ADIYAMAN ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ DERGİSİ
ISSN: 1308–9196 / e-ISSN:1308-7363

Yıl: 18 Aile Yılı Özel Sayısı Ekim 2025

Yayın Geliş Tarihi: 08.07.2025 Yayına Kabul Tarihi: 23.10.2025

DOI Numarası: https://doi.org/10.14520/adyusbd.1737154
Makale Türü: Araştırma Makalesi /Research Article
Atıf/Citation: Tönbül, Ö. (2025). Evlilik Kalitesinde Bağlanma Yaralanmaları ile Benliğin Farklılaşmasının Rolü. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Aile Yılı Özel Sayısı*, 586-620.

EVLİLİK KALİTESİNDE BAĞLANMA YARALANMALARI İLE BENLİĞİN FARKLILAŞMASININ ROLÜ*

Özgür TÖNBÜL*

Öz

Bu çalışmanın amacı, evli bireylerde bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkide benliğin farklılaşmasının aracılık rolünü incelemektir. Çalışmaya, uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 269 (189 kadın, 80 erkek) evli birey katılmıştır. Veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Benliğin Ayrımlaşması Ölçeği, Evlilikte Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği ve Evlilik Kalitesi Ölçeği kullanılmıştır. Veri analizi SPSS 26 ve AMOS 23 programları ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada oluşturulan modelin uyum değerleri mükemmel bir uyum göstermiştir. Sonraki korelasyon analizinde, yordayıcı değişkenler ile yordanan değişken arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki gözlemlenmiştir. Regresyon analizi, bağlanma yaralanmalarında düşük puana sahip olmanın evlilik kalitesini anlamlı bir şekilde yordadığını ortaya koymuştur. Bağlanma yaralanmalarının (bağımsız değişken) evlilik kalitesi (bağımlı değişken) üzerindeki etkisinin, modele benliğin farklılaşması değişkeninin dahil edilmesiyle istatiksel olarak anlamlılığı ortadan kalktığı belirlenmiştir. Böylece, benliğin farklılaşmasının, bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkide tam aracılık rolü oynadığı bulunmuştur. Sonuçlar literatür ışığında tartışılmıştır.

---

* Bu çalışma için İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Etik Kurulundan 04/07/2022 tarih ve 115 numaralı izin alınmıştır.

* Dr., İstanbul Medipol Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, ozgurtonbul33@gmail.com, Çanakkale/Türkiye

Anahtar Kelimeler: *Bağlanma yaralanmaları, Evlilik kalitesi, Benliğin farklılaşması.*

THE ROLE OF ATTACHMENT INJURIES AND DIFFERENTIATION OF SELF IN MARITAL QUALITY

Abstract

The purpose of this study is to examine the mediating role of differentiation of self in the relationship between attachment injuries and marital quality in married individuals. The study included 269 married individuals (189 women, 80 men) selected using a convenience sampling method. Data collection tools included a Personal Information Form, the Differentiation of Self Scale, the Attachment Injuries in Marriage Scale, and the Marriage Quality Scale. Data analysis was performed using SPSS 26 and AMOS 23 software. The model developed in the study showed excellent fit values. In the subsequent correlation analysis, a significant and positive relationship was observed between the predictor variables and the predicted variable. Regression analysis revealed that having a low score on attachment injuries significantly predicted marital quality. The statistical significance of the effect of attachment injuries (independent variable) on marital quality (dependent variable) disappeared when the variable of differentiation of self was included in the model. Thus, it was found that differentiation of self plays a full mediating role in the relationship between attachment injuries and marital quality. The results were discussed in light of the literature.

Keywords: *Attachment injuries, Marital quality, Differentiation of self.*

1. GİRİŞ

Sosyal ilişkilerin bir türü olan evliliğin yapısı yasal kurallar çerçevesinde belirlenmekte (Doğan, 2007) ve dünya çapındaki çeşitli kültürlerde gözlemlenmektedir (Yavuzer, 2015). Evlilik, bireylerin toplum içerisindeki kişisel ve sosyal yaşamları için çok önemli bir yapı olarak değerlendirilmektedir (Uğur, 2022). Bu yüzden birçok ruh sağlığı çalışması evlilik kavramını incelemiş ve incelemeye devam etmektedir. Özellikle evlilik uyumu (Şendil ve Korkut, 2008),

evlilik memnuniyeti (Çağ ve Yıldırım, 2013) ve evlilik kalitesi (Kurt, 2018) incelenen konular arasında yer almaktadır.

Evlilik, sosyal kuralların oluşturduğu bir yapıdır ve iki farklı kişilik, birbirlerinin isteklerini, ilgi alanlarını ve ihtiyaçlarını karşılamak için bir araya gelmektedir (Ersanlı ve Kalkan, 2008). Özgüven'e (2009) göre, evlilik bireysel, sosyal ve psikolojik rolleri kapsamaktadır. Bireysel roller çiftlerin cinsel uyumunu içerirken, sosyal ve psikolojik roller aile olmayı başarmayı, sevgi, saygı ve birlikteliği paylaşmayı içermektedir. Ayrıca, evlilik ilişkisi birey için önemli bir destek mekanizması sunmaktadır (Kurdek, 2005) ve bireyin fiziksel ve psikolojik iyilik haline (Proulx vd., 2007), stres yönetimine (Kurt, 2018), etkili iletişime, aktif bir cinsel yaşama (Kapucu, 2014) ve algılanan sosyal desteğe (Çağ ve Yıldırım, 2013) katkıda bulunmaktadır.

Bu bağlamda, çiftleri ve ilişki sistemini anlamak için geliştirilen Duygu Odaklı Çift Terapisi (DOÇT) yakın ilişkiler açısından önemli kabul edilmektedir. Bu amaçla DOÇT, çift ilişkilerini anlamak için birçok çalışmada kullanılmıştır (Johnson, 1996; Millikin, 2000). Bu çalışmaların sonucu olarak DOÇT'da bağlanma yaralanmaları kavramı, çift ilişkilerinde belirleyici bir faktör olarak görülmektedir.

1.1. Kuramsal Çerçeve

Duygu Odaklı Çift Terapisi (DOÇT) Sue Johnson (1996) tarafından yakın ilişkileri anlamak amacıyla geliştirilmiştir. DOÇT, çiftlerin yakın ilişkilerde bağlanmayla ilgili temel duygu ve ihtiyaçlarını keşfetmelerine ve birbirleriyle paylaşmalarına rehberlik ederek ilişkilerde bağlanma güvenliği oluşturmaya yardımcı olan bir çift terapisi yaklaşımıdır (Dessaulles vd., 2003).

Duygu Odaklı Çift Terapisi'nin temel bakış açısı yetişkin sevgi ilişkilerini anlamak üzerine şekillenmiştir (Kowal vd., 2003). Yetişkin sevgi ilişkilerini anlamak için

ise, bağlanma teorisinin bebeklik ve erken çocukluk dönemine ait fikirlerini yaşam boyu ihtiyaç duyulan bir süreç olduğunu ifade ederek ileriye taşımıştır (Johnson ve Lee, 2000; Furrow ve Bradley, 2011).

Değerlendirmede ve vakayı kavramsallaştırma sürecinde her ne kadar bağlanma geçmişi incelense de bağlanma geçmişinin bıraktığı hasarlar da belirlenmektedir (Johnson, 2004). Bağlanma yaralanmalarının belirlenmesi DOÇT sürecinin etkisini artıran bir öneme sahiptir (Johnson vd., 2005).

Bu yüzden bu çalışmada aile ve evlilik yaşamının devam ettirilmesinde önemli bir kavram olan bağlanma yaralanmalarının evlilikteki etkisi incelenmektedir. Bağlanma yaralanmaları travmatik etkileri olan yakın ilişkilere ait bir yaşantı türü olduğundan bireyin benlik farklılaşma düzeyini ve evliliğinden algıladığı kaliteyi olumsuz etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu açıdan araştırmanın modeli bağlanma yaralanmaları-benlik farklılaşması-evlilik kalitesi olarak oluşturulmuştur.

1.2. Bağlanma Yaralanmaları

DOÇT'a göre, erken çocukluk dönemindeki çiftlerin deneyimleri, şu anki evliliklerini etkilemektedir (Johnson, 1996). Çocukluk döneminde yaşanan duygusal yaralar, bireylerin kendileri, çevreleri ve yaşamları hakkındaki algılarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Yakın ilişkiler, bu etkilerin yetişkinlikte devam etmesinde önemli bir yapıdır (Kourt, 2011). Bağlanma yaraları kavramı, travma teorisi ve bağlanma teorisini birleştirerek yakın ilişkileri anlamaya çalışmaktadır (Johnson, 2015).

