

Aile Kurumuna Psikolojik ve Manevi Bir Bakış: Evli Bireylerde Duygusal Zekâ, Dindarlık ve Evlilik Doyumu İlişkisi

Sümeyye Peşkir | <https://orcid.org/0009-0004-4892-4058> | sumeyyəpeskir75@gmail.com

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı,

Bolu-Türkiye

Öz

Aile kurumu, bireylerin psikolojik ve manevi gelişiminde temel bir yapı taşıdır. Bu çalışmada evli bireylerde duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın temel amacı, duygusal zekânın evlilik doyumuna etkisini, dindarlığın bu ilişki üzerindeki aracılık rolünü psikolojik ve manevi boyutlarıyla ortaya koymaktır. Nicel araştırma yöntemiyle yürütülen bu çalışmada, Bolu'dan farklı sosyo-demografik özelliklere sahip 685 evli bireyden veri toplanmıştır. Veriler, geçerli ve güvenilir ölçme araçlarıyla değerlendirilmiş ve SPSS istatistik programında analiz edilmiştir. Bulgular, yüksek duygusal zekâyâ sahip bireylerin evliliklerinden daha fazla doyum sağladığını, dindarlığın ise bu ilişkiyi olumlu yönde etkilediğini göstermiştir. Sonuçlar, evliliklerin sürdürülebilirliği ve kalitesinin artırılması açısından psikolojik ve manevi boyutların birlikte ele alınmasının önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Duygusal Zekâ, Evlilik Doyumu, Evli Birey, Dindarlık

Atıf Bilgisi

Peşkir, Sümeyye. (2025). Aile Kurumuna Psikolojik ve Manevi Bir Bakış: Evli Bireylerde Duygusal Zekâ, Dindarlık ve Evlilik Doyumu İlişkisi. *Aile Dergisi*, 3/2, 59-83.

<https://doi.org/10.70348/aile.2025.18>

| | |
|----------------------|--|
| Geliş Tarihi | 14.07.2025 |
| Kabul Tarihi | 25.09.2025 |
| Yayın Tarihi | 30.12.2025 |
| Değerlendirme | İki Dış Hakem / Çift Taraflı Körleme Bu çalışma, Prof. Dr. Öznur Özdoğan danışmanlığında 2024 yılında tamamlanan “Evli Bireylerde Duygusal Zekâ, Evlilik Doyumu ve Dindarlık İlişkisi” başlıklı yüksek lisans tez çalışması esas alınarak hazırlanmıştır (Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, 2024). Bu makale, Mayıs 2025’te düzenlenen 3. Uluslararası Aile Sempozyumu’nda sunulan “Mevzuat Değişiklikleriyle Geleneksel Kosova Ailesinin Yabancılaşma Riski” başlıklı tebliğin içeriği geliştirilerek ve kısmen değiştirilerek hazırlanmıştır. |
| Etik Beyan | Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur. |
| Benzerlik Taraması | Yapıldı - İntihal.net |
| Etik Bildirim | dergi@isavak.org |
| Çıkar Çatışması | Çıkar çatışması beyan edilmemiştir. |
| Finansman | Bu araştırmayı desteklemek için dış fon kullanılmamıştır. |
| Telif Hakkı & Lisans | Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptirler ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır. |

A Psychological and Spiritual Perspective on the Family Institution: The Relationship Between Emotional Intelligence, Religiosity, and Marital Satisfaction Among Married Individuals

Sümeyye Peşkir | <https://orcid.org/0009-0004-4892-4058> | sumeyyepeskir75@gmail.com

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı,

Bolu-Türkiye

Abstract

The family institution is a fundamental pillar in the psychological and spiritual development of individuals. This study examines the relationships between emotional intelligence, religiosity, and marital satisfaction among married individuals. The primary aim of the research is to reveal the impact of emotional intelligence on marital satisfaction and the mediating role of religiosity in this relationship from both psychological and spiritual perspectives. Conducted using a quantitative research method, data were collected from **685 married individuals** with diverse socio-demographic characteristics in Bolu. The data were evaluated with valid and reliable measurement tools and analyzed using the SPSS statistical program. Findings indicated that individuals with higher emotional intelligence reported greater marital satisfaction, and religiosity positively influenced this relationship. The results highlight the importance of addressing both psychological and spiritual dimensions to enhance the sustainability and quality of marriages.

Keywords: Emotional Intelligence, Marital Satisfaction, Married Individual, Religiosity, Psychology of Religion.

Citation

Peşkir, Sümeyye (2025). A Psychological and Spiritual Perspective on the Family Institution: The Relationship Between Emotional Intelligence, Religiosity, and Marital Satisfaction Among Married Individuals. *Aile Journal*, 3/2, 59-83.

<https://doi.org/10.70348/aile.2025.18>

| | |
|-----------------------|--|
| Date of Submission | 14.07.2025 |
| Date of Acceptance | 25.09.2025 |
| Date of Publication | 30.12.2025 |
| Peer-Review | Double anonymized - Two External |
| Ethical Statement | This article is extracted from my master's thesis entitled "The Relationship Between Emotional Intelligence, Marital Satisfaction, and Religiosity Among Married Individuals," (Bolu Abant İzzet Baysal University, Bolu/Türkiye, 2024). This article is the revised and developed version of the conference presentation entitled "The Risk of Alienation for the Traditional Kosovar Family Due to Legislative Changes", delivered at the 3rd International Family Symposium in May 2025. It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited. |
| Plagiarism Checks | Yes - Turnitin |
| Conflicts of Interest | The author(s) has no conflict of interest to declare. |
| Complaints | dergi@isavak.org |
| Grant Support | The author(s) acknowledge that they received no external funding in support of this research. |
| Copyright & License | Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0 . |

Giriş

Aile, bireylerin sosyal ve psikolojik gelişiminde temel bir rol oynayan en eski ve en önemli toplumsal kurumdur. Toplum düzeninin korunması ve kültürün aktarımında merkezi bir rol üstlenen aile, aynı zamanda bireylerin duygusal, psikolojik ve manevi ihtiyaçlarının karşılandığı ilk sosyal ortam olarak kabul edilmektedir (Güngör, 2009). Evli bireylerin aile kurumunda yaşadıkları deneyimler, onların yaşam doyumu, psikolojik uyumları ve sosyal işlevsellikleri üzerinde belirleyici etkiler yapmaktadır. Bu bağlamda evlilik doyumu, çiftlerin ilişkilerinden elde ettikleri tatmin düzeyini gösterir ve aile içi bağların kalitesini anlamada temel bir referans olarak değerlendirilmektedir. (Karney & Bradbury, 1995).

