



Kadınların Boşanma Sonrası Yaşamlarının Psiko-Sosyal Açından İncelenmesi*

Sefa Şahan BİROL¹ Veysel TEMEL¹ Elif AYDIN¹

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Karaman

Özet

Bu projenin amacı, Karaman ilinde yaşayan boşanmış kadınların, karar verme, kaygı ve umutsuzluk düzeylerinin belirlenerek, boşanma sonrası yaşamlarının psiko-sosyal açıdan incelenip, katılımcılara uygulanacak ölçeklerden elde edilen verilere göre; karar verme, kaygı ve umutsuzluk düzeyleri yüksek değerlere ulaşan kadınları tespit edebilmektir. Yapılan bu nitel çalışmada, araştırma grubunu, Karaman Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne kayıtlı 10 boşanmış kadın oluşturmaktadır. Araştırmada, demografik bilgileri içeren soruların yanı sıra, Melbourne Karar Verme Ölçeği, Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği baz alınarak adı geçen ölçeklerin bazı soruları örneklem grubunu oluşturan boşanmış kadınlara sözel olarak yöneltilmiştir. Yapılan çalışmalardan elde edilen bu verilerin yanı sıra, araştırma neticesinde Karaman Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne kayıtlı 10 boşanmış kadın ile yapılan görüşme sonrası elde edilen veriler doğrultusunda; katılımcıların eğitim durumlarının ilkökul ve ortaokul ile sınırlanmış olması, çocuklarına bakma yükümlülüğünden dolayı çoğunluğunun çalışmıyor olması ve çoğunun gelir seviyelerinin düşük ve oturdukları evin kira olması gibi olumsuz etkenlere rağmen karar verme düzeyleri yüksek iken, durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ile umutsuzluk düzeylerinin ise düşük olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Karar Verme, Kaygı, Umutsuzluk, Boşanmış Kadınlar, Karaman

The Psycho-Social Examination of Women's Life After Divorcement*

Abstract

This research was done with the aim of determination of the female who reach high levels of decision-making, anxiety and hopelessness after their life is examined psycho-social after their divorce, by determining the level of decision-making, anxiety and hopelessness of divorced female living in Karaman province, according to the results obtained from scales applied to participants. In this qualitative study, the research group consists of 10 divorced female registered with Karaman Family and Social Policy Provincial Directorate. Some questions of the mentioned scales were orally addressed to divorced female who constituted the sample group by being based on the Melbourne Decision Making Questionnaire, the Spielberger State and Trait Anxiety Questionnaire, and the Beck Hopelessness Questionnaire, as well as demographic information questions. In addition to these data obtained from the studies done, in line with the data obtained after the interview with 10 divorced female registered with Karaman Family and Social Policies Provincial Directorate, as a result of our research; while the level of decision making were found to be high as the educational status of the participants was limited to primary and secondary schools, the majority were unable to work because of their obligation to look after their children, and the majority of the income were low and the house rents were low, the level of state and trait anxiety and hopelessness were found to be low.

Key words: Decision Making, Anxiety, Hopelessness, Divorced Female, Karaman

* Bu araştırma, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Komisyonunca kabul edilen 36-M-16 nolu proje kapsamında desteklenmiştir.

1. Giriş

Kaygı, insanın temel duygularından biri olarak kabul edilebilir. Hepimiz, tehlikeli gördüğümüz durumlarda bir miktar kaygı duyarız. Tehlikeli koşulların yarattığı bu kaygı türü genellikle her bireyin yaşadığı geçici, duruma bağlı bir kaygıyı oluşturur. Buna "durumluluk kaygı" denir. Bireyin içinde bulunduğu stresli durumdan dolayı hissettiği subjektif korkudur. Fizyolojik olarak otonom sinir sisteminde meydana gelen bir uyarılma sonucu terleme, sararma, kızarma ve titreme gibi fiziksel değişimler, bireylerin gerilim ve huzursuzluk duygularının göstergeleridir. Stresin yoğun olduğu zamanlar durumluk kaygı seviyesinde yükselme, stres ortadan kalkınca, düşme olur (Öner, 1997).

Sosyal, psikolojik, kültürel ve biyolojik bir varlık olan insanın sosyalleşme gereksinimi yapısının ve doğasının bir

gereği olarak düşünülmektedir. İnsanın içinde bulunduğu yakın ve uzak çevresi ile kurduğu ilişkiler ve bu ilişkinin niteliği insanın sosyalleşme sürecini de etkilemektedir. Yavuzer (1998)'e göre bireyin yaşamının en büyük başarısı, sağlam ve dengeli bir sosyalleşmeye kavuşmasıdır. Sosyalleşme sürecince bireylerin karşılaşacağı olumsuzluklar ve engellenmeler sosyalleşmesini olumsuz yönde etkileyebileceği gibi kaygı yaşantılarına da neden olabilir. Bu bireyler bazen bir toplum karşısında konuşurken, yeni biriyle tanışırken veya tanıştırılırken, yetkili bir kimse ile konuşması gerektiğinde kişinin endişelenmesi ve bu durumları düşünmesinin bile bireyi rahatsız etmesi o bireyin sosyal kaygı yaşadığı şeklinde yorumlanabilir (Baltacı, 2010). Bireyin başkaları tarafından yargılanabileceği kaygısı duyduğu sosyal ortamlarda, mahcup ya da rezil olacağı konusunda belirgin ve sürekli bir korku hali olan sosyal fobi,

sosyal anksiyete bozukluğu ile eş anlamlı olarak kullanılan bir terimdir. (Sungur, 1997; Dilbaz, 2000). Bireyler, gerçeklerden çok hayal unsuru olan durumlarla ilgili sosyal kaygı yaşarlar. Gerçek olmasından endişe duyulan durumlar bireyde kaygı uyandırır. Sosyal kaygının diğer kaygılardan temel farkı, kişilerarası değerlendirmelerden kaynaklanıyor olmasıdır (Mercan, 2007).

Karar, dilimizde düşünme ve muhakeme sonunda hüküm, süreklilik, devamlılık, sebat, düzen, uygun tahmin ve benzeri anlamlar ifade eder. Kararsız ise sabırsız, sebatsız, huzursuz, değişken anlamına gelir (Tosun, 1992).

Karar verme, bir ihtiyacı gidereceği düşünülen bir objeye ulaştırabilecek birden fazla yol olduğu zaman, yaşanan sıkıntıyı giderici bir yöneliş şeklinde tanımlanabilir. Karar vermeyi gerektiren durum önemli konularda verileceğinde, sonuçları önceden tasarlama ve hedefe ulaşırma gücü en fazla olana yönelme daha çok önem kazanmaktadır (Kuzgun, 1992).

