

Kadınların Boşanma Sonrası Yaşama Uyum Deneyimleri: Nitel Bir Çalışma^{1 2 3}

Nilüfer UYAR⁴ - İbrahim YILDIRIM⁵

Başyuru Tarihi: 08.10.2021

Kabul Tarihi: 22.03.2022

Makale Türü: Araştırma Makalesi

Öz

Bu çalışmada kadınların boşanma sonrası yaşama uyum deneyimlerinin ve öznel algılarının uyum düzeyleriyle ilişkisinin nitel olarak değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmacı, resmi boşanmasının üzerinden en fazla iki yıl geçen ve çocuk velayetini alan 12 kadınla yüz yüze görüşmeler yapmıştır. Bu görüşmelerde yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmış ve görüşmeler yaklaşık bir saat sürmüştür. Araştırma sonucunda boşanma sonrası yaşama uyum ile ilgili altı kapsayıcı tema ortaya çıkmıştır. Bunlar; (a) Boşanma sonrası yaşamda yeni roller ve ilişkiler (b) Boşanma ve boşanma sonrası yaşamla ilgili tutum (c) Eski eşle devam eden ilişkiler (d) Sosyal destek algısı (e) Sosyal işlevsellik (f) Kendilik algısıdır. Araştırmanın sonuçları, boşanmış kadınların yeni bir yaşam kurma sürecinde çocuklarla, eski eşle ve yakın çevreyle ilişkiler-sınırlar-yeni roller, boşanma ve boşanma sonrası yaşama yüklenilen anlam ve romantik ilişkiler gibi alanlarda desteklenmeleri gerektiğinin önemine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Boşanmış Kadınlar, Boşanma Sonrası Yaşama Uyum, Nitel Çalışma

Atıf: Uyar, N. ve Yıldırım, İ. (2022). Kadınların boşanma sonrası yaşama uyum deneyimleri: Nitel bir çalışma. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(2), 405-434.

¹ Bu çalışma kapsamında Hacettepe Üniversitesi Rektörlüğü Üniversite Senatosu Etik Komisyonu'ndan 07 Ocak 2020 tarihinde 35853172-300 nolu belge numarası ile etik kurul izni alınmıştır.

² Bu çalışma birinci yazarın Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nde Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM danışmanlığında tamamlanan "Kadınların Boşanma Sonrası Yaşama Uyum: Bilişsel Davranışçı Kurama Dayalı Psiko-eğitim Programının Etkililiği" başlıklı doktora tezinin bir bölümünün özeti niteliğindedir.

³ Bu çalışma 27-30 Ekim 2021 tarihlerinde Uluslararası Pegem Eğitim Kongresinde (IPCEDU) "Experiences of Divorced Women In Turkey: A Qualitative Study" başlıklı sözel bildiri olarak sunulmuştur.

⁴ Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, nilufercetin@anadolu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2653-5049

⁵ Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, iyil@hacettepe.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7874-8404

Women's Experiences of Post-Divorce Adjustment: A Qualitative Study

Nilüfer UYAR⁶ - İbrahim YILDIRIM⁷

Submitted by: 08.10.2021

Accepted by: 22.03.2022

Article Type: Research Article

Abstract

In this study, it was aimed to qualitatively evaluate the relationship between women's experiences of post-divorce adjustment and their subjective perceptions and adjustment levels. The researcher conducted face-to-face interviews with 12 divorced women, who have taken custody of their child, less than 2 years after their divorce. In these interviews, a semi-structured interview form was used and the interviews lasted approximately one hour. After the research, six themes related to adjustment after divorce were revealed. These are as follows: (a) New roles-relationships and borders in post-divorce life, (b) attitude towards post-divorce life, (c) continuing relationships with the ex-spouse, (d) social support perception, (e) social functioning and (f) self-perception. The results of the research point out the importance of supporting divorced women in areas such as relationships-borders-new roles with children, ex-spouses and immediate surroundings, meaning attributed to divorce and post-divorce life and romantic relationships in the process of establishing a new life.

Keywords: Divorced Women, Post-Divorce Adjustment, Qualitative Study

⁶ Anadolu University Faculty of Education Guidance and Psychological Counseling, nilufercetin@anadolu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2653-5049

⁷ Hacettepe University Faculty of Education Guidance and Psychological Counseling, iyil@hacettepe.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7874-8404

Giriş

Amerika Birleşik Devletleri (ABD) ve Batı toplumlarında yirminci yüzyılın ortalarından itibaren boşanma oranlarında kayda değer bir artış görülmektedir. Benzer şekilde Türkiye’de sosyo-ekonomik ve demografik değişimler ve Medeni Kanun’da yapılan düzenlemelerle birlikte özellikle son yıllarda boşanma oranlarında artış dikkat çekmektedir (Başyaka ve Ünal, 2017; Kutlar vd., 2018). Türkiye İstatistik Kurumunun (TÜİK) 2021 yılına ait güncel verilerinde boşanma sayılarındaki artışın devam ettiği ve boşanmaların %54,5’inin evliliğin ilk 10 yılı içerisinde gerçekleştiği ortaya konmuştur (TÜİK, 2021). Bu durum dikkate alındığında Türkiye’de farklı disiplinlerde boşanma olgusuyla ilgili araştırmalara devam edilmesinin gerekli olduğu ifade edilebilir.

Boşanmanın ani gelişen bir durum olmadığı aksine taraflardan en az birinin evliliğin bitmesini bir seçenek olarak düşünmesinden boşanmaya ilişkin yasal kararın verilmesi ve yeni yaşama uyumun sağlanmasını kapsayan karmaşık bir geçiş süreci olduğu belirtilmektedir (Amato, 2010; Asanjarani vd., 2018; Bohannon, 1970; Dahl vd., 2015; Erdim ve Ergün, 2016.). Aynı zamanda aile yaşam döngüsünde gelişen boşanma, aile üyelerinin rollerinde, toplumsal, ekonomik ve psikolojik yaşantısında değişimlere yol açtığı için durumsal bir kriz olarak da değerlendirilmektedir (Erdim ve Ergün, 2016; Strizz vd., 2021). Nitekim boşanmayla birlikte bireyin kaygı, korku, öfke ve düşmanlık, çaresizlik, suçluluk gibi olumsuz duygularında artış (Erdim ve Ergün, 2016; Frisby vd., 2012; Lee ve Hett, 1990) ve iyi oluş ile genel işlevselliğinde olumsuz birtakım değişimler yaşanabilmektedir (Krumrei vd., 2007). Benzer şekilde boşanmış bireylerin evli bireylere kıyasla alkol kötüye kullanımlarında, algılanan stres düzeylerinde, depresyon ve anksiyete dâhil birtakım psikolojik problemlerinde artışın olduğu bununla birlikte algılanan yaşam amaçlarında ise azalışın olduğu ifade edilmektedir (Amato, 2010; Bierman vd., 2006; Williams ve Dunne-Bryant, 2006). Görüldüğü gibi bireyin yaşantısında köklü değişimlere yol açan boşanma olumsuz etkilere sahiptir ve bu bağlamda yetişkinlerin ve varsa çocukların bu durumsal krize uyum sağlaması gerekmektedir. Bu gereklilik ilgili alan yazınında boşanma sonrası yaşama uyum olgusuyla (post-divorce adjustment) kavramsallaştırılmıştır.

Boşanma sonrası yaşama uyum; suçluluk ve keder gibi duygusal yüklerden kurtularak eski eşten ayrışabilme, bireyselleşebilme ve yeni bir sosyal ağ geliştirebilme sürecidir (Diedric, 1991; Lloyd vd., 2014; Madden-Derdich ve Arditti, 1999). Aynı zamanda boşanmanın kendisi her ne kadar stresli bir yaşam olayı olarak görülse de (Amato, 2010; Lorenz vd., 1997; Mastekaasa, 1997; Pearlin vd., 2005) boşanma sonrası uyumun büyüme ve gelişme için fırsat sunduğu da ileri sürülmektedir (Bursik, 1991; Baum vd., 2005). Boşanmanın olası olumsuz etkilerinin azalarak bireyin boşanma sonrası yaşama uyum sağlayabilmesinin yaklaşık olarak iki yıl sürebildiği (Booth ve Amato, 1991; Clarke-Stewart ve Brentano, 2006; Lorenz vd., 1997) ve bununla birlikte demografik ve yapısal özellikleri nedeniyle boşanmayla ilişkili ikincil stres faktörlerine daha yoğun ve sık maruz kalan bireylerin uyum süreçlerinin daha güç olabildiği belirtilmektedir (Wang ve Amato, 2000; Diedrick, 1991; Williams ve Dunne-Bryant, 2006).

Literatür Taraması/ Yazın İncelemesi

Boşanma sonrası yaşama uyumla ilişkili kapsayıcı araştırmalar yürüten Amato (2010) evliliğin sonlanmasının psikolojik iyi oluş üzerindeki etkilerinin en iyi boşama-stres-uyum bakış açısıyla kavramsallaştırıldığını ileri sürmüştür. Bu bağlamda boşanmada evlilik birliğiyle elde edilen ekonomik kazanımlar, duygusal destek gibi kaynakların kaybı söz konusudur ve boşanmanın kendisi olumsuz yaşam olayları nedeniyle uyumu gerekli kılan stresli bir durumdur (Cohen ve Weitzman, 2016; Jewell vd., 2016; Krumrei vd., 2007; Lloyd vd., 2014;

Pearlin, vd., 2005; Strizz vd., 2021). Boşanmaya uyum ise olumsuz sonuçlar, stresörler, koruyucu ve aracı faktörler gibi birden fazla duruma göre farklılık göstermektedir. Nitekim boşanmaya yeterli uyum büyük oranda stres faktörlerinin azlığına, kaynakların mevcudiyetine ve bireyin boşanmayla ilgili tutumunun olumlu olmasına bağlıdır. Bu bağlamda boşanma-stres-uyum perspektifinin içine yerleştirilmiş iki zıt model vardır. Kriz modelinde, çoğu bireyin boşanmanın olumsuz sonuçlarına zamanla uyum sağladığı ve uyumun geçici bir fenomeni temsil ettiği ileri sürerken, kronik zorlanma modelinde ise aksine, boşanmanın kronik stres gerektirdiği varsayılmaktadır (Wang ve Amato, 2000).

Boşanmanın kendisi her ne kadar stresli bir yaşam olayı olarak görülse de büyüme ve gelişme için fırsat sunan bir yaşam olayı olarak da karakterize edilmektedir (Bursik, 1991; Baum vd. 2005, Kulik ve Heine-Cohen, 2011; Gaffal, 2010). Nitekim kimi araştırmalarda evliliğin sonlanması sürecinin nihayetinde psikolojik bir iyi oluşa sebebiyet verdiği (Gardner ve Oswald, 2006) kimi araştırmalarda ise boşanmayla ilgili olumlu anlam bulmanın daha yüksek düzeyde uyum ve psikolojik iyi oluşla ilişkili olduğu (Bevino ve Sharkin, 2003) ileri sürülmektedir. Boşanma sonrası yaşama uyumu pozitif bir bakış açısıyla değerlendiren bu görüşe göre birtakım demografik ve ilişkisel değişkenlerin uyumu kolaylaştırma ihtimali söz konusudur. Nitekim çocuksuz olma, eski eşten duygusal ayrışma veya olumlu bir eş-ebeveynlik ilişkisi, eğitim düzeyi ve gelirin yüksek olması, sosyal desteğin yüksek olması, boşanmayı başlatan taraf olma veya mutsuz bir evliliği sonlandırma gibi özelliklerle boşanmaya pozitif uyum arasında anlamlı ilişkiler bulunmaktadır (Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015). Bu bilgiyle paralel demografik ve yapısal değişkenlere bağlı olarak bireyin boşanmaya uyumun uzayabildiği de belirtilmektedir (Wang ve Amato, 2000; Diedrick, 1991; Williams ve Dunne-Bryant, 2006). Görüldüğü gibi boşanma sonrası yaşama uyum kompleks bir yapı sergilemektedir. Dolayısıyla kriz olarak nitelendirilebilecek bu sürecin derinlemesine incelenmesi boşanma sonrası yaşama uyumuyla ilişkili faktörlerin belirlenmesinde yol gösterici olabilir.

Alan yazını incelendiğinde ABD başta olmak üzere yurtdışında yapılan çok sayıda araştırma neticesinde boşanma sonrası yaşama uyumuyla ilgili kapsamlı bir literatüre ulaşıldığı dikkati çekmektedir (Amato, 2010; Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015; Hilton ve Kopera-Frye, 2003; Kitson, ve Holmes, 1992; Lloyd vd., 2014; Masheter, 1990; Molina ve Abel, 2010; Rahbari, 2014; Symoens vd., 2013; Qamar ve Faizanb, 2021; Wang ve Amato, 2000). Türkiye’de boşanma sonrası yaşamla ilgili araştırmalarda özellikle son yıllarda bir artışın olduğu ifade edilebilir. Bu araştırmaların kimisinde boşanmış bireyin karşılaştığı bireysel, toplumsal ve ekonomik sorunların irdelendiği (Aktaş, 2011; Can ve Aksu, 2016; Eşkinat, 2013; Sezer ve Gürkan, 2018; Uğur, 2014) kimisinde ise boşanma sonrası yaşama uyumun yordayıcılarına (Sayan Karahan ve Yıldırım, 2021; Yılmaz ve Fişiloğlu, 2005) bakıldığı görülmektedir. Bununla birlikte yurt içi alan yazınında boşanma sonrası yaşama uyum olgusunun nitel yöntemlerle derinlemesine incelendiği araştırmalara rastlanılmamıştır. ABD ve Batı toplumlarında yapılan araştırmalar bu olgunun anlaşılabilirliğine katkı sunmaktadır fakat farklılaşan kültürel öğelerin uyumu etkilediği ileri sürülmektedir (Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015; Lawson ve Satti, 2016). Bu sebeple Türkiye örneğinde bu olguyla ilgili araştırmalara devam edilmesinin alana anlamlı bir katkı sunacağı düşünülmektedir.

