşımıza çıkan affetme kavramı farklı alanlarla farklı yorumlanması sebebiyle çok çeşitli tanımlara sahiptir.

Affedicilik teolojik olarak bir iyileşme, rahatlama ve kurtuluş olarak görülmektedir. Söz konusu iyileşme incineni, inciteni ve dolaylı olarak ilişkileri ve toplumu kapsar. Sosyal ahengin oluşturulmasına katkı sağlayan (Baumeister, Exline, ve Sommer, 1998;82) affetme, eski İngilizcede 'şikayet etmeyi bırakarak kızgınlığı sonlandırma' anlamına gelir (Droll, 1984;190). Başka bir deyişle haksızlığa uğrayan bireyin isteyerek öfkeli olmaktan ve haklı olarak gösterebileceği bütün tepkilerden merhamet, sevgi gibi olumlu duygular sayesinde vazgeçmesidir (North, 1987;500). Bell (2008;628), affetmeyi küskünlük ve saygısızlıkla baş etme olarak ele alır.

Enright ve the Human Development Study Group (1994;64) a göre ise bağışlama inciten kişiye verilen koşulsuz bir hediyedir. Hediye olarak nitelendirilmesinin nedeni ise inciten kişinin hak etmese de incinen kişi tarafından yardımseverce karşılanmasıdır. Benzer bir görüşe de Zechmeister ve Romero (2002;683) 'nin yaptığı araştırma sonucunda rastlanır. Katılımcıların üçte ikisine göre affetme için özür gerekli değildir. Buradan da anlaşılacağı üzere affetme zarar veren kişinin eylemlerinden bağımsız, affeden kişice yapılan bir seçimdir.

Coyle' ye göreyse affetme bizlerin hakları ile biz ve diğerlerinin ahlaki kusurları arasında bir köprüdür (akt., Şahin, 2013;11). Jones (1997'den akt. Şahin, 2013;11)'a göre bireylerin hak etmedikleri kırgınlıklar ve incinmeler sonrası kendini tekrar değerli görmesini sağlayan sevgi darbesidir. Birey kırgınlıklarla dolu geçmişin gitmesine müsaade ederek kalbini tekrar canlandırır. Dawson (2003)'e göre affetme, mutluluğun ve dünyayı anlamlandırma çabasının anahtarıdır çünkü affetme bütün belirsizlikleri ortadan kaldırır. Bu gibi tanımlardan hareketle affetmenin kişisel bir kurtuluş olduğunu düşünenler vardır (akt., Alpay, 2009;11).

McCullough, ve ark., (1997;322) affetme tanımı ise, suçlu kişiye yönelik olumlu bir değişim sürecidir. İnciten kişiden intikam alma fikri, inciten kişiden uzak kalma söz konusu olduğunda daha az güdülenme ve inciten kişinin davranışlarına karşın bu kişi ile uzlaşmaya karşı artan güdülenme ve iyi niyet beslemedir. Bireyde intikam alma isteği ve kaçınma davranışı azaldığında olumlu yönde bir değişim olmaktadır işte affetme bunun altında yatan ögedir. Affederken kişi, zarar verene karşı pozitif duygular hisseder bu nedenle affetmenin merkezinde hoşgörü, merhamet ve insana dair sevgi olduğu söylenebilir (Biçer ve Sarıçam, 2015;112). Bununla

beraber bedel ödetme, yaşanan olumsuz olaylara kötülükle karşılık verme gibi tepkilerde azalma görülmektedir (Karremans ve Van Lange, 2004;209).

Bilişsel değerlendirmelere dayalı olarak ortaya çıkan duygusal davranışlar olarak nitelendirilen affetme, kişiler arasındaki sosyal süreci de yansıtır. İnsanlar incinme yaşantısından önceki ilişkilerine devam edebilmek için affetmeye ihtiyaç duyarlar (Baumeister ve ark., 1998;83). Hargrave ve Sells (1997;44) de affetmenin ilişkisel doğası üzerinde durmuşlar ve affetmeyi ilişkinin bozulmasıyla kaybedilen güvenin tekrar kazanılmasıyla ve ilişkinin geliştirilmesiyle kavramsallaştırmıştır. Ona göre, zarar veren olayla ilgili taraflar tartışır ve uzlaşabilirlerse ilişkileri yeni bir boyut kazanabilir. Affetme, bozulan ilişkileri düzeltmek ve işleri yoluna koyabilmek için geçmişten beri başvurulan bir yoldur. Hill (2001;371)'e göreyse affetme, yaşanan çatışmalardan sonra sosyal ilişkileri düzenleyen ve insan gelişiminin sağlıklı devam etmesini sağlayan süreçtir. Bu tanımlarda affetmenin sosyal yönü vurgulanmaktadır. Bu nedenle uzlaşma ile benzerlik gösterdiği düşünülür. Gordon ve Baucom (2003;181), evliliklerde yaşanan aldatmalar, ihanetler ve güven sarsıcı olaylarla bozulan bilişe dönük affetmeyi ele almışlardır. Bu olaylar bir travma olarak ele alınacak olursa affetme de güveni yeniden oluşturan bir yapı olabilmektedir.

Suçlu kişi affedildiğinde sorumluluktan kurtulmaz, affeden yaşadığı kırgınlıklardan suçlunun yararına vazgeçer. Suç unutulmaz, olmamış gibi yapılmaz. Kin ve intikamdan vazgeçilmiştir ancak suç unsuru ve suçlu aynı kalmıştır (Dowrick, 2000;301). Mağdurun benlik saygısına ve psikolojik iyilik haline zarar vermeden diğerleri ile ilişkilerindeki aksaklıkların giderilmesidir.

Farklı birçok tanım yer alsa da ortak özellikleri incinen kişinin öç almayı ve olumsuz duyguları bir kenara bırakarak inciten kişiye karşı olumlu duygular beslemesidir. McCullough, Pargament, ve Thoresen (2000;3) de bu ortak özelliklerden yola çıkarak yeni bir tanım yapmıştır 'affetme kişilerarası bağlamda suçluya karşı olumlu, içsel bir dönüşümdür.' Affeden kişi duygu, düşünce ve davranışsal olarak bir değişim yaşar. Bu yönüyle affedicilik hem içsel hem de kişilerarası bir süreçtir. İncinmiş bireyin, hak ettiği bedelin üstüne bir çizgi çekmesi gerekir affedebilmek için bu sebeple de affetme duygusal ve davranışsal değişimleri içerir (Exline, Baumeister, Bushman, Campbell ve Finkel, 2004;898). Duygular arasındaki bu dönüşüm motivasyon ve geleceğe dönük bir umut kaynağı

olabilmektedir (McCullough, 2000;45). Benzer olarak Rye ve Pergamnet, 2000'e göre olumsuz duygu (öfke), olumsuz düşünce (intikam) ve olumsuz davranışın (saldırganlık) yerini olumluları almış olur (akt., Çoklar ve Dönmez, 2014;36). Affetmede uzlaşılan noktalardan hareketle suçlu ve mağdur arasındaki ilişkide değişim ve dönüşüm yaşanması esastır.

Affetmeyi olumsuzlukların azalması olarak açıklayanlar, gelecekte ilişkileri devam etme olasılığı olmayan kişilerle çalışmalar yürütmüşlerdir. Örneğin hırsızlık söz konusu olduğunda affetme; olumsuz duygu, düşünce ve davranışları geride bırakmaktır. Ancak aile ilişkileri, evlilikler ve yakın arkadaşlıklar söz konusu olduğunda affetme, olumsuzlukların azalmasının ötesinde olumlularla yer değiştirmesidir (Worthington, 2005;5).

Affetme de kişiler arası diyaloğu temel alan Andrews (2000;79) müzakerenin olup olmamasına göre affetmeyi ikiye ayırır. Taraflar arası müzakere affetmenin temellerini oluşturur ve eksikliğinde affetme, suçlu kişiden bağımsız olarak tek taraflı affetme olarak ortaya çıkar. İçsel olarak işleyen bu süreçte karşı taraftan bir beklenti yoktur ve affetme çevrenin etkisinden uzak, kişinin istediği zamanda gerçekleşir.

Bilimselliğin ötesinde affetme tanımlarını araştırmak için sokaktaki insanlara affetmenin ne demek olduğunun sorulduğu bir araştırma yapılmıştır. Younger, Piferi, Jobe, ve Lawler (2004;848) genç ve yaşlılarla yaptığı bu araştırmanın sonucunda gençlerin %42'si affetmeyi 'kabul etme, üstesinden gelme' olarak tanımlarken tüm katılımcıların %33'ü 'öfkeden ve diğer olumsuz duygulardan vazgeçme' olarak tanımlamışlardır. Katılımcılara affetmenin sebeplerinin neler olabileceği sorulduğunda gençler sahip oldukları ilişkilerinin öneminden bahsetmişlerdir. Yaşlı katılımcılar ise sağlık ve mutluluk gibi sebeplerle açıklamışlardır çünkü ilerleyen yaş ile birlikte fizyolojik ve psikolojik sağlık değer kazanmaktadır. Araştırmanın diğer bir sonucuna göre bireylerin %90'ına yakını yaşamları süresince kimseyi incitmediklerini söylemişlerdir. Buna göre bireyler suçlu olduklarında incittikleri kişilerin algılarını önemsemedikleri görülmüştür.

Affetme süreci içsel olarak gerçekleşir ancak tamamlanması için davranışa da yansımış olması gerekir. Duygusal yoğunluk yüksekse ve hissedilen duygular kritik öneme sahipse o zaman affetmede artış gözlemlenir. Buradan yola çıkılarak

denilebilir ki bireyler affetmeleri üzerinde bilişsel olarak kontrol sağlayabilirler (DiBlasio, 1998;82). Affetme; duygu, düşüne ve davranış değişimleri içerir. Bu değişimlerin hepsinin bir arada olmadığı sadece bilişsel olarak gerçekleşen affetme, *sahte affetme* olarak nitelendirilir. Kişiler affettiğini ifade etseler de yapılan ihlali düşünmeye, olumsuz duyguları hissetmeye devam ederler. Affetme sürecinin zorluklarından kaçan birey, aynı zamanda affetmiş gibi görünerek sosyal rollere uygun davranır (Worthington, 1998;83). Toplum baskısı, erdemli olarak nitelendirilme isteği ve bastırılan kötü kişi olma duygusundan dolayı bireyler affetmiş görünürler (Taysi, 2007;45). Sahte affediciliğin, mağdurun hatalı kişinin hissettiği suçluluktan faydalanarak üzerinde hakimiyet kurma çabası olduğunu söyleyen araştırmacılar da vardır (Çolak, 2014;41). Kişi affettiğini dile getirse de ihlali hatırlatmak ister ve hatalı kişiden minnet duygusu talep eder. Bu durum gerçek affetmeden uzaktır (Enright ve Coyle, 1998' den akt., Güven ve Erdem, 2020;583). Baumeister ve ark. göre (1998;85) sahte affetmenin tam tersi olan *sessiz affetme* de ise birey hissettiği olumsuz hisleri sonlandırmış ancak bunu suçluya ifade etmemiştir. Bu sayede suçlunu özür dileme, verdiği zararı telafi etmeye çalışma gibi davranışlara devam etmesini sağlamaktadır.

Gordon ve Baucom (1998;426)'a göre, affetme ilişkiler için çok değerlidir ve oluşabilmesi için bazı bileşenlere ihtiyaç vardır. Olayları farklı açılardan gerçekçi olarak değerlendirebilme, zarar verene yönelik düşmanca hisler ve intikam duygularından vazgeçebilme ve zarar verene dair inançların düzenlemesidir. Burada akıllara duyguları yönetme becerisi kavramı ve affetmenin ilişkili olabileceği gelir. Duyguları kontrol etme, değişime uyum sağlayarak tutarlı ve saydam davranma olarak nitelendirilen duyguları yönetme becerisi (Erdoğdu, 2008;65), affetme sürecinde karşımıza çıkan işlevsel bir yapıdır. Çocukluktan itibaren geliştirilebilen ve yakın ilişkiler için kritik öneme sahip bu beceri, affetmede aktif rol oynamaktadır (Hodgson ve Wertheim, 2007;935). Gordon ve Baucom (2003;193) de yürüttükleri çalışmada duygularını düzenleyemeyen ve kontrol edemeyenlerin eşlerini affetmekte zorlandıkları, eşlerini kolay affedenlerin ise yüksek düzeyde duygu kontrolü yaptıklarını bulgulamışlardır.

McCullough ve Witvliet'e (2002;451)'e göre affetme; eğilim, tepki ve sosyal bir yapının içerisinde bir özellik olarak değerlendirilebilir. Duygu, düşünce ve

davranışlardaki olumsuzluğun olumluya dönüşmesi tepki, genel olarak affetmeye yatkınlık ve yüksek affedicilik eğilim, sosyal gruplarda affedici davranıyor olmak ise affetmenin sosyal yönü olarak incelenir. Evlilik, aile ve içinde bulunulan sosyal gruplar affetmeyi desteklemektedir.

Özetle, bütün tanımlardan yola çıkarak affetme, kişiler ve ilişkiler için pozitif doğurguları olan bir güdü ya da kişilik özelliğidir (Berry, Worthington, O'Connor, Parrot ve Wade, 2005;185). Affetme sadece negatif duyguların geride bırakılmasıyla değil aynı zamanda suçluya karşı pozitif duygular hissetmeyi başarmakla var olacaktır. Sadece 'affettim' demek yeterli olmamakta aynı zamanda yaşamın içinde davranışlarda ve ilişkilerde bunu göstermek gerekmektedir (Ayten, 2009;114). Sokaktan alınan affetme tanımları bilimsel tanımlara yakın olsa da teolojinin etkisinde devam etmektedir. Bütün bu olumlu etkilere rağmen affetme sağlıklı sosyal ilişkiler, uyumlu bir toplum için gerekli ancak tek başına yeterli değildir. Affetme, travmatik anılar sonucu ortaya çıkan acıları çözemediği gibi aşırı öfke, kızgınlık gibi durumlarda tek başına etkili değildir.

Affetme kavramının ne olduğu açıklandıktan farklı kavramlardan ayrıştırılmıştır. Bunun yanı sıra affetmenin hangi şartlarda tercih edileceği de tarafların her ikisi için de önemlidir. Daha detaylı bilgiler verilmek amacıyla çeşitli kuramlarca açıklanan affetme modellerine yer verilmiştir. Affetmenin nasıl gerçekleştiği bu modellerde anlatılmaktadır.

2.3. Affedicilikle İlgili Modeller

Affetme birden fazla alana konu olmuş, çok yönlü araştırılmak istenen bir kavram olarak araştırmacılar tarafından çeşitli kuramlar çerçevesinde ele alınmıştır. Farklı açılardan olaya yaklaşan çok sayıda model öne sürülmüşse de içeriklerine bakıldığında olumsuz duygulardan vazgeçerek olumlu duygulara dönüşme süreci hepsinde uzlaşılan ortak nokta olarak görülmektedir.

Affetmenin hem bireyler hem de ilişkiler için psikolojik olarak bir iyileşme olarak görülmesi bu kavramın psikoterapide de değerlendirilmesine sebep olmuştur (Hope, 1987;240). Wade, Johnson ve Meyer (2008;89) yürüttükleri çalışmalarda affetmenin psikoterapideki yerini incelemişler ve kuramsal değerlendirmelere ek

olarak uygulama süreçlerini ve araştırmaları da içine alan bu çalışmalar süreç ve sonuç odaklı olarak ayrışmışlardır. Sonuç odaklı çalışmalar affetmeyi arttıran müdahaleler üzerine yoğunlaşırken süreç odaklılarda empatiyi geliştirerek affetmeyi oturumun bir kısmı olarak görme söz konusudur. Temelde iki aşama halinde ilerler ve olumsuz duyguları azaltma ya da tamamen yok etme ve ikinci aşamada bunların yerine olumlularını koyma şeklindedir. Bu çalışmaların çeşitli problem alanlarında kullanıldığı ve etkililiklerine dair veriler alan yazında yer almaktadır.

Affetme ile ilgili yirmiden fazla farklı yaklaşımları inceleyen kuramcılar belirli başlıklar altında toplamışlardır (Bugay ve Demir, 2012;9). Tipografik modelde affetme üçe ayrılır ve her birinin sonuçları ayrı ayrı değerlendirilir. Görev yönelimli modellerde ise farklı evrelerden söz edilir. Kişilik modellerinde ise dayandıkları temel kuramlara göre affetmeye açıklık getirirler. Gelişimsel modellerde affetmenin insanı birçok yönden değiştirdiği üzerinde durulmaktadır. Tüm modellerin hem fikir olduğu nokta kişinin affederek psikolojik ve fizyolojik sağlığını koruyacağı düşüncesidir.

Worthington (1998;59), aile ilişkileri ve affetmeyi ele alarak bir model ortaya koymuştur. Affetme için öncelikle bir incinme yaşantısına ihtiyaç vardır. Model; empati, alçakgönüllülük ve affetme üzerinde temellenir. Suçluyu anlayabilmeyi temel alan empati, model için en önemli ögedir ve süreç boyunca mağdurda oluşturulmaya çalışılır. Empati oluşmazsa affetmenin de oluşmayacağını düşünen yazarı, ilerleyen yıllarda McCullough ve ark. (1997)' da desteklemiştir.

2.3.1. Psikodinamik yaklaşım

Affetme, bu yaklaşımda çok fazla tercih edilen bir kavram olmasa da sevgiyi temel alarak ifade edilir. İyilik ve merhamet sayesinde kişiler saldırganlık ve öfkeden uzak durur. Özünde sevgi ve bağlılıkları barındıran affetme, zarar veren kişilere karşı olumlu duygular beslemeye yardımcı olur (Scobie ve Scobie, 1998;374). Bu yaklaşım affetmeyi açıklarken anne ve bebek ilişkisinden yola çıkar. Anne bebeğin sonsuz isteklerini yerine getirirken aslında kendisini kullanılmış hisseder. Bu duygu anneyi rahatsız etse de kabullenici davranarak affetmeyi bebeğe öğretir. Bebek annenin hissettiği olumsuz duygular için affetmeyi ve hataları için de affedilmeyi

ister. Annenin tüm yönlerini aynı anda algılayan bebek onunla özdeşleşerek tıpkı herkes gibi annesinin de hem iyi hem de kötü yönleri olduğunu fark edecektir (Taysi, 2007;19).

2.3.2. Hargrave'in Affetme Modeli

Bu model aile içi üyeler arasındaki ilişkilerden yola çıkarak affetmeyi iki kavram üzerinden açıklar. Bunlardan biri aklama diğeri ise affetmedir. Zarar gören kişi, zarar veren aile üyesini anlamayı dener. Daha sonra bu kişiye bir fırsat daha vererek tekrar güven oluşturma yolunda adımlar atar. Bu süreçte zarar gören aile üyesi ile zarar veren aile üyesi birlikte hareket eder. Bu modele göre affetme anlama, affetmeye dönük açık eylemler, iç görü ve telafi gibi ögelerden oluşur (Gordon, Baucom ve Snyder, 2004;214). Hargrave ve Sells, (1997;44)'e göre bu ögeler modelde istasyon olarak ifade edilir. Ancak bu istasyonlar aşamalı bir sıra izlemez, kişi affederken bu istasyonlar arasında sıra gözetmeksizin çok defa gidip gelir. Ona göre affetme aşamalı değildir aksine karmaşık ve karşılıklı etkileşime dayalıdır.

2.3.3. Aile İçi İlişkilerde Alçakgönüllük, Empati ve Affetmenin İlişkilendirilmesi Modeli:

Worthington (1998) da tıpkı Hargrave gibi affetmeyi aile içi ilişkiler çerçevesinde ele almıştır. Affetmeden söz edebilmek için öncelikle suç unsuru gereklidir ki bu suç fiziksel olabileceği gibi psikolojik ya da ahlaksal boyutta da olabilir. Suç işleyen kişi ya kaçınmacı davranacak ya da saldırgan bir tavır takınacaktır. İlişkilerini önemseyenler ve daha çözüm odaklı olanlar kaçınmacı olabilirlerken intikam amacı güdenler saldırganca davranabilmektedirler. Bu model empati, alçakgönüllülük ve affetmeyi dile getirme öğlelerini içerir. Zarar gören birey empati duymazsa kaçınma davranışı ortaya çıkar. Bu sebeple empati yoksunluğu kaçınmayı arttırdığı için affetmeyi zorlaştırmaktadır. Alçakgönüllü davranabilen insanlar, diğerlerinin de hata yapabileceklerini bildikleri için affetmeye daha sıcak bakarlar. Öte yandan sadece içsel olarak değil davranışsal olarak da affetmeye ihtiyaç vardır. Affettiğini ifade etmek bu eylemi daha güçlü kılar.

2.3.4. Süreç modeli

Enright, Santos ve Al-Mabuk (1989), kendini affetmenin süreçlerinden söz etmişlerdir. Keşfetme ile başlayan süreçte kişi yaşadığı durumu ve hissettiklerini anlamaya çalışır. Ortaya çıkarma evresi ile kişi üzücü olaya karşı verdiği tepkileri ve bunların olası sonuçlarını değerlendirir. Karar evresinde kişi incinme yaşantısının yarattığı olumsuz havadan çıkarak kendine kızmayı bırakır ve affetmeye karar verir. Eylem evresinde geçmişe dönük düşünerek yaşadığı olumsuzlukların yarattığı hasarları en aza indirmek için kendine karşı daha sıcak ve sevgi dolu yaklaşır. Derinleşme evresinde ise kendini olumsuz etkileyen ruhsal olarak zarar veren bütün duygulardan vazgeçer ve kırgınlıklarına farklı anlamlar yükler, geleceğe dönük amaçlar oluşturur (Enright ve The Human Development Study Group, 1996).

2.3.5. Affetmenin Sosyal Psikolojik Belirleyicileri Modeli

McCullough (2000), affetmeyi tanımlarken incinme yaşantısı sonrası ortaya çıkan olumlu değişimlerden yola çıkar. Affetme, iki güdü çerçevesinde gelişir. Bunlardan biri incinmedir ve kaçınma davranışını ortaya çıkarır. İkincisi güdü haklı öfkedir ve intikam alma ya da saldırganca davranma gibi davranışlarla sonuçlanır. Bu güdüsel sistemler affetmenin oluşumunu engeller. Ancak birey bu olumsuz duygu durumlardan çıkıp olumlu bir dönüşüm yaşarsa affetme gerçekleşir.

2.3.6. Piramit modeli

Worthington (1998), affetmeyi beş adımda ele almış ve bu adımlara baş harflerinin de birleşimi olan REACH ismini vermiştir. İlk adım olumsuz duyguları anımsama ve dile getirme, ikinci adım suçluyu anlamaya çalışarak onunla empati kurma, üçüncü adım kişinin kendisinin de daha önce affedilmeyi gerektirecek eylemlerinin hatırlanması, dördüncü adım affetmeye karar verme ve son adım affetmeyi devam ettirme yönünde gayretler şeklindedir.

Empati affetmede birincil öneme sahiptir. Birey yaşadığı acıları fark eder suçluda özür ve pişmanlık belirtirse sürece dahil olan mizah, sevgi gibi unsurlar empatiyi kolaylaştırır. Ancak modelde suçlunun özür belirtmediği durumlarda hayali diyaloglarla ya da duyguların ifade edildiği mektuplarla affetmeyi kolaylaştırmak hedeflenir (Worthington ve Wade, 1999).

2.4. Affetmenin Gelişimi

Çatışma çözümü sadece insanlarda değil doğadaki diğer canlılarda da gözlemlenen bir davranıştır. Yapılan çalışmalar hayvanların da çatışma sonrasında ilişkilerini onarma ve barışçı ortamı yeniden oluşturma amaçlı bazı davranışlarda bulunduklarını söylemektedir.

Piaget, affetmeyi bir süreç olarak ele almakta ve affetmenin oluşması için bazı gelişimsel özelliklere ihtiyaç olduğunu belirtmektedir. Bu özelliklerden ilki olgunlaşmadır. İlk çocukluk döneminde affetmeyi uygulamak zorken çocukluğun sonlarına doğru bu beceri daha iyi öğrenilebilir. İkinci özelliğin manipülasyon olduğunu söyler ve kişiler affetmeyi öğrendikten sonra uygulamalılardır der, uygulanmaz affetme eylemi zorlaşmaktadır. Üçüncü özellikse sosyal girdidir yani bireyin yaşadığı toplumda yer alan din ve kültür tarafından affetmenin destekleniyor olmasıdır. Son özellik ise dengelemektir. Birey affetme sürecinde birçok karmaşık duyguyu aynı anda yaşadığı için zorlanmaktadır. Ancak bu durum affetme eylemi ile birlikte bir denge halini alır. Piaget'e göre gerçek affetme ergenlik öncesi gelişir ve karşılıklılık esasına göre işler. Yani 'sana nasıl davranıyorsa sen de ona öyle davran.' düşüncesine dönüşmektedir (Piaget, 1932). Bu konuda Piaget'e katılmayan Enright, Gassin ve Wu (1992;102), ise affetmenin ahlaki yönünün karşılıklılık esasına değil sevgiye dayandığını söyler. 'Sana nasıl davranıyorsa sen de ona öyle davran.' görüşünden ziyade sevginin karşılıklılık içermediğini, affeden kişinin affetme eylemi için bir karşılığa gerek duymayacağını söyler.

Enright, ve ark., (1989;98), affetmenin ahlaki gelişimini açıklamak için bir model geliştirmişlerdir. Evreler Kolberg'in ahlaki gelişim evreleri ile benzerdir. Bilişsel olarak olgunlaştıkça empati gelişir ve affetme kolaylaşır. Bu modelde evreler mutlak bir sıra izlemez. Bireyler zamanla evreler arası ilerleyebildikleri gibi gerileyebilirler de. Ayrıca bir evreyi atlayıp diğer evreye de geçebilirler. Bu nedenle 'evre' kavramı yerine 'tarz' kavramını kullanmak daha doğru bulunmuştur.

Tarz 1, İntikamcı affetme; Daha çok küçük çocuklarda görülmekte ve affetmeyi öç alma olarak görmektedirler ve onlar için önemli olan eşitliği sağlamaktır.

Tarz 2, Telafi olarak affetme; Bireyler yaşadıkları zararın telafisini isterler. Zarar vereni affetmezse suçluluk hissedeceği için affetmeyi kullanır.

Tarz 3, Beklentisel affetme; Diğer tarzlara göre bilişsel olarak daha yüksek seviyede yer alır. Affetme kararında genelde aile ya da arkadaş grubu etkili olmaktadır. Birey kendi isteği ile affetmezse içsel süreçlerinde değişim yaşamadığı için gerçekçi bir bağışlama yaşamaz.

Tarz 4, Yasal beklentisel affetme; Bireyler üyesi oldukları grup ya da toplulukların güdülemesi ile affetmektedir. Eğer bireyler, bu gibi felsefi ya da dini grupların etkisi ile affediyorlarsa onları affetmeye yönlendiren gücün altındaki nedenleri iyi bilmeleri gerekmektedir. Aksi halde affedicilik zorluktan ibaret olur.

Tarz 5, Sosyal ahenk olarak affetme; kişiler bu evreden itibaren affetmeyi bir ahlaki değer olarak görmeye başlarlar. Affetme sadece kendisi için değil aile, yakınlar, toplum için de faydalıdır.

Tarz 6, Sevgi olarak affetme; Kişi affetmenin pozitif sonuçlarıyla daha az ilgiliyken başlı başına iyilikle çok ilgilenmektedir. Bu tarz affetme, diğerlerinin davranışlarından ve fikirlerinden daha az etkilenir.

Enright, ve ark., (1989;99) affetmenin üç evrede meydana geldiğini söyler. İlk evrede kişi intikam alır ya da bedel ödendikten sonra affetme vardır. İkinci evrede ise sosyal gruplar ya da psikolojik baskılardan dolayı bağışlama gerçekleşir. Son evre ise şartsız bir sevgi olarak affetmedir. Beklentisiz bir hediye olarak affetme son evrede karşımıza çıkar.

Gordon ve Baucom'a (2003;183) göre ise affetme dört evrede ele alınır. *Etki* evresinde yaşanan ihlalden sonra acı duygusu kendini gösterir ve birey çok yönlü olarak yıkıma uğramış hissine kapılır. *Anlama* evresinde kişi yaşadığı olumsuz duyguların sebeplerini ve suçlunun nedenlerini anlamaya çalışır, olaylara daha kontrollü yaklaşma bu evrede başlar. *İyileşme* evresinde neden sorusu ile meşgul olunur. Acı verici deneyimin hayatı üzerindeki etkisini sınırlandıran kişi suçlu ile diyaloğa geçmeye başlar. Bu evre bu sebeple diğerlerinde ayrılır. Son evre olan *affetmede*, mağdur yaşadığı olumsuz duygulardan sıyrılır ve kaybolan güven tekrar oluşturulur.

Yapılan çalışmalara göre yetişkinlerin genelde 4.tarzda affetmeyi kullandıkları bulunmuştur. Yetişkinlerin çok azı yüksek evrelerdeki affetmeyi kullanır. Ancak affetmenin öğrenilebilen gelişimsel bir özellik olduğu unutulmamalıdır (Mullet, Girard, ve Bakhshi, 2004;79). Çocukların affetme süreçleri incelenmiş ve onlar için

önemli olanın verilen hasarın karşılanması, zarardaki niyet, zarar veren ile yakınlık boyutu, bulunduğu sosyal çevrenin özellikle aile ve arkadaşlarının affetme yönündeki teşviki (Girard ve Mullet, 1997;211), annelerinin kendi hayatlarında da affedici davranarak rol model olması (Denham, Neal, Wilson, Pickering ve Boyatzis, 2015'den akt., Aydın, 2017;2) olduğu görülmüştür.

Öte yandan Worthington (1998;62), bu modeli eleştirmektedir. Ona göre kişilerin muhakeme güçleri ahlaki gelişimleri ile paralel olmayabilir. Yani insanlar çok iyi muhakeme yapabilir ancak bunu eyleme aktaramayabilir, öte yandan muhakeme güçleri zayıf olsa da eylemlerde başarılı olabilirler. Affetme konusunda yaşanan muhakemeler affetmeyi nasıl yaşadıklarını açıklamayabilir.

2.5. Affetmenin Boyutları

2.5.1. Kendini Affetme Kavramı

Tanıdığımız bütün insanlar, en yakın çevremiz, hatta kutsal gördüğümüz gelmiş geçmiş bütün insanlar bile bir şekilde hatalara sebep olmuşlardır. Zarar verdiğimizi düşündüğümüzde birçok olumsuz hisle karşı karşıya kalırız. Bu farkındalık karşısında kendimize yönelik düşmanca duyguları bir kenara bırakarak affetmeyi seçebiliriz.

Affetme denince akla ilk kişiler arası affetme geldiği için olsa gerek literatürde yer alan çalışmaların büyük çoğunluğu ihlal karşısında affetme davranışına mağdurun gözünden bakmaktadır. Affetmeyi bir bütün olarak ele alabilmek için sadece mağdura odaklanmak büyük bir eksiklik olacaktır (Riek, 2010;246). Suçlunun gözünden ihlali ve bağışlamayı incelemek söz konusu olduğunda kendini affetme kavramı ortaya çıkar (Enright ve the Human Development Study Group, 1996;107). Kişinin hatalarının farkında olarak bunları kabul etmesi ve kendisine karşı merhamet, sevgi gibi olumlu duygular geliştirerek öfkeden vazgeçmesi kendini affetme olarak tanımlanmıştır. Hall ve Fincham (2005;622)' e göreyse bireyin zararda daha az kaçındığı, kendine yönelik intikam duygusunun azaldığı ve kendine yönelik olumlu davranışların arttığı güdüsel bir dönüşüm sürecidir. Bu tanım McCullough ve ark. (1997;323)'nın kişilerarası affetme tanımına benzemektedir.

Bireyler bir başkasını incittiklerinde yaptıkları davranışların farkındalarsa utanç, pişmanlık gibi duygular hissederler. Benzer şekilde kişiler kendilerine zarar verirlerse de bu duyguları hissedebilirler (Strelan, 2007;260). Ancak kendini affetme ve başkalarını affetme arasında bazı farklılıklar vardır. Kendini affetme, başkasına verilen zarar ve kişinin kendisine verdiği zarar sonucu oluşması açısından ikiye ayrılır. Kişinin kendine verdiği zarar, sadece davranış boyutunda değil düşünsel boyutta da olabilir. Kendini affetme bu yönüyle başkalarını affetmeden ayrılır. Çünkü kendini affetme duygu, düşünce, davranış olmak üzere her yönde gerçekleşebilirken başkalarını affetme sadece davranış boyutunda gerçekleşir. Birbirinden ayıran diğer bir yön, kişi kendini affederken hem kendisine yaptığı hataları hem de başkalarına yaptığı hataları affeder. Başkalarını affederken ise sadece diğerlerinin davranışlarını affeder. Yapılan çalışmalarla empatinin kendini affetmeyi zorlaştırırken başkalarını affetmeyi kolaylaştırdığı bulunmuştur. İntikam duygusu, kendini affetmede kişinin kendisine yönelikken başkalarını affetmede suçlu kişiye yöneliktir. Başkalarını affederken uzlaşmaya gerek yoktur ancak kişi kendini affederken uzlaşmaya ihtiyaç duyar. Eğer bireyler kendilerini affedemezlerse başkalarını affetmeme durumundan daha çok zarar görürler (Taysi, 2007;37). Taysi (2007;40) kendini affetmeden başkalarını affetmenin kolay olmayacağı ve bunun ilişkilere zarar vereceği düşünmektedir. Birey terapi süreçleri ile birlikte kendini affetmeyi öğrenebilirse başkalarını affetmeyi de öğrenir.

Worthington (2006), kimilerinin suçluluk ve utanç duyma eğilimlerinin çok az olduğunu, hatalı davranışlarına dönük daha az çabaladıklarını buna karşın kimilerininse yaptıkları hatalar küçük olsa dahi kendilerini çok suçlu hissetme eğiliminde olduklarını belirtmiştir. Suçluluk hissedenler zararlı davranışlarından dolayı, utançlı olanlarsa içinde bulundukları durumdan dolayı kendilerini affetmeye çalışacaklardır. Narsistik bireyler suçluluk ve utanç yaşasalar dahi bu duygulardan çok kolay sıyrılabilmektedirler (akt., Alpay, 2009;28).

Davranışsal ve durumsal olarak ayrılan öz-affedicilik, kalıcı ve geçici olabilir. Davranışsal öz-affedicilik farkında olarak yapıldığı için kalıcıdır. Durumsal öz-affedicilik ise farklı olaylara göre değiştiği için geçici olabilmektedir (Aslan, 2017;47).

Bauer ve arkadaşları (1992;157), yürüttükleri çalışmada kendini bağışlama süreçlerini ele almışlardır. Bireyler başkalarını incittiklerini fark ettiklerinde pişmanlık, yalnız kalma isteği, üzüntü gibi duygular hissederler. Affetme sürecinin sonuna doğru artık bu durumu kabulleniş yaşanmaktadır. Affetme birçok negatif duygu için dönüşüm niteliğinde olduğundan kendini affetmede de bireyler kırgınlıklarla dolu geçmişten kurtulmuş olurlar. Farkındalık ve sorumluluk alma ile başlayan süreçte birey acının iyileştirici gücüne inanarak çevresinden alacağı sosyal desteğe açık olmalıdır (Ayseli, 2019;4). Yamhure-Thompson, Robinson, Michael ve Snyder (1998)'de birçok psikolojik güçle beraber sosyal desteğin de affetmeyi kolaylaştırdığını dile getirmiştir (akt., Gökmen, 2018;32).

Krause ve Ingersoll-Dayton (2001;253), ilerleyen yaşla birlikte kendini affetmenin nasıl değiştiğini incelemişler. Bilişsel olarak bazı değişimler yaşandığı, hatalardan öğrenmeler yaparak yeni şemalar oluşturabildikleri görülmüştür. Duygusal ve davranışsal olarak yaşanan değişimlerin ise ilerleyen yaşla birlikte artan dindarlığa bağlı olduğu düşünülmektedir.

Kendini affetmede yetersizlik depresyon, kaygı gibi duygulara sebep olmakta (Maltby, Macaskill, ve Day, 2001;882) buna karşın kendini affedebilenlerin daha çok özür belirten ve zararı telafi etmeye çalışan bireyler oldukları görülmektedir (Zechmeister ve Romero (2002;676). Ayrıca kendini bağışlayanların zarar verici olaya bakış açılarına bakılırsa kurbanın olayı abarttığını düşünmüşlerdir ve kurbanla ilişkileri çok eskilere dayanmamaktadır.

Özetle; yapması gerektiği işleri zamanında tamamlamadığı için ya da başkalarına zarar verdiği için bireyler kendilerine öfke duyabilir, kendilerini suçlu hissedebilirler. Hatalarla ile ilgili sorumlulukların kabul edilmesi ve pişmanlık gerçek affetme için gereklidir, olayları gerçekçi değerlendirmeden yapılan affetme deneyimleri inkar ya da sahte affetme ile sonuçlanabilir. Bu sebeple kendini affetme diğerlerini affetmeden daha zor ve uzun, içsel bir süreçtir.

2.5.2. Başkalarını Affetme Kavramı/ Kişilerarası Affetme

Fitzgibbons (1986;630)'a göre kişiler sosyal ilişkilerinde belirli ihtiyaçlarını yeterince karşılayamadıklarında incinmeler oluşur. Bunun beraberinde getirdiği öfke

ve intikam bireyin anı yaşamasına engel olur. Affetme bu süreçte devreye girebilirse birey kendisine zarar veren bu gibi duygulardan uzaklaşarak psikolojik iyi olma süreçlerini destekleyebilir. Kişilerin kendi istekleri ile seçtikleri bir yol olarak nitelendirilen affetme, kızgın olma halini terk etmektir.

Kırılan, incinen ve haksızlığa uğradığını hisseden bireylerin intikam ve kin gibi olumsuz hisleri, yaşanan asıl problemden daha büyük sorunlara sebep olmaktadır. Diğerlerine karşı kullanılan bir savunma niteliğinde olan ve intikam duygusunu azaltan affetme, genellikle erdemli bir davranış olarak nitelendirilir (Fincham, Hall ve Beach, 2005;209).

İlişkilerde yaşanan olumsuz olaylar belirli tahribatlara yol açar. Yıkıcı duygular ilişkiyi yıpranmaya sürüklerken bireyler arasında uzaklaşmalar görülür (Adam Karduz, 2019;35). Kişiler arası ilişkileri düzenleyen, onaran ve sürdüren affetme, psikolojik dengeyi yeniden oluşturma da etkilidir. Bireyler birbirlerini mutlu etme, birbirlerini incitme ve karşılıklı affetme güdülerine sahiptirler (Fincham, 2000;5). Sosyal yaşamda ihlaller ve kırgınlıklar kaçınılmazdır, affetme bu bozulan ilişki sistemlerinin tekrardan oluşturulmasını sağlar. Aynı zamanda affetme aile, sosyal gruplar ve toplum için de uyumu tekrar oluşturma, ilişkileri geliştirmede ve barışı sağlama konusunda yararlı olduğu belirtilmiştir (McCullough, 2000;43).

Hargrave ve Sells (1997)' e göre başkalarını affetme içsel bir süreç olarak ele alınır ve incinen kişide belli dönüşümler gözlemlenir. Zarar veren kişiden intikam alma ve ondan uzaklaşma isteğinde düşüş, uzlaşma isteğinde artış bunlardan bazılarıdır. Böylece duygusal hasarların tedavi edilmesi, iyileşmeler görülmesi mümkündür (McCullough, ve ark., (1997;334)

Kişiler arası affetmede incinen bireyin gayretleri önemlidir. Bilinçli işleyen bu süreçte zarar veren kişinin aynı davranışları tekrarlıyor olması süreci zorlaştırır. Zarar veren kişinin incittiği kişiye dönük olan davranışlarında dikkatli davranması affetme sürecinde önemlidir. Özür dileme, telafi amaçlı girişimler affediciliği destekler niteliktedir (Besim, 2017;25).

Başkalarını affetme ve kendini affetme bazı farklılıklar içerir. Kendini affetme aynı hatayı tekrarlanmayacağına yönelik bazı şartlar içerirken başkalarını affetmede şart yoktur. Empati başkalarını affetmeyi kolaylaştırırken kendini affetmeyi zorlaştırabilir. Kendini affetmede bireyler kendileriyle uzlaşmaya gereksinim

duyarlar oysa başkalarını affetme de uzlaşmaya gerek yoktur. Ayrıca kendini affetmedeki başarısızlık diğerlerini affetmede olduğundan daha olumsuz sonuçlara sebep olabilmektedir (Enright ve Human Development Study Group, 1996;110).

2.5.3. Durumu Affetme Kavramı

Affetme, söz konusu olduğunda affedilecek özne kişinin kendisi ve başkaları olabileceği gibi bireyden bağımsız oluşan bazı durumlar da olabilir. Hastalıklar, doğal afetler ya da yaşanan felaketler bireylerin kontrolleri dışında gerçekleşir ancak olumlu etkiyi yıkarak zarar verici sonuçlar doğurabildiği için affetme söz konusu olabilmektedir. Örneğin bireyler yaşanan salgın hastalıkta yakını kaybederse bu yıkıcı durumla baş edebilmek için affedici davranabilir. Kişinin olaya yönelik olumsuz duygu durumunu olumluya dönüştürmesi beklenir (Topbaşoğlu, 2016;17-18).

2.5.4. Affedildiğini Hissetme / Öznel Partner Affediciliği

Öznel Partner Affediciliği, kişilerin eşleri ya da partnerleri tarafından affedildiklerine dönük düşüncelerini ifade etmek için kullanılan bir kavramdır. Daha çok yakın ilişkiler kapsamında ele alınan affedicilik kavramı, hatalı taraf ve affeden taraf arasındaki ilişki yakınlığından yüksek düzeyde etkilenir. Bu yakınlık, ihlale uğrayan bireylerin hata yapanın bu hatayı düzelteceğine dair bir güven duymalarını sağlar. Wieselquist (2009;531) affedildiğini hissetme ve ilişki istikrarını incelediği bir çalışmada katılımcılara partnerlerinin onları affedip affetmediklerini düşündükleri çeşitli sorular sorar. Partnerleri tarafından affedildiğine ilişkin algısı yüksek olan kişilerin partnerlerine daha çok güvendikleri görülmüştür.

Enright'in gruplandırdığı affedicilik sınıflamasında yer alan affedildiğini hissetme kavramı en az çalışılan kavram olarak karşımıza çıkar (Aydın, 2017;3). Enright ve The Human Development Study Group (1996;115)'e göre affedildiğini hissetme, ihlale uğrayanın ihlale sebep olana karşı olan duygu ve düşüncelerinin olumsuzdan olumluya dönüşmesidir. Duygu ve düşüncelerdeki bu değişim hatalı olanın affedildiğini gösterir. Affedilme hissinin deneyimlenmesi için hiç olmazsa olumsuz duygu ve düşüncelerin azalmış olması bir ön şarttır denebilir.

Öznel affedicilik, kişilerin partnerlerince affedildiklerine dönük algıyı yansıttığı için nesnel affedicilikten ayrılır. Affedicilik, hatalı kişiye yönelik olumlu davranışlar ile açıklanırken affedildiğini hissetme kişilerin içsel süreçlerinden etkilenerek dış dünyaya yansır (Fincham, Beach ve Jackson, 2005;861). Her ne kadar affetme davranışsal olarak gözlemleniyor olsa dahi hem affetme hem de affedildiğini düşünme duygusal bir süreç olduğu için kişilerin iç dünyalarından fazlaca etkilenir (Baumeister, Exline ve Sommer, 1998;82). Partneri tarafından affedilen birey, bu durumu bazen gerçekten farklı algılayarak daha az affedildiğini hissedebilir ve bu affedilme ön yargısı olarak adlandırılır. Friesen, Fletcher ve Overall (2005;68) evli çiftler ve flört eden bireylerle yürüttüğü çalışmada katılımcılara bir kırgınlık hissettikleri bir olayda partnerlerinin ne kadar affedici olduklarını sormuştur. Ayrıca çalışmada partnerlerin gerçekte ne kadar affedici oldukları da yer almıştır. Sonuçlara bakılırsa çiftler, partnerlerinin gerçekte olduğundan daha az affedici davrandıklarını belirttikleri görülmüştür. Gerçek affedicilik ve partnerler tarafından algılanan affedicilik arasındaki bu farklılık affetme ön yargısı olarak değerlendirilmiştir.

Öte yandan bazı durumlarda bireyler hatalı kişiyi affetmiş olsalar dahi bunu davranışlarına yansıtmazlar. Sessiz affetme ya da içsel affetme olarak adlandırılan bu süreçte affeden kişi, kurban rolünde kalmayı sürdürme, ihlalden kazanç sağlama ya da hatalı olan kişiyi ahlaki olarak zor durumda bırakma gibi sebeplerle affettiğini davranışlarına yansıtmaz (Baumeister, Exline, ve Sommer, 1998;85). Bu durumda hata yapan bireyin affedildiğine yönelik algısı düşük olacaktır.

2.6. Affetmede Kişilik Özellikleri

Pozitif psikolojinin tanımladığı 24 karakter gücünden biri de affetmedir. Affedicilikse, affetme davranışının kişilik özelliği şeklinde açıklanmasıdır. İnsanların sahip oldukları mizaçları affediciliği ortaya çıkarabileceği gibi bazı kişilik özellikleri de onları affetmeye eğilimli hale getirebilir. Bunun zıttı olarak sahip olunan kimi özelliklerde affediciliği sekteye uğratabilir. Taysi (2007;49)'a göre, yaşanan durumlar benzer olsa da kimileri affetmeyi seçerken kimileri intikam almayı tercih eder. Bu yönelimlerdeki temel fark kişilik özelliklerinde kaynaklanır. Affetme seviyesi kişilik özelliklerinde çok yüksek düzeyde etkilenir. Kişilik özellikleri

birbirinden farklı olan bireyler diğerlerinde ayrı düşünüp davranarak farklı seviyelerde affedicilikler sergilerler.

Kişilik özelliklerinde bazıları negatif özellikler olarak nitelendirilir ve bu özelliklere sahip bireyler daha zor affederler. Kin, intikam, öfke, düşmanlık gibi duyguların yoğun olduğu kişilikler bunlardan bazılarıdır. İlişkilerde bir hata ile karşılaşıldığında mağdur durumu kırıcı ya da saldırganca değerlendirebilir. Saldırganca algılanırsa öfke, kırıcı olarak algılanırsa korku duyguları sürece dahil olur. Korku hissinde bu yaşanan olayın tekrarlanacağına dair kaygı da yer aldığından affetmeyi daha da zorlaştırdığı görüşmüştür. Big Five olarak nitelendirilen kişilik özelliklerinden uzlaşmaya daha yatkın olanlar ve dışa dönükler daha kolay affederken düşmanca hisler besleyenler, kindarlar ve öfkeliler daha zor affetmektedirler (Berry ve ark., 2005;187).

Yapılan çalışmalarda öfke, kin, düşmanlık, nörotizm, korku ve intikam ile affetmenin negatif ilişkili; dışa dönüklük, empatiklik ve uyumlulukla pozitif ilişkili bulunmuştur. Balliet (2010;262), yaptığı araştırma sonucunda affetme ve vicdanlı olma arasında yüksek düzeyde pozitif ilişki bulmuştur. Tangney (2000;74), alçakgönüllülük ve affetme arasındaki bağlantıyı açıklarken insanların hata yapma potansiyeli üzerinde durur. Alçakgönüllü olmak, başkalarının hata yapabileceğini bilmektir. Zarara sebep olan kişi, insani özellikler taşıdığı için hata yapabilmektedir. ‘Bana bunu nasıl yaptın?’ demek yerine ‘O da benim gibi bazı hatalar yapabilir.’ düşüncesi insani öfkeden ziyade anlayışlı davranmaya yöneltir ve affetmeyi kolaylaştırır (Taysi, 2007;34). Ayten (2012;411) yaptığı çalışma da literatürdeki benzer birçok bulguyla örtüşen sonuçlara ulaşmıştır. Bulgularda affetme ile alçakgönüllülüğün pozitif ilişkili olduğunu ve gurur ile affetmenin de negatif ilişkili olduğu görülmüştür.

Genel olarak affetmede yetersizlik kişilik bozuklukları ile karakterize edilir. Öte yandan affediciliğin de bir eğilim ya da kişilik özelliği olup olmadığı tartışılmaktadır. Kimileri diğerlerine göre daha *affedicidir*. Neden bazılarının diğerlerine göre daha affedici olduğu ya da bazılarının neden affetmede yetersiz kaldığı çalışmalara konu olmuştur. Affetmede yetersizlik narsizim ya da antisosyallikle karakterize edilirler çünkü bu bireyler sosyal hayat içerisinde sebep oldukları zararların sorumluluğunu üzerlerine almazlar. Özellikle narsist bireylerin

kendilerini suçlu olarak görmedikleri, haklı olduklarına inandıkları için daha az affetme davranışı sergilerler. Brown (2004;576), yaptığı çalışmada affetme ve intikam arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Affetmeye eğilimli olanların intikamcı olmadıklarını, affetme eğilimi düşük olanlarınsa intikamcı olduklarını ve narsizm düzeylerinin yüksek olduğunu düşünmüştür. Araştırmanın sonucunda daha fazla intikamcıların, affetme eğilimlerinin düşük ve narsistik eğilimlerinin yüksek olduğuna ulaşmıştır. Ayrıca Exline ve ark., (2004;910) yaptıkları çalışmada narsistik bireylerin eşlerini daha az affettiklerini, erkeklerin kadınlara göre daha fazla narsistik özellikler sergiledikleri için daha az affedici olduklarını ortaya koymuşlardır. Ayrıca narsistlerin daha çabuk kırıldıkları, kendi doğrularını daha çok dile getirdikleri ve affetmeyi çok da tercih etmedikleri bulunmuştur. Aynı zamanda Strelan (2007;264), narsistlerin durumları ve kendilerini daha fazla affederken diğerlerini daha az affettiklerini bulgulamıştır. Uzlaşma ve evlilik uyumunun pozitif ilişkili olmasından yola çıkarak çalışma yürüten Sharpley ve Khan (1980;144), öz-yönelimli bireylerin eşleri ile daha az uzlaştıkları ve evliliklerinden daha az doyum aldıkları bulmuştur.