Karar verme süreci bir anlamda bireyin iç dünyasında denge sağlama süreci olarak da görülebilir. Karar verme durumunda olan birey, hem iç dünyasına yönelik ihtiyaçlarını, hem de çevresel beklentileri karşılamaya ve doyurmaya yöneliktir. Bunu yapabilmek için de bireyin kişisel ve çevresel kaynaklarını etkili ve olumlu bir şekilde kullanması gerekmektedir (Marco ve ark., 2003). Yani karar vericinin, karar seçeneklerini değerlendirmede kullanacağı dayanakların temelini değer sisteminin oluşturduğu söylenebilir. Değerler, nesne, olay ve görüşlerin; o toplum, sınıf ve birey bakımından taşıdığı önemi belirtir. Buna göre, değerler, karar sürecinde karar vericiyi yönettici ve bağlayıcı etki yapar. Eğer karar süreci bir değer çerçevesine sokulursa, düşüncelerimiz bir dereceye kadar sistemleşir (Bursalıoğlu, 2005).

Umutsuzluğun anlaşılabilmesi için öncelikle umudun tanımlanması gerekir. Umut “iyi olma duygusu veren ve kişiyi harekete geçirmek için güdüleyen bir özellik” olarak tanımlanmaktadır (Kemer ve Atik, 2005).

Umutsuzluk ise güven duygusundan yoksun olma durumu olarak ifade edilebilir. Rideout ve Montemuro, umudu bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan fazla olan beklentiler; umutsuzluğu ise bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan olumsuz beklentiler şeklinde tanımlamaktadır (Rideout ve Montemuro, 1986).

Gerek umut gerekse umutsuzluk, her ikisi de kişinin gelecekteki gerçek hedeflerine ulaşma olanaklarının olası yansımalarıdır. Umut ve umutsuzluk karşıt beklentileri simgeler. Umut da hedefe ulaşmak için uygulamaya konulan planların başarılabileceği öngörüsü varken; umutsuzluk da başarısızlık yargısı vardır. Bu iki uç beklenti kişiden kişiye, durumdan duruma beklenen sonucun ne zaman ve nasıl gerçekleştiğine bağlı olarak değişiklik gösterir. Bu plan ve beklentilerin her biri yalnızca bireyin planlarını hedefine nasıl oturttuğu değil, kendisi için oluşturduğu hedefin şeklini de etkiler (Melges, 1969).

Umutsuzluk türleri bilinçli ve bilinçsiz olarak ikiye ayrılmaktadır. Bilinçsiz umutsuzluğa yakalanmış kişiler görünüşte gayet iyimser, mutlu, ekonomik ve sosyal hayat içerisinde oldukça iyi bir şekilde fonksiyonda bulunuyormuş gibi görünmektedirler. Bilinçsiz umutsuzluk, kendisini can sıkıntısı, kayıtsızlık, güçsüzlük, yalnızlık, güvensizlik, duyguları gibi çeşitli duygularla hissettirebilmektedir.

Dolayısıyla içten içe umutsuzluk duygusu yaşamakta olan insanlar, içlerini kemiren umutsuzluk duygusundan adeta kaçmak istercesine sahte birtakım tanrılara (parti, ideoloji, para, güç, ulus, devlet, lider vs.) bağımlılık geliştirmektedir. Bilinçsiz umutsuzluk, kendisini edilgin bir bekleyiş altında da gizleyebilmektedir. Zira çoğu kimse ümitli olduklarını ifade ettikleri halde yüreklerinin sesini, itkisini dinleme ve ona göre davranma yetisinden yoksun bulunmaktadırlar. (Kierkegaard, 1997).

Buna karşın bilinçli umutsuzluk, bilinçsiz umutsuzluğa nazaran çok daha az olan, pek yaygın olmayan bir umutsuzluk çeşididir. Kierkegaard, bilinçli umutsuzluğun, “ben”in kendi olmak istediği umutsuzluk” şekli olduğunu belirterek, bunun da bir çeşit meydan okuma anlamına geldiğinden söz etmektedir. Zira ona göre “ben”in kendisi olmak istemesi” demek kendisini ortaya koyan güçle olan tüm ilişkisini kopararak böyle bir gücün varlığı fikrinden kurtulmak istemesi anlamına demektir. Bu da tam bir meydan okuma olmaktadır (Kierkegaard, 1997).

2. Materyal ve metot

Nitel araştırma, sosyal olguları bağlı buldukları çevre içerisinde gerçekçi ve bütünsel bir biçimde irdelemeyi ve anlamayı ön plana alan bir yaklaşımdır. Bu çerçevede sosyal dünyanın göreceliğini esas alarak, sosyal olguların bir durumun kendine özgü boyutlarının ayrıştırılmasıyla anlaşılabilirliğini savunur. Bu temelde bireylere kendi hikâyelerini paylaşma ve seslerini duyurma imkânı vererek, sosyal olgulara ilişkin derin anlayışlar sunar (Şimşek ve Yıldırım, 2011).

Araştırma, nitel bir çalışmadır. Nitel araştırma tasarımı çerçevesinde olgu bilim (fenomonoloji) yaklaşımı benimsenmiştir. Karaman Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü ile ortak yürütülen bu proje çerçevesinde, örneklem grubu, ilgili kuruma kayıtlı olan ve anılan kurumdan yardım alan 10 boşanmış kadından oluşmakta olup, projeye dahil olan 10 boşanmış kadının seçimi, ilgili kurum tarafından yapılmış ve kendilerinin projeye katılımları gönüllülük esasına dayandırılmıştır. Bu çerçevede amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme ve kolay ulaşılabilir durum örnekleme dayalı bir seçim yapılmıştır. Kolay ulaşılabilir durum örnekleme araştırılmaya hız kazandırır, diğer örnekleme yöntemlerini kullanma olanağının bulunmadığı durumlarda kullanılır (Şimşek ve Yıldırım, 2011).

Karaman Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne kayıtlı boşanmış kadınlardan araştırmaya katılmak isteyenlerin listesi oluşturularak görüşme takvimi hazırlanmış ve sırayla katılımcılarla görüşülmüştür. Araştırmada veri toplayabilmek için görüşme yöntemi kullanılmıştır. Kuş (2003), araştırmalarda yaygın kullanılan veri toplama tekniklerinden biri olan görüşme ya da mülakatın; önceden hazırlanmış soruların sorulduğu ve karşıdaki kişinin sorulara yanıtlar verdiği amaçlı bir söyleşi olduğunu belirtmektedir. Görüşmenin diğer bir tanımı ise, önceden belirlenmiş ve ciddi bir hedefe yönelik yapılan, karşıdakine soru sorma yöntemiyle yanıtlar alan etkileşime dayalı bir iletişim sürecidir. Tanımda geçen belirtilen süreç, bu karşılıklı yapılacak iletişimin süregelen ve dinamik yapısını ifade eder. Bu dinamik yapı, karşılıklı bir etkileşime dayalı bir bağ kurmayı gerektirir. Görüşme sürecinin planlı ve amaçlı olması özelliği ise görüşme tekniğini, bir sohbet olmaktan

farklı kılar ve onu hedeflere yönelik planlanmış bir veri toplama çalışması yapar. Görüşmede kullanılan soru ve cevap yöntemi veri toplarken bir ilişkiyi kurma ve veriye ulaşma yolu olarak nitelendirilebilir (Şimşek ve Yıldırım,2011). İnsan yaşamında görüşmenin, önemli bir o kadar da eski bir yeri vardır. Görüşme bireylerin, çeşitli konulardaki bilgi, düşünce, tutum ve davranışları ile bunların olası nedenlerinin öğrenilmesinde en kestirme yol olarak kullanıla gelmiştir (Karasar,2005).