Boşanma sonrası yaşama uyum sürecinde cinsiyete özgü farklılıklara bakıldığında kadınların boşanmaya uyumları bireysel ve ilişkisel faktörler sebebiyle erkeklere kıyasla daha zor olabilmektedir. Günümüzde özellikle toplumcu kültürlerde kadınların boşanmayla ilişkili toplumsal ön yargılara daha fazla maruz kaldığı dikkati çekmektedir (İlhan, 2020; Kung vd., 2004; Rahbari vd., 2014; Sarpkaya, 2013; Qamar ve Faizanb, 2021).

Aynı zamanda boşanma sonrası velayet uygulamalarına baktığımızda Türkiye’de tam velayet uygulamasının ağırlıkta olduğu ve velayetin yaygınlıkla anneye verildiği görülmektedir (Apaydın, 2018). Bu bağlamda velayeti almış kadınların çocuk üzerinden eski eşle görüşme sıklığında ve çocuk bakımındaki meşguliyetlerinde uyumlarıyla negatif ilişkili bir artışın yaşanabildiği ifade edilebilir. Nitekim çocuksuz paydaşlarına göre velayeti almış boşanmış kadınların boşanmayla ilişkili ikincil stres kaynaklarına daha fazla maruz kalabildiği ve uyumlarının daha güç olabildiği ileri sürülmektedir (Williams ve Dunne-Bryant, 2006). Dahası boşanma sonrasında velayeti almış kadınların daha düşük gelire ve daha fazla ekonomik zorlanmaya sahip olduğu, yeniden birlikte yaşama olasılıklarının daha düşük olduğu, daha depresif oldukları ve erkeklere kıyasla boşanmaya negatif uyumlarının daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Eşkinat, 2013; Hilton ve Kopera-Frye, 2003; Rahbari, 2014; Qamar ve Faizanb, 2021). Tüm bu bilgiler velayeti almış kadınların yeni yaşama uyum sürecinde daha riskli grupta yer alabildiğine ve dolayısıyla bu kadınların psiko-sosyal alanda desteklenme ihtiyacının önemime işaret etmektedir.

Boşanma ve boşanma sonrası yaşamla ilgili bireyin öznel algısı, uyumun anlamlı bir yordayıcı olabilmektedir (Altenhofen vd., 2008; Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015; Sayan Karahan ve Yıldırım, 2021). Nitekim boşanma sonrasında bireyin çocukla ilişkilerinde (Kurdek ve Siesky, 1978), finansal alanda (Shapiro, 1996), ebeveynlik tutumlarında (Yılmaz ve Fişiloğlu, 2005) yaşadığı sorunlarla veya kimlik değişimiyle (Zare vd., 2017) ilgili kendi öznel algısının uyumlu ilişkili olduğu ve boşanmaya yüklenen kişisel anlama göre uyumun yapısının değişkenlik gösterdiği görülmüştür (Wang ve Amato, 2000; Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015). Bu bilgiler ışığında sahip oldukları demografik ve yapısal özellikler sebebiyle daha riskli grupta görülebilen yeni boşanmış ve velayeti almış kadınların öznel algılarıyla uyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi bundan sonraki araştırma ve uygulamalar için yol gösterici olabilir.

Tüm bu bilgiler ışığında bu çalışmada velayeti almış kadınların boşanma sonrası yaşama uyum deneyimlerinin ve öznel algılarının uyum düzeyleriyle ilişkisinin nitel olarak değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırmada nitel araştırma desenlerinden olan fenomenolojik desen kullanılmıştır. Bu araştırma deseninde doğal bir olayla (fenomen) ilgili birey/bireylerin yaşam deneyimlerindeki önemin, yapının ve anlamın ne olduğu sorusuna yanıt aranmakta ve ortak anlamların derinlemesine keşfedilmesi amaçlanmaktadır (Sheperis vd., 2010). Bu bağlamda mevcut çalışmada, kadınların boşanma sonrası yaşama uyum deneyimlerinin, onların bakış açısı ve algılarına dayalı olarak keşfedilmesi amaçlandığı için fenomenolojik desen tercih edilmiştir.

Araştırmanın Katılımcıları

Yaşantıları ve anlamları ortaya çıkarmayı amaçlayan fenomenolojik desende genellikle uzun görüşmeler ve hatta aynı kişiyle birden fazla oturum gerçekleştirildiği için katılımcı sayısının 10’u geçmemesi önerilmektedir. Aynı zamanda nitel araştırmalarda tekrarlarla karşılaşıldığında veri doygunluğunun sağlandığı belirtilmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Bu koşullar dikkate alınarak araştırma kapsamında 12 boşanmış kadınla yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların yaş aralığı 24 ile 47 arasında değişmektedir. Yaş ortalaması ise 36’dır. Katılımcılarla ilgili kişisel bilgi formuyla toplanan bilgilerin bir kısmı aşağıdaki tabloda özetlenmiştir.

Tablo 1
Katılımcıların Betimsel Özellikleri

Değişkenler	Gruplar	N
Çocukların yaşı	3 yaş ve altı	2
	4-6 yaş	3
	7-11 yaş	4
	12 yaş ve üstü	3
Gelir sağlayıcı bir işte çalışma durumu	Çalışıyor	11
	Çalışmıyor	1
Eğitim düzeyi	Ortaokul	1
	Lise	2
	Üniversite	9
Evlilik süresi	Beş yıldan az	3
	6-10 yıl	4
	11-15 yıl	3
	16-20 yıl	2
Boşanmayı başlatan taraf	Ben verdim	6
	Eski eş verdi	3
	Birlikte karar	3

Tablo 1’deki bilgilere ek olarak kadınlar evliliğin sonlanma sebebi olarak aldatılma, şiddetli geçimsizlik, alkol problemleri, cinsel sorunlar ve fiziksel/psikolojik şiddeti belirtmiştir. Ayrıca katılımcıların tümü verdiği karardan memnun olduğunu ifade etmiştir.

Etik Bildirim

Bu araştırmada verilerin elde edilmesi, analizi ve saklanması sürecinde etik ilkelere uygun davranılmıştır. Bu çerçevede öncelikle Hacettepe Üniversitesi Senatosunun Etik Komisyonu’ndan gerekli izinler alınmıştır. Veri toplama sürecinde katılımcıların araştırmaya gönüllü katılım onamları alınarak görüşmeler yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara görüşme esnasında istedikleri zaman araştırmadan çekilebilecekleri bilgisi verilmiştir. Bunun yanı sıra görüşme süresince katılımcıların izni doğrultusunda ses kaydı alınmıştır.

Etik Kurul Adı: Hacettepe Üniversitesi Senatosu Etik Komisyonu

Etik Kurulu Onay Tarihi: 07 Ocak 2020

Onay Belge Numarası: 35853172-300

Veri Toplama Süreci

Öncelikli olarak boşanma sonrası yaşama uyum literatürü dikkate alınarak araştırma amacı doğrultusunda yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmıştır. Boşanma sonrası yaşama uyum alanında akademik çalışmalar yürütmüş olan iki alan uzmanına hazırlanan bu form gönderilmiş ve uzman görüşü alınmıştır. Aşağıda bu formda kullanılan açık uçlu soru örneklerine yer verilmiştir:

Boşanma sonrasında eski eşle ilişkinizi nasıl görüyorsunuz?

Çocuğunuzla olan ilişkiniz şu an nasıl? Varsa yaşadığınız güçlükler neler?

Boşanmış bir birey olmak sizin için ne anlama geliyor?

Yeni biriyle duygusal ilişki yaşama konusunda neler düşünüyorsunuz?

Boşanmış kadınlarla yürütülen bu çalışmada katılımcılara ulaşmak için amaçlı örnekleme ve kartopu örneklemesinden yararlanılmıştır. Amaçlı örnekleme kapsamında belirlenen dahil etme kriterleri şunlardır: (a) Boşanmanın olası olumsuz etkilerinin azalarak bireyin boşanma sonrası yaşama uyum sağlayabilmesi yaklaşık iki yıl sürdüğü (Booth ve Amato, 1991; Clarke-Stewart ve Brentano, 2006; Lorenz vd., 1997) için boşanma davası tamamlanmış ve boşanmanın üzerinden en fazla iki yıl geçmiş olması. (b) Çocuk/çocukların velayetini almış olma. Katılımcılara ulaşmak amacıyla sosyal medyada araştırmanın duyurusu yapılmıştır ve ayrıca avukatlarla temasa geçilerek uygun kişilere ulaşılmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın veri toplama süreci Temmuz-Ağustos 2021 tarih aralığını kapsayacak şekilde yaklaşık 2 ay sürmüştür. Katılımcılarla görüşmeler sadece araştırmanın birinci yazarı tarafından gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların sekiziyle araştırmanın birinci yazarının çalıştığı birim olan Anadolu Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezinde görüşülmüştür. Diğer 4 katılımcıyla görüşmeler kafe veya açık alan imkânı sunan park alanında gerçekleştirilmiştir. Dış ortamda gerçekleştirilen görüşmelerin mekân seçiminde ortamın sessiz olması önceliği aranmıştır. Araştırmanın veri toplama süreci Covid 19 pandemi dönemine denk geldiği için görüşmeler esnasında maske kullanımı, sosyal mesafe ve ortamın havalandırılmasına özellikle dikkat edilmiştir. Görüşmeye başlamadan önce katılımcılardan kişisel bilgi formunu doldurmaları istenmiş ve araştırmaya gönüllü katılım formuyla onamları alınmıştır. Görüşmeler ortalama 60 dakika sürmüştür. Her bir görüşme ses kaydına alınmış ve görüşmeler esnasında önemli görülen noktalarla ilgili kısa notlar alınmıştır. Bir görüşme tamamlandıktan sonra görüşmenin de-şifresi yapıldıktan sonra bir sonraki görüşme gerçekleştirilmiştir.

Veri Analizi ve Güvencünlük

Veriler betimsel analiz yoluyla uzman görüşüne başvurularak analiz edilmiştir. Betimsel analizde amaç, görüşme ve gözlem sonucu toplanan verilerin düzenlenmiş ve yorumlanmış bir şekilde okuyucuyla buluşturulmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Betimsel analiz dört aşamalı bir süreci ifade eder. (1) Betimsel analiz için bir çerçeve oluşturma: Araştırma sorularından, araştırmanın kavramsal çerçevesinden ya da görüşme ve/veya gözlemlerde yer alan boyutlardan hareketle veri analizi için bir çerçeve oluşturulur. Bu çerçeveye göre verilerin hangi kategori ve temalar altında toplanacağı, hangi temaların hangi kategorilere göre düzenleneceği ve sunumun nasıl olacağı belirlenir. (2) Tematik çerçeveye göre verilerin işlenmesi: Bu aşamada, daha önce oluşturulan tematik çerçeveye göre elde edilen veriler ayrıntılı bir şekilde okunarak düzenlenir. Ayrıca bu aşamada, daha sonra sonuçlar yazılırken kullanılacak doğrudan alıntılar ve güçlü örnekler de seçilir. (3) Bulguların tanımlanması: Düzenlenen veriler tanımlanır ve gerekli yerlerde doğrudan alıntılarla desteklenir. (4) Bulguların yorumlanması: Tanımlanan bulguların açıklanması, ilişkilendirilmesi ve anlamlandırılması bu aşamada yapılır (Creswell, 2014; Yıldırım ve Şimşek, 2018).

Bu araştırmada betimsel analiz'in aşamaları doğrultusunda izlenen işlem basamakları şu şekildedir: (1) *Betimsel analiz için çerçeve oluşturma*: Boşanma sonrası yaşama uyumun kavramsal çerçevesi ve gürüşme sorularından hareketle betimsel analiz için bir çerçeve oluşturulmuştur. (2) *Tematik çerçeveye göre verilerin işlenmesi*: Bu aşamada ses kaydına alınan gürüşmeler Nvivo 12 paket programında de-şifre edilmiş ve araştırmanın birinci yazarı tarafından titizlikle okunarak veriler temalaştırılmıştır. Burada bir katılımcıya ait gürüşme raporu incelendikten sonra diğer katılımcıyla gürüşme gerçekteştirilerek verilerin birbirini takip eden bir sırayla işlenmesine özen gsterilmiştir. Tüm gürüşmeler tamamlanıp elde edilen veriler tematik çerçeveye işlendikten sonra boşanma sonrası yaşama uyum alanında araştırmalar yürüten iki uzmana veri seti gönderilmiş ve uzman gürüşü alınmıştır. (3) *Bulguların tanımlanması*: Bu aşamada tematik çerçeveye göre düzenlenen verilerin tanımlanması aşamasına geçilmiştir. Araştırmacı doğrudan alıntılar ve güçlü örneklerle bulguları desteklemiştir. (4) *Bulguların yorumlanması*: Son aşamada tanımlanan bulguların açıklanması, ilişkilendirilmesi ve anlamlandırılmasıyla veri analizi süreci tamamlanmıştır.

Araştırmanın güvendiuyulabilirliğini arttırmak amacıyla Lincoln ve Guba'nın (1986) önerdiği bazı stratejilere başvurulmuştur. Yarı yapılandırılmış gürüşme formunun ve analiz sonucunda elde edilen temaların uygunluğunu test etme amacıyla boşanma sonrası yaşama uyum alanında araştırmalar yürüten iki araştırmacıdan uzman gürüşünün alınmış olması araştırmanın inandırıcılığına ve teyit edilebilirliğine katkı sunmaktadır. Benzer şekilde araştırmada elde edilen verilerin düzenlenerek katılımcılara ulaştırılması ve katılımcı teyitlerinin alınması sağlanmıştır. Araştırma bulgularının benzer ortamlara aktarılabilirliğini arttırmak amacıyla bulguların doğrudan alıntılarla ayrıntılı betimlenmesi yapılmıştır. Doğrudan alıntılama aşamasında bulguyu destekleyen ve desteklemeyen katılımcı paylaşımları bir arada verilmiştir. Aynı zamanda aktarılabilirliğini arttırmak amacıyla amaçlı örnekleme kullanılmıştır. Araştırmanın veri toplama sürecinde katılımcılarla gürüşmeler sadece araştırmanın birinci yazarı tarafından gerçekteştirilmiştir. Bu sayede gürüşme süresi ve katılımcılara yapılan açıklamalar bağlamında tüm gürüşmelerin benzer bir yapıda olması sağlanarak araştırmanın tutarlılığına katkı sağlanmıştır.