Johnson'a (1996) göre, bağlanma yaralanmaları, bir eşin diğer eşin bağlanma kalıplarını zedeleyen davranışlarda bulunması veya sözler sarf etmesi durumunda ortaya çıkmaktadır. Bu tanıma bağlı olarak bağlanma

yaralanmalarını oluşturan davranışlar ihanet, terk etme, destek gerektiğinde destek olmamak, ulaşılamaz olmak vb. olarak tanımlanmaktadır (Herman, 1992). Bu davranışlar nedeniyle, eşler arasında güvensiz bağlanma kalıpları ortaya çıkmakta veya önceden var olan güvensiz bağlanmalar tetiklenmektedir (Johnson, 1996).

Johnson (1996) bağlanma yaralanmalarının travmatik olaylar nedeniyle oluştuğunu belirtirken, Johnson ve Whiffen (1999) bağlanma yaralanmalarının, bireyin kritik desteğe ihtiyaç duyduğu ve daha hassas ve kırılgan olduğu durumlarda gelişebileceğini belirtmektedir. Sonuç olarak, bağlanma yaralanmasına maruz kalan eş, eşine karşı güvensizlik hissedebilmekte ve eşiyle olan dolaylı etkileşimleri olumsuz etkilenebilmektedir (Millikin, 2000). Ancak, evli bireylerin çoğu ilişkilerinde kırılganlık ve güvensizlik hissetse de tüm çiftler bağlanma yaralanmaları yaşamamaktadır (Johnson, 1996). Ayrıca, evli kişiler arasında yaşanan her sorun bağlanma bozukluğu olarak nitelendirilmemektedir (Millikin, 2000).

Çift arasındaki güven ve yakınlığı sarsan ve sınırlayan bağlanma yaralanmaları, travma geçirmiş eşin korku ve çaresizlik hissetmesine neden olan travmatik olaylardan kaynaklanmaktadır (Johnson, 1996). Buna bağlı olarak, eşler gelecekte olayla ilgili travmatik anılar yaşayabilmekte ve bu durum ilişkilerinden duydukları memnuniyeti azaltmaktadır (Millikin, 2000).

Yukarıdaki alan yazından yola çıkarak bağlanma yaralanmalarının evlilik kalitesi üzerinde olumsuz etkisi olabileceği ve evlilik yaşamını etkileyebileceği düşünülmektedir.

1.3. Evlilik Kalitesi

Bu çalışmadaki değişkenlerden biri, çiftlerin evlilik ilişkilerinde önemli kabul edilen evlilik kalitesi (Mattson vd., 2013) olarak belirlenmiştir. Eşlerin evliliklerini ne kadar iyi ve sağlıklı algıladıkları, evlilik kalitesini etkilemektedir (Glenn, 1990). Spanier (1976), evlilikleri yüksek kalitede olan eşlerin daha iyi uyum sağlama eğiliminde olduklarını, birbirleriyle iletişim kurmaktan keyif aldıklarını ve evlilikten memnuniyet duyduklarını belirtmektedir. Proulx ve arkadaşları (2007) ise evlilik kalitesinin evlilik memnuniyeti, evlilik uyumu ve evlilik mutluluğu gibi kavramları kapsayan genel bir terim olduğunu savunmaktadırlar.

Bu açıdan bakıldığında, evlilik kalitesi bir taraftan eşler arasındaki ilişkinin öznel bir değerlendirmesi olarak görülürken, bir taraftan da olumlu (mutluluk, memnuniyet) ve olumsuz (çatışma) yönleri içeren çok boyutlu bir kavram olarak kabul edilmektedir (Spanier ve Lewis, 1980). Gerçekten de evlilik kalitesi eşler arasındaki dinamik etkileşimler tarafından belirlenmektedir (Mosmann vd., 2006). Bu etkileşim, eşlerin kişisel özellikleri, eğitim düzeyi, ebeveynlik durumu, sosyoekonomik durumu ve cinselliği tarafından etkilenen karmaşık bir yapı olarak tanımlanmaktadır (Olson, 2000).

Bu bağlamda, bağlanma ve evlilik kalitesi arasındaki ilişki üzerine yapılan çalışmalar, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin evlilik doyumlarının, güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin evlilik doyumlarından daha yüksek olduğunu göstermiştir (Fricker ve Moore, 2002; Stackert ve Bursik, 2003). Ayrıca, bireylerin eşlerine olan güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça, evlilik kalitesi artmaktadır (Hammond ve Fletcher, 1991). Bağlanma yaralanması, bireylerin kritik ihtiyaçları olduğunda eşlerinin yanlarında olacağına, ulaşılabilir ve duyarlı olacağına olan güvenlerini kaybetmelerine neden olan travmatik deneyimler olarak tanımlandığından (Herman, 1992), bağlanma yaralanması

deneyimi ya eşler arasındaki güvenli bağlanmayı güvensiz hale getirir ya da var olan güvensiz bağlanmayı daha da kötüleştirebilmektedir (Johnson, 1996). Bu durum evliliğin kalitesini olumsuz olarak etkileyebilme potansiyeline sahiptir.

1.4. Benliğin Farklılaşması

Araştırma modelinde evlilik kalitesi üzerinde etkili olabileceği düşünülen bir diğer değişken ise benliğin farklılaşması olarak belirlenmiştir. Evlilik kalitesi, çiftlerin kendileri, eşleri ve evlilikleri hakkında öznel ve düzenli olarak ne kadar iyi hissettiklerinin derecesi olarak ifade edilmektedir (Canel, 2013). Evlilik kalitesi yüksek olan çiftler, daha düşük stres düzeyi, yaşamlarına ilişkin daha fazla mutluluk ve olumsuz yaşam koşullarıyla daha iyi başa çıkma becerisi göstermektedir (Kurt, 2018).

Bowen'a göre (1978), yetişkinlerin benlik farklılaşma düzeyi ile evlilik kalitesi arasında ilişki bulunmaktadır. Özellikle, benlik farklılaşma düzeyi düşük olan çiftlerde, duygusal olgunluk, yakınlık ve özerklik kapasitesi daha düşükken, benlik farklılaşma düzeyi yüksek olan çiftlerde ise bu kapasite daha esnektir ve çiftler farklılıkları daha iyi tolere edebilmekte ve daha fazla yakınlık kurabilmektedir.

Benlik farklılaşması, bireyin evlilikte yakınlık ve karşılıklılık elde etme kapasitesinin temel bir unsuru olarak görülmektedir. Son yıllarda, birçok çalışma benlik farklılaşmasının evlilik kalitesinin önemli bir belirleyicisi olduğunu ortaya koymuştur ve benlik farklılaşma düzeyi yüksek bireylerin ve çiftlerin, başkalarıyla kaynaşma, duygusal tepkisellik veya duygusal kopukluk yaşayan çiftlere kıyasla yakın ilişkilerinden daha fazla doyum hissettiklerine ve daha az ilişkisel çatışma yaşadıkları yönünde birçok araştırma bulgusu bulunmaktadır (Aryamanesh vd., 2012; Knauth ve Skowron, 2004; Lampis, 2016; Lampis vd., 2017; Rodriguez-Gonzalez vd., 2016).

Stone ve Shackelford (2007) evlilik kalitesini, bireylerin ilişki boyunca elde ettikleri yarar ve zararları değerlendirerek edindikleri algı olarak ifade etmektedir. Johnson (1996) ise bağlanma yaralanması deneyiminin ya eşler arasındaki güvenli bağlanmayı güvensiz hale getirebileceğini ya da var olan güvensiz bağlanmayı daha da kötüleştirebileceğini belirtmektedir. Bu bağlamda partnerlerin evlilik kalitesine yönelik algılarında bağlanma stillerinin ve yaralanmalarının önemli bir rolü olabileceği düşünülmektedir. Benliğin farklılaşması ise bireyin kendisini yakın çevresinden duygusal ve heyecansal olarak ayırabilmesi olarak tanımlandığından (Lampis vd., 2017) , benlik farklılaşma düzeyi yüksek partnerin yaşanan bağlanma yaralanmalarına karşı kendisini koruyabileceği ve evlilik kalitesini bu şekilde artırabileceği varsayılmaktadır.