Hatalı oldukları belirlenen kişilerden kimileri bu hatayı kabul edip telafi etme yoluna giderken kimileri de tüm açıklığa rağmen inkar yolunu seçerek sert bir tavır takınabilir. Yanlış anlaşılanlar, narsistler ve empatikler suça ilişkin birbirinden farklı bir tepkiler verirler. Suçu telafi etmeye çalışmak ve kendini affetmek bir uçta yer alırken kesin bir dille hatayı reddetmek ve suçluluktan kaçmak diğer bir uçtadır. Kimileri de kendini affetmedikleri için o suçluluğu içinde taşırlar. Bu ayrım sahip olunan kişilik özelliklerine bağlı olarak değişir. Kimileri affetmeye yatkınken kimileri de intikam ateşi ile yanıp tutuşabilir. Olumsuz duyguları olumlular ile değiştirebilenler affetmeyi başarmaktadır. Ayrıca yapılan hatalar da kişilik özelliklerine bağlı olarak farklılaşır. Worthington (2005;1)'e göre affetme sürecinde hem hata yapanın hem de mağdur olanın kişilik özellikleri önem kazanır. Zarar sonrası kişilerin aileleri ve yakınları da bundan etkilenebilir ya da onları etkileyebilmektedir. İki kişi arasında yaşanan bir ihlal bir toplumu etkileyecek kadar büyük bir yapıya sahip olabilmektedir.

Özetlenecek olursa, affetme sosyal olarak olumlu bir davranıştır ve düşük affedicilik kişilik bozuklukları ile ilişkilendirilmiştir. Ayrıca bazılarının diğerlerine göre daha intikamcı ya da affedici olmaları nörotizmle ilişkilidir. Kişilerarası

affediciliğin olumlu yönlerini ortaya koyan çalışmalar giderek artmaktadır. Kişilerarası bağışlama sosyal ilişkiler, özellikle evlilik ilişkisi için önemli görülmüş bu konuda çalışmalar literatürde geniş yer kaplamıştır. Evlilik ilişkisinde yaşanan olumsuzlukların çözümünde affedicilik kilit rol oynar durumdadır.

2.7. Affetmenin Faydaları

Affetme, intikam duygusunu kontrol altına alarak kendilerine ve çevrelerindekilere bazen fiziksel çoğunlukla ruhsal olarak zarar vermelerini önler. Sadece hoş bir etki olmanın ötesi farklı alanlarda birçok yararı olduğu bilinmektedir (McCullough, Pargament, ve Thoresen, 2000'den akt. Taysi, 2007;26). Kin, öfke gibi duygular kişileri içinde bulundukları anı yaşamaktan alı koyar. Affetme düzeyleri yüksek kişilerin hem beden hem ruh sağlıklarının hem de sosyal ilişkilerinin daha iyi olduğu bilinmektedir (Sayar, 2008;84-85).

2.7.1. Fiziksel Sağlık Üzerine Etkileri

Duygusal anlamda etkilendiğimiz olayların bizleri fizyolojik olarak da etkilediği yapılan çalışmalarla desteklenmiştir. Affetme ve affedilmenin hem ruhsal hem de fizyolojik sağlık üzerindeki olumlu etkileri birçok çalışmada gözlemlenebilir. Özellikle deneysel çalışmalarda kullanılan yöntemler sayesinde bireylerin affettikleri, affedildikleri durumlarda vücutlarındaki değişimler kaydedilerek incelenir. Ayrıca yapılan çalışmalarda affediciliği yüksek bireylerde sağlık belirtisi olan bazı hücre sayılarının diğerlerininkinden daha fazla olduğu bulunmuştur.

Diğer yandan affetmeme vücutta strese sebep olabilir. Stres, var olan rahatsızlıkları tetikleyebildiği gibi vücudu hastalıklara karşı savunmasız hale getirmektedir. Diğerleriyle ilişkilerinde affetme konusunda zorluk çeken bireylerin, olayları hatırladıklarında affedici davrananlara göre vücutlarında daha fazla kalp hareketliliğine rastlanmıştır (Lawler ve ark., 2003;375). Ayrıca affetmeme, bireylerde sürekli ve kalıcı olabilen olumsuz duyguların yaşanma olasılığını arttırarak fiziksel ve ruhsal sağlığı olumsuz etkileyebilir (Harris ve Thoresen, 2015'den akt. Aydın, 2017;4). Öte yandan Lawler ve ark. (2003;375)'na göre affetmeyi tercih eden bireylerin hastalıklarla ilgili daha az belirti bildirdikleri

görülmüştür. Affetmenin olumsuz duyguları alıp yerine olumlularını koyması, bireyin sağlığında iyileşmelere katkı sunması açısından değerlidir.

2.7.2. Ruhsal Sağlık Üzerine Etkileri

Ruhsal bir iyileşme olarak affetme gerek söz konusu kişiler gerek de içinde bulundukları ilişkiler için fayda sağlayıcı olmaktadır. Mağdurun suçluyu tam anlamda affedebilmesi için öfke, kin, intikam, kırgınlık gibi olumsuz duygulardan sıyrılması ilk şarttır. Kişi affettiğini dile getirdiği halde bu gibi duyguları içinde taşımaya devam ediyorsa affetmeyi içselleştiremediği söylenebilir. Ancak içsel olarak affetmenin sağlanmış olması durumunda psikolojik bir iyileşme beklenebilir (Baumeister ve ark., 1998).

Dünyanın birçok yerinde filozoflar öfke ile mücadele de affetmenin kullanılabileceğini savunmuş, bilinçsiz öfke ve beraberindeki suçluluktan bireyleri koruyabileceğini ifade etmiştir. Öfkeyi azaltarak empatiyi de kolaylaştırdığı için ilişkilerde ve bireylerin psikolojik sağlıkları hususunda değerli bulunmuştur (Fitzgibbons, 1986;630).

Affetme ve ruhsal sağlık üzerine birçok çalışma yapılmıştır. Kişilerarası affetme ile kaygı (Subkoviak ve ark., 1995), depresyon (Brown, 2003), bağımlılıklar gibi zararlı alışkanlıklar (Kendler ve ark., 2003) arasında negatif ilişki varken psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu (Karremans, Van Lange, Ouwererk, ve Kluwer (2003) arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Affetmenin psikolojik olarak rahatlık ve huzura sebep olduğu bunun da mutluluğu arttırdığı bulunmuştur (Çardak, 2012). Öte yandan affetmeme ile depresyon, kaygı ve travma sonrası stres bozuklukları arasında pozitif ilişki bulunmuştur (Witvliet, Phipps, Feldman ve Beckham, 2004).

Macaskill (2012;34)'e göre affetme var olan enerjiyi sağlıklı olmaya ve şimdiki ana odakladığı için bireylerin üretkenliğini destekler. İleriye yönlendirilmeyen enerji aynı olayda takılıp kalarak stres gibi diğer olumsuz duygulardan beslenerek kendini var etmeye devam edecektir.

Karremans, Van Lange, ve Holland (2005;1324), affetme duygusundan yoksun kişilerin yalnızlık ve depresyon yaşadığından söz eder. Zarar veren kişiyi affetmeyen birey hem zarar verenle hem de diğerleri ile olumlu iletişimde bulunamaz. Thompson ve ark. (2005;313) ise affediciliğin düşük depresyon ve düşük

öfke, yüksek yaşam doyumu ile ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Benzer şekilde Maltby, Day, ve Barber (2005;11), affedenlerin, zararın sahibine karşı olumlu tutum ve hisler geliştirebildiklerinde daha mutlu olduklarını bulgulamıştır. McCullough ve Worthington (1999;1152), vicdanlı olma, duygusal kararlılık, sosyal arzu edilebilirlik gibi özelliklerin affetmeyi kolaylaştırdığını söylemişlerdir.

2.7.3. İlişkiler Üzerine Etkisi

Hem evlilikler hem de sosyal ilişkilerde bazen çatışmalar ya da uzlaşılamayan durumlar oluşabilmektedir. Bu esnada hissedilen gerginlikler taraflar arası iletişimi ve ilişkinin seyrini etkilemektedir. Burada ilişkilerin sürdürülmesinde kritik rol oynayan affetme devreye girerse uzaklaşmaların oluşması engellenebilir. Bu esnada incinmeye sebep olan kişi telafi için yollar ararsa affetme kolaylaşmaktadır (Şamatacı, 2013;100). Affetme hem bireyler hem ilişkiler hem de dolaylı yoldan toplum içinde faydalı etkilere sahip sosyal bir yapıdır. Affetme, toplum tarafından desteklenir ve ilişkilerin sürdürülmesini sağlayarak sosyal desteğin devam etmesini sağlar (Karremans ve Van Lange, 2004;207). Ayrıca Hall ve Fincham (2005;622)'a göre affedilen birey de farkındalık kazanarak ilişkilerindeki iyileşmeyi fark edebilir.

Eşler arası affedicilik yaşam kalitesini arttırdığı gibi ilişkilerin uzun soluklu olmasını da sağlar (Burchard ve ark., 2003;240). Özellikle çatışma sonrası eşler birbirlerini affederlerse bunun ilişkiler için eskisinde de iyi olabilme potansiyelini sağladığı görülür. Affetmek için verilen uğraş aslında ilişkiye verilen değerin göstergesidir. Tse ve Yip (2008;365), çatışmanın ilişkilerde kaçınılmaz olduğunu söyleyerek yaşanan olumsuzluklarla baş etmede yardımcı olan affetme kişiler arası uyumu geliştirir ve ilişkilerdeki olumsuz etkiyi ortadan kaldırır. Farklı affetme düzeylerine sahip kişilerin sosyal destek, iyi oluş, dini yönelim düzeylerinde farklılıklar gözlemlenmiştir.

Kolay affedenlerin sosyal ilişkilerde daha iyi, aldıkları sosyal desteğin daha yüksek olması daha sağlıklı bireyler olarak değerlendirilmelerine sebep olmaktadır. Bu kişiler, sosyal ilişkilerden doyum sağlama (Gürbüz, 2016;28) ve yardımseverlik puanlarında artışla (Satıcı, 2016;60) gelişimlerine katkı da sağlamış olmaktadırlar. Ayrıca affedici insanlar çevrelerine daha fazla sosyal destek sağlarlar (Ayten, 2009;115). Hallowell (2005;128), affetmiş bireylerin öfkeli olma ve öfkeli ya da

suçlayıcı davranmada azalma, pozitif düşüncede artma, öz-yeterlilik, sosyal destek ve farkındalık alanlarında gelişimler yaşadıklarını belirtmiştir. Bireyin kendisinde yaşadığı olumlu değişimler zamanla çevresi ile olan ilişkisine de yansımıştır.

Fincham (2000;1), affetmenin bütün ilişkiler için temel olan bir yapıda olduğunu söylemiştir. Yapılan çalışmalar affeden bireylerin sosyal olarak daha sağlıklı ve dayanıklı ilişkiler kurabildiklerini, evliliklerinde ya da romantik ilişkilerinde daha kararlı davrandıklarını, incitme ve suçlama davranışlarını daha az tercih ettikleri için kişilerarası ilişkilerinde çokça başarılı olduklarını göstererek bunu desteklemiştir (Jones, 1997'den akt., Şahin, 2013;17).

Özetle affetme, sadece zayıflık olarak değerlendirilemeyeceği gibi her ihlalde affetmenin kullanılabileceğini de söyleyemeyiz. İçsel çözümsüzlüğe bir nevi katkı sunan bu yapı kesin olarak ilişkiyi devam ettirme, hatanın telafi edilmesi gibi süreçleri içermek zorunda da değildir. Tam aksine suçludan bağımsız, olumsuz hisleri etkisiz bırakan ve içten olduğu müddetçe olayın verdiği hüznü azaltarak sağlığa çok yönlü katkılar sunan bir dönüşümdür.

2.8. Affetmenin Belirleyicileri

Çalışmalara göre affetme üzerinde etkili birçok öge vardır. Bunlar; pişmanlık, affetme, özür, affetmeyi isteme ve fedakarlıktır (Worthington ve Diblasio, 1990;219). Zarar sonrası incinen birey affetme kararını alırken ilişkisine verdiği önem, zarar verenin niyeti, daha önceki davranışları ve ihlal durumunu düşünür (Scobie ve Scobie, 1998;396).

Genel olarak yaşla birlikte affediciliğin de arttığı gözlemlenmiştir. Bunun sebepleri arasında ilerleyen yaşla dindarlığın artıyor olması ve önceki yıllara göre azaldığı için değerli hale gelen ilişkileri koruma isteği olduğu düşünülmektedir (Worthington, 2004'den akt., Aydın, 2017;6). Girard ve Mullet (1997;219), ergen, yetişkin ve yaşlıların okudukları senaryolara verdikleri tepkileri incelemiş ve o da benzer bir sonuca ulaşarak yaşla birlikte affetmenin arttığını söylemiştir. Asıcı (2013;172) 'da benzer sonuçlara ulaşsa da yaş ile birlikte affetmenin değişmediğini söyleyen (Ayten, 2009;111) çalışmalar da vardır.

Cinsiyet açısından bakılacak olursa yapılan çalışmaların bazılarında kadınlar daha affedici (ör: Karremans ve ark., 2003; Exline ve ark., 2004) bulunurken bazı çalışmalarda ise erkekler daha affedici bulunmuş (Worthington, Sandage ve Berry, 2000) ya da erkekler ve kadınlar arasında affetme bağlamında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Miller, Worthington ve Mcdaniel (2008;844), bu konuda yapılan yetmişten fazla çalışmayı analiz etmiş ve kadınların genel olarak daha affedici olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bunu açıklarken; başa etme stratejileri, zararı değerlendirme şekli, bağlanma, kültür, kişilik özellikleri, ihlalin özelliği, kadınların çözüm odaklı olurken erkeklerin adalet arayışları, kadınların daha dindar olmaları ve erkeklerin intikam duygusunun yüksek olması gibi farklılıklardan kaynaklanabileceği üzerinde durmuşlardır. Diğer bir deyişle toplum tarafından erkekler yetiştirilirlerken saldırgan eğilimli ve adaleti sağlamaya dönük davranmaya teşvik edilirken kadınlar uyumlu olma ve var olan ilişkileri sürdürmeye dönük eğitilirler. Erkekler, iş dünyasında kadınlar ise daha çok romantik ilişkilerde affedici davranmaktadır (Ghaemmaghami, Allemand ve Martin, 2011;193). Yapılan çalışmalara göre kadınların ilişkilerini devam ettirmeye daha istekli ve zararı telafi etme girişimlerinin daha fazla olması (Shackelford, Buss ve Bennet, 2002;304) affediciliklerinin daha yüksek olması yönünde beklenti oluşturmaktadır. Türkiye'de yapılan birçok çalışmada kadınların ve erkeklerin affedicilik seviyelerinde farklılıklar gözlenmemiştir (Taysi, 2007; Yıldırım, 2009; Şahin, 2013; Ayten, 2009; Asıcı, 2013). Bazı çalışmalarda (Atçeken 2014; Uysal, 2015) ise kısmen farklılıklara rastlanmıştır.

Eğitim düzeyi de affetmeyi etkilemektedir. Orathinkal, Vansteenwegen ve Burggraeve (2008;20), kadınların eğitim düzeyleri ile affetme davranışları arasında ilişki olduğunu söylemektedir. Mullet, Houdbine, Laumonier ve Girard (1998), liseden mezun olanların affediciliklerinin mezun olmayanlara göre daha düşük olduğunu belirtmişlerse de (akt., Yangın, 2019;64) eğitim seviyesi ile affetme arasında farkın olmadığını söyleyen çalışmalar (Lawler-Row ve Piferi, 2006;1013) da vardır.

Birçok din affediciliği önemli bir yere koymakta ve yaptığı vurgularla toplumun yararını da gözeterek affetmeyi kolaylaştırmaktadır. Dini kurallardaki affetmeye teşvik, dini grupların sağladığı sosyal destek, affederek Tanrı tarafından da

affedileceği düşüncesi, dinde örnek gösterilen kişileri ve Tanrıyı rol model alma gibi etkenler dinin affetme üzerindeki kolaylaştırıcı etkilerinden bazıları olarak bulgulanmıştır (Rye, Pargament, Ali, Beck, Dorff, Hallisey ve ark., 2000 'den akt., Aydın, 2017;6). Ayrıca dindar bireyler affediciliğe önem verdiklerini, bunun gerekli olduğunu düşündüklerini ve affedici davrandıklarını ifade etmişlerdir. Hatta kendini güçlü bir şekilde bir dine bağlı olarak tanımlamayanların dahi çatışma çözüm yöntemlerinde dinden etkilendikleri görülmüştür (Mullet, 2010'dan akt., Şahin, 2013;7). Yapılan bir başka araştırmada dindar bireylerin hem affetmede hem de yaşanan olumsuzlukları tolere edebilme yönünde diğerlerine göre daha yüksek eğilimlere rastlanmıştır (Macaskill, 2007;203). Bunlara ek olarak dini inançlar affetmeyi merhamet, sevgi, erdem olarak yorumlamaya katkı sağlamaktadır (Hui, Watkins, Wong ve Sun, 2006;194).

Dini ibadetlerini yerine getirenlerin getirmeyenlere kıyasla daha affedici davrandıkları bulunmuştur. Yapılan diğer çalışmalarda derin dini inançların affetmenin temelinde yer aldığı söylenmiştir. Üye olunan dini grupların affetme süreçlerine destek oldukları söylenebilir (McCullough, 2000;52). Kendilerini dindar olarak tanımlayanların diğerlerine göre kendilerini daha affedici olarak değerlendirdikleri bulunmuştur. Ancak bu durum daha dindar bireylerin her zaman daha affedici davranacağı anlamına gelmemekle birlikte bunun kendilerine yönelik algıları olduğu unutulmamalıdır. Yaşanan bir ihlal durumunda bireylerin affedicilik seviyelerine bakıldığında kendilerini dindar olarak tanımlayanların daha az dindar tanımlayanlara göre yüksek affetme sergilemedikleri görülmüştür (McCullough ve Worthington, 1999;1147). Dindar ve ateist iki gruba affetme üzerine bir grup çalışması uygulanmış ve bu gruplar arası farklılıklar değerlendirilmek istenmiştir. Sonuçlara göre program etkili bulunmuş fakat gruplar arası affedicilik puanlarında farklılığa rastlanmamıştır (Rye ve Pargament, 2002;419).

Yapılan araştırmalar özetlenecek olursa, dindarlık ve affetmenin pozitif ilişkili olduğunu görülebilir ancak bu durumda farklı görüşlerde yer almaktadır. Konunun netlik kazanması adına bireysel özelliklerin de inceleneceği daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Affetmenin belirleyicilerinden biri de yüklemelerdir. Evliliklerdeki negatif yüklemeler sorunlara uygun olmayan yöntemlerle yaklaşılmasına ve eşe yönelik

olumsuz tutumu sürdürmeye neden olmaktadır. Evliliklerde çatışmayı azaltacak şekilde yapılan pozitif yüklemelerin affetmeyi arttırdığı ve olumsuz yüklemelerin çatışmayı arttırarak affetmeyi azalttığı ortaya konmuştur (Hall ve Fincham, 2006;518).

Zararın ne olduğu ve bağlamı da affetmeyi etkilemektedir. Azar, Mullet ve Vinsonneau (1999;180), Lübnan'da yürüttükleri araştırmada ihlalin kasıtlı olması ve verdiği zararın kalıcı olmasının affetmeyi zorlaştırdığını ayrıca bunun daha düşük eğitim seviyesi için daha belirleyici olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Bunlara ek olarak affediciliği etkileyen faktörlerin; zararın üzerinden geçen zaman ve zararın engellenebiliyor olup olmamasıdır. Zararın üzerinden geçen süre ile affetme davranışı arasında pozitif ilişkiye rastlanmıştır (Girard ve Mullet, 1997;219).

Bireylerin içinde bulundukları ilişkiye dair etmenler de affetmeyi etkilemektedir. Bireyler ait hissettikleri ve uyumu bozmak istemedikleri ilişkideki kişilerin davranışlarını daha az olumsuz değerlendirme ve daha affedici olma eğilimindedir. Örneğin kardeşler, iş arkadaşlarına göre daha kolay affedilir. Romantik ilişkilerde zarardan önce bağlılık yüksekse daha fazla affedici davranılmaktadır (Finkel, Rusbult, Kumashiro ve Hannon, 2002;970). İleri yetişkinler için yakınlık çok önemli bulunmasa da genç yetişkinler bir yakınını bir tanıdığa göre daha kolay affetmektedirler (Allemand, 2008;1137). Öte yandan bireylerin yakınlarını daha zor affettiklerini söyleyen çalışmalar da vardır ve bunu açıklarken bitirilmemiş işlerden yola çıkarlar. Bahsi geçen kişilerden daha fazla özür, telafi ve pişmanlık beklemektedirler (Younger ve ark., 2004;843). Hatanın sahibi bizim için ne kadar önemli ise affetmek o derece zorlaşabilmektedir (Bugay Demir, 2011;13). Hill, (2001;369)'de affetme için terapiye giden bireyler incelemiş ve daha çok aile, eş ve kardeşi affetme amaçlı başvurular yapıldığını görmüştür.

İlişkinin özellikleri de affetmeyi etkilemektedir. Yakın ilişkilerde söz konusu olan yatırımlar, kaliteli ilişkideki uyum, bağlı olan eşlerin birbirleri için fedakar davranma eğilimi, eşlerin daha empatik davranabiliyor olmaları, kişi canı yansa da partnerinin bunu onun iyiliği için yaptığı düşüncesi ve tarafların hataları telafi etmede daha istekli olmaları yüksek kaliteli ilişkilerde affediciliği kolaylaştırmaktadır (Fincham, 2000;14).

Zarar gören kişinin yakınlarının vereceği tepkiler ve affedicilik yönündeki tutumları da bireylerin özellikle evli çiftlerin affedicilik düzeylerini etkilemektedir. Etrafındaki insanların beklentilerini karşılama isteği, dinin de bunu destekler nitelikte olması kişiyi affetmeye teşvik edebilir (Enright ve ark., 1989;107).

Affetme, kültürlerin büyük çoğunluğunda bir erdem olarak ifade edilir. Kültür, affetmeyi motive etmekle kalmayıp sonucunu ve sürecini de etkilemektedir. Toplulukçu toplumlarda affetme motivasyonu uyum ve sosyal iyi oluş; bireyci toplumlarda ise bireysel iyi oluş üzerinden şekillenir. Doğu ülkelerinde kendini affetme geri planda kalmaktadır. Toplumda uyumlu davranma isteği affetmeye teşvik eder. Fransızlara kıyasla daha toplulukçu olan Kongolular daha affedici olarak değerlendirilmiştir (Kadiangandu, Mullet ve Vinsonneau, 2001;504). Affetme sürecindeki farklılıklara bakılırsa bireysel toplumlarda terapiler, bireysel baş etme stratejileri kullanılırken toplulukçu toplumlarda ise arabulucular, semboller, törenler, ritüeller, toplumda hatırı sayılır büyükler etkili olmaktadır. Ritüellerde birey olumsuz duygularından tamamen arınamayabilir. İntikamdan ve zarar vereni cezalandırmaktan vazgeçerek barışı sağlama ve toplumsal düzeni koruma esastır (Sandage, Hill ve Vang, 2003;567). Kollektif toplumlarda bireyler kişiliklerini sosyal olarak oluştururlar ve grup normları, ilişkiler ve kişilerarası iyi oluş bu süreçte etkindir. Affetme kişilerarası bir ögedir, birey hatanın nedeni olarak başkalarını görmekte ve affederken toplumsal yapılardan etkilenmektedir. Uzlaşma ve affetmenin birlikte ele alınmasından dolayı affetme bireysel alınan bir karardan ziyade toplumsal bir kuraldır. Kişilerin kendilerinden çok diğerleriyle ilişkilerine önem vermeleri kendini affetmeyi geri planda bırakmıştır. Bireyci toplumlardaysa kişilikler oluşturulurken kendi odaklı, bireysel iyi oluşu temel alan yollar takip edilir ve affetme içsel bir süreç olmakla beraber bireysel bir karardır. Hatanın sebebi olarak kendini gösterme ve affetmede bireysel beceriler kullanılmaktadır. Affetme, uzlaşmadan ayrılmıştır ve kişisel yöntemler olarak tercih edilir (Paz, Neto, Mullet, 2008;154-155). Bu bilgilerden hareketle toplulukçu kültürlerde affetmenin bireyci kültürlere göre daha ön planda olabileceği düşünülebilir.

Kültürün ötesinde içinde bulunulan toplum değerleri de affetmeyi etkilemekte hatta bazen bu bir baskıya dahi dönüşebilmektedir. Ensest yaşantısı olan kadınlarla yapılan çalışmada toplumda yasaklanan eylemlerin birey tarafından daha zor

affedildiği görülmüştür. Olayın hafızalardan silinmesi yönünde çevrenin baskıları affetmeyi etkilemekte bazen zorlaştırmaktadır (Tener ve Eisikovits, 2014;1).

Yılmaz (2014;102), bunlara ek olarak verilen zararın, zarar göreni hala etkileyip etkilemediği ve çevredeki diğer kişilerin olaya ilişkin düşüncelerinin de affetmeyi etkilediğini öne sürmüştür. Örneğin mağduriyet algısının yükselmesiyle affetmenin azaldığı görülmüştür. Durumlar, faktörler ya da içerisinde bulunulan çeşitli şartlar affetmeyi kolaylaştırır ya da zorlaştırır. Kişilerarası ilişkilerde affediciliği kolaylaştıran faktörleri bilmek evlilikte affediciliği anlamamıza yardımcı olacaktır.

2.9. Affetmeyi Kolaylaştıran ve Zorlaştıran Etmenler

Worthington ve Wade (1999;392)'e göre kimi durumsal, sosyal ya da ilişkisel etmenler kişilerin zarar verici olaylara verdikleri tepkileri etkilemektedir. Bu etmenler; zarar verenin özür belirtmesi, suçluyla empati kurulması, ruminasyon, zararın şiddeti ve ilişkiye olan bağlanmadır. Başka bir deyişle incinme yaşantısından sonra inciten birey, affedilmek adına incittiği kişi ile iletişim kurmaya çalışma, empati yapma, özür belirtme ve durumu telafi etmeye çalışma gibi yöntemlere başvurabilir. Zararı verenin bu gibi davranışları affetme süreçlerini etkilemektedir.

Gigard ve Mullet (1997;209), beş durumun affetmeyi kolaylaştırdığını söyler. Kişiler diğerinden intikam alırlarsa onu affedeler ki bu affetme tanımına uymamaktadır. Bazıları hakları yeniden eline geçtiğinde ya da zararın etkisi geride kaldığında affederler ki bu da affetmeden ziyade adaletle alakalıdır. Kimileri de kasıtlı yapılmış bir eylem değilse, art niyet yoksa daha kolay affetmektedirler. Hatanın sonuçları çok ciddi boyutlarda değilse de kolay affedilebilir. Son olarak özür ve pişmanlık bildirmenin bu süreci kolaylaştıracağını belirtmiştir.

2.9.1. Özür

Özür, affetmeyi kolaylaştıran faktörlerden ilkidir. Özür, bir hata yapıldığında hata yapan kişinin yaptığı davranışa getirdiği açıklamadır. Kişi suçunun farkındadır ve affedilmeyi bekler. Scobie ve Scobie (1998;396)'e göre özür için en önemli faktör verilen zararın şiddetidir. Eğer zararın şiddeti düşükse ya da bir şiddet algılanmamışsa ve zarara uğrayan kötü bir niyet hissetmiyorsa özür sadece bir

ritüeldir, kendiliğinden gerçekleşebilir. Ancak zararın şiddeti yüksekse ve kötü niyet algılanıyorsa özrün kabul edilme ihtimali düşmektedir. Böyle olmasının sebebi ise, zarardan sonra sorumluluğun zarar verene ait görülmesi ve niyetin davranışlarda önemli olmasıdır. Zarar hali hazırda devam ediyorsa ve özrün samimiyeti konusunda şüpheler varsa özrün affetmeyi kolaylaştırması pek de mümkün olmamaktadır. Söz konusu zarar isteyerek verildiyse ve bu yönde bir yükleme varsa bu durumda özür affetmeyi kolaylaştırmaktan ziyade zorlaştırmaktadır (Strurhers, Eaton, Santelli, Uchiyama ve Shirvani, 2008;983). Ohbuchi, Kameda, ve Agarie (1989;219), yaptıkları çalışmada bu bulguları destekleyen sonuçlara ulaşmışlardır. Zarar sonrası dilenen özrün, kırgınlıkları tamir edebildiği ve bireyler üzerinde iyileşme yaratabildiğini söylemişlerdir. Özrün varlığında zarara uğrayanın çok yüksek öfke düzeyine sahip olmadığı ve zararın şiddetinin özürle alakalı olabileceğini bulgulamışlardır. Zararın şiddeti yükseldikçe daha çok özür beklendiği ve dilenen özrün yapısının uğraş gerektin, karmaşık bir yapıda olması öfke ve intikam duygusunu azalttığı bulunmuştur. McCullough, (2000;48)'e göre de samimi dilenen özür ve ifade edilen pişmanlık affetmeyi kolaylaştırmaktadır. Bugay ve Demir (2011) de Türkiye'de yürüttükleri çalışmada benzer sonuçlara ulaşmışlardır. Bunlara ek olarak verilen zararın şiddeti dilenen özrü yorumlamada etkili bulunmuştur. Zararın büyüklüğü arttıkça ve altında yatan niyet olumsuz olarak nitelendirildikçe özrün geçerliliği düşmektedir (Scobie ve Scobie ,1998;396).

Gauche ve Mullet (2005;566), ise yapılan saldırının psikolojik mi fizyolojik mi olduğuna bağlı olarak özrün affedicilik üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Sonuçlara göre psikolojik saldırı sonrasında özür ve niyet fizyolojik saldırıya göre daha önemli olmakta ve suçluyla yakınlık affetmede belirleyici bir rol oynamaktadır. Fizyolojik saldırılarda niyet önemli görülse de özrün varlığının affetmeyi kolaylaştırdığı söylenemez.

Hem suçluyu rahatlatan hem de mağdurun olumlu duygular hissetmesini sağlayan özür, affetme sürecinde kritiktir ancak affetmede tek başına rol oynamaz. İkili ilişkilerdeki bağlanma ve ilişkideki uyum daha fazla özre (McCullough, Racha, Sandage, Worthington, Brown ve Hight, 1998;1586) ve dolaylı olarak daha çok affetmeye sebep olur. Aynı şekilde yüksek özür beraberinde empatiyi getirdiği için suçlunun affedilme ihtimalini yükseltir. Özrün samimi olması, empati, zarar veren

davranıştaki niyet, zarar verenin zarar görene sosyal yakınlığı gibi çeşitli faktörler affetmeyi etkilemektedir.

2.9.2. Empati

Worthington ve Wade (1999;404), empatiyi, bireylerin kendini diğerlerinin yerine koyması ve duygu, düşünce, davranış olarak onu anlamaya çalışması olarak tanımlar. Worthington'ın (1998;59), affetmenin merkezinde empati olduğunu söyler. Ona göre zarar verenin gözünden olayları anlamaya çalışmak affetmeyi kolaylaştırmaktadır. Hatta özür ve affetme arasındaki ilişkiye aracılık eden en önemli değişken empatidir. Kişilerin ne derecede affedici olacağını belirleyen şey ne derecede empati kurabildiğidir. Bu sebeple affetme terapilerinde kurbana empati becerileri öğretilir. Hebl ve Enright (1993;), bağışlamanın süreç modelini temel alarak oluşturdukları müdahale programının 3.aşaması olan çatışma aşamasında mağdurun suçluya karşı empati geliştirmesi ve olaylara yönelik bakış açısını değiştirebilmesi esas almışlardır. Strelan (2007;261) da suçluluk duyma ve empatinin hataları telafi etmeye yönelttiğini söyler. Gartner (1988), affedilmeyi tadanların affetme konusuna da daha sıcak baktıklarını gözlemlemiş ve bunu empati duyabilme ile açıklamıştır (akt., Derincegöz, 2019;16).

Evlilik ilişkilerinde çözüme kavuşamamış çatışmaların varlığı uyumu ve empatiyi engeller ve bu da dolaylı olarak affetmeyi etkiler. Empati düzeyi düşük kişilerin, tıpkı kişilik bozukluklarına sahip olanlar gibi empati kuramadıkları için affetmeye hayatlarında yer veremedikleri görülmektedir. Akhtar (2002;194)'a göre, pişmanlık hissetmeyen ve empati duyamayan sosyopat ve narsistik bireylerde affetme isteği yetersizdir.

İlişkilere birçok yönden katkı sağlayan ve ayrıca başkalarını affetmeyi kolaylaştıran empati, kişinin kendini affetmesi mevzu bahis olduğunda işleri daha da zorlaştırmaktadır (Taysi, 2007;37).

2.9.3. Bağlanma

Türkiye'de aile yapıları, aile içi ilişkilerin ve bağların güçlü olduğu geleneksel yapılardır. Aile bireyleri ve eşler duygusal olarak birbirlerine bağlıdırlar. Bu bağlılıkların affetme üzerindeki etkisini araştırmak için birçok çalışma yapılmıştır. Amaç affetmenin mi bağlanmayı kolaylaştırdığını yoksa bağlanmanın mı affetmeyi

kolaylaştırdığını açıklamaktır. Johnson ve Rusbult (1989;978), yaptıkları çalışmalarda ikili ilişkilerini devam ettirenlerin bitirenlere göre alternatif eşleri daha olumsuz algıladıklarını bulmuşlardır. İlişki devamını sağlayan bağlanma sayesinde eşler çok çekici ve elde etme ihtimali yüksek alternatifleri bile olumsuz değerlendirmişlerdir. Ek olarak Finkel ve ark., (2002;956)'na göre bağlı bireylerin birbirlerini aldatmaları daha düşük bir ihtimal olarak değerlendirilir ayrıca aldatsalar dahi affetmelerinin daha kolay olduğunu gösteren araştırmalar vardır.

Bağlılığın artması ile affetme de artma eğilimindedir ancak her zaman yüksek bağlılıklar yüksek affetmeyi beraberinde getirmez. Örneğin sözünde durmamak gibi spesifik durumlar ilişki temellerini ve beklentilerini riske attığı için bu gibi durumlarda yüksek bağlılığa sahip birini affetmek düşük bağlılığa sahip birini affetmekten daha zor olabilir (Miller, 2001'den akt. Şamatacı, 2013;19).

McCullough, ve ark., (1998;1586) mutlu ve bağlı çiftlerde ilişki yakınlığı affetmeyi kolaylaştırır. Çiftlerin birbirlerine verdikleri zarardan önce yakın olmaları özür, empati, affetme zincirini oluşturmalarını kolaylaştırır. Ayrıca Tsang, McCullough ve Fincham (2006;448)'a göre affetme kaybolan yakınlığı yeniden yakalamayı da sağlamaktadır. Karremans, ve ark., (2003;1011)'e göre yüksek bağlılığı olan birlikteliklerde affetmenin varlığı psikolojik iyi oluşla yokluğu ise psikolojik gerilimle ilgilidir. Ayrıca eşleri affetmeyle yaşamdan alınan doyum diğer kişileri affetmeyle alınan doyumdan daha yüksektir.

Öte yandan affetmenin çeşitli engelleyicileri olduğunu savunan Fitzgibbons (1986;632), evlilikte affetmeyi duraksatan nedenlerden ilki ebeveynlerin yeterince affedici olmamalarından kaynaklı eksik model almadır. İkinci neden ise değer verdiklerimizin affedilmesi gereken durumlarda bunu itiraf edememeleri ve aynı şeyleri tekrarlayarak sürekli diğerlerine zarar veren yakınlardır.

Affedilemeyen durumlar, derin düşüncelerde, davranışlarda hatta geceleri gıcırdatılan dişlerde kendini gösterir. Affetmeye intikamı tercih edenler için Konfüçyüs, intikama niyetlenen insanın mezarı iki kişilik kazması gerektiğini söylemiştir (Hallowell, 2005;152).

Bunun yanında İranlı kadınlarla yapılan bir çalışmada güvenli bağlanan bireyler, güvensiz bağlananlara göre daha affedicidir, daha fazla olumlu duyguya sahiptirler, daha fazla çözüm üretmişlerdir ve bu davranışları sergilerlerken daha

kararlı davranmaktadırlar (Shahidi, Zaal ve Mazaheri, 2012;489). Güvensiz bağlananlar ise olumsuz durumları daha tehdit edici algılamakta, daha fazla olumsuz his beslemekte ve daha zor affetmektedirler. Kaçınmacı bağlanan kişilerinse empatiden yoksun olmaları sebebiyle affetmekte güçlük çektikleri (Burnette, Davis, Green, Worthington ve Bradfield, 2009;278) ve incinme yaşantısında ilişkiyi bitirme eğiliminde oldukları (Akbağ, Malkoç ve Erginsoy, 2010;18) gözlemlenmiştir.

Özetle; bağlılığı yüksek bireyler uyumludur, çiftler arası uyum affetmeyi kolaylaştırır. Bağlılık, ilişkiyi sürdürme isteği uyandırır ve bu da affediciliği beraberinde getirir. Diğer bir deyişle ilişkilerdeki yakınlık, empati ve affetmeye aracılık etmektedir dolayısıyla affetmeyi kolaylaştıran değişkenler birbirleriyle bağlantılıdır.

Kimi davranışlar affetme için destekleyici olsa da bazı davranışlar affetmeyi zorlaştırmaktadır. Özür, empati ve bağlanma affedicilik sürecine destek olurken zararın şiddeti ve ruminasyon süreci zorlaştırmaktadır.

2.9.4. Zararın şiddeti

Zararın şiddeti, affetmeyi etkiler ancak burada en önemli nokta zarara kurbanın mı suçlunun mu açısından bakılacağıdır. Yapılan çalışmalarda katılımcılar, başkalarını incitmediklerini ifade etmişlerdir. Suçlular, verdikleri hasarları önemsiz olarak değerlendirirken mağdurlar ise zararın şiddetini yüksek olarak algılamaktadır. Bu sebeple zararın şiddetinde önemli olan kimin açısından bakıldığıdır. Mağdurun içinde bulunduğu ilişki yakın ve doyum sağlayıcı ise olumsuz davranışları daha az suçlayıcı algılamaktadır ve affetmeye daha eğilimlidir (Taysi, 2007;57).

Bugay ve Demir'in (2011;13) yürüttükleri çalışma sonucunda suçun büyüklüğü, kim tarafından yapıldığı, neden olduğu sonuçlar, suçtaki sorumluluk ve özrün affetmeyi etkilediğini bulmuşlardır. Hatanın şiddeti, sebep olduğu sonuçlar ve kim tarafından yapıldığı kısmına verilen önem arttıkça affetmenin azaldığı ve hatadaki sorumluluğun ve özrün önemli hale geldiği durumlardaysa affetmenin arttığı gözlemlenmiştir. Ayrıca Vangelisti ve Young (2000;393), kasten yapılan ihlallerin düşmanca ve saldırganca duygulara sebep olduğu için affetmeyi zorlaştırdığını belirtmişlerdir. Taysi'nin (2007;58) de zarara yönelik algıladığımız büyüklük arttıkça affetmenin zorlaşacağını bulgulamıştır.

Çiftlerden birisi kendisine karşı yapılan ihlali hak ettiğine inanıyorsa zararın şiddetini düşük algılama eğilimindedir. Yapılan hata için belirli gerekçeler yoksa çiftler için zarar daha şiddetli algılanmaktadır. Olumsuz yüklemeler affetmeyi zorlaştırmaktadır. Fincham, Jackson ve Beach (2005;871), yaptığı çalışmada tek istisnanın reddedilme hassasiyeti olduğu görülmüştür. Reddedilme hassasiyetine sahip bireyler ilişkilerini kaybetme korkusu yaşarlar ve bunun üstesinden gelebilmek için affetmeyi kullanırlar. Bu kişilerde zararın şiddeti affetmeyi etkilemez. Bu hassasiyeti taşımayan bireyler için zararın şiddeti oldukça önemlidir ve bu şiddetin büyüklüğüne yönelik algı arttıkça affetme azalmaktadır. Reddedilme hassasiyetine karşın depresif bireylerin ise, yakınları tarafından aldıkları hafif zararları dahi daha zor affettikleri görülmüştür. Bunu açıklarken de olayları daha olumsuz algılıyor olmalarından söz edilmiştir.

Özetle; zararın büyüklüğü affetmeyi zorlaştırmakta, suçluların sebep oldukları ihlali daha küçük algılama ve mağdurun suçu abarttığına yönelik düşünceleri suçu sahiplenmeyi engelleyerek pişmanlık ve özrü geciktirmekte bu da affetmeyi zorlaştırmaktadır (Younger ve ark., 2004;843; Çardak, 2012;38). Bunun yanında bireylerin yaşadıkları hassasiyetlerin ya da psikolojik duygu durumlarının zarara yönelik algıyı değiştirebildiği ve bunun da affetmeyi etkilediği söylenebilir.

2.9.5. Ruminasyon

Affetmeyi zorlaştıran bir diğer etkense ruminatif düşüncedir. Uyum bozucu ve tekrarlayıcı düşünme yapısıyla tanınan ruminasyon, affetmeyi zorlaştıran diğer bir yapıdır. İntikamcı düşünce ve öfke ruminasyonlarıyla affetme arasında negatif güçlü bir ilişki mevcuttur. Zarar gören eş, olay üzerinde sürekli düşünüyorsa (ruminasyon) affedicilik zorlaşmaktadır. Bireyin yaşanan olumsuzluğu tekrar tekrar düşünmesi affetmeyi zorlaştırmakla kalmayıp suça ilişkin ruminasyonların intikamı tetiklediği söylenmektedir. Birey süreçli yaşanan olayı olumsuz şekillerde hatırlayarak içindeki öfkeyi ve kini taze tutmaktadır (McCullough, 2000;47).

Bağışlama ile ilgili genel bilgiler açıklanmıştır. Araştırmanın asıl konusunu oluşturan evlilikte affedicilik ile ilgili bilgiler buradan itibaren verilecektir. İlerleyen süreçlerde ise evlilikte affedicilik ve aileden algılanan sosyal destekle ilgili literatür çalışmalardan söz edilecektir.

2.10. Affetmenin Nedenleri

Younger, ve ark., (2004;840)'e göre affetme, neden ortaya çıktığından etkilenir. İnciten kişi ile kurulan empatiden doğan affetme, inciten kişiye sunulan bir hediyedir. Özgeci yönüne ek olarak benliği koruyarak ilişkileri sürdüren ve ihlallerle başa çıkmaya yardım eden bir araç da olabilmektedir. Kin kuramı, bu yaklaşımları tek bir çatı altında birleştirmiş, affetmenin hem özgeci hem de benlik yönelimli etmenleri içerdiğini belirtmiştir. Affetme, zihinde gerçekleşen kişisel bir olgu olabildiği gibi toplumsal süreçlerden etkilenen kişiler arası bir süreç de olabilmektedir (Baumeister ve ark., 1998;101). Affetme, bazen içsel güdüler tarafından tetiklendiği durumlarda yüksek seviyede affedicilik bildirilebilir fakat yeterli dışsal dönüşümler ortaya çıkmazsa yararlı bir affedicilikten söz edilemez. Kişi ihlal sonrasında acılarında kaçınmayıp bunlarla yüzleşirse zarar verene karşı acı verme duygusu da azalabilir ve affetmeye yönelir (Akgün, 2016;8). Yaşanan ihlaller eğer görmezden gelinemiyor ve yok sayılamıyorsa affetme, uzun vadeli, ilişkiler ve bireyler için daha az bedel içeren yararlı bir yol olarak görülebilir (Fincham, 2000;20).

Neden ve kim için affederiz sorusu daha önce akıllara gelmiştir. Bunu farklı birçok sebebi ve işlevi olabilir. Bazıları suçluyu hissettiği bu duygudan uzaklaştırmak için bazıları da yüzleşme yaşamak istemedikleri için affedebilirler. Birinde hata yapanın iyi hissetmesi sağlanırken diğerinde ilişkiler onarılmıştır. Odak noktası kişinin kendisi, suçlu ya da ilişki olmasına bağlı olarak affetme nedenleri de değişmektedir. Koşullu affetme ise hatalı kişiden özür ya da telafi beklemek, aynı ihlali tekrar yaşamamak noktasında güvence almaya dayanır. Şarta dayalı affetme bazı zamanlarda affetmemeden bile kötü sonuçlara sebep olabilir (Strelan, McKee, Calic, Cook ve Shaw (2013;137). Krause ve Ellison (2003;90), şart öne sürmeden yapılan affetmenin daha sağlıklı olduğunu öne sürmüştür.

Yapılan araştırmalara göre kişiler olumsuz duygu durumdan kurtulmak için, başkalarına yardım etme ya da topluma uygun davranma gibi sebeplerle affedici davranmaktadırlar (Strelan v.d. 2013;124). Bunlara ek olarak ilişkilerini korumak ve eski haline döndürmek için, aile veya arkadaş çevresinin ısrarına karşı gelemediği için ve dini/felsefi öğretilerin affetmeyi desteklemesi gibi faktörler affetmeye neden olarak gösterilebilmektedir (Enright ve ark., 1989;107). Ayrıca bireyler tekrar

incinmemek için, öfke ile başlayan sürecin kötü sonuçlara sebep olmaması için, zarar verenle tekrar irtibat kurmamak için affetmeyi seçebilir (Grieco, 2016;74). Bu gibi birbirinden farklı birçok sebep bireyleri affetmeye götürebilir. Diğer yandan bireylerin kendileri için mi yoksa ötekiler için mi affedici davrandıkları merak edilen bir konudur. Fedakarlık için mi yoksa egoist bir tutum olduğu için mi affetme davranışı sergilendiği henüz bilinmemektedir. Batson (1998)'e göre diğerlerine yardım ederken olumlu duygular hissetme ve suçluluktan kaçınma söz konusu olduğu için bireysel ödüller vardır ve tam olarak fedakarca değerlendirilemez affedicilik (akt., Aslan, 2017;46).

2.11. Evlilikte Affetme

Aile, olumlu ve olumsuz duygularımızı yoğun bir şekilde hissettiğimiz, doyumlarımızı ve hayal kırıklıklarımızı da içinde bulunduran yerdir. Aile içinde doğar, yetişkinlikte evlilikle birlikte yeni bir aile inşa ederiz. Evlilik, çok yönlü bir sistem olarak karşımıza çıkar ve çevrenin beklentisi bu sistemi uzun yıllar korumak ve sürdürmektir. Başarılı evlilikleri sürdürmek de en az kurmak kadar zordur. Mutlu evlilikler, bu yapı içerisinde yetişecek çocuklar aracılığıyla sağlıklı ve güçlü toplumu oluşturmada önemli bir yere sahiptir (Yaman Akpınar ve Altınsu Sönmez, 2021;203). Bunların yanında evlilikler birçok yapıcı ve incitici dinamiği içerisinde barındırır. İncinme yaşantısı sonrası bireylerin çoğunlukla evliliklerini sürdürdükleri gözlemlenmiştir (Taysi, 2007;1). Bireylerin bu devamlılıkta yaşanan olumsuz olayları nasıl değerlendirdikleri anlamak önemlidir. Olayları anlamlandırma, incitici durumlarla baş etme ve kırgınlıklara karşın evliliği sürdürme söz konusu olduğunda affetme karşımıza çıkar. Evliliklerde affetme kabiliyeti, ilişkileri devam ettirmenin vazgeçilmezlerinden biridir (Fincham, 2000;1).

En çok incittiklerimiz hep en sevdiklerimizdir. Buradan yola çıkarak evlilik ilişkisinde incinmelerin daha sık yaşandığını söyleyebiliriz. Evlilikler, doğaları gereği incinme potansiyeli içerirler. Yaşanan bazı çatışmalarda taraflar yara almaktadır. Affetme, ilişkilerde yaşanan çatışma sonrası yabancılaşma duygusu ile baş etmede kullanılan önemli bir psikolojik süreçtir. Karşılaşılan zor durumlar genellikle affetmeyi gerektirmekte (Karremans ve ark., 2003;1011) ve affetme,

bağlılıkları ve sevgi ortamını tekrar oluşturmada kullanılmaktadır. Öfke ve intikamı zayıflatırken güven ve şefkati tekrar oluşturarak evlilik yapısını korumaktadır. Affetme intikamdan vazgeçmenin ötesinde uzaklaşmalara da engel olma, yakınlaşma ve yardımsever olma ile de ilgilidir. İncinme sonrası uzaklaşma, küsme hatta katı bir tavır sergileme durumları gözlemlenebilir. Kişilerarası ilişkilerde sorunlarla baş etmede en temel mekanizmalardan biri olan affetme, mağdurdan beklenen bir davranıştır (Enright ve Coyle, 1998' den akt., Durmuş ve Manap, 2018;2034). Buradan yola çıkarak yakın ilişkileri oluşturma ve devam ettirme rol oynayan affetmenin, evlilik ilişkilerinde çok kıymetli bir yeri olduğu söylenebilir.

Evliliklerde eşler kırgınlık, öfke, üzüntü gibi duygularla sonuçlanan çeşitli deneyimler yaşarlar. Olayların üzerinden uzun zaman geçse de eşler hala olumsuz duygular besleyebilirler. Bu noktada affetme eşler için potansiyel bir arabulucu niteliğindedir. Alınan yaraların iyileşmesi için duygusal bir tedavi yöntemidir. Affetmenin, eşlerin evlilikteki güç dağılımlarını yeniden dengeleme, sosyal yakınlık, ilişki memnuniyeti, evliliğin geleceği gibi konularda olumlu katkıları olduğu görülmektedir. İncinen eşin, kırgınlıklarının kendisine neler hissettirdiğini ve oluşturduğu hasarı ifade etmesinin affetmeyi kolaylaştırdığı bilinmektedir (Greenberg, Warwar ve Malcolm, 2010;30). Çiftler arası yaşanan etkileşimlerde eşler olayları öznel değerlendirmelerine bağlı olarak durumları kendilerine özgü algılayabilirler. Önyargıya dayanmayan iletişim şekli affetmeyi ve eşlerin uzlaşmalarını kolaylaştırabilir (Worthington, 2005;30). Evliliklerinde problemler olan eşlerin, çatışmadan sonra da daha fazla olumsuz ifade kullandıkları, taraflardan biri olumsuz davrandığında diğerinin de bu şekilde tepki vermesi gözlemlenebilir. Diğer taraftan problemleri o kadar da yoğun deneyimlemeyen çiftlerin onarma girişimlerine olumlu yaklaştıkları ve taraflardan biri olumsuz davrandığında diğerinin bu olumsuzluğu daha kolay kırdığı söylenebilir (Fincham, 2000;4). Probleme yönelik algının davranışlar üzerinde belirleyici olduğu, yapıcı davranmanın ve affedici olmanın çatışmayı azaltarak eşlerin daha huzurlu evlilikler sürdürmelerine destek olduğu söylenebilir. Eşler arası yaşanan sorunlar ve çatışmalar hiçbir zaman tamamen sona erdirilemez. Bu sebeple, affetme yaşanan sorunların çözümünde devamlı başvurulan ve güncelliğini koruması gereken bir

müdahale olarak kullanılabilir. Buradan yola çıkılarak evlilikte affedicilikle ilgili birçok araştırma yapılmıştır.

