



**T.C. İSTANBUL TİCARET
ÜNİVERSİTESİ**

**DIŞ TİCARET ENSTİTÜSÜ
WORKING PAPER SERIES**

Tartışma Metinleri

WPS NO/ 116 / 2017-06

ÇİFTLERDE KÜSME DAVRANIŞININ İNCELENMESİ

Hümeyra ERGÜL*

* ergulistan@gmail.com İstanbul Ticaret Üniversitesi Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Yüksek Lisans Programı

Özet

Araştırma, çiftlerde küsme davranışını ortaya koymaya çalışmaktadır. Araştırmanın örneklemini 307 evli kişi oluşturmaktadır. Türkçe ve İngilizce literatürde küsme davranışını ölçen herhangi bir ölçek olmadığından, sorular araştırmanın hedefine göre ve genel olarak açık uçlu sorular olarak belirlenmiştir. Araştırmaya katılan çiftlerden kadınların, erkeklere oranla küsmeye yatkınlık ve küsme süreleri daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Küsme nedenlerinin cinsiyetten bağımsız ve genel olarak, kıskançlık, sevgisizlik ve ilgisizlikten kaynaklandığı, kadınların daha yoğun olarak öfkeyi ifade etmek için, erkelerin ise çatışmayı soğutmak için küstükleri belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Küsme, Duvar Örne, Dışlama, Sessizlik Tutumu, Çatışmayı Soğutma, Uzaklaşma, Duvar Örne, Geri Çekilme.

Abstract

This study focuses on resentment and similar behavior patterns in marriage. The sample consists of 307 individuals. Due to the lack of a scale that measures different resentment patterns in the literature, the questions of this study were determined in accordance to the goals of the research and mainly consisted of open-ended questions. According to results of the research, women had a higher tendency and longer period to resentment than men. Women tend to express their anger, while men are determined to remain cool when they are offended.

Keywords: Resentment, Silent Treatment, Stonewalling, Ostracism, Cooling-off, Demand-withdrawing.

Giriş

Bireylerin, bir problem ile karşılaştıklarında çatışma yaşadıkları kişilerle ilişkilerini devam ettirmek isteyip istememeleri, iletişimlerinin tarzını ve şeklini belirler. Küsmeye, bir iletişim biçimi, bir çatışma tarzı, bir problem çözme davranışı veya tüm bunlardan farklı bir davranış örüntüsü olarak da karşımıza çıkabilir.

İlişkileri küsmenin kendisi değil, çiftlerin bu durumu yapıcı bir şekilde çözmemesi yıpratmaktadır. Küsmeye, yapıcı veya yıkıcı etkileriyle evli çiftlerin evlilik uyumlarında belirleyici rol oynar. “Evlilik kurumunda yaşanan çatışmalar karşısında eşlerin takındığı tutum, çatışmanın olumsuz etkilerinin boyutunu belirleyen önemli faktörlerden birisidir” (Fincham, 2003: 25).

Genel bir ifadeyle küsmeye olarak tanımladığımız davranış biçimiyle, çiftler çatışmayı sözlü olarak ve doğrudan çözmekten vazgeçerler. Bu bir çatışmadan kaçınma biçimi, pasif bir iletişim şekli olduğu kadar, aynı zamanda bir öfke ifade tarzı da olabilmektedir. Konuşmaktan kaçınma, fiziksel mesafe koyma, göz kontağından kaçınma, suskunlaşma gibi birçok göstergeyle anlaşılabilir gibi, bazı küsmeye biçimleri ilk bakışta veya hemen anlaşılabilir.

Küsmeye, öfkenin çözüme yönelik paylaşımları en aza indirerek ifade edilmesidir. Küsmeye çoğu kez sağlıksız bir iletişim şekli olarak kabul edilebilir. İletişim ortamını fakirleştirici özelliği vardır. İhtiyaçlarımızı fark etmemizin yanında, bu ihtiyaçlarımızı diğer insanlara uygun bir dille ifade etmemiz de önemlidir (Dökmen, 2002).

Küsmeye ile birlikte, dışlama, çatışmanın etkilerini soğutma periyodu, kin besleme, susma, kabuğuna çekilme, sessizlik tutumu, duvar örme, geri çekilme, uzaklaşma, gibi birçok kasıtlı ve sınırlandırıcı davranış örüntüsü küsmeye davranışının alt başlıklarından bazılarıdır.

