

EVLİ BİREYLERDE, PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ VE EVLİLİK  
DOYUMU İLE SOMATİZASYON ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ

REVAN KAFKASLI

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

2019

EVLİ BİREYLERDE, PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ VE EVLİLİK  
DOYUMU İLE SOMATİZASYON ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ

REVAN KAFKASLI

Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı,  
2019

Bu tez, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne Yüksek Lisans (MA) derecesi ile  
sunulmuştur.

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

2019

İŞIK UNIVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

EVLİ BİREYLERDE, PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ VE EVLİLİK DOYUMU İLE  
SOMATİZASYON ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

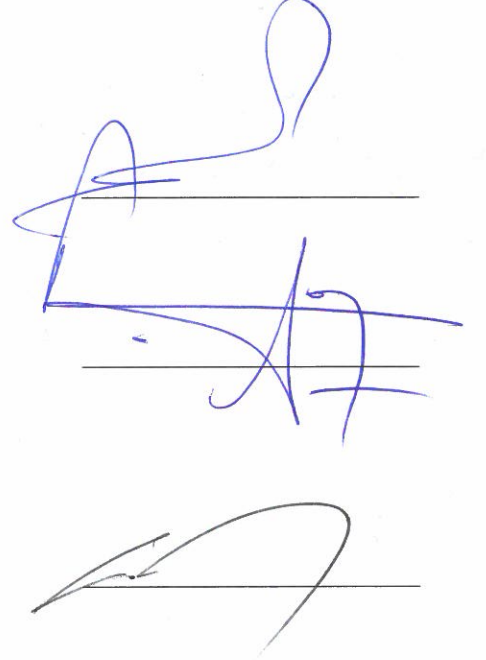
REVAN KAFKASLI

ONAYLAYANLAR:

Dr.Öğr.Üyesi Rukiye Hayran Işık Üniversitesi  
(Tez Danışmanı)

Prof.Dr. Feryal Çam Çelikel Işık Üniversitesi

Prof.Dr. Duran Çakmak Arel Üniversitesi



ONAY TARİHİ: 20.05.2019

# **THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PROBLEM SOLVING ABILITIES AND MARITAL SATISFACTION AND SOMATIZATION IN MARRIED INDIVIDUALS**

## **Abstract**

**Objective:** This research aims to the relationship among problem solving abilities and marital satisfaction and somatization in married individuals.

**Method:** The study is completed with 282 women and 155 men of a total of 437 married individual. In order to measure aimed variables, the “Socio-demographic Information Form”, “Marital Problem Solving Scale” for problem solving ability, Marital Life Scale for marital satisfaction and the “Somatization Scale” for the levels of somatization are used during this research. All of the collected data is examined using the SPSS 23 (Statistical Package for Social Sciences 23) program. In assessing the data, t-test for gender difference, Pearson Correlation for the relationship between different variables and hierarchic regression analysis and PROCESS Model (Hayes, 2013) to examine the role of somatization as a mediating role in the relationship between problem solving ability and marital satisfaction are used throughout the research.

**Results:** As a result of the analysis, a positive correlation is found in problem solving abilities and marital satisfaction. A negative correlation is found in somatization values with relations to both the problem solving ability and the marital satisfaction. Moreover, the role of somatization as a mediating role in the relationship among problem solving ability and the marital satisfaction is found to be valid. When examined the socio-demographic data, a statistically significant difference of somatization level is found between men and women. It is been found that women has higher level of somatization than men. Individuals who are married with no children are found to have both better problem solving abilities and higher marital satisfaction. All the facts drawn from the research are paralel to and supported by literature.

**Conclusion:** In research, as problem solving skills increase, marital satisfaction has also increased. Also decreases marital satisfaction and problem solving skills as somatization levels increase. In the relationship among problem solving ability and marital satisfaction have significantly supported the mediating role of somatization in married individuals.

**Key words:** Marriage, Marriage Satisfaction, Problem Solving Ability, Somatization

# EVLİ BİREYLERDE, PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ VE EVLİLİK DOYUMU İLE SOMATİZASYON ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

## Özet

**Amaç:** Bu araştırma, evli bireylerde problem çözme becerileri ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide, somatizasyonun aracı rolünü incelemek amacıyla yapılmıştır.

**Yöntem:** Çalışma, 282 kadın, 155 erkek olmak üzere toplamda 437 evli birey ile tamamlanmıştır. Araştırmada, "Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu", problem çözme becerisini ölçmek amacıyla "Evlilikte Problem Çözme Ölçeği", evlilik doyumlarını ölçmek amacıyla "Evlilik Yaşamı Ölçeği" ve somatizasyon düzeylerini ölçmek amacıyla ise "Somatizasyon Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen veri SPSS 23 (Statistical Package for Social Sciences 23) programı kullanılarak incelenmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde cinsiyet farkına bakmak için t testi, değişkenlerin arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Korelasyon ve problem çözme becerisi ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracı rolünü incelemek için hiyerarşik regresyon analizi ile PROCESS Model (Hayes, 2013) kullanılmıştır.

**Bulgular:** Araştırmanın bulgularında, problem çözme becerisi ve evlilik doyumu arasında pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Somatizasyon düzeyleri ise hem problem çözme becerisi hem de evlilik doyumu ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracılık rolü anlamlı bulunmuştur. Sosyodemografik bilgilere göre incelendiğinde ise kadınlar ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir somatizasyon farkı bulunmuştur. Kadınlar erkeklere göre daha yüksek somatizasyon farkı göstermiştir. Çocuk sahibi olmayan bireylerin ise hem problem çözme becerisinin hem de evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında bulgular, alan yazın ile paralellik göstermiş ve desteklenmiştir.

**Sonuç:** Araştırmada, evli bireylerde problem çözüme becerisi arttıkça evlilik doyumu da arttığı görölmüştür. Ayrıca, somatizasyon düzeyleri arttıkça evlilik doyumu ve problem çözüme becerisi azalmaktadır. Evli bireylerin problem çözüme becerisi ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracı rolünü anlamlı olarak desteklemiştir.

**Anahtar kelimeler:** Evlilik, Evlilik Doyumu, Problem Çözüme Becerileri, Somatizasyon

## TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın oluşmasında bana büyük destek olan, mesleki ve akademik anlamda kıymetli bilgilerini benimle paylaşan, bu süreçte bana rehberlik eden değerli tez danışmanım ve sevgili hocam Dr. Öğr. Üyesi Rukiye Hayran'a teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimim boyunca sevinçlerimizi, üzüntülerimizi paylaştığımız canım meslektaşlarım Nalan Özgür, Nesibe Baylan, Hülya İzgiş, Büşra Gülsoy'a çok teşekkürler.

Bu zorlu süreçte desteklerini esirgemeyen, benim yanımda olan ve her durumda kolaylık sağlayan, mesleğime atılma yolumda beni etik çalışma bilinciyle besleyen, kişisel ve mesleki gelişimime katkı sağlayan sevgili Esin Ergin ve Hayri Tuzla'ya sonsuz teşekkürler.

Bu yola başlarken, ilk adımlarımı atmamda yanımda olan ve desteğini esirgemeyen Aysel Özkan ve Türkü Keleş'e çok teşekkürler.

Her zorlu koşulda yanımda olan, tüm üzüntülerimi, kaygılarımı sabır ve anlayışla karşılayan, desteğini hiçbir zaman esirgemeyen, yol arkadaşım Doğan Uzun'a varlığı için sonsuz teşekkürler.

Son olarak, bana her zaman ve her koşulda inanan, hayallerimi gerçekleştirmemde yanımda olan, destekleyen ve yoluma ışık tutan sevgili annem Salime Kafkaslı, babam Selami Kafkaslı ve abim Berk Kafkaslı'ya sabır ve anlayışları için minnettarım.



## İÇİNDEKİLER

ABSTRACT.....	i
ÖZET.....	iii
TEŞEKKÜR.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix
KISALTMALAR LİSTESİ.....	x
GİRİŞ.....	1
Araştırmanın Hipotezleri.....	3
Araştırmanın Önemi.....	4
Sınırlılıklar.....	5
Tanımlar.....	5
<b>BÖLÜM 1.....</b>	<b>7</b>
1.1. EVLİLİK.....	7
1.1.1. Evlilik Kavramı.....	7
1.2. EVLİLİK DOYUMU.....	10

1.2.1. Evlilik Doyumu Kavramı.....	10
1.2.2. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler.....	11
1.2.3. Evlilik Doyumu Üzerine Yapılan Çalışmalar.....	13
<b>1.3. PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ.....</b>	<b>16</b>
1.3.1. Problem Kavramı.....	16
1.3.2. Problem Çözme Becerilerinin Tanımı.....	18
1.3.3. Problem Çözme Becerileri Üzerine Yapılmış Çalışmalar.....	19
1.3.4. Problem Çözme Becerileri ve Evlilik Doyumu Üzerine Yapılan Çalışmalar...	21
<b>1.4. SOMATİZASYON.....</b>	<b>25</b>
1.4.1. Somatizasyon Kavramı ve Tarihsel Gelişimi.....	25
1.4.2. Somatizasyon Üzerine Yapılan Çalışmalar.....	26
1.4.3. Somatizasyon ve Evlilik Doyumu Üzerine Yapılan Çalışmalar.....	28
1.4.4. Problem Çözme Becerisi ve Somatizasyon Üzerine Yapılan Çalışmalar.....	30
1.4.5. Problem Çözme Becerileri, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Üzerine Yapılan Çalışmalar.....	31
<b>BÖLÜM 2.....</b>	<b>32</b>
<b>2. YÖNTEM.....</b>	<b>32</b>
2.1. Evren ve Örneklem.....	32
2.2. Veri Toplama Araçları.....	32
2.2.1. Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu.....	33
2.2.2. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği- ESCÖ.....	33
2.2.3. Evlilik Yaşamı Ölçeği- EYÖ.....	34
2.2.4. Somatizasyon Ölçeği- SÖ.....	34
2.3. Verilerin Analizi.....	35
<b>BÖLÜM 3.....</b>	<b>36</b>

<b>3. BULGULAR.....</b>	<b>36</b>
3.1. Örneklem Grubunun Genel Yapısına İlişkin Frekans Dağılımı.....	36
3.1.1. Demografik Değişkenlerdeki Farklılıklara İlişkin Bulgular.....	36
3.2. Çalışmanın Ana Değişkenlerinin Demografik Değişkenlere Göre incelenmesi.....	39
3.2.1. Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Düzeylerinin Cinsiyet ile İlişkinine Yönelik Bulgular.....	38
3.2.2. Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Düzeylerinin Çocuk Sahibi Olma İlişkinine Yönelik Bulgular.....	39
3.2.3. Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Düzeylerinin Çalışma Durumu ile İlişkinine Yönelik Bulgular.....	40
3.3. Temel Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	41
3.4. Problem Çözme Becerileri ile Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkide Somatizasyon Aracı Değişken Olarak Rolü.....	42
<b>BÖLÜM 4.....</b>	<b>44</b>
4. TARTIŞMA.....	44
5. SONUÇ.....	52
6.ÖNERİLER.....	53

## **KAYNAKLAR**

## **EKLER**

## **ÖZGEÇMİŞ**

## TABLÖLAR LİSTESİ

**Tablo 1:** Katılımcıların Demografik Değişkenlere Ait Frekans Dağılımı

**Tablo 2:** Cinsiyete göre Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Değişkenlerinde Gözlenen Farklar

**Tablo 3:** Çocuk Sahibi Olup Olmamasına Göre Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Değişkenlerinde Gözlenen Farklar

**Tablo 4:** Çalışma Durumuna Göre Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Değişkenlerinde Gözlenen Farklar

**Tablo 5:** Değişkenler Arasındaki İki Yönlü İlişkiler

## KISALTMALAR LİSTESİ

**EYÖ:** Evlilik Yaşam Ölçeği

**ESCÖ:** Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği

**SÖ:** Somatizasyon Ölçeği

## GİRİŞ

İnsanoğlunun var olma geçmişine baktığımızda gerek bireysel ihtiyaçları gerek sosyal ihtiyaçlarının olduğu bir canlı olduğunu söyleyebiliriz. Tüm bunların yanında, en önemli ve zorunlu olarak karşılaştığı durumlardan biri de toplumla iç içe yaşamaktır. Toplumda var olabilen bir kişi ise sosyal bağları ile duygu, düşünce ve davranışlarını şekillendirir. Bu noktada, kişinin sosyal ilişkilerinin yanı sıra karşı cins ile yaşayacağı ilişki de bir temele dayanmaktadır. Bireyin, hayatında olan değişiklikler sonucunda ilişkisinde “ben” yerine “biz” olarak düşünmeye başlaması, evlilik sürecinin başlangıcı için bir adımdır. Evlilik ise geçmişten gelen bir kurum olması ile birlikte günümüze kadar devam eden iki taraflı birlikteliktir (Bıyıkoğlu,2012).