Boşanmış kadınlara boşanma sonrası yaşamlarının psiko-sosyal açıdan incelenmesi ile ilişkin yarı yapılandırılmış görüşme formu yöneltilmiştir. Bu formun hazırlanma aşamasında demografik bilgilerine ilişkin soruların yanı sıra, Melbourne Karar Verme Ölçeği, Spielberg Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği baz alınarak hazırlanan boşanmış kadınlara sözel olarak yöneltilmiştir.

Moustakas (1994) olgu bilim çalışmalarının veri toplama aşamasının genellikle derinlemesine mülakatlara dayandığını altını çizerek, bu sürecin gözlemlerle tamamlanabileceğini belirtmektedir. Şimşek ve Yıldırım (2011) de olgu bilim araştırmalarında başlıca veri toplama aracının mülakat olduğunu vurgulamaktadırlar.

Çalışma grubuna dâhil olan 10 katılımcı ile mülakatlara başlanmadan önce, araştırmanın örneklem ölçütüne uygun özelliklerdeki 1 boşanmış kadın ile bir pilot çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda araştırmacı detaylı bir mülakat denemesinde bulunma fırsatı yakalayarak, katılımcılarla etkili mülakat yapma hususunda tecrübe kazanmıştır. Ayrıca boşanma sonrası yaşamlarının psiko-sosyal açıdan incelenmesine ilişkin bireysel deneyimlerin özünü anlayabilmek, paylaşılan ortak anlamları açığa çıkarabilmek ve derin bir anlayış sunabilmek için katılımcıların aktardıklarını dinleme, algılama ve yorumlama konusunda ciddi bir ön hazırlık olanağı elde etmiştir. Diğer taraftan gerçekleştirilen bu pilot çalışma, mülakat sorularının gözden geçirilmesini ve gerekli düzeltmelerin yapılmasını sağlamıştır. Söz konusu pilot çalışma sonucunda elde edilen verilerin analiz aşaması da mülakatların yazılı hâle getirilmesi ve ayrıntılı bir biçimde okunması ile katılımcılar tarafından dile getirilen önemli ifadelerle atıfta bulunularak ortak temaların ve anlam kümelerinin oluşturulması hususunda araştırmacıya pratik yapma imkânı tanımıştır. Böylece ana araştırma için bir temel oluşturulmuştur.

Pilot çalışma tamamlandıktan sonra araştırmanın ana çalışma grubu ile mülakatlara başlanmıştır. Bu kapsamda 10 katılımcı ile (her biri 2 saate varan) derinlemesine mülakatlar gerçekleştirilmiştir. Karaman Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü araştırmaya katılan boşanmış kadınlar ile çalışma ile ilgili bir katılım gönüllülük protokolü imzalamıştır. Bu kapsamda öncelikle araştırmanın amacı ve süreci açıklanmıştır. Sonrasında mülakat prosedürleri aktararak, etik prensipler ortaya koyulmuş ve gizlilik taahhüdünde bulunulmuştur. Araştırmacının, mülakat boyunca gözlem ve izlenimleri ile gerekli gördüğü diğer hususları not edebileceği hatırlatılmıştır. Güvene dayalı bir etkileşim sağlayabilmek adına böyle bir girişle başlayan mülakatlar, katılımcıların evlerinde gerçekleştirilmiş ve ortalama 120 dakika sürmüştür. Her ne kadar önceden yarı yapılandırılmış bir mülakat formu hazırlanmış olsa da katılımcıların bunun ötesinde zengin bir anlatım sağlaması sonucunda esnek davranılarak mülakatlar genellikle doğal akışına bırakılmıştır. Özellikle yanıtların tam

olarak anlaşılmadığı ve konunun dağılmaya başladığı durumlarda, mülakat soruları farklı biçimlerde ifade edilerek konuyla ilgili derinlemesine bilgi sağlanmaya çalışılmıştır. Buradaki amaç, verilen yanıtları belirli bir doğrultuda yönlendirmek değil; katılımcılara farklı yollardan ulaşarak araştırılan olguya odaklanılmasını ve ayrıntılı açıklamalar yapılmasını sağlamaktır.

Görüşme yöntemi ile elde edilen veriler, içerik analiz yöntemi ile analiz edilmiştir. Görüşme formundaki her bir soruya karşı gelen ifadeler deşifre edilerek ve tek tek okunarak mevcut temalar çıkarılmıştır. Bunlar içinden en sık tekrar eden belli başlı temalara ulaşılarak bir yargıya varılmaya çalışılmıştır. Bu genel temaların kaç kişi tarafından belirtildiğine ilişkin belirtilme sıklıkları ve yüzde alınarak bulgular bölümünde çizelgelerle sunulmuştur. Grupların altında açıklamalar ve yorumlara yer verilmiştir. Katılımcılar; harfler şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlama ile katılımcıların belirginleşmesinin önüne geçilmeye çalışılmıştır.

Karaman Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne kayıtlı boşanmış kadınların kişisel özellikleri hakkında bilgi toplamak ve araştırmada inceleme konusunun bağımsız değişkenlerini oluşturmak amacıyla araştırmacı tarafından 8 sorudan oluşan bilgi formu hazırlanmıştır.

Melbourne Karar Verme Ölçeği

Orijinali Mann ve ark. (1998), tarafından geliştirilmiş olan Melbourne Karar Verme Ölçeğini, (Melbourne Decision Making Questionary) Deniz (2004), Türkçe'ye uyarlayarak geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapmıştır. Melbourne Karar Verme Ölçeği iki kısma ayrılmaktadır.

I. kısım karar vermede özsaygıyı (kendine güven) belirlemeyi amaçlamaktadır. Altı maddeden oluşmakta ve üç maddesi düz, üç maddesi ters yönde puanlanmaktadır. Puanlama her bir maddeye verilen "Doğru" yanıtına 2 puan, "Bazen Doğru" yanıtına 1 puan, "Doğru Değil" yanıtına ise 0 puan şeklinde yapılmaktadır. Ölçekten alınabilecek maksimum puan 12'dir. Yüksek puanlar karar vermede özsaygının yüksek olduğunun göstergesidir.