Küsmenin bir çok şekli ve kaynağı söz konusu olabilir. Bu çalışmada Küsmeye davranışı, tarzları, etkileri araştırılacaktır. Çalışmada, küsmenin nedenlerinden ziyade, küsmenin sonucuna etki eden tutum ve biçimleri ortaya konacaktır. Türkiye’de Küsmeye olarak genel bir ifadeyle kabul gören davranışını daha iyi analiz edebilmek için, uluslararası kaynaklardan faydalanılmıştır. Küsmeye davranış örüntüsünü alt başlıklarına ayırarak, farklı biçim ve amaçlarına göre gruplandırılacaktır.

1. Küsme

men'in (2006), bireylerin ie yönelik edilgen öfke tepkilerinden biri olarak tanımladığı küsme, sözlük anlamıyla görevini yerine getirememek; herhangi bir sebeple istenilen niteliğini yitirmek anlamlarına gelmektedir (TDK).

Çalışmada özellikle, uluslararası kaynaklarda farklı etkileri, biçimleri, süresi, hedefi ve nedenleriyle ayrı ayrı ele alınan küsme davranışı, altbaşlıkları ile birden çok biçimde ortaya konmaktadır. Türkçede ise genel olarak küsme olarak adlandırdığımız davranış örüntüsünde ise amaç ve davranışın genel nitelikleri bir bütün olarak kabul görmektedir.

2. Pasif atışma Biçimi Olarak Küsme

Dökmen (1995) pasif çatışmayı ksler diyalogu olarak tanımlamakta ve küsme davranışının iletişim ortamını fakirleştirdiğini, bununla birlikte pasif çatışmanın bazen pasif saldırgan tepkilerin ortaya çıkmasına, öfkenin ie atılmasına ve ifade edilmemesine de neden olabildiğini belirtmektedir.

Evlilik ilişkisinde yıkıcı bir etkileşim biçimi olarak yaşanan pasif çatışmada; eşler herhangi bir konuda anlaşmazlık ya da çatışma yaşadıklarında sessiz ve pasif kalmakta, kserek sözel iletişime girmemekte ve çatışmayı çözmek yerine kaçınma tepkisi sergilemektedirler (Harary & Batell, 1981).

3. Çatışmadan Kaçınma Davranışı Olarak Küsme (Avoid to Conflict)

Kaçınma, hem girişken olmayan, hem de işbirlikçi olmayan bir küsme tarzıdır. Geri ekilme ve bir çatışma durumunda pozisyon alamamaya ilgilidir (Thomas, 1976). Çatışma durumlarında küsme ya da iletişimden kaçınma gibi tepkiler, eşler arasındaki ilişkiye zarar vererek evlilik çatışmasını tetikleyebilmekte ve evlilik uyumunu bozabilmektedir (Karahan, 2007).

4. Duvar rme (Stonewalling)

Duvar rme davranışı, dinlememe ve konuşmaya katılmama, konuşan kişiden bakışlarını kaçırarak başka bir Őeye odaklanma veya hızla gözünü başka yöne çevirme olarak da tanımlanabilir. Onaylamanın tam tersidir ve konuşmacıyla sağlanan göz kontağıyla gösterilir (Yoshimoto, 2005).

Göz teması, duvar örme ve onaylama anlamlarında kullanılan sözsüz bir göstergedir (Yoshimoto, 2005). Bu duvar örme, göz kontağından kaçınmaya, konuşurken konu dışındaki

herhangi birşeye odaklanmaya, konuşma talebini red etmeye ya da odadan ayrılma şeklinde olur. Bir sessizlik tutumu veya muamelesi olarak da bilinen duvar örme, bir tarafın ihtiyacı olduğunda ve çıkarları reddedildiğinde stratejik olarak etkili olabilir, fakat, karşı tarafın çatışmayı çözmek için hiçbir etkisi olmaz (Cox, Brooks-Gun; 1998).