Evlilik, kişilerin talep ve umutlarını karşılayarak, mutlu olabilmek adına gerekli olan doyumu temin etmek için fayda sağlayan bir olgudur. Evlilikte doyumun sağlanması ise önemli bir adımdır. Nitekim sağlanmadığı durumlarda boşanmalar söz konusu olabilmektedir. Bu durum sonucunda ise hem eşler hem de çocuklar olumsuz yönden etkilenmektedirler. Sonuç olarak, evlilik kişinin yaşamdan duyduğu memnuniyeti direkt olarak etkilemesi nedeniyle önemli bir yapıdır (Üncü, 2007).

Evlilik doyumunu, evliliklerdeki ilişkide hissedilen genel anlamdaki mutluluk ile ilişkilendirilmiştir. Aynı zamanda, evlilik doyumunu kişisel bir tecrübedir. Eşlerin evliliklerinde hissetmiş oldukları haz birbirlerinden farklı olarak incelenmeye alınabilir. Çiftlerin evlilik sürecinden beklenti ve ihtiyaçlarına göre evlilik doyumları değişiklik göstermektedir. Eşler arasındaki memnun olma duygusunu belirten evlilik doyumunu çiftlerin ilişki süresince hissetmiş oldukları tatmin derecesi ile ilişkilidir. Çiftlerin bakış açlarına bağlı olarak değişiklik gösteren bağlam ise tatmin olma derecesidir (Kaplan ve Maddux, 2022).

Eşlerin evlilik süreçlerinde birlik ve beraberlik içerisinde yaşıyor olmaları, sağlıklı bir ilişkiyi koruyabilmeleri adına evliliklerinde hissettikleri doyumun etkisi, önemli bir rol oynamaktadır. Evlilik doyumunu ise evlilik süresince eşlerin ilişkiden aldıkları haz duygusunu barındıran bir zamandır (Yıldırım ve Çağ, 2013). Bu araştırmanın önemli değişkenlerinden biri olan evlilik doyumunu da bu bağlamda çalışmanın içeriğinde yer almaktadır. Yapılan literatür çalışmalarına bakıldığında çalışmanın bir başka değişkenlerini olan problem çözme becerisi, Güven ve Sevim (2005) tarafından evlilik doyumunu ile arasındaki ilişkinin önemli bir düzeyde olduğunu saptamıştır.

Goldernberg ve Goldenberg (1996) tarafından, aile kendisine özel olan bir yapısal sistem olarak tanımlanmaktadır. Aile içerisindeki kendine özel kuralları bulunan, her aile üyesinin bir role sahip olan ve her ailenin kendine özel bir problem çözme becerisi olan bir yapı olarak tanımlanmıştır. Evlilik yapısında, kişinin birçok farklı problem ile yüzleşmek ve bu problemlere çözüm sunmak vardır. Kişinin, evlilikte yaşamış olduğu problemlere çözüm üretiyor olması evlilik doyumunu arttıran bir etken olarak değerlendirilmektedir. Çiftlerin problemlerinin çözüm üretebilme becerisine sahip olması ve söz konusu problemleri çözebilmek adına gerekli tutumlarda bulunması evlilik ilişkisinin daha sağlıklı sürdürülebilmesi adına önemli bir adımdır (Koca ve Yüksel, 2017).

Somatizasyon, sorunları veya duyguları dile getirme noktasında kişiler, kelimeler ile ifade etmek yerine daha çok bedensel olarak ifade etmektedir (Stoudemire,1991). Aynı zamanda, psikolojik sorunların bedensel semptomlar ile hissediliyor olması ve iletilmesi olarak da tanımlanmaktadır (Gözcelioğlu, 2012). Yavuz (2012), tarafından ise somatizasyonu yardım çağrısını ifade etme ve ilişkilerini yönetmede evrensel bir yol olarak tanımlamıştır. Bedenselleştirme olarak da adlandırılan somatizasyon kavramı Katon ve arkadaşlarına (1984) göre duygusal veya psikososyal açıdan problemleri olan kişilerin ilk olarak bedensel semptomlar ile dile getirmesi olarak tanımlanmıştır. Duygu dışavurumundaki yetersizliğin önemli olduğu noktada duygu ifade eden kelimelerin az kullanılması böylece problemlerin beden yolu ile aktarılmasına neden olması sebebiyle, bir nedene bağlı olmaksızın bedensel belirtilerin meydana çıkabileceğini bildirmiştir (Çevik ve Berksun, 1990).

Literatür incelendiğinde problem çözme becerileri, evlilik doyumu ve somatizasyon seviyesinin birlikte incelendiği bir çalışmaya rastlanmamasına rağmen aynı değişkenleri içeren benzer çalışmalar literatürde mevcuttur. Bu çalışmalardan bazıları sunulmuştur. Evlilik problemlerinin verildiği ve katılımcıların problem çözüm yolları incelendiği bir araştırma Mitchel ve Winemiller (1994) tarafından yapılmıştır. Evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin, daha az evlilik doyumu yaşayan çiftlere göre çözüm yollarının daha etkin olduğu, aynı zamanda yaşanan sorunların daha az tekrarlandığı saptanmıştır. Evlilik doyumu ve somatizasyon üzerine yapılmış bir çalışmada evli kadınların somatik semptomlar ile polikliniğe başvurma oranlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Özmen ve ark., 1993). Yapılan bu çalışmalar doğrultusunda, problem çözme becerileri ve evlilik doyumu ile somatizasyonun birlikte incelenmesi bu araştırmanın problemini oluşturmaktadır.

### **Araştırmanın Amacı**

Araştırmanın amacı, evli bireylerin problem çözme becerileri ve evlilik doyumları ile somatizasyon arasındaki ilişkinin ne olduğunu keşfetmektir. Günümüze kadar yapılan literatür araştırmalarında, problem çözme becerileri ve evlilik doyumu düzeyleri arasında bir ilişki olabileceği düşünülmektedir. Somatizasyon düzeyinin ise evlilik doyumları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkide aracı rolünü incelemek araştırmanın diğer amacıdır.

### **Araştırmanın Hipotezleri**

- 1) Evli bireylerde problem çözme becerisi, evlilik doyumunu pozitif yönde yordar.
- 2) Evli bireylerde somatizasyon seviyesini, evlilik doyumunu negatif yönde yordar.
- 3) Evli bireylerde problem çözme becerisi, somatizasyon seviyesini negatif yönde yordar.
- 4) Evli bireylerde somatizasyon seviyesi, problem çözme becerisi ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide aracı rolü oynar.



## **Araştırmanın Alt Soruları**

- 1) Evli bireylerin evlilik doyumu düzeyleri cinsiyet, çocuk sahibi olup olmamak ve bir işte çalışıp çalışmaması değişkenlerine göre farklılık gösterir. Buna bağlı olarak;
  - a) Çocuk sahibi olan bireylerde evlilik doyumu düzeyi daha düşük müdür?
- 2) Evli bireylerin problem çözme becerileri düzeyleri cinsiyet, çocuk sahibi olup olmamak ve bir işte çalışıp çalışmaması değişkenlerine göre farklılık gösterir. Buna bağlı olarak;
  - a) Kadınların problem çözme beceri düzeyleri erkeklere göre daha yüksek midir?
  - b) Çocuk sahibi olan bireylerde problem çözme becerisi daha düşük müdür?
- 3) Evli bireylerin somatizasyon düzeyleri cinsiyet, çocuk sahibi olup olmamak ve bir işte çalışıp çalışmaması değişkenlerine göre farklılık gösterir. Buna bağlı olarak;
  - a) Kadınların somatizasyon düzeyleri erkeklere göre daha yüksek midir?
  - b) Çocuk sahibi olan bireylerde somatizasyon daha yüksek midir?
  - c) Bir işte çalışmayan kişinin somatizasyon düzeyi daha yüksek midir?

## **Araştırmanın Önemi**

Evlilik her toplumda görülen bir kurum olmasına rağmen, konuyu bilimsel olarak çalışılması oldukça geç gerçekleşmiştir. Alandaki sistematik çalışmaların başlangıcı 19. Yüzyılın ortalarını bulmuştur. Günümüze kadar birçok farklı değişken ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiler üzerinde çalışmalar yapılmıştır. (Kansız ve Arkar, 2011). Son yıllarda yapılan literatür incelendiğinde, evlilik doyumu ve problem çözme becerisi ile ilgili araştırmalara sıkça rastlamak mümkünken, somatizasyon ile ilgili olarak Türkiye’de yapılmış olan çok fazla araştırma olmadığı görülmektedir. Batı literatüründe somatizasyon çalışmaları olmasına rağmen dilimize çevrilen kaynakların sayısının sınırlı olduğu görülmektedir.

Araştırmanın konusunu oluşturan evli bireylerin problem çözme becerileri ile evlilik doyumu düzeyleri arasındaki ilişkide somatizasyonun aracı rolünü inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırma içeriğinde yer alan değişkenlerin, cinsiyet, çalışma durumu, çocuk sahibi olmak açısından incelenmesinin ise çalışmanın daha kapsamlı olmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın ise alan yazılarındaki boşluğu doldurması ve daha sonrasında yapılacak olan diğer çalışmalara katkı sağlaması beklenmektedir. Ayrıca, araştırmanın ilk olması da literatürü zenginleştireceği ve önemli katkılar sağlayacağı beklenmektedir.

### **Sınırlılıklar**

- 1) Çalışmanın örneklemini evli bireyler ile sınırlıdır.
- 2) Araştırma 2018-2019 eğitim- öğretim dönemi ile sınırlıdır.
- 3) Çalışmanın sonuçları aşağıda verilmiş olan ölçekler dahilinde elde edilen veriler ile sınırlıdır.
  - a) Evlilikte Problem Çözme Düzeyi- Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği
  - b) Evlilik Yaşam Doymu Düzeyi- Evlilik Yaşamı Ölçeği
  - c) Somatizasyon Düzeyi- Somatizasyon Ölçeği

### **Sayıtlar**

Bu araştırmada;

- 1) Katılımcıların ölçekteki maddeleri içtenlikle cevapladıkları varsayılmıştır.
- 2) Araştırmada kullanılan ölçeklerin çalışma konusuna uygun olarak seçildiği varsayılmıştır.

### **Tanımlar**

**Evlilik:** Evlilik, toplumlarda farklılık gösterebilen, aile oluşumunda ve insanların türlerini devam ettirmesine katkı sağlayan, iki bireyin bir araya gelerek ortaya çıkardığı ve birbirleri ile çocuklarına karşı üstüne düşen sorumlulukları yapmaya söz verdikleri evrensel bir kurumu olarak tanımlanmaktadır (Saxton, 1982).

**Evlilik Doyumu:** Evlilik kurumunda var olan eşlerin karar almakta eşit olma durumu, maaşları, çalışmaları gibi çevresel ve eşlerin aralarındaki iletişim biçimleri, cinsel doyumları, kendilerini ifade etmeleri gibi kişisel boyutlardan elde ettikleri psikolojik tatmin olma durumu olarak tanımlanmaktadır (Sokolski ve Hendrick, 1999).