II. Kısım ise 22 maddeden oluşmakta ve karar verme stillerini ölçmektedir. Dört alt faktörü bulunmaktadır.

1.Dikkatli Karar Verme Stili: Bireyin karar vermeden önce özenle gerekli bilgiyi araması ve alternatifleri dikkatlice değerlendirdikten sonra seçim yapma durumudur. Bu faktör altı madde (2, 4, 6, 8, 12, 16) ile ifade edilmiştir.

2.Kaçıngan Karar Verme Stili: Bireyin karar vermekten kaçınması, kararları başkalarına bırakma eğiliminde olması ve böylece sorumluluğu bir başkasına devrederek karar vermekten kurtulmaya çalışma durumudur. Bu faktör altı madde (3, 9, 11, 14, 17, 19) ile ifade edilmiştir.

3.erteleyici Karar Verme Stili: Bireyin kararı geçerli bir neden olmaksızın sürekli erteleme, geciktirme ve sürüncemede bırakma durumudur. Bu faktör, beş madde (5, 7, 10, 18, 21) ile ifade edilmiştir.

4.Panik Karar Verme Stili: Bireyin bir karar durumu ile karşı karşıya kaldığında, kendini zaman baskısı altında hissederek aceleci davranışlar sergileyip çabuk çözümlere ulaşma çabası durumudur. Bu faktör, beş madde (1, 13, 15, 20, 22) ile ifade edilmiştir.

Melbourne Karar Verme Ölçeğinin Güvenirliği

Melbourne Karar Verme Ölçeğinin (MKVÖ I-II) güvenilirliğini Deniz (2004), testin tekrarı ve iç tutarlık yöntemleriyle ayrı ayrı hesaplamıştır. Testin tekrarı yöntemi ile MKVÖ I-II 56 üniversite öğrencisine üç hafta ara ile iki kez uygulamış, testin tekrarı yöntemi ile alt ölçeklerden elde edilen güvenilirlik katsayıları $r=.68$ ile $r=.87$ arasında değiştiğini hesaplamıştır. Ölçeğin iç tutarlılık hesaplamasında Deniz (2004), madde analizi yapmış, analiz sonucunda ölçeklerde yer alan toplam 28 maddenin, 26'sının madde toplam korelasyonları .33'ün üstünde; diğer iki maddenin, madde toplam korelasyonu ise .26 ve .27 olarak bulunmuştur. 154 üniversite öğrencisine uygulanan MKVÖ I-II'nin iç tutarlılık katsayıları; Karar vermede özsaygı .72, dikkatli .80, Kaçınan .78, Erteleyici .65, Panik .71 şeklinde hesaplamıştır.

Melbourne Karar Verme Ölçeğinin Geçerliliği

MKVÖ I-II geçerlik çalışmalarını Deniz (2004), kapsam geçerliği ve benzer ölçekler geçerliği yöntemi kullanarak gerçekleştirmiş, kapsam geçerliğinde, uzman görüşüne başvurmuştur. Benzer ölçekler geçerliğini Kuzgun (1992), tarafından geliştirilen Karar Stratejileri Ölçeği ile yapılmış, öğrencilere Melbourne Karar Verme Ölçeği I-II ve Karar Stratejileri Ölçeği birlikte uygulamıştır. MKVÖ I-II'nin alt ölçekleri ile KSÖ'nin alt ölçekleri arasındaki korelasyon katsayılarının .15 ile .71 arasında değiştiğini hesaplamıştır.

Bu araştırmada; ölçek, katılımcıların karar vermede öz saygı iç tutarlık katsayısı 0.62 ve karar verme stilleri alt boyutlarından dikkatli karar verme iç tutarlık katsayısı 0.68, kaçınan karar verme iç tutarlılık katsayısı 0.66, erteleyici karar verme iç tutarlılık katsayısı 0.60 ve panik karar verme iç tutarlılık katsayısı 0.73 olarak bulunmuştur.

Yukarıda geçerliliği ve güvenilirliği hakkında bilgi verilen, Melbourne Karar Verme Ölçeği ile ilgili bir çalışma yapılarak, bu doğrultuda katılımcıların boşanma sonrası psiko-sosyal yaşamlarına ilişkin ne yaşadıkları ve bu deneyimi nasıl yaşadıkları hakkında kapsamlı bir anlayış geliştirilmeye çalışılmış ve pilot çalışmanın cevapları bu gözle tekrar tekrar okunmuştur. Bu çerçevede söz konusu cevaplar Karar Verme durumunun doğasına ve özüne ulaşmayı sağlayacak önemli ifadeler odaklanılmış ve bunlardan alıntılar yapılmıştır. Böylece veriler üzerinde bir indirgeme işlemi gerçekleştirilerek, katkıda bulunmayan ifadeler elenmiş ve ön plana çıkmış sorular baz alınarak, 10 boşanmış kadına Karar Verme ile ilgili,

- Karar verme yeteneğime güvenirim,
- Kararları başkalarına bırakmayı tercih ederim,
- Karar verdikten sonra kararımı uygulamayı sonraya bırakırım soruları yöneltmiştir.

Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği

Spielberger ve ark. (1970) tarafından, geliştirilen envanter, durumluk ve sürekli kaygıyı ölçen 20'şer ifadeli 2 alt ölçekten oluşmaktadır. *Durumluk Kaygı Alt Ölçeği (STAI-S)*, bireyin belli bir anda ve belli koşullarda; *Sürekli Kaygı Alt Ölçeği (STAI-T)* ise, genellikle nasıl hissettiğini betimlemesini gerektirir. Envanter 4 noktalı ölçekler aracılığıyla cevaplanır. Durumluk Kaygı Alt Ölçeği maddelerinde ifade edilen duygu ve davranışlar, bu tür yaşantıların şiddet derecesine göre '(1) Hiç, (2) Biraz, (3) Çok ve (4) Tamamıyla' seçeneklerinden biri seçilerek

belirtilir. Sürekli Kaygı Alt Ölçeği maddelerinde ifade edilen duygu ve davranışlar ise, sıklık derecelerine göre; '(1) Hemen Hiçbir Zaman, (2) Bazen, (3) Çok Zaman ve (4) Hemen Her Zaman' şeklinde işaretlenir. Her bir alt ölçekten alınan yüksek puanlar, kaygı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Envanterin orijinal formunun test-tekrar test ve Kuder-Richardson güvenilirlik oranları sırasıyla, Durumluk Kaygı Alt Ölçeği için .16 - .54 ve .83 - .92; Sürekli Kaygı Alt Ölçeği için ise, .73 - .86 ve .86 - .92 şeklinde bulunmuştur (Öner ve Le Compte, 1998).