5. Sessizlik Tutumu (Silent Treatment)

Sessizlik tutumu (Silent Treatment) bir tarafın ihtiyacı olduğunda ve çıkarları reddedildiğinde stratejik olarak etkili olabilir, fakat, karşı tarafın çatışmayı çözmek için hiçbir etkisi olmaz (Cox, Brooks-Gun; dir. Bu tutumun nedeni, çatışmanın sonuçlarından kaçınma da olabilmektedir. Kadınların evlilik uyumu ve sosyo-demografik özelliklerinin evlilik uyumunu etkileme düzeyinin araştırıldığı bir çalışmada araştırmaya katılan kadınların 33,9%'unun, sorunlar karşısında "sessiz kalma" tutumunu sıklıkla sergilediği görülmüştür (Yalçın, 2014).

Sessizlik tutumu, bağırma ya da dayak yeme sonrası, sessiz bir direniş veya kaçınma olarak karşımıza çıkabilir. Açıktan istismar, dayak, yüzleşmekten kaçınmanın bir yolu olarak, savunma amaçlı olarak da kullanılmaktadır. Genç bir kadın, alkolik kocasından fiziksel şiddet gördüğü için sessizlik tutumunu benimsediğini söylemiştir (Kipling, 2002).

6. Derin Küskünlük (Resentment)

Öfke veya çözüm bulunamayan bastırılmış kızgınlık olarak da tanımlanabilecek derin küskünlüklerde eşler, çoğu kez yaşadığı duygunun karşılığı olabilecek bir çatışma konusu bulamamaktadır. Sıkılma, çabuk öfkelenme, kusur bulma, tahammülsüzlük gibi değişken formlara da girebilen derin küskünlük durumu, genellikle orantısız olarak az saygı gören kişilerde görülmektedir. Bu kişiler evliliklerine daha az bağlı kalırlar (Cutrona,1996).

7. Dışlama (Ostracism)

Küsmeye davranışı olarak, yok sayma ve dışlama (ostracism) uluslararası kaynaklarda evlilikte yaşanan bir tür küsmeye davranış örüntüsü olarak da tanımlanmaktadır. (Kipling ,2002).

Uzun süreli sürekli dışlama, hedef alınan kişinin kendisinin herhangi bir şekilde dikkat çekmediğini, önemsenmediği ve yok sayıldığını görmeye başlaması nedeniyle oldukça zordur. Kısa vadeli sıklıkla tekrarlanan dışlamada ise hedef alınan kişinin kısa süreli normal davranışların arasında, maruz kaldığı dışlanma, daha yüksek belirsizlik ve çalkantı yaşatabilmektedir (Kipling ,2002).

Uzun vadeli dışlama hedeflerinin iki kategorisi vardır: uzun ve sürekli dışlanmaya maruz kalanlar ve parçalı(episodik) olarak maruz kalanlar. Örneğin, araştırmaya katılan bir kadın

kocası tarafından tek seferinde 4 hafta kadar süren bir dışlamaya maruz kaldığını belirtmiştir (Kipling ,2002).

8. Talep etme- Kaçınma/Geri Çekilme Tipi Küsme (Demand-Withdrawing)

Bir evlilik iletişim deseni olan talep etme- geri çekilme davranışı, ilk kez Christensen ve Heavey tarafından 1990’da tanımlanmıştır. “Çatışmadan geri çekilme, umursamama, sessiz kalma, tartışmaya katılmayı önleme veya tartışmanın önemini en aza indirmeye olarak tanımlanabilir” (Christensen, 1988). Çatışmadan kaçınan taraf için çatışma konusu, geçerli önemli veya anlamlı değildir. Tartışan tarafın da beklentileri ve amacı önemsizdir (Weger, 2005).

Çatışma çözüme ulaşmadan çatışmadan çekilme, ilişkilerde genel olarak sorunlu görülen bir davranıştır. Geri çekilme genellikle, sorunların çözülmemesiyle sonuçlanır ve bu da kızgınlığı artırarak ilişki üzerinde olumsuz bir etki yaratır (Holtzworth- Munroe, Smutzler, ve Stuart (1998).