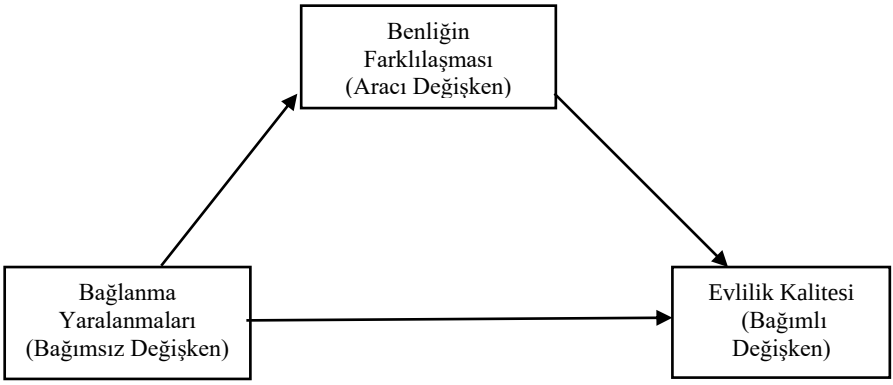
1.5. Güncel Çalışma

Giriş bölümünde sunulan literatür göz önüne alındığında, bağlanma yaralanmalarının hem benliğin farklılaşması hem de evlilik kalitesi üzerinde yordayıcı bir etkisi olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda, literatür incelemesinde gösterildiği gibi, bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkide benliğin farklılaşması aracı bir değişken olabilir. Birçok araştırmacı bağlanma yaralanmaları ile evlilik arasındaki ilişkiyi incelemiş olsa da bu iki değişken arasındaki olumsuz yapının benlik farklılaşması ile tersine çevirmenin önemli olduğu düşünülmektedir.

Johnson (1996) tarafından belirtildiği gibi, bağlanma yaralanmaları evlilik ilişkilerinde temel bir kavramdır. Ancak evlilik dinamik bir yapıya sahip olduğu için, tek bir kavramla açıklamak zordur. Bağlanma yaralanmaları evlilik ilişkilerindeki travmalardan kaynaklandığı için, yakın ilişkiler üzerinde olumsuz etkileri olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle, bağlanma yaralanmalarının evlilik

kalitesini olumsuz etkileyebileceği, benliğin farklılaşmasının ise aracı bir mekanizma olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmanın iki amacı bulunmaktadır: (1) yakın ilişkilerde bağlanma yaralanmalarının önemini ortaya koymak, (2) bağlanma yaralanmalarının çift terapilerine yansımaları ile DOÇT literatürüne önemli katkılar sağlaması. Ayrıca aileyi oluşturan ilk yapının çift ilişkisi olduğu düşünüldüğünde, aile yapısını anlamaya ve destek vermeye de katkı sunacağı düşünülmektedir.

Aile yapısını özellikle de çift ilişkisini anlamaya yönelik kavram olan bağlanma yaralanmalarını Türk ailelerinde incelemek, çift ve aile terapisi ile psikolojik danışmanlık alanına Türkiye üzerinden yeni bir bakış açısı getirecektir. Bu bağlamda hem evlilik kalitesi hem de benliğin farklılaşması, bağlanma yaralanmaları üzerine yapılan araştırmanın odak noktası olarak yeni bir kavramsal modelin geliştirilmesine katkıda bulunacaktır. Bu açıklamalar ışığında, araştırmanın yapısal modeli aşağıdaki şekilde geliştirilmiştir:



Şekil 1. Bağlanma Yaralanmaları, Benliğin Farklılaşması ve Evlilik Kalitesine Yönelik Önerilen Model.

Modele ilişkin incelenen araştırma soruları şöyledir:

1. Evli bireylerin bağlanma yaralanmaları evlilik kalitesini yordamakta mıdır?
2. Evli bireylerin bağlanma yaralanmaları benliğin farklılaşmasını yordamakta mıdır?
3. Evli bireylerin benlik farklılaşma düzeyleri evlilik kalitesini yordamakta mıdır?
4. Bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkide benliğin farklılaşması aracı rol oynamakta mıdır?

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Deseni

Bu çalışma, evli bireylerin bağlanma yaralanmaları, benlik farklılaşması ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi incelemek ve benlik farklılaşmasının bağlanma yaralanmaları ile ilişki doyumu arasındaki ilişkide aracı bir rol oynayıp oynamadığını araştırmak için ilişkisel tarama modelini kullanan betimsel bir araştırmadır. İlişkisel tarama modelinde, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiler belirlenmekte ve neden-sonuç ilişkisine dair ipuçları elde edilmektedir (Büyüköztürk vd., 2018). İlişkisel tarama yöntemi, bu değişkenler arasında eşzamanlı değişimin varlığını ve değişimin yönünü ve derecesini belirlemeyi amaçlamaktadır (Karasar, 2003).

2.2. Çalışma Grubu

Çalışma grubu oluşturulurken en az 1 yıldır evli olan 18-65 yaş arası kişiler dahil olma kriteri açısından araştırmaya katılmıştır. Araştırmanın örneklemi belirlenirken seçkisiz örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme tercih edilmiştir. Uygun örnekleme araştırmacının zaman, ekonomi ve ulaşılabilirlik açısından tasarruf etmesini sağlayan ve daha hızlı ve kolay şekilde veri

toplamasına yardımcı olan örnekleme türüdür (Büyüköztürk vd., 2018). Çalışma grubuna ait demografik özellikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların yaş ortalamasının 38.23, evlilik süresinin ise ortalama 11.60 yıl olduğu görülmektedir. Ayrıca katılımcıların %70.3'ünün kadın, %74.4'ünün üniversite mezunu, %40.9'unun iki çocuğa sahip olduğu ve %73.6'sının flört ederek evlendiği görülmektedir.

Tablo 1. Katılımcılara Ait Demografik Özellikler (N=269)

	Grup	N	%	$\bar{X}$	Min.	Max.
Yaş				38.23	23	65
Evlilik Süresi				11.60	1	25
Cinsiyet	Kadın	189	70.3			
	Erkek	80	29.7			
Eğitim Durumu	İlköğretim	14	5.2			
	Lise	55	20.4			
	Lisans/Lisansüstü	200	74.4			
Çocuk Sayısı	Yok	41	15.2			
	Tek çocuk	102	37.9			
	İki çocuk	110	40.9			
	Üç çocuk ve üzeri	16	6.0			
Evlilik Şekli	Flört ederek	198	73.6			
	Görücü usulü	71	26.4			

2.3. Veri Toplama Araçları

Sosyodemografik Bilgi Formu. Araştırmacı tarafından, yaş, cinsiyet, eğitim durumu, evlilik türü, çocuk sayısı ve evlilik süresi gibi değişkenleri belirlemek için oluşturulmuştur.

Evlilik Kalitesi Ölçeği. Evlilik Kalitesi Ölçeği, evlilik ilişkilerinin kalitesini değerlendirmek için Hahlweg (1996) tarafından 30 maddeden oluşan 4'lü Likert tipi bir ölçme aracı olarak geliştirilmiştir. Ölçeğin genel Cronbach alfa güvenilirlik

katsayısı .95 olarak belirlenmiştir. Ölçek, Kurt (2018) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin uyarlanmasından sonra, ölçeğin iç tutarlılık katsayısı toplam puan için .80 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada, ölçeğin toplam puan için iç tutarlılık katsayısı .95'tir.

Evlilikte Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği. Evlilikte Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği, Terzi-İlhan ve Işık (2021) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, 5 puanlık Likert tipinde bir ölçektir ve 17 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, iki faktörlü bir yapıda, bağlanma ve travma alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçekteki sadece 9. madde ters kodlanmaktadır. Ölçekten elde edilebilecek puan aralığı 17-85'tir. Düşük puanlar düşük düzeyde bağlanma yaralanmalarına, yüksek puanlar ise yüksek düzeyde bağlanma yaralanmalarına işaret etmektedir. Ölçeğin tamamının varyansın %56,68'ini açıkladığı belirlenmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları ölçeğin tamamı için .94 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma için ölçeğin tamamı için .94 olarak belirlenmiştir.

Benliğin Ayrımlaşması Ölçeği. Skowron ve Friedlander (1998) tarafından geliştirilen ve daha sonra Skowron ve Schmitt (2003) tarafından revize edilen Benliğin Ayrımlaşması Ölçeği, Işık ve Bulduk (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Orijinal ölçekte, ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı tüm ölçek için .88, alt ölçekler için ise Duygusal Tepkisellik için .84, Ben Pozisyonu Alma için .83, Duygusal Kopukluk için .82 ve Duygusal Kopma için .74 olarak bulunmuştur. Uyarlama sürecinin sonucunda, dört alt boyuttan oluşan 20 maddelik, 6 puanlık Likert tipi bir ölçeğe dönüştürülmüştür. Genel ölçek ve alt ölçeklerdeki puan ne kadar yüksekse, benlik farklılaşması düzeyi de o kadar yüksek anlamına gelmektedir (Işık ve Bulduk, 2014). Bu çalışmada, ölçeğin genel iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .77 olarak bulunmuştur.