**Evlilikte Problem Çözme Becerileri:** Stres yaratan bir durumu, sonuç pozitif yönde değiştirilemezse dahi, stres yaratan durumu yönlendirebilmek veya stresli duruma adapte olabilmektir. Böylece ailenin esnekliği ve stresli durumlarda kontrol becerileri artar. (D' Zurilla ve Nezu, 1999).

**Somatizasyon (Bedenselleştirme):** Somatizasyon, psikososyal strese yanıt olarak somatik sıkıntıyı deneyimleme, ifade etme ve bunun için tıbbi yardım alma eğilimidir (Lipowski ZJ., 1988).

# BÖLÜM 1

## 1.1. EVLİLİK

### 1.1.1. Evlilik Kavramı

Günümüze kadar gelmiş olan evlilik kurumunun yaklaşık 4000 yıl kadar bir geçmişi bulunduğu varsayılmaktadır. Evlilik ilk defa Mısır’da onaylanması ile birlikte evlenme kurumu olarak kabul edilmiştir. Tarihte bulunan en eski evlilik belgesinin ise İ.Ö. 5. yüzyılda Yahudilerden kalmış olan Aramice yazılmış bir papirüs olduğu bilinmektedir (Akdemir, Karaoğlan ve Karataş, 2006).

Günümüze kadar devam etmiş olan evlilik kurumu Türk topluluklarında da geçmişe dayanan bir tarihi vardır. M.Ö. III. yy.’da bulunan ‘Hiung-Nu’ kavminin hükümdarı karısının söylediklerinin dışına çıkmadığı ayrıca karısının söylemiyle bazı ülkelere savaş açabildiği yönünde bilgiler mevcuttur. X. yy.’da ise Türk boylarından birisi olan Oğuzlar ve diğer boylarda kadına saygı ve sevginin hakim olduğu ayrıca tek eşliliğin sürdüğü topluluklar olarak da bilinmektedir. Kadına seslenişte ‘görklüm’ (güzelim) gibi sevgi içeren kelimeler kullanılmıştır. Türk boylarında kabul görmüş olan Şamanizm’de de kadınlar ve erkekler hukuk çerçevesinde ve töre önünde eşit olarak görülürler. Örneğin, Hakan ve Hatun tören zamanlarında beraber oturur ve halka emirler bildirilirken ‘Hakan ve Hatun diyor ki’ şeklinde sunulurdu. Ayrıca, Dede Kokut masallarında III. ve IV. hikayelerinde kadın, aşk ve evlilik ilişkilerinden bahsedilir (Özüğurlu, 2013).

Geçmişten günümüze geldiğimizde ise evlilik kurumu Türk Medeni Kanun’u tarafından tanımlanmıştır. Türk Medeni Kanunu’nun 185. maddesine göre evlilik, evlenmek kaydıyla eşler arasında evlilik bütünlüğünün oluşturulması olarak tanımlanmaktadır.

Çiftler birbirlerine sadık olmalı, beraber hayatlarını sürdürmelidir. Sahip oldukları çocukların bakımı ve eğitimi hususunda her ikisi de sorumluluk sahibi olması gerekmektedir. Çiftler arasında değişkenlikler söz konusu olsa bile gelenek açısından benimseme ve resmi olarak kabul edilme bakımından benzerlikleri söz konusudur. (Tarhan, 2006)

Toplumun ana parçalarından biri olan aile, evlilik ilişkisi ile başlayan bir sistemdir aynı zamanda toplumun devamlılığının sağlanması adına önem arz etmektedir. Evlilikteki bağın devam edebilmesi ve sağlıklı bir aile yapısına ulaşılması, temelde birbirinden farklı iki bireyin, farklı kişilik örüntülerinin uyumu çerçevesinde gerçekleştirmek olarak tanımlanmıştır (Arkar ve Kansız, 2011). Gülerce (1996) ise evliliği iki kişinin birlikte yaşamaya karar verdikleri süreç içerisinde, zaman, mekân ile ilgili önceki yaşam şekillerini değiştirerek yenisini tecrübe edinmeye ve paylaşımında bulunmaya başlanması olarak tanımlamıştır. Söz konusu paylaşım şeklinin sürdürülebilir olması kaydıyla çiftler psikolojik ve sosyal bir sistem meydana getirmektedirler.

Adasal (1963: 395) evliliği insanlara özgü, sosyal bir sözleşme ve sosyal bir kurum olarak tanımlamaktadır. Evlilik, kültürler açısından incelendiğinde çeşitli farklılıklar göstermesinin yanında evrensel bir kurumdur ve tüm topluluklarda karşımıza çıkmaktadır. Benzer düşüncede ve tanımlamada olduğunu gördüğümüz Tarhan (2014) tarafından ise evlilik, kültürler arası farklılıkların olmasına rağmen toplumların tümünde resmi olarak kabul gören tek birliktelik şekli olarak tanımlanmaktadır. Evliliği kurumsallaşmış bir süreç olarak ifade eden Özgüven (2001) aynı zamanda kadın ve erkeği “karı-koca” ilişkisiyle birbirlerine bağlamış olan, toplumsal açıdan devletin kontrolü ve yetkisi altında olan yasal bir ilişki şekli olarak tanımlamıştır.

Glenn (1991) tarafından ise evlilik, ortak bir hayat içinde paylaşabilmeyi, problem çözmeyi ve esasında anlayışlı olmayı öğreten bir süreç olarak tanımlamaktadır. Tezcan (2000) ise evliliği, yaşamın bir dönüm noktası olarak tanımlamaktadır. Toplumsal yaşamın en küçük parçasını oluşturan yapıyı ise aile olarak tanımlamaktadır. Bu parçayı oluşturmak ise evlenme olgusu ile gerçekleşmektedir. Toplumların gerek ekonomik gerek kültürel yapıları, üretim ilişkileri ve yerleşim düzenleri, bireylerin evlenme

şekillerini belirlemede önemli etkilerinin olduğunu bilmekteyiz. Tüm toplumlar, kendi kültürlerine uygun evlenme şekillerini yeğlediklerini görürken, kendi anlayışlarına aykırı olabilecek evlenme şekillerini de engellemeye çalışmaktadır. Birçok farklı evlenme şekli mevcuttur. Türk kültürüne baktığımız zaman ailenin yapısında, aile üyelerinin kendi arasında sevgi, saygı, dayanışma, yardımlaşma öncelikli değerler arasındadır. Bundan farklı olarak bazı uygulamaların da önem arz ettiğini görmekteyiz. Örneğin, usulüne uygun bir evlilik sürecini söz kesme, nişan, nikah, düğün, akrabalık gibi adımlarla tamamlanması önem arz etmektedir.

Tüm bu tanımlamalar ile yapılan çalışmalara bakarak, bireylerin evlenebilmesi için birtakım nedenlerinin olması yanında bu nedenlerin eşlerin evlilik doyumu üzerinde etkisi olduğunu da görmekteyiz. Bireylerin evlenme nedenlerine bakıldığında üç ana başlık çerçevesinde, biyolojik, psikolojik ve sosyal nedenler olarak incelenmektedir (Özgüven, 2000).

1) Biyolojik nedenler: Biyolojik nedenler incelendiğinde cinsel doyumun sağlanması en önemli sebeplerden biri olduğu bilinmektedir. Öncelikle çiftler arasındaki cinsel istek ve beklentinin karşılanmış olması önemli nedenlerden biridir. Bunun yanında bu durumun toplum tarafından kabul edilmiş olması evliliğin kabul edebilmesini kolaylaştırır. Bu durum sonucunda da cinsel doyumun evliliğin temel fonksiyonları içerisinde yer almaktadır.

2) Sosyal nedenler: Sosyal nedenler ise bireyin uyumlu olması, kabul görebilme ve güven hissetme gibi tutumlardır. Tüm bunların yanında, yaşamını bir başka kişi ile birleştirerek ortak amaç içerisinde bulunma durumu da evliliğin sosyal nedenleri arasındadır.

3) Psikolojik nedenler: Psikolojik nedenlerine bakıldığı zaman ise sevilme ya da beğenilme arzusudur. Eşlerin birbirleri ile bir arada olma talepleri, süreç boyunca olumlu veya olumsuz durumlarda beraber ilerlerken, çiftlerin beraber devam edebilme hisleri gelişmesi durumunda psikolojik doyuma ulaşmak kolaylaşacaktır.

## 1.2. EVLİLİK DOYUMU

### 1.2.1. Evlilik Doyumu Kavramı

Evlilik doyumu ve evlilik uyumu kavramları yapılan alan çalışmalarında birbirleriyle aynı anlam ve nitelikte kullanıldığı görülmüştür. Evlilik doyumu, evlilik uyumu ve evlilik bütünlüğü tanımlamalarının, evlilik ilişkisinin kalitesini belirtmek için kullanılan kavramlar olarak kullanılmaktadır. (Spainer, 1979). Bu çalışma dahilinde de evlilik doyumu ve evlilik uyumu tanımlamaları bu bilgi ışığında eş anlamlı olarak kullanılmıştır. Evliliği farklı iki cinsiyetin ve karakterlerin, hayatlarını birleştirerek birlikte yaşama kararı aldıktan sonra yaşamış oldukları psikolojik yapının güzel taraflarının olmasının yanında, bir o kadar da zorlukları barındıran bir hayat olabileceği Tümer (1998) tarafından belirtilmiştir. Bu sebeple, bu yaşantıyı ve aynı zamanda evliliklerinin niteliğini etkileyebilecekleri tüm değişkenlerin araştırılmasında yarar olabileceği noktasına dikkat çekmiştir. Bu noktada da evlilik doyumunu farklı açılardan değerlendiren tanımlara yer verilmiştir.

Evlilik doyumu Bradbury, Beach ve Fincham (2000) tarafından evlilik süresi boyunca bir bölümü içeren, evlilik süresince evlilik doyumu ile ilişkili algıların yönünü kapsayan bir durum olarak belirtilmiştir. Evlilikte olumsuz etkenlerin dikkat çektiği durumlarda doyumsuz bir evlilik göze çarparken, evlilikte sorun olmaması ise doyum sağlanan evlilik olarak nitelendirilmiştir. Aynı zamanda Yılmaz (2001) tarafından evliliğin, kişinin psikososyal fonksiyonlarını gerçekleştirebilmek noktasında önemli bir etkisinin olduğu belirtilmiştir. Bireylerin evlilik doyumlarını sağlamaları durumunda yaşamlarındaki sosyal kimlik, psikolojik ve fiziksel iyi oluş gibi noktalarında olumlu anlamda katkı sağladığı bilgisine ulaşılmıştır.

Evlilik uyumu; evlilik sürecinde zorunlu ve gönüllü olan niteliklerin bir denge haline ulaşmasıdır. Her evlilikte gelenek, görenek ve yasalara bağlı bazı zorunluluklar söz konusudur. Evlilik tamamıyla zorunlu veya gönüllü bir paylaşım noktasına gelmişse, söz konusu evlilikte uyumun bozulması ve sorunların çıkması meydana gelmektedir. Bu

durum sonucunda, evliliğin tüm heyecanın yok olmasına ve çiftlerin ilişkisinde çatışmaların meydana gelmesine neden olur (Kışlak ve Tutarel, 1999).

Evlilik doyumu, Kirby (2005) tarafından çiftin evlilik hakkında sahip oldukları duyguları, evliliği nasıl algıladıkları ve evliliğe bakışları olarak tanımlamaktadır. Çiftin evlilik doyumu ve evlilik kalitesinin yüksek olması ise evliliğin sağlıklı olduğu anlamını taşımaktadır. Evli bireylerin iletişimlerini olumlu etkilemekte ve ilişkinin devamlılığı açısından da pozitif bir etki sunmaktadır (Ahmadi ve diğ., 2007).