Yukarıda hakkında bilgi verilen Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği ile ilgili bir çalışma yapılarak, bu doğrultuda katılımcıların boşanma sonrası psiko-sosyal yaşamlarına ilişkin ne yaşadıkları ve bu deneyimi nasıl yaşadıkları hakkında kapsamlı bir anlayış geliştirilmeye çalışılmış ve pilot çalışmanın cevapları bu gözle tekrar tekrar okunmuştur. Bu çerçevede söz konusu cevaplar Durumluk ve Sürekli Kaygı durumunun doğasına ve özüne ulaşmayı sağlayacak önemli ifadeler odaklanılmış ve bunlardan alıntılar yapılmıştır. Böylece veriler üzerinde bir indirgeme işlemi gerçekleştirilerek, katkıda bulunmayan ifadeler elenmiş ve ön plana çıkmış sorular baz alınarak, 10 boşanmış kadına Durumluk ve Sürekli Kaygı ile ilgili,

Durumluk kaygı ile ilgili,

- Şu anda sakinim,
- Şu anda hiç keyfim yok,
- Kendime güvenim var,
- Şu anda endişeliyim,

Sürekli Kaygı ile ilgili

- Genellikle keyfim yerindedir,
- Genellikle kolay ağlarım,
- Genellikle sakin, kendime hakim ve soğukkanlıyım,
- Genellikle kendime güvenim yoktur,
- Genellikle hayatımdan memnunum,
- Akli başında ve kararlı bir insanım soruları yöneltmiştir.

Beck Umutsuzluk Ölçeği

Beck ve ark. (1974) tarafından yılında geliştirilmiş bulunan 'Beck Umutsuzluk Ölçeği' kullanılacaktır. Ölçeğin, intihar girişiminde bulunan hastalarla ve depresif yaşlılarla yapılan çalışmalarda iç tutarlılığının .84 ve .93 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin geçerliliğini incelemek üzere yapılan çalışmalarda 'Beck Depresyon Ölçeği' ve klinisyen değerlendirmeleri ile ilişkisinin .60 ve .68 arasında değiştiği saptanmıştır. Çeviri çalışması Seber, tarafından yapılmış olan ölçek (Savaşır ve Şahin, 1997), 20 maddeden oluşmaktadır. Sorulara doğru, yanlış biçimde cevap verilmekte olup, puan aralığı 0-20'dir. Ölçek üç faktörü içermektedir: 1. Gelecek ile ilgili duygular, 2. Motivasyon kaybı, 3. Gelecek ile ilgili beklentiler. Ölçek, hastada depresyonun seviyesindeki değişikliklerin yanı sıra umutsuzluk ve intihara ilişkin de bilgi vermektedir (Ceyhun, 2001). Alınan puanlar yüksek olduğunda bireydeki umutsuzluğun yüksek olduğu varsayılır (Savaşır ve Şahin, 1997).

Yukarıda hakkında bilgi verilen Umutsuzluk Ölçeği ile ilgili bir çalışma yapılarak, bu doğrultuda katılımcıların boşanma sonrası psiko-sosyal yaşamlarına ilişkin ne yaşadıkları ve bu deneyimi nasıl yaşadıkları hakkında kapsamlı bir anlayış geliştirilmeye çalışılmış ve pilot çalışmanın cevapları bu gözle tekrar tekrar okunmuştur. Bu

çerçevede söz konusu cevaplar Umutsuzluk durumunun doğasına ve özüne ulaşmayı sağlayacak önemli ifadelerle odaklanılmış ve bunlardan alıntılar yapılmıştır. Böylece veriler üzerinde bir indirgeme işlemi gerçekleştirilerek, katkıda bulunmayan ifadeler elenmiş ve ön plana çıkmış sorular baz alınarak, 10 boşanmış kadına Umutsuzluk ile ilgili,

- Kötü günlerden, çok iyi günler bekliyorum,
- Geçmiş tecrübelerim beni geleceğe iyi hazırladı soruları yöneltilmiştir.

Veri Toplama Süreci

Karaman Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne kayıtlı olan ve bu kurumdan yardım alan 10 boşanmış kadına 4 ay boyunca ulaşılmaya çalışılarak veri toplanmaya çalışılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmanın veri analiz aşamasında Moustakas'ın (1994) olgu bilim çalışmaları için önerdiği süreç temel alınmıştır. Sorulan sorulara karşılık alınan cevaplarla, sonuç olarak yaklaşık 40 sayfalık ham veri metni oluşmuştur. Bu süreçte araştırmacı, boşanma sonrası yaşamlarının psiko-sosyal açıdan incelenmesine ilişkin bireysel deneyimlerini de mümkün olduğunca bir kenara bırakmaya ve yargıda bulunmaktan kaçınmaya çalışmıştır. Böylece önyargılarından uzaklaşmaya ve tüm dikkatini katılımcıların deneyimleri üzerinde yoğunlaştırmaya özen göstermiştir. Daha sonra mülakat metinleri tek tek ele alınmış ve her biri ayrıntılı bir biçimde irdelenerek veriler derinlemesine analiz edilmiştir. Bu doğrultuda katılımcıların boşanma sonrası yaşamlarının psiko-sosyal açıdan incelenmesine ilişkin ne yaşadıkları ve bu deneyimi nasıl yaşadıkları hakkında kapsamlı bir anlayış

geliştirilmeye çalışılmış ve metinlerin içerikleri bu gözle tekrar tekrar okunmuştur. Bu çerçevede söz konusu metinlerdeki boşanma sonrası yaşamlarının psiko-sosyal açıdan incelenmesine ilişkin ilgili durumun doğasına ve özüne ulaşmayı sağlayacak önemli ifadelerle odaklanılmış ve bunlardan alıntılar yapılmıştır. Böylece veriler üzerinde bir indirgeme işlemi gerçekleştirilerek, yaşanan psiko-sosyal deneyimini anlamlandırmaya katkıda bulunmayan ifadeler elenmiştir.