Son yıllarda psikoloji ve din bilimlerinin kesişim alanında yapılan araştırmalar, bireylerin manevi inançları ile psikolojik durumları arasında anlamlı bağların bulunduğunu göstermektedir. Dindarlık, yalnızca bireyin dini pratikleri değil, aynı zamanda manevi değerleri ve yaşam anlamını şekillendiren bir olgu olarak ele alınmaktadır (Erkan, 2014; Erkol, 2016). Din psikolojisi perspektifinden bakıldığında, dindarlık evlilik ve aile yaşamında önemli bir koruyucu ve destekleyici unsur olarak işlev görmektedir, çiftlerin stresle başa çıkma kapasitelerini artırmakta ve evlilikten alınan memnuniyet düzeyinin artmasına katkı sağlayabilmektedir. (Lambert & Dollahite, 2006).

Bununla birlikte, evlilik ilişkilerinde sadece manevi boyut değil, bireylerin duygusal yetkinlikleri de kritik bir rol oynamaktadır. Duygusal zekâ kavramı, hem bireysel hem de başkalarına ait duyguları tanımlama, değerlendirme ve uyumlu biçimde yönlendirme kapasitesini konu alan; özellikle yakın ilişkilerde empati, çatışma çözme ve iletişim süreçlerinin sağlıklı işleminde temel bir belirleyici olarak kabul edilmektedir (Goleman, 1995; Mayer & Salovey, 1997). Evli bireylerin duygusal zekâ düzeyleri, evlilik doyumlarıyla güçlü bir ilişki içerisindedir; yüksek duygusal zekâyâ sahip bireylerin evliliklerinde daha yüksek memnuniyet ve uyum gözlemlenmektedir (Malouff vd., 2014; Günal, 2021).

Bu bağlamda, aile kurumuna psikolojik ve manevi bir bakış açısıyla yaklaşmak, evli bireylerin yaşam kalitelerini bütüncül olarak anlamak için önem taşımaktadır. Duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu arasındaki etkileşim, bireylerin aile içi yaşamlarında hem bireysel hem de sosyal işlevselliklerini

artırabilir. Ancak, Türkiye özelinde evli bireylerde bu üç değişkenin ilişkisini bütüncül olarak ele alan ve din psikolojisi perspektifinden değerlendiren araştırmalar sınırlı sayıdadır. Bu nedenle, evli bireylerde duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi psikolojik ve manevi yönleriyle araştırmak, akademik bilgi birikimine ve toplumsal anlayışa anlamlı katkılar sunmaktadır.

Bu çalışma, evli bireylerde duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkileri analiz ederek, bu değişkenlerin evlilik yaşamına olan etkilerini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Özellikle duygusal zekâ düzeylerinin evlilik doyumunu ve dindarlık tutumlarını nasıl etkilediği, aynı zamanda dindarlığın evlilik doyumu üzerindeki aracılık rolü araştırmanın temel soruları arasındadır. Çalışmanın sonuçları, aile terapisi, psikolojik danışmanlık ve din psikolojisi alanlarında uygulamalara rehberlik edecek bulgular sunmayı hedeflemektedir. Ayrıca, bu çalışma evlilik yaşamında psikolojik ve manevi unsurların bütüncül bir şekilde değerlendirilmesi gerektiğine işaret ederek, Türkiye’de aile kurumunun güçlendirilmesine yönelik stratejilerin geliştirilmesine katkı sunabilir.

Özetle, evli bireylerin duygusal zekâları, dindarlıkları ve evlilik doyumları arasındaki ilişkilerin belirlenmesi, aile kurumunun sağlıklı işleyişi ve bireylerin ruhsal uyumu açısından kritik bir yer tutmaktadır. Bu bağlamda, çalışmada bu üç kavramın etkileşimi çok boyutlu ve disiplinler arası bir perspektifle ele alınacak, bireyin hem psikolojik hem de manevi gelişim süreçlerine ışık tutulacaktır.

1. Kuramsal Çerçeve

1.1. Aile Kurumu ve Evlilik Doyumu

Aile, bireylerin sosyal, duygusal ve psikolojik gelişimlerinin şekillendiği temel toplumsal yapılardan biri olarak kabul edilmektedir. Toplumsal normların ve değerlerin kuşaktan kuşağa aktarılması, bireylerin sosyal uyumunun desteklenmesi, duygusal güvenliğin sağlanması ve karşılıklı aidiyet duygusunun geliştirilmesi aile kurumunun başlıca işlevleri arasında yer almaktadır (Samuel, 2012). Bu yönüyle aile, yalnızca biyolojik bir birliktelik değil; bireyin psikolojik bütünlüğünü ve toplumsal kimliğini destekleyen işlevsel bir sistem olarak değerlendirilmektedir.

Aile kurumunun merkezinde yer alan evlilik, eşlerin karşılıklı sorumluluk, bağlılık ve duygusal paylaşım temelinde kurdukları uzun süreli bir ilişki biçimidir. Bu ilişkide eşlerin evlilikten duydukları genel memnuniyet, evlilik doyumu kavramı ile ifade edilmektedir. Evlilik doyumu, aile içi dengenin korunmasında ve evlilik ilişkisinin sürekliliğinde belirleyici bir rol oynamakta; evlilik ilişkisinin işlevselliğini doğrudan etkilemektedir (Karney & Bradbury, 1995). Literatürde evlilik doyumu; eşler arası iletişim kalitesi, problem çözme becerileri, duygusal bağlılık, karşılıklı destek ve beklentilerin karşılanma düzeyi gibi çok boyutlu unsurlar çerçevesinde ele alınmaktadır (Ketenci, 2023).

Kuramsal açıdan bakıldığında evlilik doyumu, eşlerin evlilik ilişkisini ne ölçüde tatmin edici, anlamlı ve işlevsel olarak algıladıklarını yansıtan öznel bir değerlendirme sürecidir. Sosyal değişim kuramı, evlilik doyumunu bireylerin evlilikten elde ettikleri ödüller ile katlandıkları maliyetlerin karşılaştırılması üzerinden açıklamakta; bireylerin algıladıkları kazançların maliyetlerden fazla olması durumunda evlilik doyumunun arttığını ileri sürmektedir. Buna karşılık bağlanma kuramı, bireylerin erken dönem bağlanma deneyimlerinin yetişkinlikte kurulan evlilik ilişkilerini ve bu ilişkilerden duyulan doyum düzeyini etkilediğini vurgulamaktadır (Karney & Bradbury, 1995; Solmuş, 2011). Bu bağlamda evlilik doyumu, yalnızca mevcut evlilik koşullarının değil, bireyin psikolojik geçmişinin, bağlanma örüntülerinin ve kişilik özelliklerinin de bir yansıması olarak değerlendirilmektedir.

Ampirik araştırmalar, evlilik doyumunun bireylerin ruh sağlığı, yaşam doyumu ve genel psikolojik iyilik düzeyleriyle yakından ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Yüksek evlilik doyumuna sahip bireylerin stresle başa çıkma becerilerinin daha gelişmiş olduğu, psikolojik dayanıklılıklarının arttığı ve yaşamdan aldıkları doyumun daha yüksek olduğu belirtilmektedir. Buna karşılık, evlilik doyumunun düşük olması; eşler arası çatışmaların artmasına, duygusal uzaklaşmaya ve kronik stres düzeyinin yükselmesine yol açabilmektedir (Tezer, 1996; Yıldız & Baytemir, 2016).