McCullough ve ark., (1998;1600) ilişki uyumu ve affetme üzerinde çalışmış, uyumlu ilişkilerde partnerlerin daha affedici olduklarını bulgulamıştır. Bunun çeşitli sebepleri vardır. Uyumlu ilişkilerde eşler ilişkilerine yaptıkları yatırımları korumak isterler, ilişkinin devamlılığı için daha fazla acıya tolerans gösterebilirler, eşlerin yararına göre hareket etmeye eğilimlidirler, birlikte geçirilen uzun zaman ve ortak anılar iyimser davranmayı kolaylaştırır. Ortada bir ihlal dahi olsa bunu kendi iyilikleri için olduğunu düşünmeye yatkındırlar, daha kolay özür dileyip daha fazla empatik davrandıkları için affedicilikleri daha yüksektir. İlişki uyumu ve affedicilik arasında çift yönlü bir ilişki olabileceği düşünülmektedir. Yani uyumlu çiftler birbirlerini daha çok affederken birbirlerini affeden çiftlerin de diğerlerine göre daha uyumlu oldukları bulunmuştur.

Evliliklerdeki mutlu hatırlar ya da yaşanan olumsuz deneyimlerin nasıl algılandığı evliliği sürdürme gibi durumlar için önem arz eder. Affetmeye yatkınlık, eşe hatayı telafi şansının verilmesi, olumsuz deneyimleri geride bırakabilmenin evliliği ilerlettiği bilinmektedir (Fincham, Jackson ve Beach, 2005;860). Fitzgibbons (1986;630), evlenmeden önce eşlerin diğer insanlarla olan deneyimlerinden kalan acı dolu yaşantıları affetmelerinin mutlu evlilikler için gerekli olduğunu savunur. Bunu açıklarken de affederek eşlerine yanlış yönlendirilebilecek olası bir öfkenin önüne geçileceğini dile getirir.

Orathinkal, ve ark., (2008;20), ilk evliliklerde ve yeniden evlenenlerde affediciliği çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Evliliğin süreci ve çiftlerin yaşı affetmeyi etkilememiş, kadınlar erkeklere göre affetmeye daha meyilli bulunmuş ve ilk evliliklerde sahip olunan çocuk sayısı affetmede belirleyici rol oynamıştır.

Fincham, Beach ve Davila (2007;542), affetme ve olumlu davranışların ilişkili olabileceğini söylemiş ve olumlu davranan eşlerle evli olanların affedicilik ve memnuniyetlerinin zamanla arttığı bulunmuştur. Öte yandan olumsuz davranan eşlerle evli olanların affediciliklerindeki artışın memnuniyeti arttırmadığı görülmüştür.

McNulty (2008;171), affetmeye yatkın bireylerle evlenenlerin affedici davranmaları evlilikten memnun olmayı sağlar. Ancak eşine karşı olumsuz davranma

olasılığı yüksek erkeklerle evlenen kadınların affedici davranmaları onları büyük sorunlarla karşı karşıya getirebilmektedir. Evliliklerde affetme, karşılıklılık esasına göre işlerse daha sağlıklı olacaktır. Çünkü taraflardan birinin devamlı sorun çıkarması diğerinin de sürekli bunu problem haline getirmemeye çalışması ya da görmezden gelmesi, istikrarlı olarak affetmesi sonunda o kişiyi ve ilişkiyi yıpratacaktır. Kişilerin affedebilecekleri durumların sınırları olmalıdır. Her şeyin affedileceğini söyleyen kişiler olsa da affetme hatalı kişiden ve suçtan bağımsız olamaz. Suçlu hatalarını kabul etmez ve aynı davranışlarda ısrarcı olursa affetme her zaman desteklenmeyebilir (Worthington, 2005;12). Kadınların eşleri tarafından daha çok affedildiğini söyleyen araştırma sonuçları uzun vadede incelendiğinde yaşam doyumunda azalmaya sebep olduğu görülmüştür. Eşler arasındaki affetme düzeylerindeki bu eşitsizlik daha çok affeden tarafı daha olumsuz etkilemektedir (Fincham, Paleari ve Regalia, 2002;35).

Ayrıca evlilikte affetme yaşantısı söz konusu olduğunda ilişkiye olan bağlılığın, ilişkiden alınan doyumun, hissedilen güvenin daha yüksek değerlendirildiği görülmüştür (Karremans ve Van Lange, 2004;207). Karremans, ve ark., (2003;1011), affetme ve bağlanımın psikolojik iyi oluşla ilişkisini incelemişler ve bağlanma güçlüyse affetme psikolojik iyi olma ile ilişkilidir. Güçlü bağlanmalara karşın affetme yoksa çeşitli olumsuzluklardan söz edilebilir.

Yüklemeler, çevremizde olan olaylara ve dünyayı anlama şeklimizdir. Evliliklerde yapılan olumlu yüklemelerin affetmeyi arttırdığı bulunmuştur. Ayrıca kendisine zarar veren eşe karşı duygusal empati gösterebilen, zararla ilgili daha az düşünen ve daha iyimser yaklaşanların daha affedici oldukları bulgulanmıştır (Paleari, Regalia ve Fincham, 2005;368).

Evlilikte yüklemelerin affetmeyi etkilediği, niyete yönelik algıların hem eşi suçlama hem de affetmede belirleyici olduğu görülmektedir. Sorumluluk yüklemelerinin daha az olması artan affetme ile ilişkili bulunmuştur (Taysi, 2007;176). Uyumsuz yüklemeler gergin bir ortam yaratarak etkili problem çözmeyi engelleyebilir ve düşmanca davranışlara ortam hazırlayabilir.

Evlilikte meydana gelen kimi olumsuz duygu ve suçluluk hissinin affetme ile yok olacağı, affetmenin olmaması durumunda ise işlevsiz çatışma çözme yolları ile bu duyguların tekrarlanacağı, intikam duygusunun oluşabileceği ve bunun da evliliğe

zarar vereceği belirtilmiştir (Fincham, Beach ve Davila, 2007;544). Buna karşın eşler arası affetme ve affetmeye istekliliğin uyumlu ve uzun süreli evliliklerle ilişkili olduğu bulunmuştur (Fenell, 1993'den akt., Alpay, 2009;36). Terapistler, özellikle evlilik dışı ilişkiler gibi sarsıcı olaylarda affetmenin anahtar rol oynadığını, çatışmaları azaltarak eşlerin birbirlerine daha olumlu davranma olasılıklarını arttırdığını söylemişlerdir (Gordon ve ark., 2004;213). Ayrıca affetme yalnızca hali hazırdaki sorunları çözmez aynı zamanda oluşabilecek sorunlar için de önleyici bir güçtür (Worthington ve Diblasio, 1990;219). Dahası yaşanan çatışmalardan sonra gelen affediciliğin ilişkilere katkı sağladığı, eşlerin birbirlerini yakından tanımalarına fırsat sunduğu ve bu yöndeki çabanın ilişkiye verilen değeri yansıttığı bilinmektedir (Karremans ve ark., 2003;1024).

Evliliklerde affetme için bazen çiftlerin kendi çabaları yetersiz kalmakta desteğe ihtiyaç duymaktadırlar. Profesyonel destek sağlanarak bazı affetme modelleri ile ilişkilerde affediciliğin arttırıldığı bulunmuştur (Gordon ve ark., 2004;228). Alan yazına bakıldığında 2000'li yıllardan itibaren psikolojik danışman, aile danışmanları ve evlilik danışmanlarının giderek artan oranda araştırmalarında affetmeye yer verdikleri görülmektedir. Öfke ve intikam duygusunun terk edilmesi zaman almaktadır. Bu sebeple affetme müdahaleleri de aşamalı bir sıra izler, uzun vadeli bu süreçte affetmemeyi azaltarak affetmenin olumlu doğurgularını arttırmak amaçlanır. Müdahale programlarında eşleri affetmeye hazırlama amaçlı bazı basamaklar izlenir. Hedeflerinin evlilik ilişkisinin kalitesini yükseltmek olduğu hatırlatılarak başlanır. İncinmenin acısı yaşanır, eşlerin birbirleri ile empati kurmaları sağlanır, daha önce affedildikleri olaylar hatırlatılır, yüksek sesle affettikleri dile getirtilir ve affetmenin sürekli olması için genişletilmesi sağlanır (Worthington, 2005;8).

Madanes (1990)'a göre affetme, eşler arası güveni yeniden oluşturmada kilit roldedir. Affetme bireysellikten ziyade aile içerisinde gelişen bir yapıdır. Bireyler affedemedikleri durumlar için terapiye gelirler ve eşlerden birisi affetmeyi tercih ettiyse güveni yeniden kazanmaya ihtiyaç duymaktadır (akt., Alpay, 2009;39).

2.12. Affetmeye Dönük Eleştiriler ve Psikopatoloji

Affetmenin araştırılmaya başlandığı ilk zamanlarda pozitif yönüne odaklanılmış, zararlı olabileceği yönler geride bırakılmıştır. Affeden kişinin fazla fedakarca davrandığı düşüncesi affedilen için bedeli ağır bir durum olabilir. Bireyler her hatalarından sonra affedileceklerini biliyorlarsa hata yapma ihtimalleri yüksek olacaktır bu da affedeni zararla devamlı karşı karşıya bırakan riskli bir durumdur (Worthington, 2005;11). Affetme davranışını tercih etmeye ek olarak doğru zamanlarda bu tercihi yapmak önemlidir. Kişilerin hangi durumlarda affedici davranacakları da bundan sonraki yaşamlarını etkiler. Bu sebeple affetmenin tüm taraflar için birçok yararlı etkisi ortaya konsa da bazı zararları olduğu da düşünülmektedir. Bunlardan biri, insanları affetmeye teşvik etmek onları yeniden incinme tehlikesi ile karşı karşıya getirmek olabilir. Parterlerince olumsuz tutumla karşılaşan kadınların affetme eğilimleri ile kötü giden ilişkiyi devam ettirme arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Katz, Street ve Arias, 1997'den akt., Aydın, 2017;12). Bundan yola çıkarak affetmenin her zaman kendiliğinde doğru davranışı getirmeyeceği bilinmelidir. Ayrıca yapılan bir araştırmada olumsuz davranan eşler affedildiğinde aynı davranışı tekrarlama sıklığının affedilmeden öncekinden daha fazla olduğu bulunmuştur. Sürekli zarar veren eşlerle evli olanların daha az sağlıklı oldukları ve evliliklerinde daha az doyum aldıkları bilinmektedir (McNulty, 2010;787). Evliliği tehdit altında bırakan olumsuzluklardan kaçınmak, zararları daha da büyümeden önleyebilmek amacıyla başvurulan affetme, faydalı sonuçlar doğursa da sürekli affedici davranmanın olumsuz davranışı sürdürmeye etkisi göz önünde bulundurulmalıdır.

Akhtar (2002;189)'a göre affetme, psikolojik olarak rahatlama ve iyileşme gibi olumlu sonuçlar doğursa da bazı psikopatolojileri de içermektedir. Bunlardan ilki kişiler arası affetmede yetersizlik yaşamaktır. Bu yetersizliğe sahip kişilerde yoğun olarak öfke ve intikam duygusuna rastlanır ve bu sebeple affetmede yetersizdirler. İkinci olarak karşımıza erken affetme çıkar. Burada bireyler affetme davranışına hazırdırlar. İhlale ilişkin kızgınlık hissini sağlıklı bir şekilde yaşamamışlardır. Daha çok mazoşist bireylerde gözlemlenir, kendilerine verilen zararları sürekli affederler ve zarar verene bağımlı olma eğilimindedirler. Sahte affetmede birey, olumsuz duygular yaşanmadan ve üstesinden gelinmeden affettiğini

belirtir. Bağışlanmayı aşırı istemede ise, birey ahlaki boyutta kötü olmaktan kurtulmak için affedilmeyi ister. Affedilmeyi kabul etmede yetersizlik ise, zararın büyüklüğü ya da küçüklüğü ile ilgilenilmeden zararı verenin kendisini devamlı olarak suçlu hissetmesi ve affedilmiş olsa dahi bunu yeterli görmemesidir (Taysi, 2007;45).

Bireylerin affettiklerinde eriştikleri olumlu hislere, zarar veren kişiden intikam alarak ya da onu cezalandırılarak da erişilebileceğini düşünen yazarlar da vardır. Murphy (2015)'e göre intikam almak da affetmek kadar çözümsüz kalınmış bir olayı neticelendirebilir. Kin tutarak bireyler kendilerine ve ahlaki değerlerine olan saygılarını koruyabilirler. Kişiler ahlaki değerlerinden taviz vermek istemediklerinde affetmeme, affetmeye alternatif oluşturabilir (akt., Aydın, 2017;12). Affetmemenin bir getirisi olmadığını düşüneneler olsa da bazıları gelecekte yaşanabilecek farklı mağduriyetlere karşı bir önlem aldıklarını ifade etmişlerdir (Rapske, Boon, Alibhai ve Kheong, 2010;1122). Yetişkinler üzerinde yapılan ve affedilmemenin konu olduğu bir çalışmada diğerleri tarafından affedilmemek kendini affetmemeyi de beraberinde getirmekte ve olumsuz ruminasyonlarla birlikte bu durum depresyon belirtilerine sebep olmaktadır (Ingersoll-Dayton, Torges ve Krause, 2010;439).

McCullough'a (2008) göre affetmek diğerlerine karşı her zaman sıcak ve kabullenici olunacağı anlamını taşımamaktadır. Her duruma karşı affedici yaklaşmak bir süre sonra bireyin benlik saygısını zedeleyebileceği gibi diğerleri tarafından istismara açık hale getirerek sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir. Benzer olarak her zaman öfkeli ve intikam odaklı olmak da çeşitli olumsuzlukları içinde barındırır. Bireyler amaçlarına, ilişkilerine ve hataya göre kimi zaman yaşananları geride bırakmayı seçerken kimi zaman iş birliğine uzak kalabilmektedirler (akt., Aşçıoğlu Önal, 2014). Affetme, işlevsel kullanıldığında ilişkileri ve psikolojik iyi olma halini koruma gücünü verir. Birçok kuram affetmeyi aile işlevlerinin bir parçası olarak görür. Sağlıklı bir mekanizma olarak aile işlevlerinin sürdürülmesi için affetme gereklidir. Kültürümüzde affetmenin destekleniyor olması, affedici davranmanın sonunda alınan olumlu dönütlerle bireyler kendilerini daha iyi hissetmekte, doğru yolu seçtiğine inanmakta ve tekrar affetmeye motive olmaktadır. Affedilecek yaşantı kadar zamanın da doğru affedicilikte belirleyici olduğu düşünülebilir. Affedici davranmanın şuan olandan daha iyi sonuçlara götürebilmesi doğru zamanda ve doğru

yerde kullanılması gerekir. Bu beceri literatürde *affetme esnekliği* olarak karşılık bulur. Affetme esnekliği, affetmeyi işlevsel olarak kullanmayı esas alır. Kişiler affetmeye dair bilgi ve becerilerini esneklikten yararlanarak uygun zaman ve yerde ölçülü olarak kullanır. Birey yaşantılarını doğru değerlendirerek olumsuzluğu minimuma indirerek negatif etkiyi geleceğe taşımaz (Çolak, 2014;79). Bireylerin affetme esneklikleri geliştirilerek affetme ve affetmeme arasında sağlıklı karar vermeleri sağlanabilir.

2.13. Affedicilik İle İlgili Araştırmalar

2.13.1. Affedicilik İle İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar

Türkiye'de affetmeyle ilgili çalışmalar son yıllarda hız kazanmıştır. Affetmeye dönük modeller uygulandıkları gruplarda başarıya ulaşmış ve bireylerde olumlu duygusal değişimler gözlemlenmeye başlanmıştır. Alpay (2009)'ın yürüttüğü çalışma buna örnek oluşturmaktadır. Evli çiftlerde affetmenin, empati, romantik kıskançlık, bağlanma ve benlik saygısı ile ilişkisini incelemiş ve cinsiyetler arası farklılıklara rastlamıştır. Ayrıca evlilik usulü açısından baktığımızda görücü usulü evliliklerde erkekler, flört ederek evlenenlerde ise kadınlar daha fazla kıskançlık belirtmişlerdir (Zeytinoğlu, 2013).

Alpay (2009), evli erkeklerin ilişkilerinde daha fazla doyum aldığını, kadınlarınsa incinme ile empati düzeylerinin daha yüksek olduğu bulmuştur. Ayrıca kıskançlık, empati, incinme ve benlik saygısının affetmeyi yordadığını söylemiştir. Eşe yönelik cinsel kıskançlık kaçınmayı arttırarak affetmeyi zorlaştırmaktadır. Empati ise ilişkiyi sürdürmenin kolaylaştırır ve affetmeyi arttırır. Özetle; empati ve benlik saygısının yükselmesi affetmeyi arttırırken incinme seviyesinin artması affetmeyi zorlaştırmaktadır şeklinde bulgulara ulaşmıştır.

Evli ve bekarlar açısından affetme incelendiğinde ise evli bireylerin daha fazla affedici olmakla birlikte daha olumsuz ruh sağlığına sahip oldukları gözlemlenmiştir. Evlilik hayatının getirdiği rol ve sorumluluklar, yaşamın ilerleyen yılları için duygulan kaygılar bunun nedeni olarak görülebilmektedir (Kara, 2009).

Evlilikte affetmeyi elen alan Taysi (2007), evlilikteki uyumun ve yüklemelerin affetmeyi nasıl etkilediğini incelemiştir. Araştırmanın sonucunda kadınların zararı daha incitici algıladıkları ve affediciliklerini yordayan en önemli

değişkenin evlilikteki sorumluluk yüklemeleri olduğu kaydedilmiştir. Buna karşın erkekler için affedicilik söz konusu olduğunda hem sorumluluk yüklemelerinin hem de evlilik uyumunun etkili olduğu bulunmuştur. Zararın şiddeti yükseldikçe affediciliğin düşmesi de araştırmanın sonuçları arasındadır.

Durmuş ve Manap'ın (2018), evlilikte yaşanan incinmeler sonrasında kadınların eşlerinden daha çabuk uzaklaştıkları, erkeklerin ise daha kolay affetme, önceki hale dönebilme ve daha kolay yakınlaşma sergiledikleri görülmüştür. Flört ederek evlenenlerin görücü usulü evlenenlere kıyasla evliliklerinde daha çözüm odaklı oldukları, eşlerin eğitim düzeyleri arttıkça daha az kaçınma davranışı sergileyerek daha fazla yapıcı davrandıkları, henüz çocuk sahibi olmamış ya da tek çocuklu çiftlerin dört ve üzeri çocuğa sahip olanlara göre daha affedici davrandıkları bulunmuştur.

Evlilik dışı yaşanan ilişkilerin eşlerde bıraktığı duygusal etkileri araştıran Özgün, (2010) ise aldatılan ve ilişkilerine devam eden kadınlarla çalışmıştır. Süreç modeli üzerinden ilerlenen çalışmada ilk evrede TSSB puanları daha yüksekken üçüncü evrenin sonunda bu puanların düştüğü gözlemlenmiştir. Bu bireylerin affedicilik puanları ölçüldüğünde oldukça düşük olduğu görülmüştür bunun sebebininse TSSB ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Güzel (2016), çiftlerin aldatma karşısında verdikleri affetme tepkilerinin erken dönem uyumsuz şemaları yordayıp yordamadığını incelemiş ve bu şemaların aldatmayı %36 affetmeyi ise %21 düzeyinde yordadığı görülmüştür. Kadınların neden affetmediklerinin araştırıldığı nitel çalışmada bireyler affetmeme nedenlerini sıralamışlardır. Bu listenin ilk sırasında aldatma yer alır. Daha sonra bunu şiddet ve kötü muamele takip eder (Çitil ve Durmuş, 2015).

Akın ve Özdevecioğlu (2012), bireylerin başkalarını affedebilmek için önce kendilerini affedebilmelerinin gerekli olduğunu, kişilerarası affetme arttıkça ruh sağlığında iyileşmelerin gerçekleştiğini ve intikam niyetinin azaldığını söylemiştir. Ayrıca evlilerin bekarlara göre daha affedici olduklarını bulmuştur. Gürbüz (2016) da evlilikte affetme ve kendini bağışlama üzerinde çalışmıştır. Yüksek sosyoekonomik düzeydekilerin ve güvenli bağlananların kendini affetme puanlarının diğerlerine göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Atçeken (2014), affetme arttıkça kaçınma, intikam alma ve ilişkiyi bitirme davranışlarının azaldığını bulmuştur. Keleş (2018), evli çiftlerde evliliğin kalitesi ve çiftler arasındaki güvenin affetmeyle pozitif ilişkili olduğunu söylemiştir. Eker (2019) genç yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki affedicilikleri incelemiş ve affediciliğin artmasının ilişki doyumunu ve ilişkiye yapılan yatırımı arttırdığını bulmuştur.

Affetmenin; dindarlık ve alçakgönüllülük (Ayten, 2009), öznel iyi oluş (Ballı-Çelik ve Öztürk-Serter, 2017), diğerlerine yönelim (Arslan, 2019), yakınlık (Satıcı, 2016), güven (Keleş, 2018) ve ilişki doyumu ve ilişki yatırımı (Eker, 2019) ile pozitif, bilişsel çarpıtmalar (Çivan, 2013), gurur (Ayten, 2012) ve ilişkiyi sonlandırma (Keleş, 2018) ile negatif ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca bağlanma biçimleri ile sorumluluk yüklemelerinin (Yıldırım, 2009), yapılan hatanın sahip olduğu özelliklerin (Bugay ve Demir, 2011) ve ego durumlarının (Şamatacı, 2013) affetmeyi çeşitli şekillerde etkileyebildiği yapılan çalışmalarla açıklanmıştır.

Araştırmalara bakılırsa affetmenin kişiler arası ilişkiler ve evlilikler kritik bir öneme sahip olduğu ve ilişkiler sürdürülmesi için kilit bir rolde olduğu görülmektedir. Ayrıca bireyler sağlıkları için de affetmenin yararlı olduğu söylenebilir. Affetme ile ilgili çalışmaların giderek artması kültürümüzde affetmenin yerinin anlaşılmasını kolaylaştırmaktadır.

2.13.2. Affedicilikle İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

Fincham, Beach ve Davila (2007), bireyler incinme yaşantılarına karşı kendi istekleri ile affetme davranışı sergilerlerse (pozitif), intikam alma ya da öfkeden kaçınma tepkileri verirlerse (negatif) olacak şekilde affetmenin iki yönlü olduğu söylenmiştir. Erkeklerin psikolojik saldırılar karşısında pozitif affetme sergilerken kadınların negatif affetmeyi kullandıkları bulunmuştur. Ayrıca evli çiftlerdeki affetmenin çatışma çözme ile ilgili olduğunu, erkeklerin misilleme ya da kaçınma davranışı sergilediklerinde olumsuz çatışma çözme ile; kadınların daha iyiliksever davrandıklarında ise olumlu çatışma çözme ile ilgili olduğu bulunmuştur. Eşler çatışmada kendilerinin haklı olduğunu düşünüyorsa çatışma çözmeye çok da niyetli olmadıkları görülmüştür. Erkekler intikam yönelimli kadınlarda daha az yardımsever davranırlarsa ilişkilerde olumsuz etkileşimlerin daha yoğun olduğu gözlenmiştir

McCullough ve ark., (1998) ise sosyal yakınlığın affetmeyi kolaylaştırdığını bulmuştur. Evliliklerinde mutlu ve birbirlerine bağlı çiftlerin daha çok affettiklerini ayrıca ihlalden önce taraflar arası duygusal yakınlığın affetmeyi kolaylaştırdığını söylenmişlerdir.

Van Tongeren ve ark., (2015) eşlerini affetme eğilimleri yüksek olanların hayatta dair algıladıkları anlamın yüksek olduğunu ve affetmeyi kolaylaştırıcı olarak eşlerin hata kabul düzeylerindeki yüksekliği ortaya koymuştur. Suçlu hissetmek ve affetmenin bağlantılı olabileceği düşünülmüş, yapılan çalışmalar sonucunda da suçlu hissedenlerin geçmişteki hataları da affetmeye yatkın oldukları bulunmuştur. Üstelik suçlu hissetme sebepleri verdikleri bir zarar durumundan kaynaklanmıyor olsa dahi affetme eğilimi sergiledikleri bulunmuştur (Jordan, Flynn ve Cohen, 2015). Yarnoz-Yaben, Garmendia ve Comino, (2016) boşanmadan sonra eşler arası öznel iyi oluşu incelemiştir. Her ne kadar boşanma sonrası öfke, kızgınlık gibi duygular yoğun olsa da zamanla hayatta yerini alan olumlu yaşantılar bireylerin memnuiyetini arttırır. Bu durum da eski eşlere karşı daha affedici olmayı sağlayabilir.

Noreen, Bierman ve Maclead (2014)'e göre affettiklerimizi kolay unuturken affedemediklerimizi unutmakta zorluk çekeriz. Ayrıca affedici olmak var olan sosyal ilişkileri sürdürdüğü gibi önemsiz, küçük anlaşmazlıkları önler ve bireylerin hayatlarına devam etmesine izin verir. Tse ve Yip (2008), çatışmaların sebep olduğu soğukluktan ve gergin havadan insanları koruyan affetme, sosyal uyumu geliştirerek ilişkilere katkı sağlamaktadır. Pelucchi, Regalia, Paleari ve Fincham (2013) de eşlerin kendilerini affetmeleri ve ilişkilerindeki memnuniyet düzeylerini incelemiş ve aralarında pozitif ilişki olduğu sonucuna varmıştır.

Aile sevgisi alamamış üniversite öğrencileriyle çalışan Al-Mabuk, Enright ve Cardis (1995), affetme müdahalelerinin aile, kendine saygı ve umut düzeylerinde artışa sebep olduğunu bulgulamıştır. Neto ve Mullet (2004), bağımlık benlik yapısına sahip olmanın affediciliği arttırdığını, bağımsız benliğin kızgınlığı sürdürmede etkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca Kachadourian, Fincham ve Davila (2004), diğerleri hakkında olumsuz algılara sahip olanların daha az affettiklerini, kendileri hakkında hem olumlu hem de olumsuz benlik modeline sahip bireylerin daha affedici oldukları bulunmuştur. Kendilerini olumsuz modelleyenlerin terk edilme kaygısı sebebiyle

olumlu modelleyenlerin ise reddedilmeye ihtimal vermedikleri ve öz-değerleri yüksek olduğu için affetmeyi tercih ettikleri düşünülmektedir.

Affetme ve sosyal ilişkiler değerlendirilmiş, affetme düzeyi çok da yüksek olmayan kişilerin daha yalnız oldukları bulunmuştur (Karremans, ve ark., 2005). Sosyal ilişkileri kuvvetli kişilerin daha affedici olacakları varsayım ile yola çıkan Maltby ve ark. (2005), araştırma sonucunda bu yönde bir bilgiye rastlamamıştır. Lambert, Straznicky, Dixon ve Sclaich (2010), başkalarına dua etme ve affetme arasında bağlantı kurmaya çalışan araştırmacılar, bir ay boyunca diğerleri için dua edenlerin arkadaşlarını affetmeye daha yatkın olduklarını benzer şekilde spesifik olarak bir romantik partner için dua edildiğinde ise o kişiye yönelik affetmenin yükseldiği gözlemlenmiştir.

Yurtdışında yapılmış çalışmalara bakıldığında affetmenin bireylerin psikolojik ve fizyolojik sağlıkları açısından faydalı olduğu belirten birçok çalışmaya rastlanmıştır. Kaygı, öfke, depresyon gibi olumsuz tepkileri azaltarak kişilerin fizyolojik ve psikolojik sağlıklarını olumlu etkilediği görülmektedir (Brown, 2003; Maltby, Macaskill, ve Day, 2001). Öte yandan arkadaş, aile, romantik ilişkiler ve evlilikler gibi sosyal ve kişilerarası ilişkilerden alınan doyumu arttırarak ilişki kalitesini yükselttiği görülmüştür (Tsang, McCullough ve Fincham, 2006; Hall ve Fincham, 2005; McCullough ve ark., 1998). Affetmenin sosyal destek, baş etme becerisi, psikolojik iyi olma seviyelerinin artmasını desteklediği görülmüştür (Maltby, Day, ve Barber, 2005). Ayrıca Zhu, (2015)'de affeden kişilerin, dengeli duygulanım, daha fazla olumlu duygu yaşama ve algılanan sosyal destek aracılığıyla yaşamlarından daha çok doyum aldıklarını öne sürmüştür. Ayrıca evliliklerde ve romantik ilişkilerde ortaya çıkan kötüye kullanılmışlık ve gerginlik hissini azalttığı bulgulanmıştır (Freedman ve Knupp, 2003). Shekhar, Jamwal ve Sharma (2016) affedenlerin daha mutlu olduklarını ve erkeklerin hem affetme hem de mutluluk düzeyinin kadınlardan daha yüksek olduğu belirtmiştir. Affeden kişilerin kendilik değerlerinde ve benlik saygılarında artışlar gözlemlenmiştir (Mclernon ve ark., 2004). Bireyleri içinde bulundukları olumsuz havadan çıkararak bugüne odaklanmalarına destek olur (Hope, 1987).

Affetmeye dönük müdahale programlarına bakılacak olursa Coyle ve Enright (1997), eşleri kürtaj olmuş ve buna bağlı incinme yaşayan 10 erkeğe affetme

müdahaleleri uygulamışlardır. Deney grubunda affetmede artış; kaygı, kırgınlık ve öfke düzeylerinde azalma gözlemlenmiştir (akt., Ermumcu, 2014). Reed ve Enright, (2006) ise evliliklerinde çeşitli olumsuzluklarla karşılaşmış ve birlikteliğini sonlandırmış bireyler üzerinde yürüttüğü affetmeye yönelik müdahale programlarının etkili olduğunu bulmuştur. Palyatif bakım ve kanser hastalarında da bu programların etkili sonuçlar verdiği başka çalışmalarla desteklenmiştir.

Tüm bunlardan yola çıkılarak affetmenin çeşitli yönlerden bireyler için faydalı olduğu sonucuna varılabilir ancak affetmenin yararları olduğu kadar zararlı sonuçları olduğunu gösteren çalışmalar da vardır. Kendilerine sürekli kötü davranan eşleri affedenlerin evlilikten aldıkları doyumun düşük olduğu bulunmuştur. Affetmenin bu gibi olumsuz davranışların yinelenmesine ortam sağladığı düşünülmektedir. Aynı davranış tekrarlanmasa dahi bu gibi süregiden olumsuz tutumlarda affetme sorunlu davranışın ortadan kalkması için işlevsel değildir (McNulty, 2008). Sigara ve alkol gibi bağımlılıklarla yapılan çalışmalara bakıldığında kişilerin kendini affetme düzeyleri arttıkça bağımlılıktan kurtulmalarının zorlaştığı bulunmuştur (Wohl ve Thompson, 2011). Aldatmalarda da benzer durum söz konusudur, bireyler kendilerini affettikleri ölçüde aldatmaya yaklaşmaktadırlar (Gillen, Wohl ve Harasymchuck, 2012). Affetme, problemli davranışın yeniden ortaya çıkmasını kolaylaştırmaktadır denebilir. Buna karşın evliliğini sonlandırmış kişilerin kendilerini affetmeleri kendilerine verdikleri değerde artışa sebep olmuştur (Rohde-Brown ve Rudestam, 2011).

3. SOSYAL DESTEK

3.1. Sosyal Desteğin Kavramsallaştırılması

Sosyal ve kültürel bir varlık olan insan, dünyaya geldiği andan itibaren diğerleri ile iletişim halinde olma ihtiyacı taşır. Zorlandığı durumlarda diğerlerinin yardımına ve desteğine ihtiyaç duyar. İnsanların hayatları ve içinde bulundukları durumlar değişse de diğerlerine dönük ihtiyaçları ve ilişkileri baki kalır. Sosyal destek de diğerleri ile kurulan ilişkilerin bir ürünüdür (Sürücü, 2005;47). 1970'lerden günümüze değin sosyal destek ve psikolojik sağlıkla ilgili çalışmalar yürütülmüştür. Kohut (1984)'a göre insanlar önemsenmeye, değer görmeye, paylaşım yapmaya

ihtiyaç duyarlar (Köse, 2009;14). Çevredekiler tarafından sevilme, güven duyulması, ilgi gösterilmesi ve değer verilmesi gibi ihtiyaçlarımız vardır ve sosyal destek bu temelde şekillenir. Sosyal desteği tanımlarken bu gereksinimlerin farklı boyutlarından yola çıkıldığı için farklı birçok tanıma rastlanır.

Lin'e göre sosyal destek, toplum ya da sosyal yapı içerisinde algıladığımız veya hali hazırda var olan yardımların tümüdür (Sorias 1988'den akt., Başer, 2006;8). Benzeri bir tanımda bireylere yardım etme veya onlara sevildikleri, güvenildikleri mesajını vererek sosyal gruba dahil etme olarak açıklanır. Sosyal destek, kişilerin ihtiyaçlarının karşılanmasına dönük algıları da içerdiği için alınan ve algılanan olmak üzere ikiye ayrılır. Alınan destek halihazırda karşılanmış ihtiyaçları ifade ederken algılanan destek, bireylerin yardıma ihtiyaç duyduklarında çevrelerince bu yardımın karşılanacağına olan inançlarıdır. Bu yönüyle sosyal ilişkilerin nasıl anlamlandırıldığını da yansıtır (Lepora, Evans, Schneider ve Dynamic, 1991;906). Özetle; alınan destekte karşılanmış bir yardım ihtiyacı söz konusu iken algılanan destekte yardıma ilişkin beklentiler vardır.

Sarason, Levine, Basham ve Sarason (1983;136) bizleri seven, önemseyen, bize güven veren insanların çevremizde var olması ve yardım için hazır olmalarını sosyal destek olarak tanımlar. Lieberman' a göreyse sosyal destek, kişilerin çevrelerince kabul edildiğini ve sevildiğini düşünmesidir (Sorias 1988'den akt., Başer, 2006;1). Caplan (1973), sosyal desteği; psikolojik problemlerin üstesinden gelebilmek için var olan güçlerini harekete geçirmeye yardımcı olarak ya da bireylere ihtiyaç duydukları maddi desteği sağlayarak veya gerektiğinde öğüt verip rehberlik ederek yakınlardan alınan yardımlar olarak tanımlar (akt., Eylen, 2001;25). Ona göre sosyal destek; kurulan ilişkiler sayesinde alınan duygusal doyum, finansal yardım ve paylaşılan bilgi birikimleri gibi kaynakların tamamıdır. Bireylerin sosyal kimliklerini geliştirdiği gibi yeni sosyal ilişkiler kurmalarını da kolaylaştırmaktadır (Caplan, 1974'den akt., Özbeşler, 2001;8). Johnson ve Sarason (1979;2)' a göreyse sosyal destek, kişilerin güvendikleri ilişkiler içinde sosyal imkanlardan yararlanabilme düzeyidir. House (1981), sosyal desteği; bilgisel, duygusal, değer ifade eden ve araçsal olmak üzere dörde ayırır (akt., Banaz, 1992;3).

Tardy (1985;188)'e göre sosyal destek beş boyuttan oluşur ve bu boyutların kavramın tanımlanmasında etkindir. Bu boyutlar;

1. Sosyal desteğin verilmesi ve alınmasını ifade eden yönü,
2. Sosyal destek kaynaklarının hazır olması ve kullanılır olmasını ifade eden eğilimi,
3. Desteğe ilişkin tanım,
4. Desteğe ilişkin içerik,
5. Sosyal ağ içindeki farklı grupların sunduğu destek olarak ortaya konmuştur.

Yapılan bütün tanımlardan yola çıkarak sosyal destek, bireyin çevresindekilerce sağlanan tüm yardım ve desteklerdir. Sorias (1988), insanlar; eş, aile, arkadaş gibi sahip oldukları farklı rollerde seviliyor, önemseniyorsa ve ihtiyaç duyduğunda yardım alabiliyorsa o zaman kendini mutlu ve güvende hissedebilir. Öte yandan eğer sosyal ilişkilerinde yetersizlikler varsa kaygı ve değersizlik, yalnızlık yaşayacaktır diyerek sosyal desteğin ne denli önemli olduğunu açıklar (akt., Başer, 2006;11). Sosyal desteğe dair yapılan tanımların ortak noktalarına bakılacak olursa sosyal desteği, zor durumda ya da stres altında olan kişilere yapılan yardım olarak ifade etmek mümkündür. Ancak diğer tanımlardan farklı olarak sosyal desteğin hem olumlu hem de olumsuz yönüne odaklanan Cohen ve Syme'ın (1985;3-22), sosyal desteği diğerleri tarafından sağlanan olumlu ya da olumsuz sonuçlar doğurabilecek kaynaklar olarak açıklar.

Sosyal destek, bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları sorunlarda ve psikolojik sağlığı korumada vazgeçilmez bir unsurdur. Rose (1987), sosyal desteğin davranışların olumsuz etkilerini azaltan bir unsur olduğunu belirtir. Buradan hareketle sosyal destek, stresin vücuda verdiği tahribatlardan kişileri koruyan bir mekanizma olarak ele alınabilir (Kozaklı, 2006;50-53). Rosenfeld ve Richman (1998;249) ise bu kavramın çok yönlü olduğunu, içerisinde birden fazla unsuru barındırdığını ifade etmişlerdir. Bireylere bilişsel, sosyal ve maddi destekler sağlanırsa hayatta daha başarılı ilerleyebileceklerini açıklamışlardır. Greenglass ve Fiksenb (2009;29) sosyal destek kaynakları yeterli olan bireylerin kendilerini değerlendirirken olumlu bakış açılarına sahip olduklarını ve sorun çözme motivasyonlarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Sosyal destek bir kavram olarak tanımlanması, çerçevesinin çizilmesi ve ölçülmesi zor bir ögedir. Kavramı şekillendiren önemli isimlerden biri olan Cobb (1976), sosyal desteği bir bilgi olarak görür. Caplan (1974) ise, ihtiyaç anında sağlanan araçsal ya da bilgisel yardımlar olarak tanımlar. Boldwin'e göreyse sosyal destek, Kurt Lewin'in yaptığı davranış tanımlamasına ve alan kuramına dayanır. Ona göre davranış birey ve çevrelerinin ürünüdür. Yaşam alanı, herhangi bir zamanda kişilerin davranışları üzerinde etkisi olan olayların tümüdür. Yaş, cinsiyet gibi faktörler de yaşam alanı içinde değerlendirilir ve kişilerarası ilişkilerde bireyleri davranışlarını etkiler. Fiziksel çevrenin kişi tarafından anlamlandırılmış haline ise psikolojik çevre denir. Birey kendi dışında meydana gelen olayları yorumlar ve psikolojik çevreyi oluşturur. Davranışın meydana geldiği psikolojik çevre, istenmeyen durumları azaltarak yerine istendik hareketlerin gelmesini sağlar (Yıldırım, 1997;81). İncelendiği üzere birçok farklı tanımı bulunan sosyal desteğin, psikolojik ve sosyal bir kavram olduğu görülmektedir.

3.2. Sosyal Destek Türleri

Her yazar sosyal desteği farklı tiplerde ele almıştır. Cohen ve Wills (1985;313) var olan tipolojiden esinlenerek sosyal desteği dört ayrı kategoride ele almıştır. Bunlar;

a) *Duygusal Destek:* Değer verme, sevgi gösterme, anlayış, korunma, hoşlanma, kabul görme gibi ihtiyaçlara dönük olan bu destek literatürde karşımıza zaman zaman yakın destek, değerlilik desteği ya da ifade edici destek olarak çıkabilir. Stresli olaylarla psikolojik olarak başa çıkmada etkili olan bu davranışlar, psikolojik sağlık için çok değerlidir. Çevredekiler tarafından sevildiğini ve önemsendiğini hissetmek kişinin özgüvenini arttırarak problemlerin çözümü noktasında güdüleyecektir.

b) *Araçsal Destek*: Maddi yardım, finansal kaynak, çeşitli materyal ihtiyaçların karşılanması gibi daha somut destekleri içerir. Bu desteğin diğerlerinden farkı problemi birey adına doğrudan çözüyor olmasıdır.

c) *Bilgisel Destek:* Var olan problemi aşmada problemi anlamlandırmaya yönelik desteklerdir. Bilişsel rehberliği olarak da ifade edilebilir. Birey sorunu

çözemiyorsa ona yeni çözüm yolları önererek ya da farklı fikirler sunarak rehberlik etmeye çalışmaktır.

d) *Yaygın Destek:* Günlük hayatta diğerleri ile vakit geçirme, sosyallik, eğlenme, arkadaşlık ve rahatlama olarak adlandırılabilir. Gruba aidiyet, yalnız olmadığı hissi ve var olan problemleri diğerleri ile paylaşma fırsatı bularak hem stresten uzaklaşma hem de soruna yönelik fikir edinme olarak değerlendirilebilir.

Sosyal ilişkilerin bireylerin hayatlarındaki etkileri ölçmek için geliştirilen Sosyal Yardım Ölçeğinin boyutlarına bakacak olursak; duygusal yakınlık, başkalarına güvenebilme ve onlar tarafından onaylanma, bilgi ve öğüt alma ya da rehberlik, finansal destek, ortak ilgiler ve birlikte zaman geçirme, diğerlerinin mutluluğundan yükümlü olma gibi boyutları olduğunu görebiliriz (Russell, Cutrona, Rose ve Yurko, 1984;1315).

Tıpkı sosyal desteğin tanımı gibi sınıflandırmalarında da çeşitlilikler söz konusudur. Bu dörtlü sınıflamaya ek olarak *değerlendirici destekten* söz eden yazarlar da vardır. Kişilerin davranış, duygu ve düşüncelerine yönelik verilen geri bildirimleri kapsar. Özellikle nesnel ölçütlerin olmadığı ortamlarda kişilerin davranışlarını kendi istediği şekilde uyarlamasına yardımcı olur (Ünsal, 1998;422). Caplan (1974;198), bunların dışında bir de *takdir desteğinden* söz etmiştir. Koşulsuz kabul ve saygı duyulması gibi faktörleri içeren bu desteğin bireyler için önemli olduğunu savunur.

Farklı çok sayıda sosyal destek sınıflaması olsa da genel çerçevede bu sınıflamaların birbirine benzediği söylenebilir. Verilen desteğin içeriği o desteğin nasıl adlandırılacağını belirler. Ayrıca hangi destek türünün daha önemli olduğunu bireyin o anki ihtiyaçları belirler (Çivilidağ, 2003;29). Yapılan çalışmalarda tüm sosyal destek türlerinin kişiler üzerinde olumlu etkileri olduğu ve psikolojik iyi oluşla yakından ilgili olduğu görülmüştür. Sosyal destek, bireyler için koruyucu bir etki oluşturarak kendilerini değerli hissetmelerini sağlar. Yalnızca olumsuz deneyimlerle baş etmede değil psikolojik ve fizyolojik olarak sağlığı korumada da etkili olduğu bulunmuştur (Cohen ve Wills, 1985;311). Ayrıca bireylerin baş etme sistemlerinde de gelişimlere sebep olan ve ruh sağlığı ile doğrudan bağlantılı olan sosyal destek, hayattaki değişimlerin ve yoğun duygulanmaların söz konusu olduğu

genç yetişkinlik döneminde büyük önem kazanmaktadır (Okanlı, 1999; 42). Bireyler yetişkinliğe ait roller ve sorumluluklarla bu dönemde karşılaşırlar bu sebeple özellikle evlilik ilişkisinde çiftlerin aldıkları sosyal destek hayata uyumlarında kritik öneme sahiptir.

Sosyal desteğin bireylere hem fiziksel hem de psikolojik olarak iyi geliyor olması çeşitli sebeplere dayandırılmıştır. Bireyin sevgi, şefkat, güven ve ilgi gibi bağlılık ihtiyaçlarına cevap veriyor olmasıdır. Bir diğer sebepse iletişim ve geri bildirimlerle bireyin kimlik gelişimini destekliyor olmasıdır. Son olarak da bireylerin diğerleri tarafından önemseniyor olması özgüvenlerini arttırarak kendilerine güven duymalarını kolaylaştırmaktadır (Arıcıoğlu, 2008;6-8). Yapılan çalışmalara gösteriyor ki, bireylerin hayatındaki destekleyici ilişkiler; bireyi strese karşı koruma, sorunlarla baş etme becerisi geliştirme, sağlık problemlerinin önlenmesi, kurulan ilişkilerin başarılı ve doyum sağlayıcı şekilde sürdürülmesi gibi konularda belirleyici olmaktadır (Güven, Şener ve Yıldırım, 2011;3). Jang, Haley, Small ve Mortimer (2002;807), yüksek sosyal desteğe sahip olmak hayatta olumsuz yaşam deneyimlerine karşı daha az kırılgan, daha fazla dışadönük olma, sağlığını korumaya yönelik daha fazla girişimde bulunma ve toplamda duygusal olarak daha iyi hissetmekle alakalı olduğunu söylemektedirler. Sosyal ilişkilerinde aktif olan ve diğerleriyle bağlantısını koparmayanların sorunlarla baş etme kaynaklarına sahip oldukları görülmüştür. Çünkü sosyal desteğe sahip olma duygusu bireyin benlik saygısını arttırarak psikolojik iyi oluşunu desteklemektedir.

Literatüre bakıldığında sosyal desteğin işlevsel birçok yönünün ortaya koyulduğu görülmektedir. Bireylerin gereksinim duyduğu tüm maddi ve manevi ihtiyaçları karşılanarak stres altındaki duruma son verilmesi, rehberlik edilerek sorunların çözümüne destek olunması, yeni fikirler vererek ya da tavsiyelerde bulunarak bireysel gelişimlerinin desteklenmesi ve verilen geri bildirimlerle davranış düzenlemelerinin sağlanması, kriz anında müdahale edebilecek ve olumsuz durumu sonlandıracak güvenin ve yakınlığın sağlanması bunlardan bazılarıdır (Sarason ve ark., 1983;137).

Bütün bunlara ek olarak olumsuz yaşam olaylarında sosyal desteğin bir baş etme mekanizması olarak kullanılabilmesi için ihtiyaç duyulan durum ve alınan desteğin uyumlu olması gerektiğinden söz edilmiştir. Bu uyuşma farklı seviyelerde

olabileceği için desteğin etkililiği de durumdan duruma değişebilmektedir. Bu gibi durumlar sosyal desteğin yeterliliği ile ilgili soruları akla getirmektedir (Eker, Arkar ve Yaldız, 2001;17). Sosyal destek yalnızca destek alanlar için değil destek sağlayanlar için de faydalı bulunmuştur. Sosyal ağları güçlü olan bireyler, daha mutlu ve sağlıklı, uyum konusunda daha az problem yaşayan bireyler olarak bulunmuşlardır (Gürül, 2021;12). Öte yandan gerekli olandan fazla sosyal desteğin kişilerin bağımsızlığına zarar verdiği, problem çözme becerisini azaltarak destek verene bağımlı olma gibi sorunlara yol açabileceği de unutulmamalıdır. Sosyal desteğin etkisi veriliş şekli ve miktarından etkilenir (Felmlee, 2003'ten akt., Şengül-Kılıç, 2021;22). Bireyler ve ilişkiler için çok yönlü fayda sağlayan bu destek sisteminin miktarı ve veriliş şekli de bu bakımdan önemlidir.

3.3. Sosyal Destek Modelleri

Yapısal ya da işlevsel olmasına bağlı olarak sosyal destek iki ayrı kategoride incelenir. Yapısal sosyal destekte kişilerin destek aldığı bireylerin sayısı ve bireye olan yakınlık derecesi önemli iken işlevsel sosyal destekte desteğin işlevsel olup olmaması yani iş görüp görmemesi ön plandadır (Terzi, 2008;3). Örneğin Barrera ve Ainly, sosyal desteği ihtiyaçları karşılayan kişilerin sayıları ile açıklarken House ve Kahn (1985), çevremizdeki önemsediğimiz kişilerin desteklerinin fonksiyonelliği ile açıklar (Simek, 2019;29). Pugliesive Shook (1998) ise dört maddede sosyal desteğin temellerini açıklamıştır. Bunlardan ilki sosyal desteğin sağlık ve stres üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğudur. İkincisi, öncelikli ilişkiler sosyal desteğin en temel kaynağını oluşturmasıdır. Üçüncüsü, sosyal destek hem sosyal hem de duygusal boyutlar içeriyor oluşu ve en son olarak sosyal desteğin gruplar arası farklı şekillerde olabileceği şeklindedir (Arıcıoğlu, 2008;15). Sosyal destek, destek çeşidine göre sınıflandırılarak birçok farklı model kapsamında ele alınmıştır.

Sosyal destek modelleri sosyal ağ temelli ve nitelik temelli olarak farklı yaklaşımlar çerçevesinde de ele alınmıştır. Sosyal ağ temelli yaklaşımlar, daha çok sosyal desteğin tanımlanması üzerine yoğunlaşmışlardır. Sosyal ağ, bireylerin diğerleri ile olan ilişkilerini ve gruptaki bağlarını yansıtır. Grubun büyüklüğü,

ilişkilerin samimiyet düzeyi, uzaklık-yakınlık ve benzerlik gibi unsurlara bağlı olarak sosyal ağların özellikleri değişkenlik gösterir. Sosyal destek de insanlara bu ağlar vasıtası ile iletilir. Sosyal ağların gerektiği kadar destekleyici olup olmaması bireylerin algılarına göre değişir ve 'algılanan sosyal destek' kavramı ile ifade edilir (Cohen ve Wills, 1985;353). Diğerleri tarafından sevilen, ihtiyaç duyulan, değer gören ve ihtiyacı olduğunda gerekli yardımları alan kişilerin sosyal ilişkilerinin daha doyurucu olduğu ve diğerleri tarafından yeterince desteklendiği hissi taşıdıkları belirtilmiştir. Sosyal aktivitelerin destekleyici olarak adlandırılabilmesi için benlik saygısını arttırıcı ya da maddi veya bilişsel yardımları içermesi gerekmektedir. Yakınımızda bulunan insanlar finansal destek sağlayarak ya da rehberlik ederek problemin çözümünde aktif olurlar. Ayrıca bir sosyal faaliyetin destekleyici olan kısmı kendisi değil onun algılanış biçimidir (Procidano ve Heller,1983;2). Niteliksel yaklaşımlar, daha çok destek sonrası oluşan etki ile ilgilidir. Sosyal ağ temelli yaklaşımlardan farklı olarak ilişkilerin sağladığı yardımlar çerçevesinde ele alır. En önemli görülen kısımları maddi yardımlar (araçsal ya da finansal destek), duygusal yardımlar (sevgi, şefkat, gruba aidiyet gibi ihtiyaçlar) ve bilişsel yardımlar (rehberlik etme, öğüt verme) dır.