Bulgular

Öncesinde de ifade edildiği gibi yurtdışı alanyazınında yaygınlıkla çalışılan boşanma sonrası yaşama uyumla ilgili Türkiye'de yapılmış sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Yapılmış araştırmalar incelendiğinde boşanma sonrası yaşama uyumun yordayıcılarıyla ilgili nicel (Sayan Karahan ve Yıldırım, 2021; Yılmaz ve Fişiloğlu, 2005) ve boşanma sonrası karşılaşılan sorunların betimlendiği nitel ve nicel araştırmalara (Aktaş, 2011; Can ve Aksu, 2016; Eşkinat, 2013; Sezer ve Gürgan, 2018; Uğur, 2014) rastlanmıştır. Bununla birlikte Türkiye örnekleminde doğrudan boşanma sonrası yaşama uyum olgusunun derinlemesine incelendiği nitel araştırma örneğine rastlanılmamıştır. Bu bağlamda mevcut araştırmada, kültürel farklılaşmanın çalışılan kavramlar üzerindeki olası etkisi göz önüne alınarak çok boyutlu bir yapı sergileyen boşanma sonrası yaşama uyum olgusunun özellikle de Türkiye örnekleminde incelenmesi amaçlanmaktadır.

Boşanma sonrasında daha riskli grupta yer alan velayeti almış yeni boşanmış kadınların boşanma sonrası yaşama uyum deneyimlerinin incelendiği bu araştırmada uyum düzeyleriyle ilişkili 6 kapsayıcı temaya ulaşılmıştır. Bunlar; (a) Boşanma sonrası yaşamda yeni roller ve ilişkiler (b) Boşanma ve boşanma sonrası yaşamla ilgili tutum (c) Eski eşle devam eden ilişkiler (d) Sosyal destek algısı (e) Sosyal işlevsellik (f) Kendilik algısı.



Şekil 1. Kadınların boşanma sonrası yaşama uyum deneyimleriyle ilgili temalar

Boşanma Sonrası Yaşamda Yeni Roller ve İlişkiler

Boşanmayla birlikte birey evlilik; eş, sosyal statü ve belki de çocuk gibi alanlarda kayıplar yaşarken aynı zamanda yeni roller/statüler elde etmektedir (Diedrick, 1991). Boşanmaya başarılı bir uyumun gerçekleşebilmesinde bireyin bu yeni kimlik ve rollerini benimsemesi veya evlilikle bağı olmayan yeni kimlikler geliştirebilmesi önemli görülmektedir (Wang ve Amato, 2000). Yapılan görüşmelerde katılımcılar özellikle iki alanda, (çocukla ilişkiler ve yetişkin dünyasında ilişkiler) edinmiş oldukları yeni rollere değinmiş ve bu rol ekseninde ilişki deneyimlerini paylaşmışlardır. Katılımcıların yaşam deneyimleri benzerlik göstermekle birlikte özellikle dış dünyada olana bitene yükledikleri anlamın diğer bir ifadeyle öznel algılarının uyum düzeylerini etkilediği görülmektedir.

Tek ebeveyn olma-çocukla ilişkiler. Boşanmayla birlikte çift ebeveynli aile sisteminden tek ebeveynli aile sistemine geçiş yaşanmaktadır (Gladding, 2011). Evden ayrılan eş çocukla ilgili mevzularda “eş-ebeveyn” olarak velayeti alan eşle ilişkilerini sürdürmekle birlikte boşanma neticesinde velayeti alan tarafın çocukla ilişkilerini yeniden organize etme ihtiyacı doğmaktadır. Bu aşamada ebeveyn ayrılığının etkisiyle çocukta yeni aile sistemine uyum güçlüğü görülebilir. Katılımcıların neredeyse tamamı çocuğun velayetini almış olmayla ilgili hoşnutluklarını belirtmekle birlikte tek ebeveyn olarak bakım veriyor olma ve boşanmayla birlikte oluşan yeni aile sisteminde çocukla kurulan ilişkiyi düzenlemede zorlandığını ifade etmişlerdir. Bu noktada olumlu ve kabul edici bir görüşe sahip olanların bu zorlayıcı süreci daha iyi yönetebildikleri olumsuz değerlendirmeleri olan kadınların ise bu alanda daha fazla zorlandığı ifade edilebilir. Aşağıda tek ebeveyn olarak çocukla ilişkisinde zorlanma yaşadığına işaret eden katılımcı paylaşımına yer verilmiştir.

“Yaaa olmaz mı, tabii ki çocukla şeylerimiz oluyor. Nasıl diyeyim en basit bir yemek problemi. Babamız evde olduğu zaman o gün yemek ne piştiyse o yenir sevse de sevmese de. Bu en küçük bir örnek yani. Baba olmadığı için karşı çıkma şeyi çok kolay Eee ne yapıyorsunuz anne yüreği, dayanamıyorsunuz” (MedCezir- 43 yaş- Üniversite mezunu)

Yeniden bekar kadın olma – yetişkin ilişkileri. Boşanmış kadın yeniden bekar kadın rolüyle içinde bulunduğu çevrede eski eşle, aileyle ve arkadaşlarla ilişkilerini sürdürmektedir. Eski eşle paylaşılan geçmiş, arkadaşlık veya ebeveynlik rolleri sebebiyle ilişki devam edebilmekte ve bu bağlamda ilişkinin yapısı ailenin yeniden örgütlenmesi ve aile üyelerinin devam eden etkileşimi için kritik görünmektedir (Masheter, 1990). Bu noktada eski eş rollerinden ayrışmanın boşanmaya sağlıklı uyumu kolaylaştırdığı ileri sürülmektedir (Madden-Derdich ve Arditti, 1999). Aksi durumda ise boşanmış birey kendisini evlilik partneri olarak görmeye devam etmekte ve boşanmış eşle ilişkileri yeniden düzenlemede zorluk yaşayabilmektedir (Hardesty vd., 2008; Lamelaa ve Figueiredob, 2016). Bu kuramsal bilgiler ışığında katılımcıların genelinin eski eş rolünden duygusal olarak ayrışabildiği ve yeniden bekar kadın kimliğiyle eski eşle ilişkileri düzenleme gayretinde olduğu ifade edilebilir. Aşağıdaki ilk örnekle eski eş rolünden ayrışma düzeyi iyi görünen ve bu bağlamda yeniden bekar kadın rolüyle eski eş ilişkisini düzenleyebilen katılımcı örneği verilmiştir.

“Yani düşman değiliz, kanlı bıçaklı değiliz, kimse kimseye bu anlamda bir şey yapmadı, sadece şu oluyor, artık sıfatlar değişti, yani ben A. in eski eşi olarak anılmak istemiyorum, ben artık oğlumun annesiyim. O da benim eski eşim olarak anılmasına ya da o şekilde bir kimlik yaratmasına gerek yok. O da artık benim gözümde oğlumun babası. Çünkü farklı kimlikler yarattığınız zaman bu sefer beklentiler de oluyor, bu sefer hayatlara ve hareketlere müdahaleler başlıyor ... Ama kabul etmiyorum, o yüzden de o A. in babası”. (Yaş37- 37 yaş- Üniversite mezunu)

Bununla birlikte kadınların bir kısmının ise eski eş rolünden ayrışma, kendilerine yeni bir kimlik tanımlama ve bu kimlikle ilişkileri yeniden düzenleme konusunda zorlandığı ifade edilebilir. Aşağıda evlilikteki eş rolünden ayrışma ve ilişkileri yeniden düzenleme konusunda zorluk yaşadığına işaret eden katılımcı paylaşımına yer verilmiştir.

“Ben ona gene anne (eski eşin annesi) diyorum, o da bana kızım diyor, yani çok şey değil ... Geliyor bana yine her zamanki gibi bütün dertlerini anlatmaya çalışıyor ... dinliyorum tamam saygı icabı. Ama aslında hoşlanıyor muyum, hoşlanmıyorum.” (Yalnız kadın – 46 yaş – Üniversite mezunu)

Boşanmanın toplumda zor kabul edilebilir bir olgu olduğu (Kitson ve Holmes, 1992; Leopold vd., 2016) ve boşanmayla ilgili toplumsal kabullerle bağlantılı kadınların sosyal dışlanma veya damgalanmaya maruz kaldığı ileri sürülmektedir (Konstam vd., 2016; Kung vd., 2004; Parker vd., 2016). Türkiye örneğinde yapılan araştırmaların da benzer sonuçları ortaya koyduğu ve kadınların arkadaş ve iş ortamında damgalanmaktan çekindikleri için boşandıklarını gizledikleri veya boşanmış kadın olmayla ilgili toplumsal dışlanma ve baskıya maruz kaldıkları görülmüştür (Can ve Aksu, 2016, İlhan, 2020; Sarpkaya, 2013). Bu bağlamda boşanmış kadınların yetişkin dünyasında toplumsal bir baskı yaşaması muhtemel görünmektedir. Katılımcıların paylaşımları da bu yorumu destekler niteliktedir. Aşağıdaki örnekte iş arkadaşlarıyla ilişkilerinde yeniden bekar kadın olmayla bağlantılı yaşadığı zorluğu ve baş etme yolunu dile getiren katılımcı örneği paylaşılmıştır.

“... Ya da tabiri caizse böyle kötü gözle bakıyorlar. Boşandın evet hazırsın her şeye, o gözle bakıyorlar. Bunu da işte bir iki arkadaşım söylemişti. Benim böyle bir insan olduğumu düşünüyorsan bir daha benimle görüşme dedim. Çünkü ben bu tarzda bir insan değilim ve benim bir kızım var ve ben ona göre hareket ediyorum. Hani yapmadığım bir konuda da yargılanmak istemiyorum dedim. O da sonradan yanlış anlaşıldığını, gelip benden bu şekilde özür diledi. Ama dediğim gibi kendimi uzaklaştırdım, sadece bunu yapabiliyorum. Yani” (Beyaz masal – 34 yaş – Üniversite mezunu)

Boşanma ve Boşanma Sonrası Yaşamla İlgili Tutum

Tutum bireyin sahip olduğu olumlu ve olumsuz değerlendirmeler şeklinde tanımlanabilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2005). Boşanma sonrası yaşama uyum alan yazını incelendiğinde evliliğin bitimine karşı olumlu tutumlara sahip olmayla uyum arasında anlamlı ilişkilerin olduğu ileri sürülmektedir (Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015; Gaffal, 2010; Simon ve Marcussen 1999; Wang ve Amato, 2000). Nitekim boşanmayı kişisel bir trajedi olarak gören bireylerin uyumlarıyla boşanmayı gelişim için bir fırsat ya da rahatsızlık verici işlevsiz bir ortamdan kaçış olarak görenlerin uyumları farklılaşmaktadır (Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015; Fevzioglu ve Kuşcuoğlu, 2011; Wang ve Amato, 2000). Dahası boşanmış bireyin sosyal destek kaynakları veya nesnel ekonomik durumundan ziyade bu faktörlerle ilgili öznel algıları uyum süreçlerinde daha belirleyici olabilmektedir (Shapiro, 1996; Holloway ve Machida, 1991; Kołodziej-Zaleska ve Przybyła-Basista, 2016; Yılmaz ve Fişiloğlu, 2005). Bu bilgiler ışığında bireyin yaşantısında köklü değişimleri beraberinde getiren ve bu bağlamda stresli bir yaşam olayı olarak görülen boşanmaya uyumda bireyin sahip olduğu öznel algıların anlamlı ve etkili bir değişken olduğu ifade edilebilir. Yapılan görüşmelerde kadınlar boşanmayla ilişkili öznel algılarını dile getirmiştir ve evliliğin sonlanması, yeni bir yaşantı kuruyor olma, duygusal ilişkiler, boşanmış kadına yönelik toplumsal önyargılar, tek ebeveyn olma ve çocuk sahibi olmayla ilgili tutumlarının boşanma sonrası yaşama uyumlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür.

Evliliğin sonlanmasıyla ilgili tutum. Bu alt temada bireyin biten evliliğine yüklediği anlam ve bu anlamın boşanma sonrası uyumla ilişkisi incelenmiştir. Yapılan görüşmeler sonrasında katılımcıların evliliğin sonlanmasıyla ilgili algılarının farklılaştığı dikkati çekmektedir. Katılımcıların bir kısmı boşanmayı “bir başarısızlık” olarak değerlendirdiğini veya “yanlış bir karar mı verdim acaba” düşüncesiyle paralel bir belirsizlik yaşadığını ifade etmiştir. Bu noktada evliliğin sonlanmasıyla ilgili olumsuz değerlendirmeler olsa da katılımcıların genelinin boşanmayı “bir kurtuluş, özgürlük, rahatlama” olarak gördüğü belirtilebilir. Aşağıda evliliği aldatılmayla biten bir katılımcının evliliğin sonlanmasıyla ilgili olumlu ve olumsuz değerlendirmeleri bir arada yer verilmiştir (“bir başarısızlık”- “bir kurtuluş, özgürlük, rahatlama”).

“... Yani bana o kadar çok bir baskı vardı ki, yani psikolojik olarak, işte neydi bende bulamadığı, yani ben ona neyi veremedim ya da neyi paylaşamadım ben onunla da gidip başkasında bunu aradı diye düşündüm. Hala da çözmüş değilim.”

“Şimdi düşündüğümde iyi ki yapmışım diyorum ama, iyi ki boşanmışım diyorum. Ben kendimi buldum, onunlayken ben konuşamıyordum, etrafa karşı özgüvenli değilmişim. Bi şeylik varmış hanii içine kapanıklık varmış. Anlamadığım çözemediğim, hanii böyle bir basıklık, beni böyle çok fazla baskılamış. Onu gördüm.” (Beyaz masal – 34 yaş – Üniversite mezunu)

Bu katılımcı ise evliliğin sonlanmasına yüklediği anlamın zaman içerisinde nasıl bir değişim gösterdiğini dile getirmiştir.