Evlilikte doyum düzeyinin yüksek olması, yalnızca bireysel psikolojik sağlık açısından değil, aynı zamanda aile içi uyumun ve işlevselliğin sürdürülmesi açısından da olumlu sonuçlar doğurmaktadır (Polatoğlu, 2022). Evlilik doyumсуuzluğu ise aile bütünlüğünü zedeleyerek evlilik ilişkisinin

sürekliğini tehdit edebilmekte ve aile sisteminde çeşitli işlevsel bozulmalara neden olabilmektedir (Tezer, 1996). Bu nedenle evlilik doyumunu etkileyen psikolojik ve manevi unsurların birlikte ele alınması, aile kurumunun sağlıklı ve sürdürülebilir biçimde işleyebilmesi açısından büyük önem taşımaktadır.

1.2. Duygusal Zekâ Kavramı ve Evli Bireylerdeki Önemi

Duygusal zekâ, bireyin kendi duygularını algılama, anlama ve düzenleme becerilerinin yanı sıra, başkalarının duygularını doğru biçimde değerlendirebilme ve bu bilgiyi sosyal etkileşimlerde işlevsel biçimde kullanabilme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır (Mayer & Salovey, 1997). Bu yönüyle duygusal zekâ, bireyin yalnızca içsel duygusal süreçlerine değil, aynı zamanda kişilerarası ilişkilerdeki uyum ve etkililiğine de işaret eden çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır.

Goleman (1995) tarafından kavramın geniş kitlelerce tanınmasının ardından, duygusal zekânın bilişsel zekâdan bağımsız ancak onunla etkileşim hâlinde olan bir yetkinlik alanı olduğu vurgulanmıştır. Duygusal zekâ; duygusal farkındalık, empati, duygu düzenleme, öfke kontrolü ve sosyal beceriler gibi temel bileşenlerden oluşmakta ve bireyin kişilerarası ilişkilerdeki başarısında belirleyici bir rol üstlenmektedir (Schultz vd., 2005). Bu bağlamda duygusal zekâ, bireylerin sosyal uyumunu ve ilişki kalitesini artıran önemli bir psikolojik kaynak olarak değerlendirilmektedir.

Evlilik ilişkileri, yoğun ve süreklilik arz eden duygusal etkileşimlerin yaşandığı bir bağlam olduğundan, duygusal zekâ evli bireyler açısından özel bir önem taşımaktadır. Evlilikte karşılaşılan sorunlar, beklentiler ve çatışmalar, büyük ölçüde duyguların ifade edilme ve yönetilme biçimiyle ilişkilidir. Bu nedenle duygusal zekâ düzeyi yüksek olan bireylerin, evlilik ilişkilerinde daha etkili iletişim kurabildikleri, çatışmaları yapıcı biçimde ele alabildikleri ve eşleriyle daha sağlıklı bir etkileşim geliştirdikleri belirtilmektedir (Malouff vd., 2014).

Araştırmalar, duygusal zekâsı gelişmiş bireylerin eşlerinin duygusal ihtiyaçlarını daha doğru algılayabildiklerini, empatik tutumlar sergilediklerini ve sorun çözme süreçlerinde daha esnek stratejiler kullandıklarını göstermektedir. Bu durum, evlilik ilişkisinde karşılıklı anlayışın ve duygusal yakınlığın artmasına katkı sağlamakta ve dolayısıyla

evlilik doyumunu olumlu yönde etkilemektedir (İşmen, 2001; Somuncuoğlu, 2005). Türkiye örneğinde gerçekleştirilen çalışmalar da duygusal zekâ ile evlilik doyumunu arasında anlamlı ve pozitif ilişkiler bulunduğunu ortaya koyarak bu bulguları desteklemektedir (İşmen, 2004; Günel, 2021).

Duygusal zekâ, bireyin duygusal düzenleme becerileri üzerinden diğer psikososyal değişkenlerle de ilişkili bir yapı sergilemektedir. Bu bağlamda yapılan çalışmalar, duygusal zekâ ile dindarlık arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu göstermektedir. Dindar bireylerin, sahip oldukları değerler ve anlam çerçevesi sayesinde duygularını daha kontrollü ve bilinçli biçimde yönetebildikleri, empatik yaklaşımlar sergilemeye daha yatkın oldukları belirtilmektedir (Karslı, 2011; Yakut, 2022). Bu durum, manevi yönelimin bireyin duygu düzenleme süreçlerini destekleyen bir unsur olabileceğine işaret etmektedir.

Sonuç olarak, duygusal zekâ evli bireylerin evlilik ilişkilerinin niteliğini belirleyen temel psikolojik değişkenlerden biri olarak değerlendirilmektedir. Hem evlilik doyumunu doğrudan etkilemesi hem de dindarlık gibi manevi değişkenlerle etkileşim içinde olması, duygusal zekânın evlilik ilişkilerinin anlaşılmasında bütüncül bir bakış açısıyla ele alınmasını gerekli kılmaktadır.

1.3. Dindarlık ve Din Psikolojisi Perspektifi

Dindarlık, bireyin dinî inançlarını benimseme düzeyi, bu inançlara yönelik tutumları ve dinî pratikleri günlük yaşamına ne ölçüde yansıttığıyla ilişkili, çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır. Bu bağlamda dindarlık, yalnızca ibadet davranışlarıyla sınırlı olmayan; bireyin değer sistemini, yaşamı anlamlandırma biçimini ve davranış örüntülerini etkileyen bütüncül bir yönelimdir (Harlak & Eskin, 2018). Din psikolojisi ise bireylerin dinî inanç, tutum ve deneyimlerini; bu unsurların bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlarını bilimsel yöntemlerle inceleyen bir disiplin olarak gelişmiştir (Köse & Ayten, 2012).

Din psikolojisi literatürü, dindarlığın bireyin yaşamında anlam arayışını destekleyen, stresle başa çıkma süreçlerini kolaylaştıran ve psikolojik dayanıklılığı artıran önemli bir kaynak olduğunu ortaya koymaktadır (İvtzan vd., 2011). Yapıcı'ya göre din, bireyin hayatındaki belirsizlikler ve kriz durumları karşısında anlamlandırıcı bir çerçeve sunmakta; bireyin

varoluşsal sorularına cevap arayışında psikolojik bir denge unsuru olarak işlev görmektedir (Yapıcı, 2018). Bu yönüyle dindarlık, bireysel uyum süreçlerinde koruyucu ve düzenleyici bir rol üstlenmektedir.