2.4. Veri Toplama Süreci

Araştırma sürecinde veri toplama aşamasına geçilmeden önce, gerekli araştırma izni İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Etik Kurulundan 04.07.2022 tarih ve 115 numaralı karar ile alınmıştır. Ölçekler daha sonra Google Forms aracılığıyla çevrimiçi olarak dönüştürülmüştür. Çevrimiçi olarak dönüştürülen ölçeklerin her bir maddesine cevap verilmesi zorunlu hale getirilmiş ve bir kişinin araştırmaya yalnızca bir kez katılabilmesi için gerekli önlemler alınmıştır. Gerekli düzenlemeler yapıldıktan sonra, çevrimiçi form yayınlanmış ve formlar sosyal medya ve e-posta yoluyla evli çiftlere gönderilmiştir. Veriler 15 Haziran ile 15 Kasım 2024 tarihleri arasında toplanmıştır.

2.5. Veri Analizi

Bu çalışmada, evli bireylerde bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkide benlik farklılaşmasının aracılık rolü incelenmiştir. Aracılık rolünü test etmeden önce, değişkenlerle ilgili tanımlayıcı istatistikler (aritmetik ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık) değerlendirilmiş ve Tablo 2'de sunulmuştur. Verilerin normallik incelemesi basıklıklık-çarpıklık katsayısı, mod-medyan değerlerinin yakın olması, histogram grafikleri ve q-q plot eğrileri ile incelenmiş ve normal dağıldığı görülmüştür. Daha sonra, değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Son olarak, aracı değişkenin tam veya dolaylı aracılık etkisini belirlemek için analizler yapılmıştır. Veriler SPSS-26 ve AMOS 23 programları kullanılarak analiz edilmiş ve anlamlılık düzeyi olarak .05 alınmıştır.

Tablo 2. Değişkenlere Ait Betimleyici İstatistikler

Değişkenler	Min.	Max.	$\bar{X}$	S.S.	Basıklık	Çarpıklık
Bağlanma Yaralanmaları	17.00	85.00	43.04	15.41	.423	-.254
Benlik Farklılaşması	42.00	117.00	80.76	13.23	-.178	.078
Evlilik Kalitesi	29.00	108.00	78.07	18.50	-.596	-.413

3. BULGULAR

Bu bölümde aracılık analizi öncesi varsayımların karşılanması ve aracılık analizi ile ilgili bulgulara yer verilmiştir.

3.1. Modele Ait Aracılık Varsayımları

İlk olarak, aracılık analizi ileri düzey regresyon analizi olduğu için regresyon varsayımlarının karşılanması gerekmektedir. Bu amaçla SPSS 26.0 paket programında birinci modelin normal dağılım, çoklu bağlantılılık problemi, oto korelasyon değeri ve değişkenler arası korelasyon değerleri incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Modele Ait Aracılık Varsayımlarına İlişkin Bulgular

Değişkenler	1	2	3	Condition Index	Tolerans Değeri	VIF	Durbin-Watson
Evlilik Kalitesi	1			1.000			2.086
Bağlanma Yaralanmaları	.128*	1		6.191	.976	1.024	
Benlik Farklılaşması	.357**	.154*	1	14.947	.976	1.024	

**p<.01, *p<.05

Regresyon varsayımlarda ilki olan verilerin normal dağılıma sahip olması koşulunun regresyon sekmesindeki histogram grafiği ve p-p plot eğrileri incelenerek sağlandığı görülmüştür. Ardından değişkenler arasındaki çoklu bağlantılılık problemine yol açabilecek olan korelasyon değerleri incelenmiştir. Tabanchik ve Fidell (2015) korelasyon değerlerinin .80 ve üzeri olmasının çoklu bağlantılılık problemine neden olabileceğini belirtmektedir. Tablo 3 incelendiğinde değişkenler arasındaki korelasyon değerlerinin .80'nin altında olduğu görülmektedir. Ayrıca condition index değerleri incelendiğinde Tabanchik ve Fidell'in (201) belirttiği 30 değerinin altında olduğu görülmektedir. Yine tolerans değerlerinin .10'un üstünde ve VIF değerlerinin 10'dan küçük olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar ile çoklu bağlantılılık probleminin olmadığı görülmüştür.

3.2. Model Uyum Değerleri

Varsayımların karşılanmasının ardından aracılık analizleri gerçekleştirilmiştir. Modelin uyum değerleri Tablo 4'te gösterilmektedir. Tablo 4 incelendiğinde modelin uyum değerlerinin mükemmel uyum gösterdiği belirlenmiştir.

Tablo 4. Aracılık Analizine Ait Model Uyum Değerleri

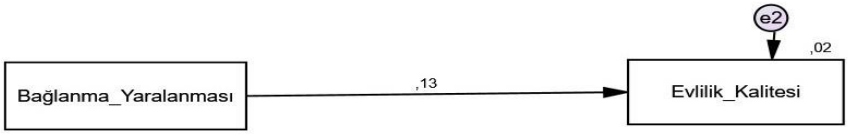
Model	Sonuç	Mükkemel Uyum Değerlei*	Kabul Edilebilir Uyum Değerleri*
X^2/sd	.110	$0 \leq X^2/sd \leq 3$	$3 < X^2/sd \leq 5$
NFI	.995	>.95	>.90
CFI	1.000	>.95	>.90
IFI	1.000	>.95	>.90

RMSEA	.000	<.05	<.08

*Tabachnick and Fidell (2015) tarafından önerilen model uyum değerleri

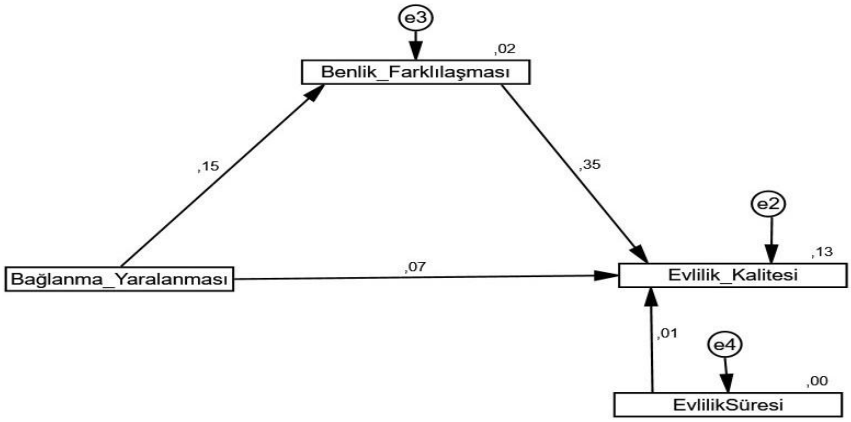
3.3. Aracılık Analizi Bulguları

Model mükemmel bir uyum gösterdiğinden, bağımsız değişken olan bağlanma yaralanmaları ile bağımlı değişken olan evlilik kalitesi arasındaki ilişki ilk olarak incelenmiştir. Model testinden elde edilen regresyon katsayısı Şekil 2'de gösterilmektedir. Bağlanma yaralanmaları puanlarının evlilik kalitesi puanları üzerinde önemli ve olumlu bir etkisi olduğu bulunmuştur (β= .13, p<.01). Böylece ilk araştırma sorusu ile bağlanma yaralanmalarının evlilik kalitesinin yordayıcısı olduğu belirlenmiştir.



Şekil 2. Bağlanma Yaralanmaları ile Evlilik Kalitesi Arasındaki Yordayıcı Etki

İkinci adımda, modelde zaten bulunan bağlanma yaralanması ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkiye, aracı değişken olarak benliğin farklılaşması eklenmiştir. Ayrıca, evlilik kalitesi üzerinde etkisi olduğu kabul edilen evlilik süresi de modele dahil edilmiştir. Modelin aracı değişken regresyon katsayıları Şekil 3'te sunulmuştur.