Sosyal desteğin modellenmesinde ölçme araçlarından da yararlanılmıştır. Örneğin Sosyal Destek Soru Listesinde destekleyen kişiler ve ilişkilerden alınan doyum ölçülmeye çalışılmaktadır. 'Hayatınızda kimlerin yaşamında önemli bir yeriniz var?' ya da 'İhtiyacınız olduğunda kimlerle konuşursunuz?' gibi ifadelerle sosyal destek hakkında bilgi almaya çalışılır (Banaz, 1992;1). Bu gibi çalışmalar neticesinde sosyal destek ile birçok sonuca ve sınıflandırmaya ulaşılmıştır.

Sosyal destek ve sağlık arasındaki ilişkiyi belirlemek için geçmişten günümüze değin çok sayıda çalışma yürütülmüştür. Sosyal desteğin sağlıklı olma ya da psikolojik iyilik haline etkisini açıklamak adına üç model ortaya atılmıştır. Bunlar; temel etki modeli, tampon modeli ve sosyal destek ile olumsuz yaşantıların birbirinden bağımsız etkileri olarak sınıflandırılır.

3.3.1. Temel Etki Modeli

Bu modele göre sosyal desteğin, fiziksel sağlık ve psikolojik iyilik hali üzerinde her bağlamda doğrudan olumlu etkileri vardır ve eksikliği kişiler için başlı başına bir olumsuzluk içerir. Bu yönü ile sağlık ile sosyal desteğin doğrudan ilişkili olduğunu ileri süren tek modeldir (Cohen ve Wills, 1985;312-353). Sosyal desteğe yüksek seviyede erişebilenler beğenilme, sevilme gibi duyguları da yüksek seviyede deneyimlerler ve bu durumdan psikolojik sağlıkları olumlu etkilenir (Soylu, 2002;20). Ayrıca Çelik (2016;17)'e göre bu modele göre stres var olsun olmasın sosyal destek her koşulda sağlıklıdır. Daha geniş sosyal ağlara sahip olmak bireylerin sağlıklarını olumlu etkiler.

3.3.2. Tampon Etki Modeli

Bu modele göre sosyal desteğin en önemli işlevi, stresli durumların zararlı sonuçlarını azaltarak psikolojik sağlığı koruyor olmasıdır. Eğer kişiler için stresli durumlar söz konusu değilse sosyal destekten yoksun olma sağlığı ve kendini iyi hissetmeyi olumsuz etkilemez. Ancak stres seviyesinin yüksek olduğu koşullarda sosyal destek kişilerin hayata uyumunu kolaylaştırarak olumsuz etkileri geride bırakan bir tampon görevindedir (Cohen ve Wills, 1985;312-353). Örneğin evlilik ilişkilerinde meydana gelen problemlerin çözümünde ailelerin gereken desteği sağlaması sosyal desteğin tampon görevidir. Bu sayede stres yaratıcı olaylar daha az zarar verici olarak algılanır ve kişilerin başa çıkma becerilerini geliştirir. Kişi bu modelde direkt olarak stres altında bir yaşantıya maruz kalmıştır ve tampon görevi ile olumsuz yaşantılar engellenmiştir (Çelik, 2016;17). Başka bir ifadeyle bu etki modelinde sosyal destek, hayatta karşımıza çıkan zorluklarla baş etme mekanizmasıdır.

3.3. 3. Sosyal Destek ve Olumsuz Yaşantıların Birbirinden Bağımsızlığı Modeli

Bu modele göre sosyal destek ile olumsuz yaşantılar kişilerin fiziksel sağlığı ve kendilerini iyi hissetmeleri üzerindeki etkileri birbirinden ayrışıktır. Hem sosyal destekten yoksunluk hem de olumsuz deneyimler başlı başına sağlığı kötü etkileyebilmektedir. Ayrıca bu modelde sosyal destekten yoksunluk ve olumsuz yaşantıların bir arada olması durumunda kişilerin daha kötü fiziksel sağlık ve daha

düşük psikolojik iyi oluş ile sonuçlanabileceğini varsaymaktadırlar (Güngör, 1996'den akt; Soylu, 2002;37).

Cohen ve Wills (1985;312-353), bu üç modelin etkililiğini araştırdığı meta-analiz çalışmasında kişilerin alabileceklerini düşündükleri sosyal desteği konu alan çalışmalarda tampon etkisinin, sosyal gruplardaki desteği inceleyen çalışmalarda ise temel etkinin desteklendiğini bulgulamıştır. Üçüncü modeli destekleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

3.4. Sosyal Destek Kaynakları

Charles Seashore'e göre güçlü bir sosyal destek sisteminden söz edebilmek için belli başlı bazı özellikler vardır. Bunlar; saygı ve şefkat ihtiyacının karşılanabildiği aile ve arkadaşlar, sorunların çözümünde yardımcı olabilecek uzmanlar, stres altındayken bizlere yardımcı olabilecek çevremizdeki bireyler, rehberlik edebilecek rol modeller, hayatın dönüm noktalarında uyumu kolaylaştıracak şekilde takdir eden ve özgüveni arttıran kişiler, çeşitli gereksinimleri karşılamak üzere gerekli yönlendirmeleri yapan kişilerdir (akt., Bayraktar, 2011;23). Yıldırım, (2016;19) sosyal desteği sınıflandırırken öncelikli olarak aile ve ardından arkadaşlardan söz eder daha sonra ise eş, akrabalar, komşular, tanıdıklar, uzmanlar şeklinde sıralar.

3.5. Algılanan Sosyal Destek

Günümüzde olayları algılayış şekli kişiden kişiye değiştiği için sosyal destekten ziyade algılanan sosyal destek daha fazla önem kazanmıştır. Kişilerin hayatı için bakılacak olursa sosyal desteğin başlı başına kendisi değil bireyler tarafından algılanış şekli psikolojik sağlık üzerinde etkilidir (Ünüvar, 2003;18). Algılanan sosyal desteğin de çeşitli tanımları yapılmıştır. Kef, Jox ve Habekothe (2000;80)'e göre algılanan sosyal destek, kişinin diğerleri ile sağlam duygusal bağlara sahip olması ve ihtiyaç duyduğunda kendisine yardım edeceklerine dair bilişsel değerlendirmeleridir. Norris ve Kaniasty (1996;507)'a göreyse bireylerin geçmiş yaşantılarından ve deneyimlerinden ihtiyaç anında destek geleceğine dönük inançlarıdır. Burada destek kaynakları, bireylerin geçmişteki yaşantıları ve bilişsel olarak destek alacağını düşündüğü insanlardır. Ayrıca alınan destek ve etkileri

algılanan desteğe göre daha zor gözlemlenir. Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley (1988;30), algılanan sosyal desteği ölçmek amacıyla bir ölçme aracı geliştirmiş ve aileden, arkadaşlardan ve hayatımızdaki özel kişilerden algıladığımız sosyal desteği ortaya koymaya çalışmışlardır.

Algılanan sosyal destek, sosyal ağ olarak da ifade edilmektedir. Kişilerin içinde bulundukları sosyal çevre tarafından yeterince desteklenip desteklenmemelerine göre algılanan sosyal destek düzeyleri değişmektedir. Bu sosyal destek, direkt birincil ilişkide olduğumuz aile bireyleri gibi kişiler tarafından sağlandığında bireyler için daha etkili olmaktadır. Ayrıca Kaşık (2009;18)'a göre bireyler için algılanan sosyal destek, sağlanan sosyal destekten daha belirleyicidir. Stokes (1983) de sosyal ağ üzerinden algılanan sosyal desteği açıklamaya çalışmıştır. Öncelikle kişilerin sosyal ağlarını belirlemiş daha sonra sosyal ağdaki bireyleri genel doyum, alınan yardım, sosyal destekten alınan doyum ve sosyal destekte değişiklik istenen durumlar açısından değerlendirilir (akt., Başer, 2006;14).

Sosyal destek, stresin kaynağını tamamen yok etmese de kaygıyı ve endişeyi azaltarak daha iyimser bir bakış açısı sunmada ve otokontrolü sağlamada, sorunun çözümü için yeni yollar denemede etkili olmaktadır. Bu desteğin türü fark etmeksizin bireyleri çaresizlik duygusundan çıkardığı ve sorun çözmede özgüveni arttığı görülmüştür. Çevre tarafından sağlanan anlaşıldığı ve desteklendiği hissi ile bireylerin soruna karşı daha mücadeleci yaklaştıkları gözlemlenmiştir (Kok, Lee ve Low, 2017;71). Sadece streste değil öfke ile mücadele de etkili olan sosyal destek, kriz durumlarında gergin havayı rahatlatmaktadır. Hayatlarının çıkmaza girdiğini düşünen bireyler çareyi arkadaş ya da aileye yönelmekte bulmaktadır (Çakır ve Palabıyıkoğlu, 1993;15). Yapılan araştırmalar gösteriyor ki herhangi bir şekilde sosyal destek alabilen bireyler bu desteğe ulaşamayan ya da ulaşmayanlara göre stresi yönetme ve iyi hissetme konusunda daha iyiler (Kaynar, 2016;27). Hayattaki zorluklara karşı mücadele de en büyük yardımcılardan biri olan sosyal destek, eksikliğinde birçok problemi beraberinde getirirken (Budak, 1999;4) hayata dahil edildiğinde sorunların çözümünde büyük rol oynamaktadır.

3.6. Aileden Algılanan Sosyal Destek

Sosyal destek, desteğin kimden alındığı, hangi ihtiyacını karşıladığı ve miktarı gibi birçok faktörden etkilendiği için çok boyutlu olarak ele alınır. Sosyal desteğin kimden alındığı, hangi kaynaktan almayı daha çok istediği, kaynakların sayısı ve çeşitli olması hayat kalitesini ve psikolojik iyiliği olumlu etkilemektedir (Den Oudsten, Van Heck, Van der Steeg, Roukema ve De Vries, 2010;499). Sosyal desteğin ilk ve en temel kaynağı ailedir. Birey aile içinde dünyaya gelir ve ailede yetişir bu sebeple diğer sosyal destek kaynaklarına göre aileden alınan sosyal destek bireyler için daha önemli ve belirleyici olmaktadır. Aileden onay alma, aile üyeleri tarafından takdir edilme ve kabul görme bireylerin özgüvenlerini arttırmakta ve sorunlarla daha kolay baş edebilmektedirler (Çivilidağ, 2003;28). Bu sebeple araştırma kapsamında evli çiftlerin kendi kök ailelerinden algıladıkları destek incelenecektir.

İlk yıllarda anne ile kurulan duygusal bağ sayesinde bebek, diğerleri ile ilişki kurmayı ödüllendirici bir davranış olarak algılar (Bıyıklı, 1987;87). Diğer yandan ailelerin bireylerin yaşamında önemli etkileri vardır. Sosyal destek kuramına göre, aileden alınan destek stresi azaltarak ya da önleyerek fizyolojik ve psikolojik sağlığı sürdürme görevindedir (Kenny, 1990;39). Bireylerin davranışları aile içinde şekillenir ve belirli ihtiyaçlarla doğan bireyler bu ihtiyaçlarını aile içerisinde karşılar. Sevildiğini, değer verildiğini, ait olduğunu hisseden kişi aynı zamanda aile içinde sosyal hayatta kabul görecek şekilde davranmayı da öğrenir. Aile bireye birçok konuda destek olur ve hayata dair gerekli rehberliği sağlar (Kızmaz, 2006;53). Yıldırım (1997;81), sosyal desteğin en çok aileden alındığını belirtmiştir. Özbesler (2001;129) de benzer olarak lösemili çocukların aileleri ile yaptığı çalışmada ebeveynlerin, sosyal desteği en çok kendi anne babalarından aldığı daha sonra diğer kaynaklara yöneldikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Aile içinde destek kaynaklarını detaylı inceleyecek olursak babalardan alınan destek türlerinin annelerden alınana göre daha sınırlı olduğu, babaların genelde maddi destek verdikleri annelerinse hem maddi, hem duygusal, hem de araçsal gibi birden fazla destek türünü sağladıkları görülmüştür (Taysi, 2000;10). Yıldırım ve Ergene (2003;231), aileden alınan sosyal desteğin bilişsel ve sosyal gelişime ve

dolaylı olarak benlik saygısına katkı sağladığını ayrıca bireylerin ailelerinden yeterli sosyal desteği alamadığı durumlarda zararlı alışkanlıklar ile karşılaştıklarını belirtmişlerdir.

Evli çiftler, gerekli rol ve sorumlulukları üstlenmek, birlikte bir hayata uyum sağlamak konusunda desteğe ihtiyaç duyarlar. Rehberlik edebilecek ilk destek kaynağı olarak aile karşımıza çıkar. Doğumundan itibaren yanında olan aile çocuklarını yakından tanır ve gerekli desteği sağlayabilecek konumdadır. Aile tarafından destekleniyor olmak bireyler için oldukça önemlidir. House, Landis ve Umberson (1988;543) bunu: 'Toplumsal ilişkiler geçen zamanla birlikte değişime uğramaktadır. Özellikle evlilik ilişkileri ve aile hayatı bu değişimden büyük pay almaktadırlar. Eşler arası yaşanan sorunlar neticesinde evlilik birliği bozulabilmekte artık bir eşe ya da çocuğa sahip olmama gibi durumlar gözlemlenmekte söz konusu bireylerin destek ve ilişki konusunda eksik hissettikleri görülmektedir. Burada sosyal desteğin önemi karşımıza çıkmaktadır.' Şeklinde açıklar.

Hayatın çalkantılı süreçlerinden etkilenen sosyal destek; aile içi çatışmalar, yas, boşanma, hastalık, evlenme, işsizlik gibi büyük değişimlerde bireylerin hayatında oldukça etkindir. Bireyin yaşantısında belirleyici rolü olan eş ve aile üyelerinin kriz sürecindeki davranışları, bireyin hayatı için kritik bir öneme sahiptir (Yıldırım, 2006). Bireyin bulunduğu gelişim dönemi göz önüne alınırsa öncelikli destek kaynakları değişebilir. Okula yeni başlayan bir öğrenci için öğretmen, bir ergen için arkadaşlar olabilir. Hayatın önemli bir değişim ve dönüşüm noktası olan evlilik sürecinde ise bireyler için öncelikli destek kaynaklarından biri de ailedir.

Eşlerin evlilik hayatına uyum sağlamaları ve bunu sürdürebilmeleri için yakın çevreden destek almaları gerekebilmektedir. Özellikle çocuk dünyaya geldikten sonra bebek bakımı gibi yeni sorumlulukların eklenmesi ile artan iş yükü ve stresi azaltan bir güç olan sosyal destek eşlerin psikolojik sağlıkları için önemli hale gelebilmektedir (Sorias 1988'den akt., Başer, 2006;11). Bu süreçle birlikte eşler sahip oldukları sosyal ağ içerisinden özellikle kendi anne babalarından oldukça fazla destek alırlar (Tarkka, Paunonen ve Laippala 2000;20). Ebeveynlik ve sosyal

desteğin bireylerin hayatına etkileri incelendiğinde duygusal destek bireyler arası kabul ve onaylanma olarak adlandırılırken araçsal destek anne babaya tecrübe aktarımı, günlük işlerde yardım ve çocuk bakımı anlamına gelmektedir (Mitchell ve Trickett, 1980;27).

Yapılan çalışmalara göre içsel faktörlerin sebep olduğu stresin daha yakın çevre ile paylaşıldığı, dışsal faktörlerin sebep olduğu stresin ise daha uzak çevreler ile paylaşıldığı görülmüştür (Şengül-Kılıç, 2021;31). Buna paralel olarak evlilik hayatı içerisindeki problemler mahremiyet kapsamında daha yakın görülen aile üyeleri ile paylaşılmakta ve bu konuda onlardan destek beklenmektedir.

3.7. Sosyal Destekle İle İlgili Yapılan Araştırmalar

3.7.1. Sosyal Destekle İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar

Sosyal desteğe dönük araştırmalar incelendiğinde genellikle ergenlik sürecinde aileden ve arkadaşlardan alınan sosyal desteğe dönük çalışmaların olduğu görülmüştür. Evlilik hayatı içerisinde sosyal destek çalışmalarında ise eşlerden alınan destek ön plana çıkmaktadır. Evli çiftlerin evlilik hayatı içinde ailelerinden ne düzeyde destek aldıkları, affediciliği gerektirecek bir problem durumu ile karşılaştıklarında algıladıkları sosyal desteğin evlilik hayatlarını sürdürmelerinde ne ölçüde etkili olduğu ile ilgili bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Şirvanlı Özen (1998)'in yürüttüğü çalışmada, anne babaları arasında çatışma yaşanmayan çocukların çatışma yaşananlara kıyasla daha yüksek sosyal destek algıladıkları, erkeklere nazaran kızların daha yüksek sosyal destek aldığını bildirdikleri ve artan sosyal desteğin azalan problem durumu ile alakalı olduğu görülmüştür. Budak (1999) da aileden algılanan sosyal desteğin artması bireylerin problem çözme becerilerini arttırdığı belirtmiştir. Algılanan sosyal destek arttıkça ruh sağlığında iyileşmeler gözlemlenmiştir. Benzeri olarak aileden algılanan sosyal destek düştükçe psikolojik problemlerde artış gözlemlenmiştir. Aileden algılanan sosyal destek düştükçe anksiyetenin arttığı görülmüştür (Okanlı, 1999). Ustabaş (2011), saldırganlık ve sosyal desteğin negatif ilişkili olduğunu belirtmiştir. Ek olarak kızların, ekonomik düzeyi yüksek olanların, ebeveynlerin eğitim düzeyi yüksek olanları ve ebeveynleri birlikte yaşayanların daha fazla sosyal destek

algıladıkları görülmüştür. Ailenin ekonomik gelir düzeyi yükseldikçe aileden algılanan sosyal desteğin arttığı görülmüştür (Banaz, 1992; Bayram, 1999).

Sosyoekonomik düzey, yaş, cinsiyet gibi değişkenlere göre algılanan sosyal desteğin seviyesinin değiştiği bilinmektedir. Desteğin türü fark etmeksizin kadınların erkeklerden daha yüksek oranda sosyal destek aldıkları ve çevrelerine yine erkeklere kıyasla daha fazla destek sağladıkları görülmüştür (Simek, 2019). TÜİK verilerine bakılırsa işsizlik oranlarındaki artış ve beraberinde getirdiği refah düzeyinin düşmesi yoksullaşma ile sonuçlanmaktadır. Bunun yanında boşanma sayılarında gözlemlenen artış ekonomik sıkıntıların aile birliğini tehdit ettiğini göstermektedir. İşsizlik, yoksulluk gibi stres kaynaklarının evlilik hayatı üzerindeki olumsuz etkilerini en aza indirmek için sosyal destek önemli görülmektedir (TÜİK,2016). Bu noktada ailelerinden ya da birbirlerinden destek alan eşlerin hayattaki değişimlere uyum sağlama ve stresle baş etmede daha başarılı oldukları görülmektedir (Yıldırım, 2006). Brown, Andrews, Harris ve Bridge (1986), yaşları birbirinden farklı bir grupta travma sonrası alınan sosyal desteğin eşleri ne yönde etkilediğini araştırmak istemişlerdir. Eşler birbirlerinden destek aldıklarında depresyon riskinin azaldığı ve kendilerine saygının arttığı bulunmuştur. Benzer diğer çalışmalarda da travma sonrası gelişim ile sosyal desteğin ilişkili olduğu görülmüştür.

Evlilik ilişkilerinde annenin algıladığı sosyal desteğin artması çocukların ruh sağlığını olumlu etkilediği bulunmuştur (Gürkan, 1998). Başer (2006), anne babaların öz ya da üvey olmasının hatta hayatta olup olmamalarının algılanan sosyal destek için etkili olmadığını belirtmiştir. Sosyal destek ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif bir ilişki olduğunu söyleyen çok sayıda yazar vardır (Terzi, 2008). Yıldırım (2006) da sosyal destek ile tükenmişliğin negatif ilişkili olduğunu bulgulamıştır.

Sosyal destek konusunda cinsiyetler arası farklılıklara rastlanmamıştır (Çakır ve Palabıyıkoğlu, 1993). Ancak başka bir çalışmada kadınların algıladıkları sosyal destek düzeyinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu, erkeklerin ailelerinden daha az destek aldıklarını belirttikleri görülmüştür (Güngör, 1996). Evli erkekler ve bekar kadınlar, bekar erkekler ve evli kadınlara kıyasla ailelerinden aldıkları değer verici desteği daha fazla tercih etmişlerdir. Ayrıca yapılan başka bir

çalışmada da bekarların evli çiftlere göre sosyal destek puanları daha düşük olduğu öne sürülmüştür (Özcan, 1997).

Taysi (2000), yürüttüğü çalışma sonucunda en çok desteğin aileden alındığını, erkeklerin desteğe daha çok önem verdiklerini belirtmiştir. Çakır ve Palabıyıkoğlu (1993) da bulunulan yaşın algılanan sosyal desteği etkilediğini belirtmiş ve 12-22 yaş arasında sosyal desteğin en fazla aileden alındığını belirtmiştir.

Aile içinden sağlanan sosyal desteğin stresi azaltıp problemin çözülmesinde, ruhsal sağlığın korunmasında ve evliliğin sürdürülmesinde önemli olduğu görülmüştür. Ayrıca birbirlerine destek veren eşlerin olduğu aile ortamında büyüyen çocukların algıladıkları sosyal desteğin daha yüksek olduğu araştırma bulguları arasındadır (Kaynar, 2016). Sosyoekonomik durumun eşlerin birbirlerinden algıladıkları sosyal destek düzeyini etkilediği görülmüş, algılanan desteğin gelir düzeyi ile beraber arttığı bulunmuştur. Daha düşük gelir düzeyine sahip aileler orta ve yüksek gelir durumundaki ailelere kıyasla ekonomik sorunlarla iç içe olmalarından kaynaklı destek algılarının daha zayıf olduğu belirtilmiştir (Simek, 2019).

3.7.2. Sosyal Destek İle İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

Van Beest ve Mirka (1999), araştırmalarını şu üç hipotez üzerine geliştirmiştir. Birincisi, eğer bireylerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyi düşükse arkadaşlarından algıladıkları destekle bunu telafi edebilmektedirler ve aralarında zıt yönlü bir ilişki vardır. İkincisi, sosyal desteğin aileden ya da arkadaştan alınması birbiri ile ilişkili değildir. Üçüncüsü ise aileden algılanan sosyal destek puanı yüksekse arkadaşlardan alınan da yüksektir ayrıca aralarında pozitif bir ilişki vardır. Analizler neticesinde, bu iki destek türü arasında az da olsa bir ilişki olduğu ancak aileden alınan sosyal destek düşükse bunun arkadaşlardan alınan sosyal destekle telafi edilemeyeceği ve birbirinin yerine koyulamayacağı sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyetler açısından kıyaslandığında erkeklerin babalarından kızlarınsa daha çok annelerinden destek aldıkları görülmüştür. Ayrıca erkeklerin daha çok destek aldığı görülmüştür (akt., Başer, 2006). Helsen, Vollebergh ve Meeus (2000), sosyal desteğin bireylerin duygusal durumunu

etkilediğini belirtmiş ve eğer bireyler ailelerinde destek alıyorlarsa arkadaşlarından gelen desteğe olumlu yaklaşmakta ancak ailelerinden destek almıyorlarsa arkadaşlardan gelen desteğe çok da olumlu yaklaşmamaktadırlar.

Reevy ve Maslach (2001), sosyal desteği cinsiyetler açısından kıyaslamış ve kızların erkeklere göre hem daha çok sosyal destek aldıklarını hem çevrelerine daha çok sosyal destek verdiklerini hem de daha fazla sosyal destek beklentisinde olduklarını belirtmiştir. Bunu açıklarken kültürel örüntülerden yararlanılabilir. Kültür, erkeklerin diğerlerine ihtiyaç duymayı ve yalnız olmayı kabullenmeyi engeller. Kadınlara ise daha fazla duygularını diğerleri ile paylaşma şansı verir. Bu sebeple erkekler ihtiyaç duyduklarından daha az sosyal destek kabul edebilirler (Grootheest, Beekman, Groenou, Deeg, 1999). Kenny (1990) da kadınların stres durumlarında erkeklere nazaran daha fazla aile desteğine ihtiyaç duyduğunu bulgulamıştır.

Tirone, Shorey, Nathanson ve Rhatigan (2014), partner şiddetine maruz kalan ekonomik durumu yetersiz kadınların algıladıkları sosyal destekle öz yeterlilikleri arasından pozitif ilişki bulunmuştur. Benzer bir grupla çalışan Jose ve Novaco (2016), şiddete maruz kalan kadınların aldıkları sosyal destek yükseldikçe şiddete boyun eğme potansiyellerinin de arttığı görülmüştür. Yine şiddete maruz kalan kadınlarla çalışma yapan Akpınar (2011), ailelerinden gerekli desteği alamayan kadınların yoğun çaresizlik yaşadıkları ve şiddete karşı koymada yetersiz kaldıkları görülmüştür. Bununla beraber sosyal destek algısı diğerlerine göre daha yüksek olan kadınların daha az şiddetle karşılaştığı görülmüştür (Karaboğa, 2013).

Sosyal desteğin fiziksel ve psikolojik hastalıklara karşı dayanma gücünü arttırdığı (Leavy, 1983) ve stresli yaşantıların oluşturduğu olumsuzluklardan koruyucu bir yapısının olduğu bulunmuştur (Sarason ve ark., 1983). Lefcourt, Martin ve Saleh (1984), sosyal desteğin her koşulda herkes için aynı etkide olmadığını savunmuştur. Yaptığı çalışmada kimi destek türlerinin diğerlerine kıyasla daha etkili olduğunu, kimilerinin sosyal desteği daha iyi kullanabildiğini bulgulamıştır.

Yapılan araştırmalarda daha çok ergenlerde sosyal desteğin önemi, fiziksel ve ruhsal hastalıklarda sosyal desteğin yeri, bazı psikolojik rahatsızlıkların belirtileri ile olan ilişkisi gibi faktörlerin üzerinde durulduğu görülmüştür. Evli çiftlerin

ailelerinden algıladıkları sosyal destek üzerine yeterince vurgu yapılmamıştır. Yapılan bu araştırma ile evli çiftlerin ailelerinden ne düzeyde destek algıladığı ve bu desteğin affediciliklerini ne düzeyde etkilediği konusunda fikir vereceği düşünülmektedir.

BÖLÜM III

4. METODOLOJİ

4.1. Araştırmanın Modeli, Evreni ve Örneklemi

Yapılan araştırma, betimsel tarama modelinin alt dallarından biri olan ilişkisel tarama modeline göre gerçekleştirilecek nicel bir çalışmadır. Çalışmada kullanılacak olan ilişkisel tarama modeli iki ya da ikiden fazla değişkenin beraber incelendiği ve değişiminin derecesinin belirlendiği bir araştırma modelidir. Tarama yöntemi ile saptanan veriler neden sonuç ilişkisi sunmasa da bu noktada ipuçları vermesi açısından yararlıdır (Karasar, 2018).

Çalışmanın evreni halen evli olan ve Konya'da yaşayan genç yetişkinlerden oluşmaktadır. Katılımcılar, Konya ili merkez ilçede yaşayan, 18-40 yaş arası ve şuan evli bulunan rastgele seçilmiş gönüllük esasına göre katılmak isteyen bireylerdir. Örneklem grubu toplam 637 evli bireyden oluşmaktadır. Bu grubun %71,7'si 457 kişi ile kadınlardan oluşurken %28,3'ü 180 kişi ile erkeklerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan bireylerde evli olma şartı aranırken çift olma şartı aranmamıştır.

4.2. Etik Kurul Onayı

Bu çalışmayı yürütmeye başlamadan önce araştırmada kullanılacak ölçek ve formların uygunluğuna dair Etik Kurul Onayı alınmıştır. 29.12.2021 tarihli T. C. Selçuk Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu Toplantı ve Karar Tutanağı ile birlikte uygulanacak tüm formların yayın etiği ve bilimsel araştırma açısından uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

4.3. Veri Toplama Araçları

4.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, araştırmacı tarafından araştırma konusuyla ilişkili olan veya olabilecek değişkenlerin incelenmesi amacıyla oluşturulmuş olup cinsiyet, yaş, eğitim durumu, evlilik süresi, ebeveynlerinin eğitim düzeyleri, çocuk sayıları, sosyoekonomik durumları ve evlilik usulleri, affediciliğe ve aileden sosyal desteği ilişkin çeşitli sorulardan oluşur. Bu formda katılımcılara toplamda 17 soru sorulmuştur.

4.3.2. Evlilikte Suçu Affetme Ölçeği

Evlilikte Suçu Affetme Ölçeği, bağışlanacak bir darılma durumu söz konusu olduğunda eşlerin birbirlerini affetme ya da dargınlığın seviyesini belirleme amacıyla Palegari, Regalia ve Fincham (2000) tarafından geliştirilmiş olup Türkçeye uyarlaması Akın, Çolak ve Eroğlu (2012) tarafından yapılmıştır. Kişinin kendisi hakkında bilgi vermesi esasıyla hazırlanan bu ölçek Toplam 10 madde, 2 alt boyuttan oluşur ve 6'lı likört tipinde hazırlanmıştır. (1= kesinlikle katılmıyorum, 6= kesinlikle katılıyorum). Ölçek iki alt boyuttan oluşmakla birlikte (1,3,4,6,7,8) maddeler dargınlık/kaçınma alt boyutunu oluşturur, (2,5,9,10) maddeler ise bağışlama alt boyutuna aittir. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları dargınlık-kaçınma (6 madde) alt boyutunda için .79 ve .83 bulunurken bağışlama (4 madde) alt boyutunda ise bu sayı .80 ve.76'dır. Ters puanlanan maddeler bu ölçekte bulunmamaktadır. Türkçe geçerlilik katsayıları ise 250 evli çiftten elde edilen veriler ışığında Cronbach Alfa katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

4.3.3. Öznel Eş / Partner Affediciliği Ölçeği

Ölçek, partnerlerince affedildiğini hissetme düzeyini ölçmek amacıyla Gülgün ve Özbay (2018) tarafından geliştirilmiştir. 18 yaş ve üzeri bireylerde tüm partnerlerce (sözlü, nişanlı, flört, sevgili, eş) affedildiği hissetme durumunu belirlemek amacıyla hazırlanan ölçek 227 kişiden toplanan verilerle başlangıçta 28 madde olarak hazırlanmış daha sonra faktör analizleri sonucunda 25 maddeye düşürülmüştür (Durmuş, 2020). Faktör analizi sonuçlarına göre tek faktörlü olduğu bulunmuştur. En düşük madde yükü .31, en yüksek madde yükü .81 olarak bulunmuştur. Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı ise .92 olarak hesaplanmıştır. 5'li likört tarzında hazırlanan ölçek 1=kesinlikle katılmıyorum 5=kesinlikle katılıyorum şeklinde puanlanır.

4.3.4. Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Aileden algılanan sosyal destek düzeyini saptamak amacıyla Procidano ve Heler'in (1983) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlamasını Eskin (1993)'in yaptığı ve Yıldırım (1997) tekrar ele alınarak son halinin verildiği Aileden

Algılanan Sosyal Destek Ölçeği(ASDÖ) toplam 20 maddeden oluşmaktadır. ‘Evet’, ‘Hayır’ ve ‘Kısmen’ olarak cevaplandırılmaktadır. Ölçek puanlanırken 3., 4., 16., 19. ve 20. maddelerde Evet seçeneği 0, Hayır 2, Kısmen 1 puan olarak puanlanmaktadır. Diğer tüm maddelerde Evet 2, Kısmen1 ve Hayır 0 olarak puanlanmaktadır (Kırhallı-Gök, 2015). Tüm puanların toplanması ile elde edilen toplam puanın yüksek olması aileden algılanan sosyal desteğin yüksekliği, düşük olması ise düşüklüğü ile kavramsallaştırılmıştır (Başer, 2006).

Faktör analizi sonuçları her alt boyut için uygun aralıkta Croancbach Alfa değeri ise .93 ile oldukça homojen dağıldığını göstermektedir ve yapı geçerliliği yüksektir denebilir (Yıldırım, 1997). Ayrıca güvenirlik .90, iç tutarlılık .76-.85 aralığındadır.

Aileden algılanan sosyal destek ölçeğinin iki alt boyutundan yalnızca biri kullanılmıştır. Aileye verilen desteği ölçen (5,6,7,12,15,17,18,) maddelere çalışmada yer verilmemiş yalnızca aileden algılanan desteği ölçen maddeler (1,2,3,4,8,9,10,11,13,14,16,19,20) kullanılmıştır. Toplamda 13 maddeye çalışmada yer verilmiş ve analizler bu kapsamda yapılmıştır.

4.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın katılımcıları Konya ili merkez ilçelerinde ikamet eden 18-40 yaş arası evli bireylerdir. Bu kapsamda veriler kişisel bilgi formu, Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Evlilikte Suçu Affetme Ölçeği ve Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeğine verilen cevaplardan oluşmaktadır. Affetmeye yönelik iki farklı ölçeğin birlikte kullanılmasının sebebi her ikisinin de farklı boyutlarıyla affetmeyi ölçüyor olmasıdır. Araştırmayı zenginleştirmek ve affedicilik üzerine çalışmayı düşünen araştırmacılara yol açmak amacıyla farklı iki ölçek bu çalışmada bir arada kullanılmıştır. Ayrıca aileden algılanan sosyal destek ölçeğinin belirli maddeleri araştırmada kullanılmış, tüm maddelerine yer verilmemiştir. Veri toplama aşaması pandemi sebebiyle yüz yüze gerçekleştirilememiş Google Formlar aracılığıyla ölçekler internet ortamına yüklenmiş ve katılımcılara ulaştırılmıştır. İnternet aracılığıyla veri toplamanın bazı avantajlı yönleri bulunmaktadır. Verilerin ve katılımcıların gizliliğinin sağlanması, zaman kısıtlaması olmaması, veri

kayıplarının daha az indirilebilmesi ve daha rahat ve samimi cevapların veriliyor olması bunlardan bazılarıdır. Bununla beraber araştırmanın kapsamı, amacı çalışmanın başlangıcı belirtilmiş katılımcılardan yine elektronik ortamda onam alınmıştır. Katılımcıların gönüllülük esasına göre seçildiği çalışmada anket sorularını cevaplamak yaklaşık 20 dakika sürmüştür.

4.5. Verilen Analizi

Araştırmadan toplanan veriler SPSS 23.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. İstatistiksel analizlere başlamadan önce kullanılacak ölçekler için geçerlik ve güvenirliğin sağlanıp sağlanmadığını kontrol etmek için normallik sınaması, iç tutarlılık ve faktör analizleri yapılmıştır. Kolmogorov-Smirnov değeri ve Çarpıklık-Basıklık değerleri incelenerek normallik varsayımı sınanmıştır. Güvenirlik için Cronbach Alfa katsayılar incelenmiş ve ölçeklerin iç tutarlığı yeterli bulunmuştur. Faktör analizleri de her ölçek için detaylı bir şekilde ele alınmıştır. Aileden algılanan sosyal destek ölçeğinde yalnızca belirli maddelerinden yararlanıldığı için (tek boyut olarak ele alındığı için) ve bahsedildiği şekilde tek faktörlü çıkmıştır. Evlilikte suçu affetme ölçeği iki alt boyuttan oluşmaktadır ve iki faktörlü gözükmektedir. Öznel eş/partner affediciliği ölçeği de tek faktörlü olarak olarak görünmektedir. Ölçek maddelerinde herhangi bir değişiklik yapılmadan istatistiksel işlemlere geçilmiştir. İşlemlerle ilgili veriler aşağıda yer alan tablolardan görülmektedir.

4.5.1. Normallik Varsayımı

Araştırmada verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Çarpıklık ve Basıklık katsayıları esas alınmıştır. Ayrıca Kolmogorov-Smirnov değeri de incelenerek normallik sınanmıştır.

Tablo 1. *Ölçeklerin Normallik Testi*

Değişkenler	X	SS	Min-Max	Çarpıklık	Basıklık
ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	17,22	7,481	6,00-36,00	,403	-,486
ESAÖ-Bağışlama	13,43	5,098	4,00-24,00	-,138	-,539
AASD	20,81	6,825	13,00-39,00	,911	-,123
ÖEPA	85,03	20,928	29,00-121,00	-,383	-,579

Tablo 1 incelendiğinde Çarpıklık ve Basıklık değerlerinin -1,5 ve 1,5 aralığında yer aldığı, bu sebeple de verilerin normal dağılım sergilediği (Tabachnick ve Fidell, 2013) görülmektedir. Veriler normal dağılım gösterdiği için parametrik testler kullanılarak analizler yapılmıştır.

4.5.2. Tutarlılık Analizleri

Tablo 2. *Ölçeklerin Güvenirlik Katsayıları*

Değişkenler	Cronbach's Alfa	Cronbach's Alfa Based On Standardızed Items	N Of Items
ESAÖ-Bağışlama	,613	,613	4
ESAÖ-Dargınlık	,807	,812	6
AASD	,901	,903	13
ÖEPA	,923	,924	925

Tablo 2 incelendiğinde Ölçeklerin Güvenirlik Katsayıları karşımıza çıkmaktadır. Toplam 10 maddeden oluşan Evlilikte Suçu Affetme Ölçeği (ESAÖ) Cronbach's Alpha değeri yani cevaplardaki iç tutarlılık kat sayısı bağışlama alt boyutu için .61 ve dargınlık/kaçınma alt boyutu için .80 olarak bulunmuştur. Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeğine verilen cevapların iç tutarlılık (Cronbach's Alpha) katsayısı ise .90 olarak bulunmuştur. Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeğine verilen cevapların iç tutarlılık katsayısı ise (Cronbach's Alpha) .92 olarak ölçülmüştür. Cronbach's Alpha değeri değerlendirmelerini yaparken

'0.00-0.40 arası değer güvenilir değildir

0.41-0.60 arası değer düşük güvenilirdir

0.61-0.80 arası değer güvenilirdir

0.81-1.00 arası değer çok yüksek güvenirliktedir.' kriterleri kullanılır (Özdamar, 1999).

Verilerden elde edilen iç tutarlılık katsayıları bu kriterlere göre incelendiğinde ölçeklerin bu çalışma için oldukça güvenilir olduğu sonucuna ulaşılır. Ölçeklerin bu değerlere göre yapısal geçerliliği de sağladığı söylenebilir. Yapı geçerliliği için ayrıca faktör analizi yapılarak incelenmiştir.

Tablo 3. *Ölçeklerin KMO ve Barlett's Testleri*

Değişkenler	Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)	Barlett's Test Of Sphericity		
		Approx. Chi Square	Df	P
ESAÖ	,811	1697,425	45	,000
AASD	,939	3656,787	78	,000
ÖEPA	,955	9291,396	300	,000

Tablo3' de yer alan KMO katsayısı ve Bralett testi sonucuna bakıldığında araştırmada kullanılan ölçek maddelerinin açıkladıkları varyansın hesaplanabilir aralıkta olduğu görülmektedir. Ölçek maddelerinin açıkladıkları varyanslara aşağıda yer alan tablolarda yer verilmiştir.

Tablo 4. *Evlilikte Suçu Bağışlama Ölçeği*

	Bağışlama	Dargınlık/Kaçınma
Madde 8	,764	
Madde 3	,745	
Madde 7	,735	
Madde 1	,684	
Madde 4	,656	
Madde 6	,577	
Madde 9		,739
Madde 5		,622
Madde 2		,553
Madde 10		,500

Tablo 4 incelendiğinde Evliliğinde Suçu Affetme Ölçeği maddelerinin belirtilen şeklide tek boyutlu olarak karşımıza çıkması ve ,300 ve altı yüklemelerin yer almaması, aynı anda birden fazla faktörü açılayan maddelerin olmaması sebebiyle maddeler çıkarılmadan işlemlere devam edilmiştir. Ölçek tek faktörlü ve 13 madde olarak ele alınmıştır.

Tablo 5*. Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği*

	Alt Boyut
Madde 9	,839
Madde 5	,797
Madde 8	,785
Madde 13	,746
Madde 7	,708
Madde 1	,705
Madde 6	,694
Madde 12	,672
Madde 3	,667
Madde 2	,638
Madde 10	,604
Madde 11	,560
Madde 4	,419

Tablo 5 incelendiğinde Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği maddelerinin tek alt boyutu ele alındığı için faktör analizinde tek boyutlu olarak karşımıza çıkmıştır. Maddelerden .300 ve altında madde yer almaması, aynı anda birden fazla faktörü açılayan maddelerin olmaması gerekçesi ile madde çıkarılmadan 13 madde ve tek alt boyut olarak değerlendirilmiştir.

Tablo 6. *Öznel Eş/Partner Affediciliği Ölçeği*

	Alt Boyut1
Madde 14	,813
Madde 12	,805
Madde 22	,804
Madde 9	,800
Madde 10	,799
Madde 23	,782
Madde 8	,780
Madde 5	,776
Madde 4	,750
Madde 21	,728
Madde 7	,717
Madde 11	,676
Madde 13	,671
Madde 20	,664
Madde 17	,621
Madde 18	,619
Madde 6	,609
Madde 15	,545
Madde 19	,542
Madde 16	,532
Madde 24	,512
Madde 2	,471
Madde 1	,462
Madde 3	,454
Madde 25	,434

Tablo 6 incelendiğinde Öznel Eş Partner Affediciliği Ölçeğinin maddelerinde .300 ve altında madde yer almadığı için, aynı anda birden fazla faktörü açılayan maddelerin olmaması sebebiyle madde çıkarılmadan 25 madde ve tek alt boyut olarak değerlendirilmiştir.

Bu sonuçlara bakılarak çalışmada yer alan ölçeklerin yapı geçerliliğine sahip olduğuna ve açıkladıkları faktör yüklerininse çalışma için yeterli olduğuna karar

verilebilir(Büyüköztürk, 2002;474).. Ölçeklerle ilgili geçerli koşulların sağlandığı test edildikten sonra istatistiki işlemlere geçilmiştir. İlk olarak kişisel bilgi formunda yer alan sorulardan elde edilen veriler analiz edilmiştir. Bu sayede çalışma ila ilgili betimsel istatistiklere ulaşılmıştır. Tamamlayıcı istatistikler olan sayı, yüzde, frekans gibi bilgiler bu kısımda yer almaktadır. Çalışmada normallik sağlandığı için diğer analizlerde parametrik testlerden yararlanılmıştır. Araştırmadaki demografik değişkenlerin ikili gruplarla karşılaştırılmasında Bağımsız Örneklemler T-Testi, üç ve daha fazlası grubun karşılaştırılmasında ise One-way ANOVA testi ve farklılıkların analizi içinse LSD testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi görmek için Korelasyon analizi yapılmış ve anlamlılık için hata değeri 0.05 olarak kabul edilmiş ($p<0.05$) altında kalan değerler anlamlı olarak kabul edilmiştir.

BÖLÜM IV

5. Bulgular ve Yorum

Bu kısımda araştırmanın alt problemlerinde ve amacında yer alan hipotezleri açıklamaya yönelik toplanan verilerin istatistiksel analizlerinden elde edilen buğulara yer verilmiştir. Bulgulara ilişkin ve tablo ve yorumlar bu bölümde yer almakta literatürle örtüşen ya da ters düşen kısımları tartışma ve sonuç kısmında yer almaktadır.

5.1. Katılımcıların Demografik Özelliklere İlişkin Bilgiler

***Tablo 7**. Örneklem Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları*

Kişisel Bilgiler		*f*	%
Cinsiyet	Kadın	457	71,7
	Erkek	180	28,3
Yaş	18-23 Yaş	18	2,8
	24-29 Yaş	205	32,2
	30-35 Yaş	243	38,1
	36-40 Yaş	171	26,8
Aylık Gelir Durumu	İyi	133	20,9
	Orta	401	63,0
	Yetersiz	103	16,2
Yetiştiği Aile Ortamı	Çekirdek Aile	394	61,9
	Geniş Aile	243	38,1
Evlilik Şekli	Tanışıp Anlaşarak	401	63,0
	Görücü Usulü	236	37,0
Çocuk Sayısı	Henüz Çocuk Yok	150	23,5
	Tek Çocuk	136	21,4
	İki Çocuk	181	28,4
	Üç Çocuk	128	20,1
	4 Çocuk	32	5,0
	4 ve Üzeri Çocuk	10	1,6
Evlilik Süresi	0-3 Yıl	169	26,5
	4-7 Yıl	122	19,2

	8-11 Yıl	95	14,9
	12-15 Yıl	151	23,7
	15 ve Üzeri	100	15,7
Yapılan Evlilik Sayısı	İlk Evliliğim	613	96,2
	İkinci Evliliğim	24	3,8
Eğitim Durumu	Okur-yazar Değil	5	0,8
	İlkokul Mezunu	68	10,7
	Ortaokul Mezunu	89	14,0
	Lise Mezunu	90	14,1
	Lisans Mezunu	308	48,4
	Lisansüstü Eğitim	77	12,1
Annenin Eğitim Durumu	Okur-yazar Değil	99	15,5
	İlkokul Mezunu	416	65,3
	Ortaokul Mezunu	48	7,5
	Lise Mezunu	55	8,6
	Lisans Mezunu	19	3,0
Babanın Eğitim Durumu	Okur-yazar Değil	20	3,1
	İlkokul Mezunu	343	53,8
	Ortaokul Mezunu	81	12,7
	Lise Mezunu	103	16,2
	Lisans Mezunu	90	14,1

Tablo 7 incelendiği zaman araştırmaya katılanların 457'si kadın (%71,7), 180'i ise erkeklerden (28,3) oluşmaktadır. Yaş değişkenine bakıldığında 18-23 yaş arası 18 (%2,8), 24-29 arası 205 (%32,2), 30-35 arası 243 (%38,1), 36-40 yaş arası ise 171 (%26,8) bireyin bulunduğu görülmektedir. Katılımcılardan 133'ü (%20,9) aylık gelir durumunun iyi olduğunu 401'inin (%63,0) orta düzeyde olduğunu ve 103'ününse (%16,2) gelirlerinin yetersiz olduğu görülmüştür. Yetiştikleri aile ortamı söz konusu olduğundaysa katılımcıların 394'ünün çekirdek (%61,9), 243'ününse (%38,1) geniş ailede büyüdükleri ayrıca 401'inin (%63,0) tanışarak evlendiği 236'sınınsa (%37,0) görücü usulü evlendiği bilinmektedir. Katılımcıların nerdeyse tamamının (%96,2) ilk evliliklerini sürdürdükleri yalnızca 24'ünü (%3,8) ikinci evliliği olduğu görülmüştür. Evliliklerinde 0-3 yıldır evli olanların sayısı 169 (%26,5), 4-7 yıldır evli olanların sayısı 122 (%19,2), 8-11 yıldır evli olanlar 95

(%14,9), 12-15 yıldır evli olanlar 155 (%23,7) ve 15 yılın üzerinde evli olanlar ise 100 (%15,7) kişiden oluşmaktadır. Henüz çocuğu olmayan 150 kişi (%23,5), tek çocuğu olan 136 (%21,4), iki çocuğu olan 181 (%28,4), üç çocuğu olan 128 (%20,1), dört çocuk sahibi 32 (%5,0) ve dörtten fazla çocuğu olan 10 (%1,6) kişi vardır. Eğitim durumlarına bakıldığında katılımcıların neredeyse yarısının (308 kişi) lisans mezunu olduğu, anne (416 kişi) ve babalarınsa (343 kişi) büyük çoğunluğunun ilkokul mezunu olduğu görülmektedir.

Tablo 8. *Örneklem Grubunun İfadelere Verdikleri Yanıtlara İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları*

İfadeler		***f***	**%**
Evlilikteki Problemler En Çok Kimlerle Paylaşılmış	Eş	314	49,3
	Anne	48	7,5
	Baba	5	0,8
	Abi, abla ya da kardeş	78	12,2
	Arkadaş, komşu, kardeş tanıdık vs.	105	16,5
	Diğer Kişilerle	8	1,3
	Kimseyle Paylaşmam	79	12,4
Eş, Suçlu Olduğu Durumlarda Aile Nasıl Tepkiler Verir	Evliliği Destekleyici ve Eşi Affetmeye Yönelik	420	65,9
	Durumu Dinleyip Fikir Belirtmeden	158	24,8
	Eşi Suçlayıcı ve Affetmeyi Engelleyecek Şekilde	59	9,3
Evlilikle İlgili Problemleri Ne Ölçüde Aile İle Paylaşılır	Hiçbir Zaman	64	10,0
	Ara Sıra	66	10,4
	Bazen	150	23,5
	Genellikle	173	27,2
	Her Zaman	184	28,9
Aileden Ne Ölçüde Destek Alınır	Hiçbir Zaman	141	22,1
	Ara Sıra	112	17,6
	Bazen	181	28,4
	Genellikle	116	18,2
	Her Zaman	87	13,7

Daha Önce Aile Desteği İle Eşinizi Affettiniz Mi?	Evet	192	30,1
	Hayır	445	69,9
Daha Önce Aileniz Eşinizi Affetmenize Engel Oldu Mu?	Evet	52	8,2
	Hayır	585	91,8

Tablo 8'e bakıldığında katılımcıların bazı ifadelere verdikleri yanıtlar görülmektedir. Evliliklerinde problemleri en çok kimlerle paylaştıkları sorulduğunda %49,3'lük oranla en çok eşlerle (314 kişi), daha sonra %16,5'lik oranla arkadaş, tanıdık, komşu vs. (105 kişi) ile paylaşıldığı görülmüştür. Bunları sırayla kardeşler (%12,2) ve anneler (%7,5) takip etse de kimseyle paylaşım yapmadığını belirten kişi sayısı 79 kişiyle grubun %12,4' ünü oluşturduğu görülmüştür. Babaları ile paylaşım yapan kişi sayısı 5 kişi (%0,8) ile sınırlı kalmıştır. Evliliklerine dair sorunlarını paylaşmamayı tercih edenlerin sayısı babaları ile paylaşmayı tercih edenlerden daha fazladır. Katılımcıların bulundukları yaş itibariyle çocuk yetiştirme süreçlerinde daha çok annenin aktif olması, anne ile daha çok vakit geçirme ve daha yoğun paylaşımlar ilerleyen süreçlerde de baba ile kurulan iletişimin çoğunlukla sınırlı kalıyor olmasına sebep olabilir. Kültürel dokular, evlilikle ilgili olan sorunların baba ile paylaşılmasını engelliyor olabilir.