9. Zamanla İyileşmesini Bekleme- Soğuma Periyodu (Cooling off)

Çatışma sonunda ortaya çıkan olumsuz duyguları bastırmak için planlı bir susma ve uzaklaşma periyodu uygulanır. Planlı soğutma periyodunun arkasındaki fikir, insanlarda çatışma sonunda oluşan duygusal yıpranmalarını ve negatif duygusal şokları hafifletecek bir zamanı vererek özellikle boşanmaların önüne geçilebileceğidir (Lee, 2013). Örneğin; 2004 yılından bu yana, Kore yerel boşanma mahkemeleri, gönüllü olarak çeşitli biçimlerde bir soğutma politikası benimsemektedir. Dürtüsel boşanmanın önüne geçmek için benimsenen bu davranış kalıbında daha uzun soğutma süresi daha etkili ve daha güçlü bir etkiye sahiptir. Bu etkinin kalıcı mı geçici mi olduğu net olarak henüz ölçümlenmemiştir (Lee, 2013).

2.Yöntem

1. Katılımcılar

Araştırmanın çalışma grubunu, 307 evli birey oluşturmaktadır. Katılımcılar gönüllülük kapsamında kartopu yöntemi ile belirlenmiştir.

2. İşlem

Araştırma anketi, evli bireylere yüzyüze ya da internet üzerinden uygulanmıştır.

Araştırmada veri toplamak için

- Kişisel ve aile özelliklerini belirleyebilmek için araştırmacı tarafından hazırlanan “Demografik Bilgi Formu”
- Küsme davranışının literatür incelenmesi sonucunda oluşturulan ve küsme davranışı ile ilişkili sorular

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir.

1. Bulgular

Bu bölümde, araştırma probleminin çözümü için, araştırmaya katılan evli bireylerden alınan cevaplara göre toplanan veriler yer almaktadır.

Araştırmada elde edilen sonuçlara göre küsme davranışı ile cinsiyet arasında bir ilişki söz konusu olabilir. Çalışmaya katılan kadınların, erkeklere nazaran daha sıklıkla küstüğü ifade edilmiştir. Bununla birlikte, kadınların eş haricindeki aile üyelerine küsme oranı da, erkeklerin eş haricindeki aile üyelerine küsme oranından fazla olduğu görülmüştür.

Kadınlar daha yoğun olarak öfkeyi ifade etmek için, erkekler ise çatışmayı soğutmak için küstüklerini ifade etmişlerdir. Çalışmada, katılımcıların çoğunluğu, cinsiyetten bağımsız olarak, küsme nedenlerinin; küfür, kötü davranış, aşağılama, küçümseme gibi olumsuz tutumlardan kaynaklı olduğunu söylemişlerdir.

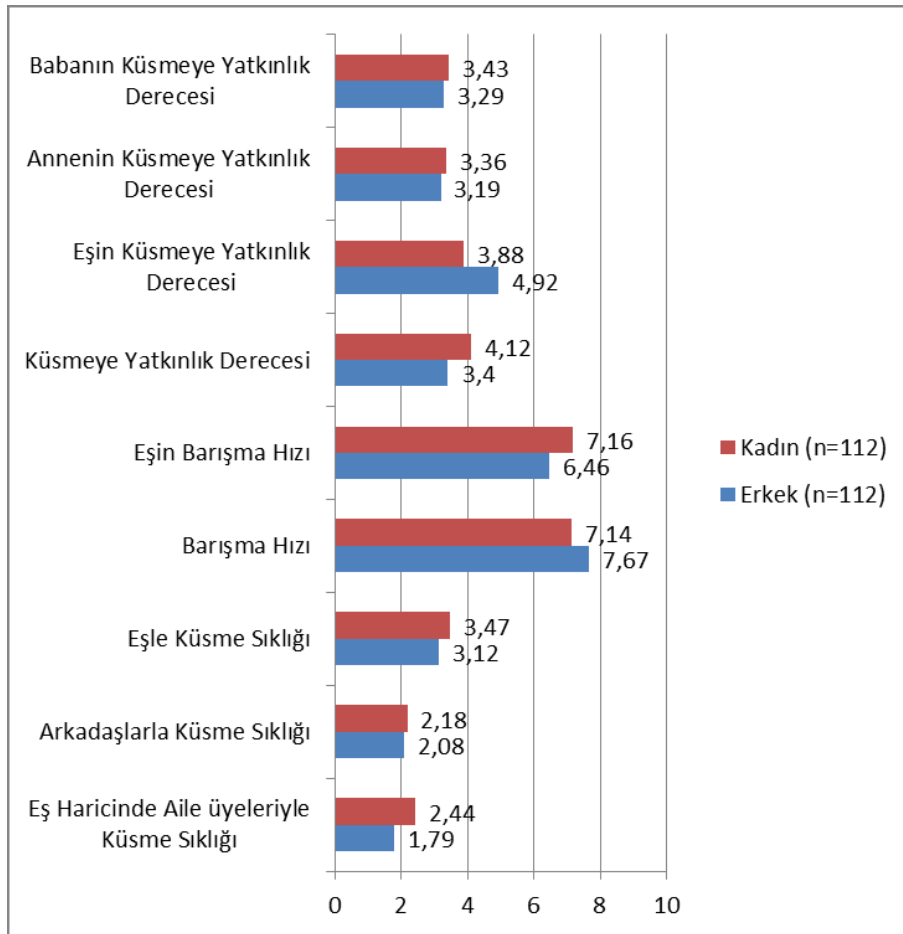
Bununla birlikte, erkekler de kadınlar da küstüklerinde, daha sıklıkla “sessiz kalırım, susarım, cevap vermem, trip atarım, somurturum” ve “çatışmadan kaçarak konuyu kapatırım” cevabını vermişlerdir. “Yanık’a göre (2017), küsme, kırıldığıımız zaman bu duyguları hazmetmek için kendi içimize çekilme imkanı sağlıyor. Bu süreçte yaşadığımız şey üzerine düşünüp olup bitenleri anlamlandırmış oluyoruz. Ayrıca, biraz da zaman geçirerek duyguların yoğunluğunu azaltmış oluyoruz. Bu yönleriyle küsmenin fonksiyonel bir tarafı olduğu söylenebilir.