Evlilik doyumu ve problem çözümü açısından da ele alan Beach ve Fincham, eşler arasındaki görüş farklılıkları, var olan evlilik uyumunu sarsacak çatışmalara sebep olabilmektedir. Eşler arasındaki bu çatışmalar ise evlilikteki problemlerin çözümünü olumsuz yönde etkileyecek durumları beraberinde getirebilmektedir. Aynı zamanda söz konusu çatışmaların fiziksel, psikolojik ve aile sağlığını olumsuz etkilediği de bilinmektedir. Problemlerini olumlu bir yapı ile çözebilen çiftlerin birbiriyle karşılıklı iletişimde bulunabilmesi, evlilik ile ilgili konularda fikir birliğine varabilen bireylerin evliliği, uyum çerçevesinde tanımlanabilir. İlişki sürecinde, evlilik uyumunun sağlanmasında bireysel düşüncelerden daha çok ilişkinin niteliği önem kazanmaktadır. Evlilik doyumunu sağlayan önemli noktalardan birisi de evliliği tüm taraflarıyla bireylerin hissetmiş oldukları kişisel memnuniyet ve mutluluk duygularıdır (Erbek ve ark., 2005).

### **1.2.2. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler**

Evlilik ve çiftlerin evliliklerinden duydukları doyum türlü etkenlerden etkilenmektedir. Larson (2004) tarafından yapılan bir çalışmada, evlilik doyumu etkileyen etmenler 3 ana başlık altında toplanmıştır. Bu etkenleri içeren modele de “Evlilik üçgeni” adı verilmiştir. Evlilik üçgeni çerçevesinde bulunan faktörler şu şekilde sıralanmıştır;

**1) Kişisel özellikler:** Kavga edebilmeye yatkın olmak, sorunlar ve stresle baş edememek, öfkeli olmak negatif özellikler arasında yer alırken, kurallar çerçevesinde



olmak yerine daha fazla esnek olabilmek, kabul edebilmek açısından esnek olabilmesi gibi noktalar da pozitif özellikler arasında yer almaktadır.

**2) Çift özellikleri:** Çatışmaları çözebilme becerileri, iletişimlerini iyi düzeyde tutabilme, ortak bir noktada anlaşabilme gibi özellikler çiftlerin uyumlarına etki eden faktörler arasındadır.

**3) Çevresel etmenler:** Ailelerinden bağımsız bir düzene geçebilme, yaşlıları ile iletişimlerinde ilişkilerini onaylayıp onaylamadıkları, sağlık problemleri gibi faktörlerin de evlilik uyumlarına etkisi olmaktadır.

Evlilik doyumunu etkileyen bir başka faktör ise Gottman (1996) tarafından yapılan araştırmada belirtilmiştir. Gottman evlilik doyumunu etkileyen etmenleri beş faktörde incelemiştir. İlk olarak eşlerin akıllarından geçen her şeyi birbirleri ile paylaşmaması ile daha mutlu olabildiklerini tespit etmiştir. Bu faktörü ise “bütün taşları dökmek” olarak ifade etmiştir. İkinci faktör olarak “yumuşak tartışmalar” olarak adlandırmıştır. Bu durumu ise tartışma anında eşlerden birinin kendisini savunmasına neden olmayacak şekilde alçak ses tonu kullanması ve tartışmanın büyümesini neden olmayacağı olarak belirtmiştir. Bir diğer faktörü ise “esnek planlar” şeklinde belirtmiş ve erkeklerin planlarını esnetmekte kadınlara oranla daha çok zorlandıklarını açıklamıştır. Bu durum ile birlikte eşlerin ilişkilerinde planlarını esnetebilmelerinin evlilik uyumlarının daha yüksek olacağını belirtmiştir. “Prensip sahibi olmak” şeklinde belirlendiği bir diğer unsur ise ilişki süresince çiftlerin negatif etkileşimlerine karşı hoşgörü geliştirebilmenin evlilik uyumlarını uzun dönem içerisinde olumlu yönde etkilediğini tespit etmiştir. Son faktör olarak ise “bakım onarım çalışmaları” adı altında toplamıştır. Bu durumu tartışmalar sırasında eşlerin tartışmayı duygusal açıdan beslediği bir noktaya getirerek, çatışmanın etkisini aza indirmek olarak tanımlamıştır (Gottman’dan akt: Çavuşoğlu, 2011).

Nitelikli bir cinsel yaşam ise evlilik doyumunu etkileyen bir diğer faktördür. Eşlerin çocuk sahibi olması, özgürlüklerini sınırlamasına neden olurken rol karmaşasına da yol açmaktadır. Bu durumlar da evlilik doyumunun düşmesine sebep olmaktadır. Yapılan araştırmalar neticesinde, çocuk sayısının da evlilik doyumunu ile ilişkisinin olduğunu meydana çıkartmıştır. Bilhassa küçük bebeği olan annelerin, bebeği olmayan annelere

oranla evlilik doyum düzeylerinin daha düşük olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Çağ, 2011: 59). Şener (2002) tarafından yapılan başka bir çalışmada iyi bir aile hayatının yaşanmasında uyumlu bir evliliğin etkisi büyüktür. Eşlerin kendi sorumluluklarını kabul edebildiği, birbirleri ile paylaşımda bulunabildiği durumlarda evlilikten sağlanan mutluluk ve başarıyı pozitif yönde etkileyecektir.

### **1.2.3. Evlilik Doyumu Üzerine Yapılan Çalışmalar**

Evlilik doyumunu hem batı literatürü hem de ülkemizde yapılan literatür çalışmalarında çok sayıda değinilen ve araştırılan bir konudur. Ülkemizde Tezer (1994), evlilik doyumunu üzerindeki etkisini incelemek amacıyla eşler arasında çıkan çatışmaların sıklığı, meydana gelen gerginlik, çatışmanın sebeplerini eşine yahut kendisine yükleme yatkınlığı ile çeşitli demografik değişkenleri incelemiştir. Bu çalışmada, tüm grupta ve kadın eşin çalıştığı ve çalışmadığı eş grupları üzerinde araştırma yapılmıştır. Çalışmanın bulguları, eşlerin çatışma sebebini, eşlerin yükleme yatkınlığı arttıkça evlilik doyumlarının düştüğünü göstermektedir. Erkek eşlerin ise doyum düzeyinde, sahip oldukları çocuklarının ergenlik çağına doğru bir düşme olduğu görülmüştür. Çalışmanın en dikkat çeken bulgusu ise kadının çalışmasının sadece kadının doyum puanını etkilediği görülmüştür. Evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilediğini gördüğümüz nokta ise çalışan kadınların gerginlik puanının olduğu anlaşılmaktadır. Karısı bir işte çalışmayan erkek eşlerinin doyumları, karısı çalışan erkeklerden düşük olması da bu araştırmanın dikkat çeken bulgusu niteliğindedir.

Ülkemizde yapılmış olan bir başka çalışma da Yıldırım (1992) tarafından evlilik uyumu ile ailesel, bireysel ya da demografik özellikler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışmaya 1100 evli birey katılmış ve 23 değişken kullanılmıştır. Bu aşamada, evli bireylerin uyum düzeylerini etkilemekte olan etkenlerin incelemesi yapılmıştır. Çalışmanın sonucu olarak, evli bireylerin uyum düzeylerinin önemli ölçüde etkilendiği bazı alanlar mevcuttur. Bunları içeren alanlar ise ailesel özellikler (ev işleri paylaşımı, ailede kavga, çiftlerin akrabalık dereceleri, çiftlerin cinsel yaşamlarında anlaşmış olmaları, sosyal destekleri); sosyo-ekonomik özellikler (eğitim durumu, meslek durumları, çiftlerin aile gelirlerine katkı dereceleri) ve bireysel özellikler (cinsiyet, yaş

hem kendi hem de eşinin dış görünüşlerinden memnun olma) olarak belirtilmektedir. Ayrıca, çiftlerin bireysel olarak yaşamış oldukları evlilik sayıları, yaş farkı ve sahip oldukları çocuk sayısının evlilik uyumları üzerinde bir etkisinin olmadığı bilinmektedir.

Evlilik doyumunu kapsayan başka bir çalışma da Ergin ve Erci (2005) tarafından yapılmıştır. Eğitim düzeyinin kadınlar üzerinde evlilik doyumunu pozitif yönde anlamlı bir ilişki ortaya çıkmışken; evliliğin süresi, yaş ve çocuk sayısının negatif yönde bir ilişki ortaya koymuştur. Araştırmanın başka bir sonucu ise çalışan kadınların çalışmayan kadınlara oranla evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bununla beraber görücü usulü ile evlenen kadınların da evlilik doyumlarının daha düşük olduğu saptanmıştır. Evlilik uyumunun yaş, cinsiyet, çocuk sayısı, evlilik süresi, evlilik biçimi gibi değişkenler üzerindeki etkisini inceleyen bir çalışma Demiray (2006) tarafından 51 evli çift ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın sonucunda evliliğin süresinin evlilik uyumu üzerinde önemli bir etkisinin olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Evlilik uyumu ile aralarında anlamlı bir ilişkinin olduğu başka bir nokta ise yaş olarak bulunmuştur.

Evlilik doyumunu kapsamında yapılan çalışmalarda, evliliğin ilk yıllarında evlilik doyumunun yüksek olduğu fakat evlilik süreci içerisinde doyumun azaldığı görülmektedir. Bu konu hakkında yapılan çalışmalardan biri de Bradbury ve Karney (1997) tarafından yapılmıştır. Ortalama 12 haftalık evli ve ilk evlilikleri içinde olduğu 60 çift ile çalışmışlardır. Çalışmada, evlilik uyumu, evlilik doyumunu, evlilik kalitesi ve kişilik ölçümlerine bakılmıştır. Katılımcıların anketleri birbirlerinden ayrı olarak cevapladıkları bilinmektedir. Süreç içerisinde eşler bir problem etrafında tartıştıkları sırada videoya kayıt edilmiş olup bu kayıtlar *sözel kodlama taktiği* ile kodlanmıştır. Evlilik doyumunu hakkındaki ölçümler ise her altı ayda bir toplamda 8 kez ve 4 sene boyunca mail yoluyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın sonuçları, evliliğin ileriki süreçlerinde evlilik doyumunun azalma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Çıkan bu sonucun ise evliliğin ilk dönemlerinde çiftlerin ideallerinin, onlara motivasyon kaynağı olduğu şeklinde yorumlanmıştır. Araştırma da çıkarılan diğer sonuç ise, evlilik süreçlerine düşük evlilik doyumunu ile başlayan çiftlerin, boşanma oranlarının daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Araştırmanın önerisi ise evlilik doyumunu düşük olan çiftlerle yapılacak çalışmalarda, bu çiftlerin doyum seviyelerini yükseltmektense,

ayrılma risklerini azaltmak üzerinde çalışmanın daha fayda sağlayacağıdır. Araştırmanın ilginç bir sonucu ise, kadınların tartışma süresince negatif davranışlarının doyumu arttırdığı yönündedir. Bu sonuç ile çözüme davranışlarının evlilik problemlerine göğüs germe, çözümlenme ve bağlılığı arttırdığı şeklinde yorumlanmıştır.

Grandon, Hattie ve Myers (2004) tarafından yapılmış olan bir araştırmada evliliklerinin birinci senesinde olan çiftlerle çalışılmıştır. Söz konusu çiftler ile evlilik doyumu, evlilik süreci ve evlilik özellikleri arasındaki bağı inceleyen bir model geliştirmişlerdir. Çalışma kapsamında, evlilik süresi, yaşı, altı evlilik etkileşim süreç faktörü (duygusal ifade, iletişim, anlaşma, çatışma yönetimi, cinsel yakınlık, eşitlikçi roller) olmak üzere iki düzenleyici değişken; evlilik özellikleri faktörü (paylaşılan değer, sevgi ve sadakat) aracı değişkeni ile evlilik doyumu üzerine önemli derecede bir etkiye sahip olduğunu iddia eden yapısal bir model tanımlamışlardır. Evlilik özellikleri faktörü ve evlilik etkileşim süreç faktörleri arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aynı zamanda çalışmanın düzenleyici değişkeni olan cinsiyet farklılıklarının, evlilik doyumu ve evlilik süreçleri arasındaki ilişkide kadın katılımcılar için anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır. Diğer bir düzenleyici değişken olan evlilik süresinin etkisi, 20 yıl ve daha az süreli evli olanlar ve 20 yıldan fazla evli olanlar şeklinde test edilmiştir. Daha az süreli evli olan bireyler için tüm ilişkiler anlamlı bulunurken, Daha fazla süreli evli olanlar için ise cinsellik, duygusal ifade, çatışma yöntemi ve evlilik özellik faktörleri arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu ortaya konulmuştur.