“Sanki tek ben ayrılmışım gibiydi. Herkes bana farklı bakıyormuş gibiydi. Ama şimdi daha yeni anlıyorum ki öyle değil. Tek evlenip ayrılan ben değilim. Tek çocuğu olup çalışmayan ve ailesinin yanında kalan da ben değilim” (Mine -24 yaş – Lise mezunu)

Yeni bir yaşantı kuruyor olmayla ilgili tutum. Evliliğin sonlanması bireyin yaşam dinamiklerinde köklü değişimleri beraberinde getirmektedir ve dolayısıyla yeni bir yaşantının inşa süreci de başlamaktadır (Fisher, 1976). Bu noktada ayrılık öncesi kadınların erkeklere kıyasla mutsuz bir evliliği kurtarmak adına daha fazla çaba harcadığı ve dolayısıyla resmi boşanma öncesinde ayrılığa kendini hazırlayan kadınların boşanmayı bir

rahatlama ve kişisel gelişim için bir fırsat olarak algılamalarının daha muhtemel olduğu belirtilmektedir (Carena vd, 1995; Diedrich, 1991). Bu bilgiler ışığında katılımcı paylaşımları incelendiğinde benzer bulgulara ulaşıldığı ifade edilebilir. Nitekim katılımcılar evliliklerini aldatılma, şiddetli geçimsizlik, fiziksel/psikolojik şiddet gibi zorlayıcı yaşam olayları sebebiyle sonlandırmış ve evlilik sonrası ebeveynlik, finansal mevzular veya sosyal ilişkiler gibi alanlarda yeni sorunlarla karşılaşmışlardır. Fakat yapılan görüşmeler sonrasında katılımcıların genellikle yeni bir yaşantı kuruyor olmayla ilgili umutlu oldukları, olumlu değerlendirmelere sahip oldukları ve yeni yaşam amaçları oluşturabildikleri görülmüştür.

“... ben bunu sürdürebilecek miyim, tek başıma yapabilecek miyim ama ben başından bu kararı verirken nettim, kendime sonuna kadar güveniyordum, halen güveniyorum. Bundan dolayı o hani acabalar’ı çok kısa sürede, tabii ki ben bunu yapabileceğim, tabii ki ben bunu başarabileceğim anlamında, olumlu anlamda kendimi buna motive ettim. Ve öyle yapmaya devam ediyorum.” (Kadın – 47 yaş – Ortaokul mezunu)

Duygusal ilişkilerle ilgili tutum. Boşanmayla birlikte yakın ilişkisinde bir sonlanma yaşayan bireyin yeni duygusal ilişkiler yaşaması boşanma sonrası yaşama uyumunu etkilemektedir (Strizzi vd., 2021; Symoens vd., 2013; Thabes, 1997; Tschann vd., 1989). Dahası, yeni duygusal ilişkinin kalitesi önemli görülmekle birlikte bireyin bekâr olarak yalnız yaşamaktansa duygusal ilişki yaşıyor olmasının tek başına boşanma sonrası yaşama uyum ve bireyin iyilik haliyle duygu durumu üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu ortaya konmuştur (Langlais vd., 2016; Langlais vd., 2017). Yapılan görüşmeler sonrasında katılımcıların birçoğu duygusal ilişki ihtiyacı içerisinde olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte boşanmış kadınların yeni bir ilişkiyi başlatma, sürdürme veya ilişkinin gereklerini yerine getirmeyle ilgili kaygı, endişe, umutsuzluk, huzursuzluk gibi hoş olmayan duygular deneyimledikleri ve duygusal ilişki konusunda çekimser davranabildikleri görülmüştür. Bununla birlikte az sayıda katılımcının yeni biriyle duygusal ilişki yaşama konusunda umutlu olduğu ve öncesinden farklı düşünme ve davranma eğiliminde olduğu görülmüştür. Aşağıda duygusal ilişkilerle ilgili olumlu ve olumsuz katılımcı paylaşımı birlikte verilmiştir.

“Şu an birisi var zaten hayatımda, güzel de giden bir ilişki var, ... hani uzunca bir sürede devam edebilir, kısa da sürebilir, ama şu anda güzel giden bir şey var, o yüzden bu ilişkilere açığım ...” (Hayat ağacı – 39 yaş – Üniversite mezunu)

“Sadece korktuğum şey saçma sapan birine âşık olmak, çünkü o duygusal boşluk çok uzun zamandır var olan bir boşluk bende, birine yaslanmak, biriyle birlikte olmak, birine sarılmak, fiziksel ve ruhsal olarak çok uzak kaldım. ... belki de dört yıldır hayatımda romantizm yaşamayan bir insanım. O yüzden gereksiz ve saçma sapan bir insana, gereksiz kapılmaktan korkuyorum, çünkü çok kolay âşık olabileceğimi hissediyorum. İki ilgi alakaya böyle yelkenler suya inecek, sonra ben yine aynı acıları çeker miyim’in korkusu da üzerimden gitmiyor.” (Lidya – 38 yaş – Üniversite mezunu)

Boşanmış kadına yönelik toplumsal önyargılarla ilgili tutum. Boşanmayla birlikte rollerdeki değişim bireyle ilgili toplumsal algıları da değiştirmektedir. Öncesinde evli olan kadın boşanmayla birlikte “evlenip ayrılmış kadın” “dul kadın” olarak toplum içinde anılmakta ve birtakım toplumsal önyargılara maruz kalabilmektedir (Can ve Aksu, 2016; İlhan, 2020; Konstam vd., 2016; Kung vd., 2004; Parker vd., 2016; Sarpkaya, 2013). Bir katılımcı boşanmış kadınla ilgili toplumsal yargıları şu şekilde sıralamıştır:

“İşte boşanmış bir kadın herkesi ayartabilir, boşanmış bir kadın kolayca biriyle cinsel ilişkiye girebilir, boşanmış bir kadının zaten cinsel ilişkiye çok fazla ihtiyacı vardır, boşanmış kadın yalnız kadındır, boşanmış kadın zayıf kadındır, boşanmış kadınla sohbet muhabbet edilmez yatağa girilir, başka neler var işte boşanmış kadın aynen boşanmış kadın zaten boş vermiştir, hiçbir şeyi umursamaz, işte zaten kendi çocuğuna da bakamaz, kendine de bakamaz falan. Evet belli başlı bunlar.” (Leyla-35 yaş – Üniversite mezunu)

Bu toplumsal önyargıların boşanmış kadınlar üzerinde ciddi bir baskı oluşturduğu ifade edilebilir. Nitekim katılımcıların birçoğu bu toplumsal önyargılarla ilgili olumsuz düşünce ve hoş olmayan duygularını dile getirmiştir. Dahası kadınların bir kısmı boşandığını gizlediğini, evli bireylerle görüşmekten veya olası duygusal ilişkilerden sakındığını belirtmiştir. Aşağıda bu bulguyu destekler nitelikte bir katılımcı paylaşıma yer verilmiştir.

“İnsanların bakış açısı çok değişti, benim yaşadığım sektörde özellikle. Ben bir yıl kimseye söylemedim boşandığımı ve parmağında alyansla gezdim. Kimse bilmedi benim boşanma sürecimi, herkes beni evli diye bildi, elimden geldiğince aksettirmemeye çalıştım, gülmeye çalıştım, eğlenmeye çalıştım, içim yansa da kan ağla da kimseye belli etmedim. Bir yıl sonrasında insanlar öğrendi benim boşandığımı.” (Esmer – 32 – Lise mezunu)

Yeni aile sisteminde tek ebeveyn olmayla ilgili tutum. Boşanmayla birlikte aile sisteminde bir değişim meydana gelmekte, boşanmış birey tek ebeveynli aile sistemine geçiş yapmaktadır (Gladding, 2011). Bu bağlamda Türkiye örneğinde yapılan kapsamlı bir araştırmada aile algısının anne ve babanın birlikte olduğu aile siteleriyle özdeşleştirildiği ve toplumda tek ebeveynli aile olmaya yönelik önyargıların olduğu belirtilmiştir (Fevzioğlu ve Kuşçuoğlu, 2011). Katılımcıların paylaşımları incelendiğinde bu bulguyla benzerlik gösteren düşünce ve duygularının olduğu ifade edilebilir. Kadınların geneli babanın ayrı evde olması ve sadece belirlenen görüşme günlerinde çocuğu görmesiyle ilgili eksiklik algılarını ve bu eksikliği nasıl telafi edecekleriyle ilgili endişe duygularını belirtmişlerdir. Fakat aynı zamanda uyumlarıyla negatif düzeyde ilişkili tek ebeveynli aile sistemine yükledikleri olumsuz anlamlar/değerlendirmeler de dikkati çekmiştir (tek ebeveyn olmak kötüdür, gizlenmesi gereken bir şeydir, utanılacak bir durumdur vb). Aşağıda aile sistemdeki farklılaşmaya olumsuz bir anlam yükleyen katılımcı görüşü paylaşılmıştır.

“... Neresi mesela yine çok basit bir örnek vereyim, çocuğu okuldan almaya gideceğim orada bir anne baba figürü gelip de koşan bir çocuk çok basit onu A.ın görmesi beni yetersiz bırakıyor. Çünkü etki edebileceğim bir şey yok, edersiniz, sen de babasıyla gidersin, ama sonra o anı ona yaşatırsın ama sonra ayrı evlere gidersin yani. Çocuğun duygu durumuyla ilgili elimin kolumun bağlı olduğu yerlerde canım çok sıkılıyor.” (Yaş37- 37 yaş- Üniversite mezunu)

Çocuk sahibi olmayla ilgili tutum. Boşanma sonrası dönemde özellikle çocuk sahibi olmanın uyum sürecinin güçlü bir yordayıcısı olduğu ileri sürülmektedir (Williams ve Dunne-Bryant, 2006). Bununla birlikte velayeti üstlenen ebeveynlerle yapılan araştırmalarda çocuk sahibi olmayla ilgili tutumların farklılaştığı dikkati çekmektedir. Bu noktada boşanma sonrası ekonomik ve duygusal zorlanmalarla bağlantılı velayeti alan tarafın çocuk sahibi olmayla ilgili olumsuz değerlendirmeleri olabilmektedir (Lorenz vd., 1997; Madden-Derdich, Leonard, ve Christopher, 1999). Aynı zamanda çocuk sahibi olmanın yaşama tutunma sebebi olarak görülmesi, meşguliyet yaratması, özellikle manevi bir destek sunması sebebiyle memnuniyet verici bir durum olarak da algılanabilmektedir (Plummer ve Koch-Hattem, 1986; Wang ve Amato, 2000). Katılımcıların görüşleri incelendiğinde çocuk sahibi olmayla ilgili alan yazını ile tutarlı iki farklı görüşe sahip oldukları görülmüştür. Kadınların birçoğu çocuk sahibi olmanın yalnızlık duygusunu bertaraf ettiğini, olumsuz duygulardan uzaklaşma bağlamında kendilerine meşguliyet yarattığını ve genel olarak çocuk sahibi olmanın kendilerine iyi

geldiğini belirtmiştir. Bununla birlikte katılımcıların bir kısmı ise çocuk bakımının zor olmasından yakınmış, yeni bir yaşantı veya sosyal bir çevre oluşturma, çalışma hayatına dahil olma veya yeni bir duygusal ilişki başlatma sürecinde çocuğun varlığını bir engel veya yük olarak görebildiğini ifade etmiştir. Aşağıda her iki duruma örnek verilmiştir.

“Bana el ayak bağı gibi geldi ilk zamanlarda açık konuşmak gerekirse, ilk zamanlar sürekli diyordum ki ya abla ben nasıl yapacağım, yapamayacağım, bakamayacağım, çünkü yaşam küçük arkadaşlarıma bakıyorum burada gördükçe onlar geziyor dolaşiyor eğleniyor falan hani rahatlar ben sürekli bir çocukla gidiyorum ve rahat değilim hani birisine bırakamıyorum çocuğu. Açıkçası el ayak bağı gibi geldi ilk zamanlar.” (Mine -24 yaş – Lise mezunu)

“Bi de ailemden güç alıyorum, oğlumun bana ihtiyacı var diyorum o şekilde güçlü duruyorum ... Böyle olunca yani inancım, ailem oğlum bana güç veriyor.” (Savaşçı – 31 yaş – Üniversite mezunu)

Eski Eşle Devam Eden İlişkiler

Evlilik birliğinin sonlanmasıyla birlikte çocuklu boşanan çiftler arasında çocuğun varlığıyla devam eden bir ilişki bulunmaktadır ve bu ilişkinin yapısı boşanmış bireyin ve nihayetinden çocuğun uyumunu etkileyebilmektedir (Lamela ve Figueirido, 2016). Aynı zamanda resmi boşanmayla eş birlikteliği sonlansa da boşanmış çiftler arasında devam eden bir duygusal bağ olduğu belirtilmektedir (Masheter, 1990). Dahası çocuklu boşanmış çiftlerde destekleyici duygusal bağ uyumu kolaylaştırıcı bir unsur olarak gerekli görülürken öfke-nefret veya özlemlerle karakterize bir duygusal bağlılıkla uyum arasında negatif yönlü bir etkileşim söz konusudur (Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015; Madden-Derdich ve Arditti, 1999; Masheter, 1997). Bu bilgilerle tutarlı yapılan görüşmeler sonrasında kadınların uyum düzeylerini etkileyebilen eski eşler arası devam eden ilişkide iki alt tema ortaya konmuştur: çocuğun varlığından kaynaklanan eş ebeveynlik ilişkileri ve eski eş duygusal bağlılıklarıyla karakterize yetişkin ilişkileri.