Ailelerin genel olarak çocuklarını evliliklerini sürdürme üzerinde yönlendirdikleri ve bu yönde destek verdikleri düşünülmektedir. Tablo verilerine bakıldığında bunu doğrular nitelikte bulgulara rastlanmıştır. Katılımcıların eşleri suçlu olduğunda ve bunu aileleri ile paylaştıklarında ailelerinin verdiği tepkilere bakılmış ve 420 kişinin (%65,9) ailesinin evliliği destekleyen ve eşi affedecek şekilde yönlendirmeler yaptığı görülmüştür. 158 kişinin (%24,8) ailesi tarafsız kalırken 59 kişinin (%9,3) ailesi eşini suçlayan ve affedici davranmayı engelleyecek şekilde tepkiler verdiği görülmüştür. Evliliği sürdürmek birçok yönden avantajlı bulunmakta (boşanmanın maliyetleri, ekonomik sıkıntılar, toplumun boşanmaya bakış açısı, alışılagelmiş düzeni bozamama gibi) ve bu noktada ailelerden destek alınırsa eşler birbirlerini affetmemiş olsalar dahi evlilik ilişkilerine devam etmektedirler. Yapılan araştırmalarda çevredekilerin affetmeye dönük teşviklerinin affediciliği arttırdığı bulunmuştur (Gigard ve Mullet, 1997). İlişkilerin affetme yoluyla sürdürülmesi aynı zamanda sosyal desteği de devam ettirir (Karremans ve Van Lange, 2004).

Evlilikle ilgili problemlerin genel olarak aileler ile paylaşıldığı görülse de çiftlerin ailelerinden yeterli düzeyde destek alamadığı verilen cevaplarla ortaya konmuştur. Ailelerinden destek alarak eşini affedenlerin sayısı %30'larla (192 kişi) sınırlı kalmıştır. Aileler, evliliği sürdürmeye ve eşi affetmeye dönük tepkiler verseler de bu konudaki destek evli çiftler için yeterli bulunmamıştır.

Öte yandan ailesinin eşini affetmesini engelleyen kişilere bakıldığında sonuçlar beklenin dışında değildir. Katılımcıların yalnızca %8,2'si (52 kişi) ailesinin eşini affetmesini engellediği görülmüştür. Çiftlerin evlilikleri sürdürüyor olmaları anne-babaları için değerlidir çünkü boşanma süreçleri onlar için de yeni yükümlülükler doğurabilmektedir. Bu sebeple evlilik ilişkisi içerisinde eşlerin birbirlerini affetmeleri destekleniyor olabilir. Aynı zamanda affetme sadece aileler ve sosyal gruplar için değil barışı sürdürme, toplumsal uyumu koruma için de işlevseldir bu sebeple yakın çevre tarafından destekleniyor görünmektedir (McCullough, 2000)

5.2. Çapraz Tablolar

Tablo 9. *Aileden algılanan sosyal destek düzeyi ve yaş değişkenine ait çapraz tablo*

	Yaş				
Destek düzeyi	**18-23 yaş**	**24-29 yaş**	**30-35 yaş**	**36-40 yaş**	**Toplam**
Hiçbir zaman	1	53	50	37	141
	%5,6	%25,9	%20,6	%21,6	%22,1
Ara sıra	3	40	47	22	112
	%16,7	%19,5	%19,3	%12,9	%17,6
Bazen	2	55	79	45	181
	%11,1	%26,8	%32,5	%26,3	%28,4
Genellikle	5	38	34	39	116
	%27,8	%18,5	%14,0	%22,8	%18,2
Çok sık	7	19	33	28	87
	%38,9	%9,3	%13,6	%16,4	%13,7
Toplam	18	205	243	171	637
	%100	%100	%100	%100	%100
X^2:0,005					

Katılımcıların ailelerinden aldıkları destek ve yaşları birlikte incelendiğinde anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,005). 18-23 yaş arası bireylerin %38,9 (7 kişi) oranında ailelerinden çok sık destek aldıklarını belirttikleri görülmüştür. Bu yaş grubunda ailesinde hiç destek almadığını belirtenlerinse %5,6 (1 kişi) olduğu görülmüştür. 24-29 yaş arasındaki bireylerse %26,8 (55 kişi) oranında bazen destek aldıklarını ifade etseler de %25,9 (53 kişi) oranında hiç destek almadığını söyleyenlerin olduğu görülür. Yine bu yaş grubunun çok sık destek alma oranı %9,3 (19 kişi)'tür. 30-35 yaş arası bireylerinse %32,5 (79 kişi)'i bazen ailesinden destek aldığını belirtirken %20,6 (50 kişi)'sı hiç destek almadığını belirtir ve bu yaş grubunda çok sık destek alma oranı %13,6 (33 kişi)'dır. 36-40 yaş grubuna baktığımızda ise %26,3 (45 kişi)'ü bazen destek aldığını ifade ederken %21,6 (37 kişi)'sı hiç destek almadığını ifade etmiştir ve %16,4 (28 kişi)'ü çok sık destek aldığını ifade etmiştir. Tabloda da görüldüğü üzere ailesinden en fazla destek aldığını ifade eden yaş grubu 18-23 yaştır, bunu sırayla 36-40 ve 30-35 takip ederken 24-29 yaş en sonda gelir. 18-23 yaş arası bireylerin evliliğe uyum sürecinde olmaları ailelerinde hem maddi hem manevi desteği daha sık alıyor olmalarına sebep olmuş olabilir. 24-29 yaş arasında bireylerin uyum sorunlarını geride bırakmaları ile desteğe daha az ihtiyaç duyuyor olabilecekleri düşüncesi bu yaş grubunda daha az destek alındığını belirliyor olabilir. Öte yandan 30-35 ve 36-40 yaş arası grupların destek oranlarındaki artışın sebebi çiftlerin bu yaşlarda çocuk sahibi olmaları ve ailelerinden destek almaya ihtiyaç duyuyor olmaları olabilir.

Tablo 10. *Aileden algılanan sosyal destek düzeyi ve yapılan evlilik sayısı değişkenine ait çapraz tablo*

	Yapılan Evlilik Sayısı		
Destek düzeyi	**İlk Evlilik**	**İkinci Evlilik**	**Toplam**
Hiçbir zaman	141 %23,0	0 %0,0	141 %22,1
Ara sıra	110 %17,9	2 %8,3	112 %17,6
Bazen	176 %28,7	5 %20,8	181 %28,4
Genellikle	109 %17,8	7 %29,2	116 %18,2
Çok sık	77 %12,6	10 %41,7	87 %13,7
Toplam	613 %96,2	24 %3,8	637 %100
X^2:0,000			

Araştırmaya katılan bireylerin ailelerinden aldıkları destek ile kaçıncı evliliklerini sürdürdükleri birlikte incelendiğinde anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,000). İlk evliliklerini yürüten çiftlere bakıldığında %23,0'ü (141 kişi) ailesinde hiç destek almadığını, %12,6'sı (77 kişi) da çok sık destek aldığını belirtmiştir. İkinci evliliğini sürdürenlere bakılırsa ailesinden hiçbir zaman destek almayan kişi sayısı 0'dır. Yani ikinci evliliğini yürüten bireylerden ailesinde hiç destek almayan kimse yoktur ve %41,7'si (10 kişi) ailesinde çok sık destek aldığını belirtmiştir. İkinci evliliğini sürdüren bireylerin hali hazırda sonlanmış bir evlilikleri olduğu için şuan ki evliliklerini korumak adına ailelerinden destek aldıkları ve ailelerin de yine aynı sebeple destek olduğu söylenebilir. Öte yandan ailelerinden hiç destek almayanlar genelde ilk evliliklerini sürdürüyor görünmektedir, aileden destek alma oranı arttıkça ilk evliliği sürdürme oranı

düşmektedir. Aileden alınan destek her zaman evliliği sürdürmeyi desteklemiyor olabilir. Burada desteğin farklı yönleri karşımıza çıkmaktadır.

Tablo 11. *Evlilikteki problemlerin aile ile paylaşım düzeyi ve evlilik süresi değişkenine ait çapraz tablo*

	Evlilik Süresi					
Paylaşım düzeyi	**0-3 yıl**	**4-7 yıl**	**8-11 yıl**	**12-15 yıl**	**16 yıl ve üzeri**	**Toplam**
Hiçbir zaman	11	13	12	14	14	64
	6,5%	10,7%	12,6%	9,3%	14,0%	10,0%
Ara sıra	24	13	9	14	6	66
	14,2 %	10,7%	9,5%	9,3%	6,0%	10,4%
Bazen	34	36	22	39	19	150
	20,1 %	29,5%	23,2%	25,8%	19,0%	23,5%
Genellikle	61	28	25	38	21	173
	36,1 %	23,0%	26,3%	25,2%	21,0%	27,2%
Çok sık	39	32	27	46	40	184
	23,1 %	26,2%	28,4%	30,5%	40,0%	28,9%
Toplam	169	122	95	151	100	637
	100,0 %	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
X^2:0,042						

Katılımcıların verdikleri cevaplar incelendiğinde evlilikte problemlerin aile ile paylaşım düzeyi ve evlilik süresi birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,042). Buna göre evlilikte geçirilen süre arttıkça çiftlerin problemlerini aileleri ile paylaşma oranları artmaktadır. 0-3 yıldır evli olanların %36,1'i (61 kişi) genellikle, 4-7 yıldır evli olanlar %29,5'i (36 kişi) bazen paylaşım yaparken 8-11 yıldır evli olanların %28,4 (27 kişi), 12-15 yıldır evli olanlar %30,5'i (46 kişi) ve 16 yıldan daha uzun süredir evli olanların %40,0'ı (40 kişi) çok sık paylaşım yapmaktadırlar. Çiftlerin evliliklerinin ilk yıllarında problemleri kendi aralarında çözebiliyor olmaları, iletişime daha özen gösteriyor olmaları gibi sebepler evliliğin ilk yıllarında problemlerin aile ile paylaşım oranını düşürüyor olabilir. Evlilikte geçirilen sürenin artmasıyla çocuklarında aileye dahil olması, bunun

beraberinde getirdiği sorunların aileden destek alınarak çözülmeye çalışılması evliliğin ilerleyen yıllarındaki paylaşımı arttırıyor olabilir. Ya da zamanla aileden destek aldığı görülerek giderek artan oranda paylaşım yapılıyor olabilir.

Tablo 12. *Problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve yaş değişkenine ait çapraz tablo*

	Yaş				
Problemin paylaşıldığı kişi	**18-23 yaş**	**24-29 yaş**	**30-35 yaş**	**36-40 yaş**	**Toplam**
Eş	10 62,5 %	105 51,5%	112 46,9%	87 51,2%	314 49,9%
Anne	3 18,8%	23 11,3%	16 6,7%	6 3,5%	48 7,6%
Baba	0 0,0 %	2 1,0%	1 0,4%	2 1,2%	5 0,8%
Abi, abla ve kardeş	0 0,0%	14 6,9%	41 17,2%	23 13,5%	78 12,4%
Arkadaş, tanıdık, komşu vs.	0 0,0%	42 20,6%	42 17,6%	21 12,4%	105 16,7%
Kimseyle Paylaşmaz	3 18,8%	18 8,8%	27 11,3%	31 18,2%	79 12,6%
Toplam	16 %100	204 %100	239 %100	170 %100	629 %100
X^2:0,001					

Evlilikte problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve yaş değişkeni birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,001). 18-23 yaş arası bireylerin problemlerini %62,5'lik oranla (10 kişi) daha çok eşleri %18,8 oranında ise (3 kişi) anneleri ile paylaştıkları ya da aynı oranda kimse ile paylaşmadıkları görülmüştür. Ayrıca babaları ile hiç paylaşım yapmadıkları görülmüştür (%0,0). 24-29 yaş arası bireylerin nerdeyse yarısı %51,5 (105 kişi) eşleri ile paylaşırken %20,6 (42 kişi) ile bunu arkadaş, tanıdık, komşu vs takip eder. Kimseyle paylaşım yapmama oranları %8,8 (18 kişi) abi, abla ve kardeşle yapılan paylaşım oranından fazlayken %6,9 (14 kişi) bu yaş grubunda sınırlı da olsa %1,0 (2 kişi) baba ile

paylaşım yapıldığı görülmüştür. 30-35 yaş grubunda %46,9 (112 kişi) eş, %17,0 (41 kişi) abi, abla kardeş ya da arkadaş, tanıdık, komşu vs., %11,3 (27 kişi) kimseyle paylaşmazken anne ile yalnızca %6,7 (16 kişi) baba ile ise sadece %0,4 (1 kişi)'nin paylaşım yaptığı görülmüştür. 36-40 yaş arasında ise %51,2 (87 kişi) eş ile paylaşım yapılırken bunu %18, 2 ile (31 kişi) kimseyle paylaşım yapmama takip etmektedir. Abi, abla ve kardeş %13,5 (23 kişi) ve arkadaş, tanıdık, komşu vs. ise %12,4 (21 kişi) oranında gözlemlenirken anne ile %3,5 (6 kişi) baba ile ise %1,2 (2 kişi) olarak oldukça sınırlı paylaşımlara rastlanmıştır.

Tüm yaş grupları paylaşımlarının büyük çoğunluğunu eşleri ile yapmışlardır. Bunun dışında en sık paylaşım yapılan arkadaş, tanıdık, komşu vs. gelmektedir. Anne ve baba ile yapılan paylaşımlar daha geri planda kalmaktadır. Özellikle 30-35 ve 36-40 yaş aralığında anne ile yapılan paylaşım oranları düşmüş arkadaş, tanıdık, komşu vs. ile ya da abi, abla, kardeş ile yapılan paylaşımlar ağırlık kazanmıştır. Kültürün bir yansıması olarak özellikle baba ile tüm yaş gruplarında nerdeyse hiç paylaşım yapılmamıştır. Aile ile yapılan sınırlı paylaşımlar aileden algılanan sosyal desteğin yeterliliği sorularını akla getirmektedir. Başka bir deyişle aile ile problemler hakkında paylaşım yapılmıyor olması yardım isteme ve yardım alma çerçevesinde incelendiğinde sosyal desteğin geri planda kalmasına sebep oluyor olabilir.

Tablo 13. *Problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve cinsiyet değişkenine ait çapraz tablo*

	Cinsiyet		
Problemin paylaşıldığı kişi	**Kadın**	**Erkek**	**Toplam**
Eş	201 44,5%	113 63,8%	314 49,9%
Anne	41 9,1%	7 4,0%	48 7,6%
Baba	5 1,1%	0 0,0%	5 0,8%
Abi, abla ve kardeş	71 15,7%	7 4,0%	78 12,4%
Arkadaş,	91	14	105

tanıdık, komşu vs.	20,1%	7,9%	16,7%
Kimseyle Paylaşmaz	43 9,5%	36 20,3%	79 12,6%
Toplam	452 %100	177 %100	629 %100
X^2:0,000			

Cinsiyet ve problemlerin en çok kimlerle paylaşıldığı birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,000). Araştırma sonuçlarına göre genellikle kadınlar erkeklere oranla daha fazla paylaşım yapmaktadır. Kadınlar %44,5 (201 kişi) oranında en çok eşleri ile paylaşım yapmaktadır. Daha sonra %20,1 (91 kişi) ile arkadaş, komşu ve tanıdıkla %15,7 (71 kişi) ile abi, abla ve kardeş ile paylaşmaktadırlar. Erkeklerse problemleri en çok eşleri ile paylaşmakta %63,8 (113 kişi) daha sonra ise %20,3 (36 kişi) oranında kimseyle paylaşmamaktadır ayrıca kadınlar çok sınırlı dahi olsa (%1,1) baba ile paylaşım yapmış olsalar da erkekler babaları ile hiç paylaşım yapmamaktadır.

Tablo 14. *Problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve evlilik şekli değişkenine ait çapraz tablo*

	Evlilik Şekli		
Problemin paylaşıldığı kişi	**Tanışıp-Anlaşarak**	**Görücü usulü**	**Toplam**
Eş	202 50,9%	112 48,3%	314 49,9%
Anne	25 6,3%	23 9,9%	48 7,6%
Baba	4 1,1%	1 0,0%	5 0,8%
Abi, abla ve kardeş	44 11,1%	34 14,7%	78 12,4%
Arkadaş, tanıdık, komşu vs.	80 20,2%	25 10,8%	105 16,7%
Kimseyle Paylaşmaz	42 10,6%	37 15,9%	79 12,6%

Toplam	397 %100	232 %100	629 %100
X²:0,007			

Evlilikte problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve evlenme şekli birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X²:0,007). Tanışıp anlaşarak evlenen çiftler %50,9 (202 kişi) ile görücü usulü evlenenlere %48,3 (112 kişi) oranla daha fazla problemlerini eşi ile konuşmaktadır. Görücü usulü evlenen bireylerin %9,9'u (23 kişi) problemleri anne ile paylaşmayı tercih ederken tanışıp anlaşarak evlenenlerin %6,3'ü (25 kişi) anne ile paylaşmaktadır. Benzer olarak görücü usulü evlenenler %14,7 (34 kişi) ile tanışıp anlaşarak evlenenlere kıyasla %11,1 (44 kişi) daha fazla sorunlarını abi, abla ya da kardeşle paylaşmaktadırlar. Tanışıp anlaşarak evlenen bireyler %20,2 (80 kişi) ile görücü usulü evlenenlere kıyasla %10,8 (25 kişi) daha fazla problemlerini arkadaş, tanıdık, komşu vs ile paylaşmaktadırlar. Özetle tanışıp anlaşarak evlenen bireyler en çok eşle daha sonra arkadaş çevresi ile paylaşırken görücü usulü evlenenler eşten sonra en çok anne ve abi, abla ve kardeş gibi aile bireyleri ile paylaşmaktadır. Tanışıp anlaşarak evlenenler görücü usulüne göre problemlerini aile içindeki bireylerle paylaşmak yerine sosyal çevre ile paylaşmayı daha fazla tercih etmektedirler.

Tablo 15. *Problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı ve çocuk sayısı değişkenine ait çapraz tablo*

Problemin paylaşıldığı kişi	**Çocuk Sayısı**						**Toplam**
	Henüz çocuk yok	**1 çocuk**	**2 çocuk**	**3 çocuk**	**4 çocuk**	**4 üzeri çocuk**	
Eş	83	58	90	61	14	8	314
	55,7%	43,3%	50,6%	48,4%	43,8%	80,0%	49,9%
Anne	11	14	16	4	3	0	48
	7,4%	10,4%	9,0%	3,2%	9,4%	0,0%	7,6%
Baba	0	0	4	1	0	0	5
	0,0%	0,0%	2,2%	0,8%	0,0%	0,0%	0,8%
Abi, abla ve kardeş	9	17	26	18	8	0	78
	6,0%	12,7%	14,6%	14,3%	25,0%	0,0%	12,4%
Arkadaş, tanıdık, komşu vs.	33	33	22	14	3	0	105
	22,1%	24,6%	12,4%	11,1%	9,4%	0,0%	16,7%

Kimseyle Paylaşmaz	13	12	20	28	4	2	79
	8,7%	9,0%	11,2%	22,2%	12,5%	20,0%	12,6%
Toplam	149	134	178	126	32	10	629
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
X^2:0,000							

Çocuk sayısı ve evlilikte problemlerin en çok kiminle paylaşıldığı birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,000). Bütün bireyler en çok eşi ile paylaşım yapmakta ancak henüz çocuğu olmayanlar ile 1 çocuğu olanlar eşten sonra en çok %22,1-%24,6 (33 kişi) arkadaş, tanıdık, komşu vs ile paylaşım yapmaktadır. 2,3 ve 4 çocuğu olanlar ise eşlerinden sonra en çok %14,3-%25,0 abi, abla ya da kardeşleri ile paylaşım yapmayı tercih ediyorlar. Bireylerin yaşındaki ilerleme ile sahip olunan çocuk sayısının artması ve abi, abla ya da kardeşler ile yakınlaşma ya da onlarında evlenmiş olmaları evlilikle ilgili problemlerin daha çok onlarla paylaşılmasına sebep oluyor olabilir. 4'ten fazla çocuk sahibi olan bireylerinse ya eşleri ile %80'le (8 kişi) yüksek oranda paylaşım yaptıkları ya da %20 (2 kişi) ile kimseyle paylaşmayı tercih etmedikleri görülmüştür. Anne ve baba ile yapılan paylaşımların sınırlı kaldığı, ilk çocukta anne ile paylaşım en yüksek seviye de %10,4 (14 kişi) gözlemlenirken baba ile paylaşım en çok iki çocuk sahibi olan çiftlerde %2,2 (4 kişi) görülmüştür.

Tablo 16. *Aile desteği alarak affedip/affetmeme ve yaş değişkenine ait çapraz tablo*

Daha önce ailenizden destek alarak eşinizi affettiniz mi?	**Yaş**				**Toplam**
	18-23 yaş	**24-29 yaş**	**30-35 yaş**	**36-40 yaş**	
Evet	8	47	84	53	192
	44,4%	22,9%	34,6%	31,0%	30,1%
Hayır	10	158	159	118	445
	55,6%	77,1%	65,4%	69,0%	69,9%
Toplam	18	205	243	171	637
	%100	%100	%100	%100	%100
X^2:0,028					

Daha önce ailelerinden destek alarak eşlerini affedip affetmedikleri ve yaş değişkeni birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X²:0,028). Tüm yaş gruplarında %50'nin üzerinde hayır cevabı alındığı yani bireylerin büyük çoğunlukla ailelerinden destek alarak affetmeyi daha önce deneyimlemedikleri görülmüştür. 18-23 yaş arası bireylerin %44,4'ü (8 kişi), 30-35 yaş arası bireylerin %34,6'sı (84 kişi), 35-40 yaş arası bireylerin %31,0'i (53 kişi) ve 24-29 yaş arası bireylerinse %22,9'u (47 kişi) daha önce ailelerinden destek alarak affedici davrandıkları görülmüştür. 18-23 yaş arasındaki bireylerin daha önce ailelerinden destek alarak affedici davranma oranlarının nispeten daha yüksek olmasının sebebi evliliklerin henüz yeni kurulmuş olması ve çiftlerin uyum sürecinde ailelerinden destek almaya ihtiyaç duyuyor olmaları olabilir. Daha sonra bunu 30-35 yaş arası bireyler takip eder ki bu yaşlarda aileye çocukların dahil olması ile eşler ebeveynlerinin desteklerine ihtiyaç duyuyor olabilirler. Çocukların nispeten büyümesi ile 35-40 yaş arası bireylerde destek ile affetme biraz daha azalmış olabilir. Bu kapsamda bakıldığında 24-29 yaş arası çiftler evliliğe uyum sağlamış ve henüz çocuk sahibi olmadıkları için aileden daha az destek alarak affetmeye ihtiyaç duyuyor olabilirler. Bu sonuçlar aileden alınan destek ve yaş tablosundaki sonuçlarla paralellik göstermektedirler. Ailelerinden belirli ölçüde destek aldığını belirten çiftler yine benzer ölçüde ailelerinden destek alarak affedici davrandıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 17. *Aile desteği alarak affedip/affetmeme ve sosyoekonomik düzey değişkenine ait çapraz tablo*

Daha önce ailenizden destek alarak eşinizi affettiniz mi?	**Sosyoekonomik düzey**			
	İyi	**Orta**	**Yetersiz**	**Toplam**
Evet	38	109	45	192
	28,6%	27,2%	43,7%	30,1%
Hayır	95	292	58	445
	71,4%	72,8%	56,3%	69,9%
Toplam	133	401	103	637
	%100	%100	%100	%100
X²:0,005				

Daha önce aileden destek alıp affedici davranıp davranmadıkları ve sosyoekonomik düzeyleri birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,005). Sosyoekonomik düzey ve aile desteği ile affedici davranma oranlarına bakıldığında genel olarak tüm sosyoekonomik düzeylerde bireyler %50'nin üstünde hayır cevabı vermişlerdir. Gelir durumu iyi olan çiftlerin %28,6'sı (38 kişi), orta gelir durumunun %27,2'si (109 kişi) ve yetersiz gelir durumuna sahip çiftlerinse %43,7'si (45 kişi) ailelerinden destek alarak affedici davrandıklarını belirtmişlerdir. Gelir durumundaki düşüşle ile birlikte aileden destek alarak affedici davranma oranı artmaktadır. Bunun sebepleri arasında yetersiz gelir durumundaki bireylerin orta ve iyi gelir durumundaki bireylere nazaran ekonomik olarak affedici davranmaya sıcak bakıyor olmaları olabilir.

Tablo 18. *Aile desteği alarak affedip/affetmeme ve evlilik sayısı değişkenine ait çapraz tablo*

Daha önce ailenizden destek alarak eşinizi affettiniz mi?	**Evlilik sayısı**		**Toplam**
	İlk evlilik	**İkinci evlilik**	
Evet	177	15	192
	28,9%	62,5%	30,1%
Hayır	436	9	445
	71,1%	37,5%	69,9%
Toplam	613	24	637
	%100	%100	%100
X^2:0,000			

Aile desteği alarak affedici davranıp davranmama ve yapılan evlilik sayısı birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,000). İlk evliliğini yapan bireyler %28,9 (177 kişi) oranında ailelerinden destek alarak eşlerini affettiklerini belirtirken ikinci evliliğini sürdüren bireyler de bu oran %62,5 (15 kişi) oranında gözlemlenmiştir. Yapılan evlilik sayısına göre değişen bu oranın sebebi ikinci evliliğini yapmış bireylerin ilk evliliğini sürdürenlere nazaran evliliklerini devam ettirmeye daha çok önem veriyor olmaları olabilir. Halihazırda sonlanmış bir evliliğin varlığı aileler için de şu anki evliliği sürdürmek destekleniyor olabilir. Bu sebeple ikinci evliliklerde daha çok eşler de aileler de affedici davranmayı tercih

ediyor olabilir. Bu veriler aileden alınan destek ile de paralellik göstermektedir. İkinci evliliğini sürdüren bireylerin ilk evliliklere kıyasla ailelerinden daha fazla destek aldığı görülmüştür ve yine bu bireyler ailelerinden destek alarak affedici davranmayı daha çok deneyimlemişlerdir.

Tablo 19. *Aile desteği alarak affedip/affetmeme ve evlilik usulü değişkenine ait çapraz tablo*

Daha önce ailenizden destek alarak eşinizi affettiniz mi?	**Evlilik usulü**		**Toplam**
	Tanışıp anlaşarak	**Görücü usulü**	
Evet	109	83	192
	27,2%	35,2%	30,1%
Hayır	292	153	445
	72,8%	64,8%	69,9%
Toplam	401	236	637
	%100	%100	%100
X^2:0,034			

Aileden destek alarak affedici davranıp davranmama ve evlilik usulü birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,034). Tanışıp anlaşarak evlenen bireylerin %27,2'si (109 kişi) görücü usulü evlenen çiftlerinse %35,2'si (83 kişi) daha önce ailelerinde destek alarak eşlerini affettiklerini belirtmişlerdir. Tanışıp anlaşarak evlenen çiftlerin uyum düzeylerinin yüksek olmasına bağlı olarak görücü usulü evlenen çiftlere oranla daha az aile desteği ile affedici davranmaya ihtiyaç duyuyor olabilirler. Öte yandan görücü usulü süreçlerde ailelerin de evlilikte etkin olmaları aileden destek alarak affetme süreçlerini arttırıyor olabilir. Evlilikteki problemlerin aile ile paylaşımlarına paralel olarak bu verilerde de görücü usulü evlenenlerin daha çok paylaşım yaptıkları ve daha fazla aileden destek alarak affedici davrandıkları görülmüştür.

Tablo 20. *Ailenin affetmeye engel olup olmadığı ve yaş değişkenine ait çapraz tablo*

Daha önce aileniz, eşinizi affetmenize engel oldu mu?	Yaş				Toplam
	18-23 yaş	24-29 yaş	30-35 yaş	36-40 yaş	
Evet	6 33,3%	13 6,3%	16 6,6%	17 9,9%	52 8,2%
Hayır	12 66,7%	192 93,7%	227 93,4%	154 90,1%	585 91,8%
Toplam	18 %100	205 %100	243 %100	171 %100	637 %100
X^2:0,001					

Daha önce ailenin eşi affetmeye engel olup olmadığı ve yaş değişkeni birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,001). Çiftlere ailelerinin daha önce eşe karşı affedici davranmaya engel olup olmadıkları sorulduğunda 18-23 yaş arası bireylerin %33,3'ü (6 kişi), 35-40 yaş arası bireylerin %9,9'u (17 kişi), 30-35 yaş arası bireylerin %6,6'sı (16 kişi) ve 24-29 yaş arası bireylerin %6,3'ü (13 kişi) evet cevabını vermiştir. Genel olarak tüm yaş düzeylerinde ailelerin affedici davranmayı engelleme oranlarının düşük olduğu görülmüştür. Yalnızca 18-23 yaş arası bireylerin %33,3 oranında evet cevabını verdiği görülmüştür. Bunun sebepleri arasında evliliğin henüz ilk yıllarında olan çiftlerin uyum konusunda daha fazla desteğe ihtiyaç duymaları, ailelerin çiftlerin kendilerini ezdirmemeleri hususunda yaptıkları telkinlerden vs. kaynaklanıyor olmaları olabilir.

Tablo 21. *Ailenin affetmeye engel olup olmadığı ve cinsiyet değişkenine ait çapraz tablo*

Daha önce aileniz, eşinizi affetmenize engel oldu mu?	Cinsiyet		Toplam
	Kadın	Erkek	
Evet	31 6,8%	21 11,7%	52 8,2%
Hayır	426 93,2%	159 88,3%	585 91,8%
Toplam	457 %100	180 %100	637 %100
X^2:0,043			

Ailelerin affedici davranmaya engel olup olmadıkları ve cinsiyet değişkeni birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,043). Kadınların

%6,8'i (31 kişi) daha önce ailesinin eşini affetmeye engel olduğu görülürken erkeklerde bu sayı %11,7 (21 kişi) olarak görülür. Aileler kadınların erkeklere nazaran daha az eşlerini affetmelerine engel oluyor. Diğer bir deyişle aileler kadınları affedici davranmak konusunda erkeklere nazaran daha az engelliyor görünüyor. Aileler yaşadıkları toplumdaki kültürel bakış açısı doğrultusunda kadınların daha affedici davranmaları gerektiğini düşüyor olabilirler.

Tablo 22. *Ailenin affetmeye engel olup olmadığı ve evlilik sayısı değişkenine ait çapraz tablo*

Daha önce aileniz, eşinizi affetmenize engel oldu mu?	**Evlilik sayısı**		
	İlk evlilik	**İkinci evlilik**	**Toplam**
Evet	45 7,3%	7 29,2%	52 8,2%
Hayır	568 92,7%	17 70,8%	585 91,8%
Toplam	613 %100	24 %100	637 %100
X^2:0,000			

Ailelerin eşlere karşı affedici davranmayı engel olup olmadığı ve evlilik sayısı birlikte incelendiğinde farklılaşmaya rastlanmıştır (Ki Kare X^2:0,000). İlk evliliğini sürdüren bireylerin %7,3'ü (45 kişi) , ikinci evliliğini sürdürenlerinse %29,2'si (7 kişi) daha önce ailelerinin eşlerini affetmelerine engel olduğunu belirtmiştir. İlk evliliğini sürdüren bireylerin ikinci evliliğini sürdürenlere göre aileleri tarafından affedici davranmak konusunda daha az engelleniyor görünmektedir. İkinci evliliğini sürdüren bireylerin eşlerine karşı affedici davranmak konusunda ilk evliliğini sürdürenlere göre daha fazla engelleniyor görünmektedir. Bunun sebepleri arasında ikinci evliliğini sürdüren bireylerin çıkarlarını korumak, eşleri tarafından zarar görmelerini engellemek yatıyor olabilir.

5.3. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında incelenen alt problemlere ilişkin istatistiksel analizler ve bulgular bu bölümde yer almaktadır. Ölçek alt boyutları ve ölçeklerden elde edilen toplam puanla birlikte demografik değişkenler incelenirken veriler normal dağılım gösterdiği için iki gruplu değişkenler için Bağımsız Örnekler T-Testi, üç gruplu değişkenler içinse Oneway Anova analizleri uygulanmıştır. Ölçeklerin

birbirleriyle olan ilişkilerini ortaya koymak içinse Korelasyon analizinde faydalanılmıştır. Analizlere ait tablolar ve yorumlara bu bölümde yer verilmiştir.

5.3.1. Cinsiyete İlişkin Bulgular

Tablo 23 . *Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları*

Değişkenler	Gruplar	N	X	Ss	t testi		
					t	*sd*	*p*
ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	**Kadın**	457	2,90	1.25	1.344	635	.179
	Erkek	180	2,75	1.27			
ESAÖ-Bağışlama	**Kadın**	457	3,34	1.28	-1.531	635	.126
	Erkek	180	3,51	1.28			
AASD	**Kadın**	457	1,59	.52	-1.613	635	.107
	Erkek	180	1,67	.52			
ÖEPA	**Kadın**	457	3,44	.83	-2.756	635	.006
	Erkek	180	3,23	.82			

Tablo 23 incelendiğinde katılımcıların evlilikte suçu affetme düzeyi dargınlık/kaçınma ve bağışlama boyutlarının ve ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin cinsiyetlerine göre farklılaşmadığı görülmüştür *(t[635]=1.344; p>.05).* Yani kadınlar ve erkekler eşlerini affetmeleri söz konusu olduğunda ve ailelerinden algıladıkları destek noktasından birbirlerine benzer sonuçlar göstermişlerdir. Ancak öznel eş/partner affedicilik puanlarındaysa cinsiyete göre farklılaşmalar görülmektedir *(t[485]=-2.756; p>.05).* Yani kadınlar (X=3,44) erkeklere (X=3,23) göre partnerleri tarafından daha fazla affedildiklerini düşünmektedirler.

5.3.2. Yetiştikleri Aile Ortamına İlişkin Bulgular

Tablo 24. *Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Yetiştikleri Aile Ortamına Göre T-Testi Sonuçları*

Değişkenler	Gruplar	N	X	Ss	t testi		
					t	*sd*	*P*
ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	**Çekirdek Aile**	394	2,86	1.24	.099	635	.921
	Geniş Aile	243	2,85	1.28			
ESAÖ-Bağışlama	**Çekirdek Aile**	394	3,38	1.23	-.103	635	.918
	Geniş Aile	243	3,39	1.36			
AASD	**Çekirdek Aile**	394	1,61	.51	-.008	635	.994
	Geniş Aile	243	1,61	.53			
ÖEPA	**Çekirdek Aile**	394	3,40	.83	-.733	635	.464
	Geniş Aile	243	3,35	.85			

Tablo 24 incelendiğinde katılımcıların evlilikte suçu affetme düzeyi dargınlık/kaçınma *(t[635]=0.99; p>.05)* ve bağışlama boyutlarının *(t[635]=-.103; p>.05)* ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin *(t[635]=-.008; p>.05)* ve öznel/eş partner affediciliğinin *(t[635]=-.733; p>.05)* yetiştikleri aile ortamlarına göre farklılaşmadığı görülmüştür. Toplulukçu kültürlerde affedici davranmanın, küslüğü sürdürmemenin ve aile içi destek süreçlerinin değerli olduğu bilinse de çekirdek ailede yetişen ya da daha geniş ailede yetişen bireylerin bu yönde birbirlerine benzer oldukları görülmüştür.

5.3.3. Evlenme Şekillerine İlişkin Bulgular

Tablo 25. *Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Evlenme Şekillerine Göre T-Testi Sonuçları*

Değişkenler	Gruplar	N	X	Ss	t testi		
					t	*Sd*	*P*
ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	**Tanışıp Anlaşarak**	401	2,91	1.25	1.556	635	.120
	Görücü Usulü	236	2,75	1.26			
ESAÖ-Bağışlama	**Tanışıp Anlaşarak**	401	3,35	1.21	-1.077	635	.282
	Görücü Usulü	236	3,46	1.39			
AASD	**Tanışıp Anlaşarak**	401	1,59	.51	-1.527	635	.127
	Görücü Usulü	236	1,66	.53			
ÖEPA	**Tanışıp Anlaşarak**	401	3,37	.83	-.465	635	.642
	Görücü Usulü	236	3,40	.84			

Tablo 25 incelendiğinde katılımcıların evlilikte suçu affetme düzeyi dargınlık/kaçınma *(t[635]=1.556; p>.05)* ve bağışlama boyutlarının *(t[635]=-1.077; p>.05)* ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin *(t[635]=-1.527; p>.05)* ve öznel/eş partner affediciliğinin *(t[635]=-.465; p>.05)* evlenme biçimlerine göre farklılaşmadığı görülmüştür.

5.3.4. Yapılan Evlilik Sayısına İlişkin Bulgular

Tablo 26. *Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Kaçıncı Evlilikleri Olduğuna Göre T-Testi Sonuçları*

Değişkenler	Gruplar	N	X	ss	t testi		
					t	*Sd*	*P*
ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	**İlk Evlilik**	613	2,82	1.23	-3.766	635	.000
	İkinci Evlilik	24	3,79	1.43			
ESAÖ-Bağışlama	**İlk Evlilik**	613	3,39	1.28	-.094	635	.925
	İkinci Evlilik	24	3,41	1.29			
AASD	**İlk Evlilik**	613	1,59	.50	-5.057	635	.000
	İkinci Evlilik	24	2,13	.60			
ÖEPA	**İlk Evlilik**	613	3,40	.82	2.891	635	.004
	İkinci Evlilik	24	2,90	.101			

Tablo 26 incelendiğinde katılımcıların şuan kaçıncı evliliklerini sürdürdükleri açısından evlilikte suçu affetme dargınlık/kaçınma boyutunda *(t[635]=-3.766; p<.05)* farklılaşmanın olduğu görülmektedir. İkinci evliliğini sürdüren çiftlerin (X=3,79) ilk evliliğini sürdürenlere göre (X=2,82) dargınlık/kaçınma puanları daha yüksektir. Evlilikte suçu affetme bağışlama puanları ise ilk evlilik ya da ikinci evliliğe göre farklılaşmamaktadır *(t[635]=-.094; p>.05).* Çiftlerin affedicilikleri yaptıkları evlilik sayısına göre değişmemektedir. Aileden algılanan sosyal destek açısından bakılırsa farklılıklara rastlanmıştır *(t[635]=-5.057; p<.05)* ve ikinci evliliğini yapanlar (X=2,13) ilk evliliğini yapanlara göre (X=1,59) ailelerinden daha fazla destek aldıklarını belirtmişlerdir. İkinci evliliğini sürdüren çiftlerin evlilik ilişkilerini korumak için ailelerinden daha fazla destek aldıkları söylenebilir. Benzer şekilde ailelerinde tekrardan kurulan yeni aile birliğini korumak için daha fazla destek oldukları düşünülebilir. Ya da ikinci evliliğini yapmış bireyler ailelerinden daha fazla destek aldıkları için daha dargın/kaçınmacı olabilirler. Destek mekanizmalarının yokluğunda bireyler dargın olsalar dahi daha affedici olabilmektedir. Burada bireylerin destek algılıyor olmaları bağışlayıcılık puanlarını düşürmüş olabilir.

Ayrıca Öznel/eş partner affedicilik puanları söz konusu olduğunda da farklılıklara rastlanmıştır *(t[635]=2.891; p<.05).* İlk evliliklerini sürdüren çiftlerin (X=3,40) ikinci evliliklerini sürdürenlere (X=2,90) göre eşleri tarafından affedildiklerine yönelik algılarının daha güçlü olduğu söylenebilir. İkinci evliliğini

yapmış katılımcılar, ilk evliliklerini sonlandırma süreçlerinden de (boşanma vs.) yola çıkarak eşlerinin kendilerini affettiği fikrine biraz daha uzak kalmış olabilirler.

5.3.5. Aileden Destek Alıp Affedip Affetmediklerine İlişkin Bulgular

Tablo 27. *Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Aileden Destek Alarak Affedip Affetmediklerine Göre T-Testi Sonuçları*

Değişkenler	Gruplar	N	X	ss	t testi		
					t	*Sd*	*P*
ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	**Evet**	191	3,27	.912	5.545	635	.000
	Hayır	445	2,68	.996			
ESAÖ-Bağışlama	**Evet**	191	3,85	1.31	6.082	635	.000
	Hayır	445	3,19	1.19			
AASD	**Evet**	191	1,60	.52	-.554	635	.580
	Hayır	445	1,62	.52			
ÖEPA	**Evet**	191	3,17	.87	-4.226	635	.000
	Hayır	445	3,47	.80			

Tablo 27 incelendiğinde katılımcıların evlilikte suçu affetme dargınlık/kaçınma ve bağışlama boyutu ortalamalarının daha önce ailelerinden destek alarak eşlerini affedip affetmediklerine göre farklılaştığı görülmüştür *(t[635]=5.545; p<.05).* Eşlerini affetme konusunda ailelerinden destek alarak affedici davranan çiftlerin, eşlerine karşı daha dargın oldukları (X=3,27) ve daha fazla kaçınma içeren davranışlar sergiledikleri bulunmuştur. Buna karşın algılanan aile desteği ile affedicilik oranları artmış (X=3,85) daha fazla bağışlama yaşantısı deneyimlemişlerdir. Affetmeye hazır olmama ya da affetme için gerekli zaman ve koşulların sağlanmaması gibi sebeplerle aile desteği ile affedici davranan bireylerin eşlerine hala kırgın oldukları söylenebilir. Sosyal desteğe sahip bireylerin kolaylıkla dargın davranabildikleri ve dargın hissetmelerine rağmen affedici davrandıkları söylenebilir. Ailelerinden algıladıkları sosyal destek açısından bir farklılaşmaya rastlanmasa da *(t[635]=-.554; p>.05)* eş affediciliği toplam puanı açısından farklılaştıkları görülmüştür *(t[635]=-4.226; p<.05).* Ailelerinden destek alarak eşlerini affetmiş olan bireylerin (X=3,17) diğerlerine göre (X=3,47) eşi tarafından affedildiğine yönelik algıları daha düşük bulunmuştur. Affetmek, affedildiği hissini kolaylaştırıyor olabilir. Ailelerinden destek alarak affeden bireyler, affetmenin yeterince kolay olmadığını düşünerek daha az affedildiklerini hissediyor olabilirler.

5.3.6. Ailenin Affetmeyi Engelleyip Engellemediğine İlişkin Bulgular

Tablo 28. *Aileden Algılanan Sosyal Destek, Evlilikte Affedicilik, Öznel/Eş Partner Affediciliği Ölçeği Puanlarının Ailenin Eşi Affetmeyi Engelleyip Engellemediğine Göre T-Testi Sonuçları*

Değişkenler	Gruplar	N	X	ss	t testi		
					t	*Sd*	*P*
ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	**Evet**	191	3,98	1.14	6.950	635	.000
	Hayır	585	2,75	1.22			
ESAÖ-Bağışlama	**Evet**	52	3,48	1.07	.640	65,153	.524
	Hayır	585	3,38	1.30			
AASD	**Evet**	52	1,96	.56	5.094	635	.000
	Hayır	585	1,58	.50			
ÖEPA	**Evet**	52	2,97	.69	-3.713	64,851	.000
	Hayır	585	3,42	.84			

Tablo 28 incelendiğinde katılımcıların evlilikte suçu affetme dargınlık/kaçınma boyutu ortalamalarının daha önce ailelerinin eşlerini affetmeye engel olup olmadığına göre farklılaştığı görülmüştür *(t[635]=6.950; p<.05).* Daha önce ailesi tarafından eşinin affetme konusunda engellenen eşlerin (X=3,98) diğerlerine göre (X=2,75) eşlerine karşı daha dargın ve daha kaçınmacı davranışlar sergiledikleri bulunmuştur. Affetmeyi engelleyecek şekilde çiftleri yönlendiren ailelerin çocukları evliliklerinde eşlerine karşı daha dargın ve daha kaçınmacı davranmaktadır. Bağışlama puanlarında ise farklılaşmaya rastlanmamıştır *(t[635]=.524; p>.05).* Çiftler dargın hissetseler de affedici davranabilmektedirler bu sebeple dargınlık puanları artsa da bağışlama oranı değişmeyebilir. Ayrıca ailenin affetmeye engel olmaya dönük söylemleri ya da davranışları affetmeyi engellememiş gibi görünse de eşlerin birbirlerine dargın kalmalarına sebep oluyor olabilir. Öte yandan eşler, ailelerinin bağışlamayı engellemeye yönelik tavırlarına zıt bir tepki geliştirerek affetme yolunu seçmiş olabilirler ve bu sebeple de eşlerini affetseler de hala onlara dargın hissediyor olabilirler.

Ailelerinin eşlerini affetmelerine engel olduğunu dile getiren çiftlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek puanlarının (X=1,96) diğerlerine göre (X=1,58) daha yüksek olduğu görülmüştür. Affetmeye engel olacak yönde de olsa ailelerin verdikleri tepkiler korumacı bir yaklaşım çerçevesinde ele alınmış ve sosyal destek olarak değerlendirilmiş olabilir.

Eş affedicilik puanlarına bakılacak olursa aileleri tarafından eşlerini affetmeleri engellenmemiş çiftlerin (X=3,42) diğerlerine göre (X=2,97) eşi tarafından affedildiği algısının daha yüksek olduğu görülmüştür. Beklendiği üzere aileler affediciliğe engel olmamışsa eşlerin affedildiğine dönük algısının yüksek olduğunu görülür. Bağışlanmanın desteklenmediği bir süreçte eşlerden biri diğerinin kendisini affettiği hissini daha az yaşıyor olabilir.

5.3.7. Yaşa İlişkin Bulgular

Tablo 29. *ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları*

Yaş	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
18-23 yaş (1)	18	3,75	1.63	**G. Arası**	18.134	3	6.045			
24-29 yaş (2)	205	2,84	1.21	**G. İçi**	988.874	633	1,562			
30-35 yaş (3)	243	2,90	1.30	**Toplam**	1007.008	636		3,869	.009	1-2,1-3,1-4
36-40 yaş (4)	171	2,72	1.16							
Toplam	637	2,85	1.25							

Tablo 29 incelendiğinde katılımcıların dargınlık/kaçınma puanlarının yaşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir *(F=3,869; p<0.05).* Hangi yaşlar arasında farklılık olduğunu öğrenmek için LSD testi uygulanmıştır. Testin sonuçlarına göre 18-23 yaş arasındaki bireylerin dargınlık/kaçınma puanları (X=3,75) diğer tüm yaşlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Yani evliliklerinin ilk yıllarında bireyler birbirlerine daha dargın olma ve daha kaçınmacı davranma eğiliminde olmaktadırlar. Bunun sebepleri arasında birlikte yaşamaya alışma, yeni düzene uyum ve evlilikle birlikte eklenen sorumluluklar olabilir. Ayrıca evliliğin ilk yıllarında kırıcı olarak değerlendirilecek bir davranış ilerleyen zamanlar için kırıcı algılanmayacak noktaya gelebilir. Yaşın getirdiği olgunluklar, çatışma çözme becerilerindeki gelişmeler ve eşlerin birbirlerini daha iyi tanımaya başlamasıyla ilerleyen yıllarda evliliklerde daha az kırgınlıklara rastlanıyor olabilir.

Tablo 30. *ESAÖ Bağışlama puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları*

Yaş	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
18-23 yaş (1)	18	3,15	1.29	**G. Arası**	10.183	3	3.394			
24-29 yaş (2)	205	3,26	1.21	**G. İçi**	1042.326	633	1.647			
30-35 yaş (3)	243	3,39	1.30	**Toplam**	1052.509	636		2,061	.104	-
36-40 yaş (4)	171	3,57	1.32							
Toplam	637	3,39	1.28							

Tablo 30 incelendiğinde katılımcıların yaşlarına göre ESAÖ bağışlama puanlarının değişmediği görülmüştür *(F=2,061; p>0.05).* Yaşa göre çiftlerin dargınlık seviyesi değişse de affetme seviyeleri değişmemektedir. Deneyimlenen üzücü olaylarla bağlantılı olan ve bu olayların her yaşta yaşanabiliyor olmasıyla bağışlamanın yaşa göre değişmediği söylenebilir.

Tablo 31. *Aileden Algılanan Sosyal Destek puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları*

Yaş	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	P	Anlamlılık
18-23 yaş (1)	18	1,81	.77	**G. Arası**	4,122	3	1,374			
24-29 yaş (2)	205	1,52	.51	**G. İçi**	168.903	633	.267			
30-35 yaş (3)	243	1,61	.51	**Toplam**	173.024	636		5,149	.002	1-2,3-2,3-4
36-40 yaş (4)	171	1,71	.49							
Toplam	637	1,61	.52							

Tablo 31 incelendiğinde katılımcıların yaşlarına göre ailelerinde algıladıkları sosyal destek farklılaşmaktadır *(F=5,149; p<0.05).* Bu farklılığa ilişkin detayları öğrenmek için LSD testi uygulanmıştır. 36-40 yaş arası grup (X=1,71); 24-29 yaş (X=1,52) ve 30-35 yaş (X=1,61) yaş arası gruba göre ailelerinden daha fazla destek almaktadırlar. Çocuk sayısının artması, sağlık problemleri, ilerleyen yaşlarla birlikte

aileye yakınlaşmaya geri dönüş gibi sebepler aileden algılanan sosyal desteğin evliliğin ilerleyen yıllarında arttığı söylenebilir. Ayrıca 18-23 yaş arası grup (X=1,81) diğer tüm yaş aralıklarına göre ailelerinden daha fazla destek algılamaktadırlar. Bunun sebepleri arasında evlilik gibi yeni bir düzenin kurulması sürecinde ailenin her alanda desteğine ihtiyaç duyulması ya da ailelerin deneyimlerinden yararlanma gösterilebilir.

Tablo 32. *ÖEPA puanlarının yaşa göre ANOVA sonuçları*

Yaş	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
18-23 yaş (1)	18	3,14	.89	**G. Arası**	3,894	3	1.298			
24-29 yaş (2)	205	3,48	.74	**G. İçi**	442,639	633	.699			
30-35 yaş (3)	243	3,33	.89	**Toplam**	446,533	636		1,856	.136	-
36-40 yaş (4)	171	3,36	.84							
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 32 incelendiğinde katılımcıların yaşlarına göre ÖEPA puanlarının değişmediği görülmüştür *(F=1,856; p>0.05).* Eşlerinin kendilerini affettiği düşüncesi tüm yaş grubundaki çiftler için benzer bulunmuştur.

5.3.8. Sosyoekonomik Düzeye İlişkin Bulgular

Tablo 33. *ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının sosyoekonomik düzeye göre ANOVA sonuçları*

SED	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	P	Anlamlılık
İyi (1)	133	2,77	1.37	**G. Arası**	2,644	2	1.322			
Orta Düzeyde (2)	401	2,85	1.22	**G. İçi**	1004,365	634	1.584			
Yetersiz (3)	103	2,98	1.21	**Toplam**	1007,008	636		.834	.435	-
Toplam	637	2,85	1.25							

Tablo 33 incelendiğinde katılımcıların sosyoekonomik düzeylerine göre ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının değişmediği görülmüştür *(F=.834; p>0.05).*

Eşlerin birbirlerine dargın olma durumları sosyoekonomik durumlarından etkilenmemektedir.