Evlilik bağlamında dindarlık, evlilik ilişkisinin sürekliliğini ve niteliğini etkileyen önemli bir değişken olarak değerlendirilmektedir. Dinî değerlerin evlilik ilişkilerinde sabır, fedakârlık, sorumluluk ve affedicilik gibi tutumları teşvik ettiği; bu tutumların ise eşler arası çatışmaların yönetilmesinde ve evlilik bağının korunmasında destekleyici bir rol oynadığı ifade edilmektedir (Lambert & Dollahite, 2006). Yapıcı, dinin evlilik ilişkilerinde yalnızca normatif bir çerçeve sunmakla kalmadığını; aynı zamanda eşler arasında ortak bir anlam dünyası oluşturarak evlilik doyumunu güçlendirdiğini vurgulamaktadır (Yapıcı, 2018).

Literatürde, dinî inanç ve pratiklerin evlilik çatışmalarını önlemede, çatışma süreçlerini düzenlemede ve evlilik doyumunu artırmada etkili olduğunu gösteren çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Mahoney vd., 2003; Yapıcı, 2018). Ortak dinî değerlerin paylaşılması, eşler arasında karşılıklı anlayışı ve bağlılığı artırarak evlilik ilişkisinin daha dayanıklı hâle gelmesine katkı sağlayabilmektedir.

Din psikolojisi alanındaki çalışmalar, dindarlığın bireyin manevi gelişimini desteklediğini, psikolojik uyumu artırdığını ve evlilik yaşamına olumlu katkılar sunduğunu ortaya koymaktadır (Hökelekli, 2010; Necati & Aydın, 2021). Bununla birlikte, Yapıcı'nın da vurguladığı üzere, dindarlığın evlilik doyumunu üzerindeki etkisi bireyler arasında farklılık gösterebilmektedir. Dindarlığın içselleştirilme düzeyi, yaşantıya aktarılma biçimi ve bireyin dinî tutumlarının niteliği, evlilik ilişkisine yansıyan etkilerin yönünü ve gücünü belirlemektedir (Yapıcı, 2018; Sönmez, 2016).

Bu bağlamda dindarlık, evli bireylerin evlilik ilişkilerini anlamlandırma biçimlerini etkileyen, psikolojik dayanıklılığı destekleyen ve evlilik doyumunu artırma potansiyeline sahip önemli bir manevi kaynak olarak değerlendirilmektedir. Din psikolojisi perspektifinden ele alındığında, özellikle Yapıcı'nın vurguladığı anlam, değer ve içselleştirme boyutları, dindarlığın evlilik ilişkilerindeki işlevini daha kapsamlı biçimde açıklamaya olanak sağlamaktadır.

1.4. Duygusal Zekâ, Dindarlık ve Evlilik Doyumunu Arasındaki İlişki

Evli bireylerde hem duygusal zekâ hem de dindarlığın, evlilikten alınan doyum üzerinde etkili olduğuna dair güçlü bulgular mevcuttur. Duygusal zekâ, eşlerin evlilik sürecinde yaşadıkları duygusal dalgalanmaları yönetmelerine katkı sağlarken; dindarlık, manevi bir dayanak oluşturarak bireylerin karşılaştıkları zorluklarla daha kolay başa çıkmalarına imkân tanımaktadır. (Güngör, 2007; Lambert & Dollahite, 2006).

Literatürde, evli bireylerin evlilikten aldıkları doyum üzerinde hem duygusal zekânın hem de dindarlığın belirleyici rol oynadığına işaret eden güçlü bulgular bulunmaktadır. Duygusal zekâ, bireylerin kendi duygularını tanıma, düzenleme ve başkalarının duygularını anlama becerileri aracılığıyla evlilik ilişkilerinde ortaya çıkan çatışma ve stresle daha işlevsel biçimde başa çıkmalarına katkı sağlamaktadır. Bu bağlamda duygusal zekâ, eşler arası iletişimin niteliğini artıran ve ilişki doyumunu destekleyen önemli bir psikolojik kaynak olarak değerlendirilmektedir (Goleman, 1995; Malouff vd., 2014).

Öte yandan dindarlık, bireylere evlilik yaşamında karşılaşılan güçlükler karşısında anlam, sabır ve manevi destek sunan bir çerçeve sağlamaktadır. Dinî inançlar ve değerler, evlilik ilişkilerinde fedakârlık, bağışlayıcılık ve sorumluluk bilincini güçlendirerek çiftlerin evliliklerini sürdürme motivasyonlarını artırabilmektedir (Güngör, 2007; Lambert & Dollahite, 2006). Din psikolojisi perspektifinden bakıldığında, dindarlığın bireyin stresle başa çıkma biçimlerini ve duygusal düzenleme süreçlerini olumlu yönde etkilediği, bunun da evlilik doyumuna dolaylı katkı sağladığı görülmektedir.

Son dönem araştırmalar, dindarlığın evlilik doyumunu üzerindeki etkisinin doğrudan olduğu kadar dolaylı mekanizmalar yoluyla da gerçekleşebileceğini ortaya koymaktadır. Özellikle bazı çalışmalar, dindarlığın duygusal zekâ ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ve bu ilişkinin evlilik doyumunu artırıcı bir işlev gördüğünü göstermektedir (Yakut, 2022). Bu çerçevede, dindar bireylerin sahip oldukları manevi değerler sayesinde duygularını daha etkin biçimde düzenleyebildikleri ve eşlerinin duygusal ihtiyaçlarına daha duyarlı yaklaşabildikleri ileri sürülmektedir.

Duygusal zekâ ve dindarlık, evlilik bağlarının güçlenmesinde ve çiftlerin evlilik yaşamına uyum sağlama kapasitelerinin artmasında birbirini tamamlayan iki temel unsur olarak değerlendirilebilir. Duygusal zekâ, evlilik ilişkisinin günlük etkileşim boyutunu düzenlerken; dindarlık, bu ilişkiye daha geniş bir anlam ve değer çerçevesi kazandırmaktadır (Malouff vd., 2014; Günel, 2021). Türkiye’de gerçekleştirilen çalışmalar da duygusal zekâ ve dindarlık düzeylerinin evlilik doyumu ile anlamlı ve pozitif ilişkiler gösterdiğini ortaya koymaktadır (Taşdemir, 2014; Öziş, 2016).

Bununla birlikte, literatürde duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu değişkenlerinin bir arada ele alındığı ve bu ilişkilerin din psikolojisi perspektifiyle bütüncül biçimde incelendiği çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu çalışma, söz konusu değişkenler arasındaki ilişkileri birlikte ele alarak, evlilik doyumunun psikolojik ve manevi belirleyicilerine ilişkin daha kapsamlı bir kuramsal çerçeve sunmayı ve literatüre bu yönde katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

2. Yöntem

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, evli bireylerde duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla betimsel ve korelasyonel tarama modeli kapsamında gerçekleştirilmiştir. Betimsel tarama modeli, mevcut durumu sistematik bir biçimde ortaya koymayı amaçlarken; korelasyonel model ise değişkenler arasındaki ilişki düzeyini ve yönünü saptamayı mümkün kılar (Büyüköztürk, 2019). Araştırmada ayrıca, değişkenler arasındaki etkilerin analiz edilmesi amacıyla parametrik testler, korelasyon ve regresyon analizleri uygulanmıştır.