Katılımcıların verdikleri cevaplara göre, kadınların erkeklere oranla, küsmeye daha yatkın oldukları ifade edilmiştir. Bununla birlikte kadınlar, erkeklere nazaran daha çok küsmeyi başlatan, erkekler de küsmeyi bitiren taraf olduğu cevaplarını vermişlerdir. Ayrıca verilen cevaplarda, erkeklerin barışmayı teklif etmelerinin daha kolay, kadınların da barışma teklifine ‘evet’ demelerinin kolay olduğunu ifade etmişlerdir.

Kadınların eşe küsme oranları erkeklere oranla daha fazla, erkeklerin ise eş haricindeki aile üyelerine küsme oranları kadınların eş haricindeki aile üyelerine küsme oranlarından fazla olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, araştırmaya katılan kadınların %86'sı, erkeklerin ise %70'i aniden küsmektedir. Erkeklerin barışma hızı, kadınlara oranla daha fazla olduğu ifade edilmiştir.

Araştırmaya katılan evli bireylerin küslük durumunun onları nasıl etkilediği sorulduğunda, kadınlar ve erkeklerin cevapları arasında belirgin bir fark gözlenmemiştir.

Evli bireylerden çoğunluğu küsken cinsel ilişkiye girmediklerini, fakat bazıları cinsel ilişkiyi, küsmeyi bitirmek için kullandığını paylaşmıştır.



Şekil 1. Eşlerin Cinsiyetine Göre Küsmelerine İlişkin Diyagram

Tartışma ve Sonuç

Küsmeye davranışının nedenleri kişilik özellikleri, psikolojik durum gibi birçok açıdan farklılık gösterebileceğinden araştırma sırasında, küsmeye biçimleri, sonuçları, etkileri gibi küsmenin kendisine odaklanılmıştır. Çalışmada, bu nedenle küsmeye olarak adlandırdığımız davranış örüntüsünün literatürdeki bir çok göstergesi ve tarzı ortaya konmuştur.

Araştırmada evli çiftler arasında yaşanan küsmeye yatkınlık ve küsmeye davranışının sıklığının cinsiyete göre değişiklik gösterdiği söylenebilir. Kadınların daha fazla küsmeye yatkın olduğu ve küsmeye başladıkları ifade edilmiştir. Ayrıca, eşe küsmeye durumu ile aile ve arkadaşlara küsmeye durumunda paralellik göstermektedir. Bu bilgilere göre, küsmeye davranışı bireylerin genel bir iletişim tutumudur denilebilir. “Küsmeye çok hızlı yıkıcı bir hale dönüşebilir. Sık olup uzun sürdüğünde iletişimi kopardığı, iki ayrı dünyada yaşamaya sebep olduğu, eşleri birbirinden uzak tuttuğu için zararlı hale gelebilir” (Yanık, 2017: 86).