Şekil 3. Bağlanma Yaralanmaları-Benlik Farklılaşması-Evlilik Kalitesi Aracılık Analizi

Şekil 3'te görüldüğü gibi, bağlanma yaralanmaları, benlik farklılaşmasının anlamlı bir yordayıcısıdır (β= .15, p<.05). Analize aracı değişken olarak dahil edilen benlik farklılaşması, evlilik kalitesinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (β=.35, p<.01). Böylece ikinci üçüncü araştırma sorusuna cevap verilmiştir. Bağımsız değişken olan bağlanma yaralanmalarının, bağımlı değişken olan evlilik kalitesi üzerindeki etkisi (β= .13, p<.01), aracı değişken olan benlik farklılaşmasının dahil edilmesiyle ilişkinin anlamlılığının ortadan kalktığı gözlemlenmiştir (β=.07, p>.05). Bu durum, benliğin farklılaşmasının tam aracı değişken rolüne sahip olduğunu göstermektedir. Böylece, ana araştırma sorusuna cevap verilmiş ve benlik farklılaşmasının, bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkide tam aracı rol oynadığı ortaya konmuştur.

Benliğin farklılaşmasının tam aracı değişken rolü belirlendikten sonra yapısal model analizinin 5000 kişi ile %95 güven aralığında boostrapping analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. Yapısal Model Analiz Bulguları

Tahminler	Sonuç Değişkenleri			
	Benliğin Farklılaşması		Evlilik Kalitesi	
	B	S.H.	B	S.H.
Bağlanma Yaralanması (a yolu)	.15*	.061		
R^2	.02*			
Bağlanma Yaralanması (c yolu)			.13**	.049
R^2			.02**	
Bağlanma Yaralanması (c' yolu)			.07	.056
Benliğin Farklılaşması (b yolu)			.34**	.056
R^2			.12**	
Dolaylı etki			.153 (.014,.108)	

***p<.01, *p<.05* SH=Standart Hata, parantez içindeki değerler güven aralığının alt ve üst sınırları içindedir. Bootstrap yeniden örneklem=5000

Araştırmanın son araştırma sorusunu cevaplamak için Bootstrap analizi yapılmıştır. 5000 yeniden örnekleme ve %95 güven aralığına sahip Bootstrap değerleri 0 değerini içermediğinden bağlanma yaralanmalarının, benlik farklılaşmasının aracılık rolü aracılığıyla evlilik kalitesiyle önemli ölçüde ilişkili olduğu belirlendi (β= .153, %95 GA [0.014, 0.108]. Bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkide benlik farklılaşmasının aracılık rolü, Bootstrap yöntemi ile bir kez daha kanıtlanmıştır.

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışma, evli bireylerin bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkide benliğin farklılaşmasının aracılık rolünü araştırmıştır. Bu amaçla, yordayıcı ve yordanan değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi sonuçları, bağlanma yaralanmasının hem evlilik kalitesi hem de benliğin farklılaşması ile düşük düzeyde bir ilişkisi olduğunu ortaya koymuştur. Bu, evli bireylerin bağlanma yaralanmalarının azalmasıyla birlikte evlilik kalitesinin ve benlik farklılaşma düzeylerinin artacağı olasılığını göstermektedir. Çünkü araştırmaya katılan evli bireylerin bağlanma yaralanmaları puanları düşük düşük düzeyde çıkmıştır. Ayrıca, bulgular benliğin farklılaşması ile evlilik kalitesi arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon olduğunu göstermiştir, bu da evli bireylerin benlik farklılaşma düzeylerinin artmasıyla birlikte evlilik kalitesinin arttığını göstermektedir.

4.1.Bağlanma Yaralanmaları, Evlilik Kalitesi ve Benliğin Farklılaşması

Çalışmanın bulguları, ilgili literatürdeki önceki çalışmaların bulguları ile uyumludur. Literatürde, bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki bağlantıya odaklanan önemli çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmalardan birinde Millikin (2000), bağlanma yaralanmasının evlilik için önemli bir belirleyici olduğunu belirtmiştir. Terzi İlhan (2020) tarafından özel gereksinimli çocukları olan evli bireyler üzerinde yapılan bir çalışmada, bağlanma yaralanması deneyimi ile çift uyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmış ve bağlanma yaralanması düzeyi arttıkça çift uyumunun azaldığı gözlemlenmiştir.

Bağlanma yaralanmalarının bir alt boyutu olan güvensiz bağlanmanın, ilişki memnuniyeti (Kachadourian vd., 2004), evlilik memnuniyeti (Butzer ve Campbell, 2008; Meyers ve Landsberger, 2002), çift uyumu (Rennebohm vd.,

2017; Sousa-Gomes vd., 2022) ve evlilik uyumu (Lussier vd., 1997; Özmen ve Atik, 2010) arasında önemli bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Değişkenler arası korelasyonlar belirlendikten sonra, yordayıcı etkiler analiz edilmiştir. İlk araştırma sorusu, bağlanma yaralanmalarının evlilik kalitesinin önemli bir yordayıcısı olduğuna yöneliktir. Evli bireylerin bağlanma yaralanmasının derecesinin, evlilik kalitesinin düşük bir yordayıcısı olduğu ve varyansın %2'sini açıkladığı belirlenmiştir. Buna göre, bağlanma yaralanmalarının artması evlilik kalitesini azaltma olasılığı yüksektir. Literatür incelendiğinde bağlanma yaralanmalarının evliliğe olumsuz etkileri olduğu görülmektedir (Feeney, 2002; Lussier vd., 1997; Meyers ve Landsberger, 2002; Rennebohm vd., 2017; Sousa-Gomes vd., 2022). Bu çalışmada ise bağlanma yaralanmalarının evlilik kalitesi ile pozitif ilişkisi belirlenmiştir. Bu durumun temel sebebi ise araştırmaya katılan katılımcıların bağlanma yaralanmaları ortalama puanlarının düşük olması yani evliliklerinde düşük düzeyde bağlanma yaralanmalarına sahip olmalarıdır.

Bağlanma yaralanması ile benliğin farklılaşması arasındaki ilişkiler araştırıldığında ise bulgular, bağlanma yaralanmasının bağlanma yaralanmalarının düşük düzeyde bir belirleyicisi olduğunu ve varyansın %2.5'ini açıkladığını ortaya koymuştur. Dolayısıyla, bağlanma yaralanmalarının azalmasının benlik farklılaşmasını da potansiyel olarak arttırdığı sonucuna varılabilir. Bu durumun temel sebebi ise araştırmaya katılan katılımcıların bağlanma yaralanmaları ortalama puanlarının düşük olması yani evliliklerinde düşük düzeyde bağlanma yaralanmalarına sahip olmalarıdır.

Üçüncü araştırma sorusuna cevap aramak için, benliğin farklılaşmasının evlilik kalitesinin önemli bir belirleyicisi olup olmadığını analiz edilmiştir. Bulgular, evli bireylerin benlik farklılaşmasının evlilik kalitesinin önemli bir yordayısıcı

olduğunu göstermektedir. Benliğin farklılaşması evlilik kalitesinin %12'sini açıklamaktadır. Bu durum evli çiftlerin benlik farklılaşma düzeylerinin arttıkça evlilik kalitesinin de artabileceğine işaret etmektedir.

4.2. Benliğin Farklılaşmasının Aracı Rolü

Çalışmanın dördüncü araştırma sorusu, evli bireylerde bağlanma yaralanmaları ile evlilik kalitesi arasındaki ilişkide benliğin farklılaşmasının aracılık rolünü araştırmak üzere tasarlanmıştır. Bulgular, benliğin farklılaşmasının tam aracılık rolünü ortaya koymuştur. Ayrıca, bağlanma yaralanmalarının ve benlik farklılaşmasının birlikte evlilik kalitesinin %13'ünü açıkladığı bulunmuştur. Bu bulguya göre, bağlanma yaralanmalarındaki azalma ve benliğin farklılaşmasındaki artış algılanan evlilik kalitesini yükseltmeye katkı sunabilmektedir. Ayrıca, evlilik süresinin evlilik kalitesi üzerinde olumlu bir etkisi olduğu bulunmuştur.

Tüm bu bulgular, mevcut ilgili literatürdeki çalışmaların bulguları ile tutarlıdır. Bu çalışmanın sonuçları, Johnson (1996) ve Millikin (2000) tarafından çift ilişkilerinde kritik öneme sahip olduğu düşünülen bağlanma yaralanmalarının önemini doğrulamıştır. Ayrıca, bağlanma yaralanmalarının evlilik kalitesi üzerinde önemli bir yordayıcı etkiye sahip olduğunu gösteren birkaç çalışmanın bulguları ile de paraleldir (Johnson, 1996; Makinen, 2004; Millikin, 2000). Bağlanma yaralanmalarının evlilik kalitesi üzerindeki yordayıcı rolünü gösteren bulgu, Terzi-İlhan ve Işık (2021) tarafından elde edilen bulgularla paraleldir.