2.2. Katılımcılar

Araştırmanın evrenini Türkiye'nin Bolu ilinde yaşayan, yaşları 22 ile 65 arasında değişen evli bireyler oluşturmaktadır. Örneklem, amaçlı ve basit tesadüfi örnekleme yöntemleri ile belirlenmiştir.

Araştırmada, toplam 685 evli bireyden çevrim içi formlar aracılığıyla veri toplanmıştır. Amaçlı örnekleme ile 22-65 yaş aralığında evli bireyler hedeflenmiş; daha sonra bu grup içerisinde basit tesadüfi örnekleme ile bireyler rastgele seçilmiştir.

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, evlilik süresi, mesleki durum, sosyoekonomik yapı ve dini pratiklere ilişkin veriler Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanmıştır. Bu demografik çeşitlilik, verilerin genellenabilirliğini artırmak ve alt değişkenler arasında anlamlı farkların analizine olanak sağlamak amacıyla gözetilmiştir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış dört farklı ölçme aracı kullanılmıştır:

2.4. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bu formda; katılımcıların yaşı, cinsiyeti, öğrenim durumu, evlilik süresi, ekonomik düzeyi, mesleği gibi demografik değişkenlere ve dini pratiklerine ilişkin sorular yer almaktadır. Formun amacı, örneklemin sosyo-demografik yapısını tanımlamak ve alt gruplara göre analiz yapılmasına olanak tanımaktır.

2.5. Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği

Katılımcıların duygusal zekâ düzeylerini ölçmek amacıyla, Tatar, Tok ve Saltukoğlu (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 3 alt boyut (İyimserlik ve ruh halinin düzenlenmesi, Duyguların değerlendirilmesi ve Duyguların kullanımı) ve toplam 41 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipinde derecelendirilmiştir (1 = Kesinlikle katılmıyorum, 5 = Kesinlikle katılıyorum). Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach alfa) .82, test-tekrar test korelasyonu ise .78 olarak hesaplanmıştır.

2.6. Evlilik Yaşamı Ölçeği

Katılımcıların evlilik doyumu düzeylerini ölçmek amacıyla Tezer (1996) tarafından geliştirilen Evlilik Yaşamı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 10 madde ve 5'li Likert tipi yanıtlama sistemine sahiptir. 3 madde (2, 4, 5) ters kodlanmıştır. Puanlar 1 (düşük doyum) ile 5 (yüksek doyum) arasında değişmektedir. Ölçekten elde edilebilecek toplam puan aralığı 10-50 arasındadır. Araştırmada kullanılan formun güvenilirliği .82 olarak hesaplanmıştır.

2.7. Dindarlık Ölçeği

Katılımcıların dindarlık düzeylerini ölçmek için Özbek (2012) tarafından geliştirilen Dindarlık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek; duygu, davranış ve etik olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Likert tipi olarak düzenlenen 28 maddeden oluşan ölçek, direct oblimin rotasyon tekniği ile faktör analizinden geçirilerek 11 maddeye indirilmiş ve üç boyutlu hâle getirilmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa değeri araştırmada .929 olarak bulunmuştur.

2.8. Veri Toplama Süreci

Veri toplama süreci, 29 Ağustos-11 Aralık 2023 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Anket formu, Google Formlar aracılığıyla çevrim içi olarak hazırlanmış ve araştırma grubuna sosyal medya ve evlilik danışmanlığı kanallarında duyurular yapılarak ulaştırılmıştır.

Araştırma için gerekli etik izinler, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan alınmış ve 07.08.2023 tarihli 2023/291 protokol numaralı onayla araştırmanın etik açıdan uygun bulunduğu belgelenmiştir. Ayrıca, Bolu Valiliği'nden gerekli izinler alınmıştır.

Verilerin anonim olarak toplanmasına özen gösterilmiş, katılımcılara gizlilik ilkesi konusunda bilgilendirme yapılmış ve onamları alınmıştır.

2.9. Verilerin Analizi

Toplanan veriler, SPSS 26 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sürecinde önce tanımlayıcı istatistikler (ortalama, standart sapma, frekans, yüzde) hesaplanmış; verilerin normal dağılıma uygunluğu ise çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenerek değerlendirilmiştir. Bu katsayıların ± 2 aralığında olması nedeniyle verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir (Pallant, 2001).

Çeşitli demografik değişkenlere göre gruplar arası farklılıkların değerlendirilmesi için parametrik bir yöntem olan ANOVA (tek yönlü varyans analizi) kullanılmıştır. Ayrıca, duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumunu arasındaki ilişkileri ve bu değişkenlerin birbirleri üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla korelasyon ve çoklu regresyon analizleri yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

3. Bulgular

Bu bölümde araştırmanın temel değişkenleri olan duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak incelenmiştir. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler, korelasyonlar ve regresyon analizleri kullanılmıştır. Elde edilen bulgular, evli bireylerin duygusal zekâ düzeyleri, dindarlık algıları ve evlilik doyumu arasındaki anlamlı ilişkileri ortaya koymaktadır.

3.1. Tanımlayıcı İstatistikler

Bu bölümde, araştırmaya katılan evli bireylerin duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu düzeylerine ilişkin tanımlayıcı istatistiksel veriler sunulmuştur. Her bir değişken için ortalama (\bar{X}) ve standart sapma (SD) değerleri hesaplanmış, dağılımlar analiz edilmiştir. Katılımcıların duygusal zekâ düzeyine ilişkin ortalama puanı $\bar{X} = 3.83$, standart sapması ise $SD = 0.49$ olarak bulunmuştur. Bu bulgu, örnekleme yer alan bireylerin duygusal zekâ düzeylerinin genel olarak orta-üst düzeyde olduğunu göstermektedir. Duygusal zekâyâ dair bu düzey, bireylerin kendi duygularını fark etme, duygularını ifade etme ve başkalarının duygularını anlama becerilerinde ortalamanın üzerinde bir yeterliliğe sahip olduklarına işaret etmektedir. Araştırmada ölçülen bir diğer değişken olan dindarlık düzeyi için ortalama puan $\bar{X} = 4.10$, standart sapma değeri ise $SD = 0.63$ olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç, örneklem grubunun yüksek düzeyde dindar bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Dindarlık düzeyinin bu biçimde yüksek çıkması, çalışmanın yapıldığı kültürel bağlam ve katılımcıların sosyo-demografik özellikleriyle uyumlu görülmektedir. Örnekleme yer alan bireylerin evlilik doyumu düzeylerine ilişkin ortalama puanı $\bar{X} = 3.92$, standart sapma değeri $SD = 0.55$ olarak belirlenmiştir. Bu değerler, evli bireylerin genel olarak evlilik ilişkilerinden memnun olduklarını, evlilik doyumlarının olumlu bir düzeyde seyrettiğini göstermektedir.