3. Bulgular

Katılımcıların demografik özelliklerine göre frekans ve yüzde dağılımları incelendiğinde, katılımcıların yaş durumunun yüzde olarak en düşük yaş aralığı 36-40 iken, en yüksek yaş aralığı 31-35 olarak tespit edilmiştir. Eğitim durumuna bakıldığında araştırmaya katılan boşanmış kadınların ilkökul ve ortaokul düzeyinde eğitim durumuna sahip oldukları gözlemlenmektedir. Çalışma durumuna bakıldığında boşanmış kadınların ağırlıklı olarak çalışmadığı görülmektedir. Gelir düzeyine bakıldığında, en düşük yüzde oranı 0-200 TL iken, en yüksek gelir düzeyi 401-600 TL olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların oturduğu evin kira olma oranı kendilerine ait olma oranından daha yüksektir. Çocuk sayılarına bakıldığında 1 ve 5 çocuğa sahip olma oranı en az seviyede iken, 2 ve 3 çocuğa sahip olma oranı en yüksek seviye olarak belirlenmiştir. Eşinden ayrılma sürelerine bakıldığında 3-5 yıl öncesinde eşinden ayrılmış olan kadınların oranı en düşük çıkarken, 1-2 yıl önce boşanmış olan kadınların oranı yüksek çıkmıştır. Katılımcıların yetiştiği çevreye bakıldığında İlçe ve Büyükşehir'de yetişmiş katılımcı olmayıp, ilde yetişen boşanmış kadınların oranı köyde yetişenlere göre daha yüksek olarak belirlenmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların karar verme düzeylerinin yüzde değerleri

Karar verme	Belirtilme Sıklığı	Katılımcılar	%
Karar verme yeteneğime güvenirim	10	A,B,C,D,E,G,H,I,J	%90
Kararları başkalarına bırakmayı tercih ederim	10	-	-
Karar verdikten sonra kararımı uygulamayı sonraya bırakırım	10	B,C,E,F,I,J	%60

Tablo 1 incelendiğinde; boşanmış kadınların karar verme düzeylerinde; karar verme yeteneğime güvenirim ifadesini kullananların %90, karar verdikten sonra kararımı uygulamayı sonraya bırakırım ifadesini kullananların %60

olduğu görülürken, kararları başkalarına bırakmayı tercih ederim ifadesini kullananların ise herhangi bir yüzdelik orana sahip olmadığı görülmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların umutsuzluk düzeylerinin yüzde değerleri

Umutsuzluk	Belirtilme Sıklığı	Katılımcılar	%
Kötü günlerden çok iyi günler bekliyorum	10	A,B,D,E,F,G,H,I	%70
Geçmiş tecrübelerim beni geleceğe iyi hazırladı	10	A,B,C,D,E,G,H,I,J	%80

Tablo 2'de boşanmış kadınların umutsuzluk düzeylerinde; kötü günlerden çok iyi günler bekliyorum ifadesini kullananların %70, geçmiş tecrübelerim beni geleceğe iyi

hazırladı ifadesini kullananların ise %80 olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Durumluluk Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Durumluluk Kaygı	Belirtme Sıklığı	Katılımcılar	%
Şu anda sakinim	10	A,B,C,D,E,F,H,I,J	%90
Şu anda hiç keyfim yok	10	A,B,C,D,E,F,H,I	%80
Kendime güvenim var	10	A,B,C,D,E,F,G,H,I	%80
Şu anda endişeliyim	10	B,D,G,I	%40

Tablo 3’de boşanmış kadınların durumluluk kaygı yüzdeleri incelendiğinde; şu anda sakinim ifadesini kullananların oranı %90 iken; %80 ile şu anda hiç keyfim yok ve kendime

güvenim var, %40 ile de şu anda endişeliyim ifadelerinin kullanıldığı görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların Sürekli Kaygı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Süreklilik Kaygı	Belirtme Sıklığı	Katılımcılar	%
Genelde keyfim yerinde	10	A,C,E,F,H,J	%60
Genelde kolay ağlarım	10	A,C,D,F,G,H,J	%70
Genellikle sakin, kendine hakim ve soğukkanlıyım	10	A,C,D,F,H,J	%60
Genellikle kendime güvenim yok	10	A,I,J	%30
Genellikle hayatımdan memnunum	10	A,B,C,E,H,I,J	%70
Aklı başında kararlı bir insanım	10	A,B,C,D,E,G,H,I,J	%90

Tablo 4’e bakıldığında boşanmış kadınların süreklilik kaygı durumlarının; genelde keyfim yerinde ve genellikle sakin kendine hakim ve soğukkanlıyım ifadeleriyle %60’ını oluşturduğunu; genelde kolay ağlarım ve genellikle hayatımdan memnunum ifadeleriyle %70’ini oluşturduğunu; genellikle kendime güvenim yok ifadesiyle %30’unu oluşturduğunu, aklı başında kararlı bir insanım ifadesiyle de %90’lık bir oranı oluşturduğunu tespit edilmiştir.

4. Sonuç

Katılımcılara görüşme anındaki durumluluk kaygı düzeylerinin belirlenmesine yönelik yöneltilen ifadelerde, boşanmış kadınların kendilerini sakin olarak algılamalarında, kendileriyle yapılan görüşmeyle ilgili daha önceden tarafına bilgi verilmesinin ve görüşmeden elde edilecek verilerin farklı bir amaçla kullanılmayacağını açıklanmış olmasının etkili olduğu düşünülmektedir. Görüşme sırasında boşanmış kadınların kendilerini keyifsiz hissetmelerinin nedenini, yaşadıkları bu olumsuz süreci hatırlamaktan ve kendi durumlarını ifade etmekten çok da memnun olmadıkları şeklinde yorumlayabiliriz. Boşanmış kadınların görüşme esnasında kendilerine güvenmelerinde, mevcut durumları hakkındaki bilgileri doğru bir şekilde hiçbir çekince taşımadan aktarabileceklerinden dolayı bu şekilde ifade kullandıkları söylenebilirken, kendilerini endişeli olarak ifade etmelerinin nedeninin ise; ilk kez karşılaştıkları biriyle görüşme yapıyor olmalarından kaynaklanabileceği söylenebilir.

Katılımcılara süreklilik kaygı düzeylerinin belirlenmesine yönelik yöneltilen ifadelerde, boşanmış kadınların genelde kendilerini keyifli ve hayatından memnun olarak bulmalarının nedenini, farklı nedenlerden dolayı evlilik ve eş modelinin kendileri için daha yıpratıcı olduğunu ve bu nedenle boşanma kararının sonrasında yaşadıkları bu süreçte karşılaştıkları olumsuz faktörleri bile görmezden gelebildikleri şeklinde yorumlayabiliriz. Boşanmış kadınların kendilerini kolay ağlayabiliyor olarak nitelendirmelerinde, kadınların ağlayarak olumlu ve olumsuz duygularını daha