Bununla birlikte, küsmeye davranışının hem kendisi, hem de çözüm yolları karşılıklı yoğun iletişim, duygu ve fikir paylaşımı sağladığı için, çiftlere birbirlerini daha iyi tanıma imkanı verebilmektedir. Sağlıklı bir iletişim ile küsmenin konusu, yapıcı ve faydalı hale gelirken, aynı konuda karşılıklı olumsuz yaklaşımlar çözümsüz ve yıkıcı hale getirebilir. Evliliklerinde sorun yaşayan ve bu sorunları çözüme kavuşturan çiftlerin ilişki uyumlarının arttığı düşünülmektedir (Cramer, 2000).

Araştırmada, genellikle erkeklerin küsmeye bitiren taraf olduğu belirlenmiştir. Erkeklerin barışmayı teklif etmelerinin daha kolay, kadınların da barışma teklifine ‘evet’ demelerinin kolay olduğu tespit edilmiştir. “İyi giden evliliklerde eşler ne kadar küsmüyorsa, kötü giden evliliklerde küsmeye o derece yaygın. Ayrıca, kötü giden evliliklerde barışma da bir o kadar sorun” (Yanık, 2017: 90).

Yanık’a göre (2017), küsmeye, kırıldığımız zaman bu duyguları hazmetmek için kendi içimize çekilme imkanı sağlıyor. Bu süreçte yaşadığımız şey üzerine düşünüp olup bitenleri anlamlandırmış oluyoruz. Ayrıca, biraz da zaman geçirerek duyguların yoğunluğunu azaltmış oluyoruz. Bu yönleriyle küsmenin fonksiyonel bir tarafı olduğu söylenebilir (Yanık, 2017).

Küsmeye davranışları içerisinde özellikle geri çekilme ve kaçınma tipleri, belirli koşullar altında etkili olabilir, örneğin duygusal taşmalardaki gibi sorunların tekrar tekrar konuşulmasına engel olabilir. Bu gibi durumlarda, tartışmayı ertelemek veya kaçınmak faydalı olacaktır.

Bununla birlikte, kaçınma bir ilişki içinde tutarlı bir model haline gelirse, sorunlar, yönetilemeyecek hale gelecek ve taraflar tatminsizlik yaşayacaklardır (Guerrero, Floyd, 2006).

Küsmeye durumunda cinsel ilişkiye girenlerin sayısı az olmasına karşı, evli bireylerin cinselliği küsmeye davranışını bitirmek için kullandıkları ifade edilmiştir. Erbek ve arkadaşlarının yaptığı araştırmanın (2005) sonuçlarına göre de, cinsellik ve çift uyumunun yakından ilişkili olduğunu ve birbirlerini karşılıklı olarak etkileyebileceği desteklemektedir.

Araştırmaya katılan evli bireylerin büyük çoğunluğu, çalışmada yer alan küsmeye davranış tarzlarından, çatışmadan kaçınmak için küstüklerini (Avoid to Conflict) ifade etmişlerdir. Bu küsmeye tarzı olumlu veya olumsuz sonuçlar getirebilir. Çatışma durumlarında küsmeye ya da iletişimden kaçınma gibi tepkiler, eşler arasındaki ilişkiye zarar vererek evlilik çatışmasını tetikleyebilmekte ve evlilik uyumunu bozabilmektedir (Karahana, 2007). Bununla birlikte, bir kaçınma biçimi olarak küsmeye, çiftler çatışmadan kaçarak başka bir konu üzerinde konuşmaya başlama yolunu seçebilirler. Sonraya bırakmada, tartışan taraflar herhangi çözüme varmaksızın çatışmayı bırakırlar. Onlar, açıkça söylenmeden aynı fikirde olmadıklarını kabul ederler ve diğer aktivitelere geçerler (Vuchinich, 1987).