İlgili literatürde, bağlanma yaralanmalarının evlilik ilişkilerini etkilediğini gösteren birçok çalışma bulunmaktadır. Johnson vd. (2001) tarafından yapılan çalışmada, çiftlerde bağlanma yaralanmalarını hafifletmeye yönelik kısa süreli ve ampirik olarak geçerli bir yaklaşım olan DOÇT bağlamında bir müdahale planlanmıştır. Müdahale, yakın ilişkilerdeki çıkmazları ve bağlanma

yaralanmalarını onarma süreçlerini anlamada yararlı bir yapı sunmuştur. Makinen (2004) tarafından yürütülen başka bir çalışmada ise, bağlanma yaralanmaları olan 24 çift, 13 hafta boyunca DOÇT temelli çift terapisi hizmeti almıştır. Klinik uygulamanın ardından, çiftlerin bağlanma yaralanmalarının onarıldığı ve ilişkilerinde yaşadıkları yakınlık ve derin bağlanma düzeylerinin önemli ölçüde arttığı gözlemlenmiştir. Ayrıca, bağlanma yaralanmasının çiftlerin doyumunu önemli ölçüde etkileyen bir faktör olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak, evlilik süresinin evlilik kalitesi üzerindeki olumlu etkileri literatürdeki bulgularla farklılık göstermektedir. Literatürdeki bir çalışmada, Kharpuri ve Priya (2019) evlilik süresinin uzamasının evlilik kalitesi azalttığını bulmuştur. Batık ve Kalkan (2017) evlilik memnuniyeti üzerine yaptıkları çalışmada, 5 yıldan az süredir evli olan bireylerin evlilik memnuniyetinin, daha uzun süredir evli olan bireylerin evlilik memnuniyetinden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bu çalışmada ise farklı bir sonuç bulunmasının sebebi araştırma dahil olan katılımcıların yüksek düzeyde evlilik kalitesi puanlarına sahip olmaları olabilir.

Benliğin farklılaşması ile ilgili bulgular incelendiğinde mevcut ilgili literatürdeki çalışmaların bulguları ile uyumlu olduğu görülmektedir. Bu çalışmanın sonuçları, Bowen'ın çift ilişkilerinde kritik öneme sahip olduğunu düşündüğü benliğin farklılaşmasının önemini doğrulamıştır (Kerr, 1988). Ayrıca, benliğin farklılaşmasının evlilik kalitesi üzerinde önemli bir yordayıcı etkisi olduğunu gösteren birkaç çalışmanın bulguları ile de paraleldir (Arpita, 2006; Harrison, 2003; Hollander, 2007). Benliğin farklılaşmasının evlilik kalitesinin yordayıcı rolüne işaret eden bulgu, Kalkan ve Aydoğan (2019) tarafından elde edilen bulgularla paraleldir. İlgili literatürde, evlilik kalitesinin genel psikolojik sağlık üzerinde etkisi olduğunu gösteren birçok çalışma bulunmaktadır. Evlilik ilişkisinin kalitesi ne kadar yüksekse, aile üyelerinin depresyon düzeyi o kadar düşük (Williams, 2003), somatik bozuklukları azalmakta (Wickrama vd., 1997) ve olumlu bakış açıları o kadar gelişmiş olmaktadır (Ross vd., 1990). Bu çalışmanın

ışık tuttuğu benliğin farklılaşması kavramı, evlilik kalitesini ve evliliğin diğer yönlerini olumlu yönde etkilediği düşünülebilir.

4.3. Sonuç

Bu sonuçlar ailelerle çalışan, psikolojik danışman, evlilik ve çift danışmanları ve diğer ruh sağlığı uzmanları için önemlidir. Bu çalışmada evlilik kalitesinin önemli bir yordayıcısı olarak belirlenen bağlanma yaralanmaları kavramı, evlilik ve çift danışmanlığı hizmetinde aileleri desteklemek için kullanılabilir. Eşlerin bağlanma yaralanmalarını azaltmaya yönelik müdahaleler, evlilik kalitesi üzerinde daha uzun süreli etkiye sahip olması muhtemel grupla psikolojik danışma ve psikoeğitim prosedürlerine entegre edilebilir. Bu çalışmanın, çiftlerle çalışan ruh sağlığı uzmanları ve yakın ilişkiler üzerine odaklanan bilim insanları için yeni bir bakış açısı sunarak önemli bir öneme sahip olması beklenmektedir. Özellikle evlilik ve çift ilişkilerine odaklanan araştırmacıların, evlilik sürecini anlamak, yakın ilişkileri etkileyen faktörleri belirlemek ve yakın ilişkilerin psikolojik alt boyutlarını tespit etmek gibi alanlarda yeni içgörüler kazanmasına yardımcı olacaktır. Bu çalışmanın bulgularının, çift danışmanlığı için müdahale prosedürlerine temel oluşturması umulmaktadır. Kısacası, bu araştırmanın ilgili literatüre önemli katkılar sağlaması beklenmektedir.

Sonuç olarak, bağlanma yaralanmalarının daha düşük seviyeleri, evlilik kalitesinin ve çiftlerin benlik farklılaşmalarının artmasına katkıda bulunmaktadır. Bu çalışmanın sonuçları, bağlanma yaralanmaları ve benliğin farklılaşmasının Türkiye'deki evli bireylerin evlilik kalitesini nasıl etkilediğinin anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır. Ayrıca, aracılık analizi sonuçları, benliğin farklılaşmasının bağlanma yaralanmalarının evlilik kalitesine aktarılmasında önemli bir mekanizma olduğunu göstermektedir. Bu yüzden benliğin farklılaşmasına yönelik çift danışmanlığı müdahalelerinin oluşturulması önemlidir. Çünkü bu

araştırmanın bulguları benliğin farklılaşmasının bağlanma yaralanmalarının etkilerini tersine çevirebileceğine işaret etmektedir.

4.4. Öneriler

Bu bulgular Türk kültüründe evli bireyler üzerinde gerçekleştirildiği için, DOÇT'nin bağlanma yaralanmaları kavramının evrenselliğini desteklemektedir. Ayrıca, araştırma sonuçları bireylerin evlilik anlayışına kültürel bir bakış açısı sağlamaktadır. Ancak, bu bulgular sadece evli Türk bireylerden oluşan bir örneklem grubunu temsil ettiği için, uygulamanın diğer kültürlere de genişletilmesi gerekmektedir. Bu çalışma, bağlanma yaralanmalarının evli bireylerin evlilik kalitesi üzerinde etkisi olduğunu göstermektedir. Gelecekteki çalışmalarda, flört, nişanlı gibi diğer yakın ilişki biçimlerine de odaklanılmalıdır. Bu araştırmada incelenen modelin yanı sıra, çift ilişkilerinde bağlanma yaralanmalarıyla ilişkili olabilecek iletişim, evlilik kaygısı veya çatışma gibi diğer değişkenler de araştırmaya dahil edilmelidir.

Ayrıca bağlanma yaralanmalarını daha derinlemesine anlamak isteyen araştırmacılar nitel ve karma araştırma yürüterek bu kavramları Online Sesli Foto (OSF) ya da Online Yorumlayıcı Fenomolojik Analiz (OYFA) ile ele alabilirler. Böylece katılımcıların bağlanma yaralanmaları hakkındaki deneyimlerini daha kolay ifade etmeleri sağlanabilir.

4.5. Sınırlılıklar

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır; bu çalışma sadece evli bireyler üzerinde gerçekleştirildiğinden, bulgular bu örneklemle sınırlıdır. Bu bulguları yorumlarken, arabuluculuk testlerinin kesitsel olarak gerçekleştirildiği unutulmamalıdır. Daha genelleştirilmiş sonuçlara ulaşmak için boylamsal

çalışmalar gereklidir. Son olarak, evlilik kalitesini belirleyen faktörler, genelleştirilebilirliği artırmak için araştırma değişkenlerine eklenebilir.

Çıkar Çatışması Bildirimi:

Bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve / veya yayınlanmasına ilişkin herhangi bir potansiyel çıkar çatışması yoktur.

Destek/Finansman Bilgileri:

Bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve / veya yayınlanması için herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

Etik Kurul Kararı:

Bu çalışma için İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Etik Kurulundan 04/07/2022 tarih ve 115 numaralı izin alınmıştır.