kolay ifade edebildikleri düşünülmektedir. Katılımcıların kendini sakin, soğukkanlı ve kendine hâkim birisi olarak görmesinde, kadın olmasının yanı sıra anne rolünü de üstlenmelerinden ve çocuklarını yetiştirirken artık tek başlarına olmalarından kaynaklı olarak olumsuz bir durumla karşılaştıklarında verdikleri tepkilerin bu yönde olması gerekliliğinin daha ağır bastığı söylenebilir. Bunun beraberinde araştırmaya katılan boşanmış kadınların düşük bir oranının kendilerine güvenememesini, bu durumu çocuklarını büyütürken karşılaşılabilecekleri maddi ve manevi engellerin üstesinden gelme noktasında yaşamış olabilecekleri şeklinde açıklayabiliriz. Bu sonuç, Aktaş (2011)’in çalışma bulgularıyla paralellik göstermektedir. Olumsuz algılara rağmen boşanmış kadınların aklı başında ve hayatın olumsuz getirilerine karşılık kararlı bir şekilde dik durabildiklerini ifade edebiliriz. Bunun nedeni olarak da; kendi hayatları ve çocuklarıyla ilgili kararlarda yanlış yapma ihtimalini minimuma indirme isteğinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Katılımcılara umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesine yönelik yöneltilen ifadelerde, boşanmış kadınların kötü günlerden iyi günler bekliyor olmalarında, tüm yaşadıkları olumsuzluklara ve kötü zamanlara rağmen kendileri ve yaşantıları adına bir gün iyi anlarının da olabileceğine inandıkları ve bu hususta umutlu oldukları düşünülmektedir. Bu sonuç; Şahin (2007) ve Özabacı ve ark. (2015)’nin çalışma bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Ayrıca boşanmış kadınların geçmişte edinmiş oldukları tecrübeleri, gelecekteki karşılaşılabilecekleri benzer konular için deneyimlemiş olduklarını düşünmelerinde ve bundan olumlu yönde istifade edebildiklerini belirtmelerinde, boşanmış kadınların yaşadıklarını birçok kez irdelediklerini ve aynı konularda tekrar yanılığa düşmek istemediklerini söyleyebiliriz.

Katılımcılara karar verme düzeylerinin belirlenmesine yönelik yöneltilen ifadelerde, boşanmış kadınların karar verme yeteneğine güvenmelerinin nedeni olarak, kendileri ve

gelecekteki yaşantıları adına birçok olumsuzlukla karşılaşabilecekleri bir durum karşısında bile geri adım atmamalarının etkili olduğu ve her şeye rağmen mutlulukları ve huzurları için hayata daha pozitif bakabilmeleri adına birçok karar verme durumuyla karşılaşmış olduklarından karar almada kendilerini olumlu seviyede algıladıkları düşünülmektedir. Bu sonuç, Karahan (2012)'in çalışma bulgularıyla paralellik göstermektedir. Boşanmış kadınların kararları başkalarına bırakmayı tercih etmemelerinin nedenini, aile büyüklerini ve çevresinde ki diğer bireylerin söylemlerini dinleseler bile olumsuz yaşantıları kendisi tecrübe etmek zorunda kaldığından kendileri ve çocukları için en doğru kararı yine kendilerinin vereceklerini düşünmeleri olarak ifade edebiliriz. Her ne kadar boşanmış kadınlar kararları alan taraf olsa da aldıkları kararı hemen uygulama aşamasına geçirememelerini, tekrar aynı ya da benzer hatalara düşme korkuları yaşadıkları, vermiş oldukları kararı sorgulama ve tekrar gözden geçirmek için kendilerine zaman fırsatı tanıdıkları ve kararlarını tüm etkenlerle ve olumlu olumsuz yönleriyle sorgulamak istedikleri şeklinde yorumlayabiliriz. Bulut (2008)'un çalışma bulguları bu sonucu destekler niteliktedir.

Ülkemizde, evliliği kötü giden ve boşanma kararını veren kadınlar birçok sorunla karşılaştığı gözlemlenmektedir. İlk olarak çocuklarının var olması ve onların geleceğinin nasıl olacağı ve velayeti hakkındaki sorunlar kadınların boşanma sürecinde duygusal anlamda oldukça olumsuz etkilenmesine neden olmaktadır. Bunun dışında çalışmayan ve herhangi bir geliri olmayan kadınlarında boşanma sürecinde ve sonrasında maddi sıkıntılar çektikleri bilinmektedir. Toplumda boşanma eylemi, özellikle davayı açan kişi kadın ise suçlayıcı bir biçimde kadınlara yöneltilen bir çıkarım olabilmektedir. Bunun nedeni boşanmanın olumsuz çağrışımları, boşanmanın toplumun bütünlüğünü tehdit eden bir olgu olarak toplumsal bilinçaltında yer edinmiş olmasıdır.

Boşanma kararını vermeden önce kadınların en çok endişe duyduğu konulara bakıldığında ise en çok çocuklarının geleceklerini düşündükleri sonrasında ise mahalle baskısı ve ailesinin ve çevresinin ona ne gözle bakacağı endişesi olduğu görülmektedir. Bunun dışında kalacak yer endişesi, çocuğu olan kadınların çocuklarının masraflarını karşılamak ve onların gelişim döneminde yalnız olmaktan dolayı sıkıntı yaşamaları, çevresine neden boşandığını anlatmanın zorluğu, erkeklerin onları boşandıkları için rahatsız edebileceği korkusu ve son olarak yeni birine güven duymanın zorluğu gibi endişeleri olduğunu belirtmeleri, boşanma sürecinde ve sonrasında kadının, boşanmanın ortaya çıkardığı olumsuz etkileri erkeklerle oranla daha yoğun yaşadığını göstermektedir.

Araştırma neticesinde Karaman Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne kayıtlı 10 boşanmış kadın ile yapılan görüşme sonrası elde edilen veriler doğrultusunda; katılımcıların eğitim durumlarının ilkökul ve ortaokul ile sınırlanmış olması, çocuklarına bakma yükümlülüğünden dolayı çoğunluğunun çalışmıyor olması ve çoğunun gelir seviyelerinin düşük ve oturdıkları evin kira olması gibi olumsuz etkenlere rağmen karar verme düzeyleri yüksek iken, durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ile umutsuzluk düzeylerinin ise düşük olduğu tespit edilmiştir.

Karaman Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne kayıtlı 10 boşanmış kadın ile yapılan bu çalışma neticesinde elde edilen veriler doğrultusunda;

- Boşanmış kadınların ve çocuklarının psikolojik destek almalarının sağlanmasının faydalı olacağı,
- Boşanmış kadınlar, bakmakla yükümlü olduğu çocuklarının bakımı sebebiyle evde kalmak zorunda olduklarından dolayı çalışmadıkları göz önüne alınırsa, bu şekilde yardıma muhtaç boşanmış kadınların çocuklarına en azından mesai saatleri içerisinde bir bakım olanağının sağlanması,
- Çalışmaya katılan boşanmış kadınların hepsinin çocuklarının velayetinin kendilerinde olmalarının, eski eşlerinin onlara karşı daha uzak olmasına sebep olabileceği ve çocukların bir baba modelinden mahrum yetişmemesi konusunda yasal önlemler alınması,
- Boşanmış kadınların daha aktif bir sosyal hayata entegresinin sağlanması önerilebilir.