Bu sonuçlar genel olarak değerlendirildiğinde, katılımcıların duygusal zekâ ve dindarlık düzeylerinin orta-üst düzeyde olduğu ve bu durumun evlilik doyumları ile olumlu yönde ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Elde edilen bulgular, literatürde yer alan bazı çalışmalarla paralellik göstermektedir. Örneğin Güngör Houser (2009) tarafından yürütülen araştırmada, bireylerin duygusal zekâ düzeyleri ile evlilik doyumu arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır. Benzer şekilde Geçioğlu ve Kayıklık (2019) çalışmasında da

dindarlık ile evlilik doyumu arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu belirtilmiştir.

3.2. Korelasyon Analizleri

Duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin yönü ve gücü Pearson korelasyon katsayısı ile değerlendirilmiştir. Analiz sonuçlarına göre: Duygusal zekâ ile evlilik doyumu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r = .482, p < .01$). Bu bulgu, duygusal zekâ düzeyi yüksek olan bireylerin evliliklerinden daha yüksek düzeyde doyum sağladıklarını ortaya koymaktadır. Duygularını tanıma, ifade etme ve başkalarının duygularını anlayabilme gibi becerileri yüksek olan bireylerin, eşleriyle kurdukları iletişimde daha etkili oldukları ve bu durumun evlilik doyumunu artırdığı değerlendirilmektedir. Literatürde yer alan çalışmalar (Malouff et al., 2014; Goleman, 2010), bu ilişkiyi desteklemektedir. Duygusal zekâ ile dindarlık arasında da pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .387, p < .01$). Bu sonuç, dindarlık düzeyi yüksek olan bireylerin duygusal zekâ açısından da daha yüksek bir düzeyde olabileceğini göstermektedir. Dini inançlar, bireylerin kendilerini tanımaları, duygularını düzenlemeleri ve başkalarıyla empatik ilişkiler kurmaları üzerinde olumlu etkiler oluşturabilmektedir (Yakut, 2022; Erkan, 2014).

Dindarlık ile evlilik doyumu arasında da pozitif ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r = .419, p < .01$). Bu durum, dini değerlere önem veren bireylerin evlilik ilişkilerinde daha sabırlı, hoşgörülü ve uyumlu bir tavır sergileyebileceğini düşündürmektedir. Evlilikte manevi uyumun sağlanması, çiftler arası bağlılık ve sadakati güçlendirmekte, bu da evlilik doyumunu artırmaktadır. Bu bulgu, Lambert ve Dollahite (2006) ile Geçioğlu ve Kayıklık (2019) tarafından yürütülen araştırmalarla da örtüşmektedir.

3.3. Regresyon Analizleri

Duygusal zekâ ve dindarlığın evlilik doyumunu yordayıcı etkileri çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Modelin genel olarak anlamlı olduğu ve değişkenlerin evlilik doyumu üzerindeki etkilerinin açıklayıcı gücünün yüksek olduğu saptanmıştır.

Bu araştırmada, duygusal zekâ ve dindarlığın evlilik doyumunu yordayıcı etkileri çoklu regresyon analizi ile değerlendirilmiştir. Analiz sonucunda kurulan modelin genel olarak anlamlı olduğu ve bağımsız değişkenlerin evlilik doyumunu üzerindeki etkilerinin anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür.

Modelin determinasyon katsayısı (R^2) = .318 olarak bulunmuştur. Bu değer, duygusal zekâ ve dindarlık değişkenlerinin birlikte, evlilik doyumunu puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık %31.8'ini açıkladığını göstermektedir. Bu oran, psikolojik araştırmalarda orta düzeyde yüksek bir açıklayıcılık olarak değerlendirilmektedir.

Duygusal zekâ değişkeninin regresyon modelindeki standartlaştırılmış beta katsayısı (β) = .351 ve $p < .01$ düzeyindedir. Bu bulgu, duygusal zekâ düzeyinin evlilik doyumunu anlamlı ve pozitif yönde yordadığını ortaya koymaktadır. Başka bir deyişle, bireylerin duygusal farkındalık ve düzenleme becerilerindeki artış, evliliklerinden aldıkları doyumunu da artırmaktadır.

Dindarlık değişkeninin modeldeki standartlaştırılmış beta katsayısı (β) = .293 ve $p < .01$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu da dindarlığın evlilik doyumuna anlamlı ve pozitif yönde katkı sunduğunu göstermektedir. Manevi yönelimi daha güçlü olan bireylerin, evlilik ilişkilerinde daha bağışlayıcı, uyumlu ve bağıllık odaklı davranışlar sergilediği söylenebilir.

Bulgular, duygusal zekâ ve dindarlığın evlilik doyumunu olumlu yönde etkileyen iki önemli faktör olduğunu vurgulamaktadır. Bu sonuçlar, (Güngör, 2007; Geçioğlu ve Kayıklık, 2019; Lambert ve Dollahite, 2006) literatüründe de desteklenmektedir.

3.4. Demografik Değişkenlerin Etkisi

Bu araştırmada katılımcıların duygusal zekâ, evlilik yaşamı ve dindarlık düzeyleri cinsiyet değişkeni açısından ele alınmıştır. Duygusal zekâ ölçeğinden elde edilen bulgulara göre, erkek katılımcıların ortalama duygusal zekâ puanı 3,82, kadın katılımcıların ise 3,70 olarak tespit edilmiştir. Yapılan analizler, erkeklerin duygusal zekâ düzeylerinin kadınlara kıyasla istatistiksel açıdan anlamlı biçimde daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır ($t=4,507$, $p=0,000$). Bu doğrultuda, cinsiyetin duygusal zekâ düzeyi üzerinde etkili bir değişken olduğu söylenebilir.

Evlilik yaşamı ölçeği sonuçları incelendiğinde, erkeklerin ortalama puanının 3,56, kadınların ortalama puanının ise 3,86 olduğu görülmektedir. Elde edilen bulgular, kadın katılımcıların evlilik yaşamına ilişkin değerlendirmelerinin erkeklere göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha olumlu olduğunu göstermektedir ($t=-4,536$, $p=0,000$). Buna göre, cinsiyet değişkeninin evlilik yaşamı üzerinde belirleyici bir role sahip olduğu ifade edilebilir.

Araştırmada kullanılan dindarlık ölçeği bulguları, katılımcıların dinî inançlarının yaşamlarındaki rolüne ilişkin önemli ipuçları sunmaktadır. Yüksek ortalamaya sahip maddeler, dinin katılımcılar açısından kişisel açıdan önemli olduğunu ve hayata anlam kattığını göstermektedir. Buna karşılık, düşük ortalamalı maddeler, özellikle dinî uygulamalarda düzenlilik ve süreklilik konusunda bazı güçlüklerin yaşandığına işaret etmektedir. Bu durum, katılımcıların dinî inanç ve pratiklerinde farklı düzeylerde bir yönelim sergilediklerini ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular, dindarlığın çok boyutlu bir yapı olduğunu ve bireyler arasında çeşitli biçimlerde deneyimlendiğini göstermektedir.