Yurt dışında yapılan başka bir araştırma da erkeğe ve kadına ait cinsiyet rollerinin evlilik uyumuna bakılması amaçlanmıştır. Araştırmaya toplamda 40 Hintli çift katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonuçlarına göre bir birey hem erkek hem de kadın cinsiyet rollerine sahip olması durumunda, bu çiftlerin evlilik uyumları daha yüksek olmaktadır. Ek olarak eşlerden birinin psikiyatrik bir hastalığa sahip olması durumunda, diğer eş geleneksel olmayan cinsiyet rolüne sahip olacak biçimde yeni bir rol benimsemesinin de evlilik doyumunu arttırdığını göstermektedir. (Isaac ve Shah, 2004). Callan (1984) tarafından çocuk sahibi olmanın ya da olmamanın evlilik doyumu üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışmaya katılan çocuk yapmamış 50 çift ve 41 çocuklu çiftin yaşları, evlilik süreleri eşleştirilmiştir. Araştırmanın bulgularında çocuk sahibi olan çiftlerin çocuk sahibi

olmayan çiftlere göre evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Aynı zamanda çocuk sahibi olan çiftlerin evliliklerinden sorun yaşamaları ve boşanma hakkında konuşabilmenin daha düşük olduğu görülmüştür. İlk evliliği olmayan, bir kez daha evlenmiş bireylerin medeni duruma ve cinsiyete göre evlilik doyumları incelendiğinde ise erkeklerin kadınlara oranla daha fazla evlilik doyumuna ulaştıkları sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca ilk evlilerde gelir düzeyi, evlilik süresi ve boşanmadan sonra tekrardan evlenen kişilerde ortak bir çocuğa sahip olmanın, eşi vefat ettikten sonra tekrardan evlenmiş olan kişilerin ise yeni evliliğin süresi evlilik doyumunu anlamlı şekilde yordadığı saptanmıştır (Aktürk, 2006).

### **1.3. PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ**

#### **1.3.1. Problem Kavramı**

Problem kelimesinin kökeni Latince'den gelmesi ile birlikte Arapça'da "mesele" olarak ifade edilirken Türkçe'de "sorun" kavramlarını belirtmek amacıyla kullanılmaktadır. Sorun kavramına baktığımız zaman ise bilinmesi, çözümlenebilmesi ve bir neticeye ulaşılması gereken bir olay anlamında kullanılmaktadır (Kalaycı,2001).

Problemin ana özelliği, kişiyi huzursuz eden bir olayın var olmasıdır. Kalıtsal sebeplerden daha fazlası olarak kişinin psikolojik, biyolojik ve sosyal açıdan temel gereksinimlerini sağlaması durumunda kişinin hayat biçimi ve tutumları normal sınırlar çerçevesinde gelişmektedir. Bununla birlikte de herhangi bir sorunun meydana gelme durumu, düşük bir olasılık olmasını sağlamaktadır. Bunlara rağmen bireyin temel ihtiyaçları yeteri kadar karşılanmaması durumunda ve bu ihtiyaçlar kişinin lehine doğru ilerlememesi durumunda kişinin tutumlarında bazı normal dışı değişimler görülebilmesi "problem" olarak adlandırılmaktadır. Problemler ise kişinin temel ihtiyaçlarını yeteri kadar sağlayamaması durumunda, çevre şartlarının eksikliğinden ve neden olduğu duygusal çatışmalardan dolayı meydana gelmektedir (Özgüven, 2002). Yalçın ve arkadaşları tarafından ise problem, istenilmeyen olayları ifade etmekte kullanılırken, problem çözme ise hedeflenen sonuca doğru ilerlerken kişinin karşılaştığı engelleri aşması olarak tanımlanabilmektedir. Problem çözme sürecinde bilgi sahibi olmaya

yardımcı olurken çözüm ile ilgili orijinal metotlardan faydalanmayı da gerekli kılmaktadır (2010).

Teknoloji ve bilimdeki gelişmeler, küreselleşen dünya ile birlikte sosyal yapıda birtakım değişikliklerin oluşmasına ve ortaya çıkmasına destek olmuştur. Gün geçtikçe komplike bir hale gelen toplum yapısı siyasi, ekonomik ve sosyal açıdan kişinin sorunlarını arttırmaya neden olmaktadır (Şahin, 2004). Bireyin hayatı boyunca karşılaşılabileceği problem alanlarının farklı konuları içerdiğini görmekteyiz. Bunlardan bir tanesi olan da evlilik hayatında yaşanan problemlerdir. Evlilik hayatında sıklıkla karşılaşılan problem alanlarına bakıldığında ise Canel (2012) tarafından şu şekilde sıralanmıştır:

- 1) Evli kişilerin sorunu ve çatışmayı çözebilmeyi sağlayan bilgilerinin olmaması
- 2) Evliliklerindeki ilişkiden beklentilerinin gerçeklikten uzak olması
- 3) İlişkilerindeki iletişim engelleri ile ilişkili
- 4) Cinsiyetleri sebebi ile ilişkili
- 5) Aile ekonomisi ile ilişkili
- 6) Yakın akraba (anne-baba-kaynana vb.) etkisi
- 7) Çiftlerin cinsel hayatlarından beklentilerinin karşılıklı olarak anlaşılabilmesi veya anlatılamaması nedeniyle
- 8) Din ve inanç etkenleri ile ilişkili
- 9) Eşlerden birinde bağımlılık ile ilgili bir özelliğin bulunuyor olması
- 10) Eşlerin birbirlerine yeteri kadar zaman ayıramaması ile ilişkili
- 11) Eşlerden birinin psikolojik kaynaklı bir sorun yaşıyor olması
- 12) Çocuklarını büyütme döneminde ortak bir karar alınmaması ile ilişkili
- 13) Çocuk sahibi olmamak konusu ile ilişkili
- 14) Çocuk sayısı konusunda ortak bir karar verilememesi
- 15) İş hayatına ayrılan zaman
- 16) Aldatma vb. gibi nedenler evlilikte karşılaşılan problemler arasında yer almaktadır.

### 1.3.2. Problem Çözme Becerilerinin Tanımı

Günümüz ve geçmişte yapılan araştırmalara baktığımız zaman problem çözme becerisinin farklı bakış açıları ile tanımlandığını görmekteyiz. Bu bölüm de problem çözme becerilerini farklı açıları ile nasıl tanımlandığını göreceğiz. Sorun, TDK (2014) tarafından, araştırarak öğrenilmesi, düşünülerek çözümlenmesi ve bir sonuca ulaşması gereken bir durum, sıkıntı veren durum, dert olarak tanımlanmıştır. Çözümü ise bir sorunun çözümlendikten sonra ulaşılan sonuç olarak tanımlamaktadır.

Evliliği geliştiren becerilerin en önemlilerinden biri de evlilikte problem çözme becerisidir. Yapılan araştırmalara bakıldığında, evliliklerde baş edilmesi gereken bazı zorluklar mevcuttur. Yetişkin bireyler, aile içindeki problemleri çözmekte ve evlilik ilerlemesi ile daha da beceriklilik kazanmaktadırlar. Bu süreçte evliliğindeki problemleri çözmekte kaçınan olan çiftler ise daha fazla güçlükler yaşamaktadırlar. Etkili bir şekilde problem çözmek, ailenin işlevsel fonksiyonlarını devam ettiren bir yetenektir (Epstein, 1993).

Günlük yaşantımızda karşılaştığımız problemleri çözmek bir ailenin işlevlerinin en önemli noktalarından biridir. Sağlıklı bir ailede, aile yaşadığı sorunlar karşısında çözüm için gereken becerileri kullanarak problemi çözebilmektedir. Bu durumun aksine, aile yaşadığı bir problem karşısında sorunlarını çözemiyorsa söz konusu aile için yeteri kadar problem çözme becerilerinin olmadığından bahsedebiliriz. Bir sorun karşısında problemin büyüklüğü, türü ve ailede bulunan kaynakların yeterliliği etkili bir noktadır. Sorun ile yüzleşebildiğinde; bir aile de problemi fark etme, problemi tanıma, çözümler üretme, karar verebilme, uygulamaya koyabilmenin planlanması ve doğrulama aşamaları yaşanmaktadır (Güneş, 2007).

Evlilik süresince yaşanan sorunlarla mücadele etmekten kaçınılması söz konusu olduğunda ya da bu sorunların etkili bir biçimde çözülmeyerek sorunların birikmesi ile sonuçlanmaktadır. Bu durum da evlilik ilişkisini olumsuz açıdan etkilemesiyle birlikte boşanma ile sonuçlanması söz konusu olabilmektedir. Tüm bunların aksine problem çözme becerisine sahip olan bireylerde ise kriz anlarında kolaylıkla çözüm bulabildiği ve

problemlerin büyümeden çözülebildiği bununla birlikte problemlerin çözülebilmeye noktasında çiftlerin işbirliği içinde hareket etmelerini sağlamaktadır (Cohan & Bradbury, 1997). Çankaya ve Canbulat (2014:560) tarafından da problem çözme becerilerini etkili bir biçimde kullanan kişilerin, stresi daha az yaşayan, sosyal olarak daha güvenli ve aynı zamanda sosyal becerileri daha yüksek olan kişiler olarak görülmektedir. Bu durum sonucunda da söz konusu davranışlar aracılığıyla evlilik ilişkilerine de yansıtacağını belirtmektedirler.

### **1.3.3. Problem Çözme Becerileri Üzerine Yapılmış Çalışmalar**

Problem çözme becerileri hakkında literatürde yer alan çalışmalara bakıldığında hem ülkemizde hem de batı literatüründe bu konuya yer verildiği görülmektedir. Konu hakkındaki bazı literatür araştırmaları ele alınmıştır.

Evli bireylerin yaşam doyumları ve sorun çözebilmeye becerileri ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki çalışılmıştır. Araştırmaya Ankara'da yaşamakta olan 500 evli kişi katılmıştır. Çalışmada kişisel bilgi formu, Problem Çözme Envanteri, Yaşam Doyum Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve kişisel bilgi formu verilmiştir. Çalışmanın sonucunda, evli bireylerin sorun çözebilmeye becerileri ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasında yüksek düzeyde ve olumlu yönde bir ilişki olmasına varılmıştır. Yaşam doyumu ve algılanan sosyal destek seviyeleri arasındaki korelasyon analizine göre ise her iki değişken arasında ise yüksek düzeyde ve olumlu yönde bir ilişki saptanmıştır (Gümüş, 2015).

Berns, Cast ve Schweingruber (2006) evlilik süresince problem çözme davranışlarını yıkıcı ve yapıcı sorun çözme stilleri olarak iki kısımda incelemiştir. Yıkıcı sorun çözme davranışlarında eşlerini eleştiren, suçlayan, hakaret eden ve eleştirel davranışlar vardır. Bu durum karşısında eşlerinin kendilerini desteklemediklerini düşünebilir ve sonuç olarak eşlerinden ayrılmayı tercih edebilirler. Sonuç olarak, yıkıcı sorun çözme davranışları söz konusu olan kişilerde problemlere etkili çözüm önerilerinde bulunmak yerine yaşanan problemlerden eşlerini sorumlu tutmak ve onları eleştirmeyi seçmektedirler. Yıkıcı sorun çözme davranışının zıttı olarak yapıcı sorun çözme stili ise



eşini yargılamadan çözümler sunabilen, başkalarının düşünce ve bakış açılarını kabul eden tutumlar sergilemeleri, problemleri çözüme noktasında kolaylık sağlamaktadır. Yıkıcı sorun çözüme davranışlarının tam tersi olarak yapıcı sorun çözüme davranışları sergileyen bireyler, fiziksel ve sözlü tehditler yapmazken, eleştiri içermeyen ikna tekniklerinden faydalanırlar.