Eş ebeveynlik ilişkileri. Boşanma sonrasında özellikle de küçük çocuğu olan ailelerde ebeveyn olarak bundan sonraki sürece nasıl devam edileceği sorusu gündeme gelmekte ve bu soruya verilen yanıt tüm aile üyelerini etkilemektedir. Açıkçası evliken eşlerin çocuk bakımıyla ilgili üstlenmiş oldukları eş-ebeveynlik rolleri boşanma sonrasında yeni bir düzenlemeyle devam etmektedir. Bununla birlikte çocuklu evli bir çift ayrılmaya karar verdiğinde her iki birey de belli bir süre ebeveynlik becerilerinde zorlanmaktadır (Dudley, 1992; Emery ve Dillon, 1994; Holloway ve Machida, 1991). Bu aşamada eski eşler ebeveynlik ilişki sınırlarını sağlıklı ve belirgin bir şekilde oluşturup birbirlerinin ebeveynlik çabalarını destekleme konusunda ne kadar başarılı olursa boşanma sonrası uyum her bir aile üyesi için daha kolay hale gelmektedir (Emery ve Dilton, 1994; Hardesty vd., 2008; Madden-Derdich vd., 1999). Katılımcıların eş-ebeveynlikle ilgili deneyimleri incelendiğinde yaygınlıkla babanın eş-ebeveynlik tutumlarından memnun olmadıkları görülmüştür. Bu aşamada kadınlar özellikle babanın çocukla ilgili mevzularda ilgisiz olması, eski eşler arasında devam eden çatışmayı çocukla olan ilişkisine yansıtması, çocuğa olumsuz model olması gibi durumlarla ilgili yakınmalarda bulunmuştur. Eş-ebeveynlik ilişkisinde yaşanan bu olumsuzlukların boşanmış kadınlar için önemli bir stres kaynağı olduğu ve bu stres kaynağıyla ilgili öznel algılarına göre duygusal ve davranışsal becerilerinin farklılaşabildiği görülmüştür. Aşağıda babanın ilgisiz davranışlarından kaynaklı eş ebeveynlik ilişkisinde sorun yaşayan katılımcı paylaşımına yer verilmiştir.

“Şu an uzakta olmasına rağmen hiç arayıp sormamış olması eksik geliyor bana. Maddi olarak bir şey yapmak zorunda hissetmemesi de eksik geliyor. Ya sonuçta senin altı yaşında bir çocuğun var ... Ama hani ben bu çocuk için ne yapacağım, ben şu an çalışmayı düşünüyorum, çalışıyorum, çalışmak için iş başvurusu yaptım gibi bilgiler de vermiyor. Maddi olarak bize ne sunacağı ile ilgili de bir çalışması yok. Dolayısıyla çocuğun geleceğiyle ilgili bir çaba göstermiyor olması da ebeveynlik anlamında sorumluluklarını yerine getirmede ve getirmeyeceği anlamına geliyor. Dolayısıyla sadece orda bir baba var, arada bir kızım görüyor o kadar.” (Lidya – 38 yaş – Üniversite mezunu)

Bununla birlikte katılımcılar bir kısmı evliliğin sonlanmasıyla eş rolünün ortadan kalkmasının her iki tarafın ebeveynlik rollerini olumlu yönde etkilediğini, babanın çocukla daha kaliteli zaman geçirilebildiğini de belirtmiştir.

“Çünkü dediğim gibi şu an ilişkiler daha oturdu, herkes daha huzurlu, baba kız ilişkisi daha düzenli ve daha iyi görüşüyorlar” (Leyla-35 yaş – Üniversite mezunu)

Eski eşe duygusal bağlılıkla karakterize yetişkin ilişkileri. Eski eşten ve evlilikten ayrı bir kimlik geliştirebilmek boşanma sonrası yaşama uyumu etkileyen önemli bir değişken olarak görülmektedir. (Madden-Derdich ve Arditti, 1999; Tschann vd., 1989). Boşanmış bireyin ayrı bir kimlik oluşturabilmesinde eski eşle ilişkili duygusal yoğunluk ve aynı zamanda mevcut duygularının niteliği etkili olmaktadır. Bu bağlamda eski eşle ilgili öfke-düşmanlık veya eski eşin kendisi veya yaşantısıyla ilgili aşırı zihin meşguliyeti şeklinde belirgin ama ilişkisiz iki davranışsal gösterge olarak tanımlanabilen işlevsel olmayan duygusal bağlılık boşanma sonrası yaşama uyumu zorlaştırmaktadır (Madden-Derdich ve Arditti, 1999; Masheter, 1997). Araştırmada özellikle evliliğin aldatılmayla, ansızın sonlandığı veya evlilik sürecinde fiziksel/psikolojik/cinsel istismar öykülerinin yoğun olarak yaşandığı katılımcılarda eski eşe işlevsel olmayan duygusal bağlılığın daha yoğun olduğu ve bu durumun uyumla negatif düzeyde eski eşle devam eden ilişkiyi etkileyebildiği görülmüştür. Eski eşin gün içerisinde sıklıkla akla gelmesi, eski eşle ilgili yoğun öfke hissedilmesi veya eski eşe özlem duymayla ilgili ifadelerin kullanılması katılımcılarda eski eşe duygusal bağlılığın devam ettiğini düşündüren paylaşımlardır. Aşağıda evliliği aldatılmayla biten bir katılımcının paylaşımına yer verilmiştir.

“Yanii eski eşim çok sık aklıma geliyor. Bazen oturduğum yerde o güzel anlarımız da geliyor aklıma, boşanma sürecindeki halimiz de geliyor. İstemsiz bir şekilde onu düşünerek bile bulabiliyorum kendimi. Karışık duygular, bazen mutlu bile oluyorum hani, güzel şeyler yaşamışız diyorum geçmişe baktığımda, çok güzel şeyler de yaşadık. Sonra böyle bir garip oluyorum, şimdi o duyguları başkasıyla yaşıyor diye, hani o şekilde” (Gelincik – 31 yaş – Üniversite mezunu)

Sosyal Destek Algısı

Sosyal destek uyum üzerinde boşanma sonrası stresin etkilerine aracılık ettiği ortaya konan bağlamsal bir faktördür (Garvin vd.,1993; DeGarmo, vd., 2008). Boşanmış birey özellikle çocuk bakımı, finansal konular, boşanmayla ilişkili kaygıları, sosyal aktivitelere katılım, işsizlik, yasal konular veya evle ilgili sorumluluklar gibi alanlarda sosyal desteğe ihtiyaç duymakta (Garvin vd., 1993; Sansom ve Farnill, 1997) ve yeni bir yaşantıya uyum sürecinde aile ve arkadaş desteğinde eksiklik hissetmesi depresyon ve kaygı gibi ruh sağlığı alanında güçlük yaşamasına sebebiyet vermektedir (Thabes, 1997). Benzer şekilde bir destek grubuna ait hissetme boşanmaya pozitif uyumu hızlandırırken özellikle yakın arkadaşlık ilişkileri uyumsuzluğa karşı tampon görevi görmektedir (Krumrei, vd., 2007). Boşanmış bireyin yeni yaşantısına uyumunda sosyal desteğin varlığına önem atfeden bu açıklamalarla birlikte sosyal desteğin sayısı veya yokluğundan ziyade bireyin boşanmaya uyumunu etkilen esas değişkenin bireyin sosyal destek algısı olduğu ifade edilmektedir (Holloway ve Machida, 1991).

Katılımcıların sosyal destek algıları incelendiğinde özellikle kendi kök ailelerinden ve arkadaş çevrelerinden aldıkları sosyal destekten yaygınlıkla memnun oldukları görülmektedir. Algılanan arkadaş sosyal desteğiyle ilgili memnuniyetsizlik belirten bir katılımcı olmamıştır, aksine algılanan arkadaş sosyal desteğinin boşanmaya uyumu kolaylaştıran aracı bir faktör olduğu görülmüştür. Aşağıda iki sosyal destek kaynağıyla ilgili katılımcı paylaşımlarına yer verilmiştir.

“O zor, bekar anne olma konusu aslında destekçinin olup olmamasına bağlı olarak değişiyor. Ben annem olduğu için çok rahatım. O beni özgürleştiriyor, fiziksel olarak kendimi rahat hissetmemi sağlıyor, çünkü gözüm arkada değil. Eğer annem gibi bir desteğim olmasaydı eminim bekar bir anne olarak çok daha zor bir hayatım olurdu” (Lidya – 38 yaş – Üniversite mezunu)

“Daha çok bağlandık, kenetlendik, her zaman benim yanımda oldular ... arkadaşlarımın ortamına girince de annem bana böyle böyle diyor ben her zaman bir yere gidemem, sizinle fazla takılamam, gece geç saatlere kadar duramam ama şimdi bakıyorum arkadaşlarım bana o kadar çok destek oldular ki Mine saçmalama, ne boşanan insanlar var, yeni hayatlar kuruyorlar her şeyi yapıyorlar, senin bir çocuğun var en azından, sen kendine bildikten sonra başkasının sana bir şey demesi bir anlam ifade etmiyor dediler, her zaman destekçim oldular yani, daha çok kenetlendik, çok iyi geldi bana hepsi” (Mine – 24 yaş – Lise mezunu)

Sosyal İşlevsellik

Stresli bir yaşam olayı olarak görülen boşanma genellikle bireyin yaşantısında olumsuz etkilere sahiptir (Can ve Aksu, 2016; Cohen ve Weitzman, 2016; Jewell vd., 2016; Krumrei vd., 2007). Boşanmış bireylerin evli bireylere kıyasla alkol kötüye kullanımlarında, algılanan stres düzeylerinde, depresyon ve anksiyete dâhil birtakım psikolojik problemlerinde artışın olduğu bununla birlikte algılanan yaşam amaçlarında ise azalışın olduğu ifade edilmektedir (Amato, 2010; Bierman vd., 2006; Williams ve Dunne-Bryant, 2006). Benzer şekilde evliliğin sona ermesiyle boşanmış bireyin iyi oluş ile genel işlevselliğinde olumsuz birtakım değişimlerin yaşanabildiği ileri sürülmektedir (Krumrei vd., 2007). Bununla birlikte boşanma sonrasında anlamlı faaliyetlerde bulunmanın boşanmaya pozitif uyumla ilişkili olduğu dikkati çekmektedir (Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015). Katılımcıların boşanma sonrasındaki sosyal işlevsellikleriyle ilgili paylaşımları incelendiğinde çoğunlukla sosyal işlevselliklerinde öncesine kıyasla bir artışın olduğu, evlilik yaşantısında hissedilen eş baskısının ortadan kalmasıyla daha özgür bir şekilde hareket edebildikleri görülmektedir. Bununla birlikte birkaç katılımcı sosyal işlevselliğini arttırmak istediğini belirtmekle birlikte yeni bir ortama girme, ilişki başlatma veya sürdürme konusunda destek almaya ihtiyaç duyduğunu belirtmiştir.

“Daha rahat sosyalleşebiliyorum, onu söyleyebilirim, hemen çıkıp gidebiliyorum yani. İki saat sıkılıyordum şimdi bunu E. ye nasıl söyleyeceğim, E. nasıl karşılayacak ne olacak ne bitecek kızacak mı kızmayacak mı bir yük oluyordu, birisiyle buluşmak bile. Ama şimdi iyiyim” (Yalnız kadın – 46 yaş – Üniversite mezunu)

Kendilik Algısı

Boşanma bireyin benlik algısında önemli değişimlere yol açmaktadır. Boşanmış bireyin benlik algısındaki değişimin ne yönde olduğuyla ilgili kabul gören bir görüş olmamakla birlikte stresli bir yaşam olayı olarak görülen boşanmanın bireyin kimlik gelişimine katkı sunan bir fırsat olduğunu ileri süren araştırmalara rastlanılmıştır (Baum vd., 2005; Bogolub, 1991; Dreman ve Aldor, 1994). Alan bilgisiyle tutarlı mevcut araştırmada katılımcıların genelinin olumlu kendilik algısına sahip olduğu görülmüştür. Kadınlar evlilik yaşantılarını düşündüklerinde zorlayıcı birçok olaya maruz kaldıklarını ve bir şekilde evliliğin sonlanmasıyla

daha özgür, güçlü, yeterli hissettiklerini ve hatta evlilik yaşantısından farklı kendileriyle meşguliyetlerinin (özbakım) arttığını belirtmiştir. Katılımcıların birçoğu evlilik yaşantısında kendilerini daha özgüvensiz olarak gördüklerini ama boşanmayla birlikte kendi potansiyellerini fark etmeye başladıklarını ifade etmiştir. Bu bağlamda boşanmanın bireyin kendilik algısında olumlu bir değişim sağladığını ileri süren araştırmalarla (Baum vd., 2005; Bogolub, 1991; Dreman ve Aldor, 1994) benzer sonuçlara ulaşıldığı belirtilebilir.

“O yüzden ben güçlüyüm yani, o yüzden kendimi çok güçlü hissediyorum, o yüzden kendimi iyi hissediyorum. Bunların hepsi artı. Bunları düşününce kendimi hani onlardan aşağı ya da düşük ya da çirkin ya da değersiz hissetmiyorum. Çok değerliyim yani” (MedCezir- 43 yaş- Üniversite mezunu)

Tartışma

Bu araştırmada Türkiye’deki velayeti almış yeni boşanmış kadınların boşanma sonrası yaşama uyum deneyimlerinin alan yazını ışığında nitel olarak değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda kadınların boşanma sonrası yaşama uyum deneyimlerinin boşanma sonrası yaşamda yeni roller/ilişkiler; boşanma ve boşanma sonrası yaşamla ilgili tutum; eski eşle devam eden ilişkiler, sosyal destek algısı, sosyal işlevsellik ve kendilik algısını kapsayan altı tema altında toplandığı görülmüştür.

Boşanma sonrası yaşamda yeni roller ve ilişkiler alt temasında kadınların evliliğin sonlanmasıyla birlikte birtakım yeni roller edindikleri ve bu rollerle bağlantılı özellikle çocukla ve bulunduğu çevrede yetişkinlerle ilişkilerini yeniden düzenleme ihtiyacı içerisinde olduğu görülmüştür. Katılımcıların tamamı çocukla ilgili sorumlulukların arttığını ve bu bağlamda yeni aile sisteminde tek ebeveyn olarak zorlandığını ve yetişkin desteğine ihtiyaç duyduğunu belirtmiştir. Bu bulgu tek ebeveynli ailelerde annenin çocukla kurduğu ilişkide yeni birtakım sorunlar yaşayabildiğini ve yalnız hissettiğini ortaya koyan araştırma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir (Amato, 2010; Fevzioglu ve Kuşcuoglu, 2011). Boşanma sonrası ebeveyn ayrılığıyla bağlantılı yetişkin ve çocuğun yeni aile sistemine uyum güçlüğü yaşaması muhtemeldir (Amato, 2010; Lamelaa ve Figueiredob, 2016). Velayeti alan ve bu bağlamda daha fazla stres kaynağına maruz kalabilen kadının bu yeni durumla ilgili algısı ve sosyal destek kaynaklarının mevcudiyeti uyum sürecini etkileyebilmektedir (Amato, 2010). Nitekim katılımcı paylaşımları bu yorumu destekler niteliktedir. Aile sistemindeki değişimle birlikte çocukla ilgili zorlanmalarına daha olumlu ve kabul edici yaklaşabilen ve özellikle aile sosyal destek kaynaklarından memnun olan kadınların uyum sürecini daha iyi yönetebildiği söylenebilir. Tüm bu bilgiler çift ebeveynli aile sisteminden tek ebeveynli aile sistemine geçiş yapan, çocukla ilgili sorunlar yaşayabilen ve yetişkin desteğine ihtiyaç duyan velayeti almış boşanmış kadınların psiko-sosyal boyutta desteklenmesinin önemine işaret etmektedir.