Kaynaklar

- Afifi, T. O., Cox, B. J. Ve Enns, M. W. (2006). Mental health profiles among married, never-married, and separated/divorced mothers in a nationally representative sample. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 41, 122-129.
- Ahlatcı, M.B., (2014), "Değerlendirme Notu: Konya Karaman Bölgesi Boşanma Analizi", *Mevlana Kalkınma Ajansı*, s.5.
- Aktaş Ö. (2011). Boşanma Nedenleri Ve Boşanma Sonrasında Karşılaşılan Güçlükler, *Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi Ve Danışmanlığı Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir.*
- Arıkan Ç. (1992). Yoksulluk, evlilikte geçimsizlik ve boşanma. Ankara: Şafak Matbaası, s.72.
- Arıkan, Ç. (1996). Halkın boşanmaya ilişkin tutumları araştırması. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı.
- Baltacı, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı, Sosyal Destek ve Problem Çözme Yaklaşımları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Konya.*
- Beck AT, Schuyler D, Herman L. (1974) The prediction of suicide. First ed. Maryland: Charles Press Publishers.
- Bohannon, P. (1970) *Divorce and After*. Garden City, New York, Doubleday and Company, Inc
- Brown, E. M. (1977). A model of divorce process. *Family Court Review*, 14(2), s.1-11.
- Bulut, M. (2002). Boşanmış kadınlarda ruhsal çöküntü (depresyon) ve kültür ilişkisi –sosyal antropolojik bir araştırma-. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.*
- Bulut M. (2008). Kadınlarda Boşanma ve Kültür İlişkisi, *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 19(2), 115.
- Bursalioğlu, Z. (2005). *Eğitim yönetiminde teori ve uygulama*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Ceyhun, B. (2001). Depresyonun Psikolojik Değerlendirmesi, *Duygudurum Dizisi*, 4, 192- 197.
- Coontz, S. (2006). The origins of modern divorce. *Family Process*, 46(1), s.7-16.
- Deniz, M. E. (2004). Üniversite öğrencilerinin karar vermede öz saygı, karar verme stilleri ve problem çözme yöntemleri arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(15), 25- 35.

- Dilbaz, N. (2000). "Sosyal Anksiyete Bozukluğu: Tanı, Epidemiyoloji, Etiyoloji, Klinik Ve Ayırıcı Tanı". Klinik Psikiyatri Dergisi. 3 (Ek.2):3-20.
- Gardner, J. Ve Oswald, A. J. (2006). Do divorcing couples become happier by breaking up? Journal of Royal Statistical Society, s.169, 319-336.
- Kalmijn, M., De Graaf, P. M. Ve Poortman, A. (2004). Interactions between cultural and economic determinants of divorce in the Netherlands. Journal of Marriage and Family, 66, 75-89.
- Kalmijn, M. Ve Monden, C.W. S. (2006). Are the negative effects of divorce on wellbeing dependent on marital quality? Journal of Marriage and Family, s.68, 1197-1213.
- Karahan A.S. (2012). Boşanma Sonrası Yaşama Uyum, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- Karasar, N. (2005). Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler.(15. bs.) Ankara: Nobel Yayınları.
- Kemer, G., Atik, K. (2005). *Kırsal ve il merkezinde yaşayan lise öğrencilerinin umut düzeylerinin aileden algılanan sosyal destek düzeyine göre karşılaştırılması*. M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 21:162-168.
- Kierkegaard, G. S. (1997). *Ölümcül Hastalık Umutsuzluk*. (Çev. M.Mukadder Yakupoğlu). Baskı 1, İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Kuş, E. (2003). Nicel- nitel araştırma teknikleri. Ankara. Anı Yayıncılık
- Kuzgun, Y. (1992). *Karar Stratejileri Ölçeği: Geliştirilmesi ve Standardizasyonu, VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Mann, M.E., R.S. Bradley, and M.K. Hughes (1998). Global-scale temperature patterns and climate forcing over the past six centuries, *Nature*, 392, 779-787,.
- Marco, C. D., Hartung, P. J., Nevman, I. & Parr, P. (2003). Validity of the Decisional Process Inventory, *Journal of Vocational Behavior*. 63, 1-19.
- Melges, FT. (1969). *Types of hopelessness in Psychological Process*. Arch Gen Psychiatry; 20:690-699.
- Mercan, S. Ç. (2007). Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Sosyal Kaygı Düzeyine Etkisi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı. Doktora Tezi, İstanbul.
- Moustakas C.,(1994). *Phenomenological Research Methods*. Sage Publications, Thousand Oaks California.
- Öner, N. ve Le Compte, A.,(1998), *Süreksiz Durumluk/Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı*. İstanbul: 2.Basım, Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Öner, N. (1997). Durumluluk - Sürekli Kaygı Envanterinin Türk Toplumunda Geçerliliği. Hacettepe Üniversitesi. Doçentlik Tezi, Ankara.
- Özabacı N., Gamsız Ö., Biçen B. Ş., Altınok A., Dursun A., Sandıkçı Ç. Altunbaş, T., Ağcagil Y. (2015). Boşanmış Kadınların Umutsuzluk Düzeyleri ve Sosyal Destek Alma Durumları. International Journal of Human Sciences, 12(1), 474.
- Özgüven, İ.E. (2000). Evlilik ve aile terapisi. Ankara: PDREM Yayınları.
- Rideout E, Montemuro M. (1986). *Hope, Morale and Adaptation in Patient with Chronic Heart Failure*. J. Adv.Nurs, 11:429-438.
- Savaşır, I. ve Şahin N. H. (1997). *Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara:Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Sili, Z. M. (1991). Toplumsal değişme sürecinde Türkiye'de boşanma olgusuna genel bir yaklaşım. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R.L., and Lushene. R.E. (1970). Manual for the State-Trait Anxiety Inventory. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Sungur, M.Z. (1997). "Fobik Bozukluklar", Psikiyatri Dünyası, 1:5-11
- Şahin, S. (2007). Diyaliz Tedavisi Alan Bireylerin Umutsuzluk ve Sosyal Destek Düzeyleri, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Şimşek H., Yıldırım A. (2011). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık, Ankara.
- Tosun, K. (1992). *İşletme Yönetiminin Genel Esasları*. Ankara: Savaş Yayınları.
- Turner, H. A. (2006). Stres, social resources, and depression among never-married and divorced rural mothers. *Rural Sociology*, 71(3). S.479-504.
- TÜİK, (2013). Seçilmiş Göstergelerle Karaman. Türkiye İstatistik Kurumu Matbaası, Ankara
- Tümer, A.B. (1998). "Evli çiftlerde gözlenebilen çatışma odakları ve iletişim sorunları", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Uyar, S. (1999). Boşanmış bireylerin evlilik süreci ve bugüne ilişkin psikolojik sorunları üzerine bir araştırma. Yayınlanmamış uzmanlık tezi. GATA.
- Yavuzer, H. (1998). Ana Baba Okulu. Remzi Kitabevi: İstanbul.