Lise öğrencileri ile yapılan bir çalışmada çok yönlü algılanan desteğin problem çözme becerisi ve benlik saygısı üzerindeki etkisi Ünüvar (2003) tarafından araştırılmıştır. Yapılan çalışmada lise öğrencilerinin aile ve arkadaşlarından aldıkları sosyal destek ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Algılanan aile desteği ile algılanan arkadaş desteğine oranına bakıldığında arkadaş desteğinin problem çözme becerisi üzerinde daha etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Anne-baba eğitim düzeyi, cinsiyet, problem çözme becerileri açısından bir fark yaratmadığı bilgisine ulaşılmıştır. Annesi çalışmayan öğrenciler ile annesi çalışan öğrenciler karşılaştırıldığında ise problem çözümünde daha fazla kaçınan ve çözümlere daha çok değerlendirci yaklaştıkları saptanmıştır. Bunlara ek olarak öğrencilerin benlik saygısı azaldıkça problem çözme becerilerini olumsuz yönde etkilediği gözlemlenmiştir. Algılanan benlik saygısının da kendine güvenli yaklaşımı etkileyen en önemli etkenlerden biri olduğu saptanmıştır.

Aile yaşantısındaki en önemli noktalardan birisi de günlük hayatta yaşanan problemlerin çözümlenebilmesidir. Bu noktadaki sorun olabilecek konularda etkileyici bir problem çözme yöntemi geliştirmek hedefler arasındadır. Bunun sonucunda problem çözebilme olgusu ailenin daha sağlıklı bir yol izlemesine yardımcı olan bir etken olacaktır. Ailenin sorunları çözememesi söz konusu olduğu durumlarda problem çözme becerisinin yeteri kadar gelişmemiş olduğundan bahsedilebilir. Tüm bunlarla birlikte problemin büyüklüğü önemli bir role sahipken, ailenin bu problemleri çözebilmesinde kullandığı kaynakların yetiyor olması da önemli bir yere sahiptir. Aile de etkili bir şekilde sorun çözebilmek için üç aşamanın tamamlanması ile gerçekleşmektedir. (Falloon, 1986; Akt.; Bulut, 1993:15- 16)

- 1) Ailenin her üyesinin bir birey olarak sorun çözme görevinde güçlü ve zayıf yönlerini meydana çıkartmak.
- 2) Ailenin, bir grup olarak sorun çözme görevinde güçlü ve zayıf yönlerini ortaya çıkartmak.
- 3) Ailenin içerisinde barındırdığı önemli olan “sorun davranışlarını” açığa çıkartmaktır.

#### **1.3.4. Problem Çözme Becerileri ve Evlilik Doymu Üzerine Yapılan Çalışmalar**

Çiftlerin davranışlarındaki değişimler yaşam olaylarını etkilemektedir. Bu durum da çiftlerin uyumlarına etkide bulunmaktadır. Uyum sağlayan problem çözme becerilerini kullanmakta olan kişilerin hayattaki olayları göz önüne alındığında, sorun çözme becerilerinin her pratik yapmada daha da kuvvetlendiğini, bunun katkısı olarak da evlilik içerisindeki sorunlarının azalmakta olduğunu ve evlilik uyumlarını arttırıcı etkiye sahip olduğunu görebilmekteyiz. Evlilik ve sorun çözme davranışları üzerine yapılan çalışmalarda çiftlerin sözel içerik ve duygusal ifade açısından değerlendirilmiştir. Sözel içerik barındıran çalışmalarda olumsuz davranışların doyumsuz eşlerle, evlilik doymu yüksek olan kişileri birbirinden ayırdığı bilgisini vermektedir. Bunun yanı sıra, olumsuz davranışların da ilişkiyi daha çok yıpratıcı bir etki yarattığını belirtilmektedir. Tüm bunlara ek olarak, çiftlerin iletişim esnasında gösterdikleri özgün duyguların sorunlu veya sorunsuz eşleri ayırma noktasını ayırtırmada daha belirleyici olması söz konusudur.

Problem çözme becerilerinin bütününe baktığımız zaman bir süreç halinde davranışlarımıza yansıdığını görebilmekteyiz. Bu kapsam bilişsel, rasyonel ve aktif bir süreç olmaktadır. Problem çözme becerisi bir çok farklı faktörden etkilenmiştir. Bu zaman içerisinde bir hedef vardır ve bu hedefe ulaşabilmek için çıkabilecek engelleri aşma da, hedefe ulaşma da en önemli etkenlerden birisidir. Problem çözümü Morgan’a (2009) göre dört basamakta gerçekleşmektedir.

- 1) Problemin çözümü için hazırlık yapmaktır. Problemin ne olduğunu tanımlayabilmek ve konu ile ilgili bilgileri toplamaktır (Hazırlık).

2) Birey daha iyi çözümler bulabilmek amacıyla bir süre beklemelidir (Kuluçka).

3) Aydınlanma basamadığında ise problemin çözümü adına yeni bir fikir üretmektedir (Aydınlanma).

Tüm bu basamakların sonunda eğer ki birey bulmuş olduğu çözümün yararlı olmadığı kanısına varırsa yeni çözümler bulmaya çalışmaktadır. Bu aşamalardan başka bir sınıflandırmaya göre ise problem çözme becerisini tanımlamak, çözümlenebilmesi için gerçekçi amaçların belirlenmesi, farklı çözüm yolları üretebilmesi, söz konusu problemi olumlu veya olumsuz yönleri ile değerlendirebilmesi gerekir. Tüm bunların sonucunda uygun olan alternatifin seçilmiş olması ve uygulanarak tekrardan değerlendirilmiş olması olarak belirtilir (Rosen, Morse ve Reynolds, 2011).

Evlilik doyumu ve problem çözme becerilerini inceleyen başka bir araştırma da Akar Özmen, Baştepe, Erbek, Eradamlar ve Saatçioğlu (2010) tarafından yapılmıştır. Çalışmanın içeriğinde evli bireylerin problem çözme becerilerinin, çift uyum düzeylerinin, öfke tutumlarının ve boyun eğici davranış özelliklerinin cinsiyet yönünden karşılaştırılması esas alınmıştır. Araştırma 3 gruptan oluşmaktadır. Evlilik Danışma Merkezine ilk defa psikiyatrik yardım almak amacıyla başvuru yapan kişiler 1. Grup; aile mahkemesi aracılığı ile psikiyatrik yardıma ihtiyaç duyup duymadıklarını belirlemek amacıyla yönlendirilen kişiler 2. Grup; daha öncesinde herhangi bir psikolojik yardım almamış olmakla beraber evlilik problemi için başvurusu bulunmamış olan 3. Grubu oluşturmasıyla birlikte toplamda 150 evli çiftle çalışma tamamlanmıştır. 3. Grup kontrol grubunu oluşturmaktadır. Katılımcılara, 'Çift Uyum Ölçeği' 'Problem Çözme Envanteri', 'Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği', 'Durumluk-Sürekli Öfke Ölçeği' ölçekleri uygulanmıştır. 1. Grup uygulamasında kadınların erkeklere oranla daha boyun eğici davranış sergilediği ve aralarında anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır. 2. Grubun sonuçlarına bakıldığı zaman ise boyun eğici davranış, problem çözme becerileri, çift uyumu ve sürekli öfke tarzları açısından cinsiyetler ile ilişkili bir fark olmadığı öğrenilmiştir. Çalışmanın kontrol grubu olan 3. Grupta ise kadınların erkeklere oranla daha boyun eğici davranış sergiledikleri belirlenmiştir. Araştırmanın üç grubunda cinsiyetler kendi arasında değerlendirdiği zaman erkeklerde boyun eğici davranışlar,

genel ilişkide uyum ve alt ölçekleri açısından farklı bulunmuştur. Çalışmanın üç grubunun da kadınları ele alındığında, genel ilişkide uyum ve alt ölçekleri, problem çözme ve alt ölçeklerinden memnuniyet, bağlılık ve ortak fikir açısından farklı bulunmuştur. Aynı zaman da kadınlar arasında genel öfke ve alt ölçeklerinde öfkeyi kontrol edebilme ve öfkeyi dışa vurma yönünden fark olduğu öğrenilmiştir. Araştırmanın sonucuna baktığımız zaman, uyum sağlama, problem çözme ve davranış özellikleri, evlilikte yardım arama açılarından cinsiyetlerin etkili olduğu ve bu durumun fark yarattığı bilgisini vermektedir. Evlilik sürecinde erkek ve kadınlar arasındaki bu farklılık istekli yardım talebi, mahkeme gibi durumlara bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir.

Evlilik doyumu ve problem çözme becerisi üzerine yapılan bir çalışma da Canel (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara ailede problem çözme becerilerinin geliştirmesi yönünde çalışmalar yapılmış ve bu durum sonucunda kişilerin evlilik doyumlarını arttırmak noktasında bir etkisinin olup olmayacağı incelenmiştir. Problem çözme becerisini geliştirmesi yönünde yapılan grup çalışmasında, evli bireylerin evlilik uyumlarını, evlilik doyumlarını, evlilikteki ilişkilerinden hissettikleri mutluluğu, eşlerine hissettikleri yakınlığı arttırdığı aynı zamanda eş ile meydana gelen tartışmaları ve eşlerine yönelik duydukları öfkeyi azaltma noktasında etkili olduğu saptanmıştır.

Yurt dışında yapılan çalışmalara bakıldığında yeni evli çiftlerle yapılan, negatif problem çözme davranışlarının ilişki doyumu üzerindeki etkiyi araştıran iki ayrı çalışma McNulty ve Russell (2010) tarafından yapılmıştır. Araştırmayı iki çalışma oluşturmaktadır. Birinci çalışma da 73 ve ikinci çalışmada ise 135 yeni evli çift örneğine yer verilmiştir. Gerçekleştirilen çalışmalarda birinci aşama olarak evlilik problemlerini ve evlilik doyumunu ölçen ölçekler doldurulmuştur. İkinci aşama da ise ilişkilerindeki bir sorunu tartıştıkları iki laboratuvar seansına alınmışlardır. Tüm bunlar sonrasında sekiz ay süresince izleme çalışmasına katılmışlardır. Çalışmanın sonucunda, eşlerin basit sorunlarını çözme sırasında birbirlerini reddetme, suçlama gibi davranışlarının doyum seviyelerindeki yüksek düşüşü yordadığı tespit edilmiştir. Bu tarz davranışlar ise ciddi problemlerde evlilik doyumundaki devamlılık için yordayıcı bulunmuştur. Dolaylı negatif davranışlar da ise düşük doyum düzeyi ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir başka araştırma da Taşköprü (2013) tarafından yapılmıştır. Çalışmaya toplamda 323 birey katılmıştır. Çalışmada “Kişisel Bilgi Formu”, “Problem Çözme Envanteri”, “Evlilik Doyum Skalası”, “Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri” kullanılmıştır. Yapılan çalışmaların bulgularında yaş, çocuk sahibi olmak, evlilikte yaşanan travmatik olaylar, evlilik süresi, sorun çözme becerileri, stresle baş edebilme ile evlilik doyumu arasında anlamlı yönde bir ilişki saptanmıştır. İlketenci (2004) tarafından problem çözme becerileri ve evlilik uyumları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla da bir çalışma yapılmıştır. Çalışmaya toplamda 261 kişi katılmıştır. Katılımcıların 128 kişisi kadın ve 133 kişisi erkektir. Çalışma süresince “Kişisel Bilgi Formu”, “Çiftler Uyum Ölçeği” ve “Problem Çözme Envanteri” kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre problem çözme becerisinin alt boyutları olan aceleci düşünen, kendine güvenli ve planlı yaklaşım ile evlilik uyumu arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrıca problem çözme becerileri ve yaş arasındaki da bir ilişki saptanmamıştır. Bulgular erkeklerin evlilik uyumları kadınlardan daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Evlilik doyumunu ve evlilikte algılanan problem çözme becerilerine etki eden değişkenleri incelemek amacıyla Kalkan ve Batık (2017) tarafından bir araştırma yapılmıştır. Araştırmaya toplamda 187 evli birey katılmıştır. Çalışmada kullanılan ölçekler "Evlilik Yaşam Ölçeği" ve "Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği" olarak belirlenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre evli bireylerin “evlilik doyumunu evlilikte problem çözme becerileri, evlilik süresi ve algılanan ekonomik durum” etkenlerin anlamlı olarak desteklediği tespit edilmiştir. Araştırmanın sonucu olarak da problem çözme becerilerinin evlilik doyumuna etkisi üzerine kurulan model anlamlı bulunmayıp, evlilik doyumunun problem çözme becerilerine etkisini inceleyen modelde ise uygun olmuştur. Tüm bu sonuçlar çerçevesinde, evlilik doyumunun evlilikte problem çözme becerileri üzerinde etkisi olduğu saptanmıştır.