Boşanma sonrası yaşamda yeni roller ve ilişkiler teması kapsamında evlilik birliğinin sonlanmasıyla “yeniden bekar kadın” olan kadınların bu yeni kimlikle birlikte yetişkin dünyasındaki ilişkilerini düzenleme ihtiyacı da gözlemlenmiştir. Bu noktada dikkati çeken hususlardan biri eş rolünden ayrışabilmiş kadınların uyumlarıyla pozitif yönde eski eşle ilişkilerinde daha rahat göründükleridir. Bu bulgu eş rolünden ayrışmanın boşanmaya sağlıklı uyumu kolaylaştırdığını ileri süren araştırma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir (Hardesty vd., 2008; Lamelaa ve Figueiredob, 2016; Madden-Derdich ve Arditti, 1999). Dikkati çeken diğer husus kadınların bu yeni kimlikleriyle ilgili toplumsal baskı ve dışlanmaya maruz kalabildiği yönündedir. Bu bulgu da ilgili alan yazını ile tutarlı görünmektedir (İlhan, 2020; Konstam vd., 2016; Kung vd., 2004; Parker vd., 2016; Sarpkaya, 2013). Nitekim kadınların geneli boşanmayla birlikte kök aile veya bulunduğu çevredeki diğer kişilerle

ilişkilerinin farklılaştığını ve boşanmış kadın kimlikleriyle bağlantılı baskı veya dışlanma yaşantıları deneyimlediklerini ifade etmişlerdir. Bu bilgiler bir bütün olarak değerlendirildiğinde boşanmış kadının ilişkilerde sınırlar, rol geçişleri, stresle başa çıkma gibi alanlarda bilgi ve beceri kazanımına dönük desteklenmesi, toplumsal boyutta ise boşanmış kadın olmayla ilgili önyarguların bertaraf edilmesine yönelik ulusal düzeyde sosyal politikaların geliştirilmesi faydalı olabilir.

Boşanma ve boşanma sonrası yaşamla ilgili tutumlar alt temasında boşanmayla ilişkili alanlarda bireyin öznel algılarının farklılaşabildiği ve bu farklılaşmanın boşanma sonrası yaşama uyumu etkileyebildiği ifade edilebilir. Bu bulgu boşanma sonrası yaşama uyumunda tutumların önemine vurgu yapan araştırmalarla tutarlı görünmektedir (Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015; Gaffal, 2010; Simon ve Marcussen 1999; Wang ve Amato, 2000). Bu alt temada katılımcıların genelinin evliliğin sonlanması ve yeni bir yaşantı kuruyor olmayla ilgili olumlu tutumlara sahip olduğu belirtilebilir. Kadınlar evliliğin sonlanmasıyla ilgili “kurtuluş, özgürlük, rahatlama” yeni bir yaşantı kuruyor olmayla ilgili ise bu dönemi gelişme için bir fırsat olarak görme yönünde olumlu değerlendirmelerde bulunmuşlardır. Aynı zamanda bu kadınların mutluluk, umut, rahatlama gibi olumlu duygulara sahip olduğu ve davranışsal işlevselliklerinin daha iyi olduğu ifade edilebilir. Bu bulgular yaşam dinamiklerinde köklü değişimlere sebebiyet verdiği için stresli bir yaşantı olan boşanma sonrası dönemde öznel algıların uyumla pozitif yönde anlamlı ilişkisine işaret etmektedir. Boşanmayla ilgili ruh sağlığı alanında gerçekleştirilen bireysel ve grup müdahalelerinde evliliğin sonlanmasıyla ilgili öznel algıların uyumla ilişkisine işaret eden bu araştırma bulgusunun dikkate alınması sunulan hizmetlerin kapsamına ve etkililiğine anlamlı bir katkı sunabilir.

Boşanma ve boşanma sonrası yaşamla ilgili tutumlar alt teması kapsamında katılımcıların çocuk sahibi olmayla ilgili tutumlarının farklılaştığı görülmüştür. Nitekim katılımcılar arasında velayeti üstlenen taraf olmayla ilişkili çocuk bakımında artan sorumluluğa dönük memnuniyetsizlik ifade edilse de yaygınlıkla çocuğun özellikle manevi destek olduğuyla ilgili olumlu görüşler de belirtilmiştir. Bu bulgu çocuk sahibi olmayla ilgili iki farklı görüşü ortaya koyan ilgili alan yazını ile tutarlı görünmektedir (Lorenz vd., 1997; Madden-Derdich vd., 1999; Plummer ve Koch-Hattem, 1986; Wang ve Amato, 2000). Araştırmada ayrıca eski eşle devam eden ilişkiler alt temasında katılımcıların genelinin eş ebeveynlik ilişkilerinde sorunlar yaşadığı görülmüştür. Kadınlar genellikle eski eşin ebeveynlik tutumları ve nafakanın yetersiz olmasıyla ilgili memnuniyetsizliklerini ifade etmiştir. Bu bulgular Türkiye’deki velayet düzenlemesiyle yorumlanabilir. Nitekim Türkiye’de tam velayet düzenlemesinin uygulandığı ve velayetin genellikle anneye verildiği dikkati çekmektedir (Apaydın, 2018). Bu düzenlemeyle velayeti almayan taraf zorunlu nafaka ödemesi ve belirlenen günlerde çocukla görüşme dışında tüm yasal ebeveynlik haklarını velayeti alan tarafa, yani anneye devretmektedir. Bu durumun aksine son yıllarda özellikle Batı toplumlarında artış gösteren ortak velayet düzenlemesiyle boşanan tarafların çocuklara karşı hak ve sorumluluklarının eşit olduğu ifade edilebilir. Ortak velayet uygulamasının özellikle anneler üzerine özgürleştirici bir etkiye sahip olduğu, velayetin tek ebeveynde olduğu düzenlemelere kıyasla ortak velayette annelerin uyumlarıyla pozitif ilişkili daha fazla sosyal etkinliğe katıldığı ve sosyal ilişkilerini koruyabildiği ileri sürülmektedir (Botterman vd., 2015). Aynı zamanda boşanma oranlarında artış gözlenen Batı toplumlarında özellikle küçük yaş çocuğu olan boşanmış bireylerin katılması zorunlu olan ebeveynlik eğitim programları söz konusudur (Amato, 2010; Ferraro vd., 2016; Jewell vd., 2016). Tüm bu bilgiler ışığında tek ebeveynli aile sistemine geçişle birlikte çocukla ilgili mevzular ve eş-ebeveynlik ilişkilerinde yeni birtakım

sorunlarla karşılaşan ve uyum güçlüğü yaşayan kadınların desteklenmesi amacıyla Türkiye’de ortak velayet uygulamalarının ve zorunlu ebeveynlik eğitim programlarının yaygınlaştırılması yararlı olabilir.

Boşanma ve boşanma sonrası yaşama uyumla ilgili tutumlar alt teması kapsamında kadınların geneli duygusal ilişki ihtiyacını belirtmekle birlikte bu alanda birtakım olumsuz duygu ve düşüncelere sahip olduklarını ve çekimser davranabildiklerini ifade etmişlerdir. Kadınların bu alanda yaşadıkları güçlükleri olumsuz geçmiş yaşam deneyimleri ve toplumsal önyargılarla ilişkilendirdiği görülmüştür. Bu alt tema kapsamında ayrıca kadınların genelinin boşanmış kadına yönelik toplumsal önyargılarla ilgili olumsuz tutumları söz konusudur. Bu bağlamda toplumsal yargıların kadınlar üzerinde baskı oluşturduğu ve kadınların duygusal ve sosyal ilişkilerde kısıtlamalara gittiği söylenebilir. Bu bulgular ilgili alan yazınıyla tutarlı görünmektedir. Nitekim olumsuz geçmiş yaşantıların mevcut ilişkileri etkileme ihtimali söz konusudur (Young vd., 2009). Bu bağlamda olumsuz yaşam deneyimleri sebebiyle evlilik birliğini sonlandıran kadınların yeni partner ilişkilerinde bireysel zorlanmalar yaşayabileceği ifade edilebilir. Aynı zamanda boşanmış kadınlar duygusal ilişkilerini etkileme potansiyeline sahip damgalama, toplumsal dışlanma veya toplumsal baskıya daha fazla maruz kalabilmektedir (Can ve Aksu, 2016; İlhan, 2020; Konstam vd., 2016; Kung vd., 2004; Parker vd., 2016; Sarpkaya, 2013). Bununla birlikte yeni yaşama uyum sürecinde partner ilişkilerinin varlığına önem atfedilmektedir (Strizzi vd., 2021). Bu bilgiler ışığında boşanmış kadınların bu alandaki bireysel ihtiyaçlarını gözeterek duyguları anlama ve anlamlandırma, bilişsel yeniden yapılandırma ve iletişim becerileri, ikili ilişkilerde sınırlar gibi davranışsal becerileri kapsayan çok boyutu psikolojik destek programlarının geliştirilmesi yararlı olabilir. Aynı zamanda araştırmanın bu bulgusu yeni roller ve ilişkiler-alt teması kapsamında da belirtildiği gibi boşanmış kadınlarla ilgili toplumsal önyargıların kadın üzerindeki olumsuz etkisine işaret etmektedir. Bu bağlamda kadınların romantik ilişki alanında yaşadığı güçlükleri önlemek amacıyla damgalama, toplumsal baskı ve toplumsal dışlanma üzerinde özellikle durulmasının ve boşanmış kadının kabulüyle ilgili ulusal düzeyde kapsamlı politikaların geliştirmesinin gerekli olduğu ifade edilebilir.

Sosyal destek algısı alt temasında kadınların neredeyse tamamı sosyal destek kaynaklarından memnun olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların aileden maddi ve manevi destek; arkadaşlardan ise özellikle manevi destek aldığı ve bu kaynakların varlığının uyum süreçlerini kolaylaştırdığı ifade edilebilir. Nitekim yukarıdaki paraflarda da belirtildiği gibi velayeti almış boşanmış kadınların ilişkisel, toplumsal ve ekonomik ikincil stres faktörlerine maruz kalmaları daha olası görülmektedir. Bu bulgular ilgili alan yazınıyla da tutarlıdır. Sosyal desteğin uyum üzerinde boşanma sonrası stresin etkilerine aracılık ettiği ileri sürülmektedir (Hardesty vd., 2019; Krumrei vd., 2007). Boşanmış birey özellikle çocuk bakımı, finansal konular, boşanmayla ilişkili kaygıları, sosyal aktivitelere katılım, işsizlik, yasal konular veya evle ilgili sorumluluk alanlarında sosyal desteğe ihtiyaç duymaktadır (Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015; Garvin vd., 1993; Sansom ve Farnill, 1997). Boşanmaya uyum sürecinde aile ve arkadaş desteğinde eksiklik hissetmesi depresyon ve kaygı gibi ruh sağlığı problemlerine sebebiyet verebilmektedir (Krumrei vd., 2007). Bu bağlamda ilgili alan yazınıyla tutarlı kadınların boşanmaya sağlıklı uyumlarında aile ve arkadaş sosyal desteğin aracı rolüne işaret eden araştırma bulguları dikkate alınarak psiko-sosyal yardım müdahalelerin planlanması, ayrıca gelir kaybı yaşayan ve ekonomik destek ihtiyacında olan kadınlar için yardım fonu uygulamalarında velayeti almış boşanmış kadınlara pozitif ayrımcılığın sağlanması veya istihdam imkânlarının artırılması faydalı olabilir.

Katılımcıların tümü boşanma kararından memnun olduğunu ifade etmiştir. Aynı zamanda katılımcı paylaşımları bir bütün olarak incelendiğinde genel olarak boşanmayı kabullerinin gerçekleştiği, sosyal

işlevselliklerinin arttığı ve daha olumlu bir kendilik algısına sahip oldukları görülmüştür. Bu bulguların boşanmaya olumlu bir anlam yükleyen ve bu dönemi kendini geliştirme ve yeni bir başlangıç için fırsat olarak gören bireylerin boşanmaya pozitif uyum sağladığını ileri süren araştırma bulgularıyla (Baum vd. 2005; Bevvino ve Sharkin, 2003; Gaffal, 2010; Kulik ve Cohen, 2011) benzerlik gösterdiği ifade edilebilir. Kendilik algısıyla ilgili bulgular farklılaşmakla birlikte araştırmanın bulguları boşanmanın bireyin kimlik gelişimine katkı sunduğunu ileri süren araştırmalarla (Baum vd., 2005; Bogolub, 1991; Dreman ve Aldor, 1994) benzerlik gösterdiği belirtilebilir. Bununla birlikte araştırma bulgusu boşanmanın bireyin işlevselliğini ve duygu durumunu olumsuz etkilediğini ileri süren araştırma bulgularıyla farklılık göstermektedir (Hilton ve Koper-Frye, 2003; Garvin vd.,1993). Bu durum katılımcıların demografik ve ilişkisel özellikleriyle yorumlanabilir. Nitekim kadınların geneli lise ve üstü mezuniyete sahiptir ve gelir getirici bir işte çalışmaktadır. Benzer şekilde kadınların geneli aile ve arkadaş sosyal desteğinden memnundur. Son olarak aldatılma, fiziksel/psikolojik şiddet ve şiddetli geçimsizlik sebepleriyle evlilikleri sonlanan kadınların hepsi boşanmanın gerçekleşmiş olmasıyla ilgili memnuniyetlerini belirtmiş ve boşanmayı “bir kurtuluş, özgürlük, rahatlama” olarak tanımlamıştır. İlgili alan yazınında eğitim düzeyinin yüksek olması, gelir sağlayıcı bir işte çalışma, sosyal destek kaynaklarının mevcudiyeti ve boşanma kararından memnuniyetle uyum arasında pozitif ilişkiler ortaya konmuştur (Amato, 2010; Chan Lai Cheng ve Pfeifer, 2015; Hardesty vd., 2019; Krumrei vd., 2007; Yılmaz ve Fişiloğlu, 200). Bu bağlamda boşanma sonrası bireysel, toplumsal ve ekonomik stres kaynaklarıyla karşılaşmış olsalar da yeni boşanmış kadınların sahip oldukları demografik ve ilişkisel değişikliklerle bağlantılı boşanmaya pozitif uyum eğiliminde olduğu söylenebilir.