Tablo 34. *ESAÖ Bağışlama puanlarının sosyoekonomik düzeye göre ANOVA sonuçları*

SED	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
İyi (1)	133	3,36	1.32	**G. Arası**	2,215	2	1.107			
Orta Düzeyde (2)	401	3,36	1.27	**G. İçi**	1050,294	634	1.657	.668	.513	-
Yetersiz (3)	103	3,52	1.30	**Toplam**	1052,509	636				
Toplam	637	3,39	1.28							

Tablo 34 incelendiğinde katılımcıların sosyoekonomik düzeylerine göre ESAÖ Bağışlama puanlarının değişmediği görülmüştür *(F=.668; p>0.05).* Çiftlerin bağışlayıcılıklarının sosyoekonomik duruma göre değişmediği görülmüştür.

Tablo 35. *AASD puanlarının sosyoekonomik düzeye göre ANOVA sonuçları*

SED	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
İyi (1)	133	1,57	.51	**G. Arası**	1,012	2	.506			
Orta Düzeyde (2)	401	1,61	.51	**G. İçi**	172,012	634	.271	1.866	.156	-
Yetersiz (3)	103	1,70	.53	**Toplam**	173,024	636				
Toplam	637	1,61	.52							

Tablo 35 incelendiğinde katılımcıların sosyoekonomik düzeylerine göre ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin değişmediği görülmüştür *(F=1.866; p>0.05).* Aileden algılanan sosyal desteğin sosyoekonomik durumlara göre değişmediği görülmüştür.

Tablo 36*. ÖEPA puanlarının sosyoekonomik düzeye göre ANOVA sonuçları*

SED	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
İyi (1)	133	3,47	.82	**G. Arası**	11,297	2	5,649			
Orta Düzeyde (2)	401	3,43	.81	**G. İçi**	435,236	634	.686	8,228	.000	1-2;2-3
Yetersiz (3)	103	3,08	.89	**Toplam**	446,553	636				
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 36 incelendiğinde katılımcıların sosyoekonomik düzeylerine göre ÖEPA puanları farklılaşmaktadır *(F=8,228; p<0.05).* Farklılaşmanın yönünü tespit etmek için yapılan LSD testi sonuçlarına göre sosyoekonomik durumu iyi (X=3,47) olanlar orta düzeye göre (X=3,43), orta düzeydekilerde yetersizlere (X=3,08) göre eşlerinin kendilerinin affettiğine yönelik algıları daha yüksektir. Başka bir deyişle ekonomik durum iyileştikçe eş tarafından affedildiği düşüncesi de artmaktadır.

5.3.9. Evlilik Süresine İlişkin Bulgular

Tablo 37. *ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının evlilik süresine göre ANOVA sonuçları*

Yıl	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
0-3 yıl (1)	169	2,77	1.11	**G. Arası**	20.650	4	5.163			
4-7 yıl (2)	122	3,07	1.37	**G. İçi**	986.358	632	1,561			
8-11 yıl (3)	95	3,12	1.35	**Toplam**	1007.008	636		3,308	.011	2-1;2-5;
12-15 yıl (4)	151	2,78	1.28							
15 yıl ve üzeri (5)	100	2,60	1.14							
Toplam	637	2,85	1.25							

Tablo 37 incelendiğinde katılımcıların evlilik sürelerine göre ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının farklılaştığı görülmüştür *(F=3,308; p<0.05).* Bu farklılaşmaya göre 4-7 yıllık evli olanlar (X=3,07) 0-3 yıl (X=2,77) ve 15 ve üzeri (X=2,60) yıldır evli olanlara göre daha dargın bulunmuşlardır. Evliliklerin ilk yıllarında ve ilerleyen yıllarında dargınlık daha azken 4-7 yıl (X=3,07) ve 8-11 yıl (X=3,12) arasında dargınlık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun sebebi arasında evliliğin ilk senelerinde eşlerin daha özenli davranmaları, kırgınlıkları daha hızlı ve fazlaca telafi ediyor olmaları olabilir. Daha da ilerleyen yıllarda daha az dargınlık/kaçınma belirtilmesinin sebebi ise davranışların artık kırgınlık yaratacak şekilde algılanmaması olabilir. Buna ek olarak çocukların aileye dahil olması ve çocuk yetiştirme süreçlerinde eşlerin fikir ayrılıkları sorunları beraberinde getirmiş ve dargınlıklara sebep olmuş olabilir.

***Tablo 38**. ESAÖ Bağışlama puanlarının evlilik süresine göre ANOVA sonuçları*

Yıl	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
0-3 yıl (1)	169	3,32	1.15	**G. Arası**	10.980	4	2.745			
4-7 yıl (2)	122	3,23	1.13	**G. İçi**	1041,529	632	1,648			
8-11 yıl (3)	95	3,33	1.35	**Toplam**	1052,509	636		1,666	.156	
12-15 yıl (4)	151	2,45	1.46							
15 yıl ve üzeri (5)	100	3,64	1.29							
Toplam	637	3,39	1.28							

Tablo 38 incelendiğinde katılımcıların evlilik sürelerine göre ESAÖ Bağışlama puanlarının değişmediği görülmüştür *(F=1,666; p>0.05).* Evlilikte geçirilen süre eşlerin dargınlıklarını etkilese de affediciliklerini etkilememektedir.

***Tablo 39.** Aileden algılanan sosyal desteğin evlilik süresine göre ANOVA sonuçları*

Yıl	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
0-3 yıl (1)	169	1,50	.49	**G. Arası**	4.929	4	1.232			
4-7 yıl (2)	122	1,56	.52	**G. İçi**	168,095	632	.266			
8-11 yıl (3)	95	1,76	.55	**Toplam**	173,024	636		4,633	.001	3-2,3-1,4-1,5-1
12-15 yıl (4)	151	1,67	.49							
15 yıl ve üzeri (5)	100	1,66	.52							
Toplam	637	1,61	.52							

Tablo 39 incelendiğinde katılımcıların ailelerinden algıladıkları sosyal destek evlilik sürelerine göre değişmektedir *(F=4,633; p<0.05).* LSD farklılaşma testi sonuçlarına göre 8-11 yıllık (X=1,76) evli olanlar hem 0-3 (X=1,50) hem de 4-7 yıllık (X=1,56) evli olanlardan daha fazla destek algılamaktadır. Buradaki fark çocukların aileye dahil olması ile çocuk bakımı konusunda ebeveynlerden daha fazla destek almaya ihtiyaç duyulması ile alakalı olabilir. Ayrıca 12-15 yıllık (X= 1,67) ve 15 yıl ve üzeri (X=1,66) evli olanlar 0-3 yıllık (X=1,50) evli olanlardan ailelerinden daha fazla destek algıladıklarını belirtmişlerdir. İlerleyen yaşlarda ailelerden daha az

desteğe ihtiyaç duyuluyor olabilir. Eşler evliliklerinin ilk yıllarında desteği daha az algılamakta olabilirler. Buradan yola çıkarak evliliklerin ilerleyen yıllarında ailelerden algılanan sosyal desteğin arttığı söylenebilir. Çiftlerin hem yaşları ilerledikçe hem de evlilik süreleri arttıkça daha fazla destek algıladıkları görülmüştür.

Tablo 40. *ÖEPA puanlarının evlilik süresine göre ANOVA sonuçları*

Yıl	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
0-3 yıl (1)	169	3,57	.73	**G. Arası**	12.097	4	3.024	4.400	.002	1-2;3;4;5, 5-3
4-7 yıl (2)	122	3,25	.80	**G. İçi**	434.436	632	.687			
8-11 yıl (3)	95	3,20	.86	**Toplam**	446.533	636				
12-15 yıl (4)	151	3,33	.89							
15 yıl ve üzeri (5)	100	3,46	.85							
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 40 incelendiğinde katılımcıların evlilikte affedicilik puanlarının evlilik sürelerine göre değiştiği görülmüştür *(F=4,400; p<0.05).* LSD farklılaşma testi sonuçlarına göre 0-3 yıllık (X=3,57) evli olanlar diğerlerinin tamamına göre eşleri tarafından daha fazla affedildiklerini düşündükleri bulunmuşlardır. Dolayısıyla evlilik süresindeki artışla birlikte affedildiğine yönelik algının azaldığı söylenebilir. Bunun yaşanan kırıcı deneyimlerin sayısı ile bağlantılı olduğu düşünülebilir. Ayrıca 15 yıl ve üzeri (X= 3,46) evli olanlar 8-11 yıllık evli (X=3,20) olanlara göre daha fazla affedildiklerini düşündükleri bulunmuşlardır. Evliliğin ilerleyen yıllarda eşlerin daha az kırgınlık belirtiyor olmaları diğer eşin affedildiğini düşünmesini kolaylaştırabilmektedir. Kırgınlık belirtmenin ilerleyen yaşla azaldığı sonucuyla da tutarlılık göstermektedir.

5.3.10. Çocuk Sayısına İlişkin Bulgular

Tablo 41.*ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının çocuk sayısına göre ANOVA sonuçları*

Çocuk Sayısı	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
Henüz çocuk yok (1)	150	2,75	1.16	**G. Arası**	16.754	5	3,351			
1 çocuk (2)	136	3,06	1.24	**G. İçi**	990.255	631	1,569			
2 çocuk (3)	181	2,96	1.32	**Toplam**	1007.008	636				
3 çocuk (4)	128	2,74	1.27					2,135	.060	-
4 çocuk (5)	32	2,46	1.01							
4'ten fazla çocuk (6)	10	2,58	1,59							
Toplam	637	2,85	1.25							

Tablo 41 incelendiğinde katılımcıların çocuk sayılarına göre ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının farklılaşmadığı görülmüştür *(F=2,135; p>0.05)*. Çiftlerin birbirlerine olan dargınlıkları çocuğa sahip olup olmama ya da çocuk sayısına göre değişmemektedir.

Tablo 42. *ESAÖ Bağışlama sosyal desteğin çocuk sayısına göre ANOVA sonuçları*

Çocuk Sayısı	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
Henüz çocuk yok (1)	150	3,20	1.19	**G. Arası**	19,120	5	3,824			
1 çocuk (2)	136	3,43	1.12	**G. İçi**	1033,388	631	1,638			
2 çocuk (3)	181	3,29	1.30	**Toplam**	1052,509	636				
3 çocuk (4)	128	3,56	1.45					2,335	.041	4-1;5-1
4 çocuk (5)	32	3,75	1.29							
4'ten fazla çocuk (6)	10	4,02	1,60							
Toplam	637	3,39	1.28							

Tablo 42 incelendiğinde katılımcıların çocuk sayılarına göre ESAÖ Bağışlama puanlarının farklılaştığı görülmüştür *(F=2,335; p<0.05)*. 3 çocuk (X=3,56) ya da 4 çocuğa sahip olanlar (X= 3,75) henüz çocuğu olmayan (X=3,20) çiftlere göre daha affedici bulunmuşlardır. Çocuk sayısı artmasına bağlı olarak çiftlerin evliliği sürdürmek isteği ve evliliğe yapılan yatırımlar, çevrenin evli kalmaya dönük destekleri gibi faktörlerin de etkisi ile affediciliklerinin arttığını söyleyebiliriz.

Tablo 43.*Aileden algılanan sosyal desteğin çocuk sayısına göre ANOVA sonuçları*

Çocuk Sayısı	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**Sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Henüz çocuk yok (1)	150	1,51	.49	**G. Arası**	6,149	5	1,230			
1 çocuk (2)	136	1,51	.48	**G. İçi**	166,875	631	.264			
2 çocuk (3)	181	1,73	.56	**Toplam**	173,024	636				
3 çocuk (4)	128	1,68	.51					4,650	.000	3-2;1 4-2;1
4 çocuk (5)	32	1,62	.40							
4'ten fazla çocuk (6)	10	1,70	.55							
Toplam	637	1,61	.52							

Tablo 43 incelendiğinde aileden algılanan sosyal desteğin çocuk sayısına göre farklılaştığı görülmüştür *(F=4,65; p<0.05)*. 2 çocuğu (X=1,73) ya da 3 çocuğu (X=1,68) olanlar 1 çocuk (X=1,51) ya da çocuk sahibi olmayanlara (X=1,51) göre ailelerinde daha fazla destek algılamaktadırlar. Bireylerin sahip oldukları çocuk sayısı arttıkça çocukların bakımı ve yetiştirilmesi gibi birçok faktörün etkisi ile ihtiyaçlar doğrultusunda ailelerden algıladıkları sosyal desteğin de arttığı söylenebilir.

Tablo 44. *ÖEPA puanlarının çocuk sayısına göre ANOVA sonuçları*

Çocuk Sayısı	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
Henüz çocuk yok (1)	150	3,58	.74	**G. Arası**	9,822	5	1,964			
1 çocuk (2)	136	3,25	.84	**G. İçi**	436,711	631	.692			
2 çocuk (3)	181	3,30	.83	**Toplam**	446,533	636				
3 çocuk (4)	128	3,35	.89					2,838	.015	1-2;3;4
4 çocuk (5)	32	3,46	.83							
4'ten fazla çocuk (6)	10	3,55	1.01							
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 44 incelendiğinde evlilikte affediciliğin sahip olunan çocuk sayısına göre değiştiği görülmüştür *(F=2,838; p<0,05).* LSD testi sonuçlarına göre henüz çocuğu olmayan çiftlerin (X=3,58) 1çocuk (X=3,25), 2 çocuk (X=3,30) ya da 3 çocuğu (X=3,35) olanlara göre affedildiği düşüncesine daha fazla sahip oldukları görülmüştür. Çocuk bakımı ve yetiştirme konusunda eşlerin ortak bir payda da buluşması gerektiğinden çocuk sayısındaki artış bazı problemleri beraberinde getirmekte ve affedildiği düşüncesini azaltmaktadır.

5.3.11. Eğitim Durumuna İlişkin Bulgular

Tablo 45. *ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Anlamlılık
Okur yazar değil (1)	5	3,00	1.90	**G. Arası**	22,511	5	4,502			
İlkokul mezunu (2)	68	2,52	1.22	**G. İçi**	984,498	631	1,560	2,886	.014	3-2;3-4 5-2;5-4 6-2;6-4
Ortaokul mezunu (3)	89	2,93	1.35	**Toplam**	1007.008	636				
Lise	90	2,54	1.11							

mezunu (4)										
Üniversite mezunu (5)	308	2,98	1.25							
Lisansüstü eğitim (6)	77	2,94	1,21							
Toplam	637	2,85	1.25							

Tablo 45 incelendiğinde katılımcıların eğitim durumlarına göre ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının farklılaştığı görülmüştür *(F=2,886; p<0.05).* Ortaokul (X=2,93), üniversite (X=2,98) ve lisansüstü (X=2,94) eğitim düzeyindeki bireyler ilkokul (X=2,52) ve lise (X=2,54) mezunlarına göre daha dargın bulunmuşlardır. Dargınlık puanı en yüksek olan grup ilkokul mezunu olan bireylerdir. Eğitim seviyesi ile paralel olarak iletişimin artması, duyguları ifade etme ve sorun çözme becerisi artmış ve kırgınlıklar daha kolay telafi edilmiş olabilir.

Tablo 46. *ESAÖ Bağışlama puanlarının eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Okur yazar değil (1)	5	3,45	2.01	**G. Arası**	4,350	5	.870			
İlkokul mezunu (2)	68	3,24	1.49	**G. İçi**	1048,159	631	1,661			
Ortaokul mezunu (3)	89	3,46	1.60	**Toplam**	1052.509	636				
Lise mezunu (4)	90	3,54	1.37					.524	.758	-
Üniversite mezunu (5)	308	3,37	1.15							
Lisansüstü eğitim (6)	77	3,33	1.02							
Toplam	637	3,39	1.28							

Tablo 46 incelendiğinde katılımcıların eğitim durumlarına göre ESAÖ Bağışlama puanlarının farklılaşmadığı görülmüştür *(F=.524; p>0.05).* Çiftlerin affediciliklerinin eğitim durumlarından etkilenmediği görülmüştür. Eğitim seviyesi çiftler için dargınlık puanlarını değiştirse de bağışlama puanlarını değiştirmemiştir.

Tablo 47. *Aileden algılanan sosyal desteğin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Anlamlılık
Okur yazar değil (1)	5	2,12	.56	**G. Arası**	2,693	5	.539			
İlkokul mezunu (2)	68	1,71	.49	**G. İçi**	170,331	631	.270			
Ortaokul mezunu (3)	89	1,66	.51	**Toplam**	173,024	636				
Lise mezunu (4)	90	1,63	.55					1.195	.077	-
Üniversite mezunu (5)	308	1,58	.52							
Lisansüstü eğitim (6)	77	1,55	.48							
Toplam	637	1,61	.52							

Tablo 47 incelendiğinde katılımcıların ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin eğitim durumlarına göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=.524; p>0.05)*.

Tablo 48. *ÖEPA puanlarının eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Anlamlılık
Okur yazar değil (1)	5	2,58	1.22	**G. Arası**	6,017	5	1.203			
İlkokul mezunu (2)	68	3,42	.86	**G. İçi**	440,516	631	.698			
Ortaokul mezunu (3)	89	3,52	.87	**Toplam**	446,533	636				
Lise mezunu (4)	90	3,40	.83					1.724	.127	-
Üniversite mezunu (5)	308	3,33	.83							
Lisansüstü eğitim (6)	77	3,40	.74							
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 48 incelendiğinde katılımcıların evlilikte affedicilik puanlarının eğitim durumlarına göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=1.724; p>0.05)*. Eşlerin affedildiklerine yönelik algılarının eğitim durumlarından etkilenmediği görülmüştür.

5.3.12. Annenin Eğitim Durumuna İlişkin Bulgular

Tablo 49. *ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının annenin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Anlamlılık
Okur yazar değil (1)	99	2,69	1.29	**G. Arası**	8,357	4	2.089			
İlkokul mezunu (2)	416	2,87	1.26	**G. İçi**	998,651	632	1.580			
Ortaokul mezunu (3)	48	2,72	1.15	**Toplam**	1007,008	636		1.322	.260	-
Lise mezunu (4)	55	3,11	1.31							
Üniversite mezunu (5)	19	3,08	1.01							
Toplam	637	2,85	1.25							

Tablo 49 incelendiğinde katılımcıların eğitim durumlarına göre ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının farklılaşmadığı görülmüştür *(F=1.322; p>0.05)*.

Tablo 50. *ESAÖ Bağışlama puanlarının annenin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Anlamlılık
Okur yazar değil (1)	99	3,56	1.25	**G. Arası**	7,099	4	1.775			
İlkokul mezunu (2)	416	3,34	1.33	**G. İçi**	1045,410	632	1.654			
Ortaokul mezunu (3)	48	3,22	1.19	**Toplam**	1052,509	636		1.073	.369	-
Lise mezunu (4)	55	3,57	1.04							
Üniversite mezunu (5)	19	3,39	1.22							
Toplam	637	3,39	1.28							

Tablo 50 incelendiğinde katılımcıların eğitim durumlarına göre ESAÖ Bağışlama puanlarının farklılaşmadığı görülmüştür *(F=1.073; p>0.05).* Yani katılımcıların aldıkları eğitim bağışlama düzeylerini etkilememektedir.

Tablo 51. *Aileden algılanan sosyal desteğin annenin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Okur yazar değil (1)	99	1,75	.54	**G. Arası**	4,014	4	1.003	3.752	.005	1-2;3;5
İlkokul mezunu (2)	416	1,61	.51	**G. İçi**	169,010	632	.267			
Ortaokul mezunu (3)	48	1,49	.50	**Toplam**	173,024	636				
Lise mezunu (4)	55	1,61	.56							
Üniversite mezunu (5)	19	1,34	.30							
Toplam	637	1,61	.52							

Tablo 51 incelendiğinde katılımcıların ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin annelerinin eğitim durumlarının göre farklılaştığı görülmüştür *(F=3,752; p<0.05).* LSD testi sonuçlarına göre annesi okur-yazar olmayanlar (X=1,75) annesi ilkokul (X=1,61), ortaokul (X=1,49) ve üniversite mezunu (X=1,34) olanlara göre ailelerinde daha fazla sosyal destek algıladıkları görülmüştür. Ayrıca annesi ilkokul ya da lise mezunu (X=1,61) olanlar (X=1,61) üniversite mezunu (X=1,34) olanlara kıyasla daha fazla sosyal destek bildirmişlerdir. Buradan yola çıkarak annenin eğitim düzeyi arttıkça sağladığı sosyal desteğin azaldığı söylenebilir. Eğitim düzeyi ve çalışma hayatı paralel görülürse çalışan ebeveynler, çocukları tarafından daha az destek sağlıyor gibi görünebilir.

Tablo 52. *ÖEPA puanlarının annenin eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Anlamlılık
Okur yazar değil (1)	99	3,38	.89	**G. Arası**	2,371	4	.593	.843	.498	-
İlkokul mezunu (2)	416	3,37	.83	**G. İçi**	444,162	632	.703			
Ortaokul mezunu (3)	48	3,57	.68	**Toplam**	446,533	636				
Lise mezunu (4)	55	3,32	.89							
Üniversite mezunu (5)	19	3,25	.73							
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 52 incelendiğinde katılımcıların evlilikte affediciliklerinin annelerinin eğitim durumlarına göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=.843; p>0.05).*

5.3.13. Babanın Eğitim Durumuna İlişkin Bulgular

Tablo 53. *ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının babanın eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Anlamlılık
Okur yazar değil (1)	20	3,35	1.20	**G. Arası**	15,671	4	3,918	2.498	.042	1-2;3-2;
İlkokul mezunu (2)	343	2,72	1.23	**G. İçi**	991,338	632	1.569			
Ortaokul mezunu (3)	81	3,03	1.24	**Toplam**	1007,008	636				
Lise mezunu (4)	103	2,93	1.32							
Üniversite mezunu (5)	90	3,00	1.23							
Toplam	637	2,85	1.25							

Tablo 53 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının babalarının eğitim durumlarına göre farklılaştığı görülmüştür *(F=2.498; p<0.05).* Farklılaşmayı tespit etmek için yapılan LSD testi sonuçlarına göre babası okuryazar olmayanlar (X=3,35) ilkokul mezunlarına göre (X=2,72) daha dargın bulunurken,

babası ortaokul mezunu olanlar (X=3,03) da ilkokul mezunu olanlara (X=2,72) göre daha dargın bulunmuştur.

Tablo 54. *ESAÖ Bağışlama puanlarının babanın eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Okur yazar değil (1)	20	3,90	1.27	**G. Arası**	15,315	4	3,829	2.333	.055	-
İlkokul mezunu (2)	343	3,32	1.33	**G. İçi**	1037,194	632	1.641			
Ortaokul mezunu (3)	81	3,68	1.20	**Toplam**	1052,509	636				
Lise mezunu (4)	103	3,41	1.24							
Üniversite mezunu (5)	90	3,26	1.17							
Toplam	637	3,39	1.28							

Tablo 54 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ Bağışlama puanlarının babalarının eğitim durumlarına göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=2.333; p>0.05).*

Tablo 55. *Aileden algılanan sosyal desteğin babanın eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Okur yazar değil (1)	20	1,89	.57	**G. Arası**	3,789	4	.947	3.538	.007	1-2;4;5 3-4;5
İlkokul mezunu (2)	343	1,62	.51	**G. İçi**	169,235	632	.268			
Ortaokul mezunu (3)	81	1,73	.57	**Toplam**	173,024	636				
Lise mezunu (4)	103	1,56	.52							
Üniversite mezunu (5)	90	1,51	.47							
Toplam	637	1,61	.52							

Tablo 55 incelendiğinde katılımcıların ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin babalarının eğitim durumlarına göre farklılaştığı görülmüştür *(F=3,538; p<0.05)*. Farklılaşmayı tespit etmek için yapılan LSD testi sonuçlarına göre babası okuryazar olmayanların (X=3,35) ilkokul (X=1,62), lise (X=1,56) ve üniversite (X=1,51) olanlara göre ailelerinden daha fazla destek aldıkları görülmüştür. Ayrıca babası ortaokul mezunu olanlar da (X=1,73) lise (X=1,56) ve üniversite (X=1,51) mezunu olanlara göre ailelerinden daha fazla destek almaktadırlar. Buradan yola çıkarak anne eğitim durumuna benzer şekilde babanın eğitim seviyesi arttıkça sağladığı sosyal desteğin azaldığı söylenebilir.

Tablo 56. *ÖEPA puanlarının babanın eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları*

Eğitim Durumu	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Okur yazar değil (1)	20	3,02	.87	**G. Arası**	6,190	4	1,548	2.221	.065	-
İlkokul mezunu (2)	343	3,45	.81	**G. İçi**	440,343	632	.697			
Ortaokul mezunu (3)	81	3,24	.84	**Toplam**	446,533	636				
Lise mezunu (4)	103	3,35	.87							
Üniversite mezunu (5)	90	3,35	.83							
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 56 incelendiğinde katılımcıların ÖEPA puanlarının babalarının eğitim durumlarına göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=2.221; p>0.05).*

5.3.14. Aileden Algılanan Sosyal Desteğe İlişkin Bulgular

Tablo 57. *ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının aileden alınan desteğe göre ANOVA sonuçları*

Destek düzeyi	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Hiçbir zaman (1)	141	3,64	1.24	**G. Arası**	11,021	4	2,755	1.748	.138	-
Ara sıra(2)	121	3,00	1.13	**G. İçi**	995,987	632	1.576			

Bazen (3)	181	2,83	1.28	**Toplam**	1007,008	636			
Genellikle (4)	116	2,91	1.23						
Çok sık (5)	87	3,00	1.37						
Toplam	637	2,85	1.25						

Tablo 57 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarının ailelerinden aldıkları desteğe göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=1.748; p>0.05).*

Tablo 58. *ESAÖ Bağışlama puanlarının aileden alınan desteğe göre ANOVA sonuçları*

Destek düzeyi	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Hiçbir zaman (1)	141	3,48	1.34	**G. Arası**	6,445	4	1,611			
Ara sıra (2)	121	3,42	1.26	**G. İçi**	1046,064	632	1.655			
Bazen (3)	181	3,26	1.32	**Toplam**	1052,409	636		.973	.421	-
Genellikle (4)	116	3,34	1.05							
Çok sık (5)	87	3,54	1.41							
Toplam	637	3,39	1.28							

Tablo 58 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ Bağışlama puanlarının aileden alınan desteğe göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=.973; p>0.05).*

Tablo 59. *Aileden algılanan sosyal desteğin alınan sosyal desteğe göre ANOVA sonuçları*

Destek düzeyi	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Hiçbir zaman (1)	141	1,34	.39	**G. Arası**	20,507	4	5.127			
Ara sıra (2)	121	1,55	.42	**G. İçi**	152,518	632	.241			
Bazen (3)	181	1,64	.45	**Toplam**	173,024	636		21.244	.000	5-1;5-2;5-3;5-4
Genellikle (4)	116	1,78	.55							
Çok sık (5)	87	1,88	.65							
Toplam	637	1,61	.52							

Tablo 59 incelendiğinde katılımcıların aileden algılanan sosyal desteğin aileden alınan sosyal desteğe göre farklılaştığı görülmüştür *(F=21.444; p<0,05).* LSD testi sonuçlarına göre; ailesinden çok sık destek alanlar (X=1,88) diğer tüm

seçeneklere göre ailesinden daha fazla destek algıladıklarını belirtmişlerdir. Alınan destek ve algılanan destek her zaman aynı miktarda ve yönde olmasa da burada birbirine çok yakım sonuçlara ulaşılmıştır.

Tablo 60. *ÖEPA puanlarının aileden alınan desteğe göre ANOVA sonuçları*

Destek düzeyi	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Hiçbir zaman (1)	141	3,63	.77	**G. Arası**	12,529	4	3,132	4.561	.001	1-2;1-3;1-4;1-5
Ara sıra (2)	121	3,38	.80	**G. İçi**	434,004	632	.687			
Bazen (3)	181	3,33	.85	**Toplam**	446,533	636				
Genellikle (4)	116	3,27	.80							
Çok sık (5)	87	3,22	.92							
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 60 incelendiğinde katılımcıların ÖEPA puanlarının aileden alınan desteğe göre farklılaştığı görülmüştür *(F=4.561; p<0.05)*. LSD testine göre ailesinden hiçbir zaman destek almayanlar (X=3,36), ara sıra (X=3,38), bazen (3,33), genellikle (3,27) ve çok sık (3,22) destek alanlara göre eşleri tarafından daha fazla affedildiklerine inanmaktadırlar. Ailesinden yeterince destek algılamayanlar eşlerini bir destek mekanizması olarak görebilir bu sebeple de onlar tarafından daha fazla affedildiklerini düşünüyor olabilirler. Ya da eşleri tarafından affedildiğine inanan çiftler, ailelerinden destek almaya daha az ihtiyaç duymaktadırlar.

5.3.15. Problemlerin Aile ile Paylaşım Sıklığına İlişkin Bulgular

Tablo 61. *ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarının aile ile paylaşıma göre ANOVA sonuçları*

Paylaşım sıklığı	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Hiçbir zaman (1)	64	2,71	1.32	**G. Arası**	24,848	4	6,212	3.997	.003	4-5;3-5;2-5 3-1
Ara sıra (2)	66	2,97	1.19	**G. İçi**	982,160	632	1.554			
Bazen (3)	150	3,11	1.21	**Toplam**	1007,108	636				
Genellikle (4)	173	2,91	1.17							
Çok sık (5)	184	2,60	1.32							
Toplam	637	2,85	1.25							

Tablo 61 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarının aileyle problemleri paylaşıma göre farklılaştığı görülmüştür *(F=3.997; p<0.05)*. LSD testi sonuçlarına göre ailesiyle paylaşımlarını genellikle (X=2,91), bazen (X=3,11) ve ara sıra (2,97) yapanlar çok sık (X=2,60) paylaşım yapanlara göre evliliklerinde daha kırgın bulunmuşlardır. Problemlerin devamlı aile ile konuşulması alışılmış bir hava yaratabileceği için diğer paylaşım oranlarına göre çok fazla dargınlık doğurmamış olabilir. Ara sıra yapılan paylaşımlar daha önemli konuları ya da sorunları içerebilirken daha sık yapılan paylaşımlar olumlu, olumsuz tüm süreçleri kapsıyor olabilir. Ayrıca ailesiyle sorunlarını bazen (X=3,11) konuşanlar hiçbir zaman (X=2,71) konuşmayanlara göre daha kırgın bulunmuşlardır. Bazen paylaşım yapmak sorunlarda seçici davranmayı da gerekli kılacağı için hiç paylaşım yapmamaya göre daha kırgın bir hava yaratabilmektedir.

Tablo 62. *ESAÖ Bağışlama puanlarının aileyle yapılan paylaşıma göre ANOVA sonuçları*

Paylaşım sıklığı	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Hiçbir zaman (1)	141	3,22	1.35	**G. Arası**	15,593	4	3.898	2.376	.051	-
Ara sıra (2)	121	3,14	1.10	**G. İçi**	1036,916	632	1.641			
Bazen (3)	181	3,62	1.21	**Toplam**	1052,409	636				
Genellikle (4)	116	3,42	1.17							
Çok sık (5)	87	3,31	1.32							
Toplam	637	3,39	1.25							

Tablo 62 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ Bağışlama puanlarının aile ile yapılan paylaşıma göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=2.376; p>0.05)*. Problemlerin aile ile paylaşım sıklığı dargınlık puanlarını değiştirse de bağışlama puanlarını değiştirmemiştir. Çiftler aileleri ile yaptıkları paylaşım sıklıkları affediciliklerini etkilememektedir.

Tablo 63. *Aileden algılanan sosyal desteğin aile ile paylaşıma göre ANOVA sonuçları*

Paylaşım sıklığı	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Hiçbir zaman (1)	64	1,59	.53	**G. Arası**	3,237	4	.809	3.012	.018	5-4;5-3
Ara sıra (2)	66	1,60	.47	**G. İçi**	169,787	632	.269			
Bazen (3)	150	1,53	.44	**Toplam**	173,024	636				
Genellikle (4)	173	1,59	.54							
Çok sık (5)	184	1,72	.55							
Toplam	637	1,61	.52							

Tablo 63 incelendiğinde katılımcıların aileden algılanan sosyal destek puanlarının aileyle problemleri paylaşıma göre farklılaştığı görülmüştür *(F=3.012; p<0.05)*. LSD testi sonuçlarına göre ailesiyle paylaşımlarını çok sık yapanlar (X=1,72) genellikle (X=1,59) ve bazen (X=1,53) paylaşım yapanlara göre ailelerinden daha fazla destek algıladıkları görülmüştür. Aile ile problemleri sürekli konuşmak daha fazla destek alındığı hissini oluşturmaktadır.

Tablo 64. *ÖEPA puanlarının aileyle yapılan paylaşıma göre ANOVA sonuçları*

Paylaşım sıklığı	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Hiçbir zaman (1)	141	3,39	.98	**G. Arası**	6,373	4	1,593	2.288	.059	-
Ara sıra (2)	121	3,40	.78	**G. İçi**	440,160	632	.696			
Bazen (3)	181	3,21	.82	**Toplam**	446,533	636				
Genellikle (4)	116	3,41	.80							
Çok sık (5)	87	3,48	.87							
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 64 incelendiğinde katılımcıların ÖEPA puanlarının aile ile yapılan paylaşıma göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=2.288; p>0.05).*

5.3.16. Ailelerin Verdikleri Tepkilere İlişkin Bulgular

Tablo 65. *ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarının aile tepkilerine göre ANOVA sonuçları*

Aile tepkisi	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
Evliliği destekleyici ve eşi affetmeye yönelik (1)	420	2,74	1.23	**G. Arası**	61,483	2	30,741			
Sadece dinleyerek fikir belirtmeden (2)	158	2,81	1.21	**G. İçi**	945,525	634	1.491	20.613	.000	3-2:3-1
Eşi suçlayıcı ve affetmeyi engelleyici (3)	59	3,82	1.14	**Toplam**	1007,008	636				
Toplam	637	2,85	1.25							

Tablo 65 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarının ailenin verdiği tepkilere göre farklılaştığı görülmüştür *(F=20.613; p<0.05)*. LSD testi sonuçlarına göre evliliği ile ilgili problemleri ailesi ile paylaşan ve 'eşini suçlayacak ve affetmeyi engelleyecek' yönde tepkiler alan bireylerin (X=3,82) eşe karşı affedici davranmaya yönlendiren ailelerden (X=2,74) ya da tepkisiz kalan ailelerden (X=2,81) daha fazla eşlerine dargın oldukları görülmüştür. Yani evlilik ilişkisi içinde çiftlerin herhangi birinin ailesi karşı tarafı suçlayıcı ve affetmeyi engelleyici tepkiler verirse eşler bundan etkilenerek daha dargın ve kırgın olmaktadırlar.

Tablo 66*. ESAÖ Bağışlama puanlarının aile tepkilerine göre ANOVA sonuçları*

Aile tepkisi	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Anlamlılık
Evliliği destekleyici ve eşi affetmeye yönelik (1)	420	3,40	1.32	**G. Arası**	.339	2	.170	.102	.903	-
Sadece dinleyerek	158	3,35	1.25	**G. İçi**	1052,169	634	1.660			

fikir belirtmeden (2)										
Eşi suçlayıcı ve affetmeyi engelleyici (3)	59	3,42	1.11	**Toplam**	1052,509	636				
Toplam	637	3,39	1.28							

Tablo 66 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ Bağışlama puanlarının ailenin verdiği tepkilere göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=.102; p>0.05).* Dargınlık ailenin verdiği tepkilerden etkilense de bağışlamanın değişmiyor olması çiftlerin dargın olsalar dahi affedici davrandıkları ya da affettiklerini gösteriyor.

Tablo 67. *Aileden alınan sosyal desteğin aile tepkilerine göre ANOVA sonuçları*

Aile tepkisi	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**Sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Evliliği destekleyici ve eşi affetmeye yönelik (1)	420	1,55	.48	**G. Arası**	11,487	2	5,743			
Sadece dinleyerek fikir belirtmeden (2)	158	1,64	.51	**G. İçi**	161,537	634	.255	22,542	.000	2-1;3-2;3-1
Eşi suçlayıcı ve affetmeyi engelleyici (3)	59	2,01	.60	**Toplam**	173,024	636				
Toplam	637	1,61	.42							

Tablo 67 incelendiğinde katılımcıların ailelerinin verdiği tepkilere göre ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin farklılaştığı görülmüştür *(F=22.542; p<0.05).* LSD testi sonuçlarına göre çiftlerin aileleri ile problemlerini paylaştıklarında sadece dinleyip fikir belirtmeyen ailelerin çocukları (X=1,64), eşini destekleyen ve affedici davranmaya yönlendiren ailelerin çocuklarına göre (X=1.55) ailelerinden daha fazla destek aldıklarını bildirmişlerdir. Her durumda ailelerin evliliği sürdürmeyi desteklemesi ve eşleri affetmeye yönlendirmesi çiftler için bir destek kaynağı olarak görülmemektedir. Bazı durumlarda sadece dinlemek bile bundan daha büyük bir sosyal destek olarak görülebilir.

Eşini suçlayıcı yönde ve affetmeyi engelleyecek şekilde davranan ailelerin çocukları (X=2,01) ise diğer iki şekle göre ailelerinden daha fazla destek aldıklarını bildirmişlerdir. Bireyler, yaşadıkları sorunları anne babaları ile paylaştıklarında eğer anne baba karşı tarafı suçluyorsa ve affetme konusunda daha sert bir tutum sergiliyorsa eş, ailesinden yüksek düzeyde sosyal destek algılamaktadır. Eşi suçlayan ve kendini haklı hissetmesini destekleyen aile, daha fazla destek sağlıyor gibi görünmektedir. Affetmeyi engellemek ya da diğer eşi suçlamak bireyler açısından 'ailesinin arkasında durduğu' şeklinde algılanabilir ve daha fazla destek bildiriliyor olabilir.

Tablo 68. *ÖEPA puanlarının aile tepkilerine göre ANOVA sonuçları*

Aile tepkisi	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**Sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Evliliği destekleyici ve eşi affetmeye yönelik (1)	420	3,48	.79	**G. Arası**	18,693	2	9,346			
Sadece dinleyerek fikir belirtmeden (2)	158	3,28	.86	**G. İçi**	427,840	634	.675	13,850	.000	1-2;1-3;2-3
Eşi suçlayıcı ve affetmeyi engelleyici (3)	59	2,91	.85	**Toplam**	446,533	636				
Toplam	637	3,38	.83							

Tablo 68 incelendiğinde katılımcıların ÖEPA puanlarının ailenin verdiği tepkilere göre farklılaştığı görülmüştür *(F=13,850; p<0.05)*. LSD testi sonuçlarına göre evliliği ile ilgili problemleri ailesi ile paylaşan ve 'evliliği destekleyen ve affedici davranmaya yönlendiren' (X=3,48) ailelerin çocukları, aileleri durumu yalnızca dinleyip fikir belirtmeyen (X=3,28) ya da eşi suçlayıp affetmeyi engelleyen ailelere (X=2,91) göre eşleri tarafından daha fazla affedildiklerini düşünmektedirler. Eşlerden birinin aile desteği ile eşini affetmesi kendisinin de eşi tarafından affedildiğine dair inancı güçlendiriyor olabilir.

Ayrıca yalnızca dinleyen fikir belirtmeyen ailelerin çocuklarının (X=3,28) eşi suçlayan ve affetmeyi engelleyen ailelerin (X=2,91) çocuklarına göre de evliliklerinde daha fazla affedildiklerini düşündükleri bulunmuşlardır. Yani çiftlerin aileleri ile yaptıkları paylaşımlara ve ailelerinin verdikleri tepkilere göre evlilik ilişkilerinde affediciliklerini şekillendirdikleri söylenebilir. Ailesi tarafından affedicilikle ilgili destek almak eşi tarafından da affedildiğini düşündürüyor olabilir. Ya da kendi ailesi eşini suçladığı ve affetmeyi engellediği için eşinin ailesinin de benzer davranışları sergilediği düşüncesi eşi tarafından daha az affedildiğine inandırmış olabilir.

5.3.17. Problemlerin Kimlerle Paylaşıldığına İlişkin Bulgular

Tablo 69. *ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarının problemleri kimlerle paylaştığına göre göre ANOVA sonuçları*

Paylaşım	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Eş (1)	314	2,48	1.06	**G. Arası**	103.424	5	20.685			
Anne (2)	48	3,34	1.37	**G. İçi**	871,068	623	1.398			
Baba (3)	5	4,06	1.48	**Toplam**	974,492	628				
Abi, abla, kardeş (4)	78	2,94	1.17					14.794	.000	2-1;3-1;3-4;3-6;4-1;5-1;5-6 6-1;
Arkadaş, tanık, komşu vs. (5)	105	3,46	1.33							
Kimseyle paylaşmayanlar (6)	79	2,97	1.29							
Toplam	629	2,84	1.24							

Tablo 69 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ dargınlık/kaçınma puanlarının problemlerini kimlerle paylaştıklarına göre farklılaştığı görülmüştür *(F=14.794; p<0.05)*. LSD testi sonuçlarına göre problemlerini en çok annesi ile paylaşanlar (X=3,34), eşiyle paylaşanlara (X=2,48) göre eşine daha dargın bulunmuşlardır. Problemlerini babasıyla paylaşanlar (X=4,06) eşiyle paylaşan (X=2,48), abi, abla, kardeşle (X=2,94) paylaşanlara ve kimseyle paylaşmayanlara (X=2,97) kıyasla eşine

daha dargın bulunmuştur. Babayla yapılan paylaşım çok sınırlı olsa da büyük ölçüde diğerlerinden farklı olarak eşe daha fazla kırgın olmaya sebep olmaktadır.

Abi, abla, kardeşle paylaşanlar (X=2,94) eşiyle (X=2,48) paylaşanlara göre daha dargındır. Problemlerini arkadaş, tanıdık, komşu vs. ile paylaşanlar (X=3,46); eşiyle (X=2,48) paylaşan ve kimseyle paylaşmayanlara kıyasla (X=2,97) daha dargın bulunmuşlardır. Kimseyle paylaşmayanlar (X=2,97), eşiyle (X=2,48) paylaşanlara kıyasla daha dargın bulunmuştur. Kimseyle paylaşım yapmamak ifade edilmemiş duygular ya da çözüm önerilerinde yoksun kalma gibi sebeplerle dargınlığı arttırıyor olabilir.

Özetle, evlilikte yaşanan bir problemin eş dışında başkaları ile paylaşılması -özellikle anne ve baba- eşe olan kırgınlığı arttırmaktadır. Eşe karşı bu dargınlığı azaltmanın yollarından birinin problemleri eşin kendisi ile konuşmak olduğu söylenebilir.

Tablo 70. *ESAÖ Bağışlama puanlarının problemleri kimlerle paylaştığına göre göre ANOVA sonuçları*

Paylaşım	**N**	**X**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Anlamlılık**
Eş (1)	314	3,32	1.27	**G. Arası**	9.249	5	1.850			
Anne (2)	48	3,25	1.19	**G. İçi**	1031,538	623	1.656			
Baba (3)	5	3,30	1.47	**Toplam**	1040,786	628				
Abi, abla, kardeş (4)	78	3,67	1.30					1.117	.350	-
Arkadaş, tanık, komşu vs. (5)	105	3,28	1.22							
Kimseyle paylaşmayanlar (6)	79	3,47	1.43							
Toplam	629	3,38	1.28							

Tablo 70 incelendiğinde katılımcıların ESAÖ Bağışlama puanlarının problemleri kimlerle paylaştığına göre farklılaşmadığı görülmüştür *(F=1.117; p>0.05).* Dargınlık kimlerle paylaşım yapıldığına göre değişse de bağışlama değişmemiştir. Yani çiftler dargın olsalar dahi bağışlayıcı davranıyor görünmektedir.

Tablo 71. *Aileden algılanan sosyal desteğin problemleri kimlerle paylaştığına göre göre ANOVA sonuçları*

Paylaşım	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Anlamlılık
Eş (1)	314	1,54	.48	**G. Arası**	11.804	5	2.361			
Anne (2)	48	1,47	.51	**G. İçi**	160.772	623	.258			
Baba (3)	5	1,67	.46	**Toplam**	175.577	628				
Abi, abla, kardeş (4)	78	1,55	.46					9.148	.000	5-1;5-2 5-4 6-1;6-2;6-4;6-5
Arkadaş, tanık, komşu vs. (5)	105	1,75	.55							
Kimseyle paylaşmayanlar (6)	79	1,91	.58							
Toplam	629	1,62	.52							

Tablo 71 incelendiğinde katılımcıların problemlerini kimlerle paylaştıklarına göre aileden algıladıkları sosyal desteğin farklılaştığı görülmüştür *(F=9.148; p<0.05)*. LSD testi sonuçlarına göre problemlerini arkadaş, tanıdık, komşu vs. ile paylaşanlar(X=1,75) ya da problemlerini kimseyle paylaşmayanlar (X=1,91); eş (X=1,54), anne (X=1,47) ve abi, abla ya da kardeş (X=1,55) ile paylaşanlara göre ailelerinden daha fazla sosyal destek algıladıkları görülmüştür. Çiftler problemlerini aileleri ile daha yoğun olarak paylaşsalar da aynı oranda destek almadıklarını düşünmektedirler. Burada alınan desteğin niteliğinin ön plana çıktığı düşünülebilir. Katılımcılar aile dışındaki yakınlarla yapılan paylaşımlar ya da problemleri kimse anlatmama durumlarında daha fazla destek algıladıklarını belirtmişlerdir.

Tablo 72. *ÖEPA puanlarının problemleri kimlerle paylaştığına göre göre ANOVA sonuçları*

Paylaşım	N	X	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	P	Anlamlılık
Eş (1)	314	3,69	.68	**G. Arası**	58.665	5	11.733			
Anne (2)	48	3,26	.76	**G. İçi**	375.740	623	.603	19.454	.000	1-2;1-3;1-4;1-5;1-6
Baba (3)	5	2,75	.82	**Toplam**	434.405	628				

Abi, abla, kardeş (4)	78	3,22	.81
Arkadaş, tanık, komşu vs. (5)	105	3,03	.89
Kimseyle paylaşmayanlar (6)	79	3,00	.89
Toplam	629	3,39	.83

Tablo 72 incelendiğinde katılımcıların problemlerini kimlerle paylaştıklarına göre ÖEPA puanlarının farklılaştığı görülmüştür *(F=19.454; p<0.05)*. LSD testi sonuçlarına göre problemlerini eşiyle paylaşanların (X=3,69); anne (X=3,26), baba (X=2,75), abi, abla ya da kardeş (X=3,22), arkadaş, komşu, tanıdık vs.(X=3,03) paylaşanlardan ve kimseyle paylaşmayanlardan (X=3,00) daha fazla eşleri tarafından affedildiklerine inandıkları görülmüştür. Problemleri eş ile konuşmak diğer kişilerle konuşmaktan eşi tarafından affedildiği düşüncesini daha fazla desteklemektedir. Evliliğe dair problemleri öncelikle eşin kendisi ile paylaşmak dargınlığı ve kaçınmayı azalttığı gibi eş tarafından affedildiği fikrini de kuvvetlendirmektedir.

5.4. Evlilikte Affedicilik ve Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçek Toplam Puanları Arasındaki İlişkiler

Bu kısımda ölçeklerin birbirleri ile olan korelasyon ilişkilerine yer verilmiştir. Korelasyon değerleri ile ilgili literatürde birbirinden farklı sınıflamalar olsa da genel olarak (.00 -.30) arası zayıf, (.31 -.49) arası orta, (.50 -.69) arası güçlü, (.70 -.100) mükemmel ilişki olduğu kabul görmektedir (Tavşancıl, 2006).

Tablo 73. *Genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikte suçu affetmenin alt boyutları arasındaki korelasyon tablosu*

		AASD	ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	ESAÖ-Bağışlama
AASD	r	1	.281**	.048**
ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	r		1	.242**
ESAÖ-Bağışlama	r			1

Tablo 73'de verilen pearson korelasyon analizine göre genç yetişkinlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ve evlilikte suçu affetmenin alt boyutları arasında pozitif yönlü ve zayıf düzeyde anlamlı ilişki olduğu karşımıza çıkmaktadır. Aileden algılanan sosyal destek ve evlilikte suçu affetme dargınlık/kaçınma arasında pozitif yönde ve zayıf düzeyde (r=.281; p<.05) anlamlı bir ilişki vardır. Yani aileden algılanan sosyal destek arttıkça çiftlerin birbirlerine dargın olma durumları artıyor diyebiliriz. Benzer şekilde ailelerinden destek alan çiftlerin birbirlerine karşı daha fazla kaçınmacı davranışlar sergiledikleri söylenebilir. Ya da çiftler birbirlerine dargın olduklarında ailelerinde daha fazla destek algılamaktadırlar.

Aileden algılanan sosyal destek ve evlilikte suçu affetme bağışlama alt boyutu arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde (r=.048; p<.05) anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Ailelerinden destek algılayan çiftlerin birbirlerine daha affedici yaklaştıklarını söyleyebiliriz. Evliliği sürdürmek söz konusu olduğunda birbirlerini affeden çiftlerin aileleri tarafından daha fazla desteklendikleri söylenebilir.

Tablo 74. *Genç yetişkinlerin öznel/eş partner affedicilikleri ve evlilikte suçu affetmenin alt boyutları arasındaki korelasyon tablosu*

		ÖEPA	ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	ESAÖ-Bağışlama
ÖEPA	r	1	-.527**	-.118**
ESAÖ-Dargınlık/Kaçınma	r		1	.242**
ESAÖ-Bağışlama	r			1

Tablo 74'de verilen pearson korelasyon analizine göre genç yetişkinlerin öznel/eş partner affedicilikleri ve evlilikte suçu affetmenin alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Öznel/eş partner affedicilikleri ve evlilikte suçu affetme dargınlık/kaçınma arasında negatif yönde ve orta düzeyde (r=-.527; p<.05) anlamlı bir ilişki vardır. Eşlerin birbirleri tarafından affedildiklerine olan inançları arttıkça birbirlerine dargın olma ve kaçınmacı davranma düzeyleri azalmaktadır. Ya da eşlerin birbirlerine karşı dargın ve kaçınmacı olma durumları azaldıkça birbirleri tarafından affedildikleri düşüncesi güçlenmektedir.

Öznel/eş partner affedicilikleri ve evlilikte suçu affetme bağışlama alt boyutu arasında negatif yönde, zayıf düzeyde (r=-.118; p<.05) anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buradan yola çıkarak bireylerin birbirleri tarafından affedildiklerine olan inançları arttıkça suçu affetme düzeyleri azalmaktadır. Affedildiğine inanmak affetmeyi kolaylaştırmamakta tam aksine zorlaştırabilmektedir.