Katılımcıların bir diğer yoğunlukta olarak benimsediği, sessiz kalma, susma, veya cevap vermeme şeklinde görülen küsmeler bir tür Sessizlik Tutumu (Silent Treatment) veya Dışlama(Ostracism)olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu çatışmadan kaçınmacı küsmeye davranışı, başka bir çok küsmeye tarzında olduğu gibi olumlu ve olumsuz etkiler yaratabilmektedir. Kipling (2002), bir cezalandırma yöntemi olarak kullanılan dışlamanın, kısa ve uzun süreli, tek ve çok kaynaklı (eş, aile, sosyal çevre vb.) birden fazla şekilde tanımlanmaktadır.

Araştırmada çoğunlukla erkek katılımcılar tarafından benimsenen çatışmayı soğutmak için kullanılan küsmeye davranışı, bir tür soğutma periyodu (Cooling Off) olarak yorumlanabilir. Bu küsmeye tarzı da genel olarak olumlu bir küsmeye biçimi olarak görülebilir. Planlanmış bir erteleme çatışmayı soğutma özelliğine sahiptir. Bu periyodun sonunda daha sağlıklı kararlar ve yaklaşımlar söz konusu olabilmektedir. Çatışmayı tırmandırmamak için; başka konularla meşgul olmak ve soğutma periyodu veya "zaman aşımı" stratejilerini kullanmak gereklidir (Wiley, 2006).

İletişimi tamamen engelleyen, aşağılama, uzaklaştırma, yok sayma ve duvar örme türlerinde küsmeye bir iletişim biçiminden çok cezalandırma tarzı haline gelmektedir. Bununla birlikte,

bazı küsme tarzlarında ise sorunlar sözsüz bir iletişim biçimi ile ortaya konabilir. Sessiz kalma, geri çekilme, kaçınma, bu küsme tarzlarından bazılarıdır. Bu amaçla yapılan küsme davranışının kısa süreli olması kaydıyla, ilişkilerde yapıcı bir etkisi olduğu söylenebilir.

Kaynakça

Cox Martha J., Jeanne Brooks-Gunn (1998); Conflict and Cohesion in Families: Causes and Consequences; syf;174.

Cutrona, *Carolyn E.* (1996) Social Support in Couples: Marriage as a Resource in Times of Stress.

Dökmen, Ü. (1995), İletişim Çatışmaları ve Empati (2. baskı). İstanbul: Sistem Yayıncılık.

Dökmen, Ü. (2002) Yüz ifadeleri Konusunda Verilen Eğitimin Duygusal Yüz İfadelerini Teşhis Becerisi ve iletişim Çatışmalarına Girme Eğilimi Üzerine Etkisi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Doktora Tezi. Ankara, İletişim Çatışmaları ve Empati. 20.Basım Sistem Yayıncılık, s48, İstanbul.

Fincham, F.D. (2003). Marital conflict: correlates, structure, and context. American Psychological Society, 14, 23-27.

Harary, F., Batell, F.M. (1981). Communication conflict. Human Relations, Vol.34, No.8,633-641.

Karahan, T. Fikret (2007), Bir Eş Eğitim Programı'nın Evli Çiftlerde Pasif Çatışma Eğilimi Üzerine Etkisi, 827-858.

Kipling D. Williams (2002.); Ostracism: The Power of Silence.

Lee, Jungmin (2013); The Impact of a Mandatory Cooling-off Period on Divorce; Sogang University.

Ömen, Ahmet (2006); Öfkeyle Başa Çıkma Eğitiminin ve Etkileşim Grubu Uygulamasının İçerik Yönelik Öfke Üzerindeki Etkisi, C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt: 30 No:2 176.

<http://www.tdk.gov.tr>

Wiley, Angela R.,PhD. (2006), Connecting as a couple: Communication skills for healthy relationships, Human and Community Development University of Illinois.

Vuchinich, S. (1987). Starting and stopping spontaneous family conflicts. Journal of Marriage and the Family, 49(3), 591-601.

Yalçın, Hatice (2014); Evlilik Uyumu İle Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki, Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi Cilt:3 Sayı:1 Makale No: 24 ISSN: 2146-9199.

Yanık, Medaim (2017). Mutlu Evliliklerin 7 Özelliği, Hayykitap, İstanbul.

Yoshimoto, D., Shapiro, A., O'Brien, K., & Gottman, J. (2005). Nonverbal communication coding system of committed couples. NY: Oxford University.