Sonuç olarak, velayeti almış yeni boşanmış kadınlarla gerçekleştirilen bu araştırma evliliğin sonlanmasıyla birlikte özellikle çocukla, eski eşle ve kök aile, arkadaş gibi yakın çevredeki kişilerle ilişkilerde ve aynı zamanda bireysel, sosyal, toplumsal ve ekonomik alanda değişimlerin yaşandığına ve bu bağlamda kadınların stres kaynaklarının çeşitlendiğine işaret etmektedir. Bununla birlikte araştırma boşanma sonrası yaşama uyum sürecinde özellikle olumlu sosyal destek algısının, yeni duygusal ilişkilerin varlığının, boşanmayla ilişkili olumlu öznel algıların ve kendilik değerinin önemine de vurgu yapmaktadır.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Bunlardan ilki katılımcıların sadece kadınlardan oluşmuş olmasıdır. Bu kapsamda farklı örneklem gruplarında (velayeti almamış kadın, velayeti almış veya almamış erkek) benzer araştırmaların yapılması boşanma sonrası yaşama uyum olgusunun anlaşılabilirliğine katkı sunacaktır. Araştırmanın diğer bir sınırlılığı çalışılan olguyla ilgili tek bir veri kaynağından faydalanılmasıdır. Fenomonolojik desende araştırılan olguyla ilgili derinlemesine keşif amaçlandığı için veri çeşitlenmesine gidilmesi önerilmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2018), dolayısıyla bundan sonraki benzer çalışmalarda olgunun anlaşılabilirliğini arttırmak amacıyla veri çeşitlenmesine gidilebilir. Ayrıca boşanma sonrası yaşama uyumun boylamsal çalışmalarla incelenmesi olgunun zamansal değişimiyle ilgili anlamlı bilgiler sunabilir. Son olarak araştırmanın katılımcıları Eskişehir ve İzmir’de ikamet eden boşanmış kadınlardan oluşmaktadır ve Türkiye’deki kültürel çeşitlilik dikkate alındığında farklı coğrafi bölgelerde yaşayan boşanmış kadın örnekleriyle benzer çalışmaların yürütülmesi yararlı olacaktır.

Kaynakça

- Aktaş, Ö. (2011). *Boşanma nedenleri ve boşanma sonrasında karşılaşılan güçlükler* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Altenhofen, S., Biringen, Z. ve Mergler, R. (2008). Significant family dynamics related to postdivorce adjustment in parents and children. *Journal of Divorce & Remarriage*, 49(1-2), 25-40. <https://doi.org/10.1080/10502550801971280>
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of marriage and family*, 72(3), 650-666. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x>
- Apaydın, E. (2018). Ortak Hayata Son Verilmesi Sonrası Ortak Velâyet Hususunda Yasal Düzenleme Gereği. *İnönü Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 9(1), 445-476. <https://doi.org/10.21492/inuhfd.425434>
- Asanjarani, F., Jazayeri, R., Fatehizade, M., Etemadi, O. ve De Mol, J. (2018). The effectiveness of fisher's rebuilding group intervention on divorce adjustment and general health of Iranian divorced women. *Journal of Divorce & Remarriage*, 59(2), 108-122. <https://doi.org/10.1080/10502556.2017.1375334>
- Başkaya, Z. ve Ünal, A. (2017). Türkiye'de evlenme ve boşanma oranlarının iller düzeyinde zamansal değişimi (2001-2015). *Journal of International Social Research*, 10(53), 338-358. <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.20175334124>
- Baum, N., Rahav, G. ve Sharon, D. (2005). Changes in the self-concepts of divorced women. *Journal of Divorce & Remarriage*, 43(1/2), 47-67. https://doi.org/10.1300/J087v43n01_03
- Bevino, D. L. ve Sharkin, B. S. (2003). Divorce adjustment as a function of finding meaning and gender differences. *Journal of Divorce & Remarriage*, 39(3-4), 81-97. https://doi.org/10.1300/J087v39n03_04
- Bierman, A., Fazio, E. M. ve Milkie, M. A. (2006). A multifaceted approach to the mental health advantage of the married: Assessing how explanations vary by outcome measure and unmarried group. *Journal of Family Issues*, 27(4), 554-582. <https://doi.org/10.1177/0192513X05284111>
- Bogolub, E. B. (1991). Women and mid-life divorce: Some practice issues. *Social Work*, 36(5), 428-433. <https://doi.org/10.1093/sw/36.5.428>
- Bohannon P (1970). *The six stations of divorce*. P. Bohannon (Ed), Divorce and after (s.33-62) içinde. New York: Garden City.
- Booth, A. ve Amato, P. (1991). Divorce and psychological stress. *Journal of health and social behavior*, 32(4), 396-407. <https://doi.org/10.2307/2137106>

- Botterman, S., Sodermans, A. K. ve Matthijs, K. (2015). The social life of divorced parents. Do custody arrangements make a difference in divorced parents' social participation and contacts?. *Leisure Studies*, 34(4), 487-500. <https://doi.org/10.1080/02614367.2014.938768>
- Bursik, K. (1991). Correlates of women's adjustment during the separation and divorce process. *Journal of Divorce & Remarriage*, 14(3-4), 137-162. https://doi.org/10.1300/J087v14n03_09
- Can, Y. ve Aksu, N. B. (2016). Boşanma sürecinde ve sonrasında kadın. *Electronic Journal of Social Sciences*, 15(58), 888-902. <https://doi.org/10.17755/esosder.258824>
- Chan Lai Cheng, J. ve Pfeifer, J. E. (2015). Postdivorce adjustment in Singapore: Factors, themes, and positive growth. *Journal of Divorce & Remarriage*, 56(6), 429-450. <https://doi.org/10.1080/10502556.2015.1058657>
- Clarke-Stewart, A. ve Brentano, C. (2006). *Divorce: Causes and consequences*. Londra: Yale University Press.
- Cohen, G. J. ve Weitzman, C. C., (2016). Helping children and families deal with divorce and separation. *Pediatrics*, 138(6), 1-9. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-3020>
- Creswell, J. W. ve Creswell, J. D. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. California: Sage publications.
- Dahl, S. Å., Hansen, H. T. ve Vignes, B. (2015). His, her, or their divorce? Marital dissolution and sickness absence in Norway. *Journal of Marriage and Family*, 77(2), 461-479. <https://doi.org/10.1111/jomf.12166>
- Diedrick, P. (1991). *Gender differences in divorce adjustment*. In Volgy, S.S. (Ed.), *Women and divorce / men and divorce* (pp. 33-45). New York: The Haworth Press.
- Dreman, S. ve Aldor, R. (1994). Work or Marriage? Competence in Custodial Mother in the Stabilization Phase of the Divorce Process. *Journal of Divorce & Remarriage*, 22(1-2), 3-22. https://doi.org/10.1300/J087v22n01_02
- Dudley, J. R. (1992). The consequences of divorce proceedings for divorced fathers. *Journal of Divorce & Remarriage*, 16(3-4), 171-194. https://doi.org/10.1300/J087v16n03_02
- Emery, R. E. ve Dillon, P. (1994). Conceptualizing the divorce process: Renegotiating boundaries of intimacy and power in the divorced family system. *Family Relations*, 43(4), 374-379. <https://doi.org/10.2307/585367>
- Erdim, L. ve Ergün, A., (2016). Boşanmanın ebeveyn ve çocuk üzerindeki etkileri. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 3(1), 78-84. <https://doi.org/10.17681/hsp.13621>
- Eşkinat, R. (2013). Türkiye'de Kadına Yönelik Ekonomik Şiddet (Boşanmış kadınlara yönelik araştırma). *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 37, 289-302. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/dpusbe/issue/4779/65874>

- Ferraro, A. J., Malespin, T., Oehme, K., Bruker, M. ve Opel, A. (2016). Advancing co-parenting education: Toward a foundation for supporting positive post-divorce adjustment. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 33(5), 407-415. <https://doi.org/10.1007/s10560-016-0440-x>
- Feyzioğlu, S. ve Kuşçuoğlu, C. (2011). Tek ebeveynli aileler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 26(26), 97-110. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/spcd/issue/21103/227270>
- Fisher, B.F. (1976). *Identifying and meeting needs of formerly-married people through adivorce adjustment seminar* (Unpublished Doctoral Dissertation), University of Northern, Colorado.
- Frisby, B. N., Booth-Butterfield, M., Dillow, M. R., Martin, M. M. ve Weber, K. D. (2012). Face and resilience in divorce: The impact on emotions, stress, and post-divorce relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(6), 715-735. <https://doi.org/10.1177/0265407512443452>
- Gaffal, M. (2010). *Psychosocial and legal perspectives of marital breakdown: with special emphasis on Spain*. Heidelberg: Springer Science ve Business Media.
- Gardner, J. ve Oswald, A. J. (2006). Do divorcing couples become happier by breaking up? *Journal of the Royal Statistical Society: Series A (Statistics in Society)*, 169(2), 319-336. <https://doi.org/10.1111/j.1467-985X.2006.00403.x>
- Garvin, V., Kalter, N. ve Hansell, J. (1993). Divorced women: individual differences in stressors, mediating factors, and adjustment outcome. *American Journal of Orthopsychiatry*, 63(2), 232-240. <https://doi.org/10.1037/h0079416>
- Gladding, T.S. (2011). Aile Terapisi, Tarihi, Kuram ve Uygulamalar. (Çeviri Editörleri: İbrahim Keklik, İbrahim Yıldırım). (5. Baskı). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.
- Hardesty, J. L., Khaw, L., Chung, G. H. ve Martin, J. M. (2008). Coparenting relationships after divorce: Variations by type of marital violence and fathers' role differentiation. *Family Relations*, 57(4), 479-491. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00516.x>
- Hilton, J. M. ve Kopera-Frye, K. (2003). Patterns of psychological adjustment among divorced custodial parents. *Journal of Divorce & Remarriage*, 41(3-4), 1-30. https://doi.org/10.1300/J087v41n03_01
- Holloway, S. D. ve Machida, S. (1991). Child-rearing effectiveness of divorced mothers: Relationship to coping strategies and social support. *Journal of Divorce & Remarriage*, 14(3-4), 179-202. https://doi.org/10.1300/J087v14n03_11
- İlhan, Ü. D. (2020). 21. yüzyılda çalışma hayatında bir damgalama ve sosyal dışlanma unsuru olmaya devam eden boşanma olgusu: Kadın çalışanlar üzerine nitel bir analiz. *İzmir İktisat Dergisi*, 35(3), 511-530. <https://doi.org/10.24988/ije.202035306>

- Jewell, J., Schmittell, M., McCobin, A., Hupp, S. ve Pomerantz, A., (2016). The children first program: The effectiveness of a parent education program for divorcing parents. *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(1), 16-28. <https://doi.org/10.1080/10502556.2016.1257903>
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). *Yeni İnsan ve İnsanlar, Sosyal Psikoloji Dizisi 1.* (10. Basım). İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Karahan, A. S. ve Yıldırım, İ. (2021). Aile mahkemelerinde boşanan bireylerin boşanma sonrası yaşama uyumlarına ilişkin bir inceleme. *Türkiye Adalet Akademisi Dergisi*, (46), 55-74. Erişim Adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/taad/issue/61178/909755>
- Kitson, G.C. ve Holmes, W.M. (1992). *Portrait of divorce: Adjustment to marital breakdown.* New York: Guilford Press.
- Kołodziej-Zaleska, A. ve Przybyła-Basista, H. (2016). Psychological well-being of individuals after divorce: The role of social support. *Current Issues in Personality Psychology*, 4(4), 206-216. <https://doi.org/10.5114/cipp.2016.62940>
- Konstam, V., Karwin, S., Curran, T., Lyons, M. ve Celen-Demirtaş, S. (2016). Stigma and Divorce: A Relevant Lens for Emerging and Young Adult Women? *Journal of Divorce & Remarriage*, 57(3), 173-194. <https://doi.org/10.1080/10502556.2016.1150149>
- Krumrei, E., Coit, C., Martin, S., Fogo, W. ve Mahoney, A. (2007). Post-divorce adjustment and social relationships: A meta-analytic review. *Journal of Divorce & Remarriage*, 46(3-4), 145-166. https://doi.org/10.1300/J087v46n03_09
- Kulik, L. ve Heine-Cohen, E. (2011). Coping resources, perceived stress and adjustment to divorce among Israeli women: Assessing effects. *The Journal of Social Psychology*, 151(1), 5-30. doi: 10.1080/00224540903366453
- Kung, W. W., Hung, S. L. ve Chan, C. L. (2004). How the Socio-Cultural Context Shapes Women's Divorce Experience in Hong Kong. *Journal of Family Social Work*, 35(1), 33-50. Erişim Adresi: <https://www.jstor.org/stable/41603915>
- Kurdek, L. A. ve Siesky Jr, A. E. (1978). Divorced single parents' perceptions of child-related problems. *Journal of Divorce*, 1(4), 361-370. https://doi.org/10.1300/J279v01n04_06
- Kutlar, A., Koç, P. ve Turgut Işık, T. (2018). *Makroekonomik değişkenler ile bölgesel boşanma oranları arasındaki ilişkilerin analizi.* A. Acaravcı (Ed.) Muhasebe, Finans ve İktisat Araştırma Örnekleri (s. 381-398) içinde. Ankara: Nobel Yayınları
- Lamela, D. ve Figueiredo, B. (2016). Coparenting after marital dissolution and children's mental health: a systematic review. *Jornal de Pediatria*, 92, 331-342. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2015.09.011>
- Langlais, M. R., Anderson, E. R. ve Greene, S. M. (2016). Consequences of dating for post-divorce maternal well-being. *Journal of Marriage and Family*, 78(4), 1032-1046. <https://doi.org/10.1111/jomf.12319>