## 1.4. SOMATİZASYON

### 1.4.1. Somatizasyon Kavramı ve Tarihsel Gelişimi

Bedensel belirtilerin araştırma konusu olarak incelenmesi çok eski çağlara dayanmaktadır. Eski Mısır'da bir rahatsızlık olmamasına rağmen fiziksel belirtilerin gözüktüğü bir rahatsızlığın varlığından söz edilmektedir. Eski Yunanlıların dilimize histeri olarak kazandırmaları ile bu durumu kavramsallaştırmışlardır. Günümüze kadar olan süreçte kişilik yapısını çağrıştıracak bedensel belirtiler aktarılmaya çalışılmıştır (Sırlıer, 2012). Somatizasyon, kaygının fiziksel semptomlar ile ortaya çıkması şeklinde tanımlanmıştır. “*Zihni hadiseleri organik belirtiler şeklinde hissetme*” şeklinde Tıp literatüründe yerini almaktadır (Tıp Terimleri Sözlüğü, 2016).

Somatizasyon kavramının Türkçe'ye “bedenselleştirme” olarak geçtiği ve sıklıkla bu şekilde kullanıldığı görülmektedir. Dönbak ve Göka (1993) tarafından, bir kişiye “bedenselleştirici” teriminin kullanılabilmesi için ek olarak, kişinin toplumsal ya da bireysel olarak baskı altında olması sonucunda başvuruda bulunmuş olması, delillerin olması, bedensel şikayetleri sebebiyle tıbbi bir yardım arayışı içerisinde olması ve bunu devam ettirmede ısrarcı olması gerektiğini belirtilmiştir. Bedenselleştirici kavramının Türkçe 'ye tam anlamıyla “sorunları bedenselleştiren hasta” şeklinde kullanıyor olmanın daha yararlı olacağını vurgulamışlardır. Somatizasyon, belirli bir tanı grubu ilerisinde, bazen geçici bir stres tepkisini, bazen psikiyatrik bir hastalığın temel semptomları, bazen de farklı psikiyatrik rahatsızlıklara neden olan bir tanım olarak karşımıza çıkmaktadır (Gözcelioğlu, 2012).

Kara ve Abay'a (2000) göre bireylerin ihtiyaçlarını, duygulanımlarını beden semptomları ile algılaması ve bedenini bir iletişim aracı olarak kullanmasıdır. Durum sonucunda bir organik bozukluğa rastlanmamasına rağmen fiziksel semptomlardan yakınma ve bedensel bir hastalığın olabilmesi üzerine bir ihtimal taşımaktadır. Duygusal ve psikososyal sorunların bedensel belirtiler yoluyla anlatılarak bir hastalık olarak belirtilmesi ve bir tıbbi yardım arayışıdır. Somatizasyon tanısı ve sınıflandırması açısından tam olarak ortak bir görüş yoktur. Buna rağmen yapılmış olan tanımlar

çerçevesinde hem fikir olunan nokta bedensel bir yakınma ile açıklanamayıp fiziksel belirtilerin varlığı olarak tanımlanmasıdır (Özen ve diğerleri, 2010:60-65)

Bedensel belirtilerin farklı kültürlerde, bireylerin duygularını ve sorunlarını belirtmek amacıyla kullandıkları yaygın dışavurumlarıdır (Anuk,2011). Dünyada ve çeşitli kültürler dahilinde, kişilerin problemlerini ve duygularını ifade etmek için sıkça kullanılan fiziksel semptomlar olarak belirtilir (Anuk, 2011). Aynı düşüncede olduğunu gördüğümüz Şahin ve arkadaşları (2009), farklı kültürlerin yaşamış olduğu sorunları ifade etmek, aynı zamanda iletişimde kullanıldığı kendilerine özel anlatım biçimleri ve sosyal ritüelleri olmaktadır. Bir örnek verilecek olursa; Türk kültüründe huzursuzluk ve sıkıntılar sıklıkla bedensel belirtileri ile ifade edilmektedir. Örneğin; kalpten bahsedilmek istenirken kalbim sıkışıyor, göğsüm daralıyor gibi benzeri anlatımlarda bulunulur.

Fiziksel bir rahatsızlık yaşayan kişinin somatik belirtiler gösteriyor olması, tıbbi bir ihtiyaç içinde olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte somatizasyonun tedaviye cevap verebilen farklı bir psikiyatrik bozukluk olduğu tanımı da yapılmıştır (Bridges ve Goldberg, 1991). Bu tanımın aksine, Emmelkamp ve ark. (1994) tarafından, somatizasyon bir ön-yatkınlık veya özel olmayan bir semptom olmasıyla birlikte bir hastalık olmadığını belirtmiştir. Duygusal rahatsızlıkları bedensel yakınmalar veya belirtilerle yaşamak, bunları algılamak ve iletmektir. Beden, kişinin çevresiyle olan iletişimi ve etkileşiminde öncelikli rolü üstlenmektedir. Sözel anlatım ise çok daha sonra gelişmiş bir iletişim becerisidir. Beden ise söz konusu anlatım becerisini korumakta ve sözel yol ile etkileşimin engellendiği ya da yetersiz olduğu durumlarda yeniden harekete geçirir. Kesebir (2004) tarafından ise somatizasyon, bir tanı sınıfı yoktur, çok yönlü bakılması gereken bir klinik olgu olarak tanımlanmıştır.

#### **1.4.2. Somatizasyon Üzerine Yapılan Çalışmalar**

Somatizasyon konusuna ilişkin yapılan çalışmalara bakıldığında batı literatüründe çok sayıda araştırma yapılmış olsa da ülkemizde konu ile ilgili yapılan çalışmalar çok sınırlı bir düzeyde olduğu görülmektedir. Bunlardan bazılarına yer verilmiştir.

Dünya Sağlık Örgütü tarafından planlanan “Temel Sağlık Hizmetlerinde Ruhsal Bozukluklar” adlı çalışmada Türkiye’de yapılmış olan bölümünde yarı kırsal bölgede yer alan sağlık ocağına başvuruda bulunan hastalar ile gerçekleştirilmiştir. Organik bir sebebi olmayan somatik semptom sayı ortalaması 3,46 bulunurken, en sık rastlanan somatik semptomun %24,2 oran ile baş ağrısı olduğu saptanmıştır. Somatik belirtilerin ağrı, adet dönemi, psödonörolojik-seksüel ve kalp solunum belirtileri olmak üzere dört grup içerisinde değerlendirildiğini göstermişlerdir. Ortalamalar içerisinde 35-65 yaş aralığı içerisinde, medeni durumu evli ya da dul olan, ev işi yapan kadınlar ve genel sağlık değerlendirmesi orta-kötü aralığında olanlar, depresyon, yaygın bunaltı bozukluğu tanısının yüksek olduğu bilgisi saptanmıştır (Gottman, 1988).

Yapılan başka bir araştırmaya baktığımız zaman, altı ay süresince polikliniğe ilk defa başvuruda bulunan 51 gönüllü kişi katılmıştır. Bunların 28’i somatizasyon bozukluğu tanısı alırken 23’ü konversiyon bozukluğu tanısı almıştır. Bulgulara bakıldığında somatizasyon, erkeklere oranla kadınlarda daha fazla görülmektedir. Somatizasyon bozukluğunun sıkça görüldüğü bir başka değişken ise eğitim düzeyi ve sosyoekonomik seviyesi düşük olan bireylerdir. Somatizasyon bozukluğuna sahip olan kişilerde sıkça görülen davranışlardan biri de fiziksel yakınmalar nedeniyle hastanelerdeki birçok farklı bölüme başvurmaları ve laboratuvar sonuçlarından fiziksel olarak bir rahatsızlık görülmemesi üzerine sıklıkla psikiyatri bölümüne gönderilirler. Fiziksel yakınmaları olan kişilerin çoğunlukla yalancı nörolojik baş ağrısı ve sıkıntı problemleri olduğu da bilinmektedir (Akyol ve Yıldız, 1995, s.344-347).

Eğitim seviyesi ve somatizasyon arasındaki ilişkiyi inceleyen bir başka çalışma da Öztürk (2004) tarafından yapılmış ve eğitim seviyesi düşük olan bireylerde daha çok somatizasyon semptomlarının görüldüğü saptanmıştır. Sağduyu’nun (1995) da somatizasyon üzerine yaptığı bir çalışmada ise cinsiyete göre bakıldığında somatik belirtilerin kadınlarda erkeklere oranla daha fazla görüldüğüne ulaşılmıştır. Eğitim düzeyleri açısından ise bakıldığında lise veya daha yüksek eğitim düzeyine sahip olan kişilerde 5 yıl ve altında eğitim alan kişilere oranla daha az rastlanması saptanmıştır. Medeni durum açısından incelendiğinde ise evli ya da dul olanların hiç evlenmemiş kişilere göre daha fazla somatik belirti yaşayabildiği bulgusuna ulaşılmıştır. Benzer



başka bir araştırmada da kadınlarda erkeklerden daha yaygın olarak somatizasyon görüldüğünü belirtmişlerdir (Cloninger ve ark., 1986). Bir başka çalışma ise genel hastane ve birinci basamak sağlık kurumları başvurularında ayakta tedavi çerçevesinde değerlendirilen kişiler içerisinde %5-10 aralığında somatizasyon bozukluğu olduğu bilgisi edinilmiştir. Başka bir oran ise kadın hastalıkları ve doğum polikliniğine başvuru yapmış olan kadınlarda %31,7 olarak somatizasyon bozukluğu saptanmıştır (Çermik, 1993).

### **1.4.3. Somatizasyon ve Evlilik Doyumu Üzerine Yapılan Çalışmalar**

Evlilik doyumu ve somatizasyon ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında hem ülkemizde hem de yurt dışında çok fazla araştırma yapılmadığını, literatürde açısından zengin bir alan olmadığını görmekteyiz.

Fidanoğlu (2007) tarafından evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ve sosyodemografik değişkenlerle karşılaştırılmasını inceleyen bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya gönüllü olarak 270 evli çift katılmıştır. Katılımcılara öncelikle sosyodemografik özellikler için bilgi formu, evliliklerindeki uyumu ölçmek amacıyla “Çiftler Uyum Ölçeği” ve somatizasyon düzeylerini ölçmek amacıyla “Somatizasyon Ölçeği” kullanılmıştır. Çalışmanın sonucu olarak somatizasyon ile anlamlı derece ilişkili bulunan değişkenlerde, eğitim, cinsiyet, ailevi sağlık durumu, bireysel sağlık durumu, evlilik süreleri olarak bulunmuştur. Bu bulgulara rağmen, çift uyumu ile somatizasyon arasında negatif yönde zayıf bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu noktada somatizasyon puanı azaldıkça evlilik ilişkisindeki doyum, duyguların ifadesi ve genel evlilikteki uyumun arttığını anlamaktayız.