Tablo 75. *Aileden algılanan sosyal destek ve öznel/eş partner affediciliği arasındaki korelasyon tablosu*

		AASD	**ÖEPA**
AASD	R	1	-.328**
ÖEPA	R		1

Tablo 75'de verilen korelasyon analizine göre aileden algılanan sosyal destek ve öznel/eş partner affediciliği arasında orta düzeyde ve negatif (r=-.328; p<.05) yönde ilişki olduğu görülmektedir. Eşleri tarafından affedilmediğini düşünen bireyler ailelerinden daha fazla sosyal destek algıladıklarını belirtmektedirler. Ya da ailelerinden yeterince destek aldığını belirten bireyler eşleri tarafından yeterince affedilmediklerini düşünmektedirler.

BÖLÜM V

6. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada aileden algılanan sosyal destek ve evlilikte affediciliğin arasındaki ilişkinin araştırması amaçlanmıştır. Bir önceki bulgular kısmında yer alan araştırma sonuçları bu bölümde literatür kapsamında tartışılacaktır.

6.1. Evli Genç Yetişkinlerin Cinsiyetlerine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Araştırma sonuçlarına bakıldığında ESAÖ dargınlık/kaçınma ve bağışlama alt boyutunun cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür. Yani kadınlar ve erkeklerin eşlerine karşı aynı ölçüde dargın ve aynı ölçüde kaçınma davranışı sergiliyor ve aynı ölçüde birbirlerini affediyor oldukları görünmektedir. Karaca (2019) ve Şamatacı (2013) da uzaklaşma ve kaçınmanın erkek ve kadınlara göre farklılaşmadığını bulgulamıştır. Bağışlama puanlarına bakılacak olursa bu bulgu literatürdeki Yaman-Akpınar ve Altınsu-Sönmez (2021), Kurtlar (2020), Asıcı (2013), Güzel (2016), Çıtışlı-Turgut (2018), Ayten (2009), Besim (2017) Maltby, Macaskill ve Day (2002) ve Ezerçe (2016)'nin bulguları ile örtüşmektedir. Bağışlamanın cinsiyete göre değiştiğini söyleyen bulgular da vardır. Kuşçu (2019), Çivan (2013), Sivri (2019) ve Göztepe-Gümüş (2005) kadınların daha affedici olduğunu söylerken Çoklar ve Dönmez (2014) ve Ermumcu (2014) erkeklerin daha affedici olduğunu söylemiştir. Worthington ve ark. (2000) de 13 farklı araştırmayı derleyerek bağışlamanın cinsiyete göre değişmediğini belirtmiştir. Taysi (2007)'nin de affetme boyutunda kadın ve erkeklerin birbirinden farklılaşmadığını belirtmiş olsa da kadınların erkeklere nazaran eşlerine daha fazla kırıldıklarını ortaya koymuştur. Bu bulgu aynı zamanda çalışmanın sonuçlarında yer alan ÖEPA ölçeğinin sonuçları ile de tutarlıdır. Bu sonuçlara göre kadınlar, erkeklere kıyasla eşleri tarafından affedildiği düşüncesine daha fazla sahiptirler. Kırgınlık belirtmenin affedilme düşüncesini etkilediği göz önüne alınırsa kadınlar daha fazla kırgınlık belirttiği için erkekler affedildiklerini daha az düşünüyor olabilir. Başka bir deyişler erkekler kadınlara nazaran daha az kırgınlık ortaya koyduğu için kadınlar affedildiği hissini daha fazla

tatmaktadırlar. Buradan yola çıkarak affetme düzeyleri kadınlar ve erkekler için aynı olsa da affedildiğini düşünme düzeyleri farklıdır. Eker (2019) ve Gülgün (2019) da benzer şekilde affedildiğini hissetmede kadınların erkeklerden daha yüksek ortalamalara sahip olduğunu bulgulamıştır. Kadınların daha duygusal, hassas, ilişki odaklı ve detaycı olmaları affedilecek olaya daha fazla önem vermelerine sebep olabilir. Verilen bu önem sebebiyle zarar daha yüksek algılanarak erkeklerin affedildiğini düşünme oranı azalacaktır.

Aileden algılanan sosyal desteğe bakılacak olursa kadınlar ve erkeklerin ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin birbirinden farklılaşmadığı görülmüştür. Çelik (2016), Kaynar (2016) ve Ceyhun (2018) yürüttükleri çalışmalarda benzer sonuçlara rastlamış olsalar da kadınların sorunlarını ifade etmeye daha yatkın olmaları, yardıma daha açık olmaları gibi sebeplerle erkeklere göre daha fazla sosyal destek algıladıklarını belirten çalışmalar da (Bayın, 2020) vardır.

Affetme ve sosyal desteğin cinsiyet açısından kıyaslandığı tüm bulgular ele alındığında farklılıklara rastlanmıştır. Bu konuda daha kapsamlı çalışmalara ihtiyaç vardır.

6.2. Evli Genç Yetişkinlerin Sahip Oldukları Çocuk Sayısına Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Araştırma sonuçlarına göre ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının sahip olunan çocuk sayısına göre değişmediği görülürken Bağışlama puanlarının değiştiği görülmüştür. 3 ya da 4 çocuğu olanlar, çocuk sahibi olmayanlara kıyasla daha affedici bulunmuşlardır. Evliliğe yapılan yatırımların ve bağlılıkların artması, çocuk sahibi olmanın boşanmayı zorlaştırması ya da çocukların evliliği kuvvetlendirmesi affediciliği arttırıyor olabilir. Altıntaş (2019) da yürüttüğü çalışmada benzer sonuçlara ulaşarak 2 ve daha fazla çocuk sahibi olan çiftlerin, 1 çocuğu olan ya da çocuğu olmayanlara göre daha affedici olduğunu söylemiştir. Yaman-Akpınar ve Altunsu-Sönmez (2019), Kuşçu (2019) ve Gürbüz (2016) ise sahip olunan çocuk sayısına göre affediciliğin değişmediğini bulgulamıştır.

Aileden algılanan desteğin (AASD) ise sahip olunan çocuk sayısına göre farklılaştığı görülmüştür. 2 ya da 3 çocuğu olanların, 1 çocuğu olan ya da hiç çocuğu olmayanlara göre ailelerinde daha fazla sosyal destek algıladıkları görülmüştür. Çocukların aileye dahil olması ile çiftlerin ebeveynleriyle daha fazla vakit geçirmesi, çocuğun bakımı gibi faktörlerin maddi manevi ihtiyaçlar doğurması ve evlilikteki geçiş evresi sosyal desteğin daha fazla algılanmasının sebebi olabilir. Çıbık (2019) da çalışma bulgularına benzer olarak çocuklu çiftlerin ailelerinden daha fazla destek algıladıklarını belirtmiştir. Çelik (2016) ve Yüceol (2016) ise çocuk sahibi olmayan çiftlerin daha fazla sosyal destek algıladıklarını belirtmiştir. Utkan (2019), Türksever (2020) ise aileden algılanan sosyal desteğin çocuk sahibi olmaya göre farklılaşmadığını belirtmiştir.

ÖEPA puanları incelendiğinde eşi tarafından affedildiği düşüncesi çocuk sayısına göre farklılaşmaktadır. Çocuk sahibi olmayan çiftler; 1, 2 ya da 3 çocuğu olanlara göre daha fazla affedildiğini düşünmektedir. Çocukların yetiştirilmesi hususunda yeni sorumlulukların eklenmesi ve çiftlerin uzlaşmakta zorlanmaları gibi faktörler etkili olabilir. Ayrıca bu bulgu evlilik süresine ilişkin bulgu ile de tutarlı olarak henüz çocuk sahibi olmayan çiftlerin evliliklerinin ilk yıllarında olabilecekleri ve daha az kırıcı deneyimle karşılaştıkları daha kolay affettikleri ve daha fazla affedildiği fikri ile bağlantılı olabilir. Altıntaş (2019)'un yaptığı çalışmada benzer olarak 2 ve daha fazla çocuğu olanların, 1 çocuğu olan ya da çocuk sahibi olmayanlara göre eşlerine karşı daha fazla kin tutma ve intikam alma eğiliminde oldukları bulunmuştur. Bu gibi düşünceler affedildiği fikrini etkiliyor olabilir. Yaman Akpınar ve Altunsu Sönmez (2019) yürüttükleri çalışmada çocuk sahibi olmayan çiftlerin 1 ya da 2 çocuğu olanlara göre daha uyumlu ilişkilere sahip olduklarını belirtmişlerdir. Buradan yola çıkarak çocuk sayısı arttıkça çiftler arası uyumun zorlaşması ile affedildiğini düşünme azalmaktadır.

6.3. Evli Genç Yetişkinlerin Anne-Baba Eğitim Düzeyine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Araştırma sonuçlarına bakıldığında ESAÖ Dargınlık/Kaçınma puanlarının anne eğitim düzeyine göre değişmediği ancak baba eğitim düzeyine göre farklılaştığı görülmüştür. Babası okuryazar olmayan çiftlerin diğerlerinde daha fazla eşlerine dargın oldukları görülmüştür. Bunun aile içi paylaşım sıklığından, baba desteğinden ya da aile içi rol model alınan davranışlardan kaynaklandığı düşünülebilir. Bağışlama puanlarının ise hem anne hem de baba eğitim düzeyine göre değişmediği görülmüştür. Bağışlama eğilimlerinin içsel bir faktör olduğu düşünülürse ebeveyn eğitim düzeylerine göre farklılaşmaması beklendik bir durumdur. Ancak Kurtlar (2020) annesi ortaokul mezunu olan ve babası lise mezunu olanların daha affedici olduklarını belirtmiştir. Bayın (2020), Asıcı (2013) ve Kartal-Sığırlı (2013) ise çalışma sonuçları ile tutarlı olarak affediciliğin anne-baba eğitim durumundan etkilenmediğini belirtir. Birçok dinde ve kültürde desteklenen affediciliğin tüm bireylere kazandırılması esas alındığı için anne-babanın eğitim düzeyinden bağımsız olduğu düşünülebilir.

Aileden algılanan sosyal desteğe (AASD) bakılacak olursa hem annenin hem de babanın eğitim düzeyi arttıkça eşlerin ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin azaldığı görülmüştür. Bunun ebeveynler ile daha az vakit geçirme, her iki ebeveynin de çalışma hayatında yer alması ile ilintili olabileceği söylenebilir. Ebeveynlerin eğitim seviyeleri yükseldikçe bireyselleşmenin artması ile özerklik destekleniyor ve çocuklara daha az destek sağlanıyor olabilir. Soylu (2002) ve Köse (2009) ise ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça algılanan sosyal desteğin azaldığını bulgulamıştır. Tozkoparan (2014), Bayın (2020), Arslan (2009), Başer (2006) ve Yıldırım (1997)'e göreyse anne-babanın eğitim durumu çiftlerin algıladıkları sosyal desteği etkilemez.

ÖEPA puanları incelendiğinde hem anne hem de baba eğitim düzeyine göre bir farklılaşmaya rastlanmamıştır. Başka bir deyişle çiftlerin affedildiklerine dönük algıları anne-babalarının eğitim düzeylerinden etkilenmemektedir.

6.4. Evli Genç Yetişkinlerin Çiftlerin Eğitim Düzeyine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Bulgulara göre ESAÖ Dargınlık/Kaçınma alt boyutunun çiftlerin eğitim düzeyine göre farklılaştığı görülmüştür. İlkokul mezunu olan bireylerin diğer tüm kademelere göre daha dargın oldukları görülmüştür. Lise mezunu olan bireyler de ortaokul, üniversite ve lisansüstü mezunu olan bireylere kıyasla daha dargın bulunmuşlardır. Duygu ve düşünceleri ifade etme becerisinin eğitim düzeyiyle paralel olarak artması beklendiğinden açık iletişimin dargınlık ve küskünlükleri azalttığı varsayılır. Kendini ifade edebilen çiftlerin sorunlarını çözme konusunda daha başarılı oldukları göz önüne alınırsa eğitim seviyesindeki artışın dargınlıkları azalttığı söylenebilir. Meydancı (2017) de benzer olarak en çok dargın olan çiftlerin ilkokul mezunu olduğunu belirtmiştir. Kaynar (2016) yürüttüğü çalışmada bulgulara benzer olarak eğitim seviyesi düştükçe kaçınmanın arttığını belirtmiştir. Öte yandan ESAÖ Bağışlama ortalamalarının çiftlerin eğitim düzeylerine göre değişmediği görülmüştür. Bağışlamanın içsel bir dinamik olduğu bu sebeple de eğitim faktöründen etkilenmediği söylenebilir. Kültürel olarak her yaştan ve her konumdaki bireyin affedici davranması beklenir ve bu öğretide çocuklar yetiştirilir bu nedenle affedicilik eğitim düzeylerine göre değişiklik göstermemiş olabilir. Bulguları destekleyecek şekilde literatürde birçok çalışmaya rastlanmıştır. Affediciliğin eğitim seviyesinden etkilenmediğini belirten Sevinç (2020), Ezerçe (2016), Gürbüz (2016), Yaman-Akpınar ve Altunsu Sönmez (2019), Güzel (2016) ve Lawler-Row ve Piferi (2006) çalışmalar varken Kuşçu (2019), Uysal (2015) ve Sanlav (2016) eğitim seviyesi yükseldikçe affediciliğin de yükseldiğini belirtmiştir.

Aileden algılanan sosyal destek (AASD) puanları incelendiğinde çiftlerin eğitim düzeylerine göre ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyinin değişmediği bulgulanmıştır. Tüm eğitim düzeylerinde çiftler ailelerinden benzer ölçüde sosyal destek algıladıklarını belirtmişlerdir. Desteğe ihtiyaç duyma, ifade etme ve destek alma eğitim seviyesinin dışında başka şeylerden etkileniyor olabilir. Kırhallı-Gök (2015), Utkan (2019) ve Çıbık (2019) da bulgulara benzer sonuçlara

rastlamıştır. Kaynar (2016), Çelik (2016) ve Simek (2019) ise eğitim seviyesi yükseldikçe sosyal destek algısının da yükseleceğini belirtmiştir.

ÖEPA puanlarına bakıldığında ise çiftlerin affedildiklerine dönük düşüncelerinin eğitim düzeylerine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Bütün eğitim düzeylerinde çiftler benzer ölçüde eşleri tarafından affedildiklerini düşünmektedirler. Eşi tarafından affedildiğini düşünme eğitim düzeyi dışında farklı değişkenlerden etkileniyor olabilir. Literatürde konu ile ilgili farklı bir çalışmaya rastlanmamıştır.

6.5. Evli Genç Yetişkinlerin Çiftlerin Evlilik Usulüne Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Bulgular ele alındığında ESAÖ Dargınlık/Kaçınma ve Bağışlama puanlarının çiftlerin evlilik usulüne göre değişmediği görülmüştür. Yani görücü usulü evlenen ya da tanışıp/anlaşarak evlenen bireyler benzer ölçüde birbirlerine dargın ve benzer ölçüde affedici bulunmuşlardır. Dargınlık ya da affediciliği belirleyenin evlenme şekliden öte evlilik sürecindeki yaşantılar olduğu söylenebilir. Kuşçu (2019), Sevinç (2020) ve Seyfi (2017) de benzer sonuçlara ulaşmıştır.

Aileden algılanan sosyal destek (AASD) puanlarına bakılacak olursa çiftlerin evlenme usullerinin ailelerinden algıladıkları sosyal desteği etkilemediği görülmüştür. Görücü usulü evlenen ya da tanışıp/anlaşarak evlenen bireylerin ailelerinden benzer ölçüde destek algıladıkları söylenebilir. Evlilik hayatında doğacak ihtiyaçlar ve bunların aileler tarafından cevap bulabiliyor olması çiftlerin hangi yolla evlendiklerinin dışında farklı dinamiklerden etkileniyor olabilir. Utkan (2019) da çalışma bulgularına benzer sonuçlara ulaşmıştır.

Eşi tarafından affedildiği düşüncesini ölçen ÖEPA ölçeğine bakıldığında evlenme usulüne göre eş tarafından affedildiği düşüncesinin farklılaşmadığı görülmüştür. Eşlerin tanışıp/anlaşarak ya da görücü usulü evlenmiş olmaları eşleri tarafından affedildiği fikrini etkilememektedir.

Özetle evlilik usulüne göre bütün puan türlerinde farklılaşmaya rastlanmamıştır. Bunun sebeplerinden biri evlenme şeklinin ötesinde evlilik hayatı içinde yaşanan deneyimlerin daha belirleyici olması olabilir. Bir diğer sebep ise görücü usulü evliliklerin de artık tanışma boyutlarını içine aldığı için belirgin bir farklılığa rastlanmamış olabilir.

6.6. Evli Genç Yetişkinlerin Çiftlerin Evlilik Sürelerine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Araştırma kapsamında 0-3 yıl, 4-7 yıl, 8-11 yıl, 12-15 yıl ve 15 ve üzeri yıl olmak üzere 5 farklı kategoride evlilik süreleri ele alınmıştır. Bulgular kısmında detaylı ele alınan sonuçlar burada evliliğin ilk yılları (0-3 yıl) ve ilerleyen yılları (15 ve üzeri) şeklinde ele alınmış olup diğer dönemler ara dönem olarak adlandırılmıştır.

Araştırma bulgularına göre ESAÖ Dargınlık/Kaçınma boyutunda evlilik süresine göre farklılıklara rastlanmıştır. Evliliğin ilk yıllarında ve daha ilerleyen yıllarda dargınlık puanlarının daha düşük olduğu, ara dönemde ise bu puanın daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun sebepleri arasında evliliğin ilk dönemlerinde çiftlerin birbirlerine daha özenli davranmaları, tahammül seviyelerinin ve tolere güçlerinin daha yüksek olması yer alıyor olabilir. İlerleyen yıllarda ise bireyler davranışları kırgınlık olarak algılama eğiliminde olmayabilirler. Çiftlerin birbirlerine alışma ve kabul düzeyleri dargınlığın azalmasını sağlayabilir. Ara dönemde ise çocukların aileye dahil olması ile çocuk yetiştirme süreçlerindeki yaşananlar dargınlık/kaçınma puanlarını arttırıyor olabilir. Kızıldağ (2015) da evlilik ilk dönemlerinde olumsuz deneyimlerin daha az, anlayışın daha yüksek ve problem çözmeye dair inancın daha fazla olmasıyla kırgınlıkların daha az olduğunu belirtmiştir. Evlilik süresinde dargınlık/kaçınma puanlarındaki bu değişime rağmen ESAÖ Bağışlama alt boyutunda farklılıklara rastlanmamıştır. Yani bireylerin evli olarak geçirdikleri sürede dargınlık/kaçınma puanları zamanla değişse de affediciliklerinin yıllara göre benzer seviyede kaldığı söylenebilir. Kuşçu (2019) da yeni evlilik yapmış çiftlerden 16 yıl ve üzeri evli olan çiftlere kadar evlilik

sürelerine ilişkin karşılaştırmalar yaptığı çalışmada affediciliğin bu süreçler içinde değişmediğini belirtmiştir. Çalışma sonuçları arasında evlilikler de çatışma artsa da affediciliğin değişmediği de yer almaktadır. Bu sonuç kırgınlıkların yıllara göre değişmesine rağmen affediciliğin değişmediği bulgusu ile örtüşmektedir. Yaman-Akpınar ve Altunsu-Sönmez (2019) yürüttükleri çalışmada eşlerin anlaşma düzeyleri ile bağışlama düzeyleri arasında bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Eşlerin birbirleriyle anlaşamasalar dahi evliliği sürdürmek adına affedici davranıyorlar. Bu sebeple bağışlama düzeyleri değişmiyor. Ezerçe (2016) ve Ermumcu (2014) de evlilik süresine göre bağışlamanın değişmediğini belirtmiştir. Atçeken (2014) ve Şamatacı (2013) ise hem bağışlamanın hem de dargınlığın evlilik süresine göre değişmediğini belirtmiştir.

Aileden algılanan sosyal destek (AASD) puanları ise tıpkı çiftlerin dargınlık/kaçınma puanları gibi evliliğin ilk yıllarında ve daha ilerleyen yıllarda az, orta dönemlerde daha fazla bulunmuştur. Bunun sebepleri arasında ise dargınlık/kaçınma yaşanmayan dönemlerde çiftler problemleri kendileri çözebiliyorken, dargınlık/kaçınma puanlarının yüksek olduğu dönemlerde sosyal desteğe ihtiyaç duyuyor olabilecekleri olabilir. Ek olarak eşlerin ilerleyen yıllarda ilk yıllara göre ailelerinden daha fazla destek algıladıkları görülmüştür. Meydancı (2017) da eşlerin yeterince destek almadıkları dönemlerde dargınlıklarının arttığını ifade ettiklerini bulgulamıştır. Destek algılamak ve dargınlık puanları birbirleriyle negatif ilişkili olduğu görünmektedir. Ceyhun (2018) de algılanan sosyal destek arttıkça psikolojik dayanıklılığın arttığını belirtmiştir. Benzer şekilde Çelik (2016) da 0-1 yıllık evli olanların diğer yıllara göre daha fazla sosyal destek algıladığını belirtmiştir ve aileden algılanan sosyal desteğin sorunlarla baş etme becerisini arttırdığından bahsetmiştir. Zorlayıcı yaşam olayları ile mücadele de etkili bir güç olan psikolojik dayanıklılık ve problemlerle baş etme becerisinin, dargınlık puanlarını düşürdüğü düşünülebilir. Yalnız olmadığı düşüncesi problemleri daha az olumsuz algılama ve daha kolay baş etmeyi sağlayabilir. Utkan (2019)'a göreyse aileden algılanan sosyal destek evlilik süresine göre değişmemektedir.

Eş tarafından affedildiğini düşünme (ÖEPA) puanları da dargınlık/kaçınma puanlarına paralel olarak evliliğin ilk yıllarında ve ilerleyen yıllarında daha fazla

olduğu, ara dönemlerde ise daha az olduğu görülmüştür. Yani çiftler daha dargın oldukları dönemlerde eşleri tarafından da daha az affedildiklerini düşünmektedirler. Dargınlığın karşılıklı olabileceği ve uyumu etkilediği göz önüne alındığında eşlerin dargın oldukları dönemlerde diğeri tarafından daha az affedildiğini düşünmesi beklendik bir sonuçtur. Ayrıca eşler en çok evliliğin ilk yıllarında affedildiklerini düşünmektedirler. Bunun sebepleri arasında evliliğin ilk yıllarında çiftlerin daha özenli davranmaları, daha az kırgınlık belirtmeleri yer alıyor olabilir. İlerleyen yıllarda da daha fazla affedildiği düşüncesi buna paralel olarak davranışları daha az kırıcı olarak algılama ile paralel olabilir. Literatürde evlilik süresi değişkeni ile affedildiği düşüncesinin birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır.

6.7. Evli Genç Yetişkinlerin Yaşlarına Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Araştırmada çiftlerin yaşları 18-23, 24-29, 30-35 ve 36-40 olmak üzere dört kategoride ele alınmıştır. Yaşı daha küçük olarak ifade edilen bireyler 18-23 yaş aralığında ve daha ileri yaş olarak nitelendirilen bireyler 36-40 yaş aralığında ele alınmıştır.

Çiftlerin yaşlarına ilişkin yapılan incelemenin sonuçlara bakılacak olursa ESAÖ Dargınlık/Kaçınma boyutunda yaşa göre değişimlere rastlanmıştır. Yaşı daha küçük olanların (18-23 yaş) diğerlerine göre daha dargın olduğu bulunmuştur. Bu sonuç alışmanın bulgularında yer alan evliliğin ilk yıllarında çiftlerin daha dargın olduğu bulgusu ile örtüşmektedir. Bunun sebepleri arasında ise çiftlerin evlilik hayatına yeni uyum sağlamaya başlaması, birbirlerini yakından tanıma, birlikte yaşamaya alışma ve evlilikle birlikte yeni eklenen sorumluluklar olabileceği düşünülebilir. İlerleyen yıllarda ise problem çözme becerisinin gelişmesiyle birlikte daha az dargınlık belirtiliyor olabilir. Dargınlık puanlarındaki bu değişime rağmen çiftlerin ESAÖ Bağışlama puanlarının yaşlarına göre değişmediği görülmüştür. Ayten (2009), Sevinç (2020), Ezerçe (2016), Sivri (2019), Korkmaz (2019), Kuşçu (2019) ve Gümüş-Çağlayan (2018) de affediciliğin yaşa göre değişmediğini belirtmişlerdir. Ancak Yaman-Akpınar ve Altunsu-Sönmez (2019) ise

dargınlık/kaçınma yaşa göre değişmese de bağışlamanın değiştiğini, 20-29 yaş grubunun 50 yaş ve üzerine göre daha affedici olduğunu belirtmiştir. Daha geniş yaş aralığının karşılaştırıldığı çalışmalarda yaşla birlikte affediciliğin arttığı görülse de (Asıcı, 2013; Tura, 2019; Sanlav, 2016 ve Uysal, 2015) ya da azaldığı (Kara, 2009; Meydancı, 2017) genç yetişkinlerin yer aldığı bu çalışmada 18-40 yaş arasında bir farklılığa rastlanmamıştır.

Aileden algılanan sosyal destek (AASD) puanları yaşa göre kıyaslandığında farklılıklara rastlanmıştır. Çiftler arasında en çok sosyal destek algıladığını belirten yaş grubu daha küçük yaşta (18-23 yaş) olanlardır. Burada evlilik hayatına, yeni eklenen sorumluluklara uyum sağlama ve genç yetişkinlerin ilişkilerine daha fazla önem vermesi ve korumak istemesi söz konusu olduğu için bu yaş grubu aileden destek alınmaya daha fazla ihtiyaç duyuluyor olabilir. Yine bu yaş grubu ebeveynlerine ihtiyaçlarını daha kolay ve rahat ifade ediyor olabilir. 18-23 yaştan sonra en çok sosyal destek algıladığını belirten grup 36-40 yaş arasıdır. Bu yaş grubunda daha fazla sosyal destek algılanmasının sebebi çocukların yetiştirilmesi ve bakımı konusunda ebeveyn desteğine ihtiyaç duyulması olabilir. Utkan (2019) yaş arttıkça sosyal desteğin azaldığını belirterek en yüksek sosyal desteğin 17-25 yaş arasında alındığını belirtir. Çıbık (2019) da 43 yaş ve üzeri çiftlerin diğerlerine göre ailelerinden daha fazla destek algıladıklarını ifade etmiştir. Gürül (2021), Kırhallı-Gök (2015), Kaynar (2016), Simek (2019) yaşa göre sosyal desteğin değişmediğini belirtmiştir.

Yaşa göre eş tarafından affedildiğini düşünme (ÖEPA) puanları incelendiğinde bir farklılaşmaya rastlanmamıştır. Yani çiftler her yaşta benzer ölçüde eşleri tarafından affedildiklerini düşünmektedirler. Literatür incelendiğinde bu yönde herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

6.8. Evli Genç Yetişkinlerin Yapılan Evlilik Sayısına Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Araştırma kapsamında çiftler ilk evliliğini sürdüren ve ikinci evliliğini sürdüren çiftler olarak kategorize edilmiştir. Katılımcılar arasında daha fazla sayıda

evlilik yapan birey bulunmadığı için bu kıyaslama iki kategoride sınırlı kalmıştır. Literatür incelendiğinde evlilik sayısı ile affediciliğin ve sosyal desteğin birlikte incelendiği başka bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Bulgulara göre ESAÖ Dargınlık/kaçınma puanlarında çiftlerin evlilik sayılarına göre farklılaşmalar görülmektedir. İkinci evliliğini sürdüren çiftlerin ilk evliliğini sürdürenlere göre dargınlık/kaçınma puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Çiftlerin hassasiyetlerinin artması, tolere güçlerinin düşmesi buna sebep olabilir. Ya da ilk evliliğini sürdüren çiftler daha az dargın oldukları için zaten ilk evliliklerini hala sürdürüyor olabilirler. Öte yandan ilk evliliğini sürdürenlerle ikinci evliliğini yapmış bireylerin ESAÖ Bağışlama puanları arasında bir farklılığa rastlanmamıştır.

Aileden algılana sosyal desteğe (AASD) bakıldığındaysa ikinci evliliğini sürdüren çiftler, ilk evliliğini sürdürenlere kıyasla daha fazla sosyal destek algıladıklarını belirtmişlerdir. Çiftlerin daha önce sonlanmış bir evliliğinin olması ve halihazırdaki evliliğini korumak istemesi daha fazla yardım algılamasına ve ailenin de benzer sebeplerle ikinci evliliğini sürdüren çiftlere daha fazla destek vermelerine sebep olmuş olabilir. Toplumun ve genel olarak ailelerin evliliği sürdürmeyi desteklediği fikrinden yola çıkılırsa beklendik bir sonuçtur. İlk evliliğinde beklediği desteği alamayan bireyler ikinci evliliği yapıyor olabilir. Türksever (2020) ise yapılan evlilik sayısına göre aileden algılanan sosyal desteğin değişmeyeceğini belirtmiştir.

Yapılan evlilik sayısı ve eş tarafından affedilme algısı (ÖEPA) incelendiğinde ilk evliliğini sürdürenlerin ikinci evliliğini sürdürenlere göre daha fazla eşleri tarafından affedildiğini düşündükleri görülmüştür. İkinci evliliğini sürdürenler için daha önce sonlanmış bir evliliğin olması, şuan ki evliliğinde de eşinin kendisine karşı affedici olmadığı fikrine kapılmasına sebep olmuş olabilir.

6.9. Evli Genç Yetişkinlerin Sosyoekonomik Düzeylerine Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Sosyoekonomik düzey çalışma kapsamında yüksek, orta ve düşük olarak üç kategoride ele alınmıştır ve katılımcıların kendi algılarına dayanmaktadır.

ESAÖ Dargınlık/kaçınma ve Bağışlama boyutunda sosyoekonomik düzeye göre bir farklılaşma bulunmamaktadır. Yani çiftlerin dargınlık ve bağışlayıcılıkları sosyoekonomik düzeylerinden etkilenmemektedir. Dargınlık ve affetme içsel faktörler olarak değerlendirildikleri için bu gibi şartlardan etkilenmemiş olabilir. Farklı din ya da toplumlarda dahi erdem olarak kabul edilen affedicilik toplumun her kesiminde benzer olabilir. Yaman-Akpınar ve Altunsu-Sönmez (2019), Ezerçe (2016), Gürbüz (2016), Asıcı (2013), Bayar (2015), Korkmaz (2019) ve Sevinç (2020) de affetmenin sosyoekonomik düzeyden etkilenmediğini belirtmiştir.

Aileden algılanan sosyal destekte (AASD) de sosyoekonomik düzeye göre bir farklılaşma bulunmamaktadır. Eşlerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek sosyoekonomik düzeylerinden etkilenmemektedir. Kaynar (2016) da çalışmayı destekler nitelikte bulgulara ulaşmışlardır. Gürül (2021) ve Utkan (2019) ise sosyoekonomik düzey arttıkça sosyal desteğin de artacağını belirtmiştir.

ÖEPA puanlarına bakıldığındaysa sosyoekonomik düzey arttıkça eş tarafından affedildiği düşüncesinin de arttığı görülmüştür. Sosyoekonomik düzey arttıkça sahip olunan imkanların da artması ile paralel olarak eşlerin birbirlerine karşı daha fazla affedildiği mesajını vermelerine sebep olmuş olabilir.

6.10. Evli Genç Yetişkinlerin Yetiştikleri Aile Ortamına Göre Evlilikte Suçu Affetme (ESAÖ), Aileden Algılanan Sosyal Destek (AASD) ve Öznel/Eş Partner Affediciliklerinin (ÖEPA) İncelenmesine Dair Bulguların Tartışılması

Çalışmada çiftlerin içinde yetiştikleri aile ortamı geniş aile ve çekirdek aile olmak üzere iki farklı kategoride ele alınmıştır. Bulgulara bakıldığında çiftlerin yetiştikleri aile ortamına göre ESAÖ Dargınlık/kaçınma ve Bağışlama, Aileden algıladıkları sosyal destek (AASD) ve ÖEPA puanlarında farklılaşmaya

rastlanmamıştır. Yani çiftlerin geniş ailede ya da çekirdek ailede yetişmiş olmaları onların evlilikte affediciliklerini ve ailelerinden algıladıkları sosyal desteği değiştirmemektedir. Katılımcıların yetiştikleri aile ortamı affediciliklerini ya da ailelerinden algıladıkları sosyal desteği tek başına etkilememiş olabilir. Literatür incelendiğinde eşlerin yetiştikleri aile ortamı ile affediciliğin ve sosyal desteğin birlikte incelendiği başka bir çalışmaya rastlanmamıştır.

SONUÇ

Hayatlarımızı anlamlı kılmak, bizler için özel olan birine güvenmek için yakın ilişkiler kurarız. Ancak hayatta kurduğumuz bütün sosyal ilişkiler her zaman yolunda gitmeyebilir. Yaşanan bazı istenmeyen durumlar sebebiyle birey çok yönlü olarak zarar görebilir. Alınan bu hasar bireyde kin, öfke, intikam gibi olumsuz duyguların hissedilmesine sebep olur. Burada devreye giren affetme, bireylerin bu davranışlarının farkında olarak bilinçli bir gayretle bu duyguların yerine olumlularını (sevgi, merhamet gibi) koymasıdır. Affetmede zarar veren için sorumluluk tamamen yok olmaz, mağdur da yaşananları tamamen unutmaz.

Çok mutlu ilişkilerde dahi çiftler kimi zaman uyuşmazlıklar ve ilişkisel sorunlar yaşayabilirler. Evlilikte de işler her zaman istendiği gibi yürümemektedir. Çiftler arasında yaşanan bazı problemler uzun sürmekte ve evliliği sona sürüklemektedir. Çiftleri bir arada tutan şeyin affetme ve affetmeye açık olmadır. Evlilikte yaşanan ihlallerde affetmek güç olsa da kritik bir süreçtir çünkü gelecekte oluşabilecek sorunu önlemenin yanı sıra affediciliğin yokluğunda ailelerin parçalanmasının kolaylaşması söz konusudur.

Eşi affetmeyi etkileyen birçok şey mevcuttur. Bunlardan bazıları bireylerin kişilik yapıları, ebeveynleri, yetiştikleri kültür, bağlanma stilleri, yetiştikleri çevre, evliliğe ve aile olmaya dair düşünceleri, değerleri, yakın arkadaş ya da ailenin evliliğe yönelik fikirleri olduğu bilinmektedir. Evlilik ilişkilerinde sorun çözme, sağlıklı ilişkiler kurma ve pozitif düşünme açısından sosyal destek önemli olduğu yapılan çalışmalarla ortaya konmuştur. Özellikle yeni evli çiftlerin evlilik yaşamına uyumunu kolaylaştıran etmenlerin başında ebeveyn desteğinin olduğu bilinmektedir. Ayrıca ebeveynlerince desteklenen bireylerin affetme konusunda daha başarılı oldukları Wright, Turner ve McCarty, (2017)'nin çalışması ile ortaya konmuştur. Bu çalışmada ise ailelerin çiftleri genellikle eşlerini affetmeye yönlendirdikleri görülse de bu durum çiftler tarafından yüksek sosyal destek ile ilişkilendirilmemiştir. Ailelerinde destek alarak eşlerine karşı affedici davranan bireylerin dargınlık puanlarında artışlara rastlanmıştır. Aileden destek almak ve daha birçok farklı değişkene göre eşlerin dargınlık puanları değişse de bağışlama puanlarının

değişmediği görülmüştür. Ayrıca eş tarafından affedildiğini hissetmek hem dargınlık hem bağışlama hem de aileden algılanan desteği azaltmıştır.

Özetle; eşler çeşitli sebeplerle affetmiş gibi görünselere de birbirlerine hala dargın olabilirler ve bazen aileden algınan destek bu dargınlık durumunu arttırabilir. Çalışmadan elde edilen sonuçlar çerçevesinde bundan sonraki çalışmalara yönelik önerilere aşağıda yer verilmiştir.

ÖNERİLER

1. Literatürde evlilikte affedicilik ve aileden algılanan sosyal desteğin birlikte incelendiği başka bir çalışmanın yer almamasından kaynaklı daha sağlıklı ve genellenebilir sonuçlara ulaşılması için bu konuda yapılacak araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Affedildiğini düşünme (ÖEPA) ölçeği bu çalışma dışında sadece bir çalışmada daha kullanılmıştır. Eşi affetmenin, eş tarafından affedildiği düşüncesinden etkilendiği göz önüne alınırsa bu konuda yapılacak farklı çalışmalara ihtiyaç vardır.
2. Değişen dünya ve aile yaşamı ile affediciliğin ve aileden algılanan sosyal desteğin değişeceği de düşünülerek benzeri çalışmaların belirli aralıklarla güncellenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Affetme, affedilme ve affetmeme gibi kavramların anlaşılırlığını sağlamak adına deneysel ve boylamsal çalışmalara, nitel ve nicelin birlikte ele alındığı karma araştırma deseni ile yürütülen araştırmalar bu konuların hassasiyetlerini açığa çıkaracaktır. Özellikle ülkemizde affedicilikle ilgili sayılı çalışmanın olduğu düşünülürse bu konuda çalışmaların yapılarak alana kazandırılması büyük önem taşımaktadır.
3. Sağlıklı evliliklerin oluşması ve korunması için hem yeni evli çiftlere hem de ailelerine gerekli eğitimlerin verilmesi, müdahale programlarının oluşturulması ve uygulanması, gerekli durumlarda bireysel ya da grupla psikolojik danışma yapılarak bireylerin ihtiyaçları karşılanmalıdır. Evlilik hakkında aile ile yapılan paylaşımlar incelendiğinde baba ile yapılan paylaşımların oldukça sınırlı kaldığı görülmüştür. Bu eğitimlere özellikle babaların dahil olması sağlanabilir.
4. Psikolojik sağlık ve toplumdaki sosyal dokunun korunması adına affediciliğin yerinde ve zamanında kullanılması, affetme esnekliği becerisinin bireylere öğretilmesi önemlidir. Ayrıca aileler için sosyal desteğin ne olduğu, boyutları ya da verilen desteğin yeterince destekleyici olup olmadığı gibi hususlarda bilgilendirilmesi ve bu kavramların tanınır olması gerekmektedir. Kitle iletişim araçları ile sosyal desteğin neden gerekli olduğunun toplumca önemsenmesi sağlanabilir. Özellikle yeni evli çiftlerin olayları gerçekçi

değerlendirebilmeleri ve gerektiğinde destek isteme becerilerinin geliştirilmesi gerekmektedir. Mahkemeler vasıtasıyla boşanma sürecinde olan çiftlere ulaşıp affedicilik ve ailelerine de sosyal destekle ilgili eğitimler verilerek deneysel çalışmalar ile etkililikleri kanıtlanabilir.

5. Bağışlama söz konusu olduğunda bireylerin çevrelerinden etkilendikleri göz önüne alınırsa affediciliği engelleyen ya da affetmemeyi destekleyen sosyal çevre için hatalı düşüncelerin ortadan kaldırılabilmesi için tespit çalışmalarının yapılması önemli görülmektedir. Boylamsal çalışmalarla ailelerin kendi hayatlarında ne kadar affedici oldukları, ebeveyn tutumları ya da rollerinin affediciliğe ne ölçüde yansıdı incelenebilir.
6. Katılımcıların daha çok toplulukçu kültürde yetişmelerinden kaynaklı olarak eşlerine dargın olsalar dahi affedici davrandıkları görülmüştür. Farklı kültürlerdeki bireyler ile çalışmalar yürütülerek toplulukçu ve bireyci kültürler arasındaki farklılıklar ortaya konabilir.
7. Çalışmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Konya ilinde yaşayan 18-40 yaş arası evli çiftlerle çalışılmış olması, affediciliğin ve sosyal desteğin yalnızca anketler ile ölçülmesi, sadece inciten açısından bakılmış olması, eşlerin birlikte çalışmaya katılmaması, cinsiyet açısından homojen bir grubun olmaması ve sosyal desteğin hangi ebeveynden alındığının detaylandırılmaması bu çalışmanın sınırlılıklarıdır. İlerleyen dönemlerde zararın niyeti, özür, sosyal desteğin türü, kişilik özellikleri, sorun çözme becerisi gibi değişkenlerin de dahil edildiği daha geniş örneklem grubu ile yapılacak olan çalışmaların konunun anlaşılırlığını destekleyeceği düşünülmektedir.
8. Özetle bu çalışmadan elde edilen bulgular; Aile Danışmanlığı, Çift Terapistliği, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ve Sosyal Psikoloji gibi alanlar başta olmak üzere birçok alana ve bu alanda çalışan araştırmacılara rehber olacağı düşünülmektedir. Alan yazında bu değişkenlerin birlikte çalışıldığı farklı bir çalışmamanın olmaması ve araştırma sonuçlarının aileden algılanan sosyal desteğin evlilikte affediciliği nasıl etkilediğini ortaya koyması açısından önem taşımaktadır. Aileden algılanan sosyal desteğe dönük yapılan çalışmalarla evli çiftlerin daha fazla sosyal destek almaları sağlanarak evlilik

ilişkilerini güçlendirmeleri sağlanabilir. Rehberliğe ihtiyaç duydukları ya da yardım almak istedikleri noktalarda ailelere yönelmek evlilikleri için belirleyici olabilmektedir. Bu konuda yapılacak çalışmaların çeşitlendirilmesi ailenin sağladığı desteğin evliliklerde kolaylaştırıcı rolüne ışık tutacaktır.

KAYNAKÇA

Adam Karduz, F.F. (2019). *Affetme Eğilimi Kazandırmaya Yönelik Psikoeğitim Programının Affetme Eğilimi Kazandırma ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Üzerindeki Etkisi.* Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Akbağ, M., Malkoç, A. ve Erginsoy, D. (2010). Forgiveness in Close Relationships: The Predictive Power of Attachment and Subjective Well-Being. *The Bulgarian Journal of Psychology,1*(4), 12-21.

Akgün, C. (2016). Affetmenin Koşulu: Utanmak ve Söz Vermek. *Psikeart, 47*, 6-11.

Akhtar, S. (2002). Forgiveness: Origins, Dynamics, Psychopatology, And Technical Relevance. *Psychoanalytic Quarterly, 71* (2), 175 – 212.

Akın, M., Özdevecioğlu, M. ve Ünlü, O. (2012). Örgütlerde İntikam Niyeti ve Affetme Eğiliminin Çalışanların Ruh Sağlıkları İle İlişkisi. *Amme İdaresi Dergisi, 45* (1), 77-97.

Akpınar, O. (2011). *Aile İçi Şiddete Maruz Kalan Kadınların Aile İçi Şiddetle Başa Çıkma Özyeterliği Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması.* Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.

Allemand, M. (2008). Age Differences in Forgivingness: The Role of Future Time Perspective. *Journal of Research in Personality, 42,* 1137–1147.

Al-Mabuk, R. H., Enright, R. D. ve Cardis, P. A. (1995). Forgiveness Education With Parentally Love-Deprived Late Adolescents. *Journal of Moral Education, 24*, 427- 444.

Alpay, A. (2009). *Yakın İlişkilerde Bağışlama: Bağışlamanın; Bağlanma, Benlik Saygısı, Empati ve Kıskançlık Değişkenleri Yönünden İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Altıntaş, D. (2019). *Şiddete Maruz Kalmaya Bağlı Olarak Psikolojik Dayanıklılık, Bağışlayıcılık ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Andrews, M. (2000). Bağlamda Affetme, *Ahlak Eğitimi Dergisi, 29*:1, 75-86.

Arıcıoğlu, A. (2008). *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek*, Disiplinler Arası Sosyal Psikiyatri Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi.

Arslan S. (2019). *Öğretmen Adaylarında Kişiler Arası Tarz, Affetme ve Evlilik Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Bursa.

Asıcı, E. (2013). *Öğretmen Adaylarının Affetme Özelliklerinin Öz-Duyarlık Ve Benlik Saygısı Açısından İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Aslan, M. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Suçluluk, Utanç ve Affetmeyi Yordaması.* Doktora Tezi. Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Aşçıoğlu Önal, A. (2014). *Bilişsel Çarpıtmalar, Empati Ve Ruminasyon Düzeyinin Affetmeyi Yordama Gücünün İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Atçeken, M. (2014). *Dindarlık, Evlilik Doyumu ve Kişilik Özelliklerinin Bağışlama ile İlişkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Aydın, F.T. (2017). Pozitif Bir Karakter Gücü Olarak Affedicilik. *Mutluluk ve Refah Dergisi 5*(1), 1-22.

Ayseli, C. (2019). *Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ve Kendini Bağışlama: Duygu Düzenleme Güçlüğü, Suçluluk Ve Utanç Duygularının Aracılık Rollerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Ayten, A. (2009). "Affedicilik ve Din: Affetme Eğilimi ve Dindarlıkla İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma". *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi 0 (2014):* 111-128.

Ayten, A. (2012). *How Religion Promotes Forgiveness: The Case Of Turkish Muslims*. *Archive for the Psychology of Religion, 34(3),* 411–425.

Azar, F., Mullet, E., ve Vinsonneau, G. (1999). The Propensity to Forgive: Findings from Lebanon. *Journal of Peace Research, 36*(2), 169-181.

Balcı-Çelik, S. ve Öztürk-Serter, G. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Affetmenin Öznel İyi Oluşları Üzerindeki Rolü. *International Journal of Human Sciences, 14*(4), 3990-4001.

Balliet, D. (2010). Conscientiousness and Forgivingness: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences, 48,* 259–263.

Banaz, M. (1992). *Lise Öğrencilerinde Sosyal Destek Kaynakları ve Stres İle Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Ege Üniversitesi. İzmir.

Başer, Z. (2006). *Aileden Algılanan Sosyal Destek İle Kendini Kabul Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma).* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.

Bauer, L. Et al., (1992). Exploring Self-Forgiveness. *Journal of Religion and Health 32,* 149–160.

Baumeister, R.E., Exline, J.J., ve Sommer, K.L. (1998). *The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness*. E.L.Worthington (Ed.), Dimensions of Forgiveness: Psychological Research and Theological Speculations (pp.79-107). Philadelphia: The Templeton Foundation Pres.)

Bayar, Ö. (2015). *Romantik İlişkilerde Aldatma ve Affetme: Empatinin Rolü*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bayın, Ü. (2020). *Ergenlerde affetme ve algılanan sosyal destek.*(Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Bayraktar, Ö. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri İle Duygusal Zekâları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Bayram, D. (1999). *Bir Grup Gençte Ruhsal Belirti ile Sosyal Destek İlişkisi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Bell, M. (2008). Forgiving Someone For Who They are (And Not Just They've Done). *Philosophy and Phenomenological Research, 77* (3), 625- 658.

Berry, J.W., Worthington, E.L., O'Connor, L.E., Parrott, L., ve Wade, N.G. (2005). Bağışlayıcılık, İntikamcı Ruminasyon ve Duygusal Özellikler. *Kişilik Dergisi, 73(1),* 183–226.

Besim, G. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Affetme, Bitirilmemiş İşler ve Öfke.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Bıyıklı, L. (1987). Yetiştirme Yurdundaki Çocukların Zihinsel ve Psiko-sosyal Gelişimlerinin İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 20* (1-2), 87-99.

Biçer, B. ve Sarıçam, H. (2015). Affedicilik Üzerinde Ahlaki Değer ve Özanlayışın Açıklayıcı Rolü. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 35* (1), 109-122.

Brown, G. W., Andrews, B. Harris, T. ve Bridge, L. (1986). Social Support, Self-esteem and Depression. *Psychological Medicine 16,* 813-831.

Brown, R. P. (2003). Measuring İndividual Differences in The Tendency to Forgive: Construct Validity and Links With Depression. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*(6), 759-771.

Brown, R.P. (2004). Vengeance İs Mine: Narsisism, Vengeance And The Tendency To Forgive. *Journal of research in personality, 38,* 576-584.

Budak, B. (1999). *Lise Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek Düzeyi İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki.* Yüksek Lisans Tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Samsun.

Bugay, A. ve Demir, A. (2011). Hataya İlişkin Özelliklerin Başkalarını Affetmeyi Yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi , 4* (35) , 8-15 .

Bugay, A. ve Demir, A. (2012). Affetme Artırılabilir Mi?: Affetmeyi Geliştirme Grubu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4* (37), 96-106.

Burchard, G. A., Yarhouse, M. A., Kilian, M. K., Worthington, E. L., Berry, J. W., ve Canter, D. E. (2003). A Study of Two Marital Enrichment Programs and Couples‟ Quality Of Life. *Journal of Psychology and Theology, 31*(3), 240–252.

Burnette, J.L., Davis, D.E., Green, J.D., Worthington, E.L., Jr., ve Bradfield, E. (2009). Güvensiz Bağlanma ve Depresif Belirtiler: Ruminasyon, Empati ve Bağışlamanın Aracı Rolü. *Kişilik ve Bireysel Farklılıklar, 46* (3), 276-280.

Büyüköztürk, Ş. (2002). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. Kuram ve uygulamada eğitim yönetimi, 32(32), 470-483.

Caplan, G. (1974). *Support System And Community Mental Health: Lectures On Concept Development.* New York: Behavioral Publications.

Ceyhun. K. (2018). *Yetişkin Bireylerde Algılanan Sosyal Destek ve Psikopatolojinin Psikolojik Dayanıklılık ile İlişkisinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Cobb, S. (1976). Social Support as Moderator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine, 38* (5), 300- 314.

Cohen, S. ve Syme, S. L. (1985). *Issues in The Study And Application Of Social Support*. In S. Cohen & S. L. Syme (Eds.), Social support and health (pp. 3-22). Orlando, FL: Academic.

Cohen, S., ve Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin, 98,* 310-357.

Çakır, Y., ve Palabıyıkoğlu, R. (1993). Gençlerde Sosyal Destek ile Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlilik Çalışması. *Kriz Dergisi 5* (1): 15-24.

Çardak, M. (2012). *Affedicilik Yönelimli Psiko-Eğitim Programının Affetme Eğilimi, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Psikolojik İyi Oluş, Sürekli Kaygı ve Öfke Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Çelik, B. (2016). *Evli Bireylerin Algıladıkları Stres Düzeyleri ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Evlilik Uyumlarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Çıbık, T. (2019). *Eşini Kaybetmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Destek ile Duygusal ve Sosyal Yalnızlık Arasındaki İlişkiler.* Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Çıtışlı-Turgut, M.K. (2018). *Evlilik Çatışması ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkide Affetmenin Aracı Rolü.* Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Çitil, C. ve Durmuş, E. (2015). Why Don't Women Forgive. *The Journal of International Social Research, 8*(36), 507-517.

Çivan, İ. (2013). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve başkalarını bağışlama davranışlarının incelenmesi*. (Yayınlamamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.

Çivilidağ, A. (2003). *Anadolu Lisesi ve Özel Lise Öğretmenlerinin İş Tatmini, İş Stresi ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılmasına Yönelik Bir Analiz.* Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Çoklar, I. ve Dönmez, A. (2014). Kişiler Arası İlişkilerde Bağışlama Üzerine Bir Gözden Geçirme. *Nesne, 2* (4), s.33-54.