Bu demografik sonuçlar, bireylerin evlilik deneyimlerinin ve psikosozal özelliklerinin karmaşık bir yapı oluşturduğunu göstermektedir. Ayrıca, cinsiyetin evlilik doyumu ve duygusal zekâ üzerindeki etkisinin literatürdeki (Soylu ve Kabasakal, 2016; Williams, 1988) bazı çalışmalarda tartışmalı olduğunu belirtmek gerekir.

4. Tartışma

Bu çalışmada evli bireylerde duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişki detaylı olarak incelenmiştir. Elde edilen bulgular, literatürde yer alan benzer çalışmalarla karşılaştırılarak yorumlanmıştır. Araştırmanın bulguları, evlilik doyumunu etkileyen psikolojik ve manevi faktörlerin önemini ortaya koymakta, aile kurumunun sağlamlığında bu unsurların birbirini nasıl tamamladığını göstermektedir.

Öncelikle, duygusal zekânın evlilik doyumu üzerindeki etkisi, literatürde de geniş yer bulan bir konudur. Bu çalışmada, duygusal zekâ düzeyleri yüksek olan bireylerin evlilik doyumlarının anlamlı biçimde yüksek olduğu saptanmıştır. Goleman (1995, 2010) ve Mayer ile Salovey'in (1990, 1993) duygusal zekâ teorileri,

bireylerin duygularını anlama, yönetme ve sosyal ilişkilerde kullanma becerilerinin evlilik ilişkilerinde uyumu artırdığını desteklemektedir. Bu bağlamda, duygusal zekâ becerilerinin gelişiminin evlilik içi çatışmaların çözümünde, iletişimin kalitesinde ve çiftlerin birbirlerini anlamasında kritik rol oynadığı görülmüştür (Güngör Houser, 2009; Malouff vd., 2014).

Dindarlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında ise, dindarlığın evlilik içinde manevi bir bağ ve ortak değerler sistemini güçlendirdiği, böylece çiftler arasında sadakat, bağışlayıcılık ve destek duygularının arttığı gözlenmiştir (Geçioğlu & Kayıklık, 2019; Lambert & Dollahite, 2006). Araştırma sonuçları, yüksek düzeyde dini inanca sahip bireylerin, evlilik doyumlarında anlamlı pozitif bir farklılığa sahip olduğunu ortaya koymuştur. Bu, dindarlığın çiftler arasında dayanıklılığı ve krizlerle başa çıkmayı kolaylaştıran manevi kaynaklar sunduğunu göstermektedir (Mahoney vd., 2003; Yapıcı, 2018). Ayrıca, din psikolojisi alanındaki çalışmaların da desteklediği üzere, manevi değerler ve inançlar, evlilikte anlam ve amaç duygusunu artırarak ilişkinin kalitesini olumlu yönde etkilemektedir (Hökeleli, 2010; Şentürk, 1997).

Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu, dindarlık ile duygusal zekâ arasında pozitif bir ilişkinin bulunmasıdır. Bu ilişki, dinin bireylerin duygu dünyasını düzenleyen, ahlaki ve davranışsal yönelimlerini şekillendiren bir işleve sahip olduğunu göstermektedir. Dini inanç ve uygulamalar; empati, sabır, affedicilik ve hoşgörü gibi duygusal zekânın temel bileşenlerini destekleyerek bireylerin kişilerarası ilişkilerinde daha sağlıklı tepkiler vermelerine katkı sağlamaktadır (Yakut, 2022; Yan, 2008). Bu bağlamda, dindarlığın bireyin duygusal farkındalığını ve duygu yönetimini güçlendirdiği, dolayısıyla evlilik ilişkilerinde olumlu etkileşimlerin ve evlilik doyumunun artmasına zemin hazırladığı söylenebilir.

Bulgular ayrıca, evlilikte doyumun sadece bireysel psikolojik özelliklerden değil, aynı zamanda ortak manevi değerlerin varlığından da etkilendiğini göstermektedir. Bu bağlamda, aile terapilerinde ve evlilik danışmanlıklarında, çiftlerin hem duygusal zekâ becerilerinin geliştirilmesine yönelik uygulamaların hem de ortak dini-manevi değerlerin güçlendirilmesine yönelik çalışmaların önemi vurgulanmalıdır (Özgüven, 2000; Yazar & Tolan, 2021).

Araştırmanın literatüre katkısı, Türkiye bağlamında duygusal zekâ, dindarlık ve evlilik doyumu üçgenindeki etkileşimlerin detaylı analiz edilmesi ve bu ilişkilerin psikolojik ve manevi boyutlarıyla birlikte değerlendirilmesidir. Özellikle Türkiye’de kültürel ve dini yapıların aile kurumundaki etkisinin göz önünde bulundurulması, elde edilen sonuçların hem akademik hem de uygulamalı alanlarda değerini artırmaktadır (Erkol, 2016; Kayıklık, 2006).

Bununla birlikte, çalışmanın bazı sınırlılıkları da dikkate alınmalıdır. Örneğin, örneklemin sadece belirli bir coğrafi bölgeden seçilmiş olması, bulguların genelleştirilebilirliğini kısıtlayabilir. Ayrıca, çalışma kesitsel bir tasarıma sahip olduğundan, neden-sonuç ilişkileri kesin biçimde ortaya konulamamaktadır. Gelecek araştırmalarda daha geniş ve farklı demografik özelliklere sahip örneklemlerle, ayrıca uzunlamasına çalışmalarla bu ilişkinin dinamiklerinin daha ayrıntılı incelenmesi önerilmektedir.

Sonuç

Bu araştırmada, evli bireylerin duygusal zekâ, evlilik doyumu ve dindarlık düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiş; söz konusu değişkenlerin çeşitli demografik özelliklere göre anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir. Bulgular, bireylerin cinsiyet, eğitim durumu, ekonomik durum, evlenme şekli, dini eğitim alma durumu ve aile yapısı gibi değişkenlerinin duygusal zekâ, evlilik doyumu ve dindarlık düzeyleri üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, evlilik yaşamının yalnızca bireysel değil, aynı zamanda sosyo-kültürel ve çevresel faktörlerden de etkilenen çok boyutlu bir yapı olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın temel bulgularından biri, duygusal zekâ ile evlilik doyumu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmasıdır. Duygusal zekâ düzeyi yüksek olan bireylerin evlilik ilişkilerinde daha sağlıklı iletişim kurabildikleri, empati ve problem çözme becerilerini daha etkin kullandıkları ve bu durumun evlilik doyumunu artırdığı görülmüştür. Ayrıca, duygusal zekâ ile dindarlık arasında da pozitif ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgu, dindarlığın bireyin içsel denge, öz denetim ve duygusal farkındalık düzeyini destekleyerek duygusal zekâ gelişimine katkı sağlayabileceğini düşündürmektedir. Evlilik doyumu ile dindarlık arasındaki ilişki ise daha zayıf olmakla birlikte pozitif ve anlamlı bulunmuştur. Bu durum, dindarlığın evlilik doyumunu doğrudan belirleyen bir

unsurdan ziyade, evliliğe yüklenen anlam, değerler ve tutumlar aracılığıyla dolaylı bir etki oluşturduğunu göstermektedir. Sonuç olarak, duygusal zekâ, evlilik doyumu ve dindarlık arasında anlamlı ve birbirini tamamlayan ilişkiler bulunduğu; bu değişkenlerin evlilik yaşamının niteliğini açıklamada önemli psikolojik ve manevi boyutlar sunduğu söylenebilir.