KAYNAKÇA

Arpita, L. (2006). *Relationship among differentiation of self, relationship satisfaction, partner support, depression, monitoring/blunting style, adherence to treatment and quality of life in patients with chronic lung disease.* [Doctoral Dissertation]. The Ohio State University.

Aryamanesh, S., Fallahchai, R., Zarei, E., & Haghighi, H. (2012). Comparison of differentiation among satisfying couples and conflicting couples in Bandar Abbas city. *Journal of Life Science and Biomedicine, 2(*6), 308–314.

Batık, M. V., & Kalkan, M. (2017). Evlilikte algılanan sorun çözme becerileri ve evlilik doyumu. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 6*(5), 2630- 2646. http://www.itobiad.com/en/pub/issue/31500/341815

Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Aronson.

Butzer, B., & Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal relationships, 15*(1), 141-154. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00189.x

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri.* Pegem Akademi Yayıncılık. https://doi.org/10.14527/9789944919289

Canel, A. N. (2013). The development of the Marital Satisfaction Scale (MSS). *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 13*(1), 97–117.

Çağ, P. & Yıldırım, İ. (2013). Relational and personal variables predicting marital satisfaction. *Turkish Journal of Psychological Counseling and Guidance, 4*(39), 13-23.

Dessaulles, A., Johnson, S. M., & Denton, W. H. (2003). Emotion focused therapy for couples in the treatment of depression: A pilot study. *American Journal of Family Therapy*, *31*, 345–353. https://doi.org/10.1080/01926180390232266

Doğan, İ. (2007). *Sosyoloji: Kavramlar ve konular*. Pegem Akademi Yayıncılık.

Ersanlı, K., & Kalkan, M. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme kuram ve uygulama* (1. Baskı). Nobel Yayın Dağıtım.

Fricker, J. & Moore, S. (2002) Relationship satisfaction: The role of love styles and attachment styles. *Current Research in Social Psychology, 7*, 1-16.

Furrow, J. L. & Bradley, B. (2011). Emotionally focused couple therapy: Making the case for effective couple therapy. In J. L. Furrow, S. M. Johnson, &

B. A. Bradley (Eds.), *The emotionally focused casebook: New directions in treating couples* (pp. 3–29). Routledge/Taylor & Francis Group. https://doi.org/10.4324/9780203818046

Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and the Family*, 818-831. https://doi.org/10.2307/353304

Hahlweg, K. (1996). Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik [Assessment of marital distress]. Hogrefe.

Hammond, J. R., & Fletcher, G. J. (1991). Attachment styles and relationship satisfaction in the development of close relationships. *New Zealand Journal of Psychology, 20*(2), 56–62.

Harrison, M.D. (2003). *Partners' level of differentiation of self and perceived relationship quality in gay and lesbian couples.* [Doctoral Dissertation]. Fielding Graduate Institute.

Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of Traumatic Stress, 5*(3), 377-391. https://doi.org/10.1002/jts.2490050305

Hollander, S. (2007). *Differentiation of self and emerging adulthood*. [Doctoral Dissertation]. Florida International University. https://digitalcommons.fiu.edu/dissertations/AAI3279227

Johnson, S. M. (1996). *The practice of emotionally focused marital therapy: creating connection*. Brunner/Mazel.

Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused therapy: Creating connection.*Brunner – Routledge.

Johnson, S. M. (2015). *Emotion-focused couple therapy practices: Creating togetherness* (F. Bolat, Trans.). Ck Publishing

Johnson, S. M., & Lee, A. (2000). Emotionally focused family therapy: Restructuring attachment. In C. E. Bailey (Ed.), *Children in therapy: Using the family as a resource*. Guilford Press.

Johnson, S. M. & Whiffen, V. E. (1999). Made to measure: adapting emotionally focused couple therapy to partners' attachment styles. *Clinical Psychology: Science and Practice, 6*(4), 366-381. https://doi.org/10.1093/clipsy.6.4.366

Johnson, S. M., Makinen, J. A. & Millikin, J. W. (2001). Attachment injuries in couple relationships: A new perspective an impasses in couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy, 27*(2), 145-155. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2001.tb01152.x

Johnson, S. M., Bradley, B., Furrow, J., Lee, A., Palmer, G., Tilley, D., ve Woolley, S. (2005). *Becoming an emotionally focused couple therapist: The workbook*. Brunner-Routledge.

Kachadourian, L. K., Fincham, F., & Davila, J. (2004). The tendency to forgive in dating and married couples: The role of attachment and relationship satisfaction. *Personal Relationships, 11(*3), 373-393. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00088.x

Kalkan, E. & Aydoğan, D. (2019). Evlilik ilişki kalitesini benlik acısından değerlendirme: Benliğin farklılaşması ve ilişkisel özgünlük. *Ondokuz Mayıs University Journal of Education Faculty, 38*(1), 174-189.

Kapucu, O. (2014). *Evli çiftlerin evlilik kalitesi ve bağlanma stillerinin demografik özellikler açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

Karasar, N. (2003). *Bilimsel araştırma yöntemleri: Kavramlar, ilkeler ve teknikler*. Nobel Yayın Dağıtım.

Kerr, M. E. (1988). Chronic anxiety and defining a self. *The Atlantic Monthly*. www.columbia.edu/itc/hs/nursing/m4050/baker/85715u03/Kerr.pdf

Kharpuri F.L. & Priya M. (2019). Role of gender and length of marriage in marital satisfaction and psychology. *Oxidation Communications 42*(3), 415–432.

Knauth, D. A., & Skowron, E. A. (2004). Psychometric evaluation of the Differentiation of Self Inventory for adolescents. *Nursing Research, 53*(3), 163–171. https://doi.org/10.1097/00006199-200405000-00003

Kourt, R. (2011). *Investigation of the relationship between childhood traumas and dissociative experiences and feelings of guilt-shame in 18-24-year-old university students* [Unpublished Master's Thesis]. Maltepe University.

Kowal, J., Johnson, S. M. & Lee, A. (2003). Chronic illness in couples: A case for emotionally focused therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, *29*, 299–310. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01208.x

Kurdek, L. A. (2005). Gender and marital satisfaction early in marriage: A growth curve approach. *Journal of Marriage and Family, 67*, 68–74. https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2005.00006.x

Kurt, İ. E. (2018). Adaptation of the Quality of Marriage Scale into Turkish. *Çukurova University Journal of Institute of Social Sciences, 27*(2), 84-96.

Lampis, J. (2016). Does partners' differentiation of self predict dyadic adjustment? *Journal of Family Therapy, 54,* 303–318. https://doi.org/10.1111/1467-6427.12073

Lampis, J., Cataudella, S., Busonera, A., & Skowron, E. A. (2017). The role of differentiation of self and dyadic adjustment in predicting codependency. *Contemporary Family Therapy, 39*(1), 62–72. https://doi.org/10.1007/s10591-017-9403-4

Lussier, Y., Sabourin, S., & Turgeon, C. (1997). Coping strategies as moderators of the relationship between attachment and marital adjustment.

Journal of Social and Personal Relationships, 14(6), 777-791. https://doi.org/10.1177/0265407597146004

Mattson, R. E., Rogge, R. D., Johnson, M. D., Davidson, E. K., & Fincham, F. D. (2013). The positive and negative semantic dimensions of relationship satisfaction. *Personal Relationships, 20(*2), ss.328-355. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2012.01412.x

Meyers, S. A., & Landsberger, S. A. (2002). Direct and indirect pathways between adult attachment style and marital satisfaction. *Personal Relationships, 9*(2), 159-172. https://doi.org/10.1111/1475-6811.00010

Makinen, J. A. (2004). *Resolving attachment injuries in couples: Relating process to outcome*. [Doctoral Dissertation]. University of Ottawa.

Millikin, J. W. (2000). *Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: a process study.* [Doctoral Dissertation]. https://vtechworks.lib.vt.edu/handle/10919/27740

Mosmann, C., Wagner, A., & Feres-Carneiro, T. (2006). Qualidade conjugal: Mapeando conceitos [Marital quality: Mapping out concepts]. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, *16*(35), 315-325. https://doi.org/10.1590/S0103-863X2006000300003

Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of Family Therapy, 22*, 144-167. https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144

Özgüven, İ. E. (2009). *Evlilik ve aile terapisi* (2. Baskı). PDR Yayınları.