Çolak, T.S. (2014). *Affetme Esnekliği Kazandırmada Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanın Etkililiği* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Derincegöz, N. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Ebeveyn Kabul-Red Algısı, Benlik Saygısı Ve Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Affetme Düzeylerini Yordamadaki Rolü.* Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Den Oudsten, B. L., Van Heck, G. L., Van der Steeg, A. F., Roukema, J. A. Ve De Vries, J. (2010). Personality Predicts Perceived Availability Of Social Support And Satisfaction With Social Support in Women With Early Stage Breast Cancer. *Supportive Care in Cancer, 18*(4), 499-508.

DiBlasio, F.A. (1998). Nesiller Arası Aile Terapisinde Karar Temelli Affetme Müdahalesinin Kullanımı. *Aile Terapisi Dergisi, 20* (1), 77-94.

Dowrick, S. (2000). Sevginin Halleri (Çev. G. Koca), İstanbul: Ayrıntı yayınları. s. 301.

Droll, D.M. (1984*). Forgiveness: Theory and Research*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Nevada, Reno.

Durmuş, E. ve Manap, A. (2018). Evlilikte Bağışlama Ölçeği-Olay: Türkçe'ye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18* (4), 2033-2049.

Eker, D. ve Arkar, H. (1995). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikoloji Dergisi, 34*, 45-55.

Eker, D., Arkar H., Yaldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi. 12*(1), 17-25.

Eker, E. (2019). *Romantik Çiftlerde Öznel Partner Affediciliğinin İlişki İstikrarına Etkisi*. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.

Enright, R. D., Gassin, E. A. Ve Wu, C. (1992). Forgiveness: A developmental view. *Journal of Moral Education*, 21, 99-114.

Enright, R.D., Santos, M.J. ve Al-Mabuk, R. (1989). Bağışlayıcı olarak ergen. *Ergenlik Dergisi, 12* (1), 95-110.

Enright, R.D., ve The Human Development Study Group (1994). Piaget on the Moral Development of Forgiveness: Identity or Reciprocity. *Human Development , 37,* 63-80.

Enright, R.D., ve The Human Development Study Group (1996). Counseling within the forgiveness triad: On Forgiving, Receiving Forgiveness, and Self-forgiveness. *Counseling and Values, 40*(2), 107-126.

Erdoğdu, M. Y. (2008). Duygusal Zekanın Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 7*(23), 62-76.

Ermumcu, E. (2014). Evli Çiftlerde Bağışlama Sürecinin Bağlanma, Stresle Başa Çıkma, Empati ve Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Exline, J.J., Baumeister, B.J., Bushman, B.J., Campbell, W.K., ve Finkel, E.J. (2004). Too Proud to Let Go: Narsissistic Entitlementas as a Barrier To Forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*(6), 894- 912.

Eylen, B. (2001), *"Bilgi Verici Danışmanlığın Kanser Hastalarının Ailelerinin Sosyal Destek Becerileri Üzerine Etkisi",* Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ezerçe, E. (2016). *Eşlerin Suçu Affetmesi ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Fincham, F. D. (2000). The Kiss of the Porcupines: FromAattributing Responsibility to Forgiving. *Personal Relationships, 7*, 1-23.

Fincham, F. D., Beach S. H. R. ve Davila J. (2007). Longitudinal Relations Between Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. *Journal of Family Psychology. 21*, (3), 542–545.

Fincham, F.D., Hall, J.H., ve Beach, S.R.H. (2005). *' 'Till Lack of Forgiveness Do Us Part''*: Forgiveness in Marriage. In E.L. Worthington (Ed.) Handbook of Forgiveness (pp.207-226). New York: Wiley.

Fincham, F.D., Jackson, H., ve Beach, S.R.H. (2005). Transgression Severity and Forgiveness: Different Moderators for Objective and Subjective Severity. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24* (6), 860-875.

Fincham, F.D., Paleari, F.G., ve Regalia, C. (2002). Forgiveness in Marriage: The Role of Relationship Quality, Attributions and Empathy. *Personal Relationships, 9*, 27-37.

Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., ve Hannon, P. (2002). Dealing With Betrayal İn Close Relationships: Does Commitment Promote Forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology, 82(*6), 956-974.

Fitzgibbons, R.P. (1986). The Cognitive and Emotive Uses of Forgiveness in the Treatment of Anger. *Psychotherapy, 23* (4), 629-633.

Freedman, S. ve Knupp, A. (2003). The İmpact of Forgiveness on Adolescent Adjustment to Parental Divorce. *Journal of Divorce ve Remarriage, 39*(1-2), 135- 165.

Friesen, M., Fletcher, G.O & Overall N.C. (2005). A dyadic assessment of forgiveness in intimate relationships. Personal Relationships, 12, 61–77.

Gauche, M., ve Mullet, E. (2005). Do We Forgive Physical Aggression İn The Same Way That We Forgive Psychological Aggression? *Aggressive Behavior, 31*, 559-570.

Ghaemmaghami, P., Allemand, M., ve Martin, M. (2011). Forgiveness in Younger, Middle-Aged and Older Adults: Age and Gender Matters. *Journal of Adult Development, 18*(4), 192-203.

Gillen, N., Wohl, M. J. A., ve Harasymchuk, C. (2012). *Relational Boredom and Willingness to Engage in İnfidelity: The Role of Self-forgiveness.* Poster Presented at the 13th Annual Meeting of the Society for Personality and Social Psychology (SPSP), San Diego, CA.

Girard, M., ve Mullet, E. (1997). Forgiveness in Adolescents, Young, Middle-Aged, and Older Adults. *Journal of Adult Development, 4*(4), 209-220.

Gordon, K. C. ve Baucom, D. H. (1998). Understanding Betrayals in Marriage: A Synthesized Model Of Forgiveness. *Family Process, 37* (4), 425-449.

Gordon, K. C., Baucom, D. H., ve Snyder, D. K. (2004). An İntegrative İntervention for Promoting Recovery From Extramarital Affairs. *Journal of Marital and Family Therapy, 30,* 213–231.

Gordon, K.C., ve Baucom, D.H. (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from a marital betrayal. *The American Journal of Family Therapy, 31,* 179- 199.

Gökmen, G. (2018). *Üniversite Öğrencilerinde Affetmeyi Yordayan Bazı Değişkenlerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.

Göztepe-Gümüş, I. (2015). *Evli bireylerde bağışlama, tekrarlayıcı düşünme düzeyi ile ruh sağlığı ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler.* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.

Greenberg L. Warwar S.ve Malcom W. (2010). *Journal of Marital and Family Therapy. 36,* 28–42.

Greenglass, E. R., ve Fiksenb, L. (2009). Proactive Coping, Positive Affect, And Well Being Testing For Mediation Using Path Analysis. *European Psychologist, 14(*1), 29-39.

Grieco, M.H. (2016). Koşulsuz Affetme. İstanbul: Klan Yayınları.

Grootheest, V., Beekman, D.S., Van, A. T., Groenou, M. B., ve Deeg, D. J. (1999). Sex Differences in Depression After Widowhood. Do Men Suffer More?. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 34*(7), 391-398.

Gülgün, S. (2019). *Evli Bireylerde Yaşanan Çatışma ve Affetme Durumlarının Evlilik Doyumu İle İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Gümüş-Çağlayan, G. (2018). *Psikolojik Danışman Adaylarının Affetme Düzeyleri ile Psikolojik Belirtileri Arasındaki İlişkide Empatinin Aracılık Rolü.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.

Güngör, A. (1996). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Destek, Negatif Yaşam Olayları, Öfkenin İfade Ediliş Biçimi ile Kendini Suçlamanın Fiziksel Sağlık ve Sosyal Uyumla Olan İlişkilerinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi. Ankara.

Gürbüz, E. (2016). *Evlilik İçinde Aldatılan Bireylerin Affetmelerini Yordamada Bağlanma Stilleri ve Psikolojik Sağlamlığın Rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Gürkan, A. (1998). *Okul Çağı Çocuğu Davranış Sorunları İle Annelerin Anksiyete Düzeyleri ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.

Gürül, S. (2021). *Üniversite Öğrencilerinin Evlilik Tutumu ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi: Konya.

Güven, N. ve Erdem, T. (2020). Affetme: Kuramsal bir değerlendirme. *Uluslararası Dil, Eğitim ve Sosyal Bilimlerde Güncel Yaklaşımlar Dergisi (CALESS), 2*(2), 578-607.

Güven, S., Şener, A. ve Yıldırım, B. (2011). Eşlerin Farklı Değişkenlere Göre Sosyal Destek Algısı. *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-dergisi*, 1-15.

Güzel, İ. (2016). *Yakın İlişkilerde Aldatma ve Affetme Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.

Hall, J.H. ve Fincham, F.D. (2005). Self-Forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*(5), 621-637.

Hall, J.H., ve Fincham, F.D. (2006). Relationship dissolution following infidelity: The roles of attributions and forgiveness. Journal of Social and Clinical Psychology, 25, 508-522.

Hallowell, E. M., (2005). *Affetmek üzerine*. (Çev. E Subaşı). İstanbul: Dharma Yayıncılık.

Hargrave, T. D., ve Sells, J. N. (1997). The Development Of A Forgiveness Scale. *Journal of Marital and Family Therapy, 23* , 41-62.

Hebl, J. ve Enright, R.D. (1993). Yaşlı kadınlarda psikoterapötik bir hedef olarak bağışlama. *Psikoterapi: Teori, Araştırma, Uygulama, Eğitim, 30* (4), 658-667.

Helsen, M., Vollebergh W. ve Meeus, W. (2000). Ebeveynlerden ve Arkadaşlardan Gelen Sosyal Destek ve Ergenlik Dönemindeki Duygusal Sorunlar. *Gençlik ve Ergenlik Dergisi,* 29(3), 319-335.

Hill, E. W. (2001). Understanding Forgiveness as Discovery: Implications for Marital and Family Therapy. *Contemporary Family Therapy, 23*, 369-384.

Hodgson, L. K. ve Wertheim, E. H. (2007). Does Good Emotion Management Aid Forgiving? Multiple Dimensions of Empathy, Emotion Management and Forgiveness of Self and Others. *Journal of Social and Personal Relationships, 24*(6), 931-949.

Hope, D. (1987). The Healing Paradox of Forgiveness. *Psychotherapy, 24(*2), 240-244.

House, J. S., Landis, K. R. ve Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science, 241*(4865), 540-545.

Hui, E. K. P., Watkins, D., Wong, T. K. M. ve Sun, R. C. F. (2006). Religion and Forgiveness From a Hong Kong Chinese Perspective. *Pastoral Psychology, 55*(2), 183-196.

Ingersoll-Dayton, B., Torges, C., ve Krause, N. (2010). Unforgiveness, Rumination, and Depressive Symptoms Among Older Adults. *Aging ve Mental Health, 14*(4), 439-449.

Jang, Y., Haley, W. E., Small, B. J., and Mortimer, J. A. (2002). The Role of Mastery and Social Resources in The Associations Between Disability and Depression in Later Life. *The Gerontologist, 42*(6), 807-813. 545865

Johnson, D.J., ve Rusbult, C.E. (1989). Resisting Temptation: Devaluation of Alternative Partners as a Means of Maintaining Commitment in Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 57(*6), 967-980.

Johnson, J.H. ve Sarason, I.G. (1979). Moderator Variables İn Life Stress Research. *Washington University Seattle Department of Psychology, 6,* 151-167.

Jordan, J., Flynn, F. J., ve Cohen, T. R. (2015). Forgive Them for I Have Sinned: The Relationship Between Guilt and Forgiveness Of Others' Transgressions. *European Journal of Social Psychology, 45*(4), 441-459.

Jose, R,. ve Novaco, R.W. (2016). Geçici Bir Yasaklama Emri Arayan Yakın Partner Şiddeti Mağdurları: Psikolojik Sıkıntıyı Azaltan Sosyal Destek ve Dayanıklılık. *Kişilerarası Şiddet Dergisi, 31* (20), 3352–3376.

Kachadourian, L.K., Fincham, F., ve Davila, J., (2004). Flört eden ve evli çiftlerde affetme eğilimi: Bağlanma ve ilişki doyumunun rolü. *Kişisel İlişkiler, 11(3), 373-393.*

Kadiangandu, J., Mullet, E., & Vinsonneau, G. (2001). *Forgivingness: A Congo–France comparison. Journal of Cross-Cultural Psychology, 32*, 504-511.

Kara E. (2009) Din ve Psikolojik Açıdan Bağışlayıcılığının Terapötik Değeri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 2* (8), 221-228.

Karaboğa, I. (2013). *Şiddete Maruz Kalmak Konusunda İlerlemek: Kişilik Özelliklerini ve Sosyal Algısı Hakkında Bir İnceleme.* Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Karaca, A. (2019). *Affetme ve Ruh Sağlığı İlişkisi: Depresyon ve Anksiyete Tanısı Almış Hastalar Üzerine Bir Araştırma.* Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Karasar, N. (2018). Bilimsel araştırma yöntemleri: Kavramlar, İlkeler, Teknikler. 2.Basım Nobel Yayınevi: Ankara.

Karremans, J.C. ve Van Lange, P.A.M. (2004). İncindikten sonra ilgilenmeye dönüş: Affetmenin rolü. *Avrupa Sosyal Psikoloji Dergisi, 34* (2), 207–227.

Karremans, J.C., Van Lange, P.A.M., Ouwerkerk, J.W., ve Kluwer, E.S. (2003). When Forgiving Enhances Psychological Well-Being: The Role of Interpersonal Commitment. *Journal of Personality and Social Psychology, 84* (5), 1011-1026.

Karremans, J.C., Van Lange, P.A.M., ve Holland, R.W. (2005). Forgiveness and its Assocaitions With Prosocial Thinking, Feeling, Doing Beyond The Relationship With The Offender. *Personality and Socail Psychology, 31*, 1315-1326.

Kartal-Sağırlı, H. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleriyle Affetme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.

Kaşık, D.Z. (2009). *Ergenlerde Karar Verme Stilleri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Bazı Değişkenler Açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Kaynar, G. (2016), *Boşanma Sürecindeki Kişilerin Baş Etme Becerileri, Bilişsel Çarpıtmalar, Yılmazlık ve Sosyal Destek Algıları Açısından İncelenmesi*, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli.

Kef, S., Hox, J. ve Habekothé, H.T. (2000). Social Networks Of Visually İmpaired And Blind Adolescents. Structure And Effect On Well-Being. *Social Networks. 22*, 73-91.

Keleş, A. (2018). *Evlilik Kalitesi ile Affetme, İkili İlişkilerde Güven ve Mizah Tarzları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.

Kendler, K. S., Liu, X. Q., Gardner, C. O., McCullough, M. E., Larson, D., ve Prescott, C. A. (2003). Dimensions of Religiosity and Their Relationship to

Lifetime Psychiatric and Substance use Disorders. *American Journal of Psychiatry, 160,* 496–503.

Kenny Maureen. E. (1990). "College Seniors' Perceptions of Parental Attachments: The Value and Stability of Family Ties". *Journal of College Students Development. 31* (1), 39–46.

Kırhallı-Gök, B.(2015). *İlköğretim okulu yöneticilerinin otantik liderlik düzeylerinin yaşam doyumları ve aileden algılanan sosyal destek algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kızıldağ, S. (2015). *Eş tükenmişliği: Bir model testi*. Yayımlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Kızmaz, Z. (2006). Okullardaki Şiddet Davranışının Kaynakları Üzerine Kuramsal Bir Yaklaşım. *C.Ü Sosyal Bilimler Dergisi, 30*, 47-70.

Kok, J. K., Lee, M. N., ve Low, S. K. (2017). Coping abilities and social support of Myanmar teenage refugees in Malaysia. *Vulnerable Children and Youth Studies, 12*(1), 71-80. 658221.

Korkmaz. E. (2019). *Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları ve Affetmenin Kişilerin Savunma Mekanizmalarıyla İlişkisi.* Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kozaklı, H. (2006). "*Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması",* Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin

Köse, E. (2009). *Yurtta Kalan ve Ailesiyle Birlikte Yaşayan Lise Öğrencilerinin Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Krause, N. ve Ellison, C.G. (2003). Tanrı'dan Affetme, Başkalarını Affetme Ve Geç Yaşamda Psikolojik İyi Olma. *Bilimsel Din Araştırmaları Dergisi, 42(1),* 77-93.

Krause, N., ve B. Ingersoll-Dayton. (2001). "Religion and the Process of Forgiveness in Late Life." *Review of Religious Research 42* (3): 252–276.

Kurtlar, B. (2020). *Romantik İlişkilerde Bağışlamanın Yetişkin Bağlanma Stilleri ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ile İlişkisinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Aydın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Kuşçu, B. (2019). *Bireylerin Evlilik Uyumlarının Psikolojik Esneklik, Affetme ve Benlik Kurgusu Açısından İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Lambert, Straznicky, Dixon, Schlaich (2010). Sympathetic Nervous Activation in Obesity and The Metabolic Syndrome—*Causes, consequences and therapeutic implications. , 126(2),* 159–172.

Lawler, K., Younger, J., Piferi, R., Billington, E., Jobe, R., Edmondson, K., & Jones, W. (2003). A Change of Heart: Cardiovascular Correlates of Forgiveness in Response to Interpersonal Conflict. Journal of Behavioral Medicine, 26(5), 373-393.

Lawler-Row, K. A., ve Piferi, R. L. (2006). *The forgiving personality: Describing a life well lived? Personality and Individual Differences, 41*(6), 1009–1020.

Leavy, R.L. (1983). Sosyal Destek ve Psikolojik Bozukluk: Bir Gözden Geçirme. *Toplum Psikolojisi Dergisi, 11* (1), 3-21.

Lefcourt, H.M., Martin, R.A., Saleh, W.E. (1984). Locus of Control and Social Support: Interactive Moderators of Stress. *Journal of Personality and Social Psychology, 47,* 378- 389.

Lepora, S. J., Evans, G.W., Schneider, M. L. (1991). Dynamic Role of Social Support in The Link Between Chronic Stress And Psychological Distress. *Journal of Personality and Social Psychohgy, 61*(6), 899-909.

Macaskill, A. (2007). Exploring Religious Involvement, Forgiveness, Trust and Cynicism. *Mental Health, Religion & Culture, 10* (3), 213.

Macaskill, A. (2012). Differentiating Dispositional Self-Forgiveness From Otherforgiveness: Associations With Mental Health And Life Satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology, 31*(1), 28-50.

Maltby, J., Day, L. ve Barber, L. (2005). Bağışlama Ve Mutluluk. Hedonik Ve Eudaimonik Mutluluk Arasındaki Ayrımı Kullanarak Affetmenin Farklı Bağlamları. *Mutluluk Araştırmaları Dergisi, 6(1),* 1-13.

Maltby, J., Macaskill, A., ve Day, L. (2001). Failure to Forgive Self and Others: A Replication Between Forgiveness, Personality, Social Desirability and General Health. *Personality and Individual Differences, 30,* 881-885.

McCullogh, M.E., ve Witvliet, C.V. (2002). *The Psychology of Forgiveness.* In C.R. Snyder ve S.L. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 446-458). New York: Oxford University Press.

McCullough, M. E. ve Worthington Jr, E. L. (1999). Religion and the Forgiving Personality. *Journal of Personality, 67*(6), 1141-1164.

McCullough, M. E., Worthington, E. L., ve Rachal, K. C. (1997). Interpersonal Forgiving İn Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 321-336.

McCullough, M.E. (2000). Forgiveness as Human Strenght: Theory, Measurement, and Links To Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19* (1), 43-55.

McCullough, M.E., Pargament, K.I., ve Thoresen, C.E. (2000). *The Psychology of Forgiveness*. In M.E.McCullough, K.I. Pargament ve C.E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, Research and Practice* (pp.1- 14). New York: Guilford pres.

McCullough, M.E., Racha , K.C., Sandage, S.J., Worthington, E.L., Brown, S.W., ve Hight, T.L. (1998). Interpersonal Forgiving in Close Relationships: II. Theoretical Elaboration and Measurment. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 1586-1603.

McLernon, Cairns, Hewstone, Ron Smith (2004). *The Development of Intergroup Forgiveness in Northern Ireland. , 60*(3), 587–601.

McNulty, J. K. (2008). Forgiveness İn Marriage: Putting The Benefits İnto Context. *Journal of Family Psychology, 22*(1), 171-175.

McNulty, J. K. (2010). Forgiveness İncreases The Likelihood Of Subsequent Partner Transgression İn Marriage. *Journal of Family Psychology, 24*(6), 787-790.

Meydancı, R. (2017). *Sahte Benlik Algısının Evlilikte Suçu Affetme Üzerine Etkisinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Miller, A. J., Worthington, E. L., ve Mcdaniel, M. A. (2008). Gender and Forgiveness: A Meta–Analytic Review and Research Agenda. *Journal of Social and Clinical Psychology, 27*(8), 843-876.

Mitchell, R. E. ve Trickett, E. J. (1980). Task Force Report: Social Networks As Mediators Of Social Support. *Community Mental Health Journal, 16*(1), 27-44.

Mullet, E., Girard, M., ve Bakhshi, P. (2004). Conceptualizations of Forgiveness. *European Psychologist , 9* (2), 78-86.

Neto, F. ve Mullet, E. (2004). Personality, Self-Esteem, and Self-construal as Correlates of Forgivingness. *European Journal of Personality, 18*(1), 15–30.

Nietzsche, F.(2004). *Ahlakın Soykütüğü Üstüne*.(A. İnam, Çev.) .İstanbul:Say Yayınları. (Orijinal çalışma 1887 yılında basılmıştır).

Noreen, S., Bierman, R. N.ve MacLeod, M. D. (2014). Forgiving You Is Hard, But Forgetting Seems Easy: Can Forgiveness Facilitate Forgetting?. *Psychological Science, 25*(7), 1295–1302.

Norris, F. H. ve Kaniasty, K. (1996). Received And Perceived Social Support İn Times Of Stress: A Test Of The Social Support Deterioration Deterrence Model. *Journal Of Personality And Social Psychology, 71*(3), 498-511.

North, J. (1987). Wrongdoing and Forgiveness. *Philosophy, 42*, 499-508.

Ohbuchi, K., Kameda, M., ve Agarie, N. (1989). Apology as Aggression Control: Its Role in Mediating Appraisal of and Response to Harm. *Journal of Personality and Social Psychology, 56* (2), 219-227.

Okanlı A (1999). *Hemşirelik Öğrencilerinin Aile ve Arkadaşlarından Algıladıkları Sosyal Destek ile Anksiyete Düzeyi Arasındaki İlişki.* Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Orathinkal, J., Vansteenwegen, A., Burggraeve, R., (2008). Are Demographics Important For Forgiveness? *The Family Journal: Counselling and Theraphy for Couples and Families, 16* (1), 20-27.

Özbeşler, C. (2001), *"Çocukluk Çağı Lösemileri ve Sosyal Destek Sistemlerinin Aile İşlevlerine Etkisi"*, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Özcan, B. (1997) *Do Men and Women Utılıze Social Support Differently in Stressful Work Environments?* The Institute of Social Sciences. Masters of Arts in Psychology. Boğaziçi Univerity, İstanbul.

Özgün, S. (2010). *The Predictors of The Traumatic Effect of Extramarital İnfiddelity on Married Women: Coping Strategies, Resources, and Forgiveness*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Paleari, F.G., Regalia, C., & Fincham, F.D. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy and rumination: A longitudinal analysis. Personality and Social Psychology, 31 (3), 368-378.

Paz, R., Neto, F. ve Mullet, E. (2008). Forgiveness: A China–Western Europe Comparison. *The Journal of Psychology,142*(2), 147–157.

Pelucchi, S., Regalia, C., Paleari, F.G. ve Fincham, F.D. (2013). Self Forgiveness in Romantic Relationships: It Matters To Both Of Us. *Journal of Family Psychology, 27*(4), 541-549.

Piaget, J. (1932). *The Moral Judgment Of The Child*. London, The Free Pres.

Procidano, M.E., ve Heller, K. (1983). Arkadaşlardan ve Aileden Algılanan Sosyal Desteğin Ölçümleri: Üç doğrulama çalışması. *Amerikan Toplum Psikolojisi Dergisi, 11* (1), 1–24.

Rapske, D. L., Boon, S. D., Alibhai, A. M., ve Kheong, M. J. (2010). Not Forgiven, Not Forgotten: An İnvestigation of Unforgiven İnterpersonal Offenses. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*(10), 1100-1130.

Reed, G. L. ve Enright, R. D. (2006). The Effects of Forgiveness Therapy on Depression, Anxiety, and Posttraumatic Stress for Women After Spousal Emotional Abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*(5), 920-929.

Reevy, GM ve Maslach, C. (2001). Sosyal Desteğin Kullanımı: Cinsiyet ve Kişilik Farklılıkları. *Cinsiyet Rolleri: Bir Araştırma Dergisi, 44* (7-8), 437-459.

Riek, B. M. (2010). Transgressions, Guilt, and Forgiveness: A Model of Seeking Forgiveness. *Journal of Psychology and Theology, 38*(4), 246-254.

Rohde-Brown, J., ve Rudestam, K.E. (2011) The Role of Forgiveness in Divorce Adjustment and The İmpact of Affect. *Journal of Divorce ve Remarriage, 52*(2), 109-124.

Rosenfeld, L.R. ve Richman, J.M. (1998). Low Social Support Among At-Risk Adolescents. *Social Work İn Education, 20*(4), 245-260.

Russell, D., Cutrona, C.E., Rose, J., ve Yurko, K. (1984). Sosyal ve Duygusal Yalnızlık: Weiss'in Yalnızlık Tipolojisinin İncelenmesi. *Kişilik ve Sosyal Psikoloji Dergisi, 46* (6), 1313-1321.

Rye, M. S. ve Pargament, K. I. (2002). Forgiveness and Romantic Relationships in College: Can it Heal The Wounded Heart?.*Journal of Clinical Psychology, 58*, 419–441.

Sandage, S. J., Hill, P. C., & Vang, H. C. (2003). *Toward a Multicultural Positive Psychology: The Counseling Psychologist, 31(5), 564–592.*

Sanlav, M. (2016). *Özgeciliğin Yordayıcısı Olarak Affedicilik ve Dini Tutumlar.* Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.

Sarason, I.G., Levine, H.M., Basham, R.B. ve Sarason, B.R. (1983). Sosyal Desteğin Değerlendirilmesi: Sosyal Destek Anketi. *Kişilik ve Sosyal Psikoloji Dergisi, 44* (1), 127–139.

Satıcı, S.A. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Affetme, İntikam, Sosyal Bağlılık Ve Öznel İyi Oluşları: Farklı Yapısal Modellerin Denenmesi Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Sayar, K. (2008), "Merhamet:Kalbe Dönüş İçin Son Çağrı", 2.Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları.

Scobie, E.D., ve Scobie, G.E.W. (1998). Damaging Events: The Perceived Need for Forgiveness. *Journal of the Theory of Social Behaviour, 28*, 373-401.

Sevinç, P. (2020). *Çocukluk Çağı Travmaları ve Affetmenin Evlilik Uyumu ile İlişkisi.* Yüksek Lisans Tezi. Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Seyfi, S. (2017). *Evli Bireylerin Aldatma Eğilimleri ve Affetme Düzeylerinin Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Adana.

Shackelford, T. K., Buss, D. M. ve Bennett, K. (2002). Forgiveness or breakup: Sex differences to a partner'sinfi delity. *Cognition and Emotion, 16,* 299-307.

Shahidi, S., Zaal, B. ve Mazaheri, M.A. (2012). İranlı Evli Bireylerde Bağlanma Stili ve Akraba Evliliği İle İlgili Affetme. *Psikolojik Raporlar, 110* (2), 489-500.

Sharpley, C. F., ve Khan, J. A. (1980). Self-Concept, Values-Systems and Marital Adjustment: Some İmplications for Marriage Counselors. *International Journal for the Advancement of Counselling, 3*(2), 137-145.

Shekhar, C., Jamwal, A. ve Sharma, S. (2016). Happiness and Forgiveness Among College Students. *Indian Journal of Psychological Science, 7*(1), 88-93.

Simek, Ö.F. (2019*). Boşanma Sürecindeki Bireylerin Sosyal Destek Açısından Araştırılması,* Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Sivri, F.Z. (2019). *Yetişkinlerde Affedicilik, İyimserlik ve Öznel Zindelik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Smedes, L. B. (1984). *Forgive and Forget: Healing the Hurts We Don't Deserve*. New York: Harper & Row.

Smith, H. F. (2002). A footnote on Forgiveness. *Psychoanalytic Quarterly, 71*:327-329.

Sorias O (1988). Sosyal destek kavramı. Ege Üniv. Tıp Fak Derg. 27 (1) :353-357.

Soylu, Ö. (2002*). "Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Ailelerinden Sosyal Destek Algılayıp Algılamama Durumlarına Göre Psikolojik Belirtiler Yönünden İncelenmesi",* Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Strelan, P. (2007). Who forgive Others, Themselves and Situations? The Roles of Narcissism, Guilt, Self-esteem and Agreeableness. *Personality and Individual Differencess 42*, 259-269.

Strelan, P., McKee I., Calic, D., Cook, L., ve Shaw, L. (2013). For Whom Do We Forgive? A Functional Analysis Of Forgiveness. *Journal of the International Association for Relationship Research, 20*, 124-139.

Struthers, C. W., Eaton, J., Santelli, A. G., Uchiyama, M. Ve Shirvani, N. (2008). The effects of attributions of intent and apology on forgiveness: When saying sorry may not help the story. *Journal of Experimental Social Psychology, 44*, 983-992.

Subkoviak, M. J., Enright, R. D., Wu, C. R., Gassin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M., ve Sarinopoulos, I. (1995). Measuring İnterpersonal Forgiveness in Late Adolescence and Middle Adulthood. *Journal of Adolescence, 18*(6), 641-655.

Sürücü, M. (2005). *Lise Öğrencilerinin Mesleki Olgunluk ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi,* Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.

Şahin, M. (2013). *Affedicilik ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Şamatacı, G. (2013). *Romantik İlişkilerde Affetme: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir İnceleme.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Şengül-Kılıç, F.M., (2021*). Evli Kadınların Psikolojik İyi Oluş Düzeyinde Toplumsal Cinsiyet Rolleri, Algılanan Sosyal Destek ve Eş Desteği Etkisinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Psikoloji Anabilim Dalı, , İstanbul.

Şentepe, A. (2016). *Ruh Sağlığı Belirtilerinin Yordayıcısı Olarak Affetme ve Dindarlık İlişkisi.* Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Şirvanlı Özen, D. (1998), *Eşler Arası Çatışma ve Boşanmanın Farklı Yaş ve Cinsiyetteki Çocukların Davranış ve Uyum Problemleri ile Algıladıkları Sosyal Destek Rolü,* Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tangney, J.P. (2000). Alçakgönüllülük: Teorik Perspektifler, Deneysel Bulgular Ve Gelecekteki Araştırmalar İçin Yönler. *Sosyal ve Klinik Psikoloji Dergisi, 19* (1), 70-82.

Tardy, C. H. (1985). Social Support Measurement. *American Journal of Community Psychology. 13,* 187-202.

Tarkka M.T., Paunonen M. ve Laippala P. (2000). First-Time Mothers and Child Care When The Child is 8 Months Old, *Journal Of Advanced Nursing, 31*(1):20-26.

Taysi, E. (2000). *Benlik Saygısı, Arkadaşlardan ve Aileden Sağlanan Sosyal Destek: Üniversite Öğrencileriyle Yapılan Bir Çalışma.* Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Taysi, E. (2007). *İkili İlişkilerde Bağışlama: İlişki Kalitesi ve Yüklemelerin Rolü.* Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tener, D., ve Eisikovits, Z. (2015). Torn: Social Expectations Concerning Forgiveness Among Women Who Have Experienced İntrafamilial Child Sexual Abuse. *Journal of Interpersonal Violence, 32*(16), 1-19.

Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 3*.(29), 1-11.

Thompson, L.Y., Snyder, C.R., Hoffman, L., Micheal, S.T., Rasmussen, H.N., Billings, L.S., et al. (2005). Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations. *Journal of Personality, 73*(2), 313-359.

Tirone, V., Shorey, R. C., Nathanson, A. M. ve Rhatigan D. L. (2014). The Effect of Self-Efficacy on The Association Between Social Support and Relationship Alternatives Among Female İntimate Partner Violence Victims. *Partner Abuse, 5* (3), 279-296.

Topbaşoğlu, T. (2016). *Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Öfke Ve Affetme: Affetmenin Düzenleyici Rolü.* Yüksek Lisans Tezi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

Tozkoparan, S. (2014). *Öğrenci Algısına Göre Aileden Alınan Sosyal Destek, Anne-Baba Tutumu ve Akran İlişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tsang,J., McCullough, M.E., ve Fincham, F.D. (2006). The Longitudinal Association Between Forgiveness and Relationship Closeness and Commitment. *Journal of Social and Clinical Psychology, 25* (4), 448- 472.

Tse, W. S. ve Yip, T.H.J. (2008). Relationship Among Dispositional Forgiveness of Others, İnterpersonal Adjustment and Psychological Well-Being: Implication for İnterpersonal Theory of Depression. *Personality and Individual Differences 46*, 365-368.

Tura, H. (2019). *Dindarlık, Affetme ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi.* Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Türksever, C. (2020). *Yoksul Kadınların Aile Yılmazlık ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi: Merzifon Örneği.* Yüksek Lisans Tezi. Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.

Ustabaş, S. (2011). *İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Utkan, R. (2019). *Romantik İlişkide Psikolojik Şiddet, Algılanan Sosyal Destek ve Öz Yeterlik İlişkisinin İncelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.

Ünsal, P. (1998). Bir İş Ortamında Algılanan Sosyal Desteğin İşlevlerine, Kaynaklarına, Cinsiyet ve Mesleğe Göre İncelenişi. *IX. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları (18-20 Eylül 1996).* Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Ünüvar, A. (2003). "*Çok Yönlü Algılanan Sosyal Desteğin 15-18 Yaş Arası Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerisine ve Benlik Saygısına Etkisi",* Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Uysal, V. (2015). Genç Yetişkinlerde Affetme Eğilimleri ve Dinî Yönelim/Dindarlık. *Marmara Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi, 48*(48), 35-56. doi: 10.15370/muifd.27953.

Van Tongeren, D.R., Green, J.D., Hook, J.N., Davis, D.E., Davis, J.L., ve Ramos, M. (2015). Forgiveness İncreases Meaning in Life. *Social Psychological and Personality Science, 6*(1), 47-55.

Vangelisti, A. L. ve Young, S. L. (2000). When Words Hurt: The Perceived Intentionality on Interpersonal Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 17*, 393-425.

Wade, N. G., Johnson, C. V. ve Meyer, J. E. (2008). Understanding Concerns About İnterventions to Promote Forgiveness: A Review of The Literature. *Psychotherapy, 45* (1), 88-102.

Wieselquist, J. (2009). Interpersonal forgiveness, trust, and the investment model of commitment. Journal of Social and Personal Relationship. 26(4),531-548.

Witvliet, C. V. O., Phipps, K. A., Feldman, M. E., ve Beckham, J. C. (2004). Posttraumatic Mental and Physical Health Correlates of Forgiveness and Religious Coping in Military Veterans. *Journal of Traumatic Stress, 17(*3), 269-273.

Wohl, M. J. A., ve Thompson, A. (2011). A Dark Side to Self-Forgiveness: Forgiving The Self and its Association With Chronic Unhealthy Behaviour. *British Journal of Social Psychology, 50*(2), 354–364.

Worthington, E. L. ve DiBlasio, F. (1990). Promoting Mutual Forgiveness Within the Fractured Relationship. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training,27*(2), 219-223.

Worthington, E. L., Jr., Sandage, S. J., ve Berry, J. W. (2000). *Group İnterventions to Promote Forgiveness: What Researchers and Clinicians Ought to Know.* In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), Forgiveness: Theory, Research, and Practice (pp. 228–253). New York: Guilford Press.

Worthington, E.L, Jr. (2005). *Initial Questions About The Art and Science of Forgiving*. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), Handbook of forgiveness (pp. 1–14). New York, NY: Routledge.

Worthington, E.L.(1998). An Empathy-Humility-Commitment Model of Forgiveness Applied Within Family Dyads. *Journal of Family Therapy, 20,* 59-76.

Worthington, E.L., ve Wade, N.G. (1999). The Psychology of Unforgiveness and Forgiveness and İmplications for Clinical Practice. *Journal of Social and Clinical Psychology, 18* (4), 385-418.

Wright, C. N., Turner, L. A., ve McCarty, D. L. (2017). Perceived Parenting, Self-Conscious Emotions, and Forgiveness in College Students. *Counseling and Values, 62*(1), 57-71.

Yaman Akpınar, T. ve Altunsu Sönmez, Ö. (2021). Evlilikte Suçu Affetme ve Evlilik Uyumu İlişkisi. Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2021 (9), 203-210.

Yangın, N. (2019). *Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Annelerin Mükemmeliyetçiliklerinin Yaşam Doyumlarını Açıklaması: Affetmenin Aracı Rolü.* Yüksek Lisans Tezi. Recep Tayyib Erdoğan Üniversitesi, Rize.

Yárnoz-Yaben, S., Garmendia, A., Comino, P. (2016). Looking at the Bright Side: Forgiveness and Subjective Well-Being in Divorced Spanish Parents. *Journal of Happiness Studies, 17*(5), 1905–1919.

Yıldırım, A. (2009). *Bağlanma Stilleri ile Bağışlama Arasındaki İlişkide Sorumluluk Yüklemelerinin Aracı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yıldırım, İ. (1997). "Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi Güvenirliği ve Geçerliği". *Eğitim Fakültesi Dergisi*. *13*: 81-87.

Yıldırım, İ. (2006). *Anne Baba Desteği ve Başarı*. Ankara: Anı Yayıncılık.

Yıldırım, İ. (2016). Eş destek ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*(22), 19-26.

Yıldırım, İ. ve Ergene, T., (2003). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Yordayıcısı Olarak Sınav Kaygısı, Boyun Eğici Davranışlar ve Sosyal Destek, Hacettepe Üniversitesi, *Eğitim Fakültesi Dergisi, 25*, 224-234.

Yılmaz, Ö. D. (2014), "Algılanan Mağduriyetin Affetme Eğilimi ve İntikam Niyeti", Journal of Economics and Administrative Sciences, 87-105.

Younger, J. W., Piferi, R. L., Jobe, R. L., ve Lawler, K.A. (2004). Dimensions Of Forgiveness: The Views Of Laypersons. *Journal Of Social And Personal Relationships, 21*(6), 837-855.

Yüceol, G.P. (2016). *Ebeveynliğin Belirleyicileri Modeli Temelinde Evlilik Uyumu, Algılanan Sosyal Destek, Çalışma Durumu, Değerler ve Anne Çocuk İlişkisi.* Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Zechmeister, J.S. ve Romero, C. (2002). Victim and Offender Accounts of İnterpersonal Conflict: Autobiographical Narratives of Forgiveness and Unforgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology.82*(4), 675-686.

Zeytinoğlu, E. (2013). Evli Bireylerin Benlik Saygısı, Kıskançlık Düzeyi, Evlilikteki Çatışmalar ve Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Zhu, Haidong (2015), "Social Support and Affect Balance Mediate The Association Between Forgiveness and Life Satisfaction", *Social Indicators Research, 124(2),* 671-681.

Zimet, G.D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G. ve Farley, G.K., (1988). Algılanan Sosyal Desteğin Çok Boyutlu Ölçeği. *Kişilik Değerlendirme Dergisi, 52* (1), 30–41.

EKLER

EK 1 - KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma Habibe İlayda KURUÇAY tarafından evli genç yetişkinlerde aileden algılanan sosyal desteğin evlilikte affediciliği ne ölçüde etkilediğini araştırmak amacıyla yapılmaktadır. Çalışmada elde edilen veriler başkalarıyla paylaşılmayacak ve bilimsel çalışma yapmak dışında herhangi bir amaçla kullanılmayacaktır.

Soruların yanıtlanması yaklaşık 15-20 dakika alacaktır. Bu ölçekleri doldurmanın bilinen herhangi bir riski bulunmamaktadır.

Çalışma ile ilgili bilgiler bana sözlü olarak aktarıldı. Çalışma ile ilgili tüm sorularıma yeterli cevaplar aldım. Çalışmaya kendi rızamla gönüllü olarak velisi olduğum öğrencinin katılmasını ve verdiği bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

……

Aşağıda yer alan sorulara verdiğiniz cevaplar bilimsel bir amaçla kullanılacaktır. Sizden kimlik bilgileriniz gibi özel bilgileriniz istenmemekte, yalnızca sorulara içtenlikle ve sizi yansıtacak biçimde yanıtlamanız beklenmektedir. Çalışmaya katılımınız, bilime katkınız ve destekleriniz için teşekkür ederiz.

A. Yaşınız:
B. Cinsiyetiniz: 1) Erkek 2) Kadın
C. Kaç Yıllık Evlisiniz? a) 0-3 b) 4-7 c)8-11 d)12-15 e) 15 ve üzeri
D. Ailenizin aylık gelir düzeyin nasıldır? a)Yetersiz( ) b)Orta düzeyde( ) c) İyi ( )
E. Kaçıncı evliliğiniz? a) İlk ( ) b) İkinci ( ) c) Üçüncü ( )
F. Eğitim Durumunuz 1. Okur-yazar değil( ) 2. İlkokul ( ) 3. Ortaokul ( ) 4. Lise ( ) 5. Üniversite ( ) 6. Yüksek lisans ( )

G. Kaç çocuğunuz var ? a) Bir ( ) b) İki ( ) c) Üç ( ) d) Dört ve üzeri ( )
H. Babanızın eğitim durumu 1. Okur-yazar değil( ) 2. İlkokul ( ) 3. Ortaokul ( ) 4. Lise ( ) 5. Üniversite ( ) 6. Yüksek lisans ( )
I. Annenizin eğitim durumu 1. Okur-yazar değil( ) 2. İlkokul ( ) 3. Ortaokul ( ) 4. Lise ( ) 5. Üniversite ( ) 6. Yüksek lisans ( )
İ. Hayatınız içinde ailenizden ne ölçüde destek alırsınız? (maddi/manevi tüm destek alanları kastedilmektedir). a) Çok sık ( ) b) Sıklıkla ( ) c) Ortalama ( ) d) Nadiren ( ) e) Hiçbir zaman
K. Evliliğinizde yaşadığınız problemleri en çok kimlerle konuşursunuz? a) Eşimle ( ) b) Annemle ( ) c) Babamla ( ) d) Abi abla ya da kardeşle ( ) e) Arkadaş, tanıdık ya da komşu vs. ( ) f) Diğer kişilerle ( ) g) Kimseyle paylaşmam ( )
L. Evliliğinizde yaşadığınız problemleri ne ölçüde aile bireylerinize anlatırsınız? a) Çok sık ( ) b) Sıklıkla ( ) c) Ortalama ( ) d) Nadiren ( ) e) Hiçbir zaman
M. Eşinizin suçlu olduğu bir problemi ailenizle paylaştığınızda onlardan ne gibi geri dönütler alırsınız ? a) Evliliğimi destekleyici ve eşimi affetme yönünde ( ) b) Beni sadece dinlerler etki altında bırakmazlar ( ) c) Eşimi suçlarlar ve onu affetmemi istemezler ( )
N. Kimlerle yaşıyorsunuz? a) Eşim, çocuklarım ve ben ( ) b) Eşimin ailesiyle birlikte ( ) c) Kendi ailemle birlikte ( )
O. Nasıl evlendiniz? a) Tanışarak anlaşarak ( ) b) Görücü usulüyle ( )
P. Nasıl bir ailede büyüdünüz ? a) Geniş ailede ( ) b) Çekirdek ailede ( )

Ek 2. Öznel Eş/Partner Affediciliği Ölçeği (ÖEPA)

Öznel Eş/Partner Affediciliği Ölçeği

Değerli katılımcılar, evliliğinizde yaşadığınız bazı durumları yansıtan cümleler aşağıda yer almaktadır. Bu cümleleri okuduktan sonra "Kesinlikle Katılmıyorum", "Katılmıyorum", "Kararsızım", "Katılıyorum" ve "Kesinlikle Katılıyorum" seçeneklerinden birini işaretlemeniz istenmektedir. Evlilik hayatınızı düşündüğünüzde bahsi geçen bu durumlar size ne kadar uygunsa onu işaretleyiniz.

Lütfen hicbir soruyu bos bırakmayınız.

1. Kendisini üzecek kadar yanlış davranışlarda bulunduğumda eşim benimle konuşmaz.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

2. Aşırı tepki verir düşüncesiyle bazı şeyleri eşimden gizlerim.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

3. Eşime karşı yaptığım yanlışlardan dolayı bana tavır almaz.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

4. Eşim bana ne kadar kızgın olsa da iyi hissetmem için elinden geleni yapar.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

5. Eşim bana ne kadar sinirlenmiş olsa da beni anlamaya çalışır.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

6. Eşime karşı aynı yanlışı tekrar tekrar yapsam da bana anlayışlı davranır.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

7. Eşim yaşadığımız olumsuz durumlar karşısında zamanla bana daha anlayışlı davranır.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

8. Eşime karşı yanlış davranışlarda bulunsam da bana karşı iyi niyetli bir yaklaşımsergiler.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

9. Kendisini üzecek yanlış davranışlarda bulunsam da eşim beni dinler.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

10. Onu üzecek yanlış davranışlarda bulunsam da eşim bana saygılı bir tutum sergiler.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

11. Eşim bazı davranışlarımdan kırılsa da kısa bir süre sonra her zamanki gibi davranmaya devam eder.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

12. Eşimi üzecek davranışlarda bulunmuş olsam bile beni sevdiğini hissettirir.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

13. Eşime karşı yanlış davranışlarda bulunsam da bana güvendiğini bilirim.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

14. Eşim ona karşı yanlış davranışlarda bulunsam da beni incitecek şekilde davranmaz.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

15. Eşime karşı yanlış davranışlarda bulunsam bile yaşadığımız olumsuzlukları başkalarıyla paylaşmaz.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

16. Onu kıracak davranışlarda bulunduğumda eşim bana tavır alır.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

17. Eşime karşı yanlış davranışlarda bulunduğumda sürekli hatamı yüzüme vurur.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

18. Eşimi kıracak davranışlarda bulunduğumda bana kin besler.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

19. Eşime yanlış davranışlarda bulunsam da zamanla beni affedeceğini bilirim.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

20. Eşime yanlış davranışlarda bulunsam da hatanın sadece bende olduğunu düşünmez.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

21. Eşimi yaptığım davranışlarla kırmış olsam da beni suçlayıcı davranışlarda bulunmaz.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

22. Eşime yanlış davranışlarda bulunduğum zaman bile benimle sağlıklı iletişim kurmaya özen gösterir.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

23. Eşimi üzecek davranışlarda bulunsam da bana fedakâr davranır.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

24. Eşim benimle ilgili sürekli şikayet edecek bir şeyler bulur.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

25. Ne kadar iyi olsam da eşime bazı eksiklerimi unutturamam.

Kesinlikle Katılmıyorum ( ) Katılmıyorum ( ) Kararsızım ( ) Katılıyorum ( )

Kesinlikle Katılıyorum ( )

EK.3. EVLİLİKTE SUÇU AFFETME ÖLÇEĞİ (ESAÖ)

Aşağıda belirtilen ifadeler eşinizle aranızda yaşanan suç sonrası hissedebileceğiniz duygu, düşünce ve davranışları ifade etmektedir. Aşağıda yer alan ölçeği her bir ifadeye ne ölçüde katıldığınızı belirterek doldurunuz.

1	2	3	4	5	6
Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum

1	Davranışlarından dolayı eşimle konuşmakta daha az istekliyim.	1	2	3	4	5	6
2	Beni incitmesine rağmen ilişkimizi yürütebilmemiz için yaşanılanları tamamen bir kenara bıraktım.	1	2	3	4	5	6
3	Davranışlarından dolayı eşime daha kolay kızabiliyorum.	1	2	3	4	5	6
4	Olanlar için eşimin kendini suçlu hissetmesini sağlıyorum.	1	2	3	4	5	6
5	Eşim bu şekilde davrandığından beri, ilişkimizi eski haline koymakiçin elimden geleni yaptım.	1	2	3	4	5	6
6	Eşim bana nasıl davrandıysa bende ona aynı şekilde davranmak isterdim.	1	2	3	4	5	6
7	Yaşananlar nedeniyle eşimi sevmekte zorlanıyorum.	1	2	3	4	5	6
8	Yaptıklarından dolayı hala eşime karşı biraz kin besliyorum.	1	2	3	4	5	6
9	Bütün yönleriyle, tamamen eşimi affettim.	1	2	3	4	5	6
10	Eşimi yakın zamanda affettim.	1	2	3	4	5	6

EK 4. AİLEDEN ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ (AASD)

	Evet	Hayır	Kısmen
1- Ailem bana gereğince destek olur	( )	( )	( )
2- Neyi nasıl yapacağım konusunda ailemden faydalı öğütleralırım.	( )	( )	( )
3- Pek çok insan ailesine benim aileme olduğumdan dahayakındır.	( )	( )	( )
4-Ailemde kendime yakın hissettiğim birine derdimi açtığımdabunun onları rahatsız ettiği fikrine kapılıyorum.	( )	( )	( )
5- Ailem fikirlerimi duymaktan hoşlanır.	( )	( )	( )
6- Ailemdeki kişilerle ilgi alanlarımız büyük ölçüde çakışır.	( )	( )	( )
7- Ailemdeki bazı kişilerin sorunları olduğunda danışmak amacıyla bana başvururlar.	( )	( )	( )
8- Ailemin duygusal desteğine güveniyorum.	( )	( )	( )
9- Ailemde, bir derdim olduğu zaman sonradan komik kaçacağını düşünmeden yanına gidebileceğim bir kişi var.	( )	( )	( )
10- Ailemle çeşitli konulardaki düşüncelerimizi birbirimizeaçık açık söyleriz.	( )	( )	( )
11- Ailem benim kişisel gereksinmelerime karşı duyarlıdır.	( )	( )	( )
12- Ailemdeki kişiler duygusal desteğe ihtiyaçları olduğundabana başvururlar.	( )	( )	( )
13- Ailem sorunlarımı çözmede bana yardımcı olur.	( )	( )	( )
14- Bazı aile fertleriyle aramda karşılıklı derin bir ilişki vardır.	( )	( )	( )
15- Ailemdeki kişiler neyi nasıl yapacakları konusunda bendenfaydalı fikirler edinirler.	( )	( )	( )
16- Ailemdeki kişilere sırlarımı açmak beni rahatsız eder.	( )	( )	( )
17- Aile fertleri tarafından aranan biriyimdir.			
18- Ailemin, problemlerini çözmede onlara yardımcı olduğumudüşündüklerini sanıyorum.			
19- Ailemdeki hiç kimseyle, diğer insanların ailesindekikişilerle olan ilişkisi kadar yakın bir ilişkim yok.			
20- Ailemin çok daha farklı olmasını isterdim.			