- Langlais, M. R., Anderson, E. R. ve Greene, S. M. (2017). Divorced young adult mothers' experiences of breakup: Benefits and drawbacks. *Emerging Adulthood*, 5(4), 280-292. <https://doi.org/10.1177/2167696817696429>
- Lawson, E. J. ve Satti, F. (2016). The aftermath of divorce: Postdivorce adjustment strategies of South Asian, black, and white women in the United States. *Journal of Divorce & Remarriage*, 57(6), 411-431. <https://doi.org/10.1080/10502556.2016.1196849>
- Lee, J. M. ve Hett, G. G. (1990). Post-divorce adjustment: An assessment of a group intervention. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 24(3), 199-209. Erişim adresi: <https://cjc-rcc.ucalgary.ca/article/view/59513>
- Leopold, T. (2016). Gender Differences in the Consequences of Divorce: A Multiple-Outcome Comparison of Former Spouses. *Demography*, 55(3), 769-797. <https://doi.org/10.1007/s13524-018-0667-6>
- Lincoln, Y. S. ve Guba, E. G. (1986). But is it rigorous? Trustworthiness and authenticity in naturalistic evaluation. *New Directions For Evaluation*, (30), 73-84. <https://doi.org/10.1002/ev.1427>
- Lloyd, G. M., Sailor, J. L. ve Carney, W. (2014). A phenomenological study of postdivorce adjustment in midlife. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(6), 441-450. <https://doi.org/10.1080/10502556.2014.931757>
- Lorenz, F. O., Simons, R. L., Conger, R. D., Elder Jr, G. H., Johnson, C. ve Chao, W. (1997). Married and recently divorced mothers' stressful events and distress: Tracing change across time. *Journal of Marriage and the Family*, 59 (1), 219-232. <https://doi.org/10.2307/353674>
- Madden-Derdich, D. A. ve Arditti, J. A. (1999). The ties that bind: Attachment between former spouses. *Family Relations*, 48(3), 243-249. <https://doi.org/10.2307/585633>
- Madden-Derdich, D. A., Leonard, S. A. ve Christopher, F. S. (1999). Boundary ambiguity and coparental conflict after divorce: An empirical test of a family systems model of the divorce process. *Journal of Marriage and the Family*, 61(3), 588-598. <https://doi.org/10.2307/353562>
- Masheter, C. (1997). Healthy and unhealthy friendship and hostility between ex-spouses. *Journal of Marriage and the Family*, 59(2), 463-475. <https://doi.org/10.2307/353483>
- Masheter, C., (1990). Postdivorce relationships between exspouses: A literature review. *Journal of divorce & remarriage*, 14(1), 97-122. https://doi.org/10.1300/J087v14n01_08
- Mastekaasa, A. (1997). Marital dissolution as a stressor: Some evidence on psychological, physical, and behavioral changes in the pre-separation period. *Journal of Divorce & Remarriage*, 26(3- 4), 155-183. https://doi.org/10.1300/J087v26n03_13
- Molina, O. ve Abel, E. M. (2010). Abused Latina women's perceptions of their postdivorce adjustment. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51(2), 124-140. <https://doi.org/10.1080/10502550903455190>

- Parker, L., Riyani, I. ve Nolan, B. (2016). The Stigmatisation of Widows and Divorcees in Indonesia, and the Possibilities for Agency. *Indonesia and the Malay World*, 44(128), 27-46. <https://doi.org/10.1080/13639811.2016.1111677>
- Pearlin, L. I., Schieman, S., Fazio, E. M. ve Meersman, S. C. (2005). Stress, health, and the life course: Some conceptual perspectives. *Journal of Health and Social Behavior*, 46(2), 205-219.4), 155-183. <https://doi.org/10.1177/002214650504600206>
- Plummer, L. P. ve Koch-Hattem, A. (1986). Family stress and adjustment to divorce. *Family Relations*, 35(4), 523-529. <https://doi.org/10.2307/584513>
- Qamar, A. H. ve Faizan, H. F. (2021). Reasons, Impact, and Post-divorce Adjustment: Lived Experience of Divorced Women in Pakistan. *Journal of Divorce & Remarriage*, 62(5), 1-26. <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1871840>
- Rahbari, M. M., Najmabadi, K. M. ve Shariati, M. (2014). Challenges of divorced women: A qualitative study. *Nursing Practice Today*, 1(1), 31-39. Erişim Adresi: <https://npt.tums.ac.ir/index.php/npt/article/view/6>
- Sansom, D. ve Farnill, D. (1997). Stress following marriage breakdown: Does social support play a role? *Journal of Divorce & Remarriage*, 26(3-4), 39-49. https://doi.org/10.1300/J087v26n03_03
- Sarpkaya, O. A. (2013). Boşanmış Kadınlarda Toplumsal Baskıya Direnme Stratejileri: Van Örneği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(26), 29-50. Erişim Adresi: <https://www.sosyalarastirmalar.com/articles/boanmi-kadinlarda-toplumsal-baskiya-direnme-stratejileri-van-rnei.pdf>
- Sezer, F. ve Gürkan, U. (2018). Boşanmış bireylerin baş etme stratejilerinin ve yaşam kalitelerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(40), 209-222. <https://doi.org/10.31795/baunsobed.492450>
- Shapiro, A. D. (1996). Explaining psychological distress in a sample of remarried and divorced persons: The influence of economic distress. *Journal of Family Issues*, 17(2), 186-203. <https://doi.org/10.1177/019251396017002003>
- Sheperis, C. J., Young, S. ve Daniels, D. D. (2010). *Counseling research: Quantitative, qualitative, and mixed methods*. New Jersey: Pearson Education
- Simon, R. W., ve Marcussen, K. (1999). Marital transitions, marital beliefs, and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 40(2), 111-125. <https://doi.org/10.2307/2676367>
- Strizzi, J. M., Ciprić, A., Sander, S. ve Hald, G. M. (2021). Divorce is stressful, but how stressful? Perceived stress among recently divorced Danes. *Journal of Divorce & Remarriage*, 62(4), 295-311. <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1871838>

- Symoens, S., Bastaits, K., Mortelmans, D. ve Bracke, P. (2013). Breaking up, breaking hearts? Characteristics of the divorce process and well-being after divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 54(3), 177-196. <https://doi.org/10.1080/10502556.2013.773792>
- Thabes, V. (1997). A survey analysis of women's long-term, postdivorce adjustment. *Journal of Divorce & Remarriage*, 27(3-4), 163-175. https://doi.org/10.1300/J087v27n03_11
- Tschann, J. M., Johnston, J. R. ve Wallerstein, J. S. (1989). Resources, stressors, and attachment as predictors of adult adjustment after divorce: A longitudinal study. *Journal of Marriage and the Family*, 51(4), 1033-1046. <https://doi.org/10.2307/353214>
- TÜİK, (2021). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri. Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2021-45568>
- Uğur, S. B. (2014). Günümüzde kadının boşanma deneyimleri: akademisyen kadınlar üzerine bir araştırma. *Mediterranean Journal of Humanities*, 4(2), 293-326. doi: 10.13114/MJH.201428447
- Wang, H. ve Amato, P.R. (2000). Predictors of divorce adjustment: Stressors, resources, and definitions. *Journal of Marriage and the Family*, 62(3), 665-678. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00655.x>
- Williams, K. ve Dunne-Bryant, A. (2006). Divorce and adult psychological well-being: Clarifying the role of gender and child age. *Journal of Marriage and Family*, 68(5), 1178-1196. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2006.00322.x>
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (11. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz, A. E. ve Fişilolu, H. (2005). Turkish Parents' Post-Divorce Adjustment: Perceived Power/Control Over Child-Related Concerns, Perceived Social Support, and Demographic Characteristics. *Journal of Divorce & Remarriage*, 42(3-4), 83-107. https://doi.org/10.1300/J087v42n03_06
- Young, J. E. (2009). Şema Terapi. (Çeviri: Tuğrul Veli Soylu) (2. Baskı). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Zare, S., Aguilar-Vafaie, M. E. ve Ahmadi, F. (2017). Perception of identity threat as the main disturbance of Iranian divorced women: A qualitative study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(1), 1-15. <https://doi.org/10.1080/10502556.2016.1257902>

Extended Abstract

Purpose

Post-divorce adjustment is the process of separating from the ex-spouse, individuating, and developing a new social network, by getting rid of emotional burdens such as guilt and grief. Although it is also seen as a stressful life event due to changes in emotional, psychological, social, and financial areas, post-divorce adjustment is also claimed to offer an opportunity for growth and development. It is stated that it may take approximately two years for the possible negative effects of divorce to decrease and for the individual to adapt to life after divorce, moreover, some individuals are exposed to more intense and multiple secondary stresses after divorce due to their demographic and structural characteristics, and therefore their adjustment processes can be more difficult. In the studies on post-divorce adjustment, which are widely conducted abroad, it is presented that women who took custody have lower income and face more economic difficulties, and they are more exposed to social exclusion related to divorce; they are less likely to live together again, are more depressed, and have higher negative adaptation to divorce than men. In this context it was aimed to qualitatively evaluate the relationship between women's experiences of post-divorce adjustment and their subjective perceptions and adjustment levels.

Design and Methodology

In this study, it was aimed to examine in-depth the experiences of divorced women who took custody have in the adaptation to their new life. The phenomenological design, one of the qualitative research designs, was used in the study. In the phenomenological design that aims to reveal the experiences and meanings, it is recommended that the number of participants should not exceed 10, as long interviews and even multiple sessions with the same person are held. Thus, face-to-face interviews were conducted with 12 divorced women within the scope of the study. In this study conducted with divorced women, purposeful sampling and snowball sampling were used to reach the participants. The inclusion criteria determined within the scope of purposeful sampling are as follows: (a) The divorce case having been finalized and at least two years having passed since then (b) Having the custody of the child / children.

The data were analyzed through descriptive analysis, by consulting an expert. In this study, a framework for descriptive analysis was created primarily based on post-divorce adjustment's conceptual framework and the interview questions. Then, the data processing was started according to the thematic framework. After all the interviews were completed and the data were processed on the relevant themes, the data set was sent to two experts who conduct research in the field of post-divorce adjustment, and expert opinion was received. The data analysis process was completed by defining the findings, supporting them with direct quotations where necessary, and interpreting the findings.

Findings

In this study, which examines the life experiences of newly divorced women who are in the riskier group after divorce and who took custody, 6 overarching themes related to their post-divorce adjustment levels were reached. These are: (a) New roles and relationships in post-divorce life (b) Attitude towards divorce and post-divorce life (c) Continuing relationships with ex-spouse (d) Social support perception (e) Social functioning (f) Self-perception.

In the interviews, the participants talked about the new roles they acquired specifically in two areas (relationships with the child and relationships in the adult world), and shared their relationship experiences in these roles. Although the life experiences of the participants showed similarities, it was seen that their subjective perceptions, affected the adjustment level.

It has been observed that subjective perceptions/attitudes about ending marriage with divorce, starting a new life, emotional relationships, being a single parent and having children are related to adjustment to life after divorce.

After the interviews with the divorced women who took custody, it was observed that there were ongoing relationships between ex-spouses due to the child and the attachment to the ex-spouse, and the structure of this relationship might be related to the adjustment.

When the social support perceptions of the participants were examined, the participants were seen to be widely satisfied with the social support they received especially from their immediate families and friends.

When the participants' statements on post-divorce social functioning or behavioral activation were examined, it was seen that there was mostly an increase in their social functioning compared to pre-divorce, and they could act more freely due to the disappearance of the spouse pressure felt in their marriage life.

Lastly, When the participants' statements on their self-perceptions were examined, it was seen that they commonly had a positive self-perception. They stated that they were exposed to many challenging events during their marriage life and somehow, they felt freer, stronger and more competent after the termination of marriage, and even their preoccupation with themselves (self-care), which was different during their marriage, increased.

Research Limitations

This study has some limitations. The first of these is that the participants consisted of only women. In this context, conducting similar studies in different sample groups (women without custody, men with or without custody) will contribute to the intelligibility of the phenomenon of post-divorce adjustment. Another limitation of the study is the use of a single data source related to the studied phenomenon. Since it is aimed to explore in-depth about the phenomenon investigated in the phenomenological design, it is recommended to go to data diversity (Yıldırım ve Şimşek, 2018), therefore, in future similar studies, data diversity can be used to increase the intelligibility of the phenomenon. Finally, the participants of the research consist of divorced women residing in Eskişehir and İzmir, and considering the cultural diversity in Turkey, it would be beneficial to conduct similar studies with examples of divorced women living in different geographical regions.

Implications

The study was performed with divorced women who have secondary stress factors due to their demographic and structural characteristics, have custody, face difficulty in the adaptation. Considering the findings, it is seen that divorced individuals face similar difficulties in different areas, but their adjustment may differ in line with their subjective perceptions. In this context, while developing protective or intervention assistance programs for divorced women, it would be beneficial to include cognitive interventions aimed at working with subjective perceptions. Also, the preoccupation and responsibilities of women who have taken custody of the

child may increase. At this point, women may experience some problems in relations with children and co-parenting and may need adult support. Related to this need, It may be beneficial to change the custody practices or to expand the education programs in which parents are required to attend at the national level. Finally, social prejudices about divorce can put pressure on women. In this context, it will be beneficial to develop and implement state policies at the national level to eliminate stigma, social pressure and social exclusion.

Originality

It is noteworthy that comprehensive literature on post-divorce adjustment has been reached as a result of many studies conducted abroad, especially in the USA. But in Turkey, there is a limited number of quantitative studies about the predictors of post-divorce adjustment and quantitative and qualitative studies about problems faced by divorced individuals. Therefore, it is understood that there is a need for qualitative studies that examine in-depth the adjustment to life after divorce. At the same time, divorce, in which there are significant changes in life dynamics, also requires adjustment, and some structural, demographic and psychological factors are determinative in the structure of this adjustment process. At this point, especially women who have taken custody are in the group at risk, and research to understand their life experiences is considered very valuable.

Araştırmacı Katkısı: Nilüfer UYAR (%60), İbrahim YILDIRIM (%40).