Özmen, O., & Atik, G. (2010). Attachment styles and marital adjustment of Turkish married individuals. *Procedia-social and Behavioral Sciences, 5*, 367-371. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.106

Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, *69*(3), 576-593. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x

Ross, C. E., Mirowsky, J., & Goldsteen, K. (1990). The impact of the family on health: The decade in review. *Journal of Marriage and Family*, *52*(4), 1059-1078. https://doi.org/10.2307/353319

Rennebohm, S. B., Seebeck, J., & Thoburn, J. W. (2017). Attachment, dyadic adjustment, and social interest: An indirect effects model. *The Journal of Individual Psychology, 73*(3), 208-224. https://doi.org/10.1353/jip.2017.0017

Rodrıguez-Gonzalez, M., Skowron, E. A., Cagigal de Gregorio, V., & Munoz San Roque, I. (2016). Differentiation of self, mate selection, and marital adjustment: Validity of postulates of Bowen theory in a Spanish sample. *American Journal of Family Therapy, 44(*1), 11–23. https://doi.org/10.1080/01926187.2015.1099415

Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self-inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology, 45*(3), 235-246. https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.235

Skowron, E. A., & Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy 29(*2), 209-22. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01201.x

Sousa-Gomes, V., Lemos, L., Moreira, D. *et al.* (2023). Predictive effect of romantic attachment and difficulties in emotional regulation on the dyadic adjustment. *Sex Res Soc Policy*, *20*, 676–691. https://doi.org/10.1007/s13178-022-00708-9

Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and Family, 3*8(1), 15-28. https://doi.org/10.2307/350547

Spanier, G. B., & Lewis, R. A. (1980). Marital quality: A review of the 1970s. *Journal of Marriage and the Family*, *42*, 825–39. https://doi.org/10.2307/351827

Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences, 34*(8), 1419–1429. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00124-1

Stone, E., & Shackelford, T. (2007). Marital satisfaction. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.). *Encyclopedia of social psychology* (pp. 541- 544). Sage.

Uğur, Z. (2022). *Evli çiftlerin evlilik doyumlarının, eşe kendini açma ve bağlanma yaralanmaları açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Universitesi.

Şendil, G. & Korkut, Y. (2008). Investigation of couple adjustment and marital conflict in married couples in terms of demographic characteristics. *Psychology Studies, 28*, 15-34.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2015). *The use of multivariate statistics* (6th edition). (M. Baloglu, Trans. Ed.). Nobel Akademi Yayınları.

Terzi İlhan, S. (2020). *Özel gereksinimli çocuğu olan evli bireylerin kişilik özellikleri ile çift uyumları arasındaki ilişkide bağlanma yaralanmalarının aracı rolü.* [Doktora Tezi]. Gazi Üniversitesi.

Terzi İlhan, S. & Işık, Ş. (2021). A validity and reliability study on the development of Marital Attachment Injuries Scale. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 11*(63), 543-566. https://doi.org/10.17066/tpdrd.1051411

Wickrama, K. A. S., Lorenz, F. O., Conger, R. D., & Elder, G. H. (1997). Marital quality and physical illness: A latent growth curve analysis. *Journal of Marriage and Family, 59*(1), 143-155. https://doi.org/10.2307/353668

Williams, K. (2003). Has the future of marriage arrived? A contemporary examination of gender, marriage, and psychological well-being. *Journal of Health and Social Behavior, 44*(4), 470-487. https://doi.org/10.2307/1519794

Yavuzer, H. (2015). *Evlilik okulu* (3. Baskı). Remzi Kitabevi.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Marriage is a structure formed by social rules in which two different personalities come together to fulfill each other's desires, interests, and needs (Ersanlı & Kalkan, 2008). According to Özgüven (2009), marriage encompasses individual, social, and psychological roles. Individual roles include sexual compatibility, while social and psychological roles include establishing a family, sharing love and respect, and experiencing togetherness. The marital relationship also provides important support for individuals (Kurdek, 2005) and contributes to their physical and psychological well-being (Proulx et al., 2007), stress management (Kurt, 2018), effective communication, an active sex life (Kapucu, 2014), and perceived social support (Çağ & Yıldırım, 2013).

In this context, Emotion-Focused Couple Therapy (EFCT) is important for close relationships because it was developed to understand couples and relationship systems. DOCT has been used in many studies to understand couples' relationships (Johnson, 1996; Millikin, 2000). As a result of these studies, attachment injuries in DOCT are seen as decisive factors in couples' relationships.

Method

This study examined the mediating role of self-differentiation in the relationship between attachment injuries and marital quality among married individuals. Before testing this role, the descriptive statistics (mean, standard deviation, skewness, and kurtosis) of the relevant variables were evaluated. The normality of the data was examined using the kurtosis-skewness coefficient, proximity of the mode and median values, histograms, and Q-Q plots, revealing normal distribution. Then, Pearson's Moment Correlation Analysis was used to analyze the relationships between the variables. Finally, analyses were conducted to determine the direct or indirect mediating effect of the mediator variable. Data

were analyzed using SPSS 26 and AMOS 23 software with a significance level of .05.

Findings (Results)

This section presents the assumptions made before the mediation analysis and the analysis's findings. Since mediation analysis is an advanced regression analysis, the regression assumptions must first be met. To this end, we examined the normal distribution, multicollinearity problem, autocorrelation value, and correlation values between the first model's variables using the SPSS 26.0 software package. Examining the histogram graph and p-p plot curves in the regression tab revealed that the first regression assumption, that the data is normally distributed, was met. Furthermore, it has been observed that there is no problem with multicollinearity.

After the regression assumptions were met, the model fit values were examined. Since the model showed an excellent fit, we first examined the relationship between the independent variable of attachment injuries and the dependent variable of marital quality. The results revealed that attachment injury scores significantly and positively affected marital quality scores ($\beta = .13$, $p < .01$). Thus, the first research question was answered, confirming that attachment injuries predict marital quality.

In the second step, the relationship between attachment injury and marital quality, both of which were already present in the model, was augmented by adding self-differentiation as a mediating variable. Marital duration was also included in the model because it is believed to affect marital quality. The analysis revealed that attachment injuries are a significant predictor of self-differentiation ($\beta = .15$, $p < .05$). Self-differentiation was found to be a significant predictor of marital quality when included as a mediating variable in the analysis ($\beta = .35$, $p < .01$). Thus, the second and third research questions were answered. However, the effect of attachment injuries on marital quality disappeared when self-differentiation was included as a mediating variable ($\beta = .07$, $p > .05$). This indicates that self-differentiation plays a full mediating role. Therefore, the main research question has been answered, demonstrating that self-differentiation fully mediates the relationship between attachment injuries and marital quality.

Conclusion and Discussion

This study examined the role of self-differentiation as a mediator in the relationship between attachment injuries and marital quality among married

individuals. To this end, the relationship between the predictor and dependent variables was examined. The results of the Pearson Moment Product Correlation Analysis revealed that attachment injuries were weakly associated with both marital quality and self-differentiation. This suggests that as attachment injuries decrease, both marital quality and self-differentiation levels may increase. This is because the attachment injury scores of the married individuals participating in the study were low. Additionally, the findings showed a significant positive correlation between self-differentiation and marital quality. This indicates that as the self-differentiation levels of married individuals increase, so does their marital quality.

The findings of this study align with those of previous studies in the relevant literature. Several important studies in the literature focus on the connection between attachment injuries and marital quality. For example, Millikin (2000) stated in one of these studies that attachment injury is an important determinant of marriage. Terzi Ilhan (2020) found a significant relationship between attachment injury experience and couple harmony in a study of married individuals with children with special needs. It was also observed that as the level of attachment injury increased, couple harmony decreased. Insecure attachment, a subdimension of attachment injuries, is significantly related to relationship satisfaction (Kachadourian et al., 2004), marital satisfaction (Butzer & Campbell, 2008; Meyers & Landsberger, 2002), couple harmony (Rennebohm et al., 2017; Sousa-Gomes et al., 2022), and marital harmony (Lussier et al., 1997; Özmen & Atik, 2010).

These results are important for psychologists, marriage and family therapists, and other mental health professionals who work with families. The concept of attachment injuries, which this study identified as an important predictor of marital quality, can support families through marriage and couples counseling services. Interventions aimed at reducing attachment injuries in spouses can be integrated into group counseling and psychoeducation sessions, which are likely to have a longer-term effect on marital quality. This study is expected to be significant by offering mental health professionals and scientists who focus on close relationships a new perspective. It is expected to help researchers studying marriage and couples gain new insights into the marriage process and identify factors affecting close relationships and the psychological subdimensions of close relationships. The findings of this study are expected to form the basis for intervention procedures in couples counseling. In short, this research is expected to contribute significantly to the relevant literature.