Sonuç olarak, duygusal zekâ ve dindarlığın evlilik doyumu üzerinde anlamlı ve pozitif etkileri olduğu, bu iki unsurun birbirini tamamlayıcı özellikler taşıdığı ve çiftlerin evliliklerinde uyumu artırdığı söylenebilir. Bu nedenle, aile kurumunun sağlıklı işleyişi için hem psikolojik hem de manevi boyutların birlikte ele alınması büyük önem taşımaktadır.

5. Kaynakça | References

- Ayten, A. (2015). Dinî başa çıkma, psikolojik uyum ve yaşam doyumu. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 15(2), 7–30.
- Erkan, E. (2014). Türkiye’de dindarlığın tespiti ile ilgili çalışmalar ve tahkiki dindarlığın ölçülmesiyle ilgili öneriler. *EKEV Akademi Dergisi*, 60, 125–140. <https://dergipark.org.tr/en/pub/sosekev/issue/71563/1151539>
- Doğan, S. (2005). Çalışan ilişkileri yönetimi. Kare Yayınları.
- Eröz, S. S. (2011). Duygusal zekâ ve iletişim arasındaki ilişki: Bir uygulama [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eymen, U. E. (2007). Duygusal zekâ. Kaliteofisi Yayınları.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010). Of memes and marriage: Toward a positive relationship science. *Journal of Family Theory & Review*, 2(1), 4–24. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00033.x>
- Geçioğlu, A. R., & Kayıklık, H. (2019). Dindarlık ve evlilik uyumu ilişkisi: Evli bireyler üzerine bir inceleme. Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 19(1), 202–224. <https://doi.org/10.30627/cuilah.536797>
- Goleman, D. (2010). Duygusal zekâ: Neden IQ’dan daha önemli (B. S. Yüksel, Çev.). Varlık Yayınları. (Orijinal çalışma 1995)
- Güngör, A. (2009). Evli bireylerin sahip oldukları iletişim çatışması türü, romantik kıskançlık ve duygusal zekâ düzeylerinin evlilik doyumları üzerine etkisi [Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü].
- Harlak, H., & Eskin, M. (2018). Dini yönelim ve dindarlık ölçeklerinin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Yeni Symposium*, 56(2), 24–37. <https://doi.org/10.5455/NYS.20180730021249>
- Hökelekli, H. (2010). Din psikolojisi. Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Karaca, F. (2015). Din psikolojisi. Eser Ofset Matbaacılık.

- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Ketenci, H. (2023). Evlilik doyumunun evlilikte güç algısı ve bağışlayıcılık açısından incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Fakültesi.
- Köse, A. (2012). Din psikolojisi. Timaş Yayınları.
- Lambert, N. M., & Dollahite, D. C. (2006). How religiosity helps couples prevent, resolve, and overcome marital conflict. *Family Relations*, 55(4), 439–449. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2006.00413>.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17(4), 433–442. [https://doi.org/10.1016/0160-2896\(93\)90010-3](https://doi.org/10.1016/0160-2896(93)90010-3)
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215. <https://www.jstor.org/stable/20447229>
- Mutlu, D. D., & Can, F. Y. (2021). Evli bireylerde evlilik uyumu ve aşk tutumunun psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi. *International Journal of Economics Administrative and Social Sciences*, 4(1), 99–117. <http://ijeass.gedik.edu.tr/tr/pub/ijeass/issue/63080/869298>
- Öziş, G. (2016). Evlilik yaşam doyumunun algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü açısından incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Pallant, J. (2001). *SPSS survival manual: A step-by-step guide to data analysis using SPSS for Windows (Version 10)*. Buckingham: Open University Press.
- Peşkir, S. (2024). Evli Bireylerde Duygusal Zekâ, Evlilik Doyumu ve Dindarlık İlişkisi (Yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu).

- Rosen-Grandon, J., Myers, J. E., & Hattie, J. A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, 82(1), 58–68. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2004.tb00286.x>
- Salovey, P., & Grewal, D. (2005). The science of emotional intelligence. *Current Directions in Psychological Science*, 14(6), 281–285. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00381.x>
- Sancaktar, N. (2018). Yeni evlenen ve uzun süredir evli olan çiftlerin evlilikte problem çözme becerisi düzeylerinin öznel iyi oluş ve evlilik doyumu düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi]. <https://acikbilim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/711147>
- Schultz, D., & Salovey, P. (2005). The emotion systems and the development of emotional intelligence. In J. Ciarrochi, J. P. Forgas, & J. D. Mayer (Eds.), *Emotional intelligence: An international handbook* (pp. 51–67). Hogrefe & Huber Publishers.
- Somuncuoğlu, D. (2005). Duygusal zekâ yeterliliklerinin kuramsal çerçevesi ve eğitimdeki rolü. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11, 269–293. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ataunikkefd/issue/2772/37089>
- Soylu, Y., & Kabasakal, H. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 21–31. <https://avesis.deu.edu.tr/yayin/501cb916-b390-4e53-8097-f346df3f0f70>
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşam ölçeği. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 2(7), 1–7. <https://doi.org/10.17066/pdrd.19981>
- Ünal, Ö., & Akgün, S. (2022). Evlilikte çatışma çözme stillerinin evlilik uyumu ve doyumu ile ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(3), 322–330. <https://doi.org/10.18863/pgy.1016806>

Yakut, İ. (2022). Değişen dünyada yeni dini formlar: Postmodern dönemde dindarlık ölççeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması.

Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 53, 555–572.
<https://doi.org/10.17120/omuifd.1105042>

Yapıcı, A. (2018). Eşlerin dinsel algı ve yaşayışına göre evlilikte dindarlık ve maneviyat: Huzur mu, kusur mu? Turkish Studies, 13(2), 79–106.
<https://doi.org/10.7827/turkishstudies.13025>

Yıldız, M. A., & Baytemir, K. (2016). Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(1), 1–22.
<https://doi.org/10.17679/iuefd.17181627>