Uğur (2015), tarafından evli ve bekar kadınların somatizasyon semptomlarının varlığı ve somatizasyon düzeylerini belirlemek amacıyla araştırma yapılmıştır. Çalışmaya 50 bekar kadın ve 50 evli kadın katılmıştır. Katılımcılara SCR-90 ve “Bedensel Duyumları Abartma Ölçeği” uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda eğitim düzeyi ve somatizasyon arasında bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. İlkokul ve lise mezunu katılımcıların diğer eğitim düzeyine sahip olan katılımcılara oranla daha yüksek somatizasyon

düzeyleri olduğu saptanmıştır. Çalışmada yer alan diğer sosyodemografik özelliklere bakıldığında ise başka anlamlı sonuç sağlayan bulgulara rastlanmamıştır.

Ev kadınlarında ve çalışan evli kadınlar psikolojik belirtileri karşılaştırma amacıyla Çilli ve diğ. (2004) yılında bir araştırma yapmıştır. Çalışmaya Konya il merkezinde yaşayan rastgele seçilmiş 68 ev kadını ve 76 çalışan evli kadın katılmıştır. Araştırmada sosyodemografik özellikleri ölçmeyi sağlayan bir form ve SCL-90 psikolojik belirti tarama listesi kullanılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda evli ev kadınlarında fobi, anksiyete alt ölçekleri anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte somatizasyon düzeyleri de çalışan evli kadınlara oranla anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Çalışmanın bulguları evli ev kadınlarının psikolojik semptomlarının, evli çalışan kadınlara oranla daha fazla olduğunu göstermiştir.

Somatoform bozukluk tanısı olan hastalarda anksiyete, depresyon, duygu kontrol seviyeleri ve olumsuz hayat olaylarının etkisinin yanı sıra yaşam doyumu ve evlilik uyumlarının etkisi incelenmiştir. Çalışma Somatoform bozukluk tanısı alan 29 kişi ve araştırmaya toplamda 58 kişi katılmıştır. Katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durumları gibi özellikleri araştırmanın homojen olması açısından karşılaştırma grubu ile eşleştirilmiştir. Katılımcılara öncelikle psikiyatrik bir değerlendirme yapılarak DSM-IV tanıları konmuştur. Sonrasında Hamilton Depresyon Değerlendirme Ölçeği, Spielberger Sürekli Kaygı Ölçeği, Courtauld Duygu Kontrol Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği, Rahe -Holmes Sosyal Olaylara Yeniden Uyumu Derecelendirme Envanteri sırasıyla uygulanmıştır. Bulgulara göre somatoform bozukluk tanısı alan grubun anksiyete ve depresyon seviyeleri karşılaştırma grubuna oranla daha yüksek bulunması ile birlikte yaşam doyum düzeyleri daha düşük bulunmuştur. Evlilik uyumları ve yaşam doyumları açısından incelendiğinde iki grup arasında fark olmadığı saptanmıştır (Öncü ve Çevik, 1999).

Evlilik uyumu ve somatizasyon arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma da Karaköse (2018) tarafından yapılmıştır. Çalışmaya toplamda 96 yeni evli çift katılmıştır. Veri toplama araçları ise “Sosyodemografik Bilgi Formu”, “Belirti Tarama Testi Somatizasyon alt ölçeği”, “Çift Uyum Ölçeği” olarak belirlenmiştir. Veriler online

ortamda toplanmıştır. Araştırmanın sonuçları, evliliğin ilk yıllarında hem kadın hem de erkek için evlilik uyumunun, 2,5 yıl sonra tekrardan ölçülen somatizasyon düzeyi üzerinde yordayıcı bir etkisi olduğu saptanmıştır. Bu duruma rağmen, evliliğin ilk yıllarında alınan somatizasyon düzeylerinin, alınan en son ölçümden sonra evlilik uyumlarını yordamadığı bilgisine ulaşılmıştır. Araştırmanın bir başka sonucu olarak sadece kadınlarda evliliğin ilk senelerindeki evlilik uyumu, sonraki senelere göre yordamış olduğu belirtilmiştir. Kadınların evlilik uyumlarında zamana göre düşüş yaşanması ile birlikte her zaman erkeklere oranla daha düşük uyum puanına sahip olmuşlardır. Kadınlarda somatik belirtilere bakıldığında erkeklere oranla daha fazla olduğu saptanmıştır. Somatizasyon düzeylerine bakıldığı zaman da evliliğin ilk senelerinde ve son ölçülen senelere göre hem kadın hem de erkekte cinsiyete göre yordamamıştır.

#### **1.4.4. Problem Çözme Becerisi ve Somatizasyon Üzerine Yapılan Çalışmalar**

Alan yazınlarına bakıldığında problem çözme becerisi ve somatizasyon ile ilgili yapılan çalışmalarda çeşitlilik olmadığı görülmüştür. Bu bilgiler ışığında yapılan kısıtlı literatür çalışmaları paylaşılmıştır.

Çiftçi (2015) tarafından yapılan bir araştırmada miyokard enfarktüsü geçiren kişilerde problem çözme becerisi ve psikiyatrik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Çalışmaya toplamda 81 kişi katılmıştır. Araştırmada “Kısa Semptom Envanteri”, “Problem Çözme Envanteri” ve “Birey Tanıtım Formu” kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına baktığımızda Miyokard infarktüsü sonrasında sıkça görülen psikiyatrik belirtilerde somatizasyon, anksiyete, depresyon yer almaktadır. Bulgularda problem çözme envanterinin alt ölçeği olan kendine güvenli yaklaşım ile kısa semptom envanterlerinin alt ölçeği somatizasyon ve kişilerin yaşı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ek olarak araştırmanın sonucunda, bireylerin somatizasyon semptomları arttıkça kişilerin kendine güvenlerinin azalmasına neden olduğu saptanmıştır.

#### **1.4.5. Problem Çözme Becerileri, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Üzerine Yapılan Çalışmalar**

Literatür taraması yapıldığında problem çözme becerileri, evlilik doyumu ve somatizasyon değişkenlerini içeren çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu anlamda yapacağımız çalışmanın ilk olacağı düşünülmüş ve benzer çalışmalara yer verilmiştir.

Yurt dışı literatürüne bakıldığında, Lim (2000) tarafından Çinli çiftler ile yapılan çalışmada çatışma çözme stilleri, somatizasyon ve evlilik doyumu incelenmiş profesyonel yardım arama ve affetmenin aracı rolü olarak da bakılmıştır. Çalışmaya toplamda 311 Çinli çift katılmıştır. Katılımcıların 141 kişi Amerika'da yaşarken, 170 kişi Malezya da yaşamaktadır. Çalışmanın sonuçları, erkekler ve kadınlar için evlilik doyumu ve somatizasyon düzeyleri incelendiğinde farklı değişkenlerin yordadığı saptanmıştır. Bununla birlikte eşlerin yaşı ve uyruklarının da somatizasyonu yordadığını göstermiştir. Cinsiyet açısından incelendiğinde ise somatizasyonun etkisinin anlamlı olmadığı saptanmıştır. Ayrıca hem somatizasyon hem de evlilik doyumu üzerinde profesyonel yardım arama aracı rolünün işlevi olmadığı tespit edilmiştir.

Yukarıda da bahsedildiği gibi benzer değişkenler ile yapılan çalışmalar yapılmamıştır. Çalışmamız bu açıdan değerlendirildiğinde, literatüre katkı sağlaması ve yeni çalışmalara ışık tutması beklenmektedir.

## BÖLÜM 2

### 2. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın örnekleme, veri toplama araçları, araştırmanın deseni ve verilerin analizi ele alınacaktır.

#### 2.1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın örnekleme, evli bireyleri kapsamaktadır. Çalışma online anket üzerinden gerçekleştirilmiştir. Araştırma süresince 485 kişiye çalışmanın anketleri ulaştırılmıştır. Analizler anketi tamamlayan 437 kişiyi kapsayan (Kadın = 282, Erkek = 155) evli birey verisi ile tamamlanmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması  $39.15 \pm 10.30$  ve yaş aralığı ise 20 ve 69 arasında bulunmuştur.

Katılımcıların halen evli olmaları ve eşleriyle birlikte yaşıyor olmaları dikkate alınmıştır. Katılımcıların eşlerden birisinin çözmesi yeterli olup eşlerin ikisinin de katılma koşulu bulunmamaktadır. Çalışmanın örnekleme gönüllülük esas alınarak oluşturulmuştur. Araştırmada kartopu yöntemi uygulanmıştır.

#### 2.2. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada evli bireylerin problem çözme beceri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracı rolünü incelemek amacıyla; Bilgilendirilmiş Onam Formu, Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu, Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği, Evlilik Yaşamı Ölçeği, Somatizasyon Ölçeği kullanılmıştır.

### 2.2.1. Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu

Demografik bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmış olup evli bireyler hakkında sosyodemografik bilgilere ulaşabilmek amacıyla hazırlanmıştır. Toplamda 10 sorudan oluşan, katılımcılara dair bilgileri içeren yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu, evlilik yaşı, evlilik süresi, evlilik türü, çocuk sayısı, tıbbi ve psikolojik rahatsızlığı bilgilerini kapsayan sorulardan oluşmaktadır.

### 2.2.2. Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği- ESCÖ

ESCÖ, Baugh, Avery ve Sheets-Hawoth (1982) tarafından evli bireylerin evlilikte karşılaşılan problemleri çözme becerilerine ilişkin algılarını belirlemek amacıyla (Marital Problem Solving) geliştirilmiş. Ölçek, 9 maddelik 7 dereceli bir ölçektir. Orijinal çalışmada ölçeğin iç tutarlılığı 0.95; test-tekrar test korelasyon katsayısı 0.86 ( $p<0.001$ ) olarak bulunmuştur. Ölçek geçerliği için Çift Uyum Ölçeği ile olan korelasyonuna bakıldığında ise iki ölçek arasındaki korelasyonu 0.61 ( $p<0.001$ ) olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışmaları Hünler ve Gençöz (2002) tarafından yapılmıştır. Orijinal formunda 7 dereceli olarak değerlendirilen ölçek, cevaplanmasının kolay olması bakımından 5 basamaklı değerlendirme ölçeğine dönüştürülmüştür. Ölçekten alınan en yüksek puan 45 en düşük puan ise 9'dur. Yüksek puan, bireyin kendini evlilikte problem çözme becerileri açısından başarılı algıladığını göstermektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Türkçe'ye uyarlama sırasında iç tutarlılık (0.95) ve test-tekrar test ( $p<0.001$ ) güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Hünler ve Gençöz, 2005).

Çalışmamızda, ölçek maddelerine verilen puanların ortalaması alınarak hesaplanan Evlilikte problem çözme değişkeninin ortalama değeri  $3.82 \pm 0.79$  olarak bulunmuş ve değerler 1.00 ile 5.00 arasında değişmiştir. ESCÖ iyi düzeyde iç tutarlılık göstermiştir (Cronbach  $\alpha = .92$ ).

### 2.2.3. Evlilik Yaşamı Ölçeği- EYÖ

Evlilik Yaşamı Ölçeği, Tezer (1986) tarafında geliştirilen ve eşlerin evlilikte sahip oldukları genel doyum düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, toplam 10 sorudan oluşan Likert tipi 5'li bir ölçektir. Ölçekteki seçenekler 1= kesinlikle katılmıyorum, 5= kesinlikle katılıyorum arasında yer almaktadır. Ölçekte “Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.” ve Evliliğimizde giderek eksilen heyecan beni rahatsız ediyor.” şeklinde ifadelere yer vermektedir. Ölçek puanları 10 ile 50 arasındadır ve ölçekte daha yüksek puan daha fazla evlilik doyumunu göstermektedir. Ölçeğin geçerliliğini ölçmek adına, ölçek evli ve boşanmış kişilere uygulanmış ve grupların ölçekten elde ettikleri puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark saptanmıştır ( $t=6.23$ ,  $p<0.01$ ). Ölçeğin test-tekrar test yöntemiyle güvenilirlik kat sayısı 0.85 ve Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise erkeklerde 0.88, kadınlarda ise 0.91 olarak bulunmuştur. Bu bulgular Evlilik Yaşam (Doyum) ölçeğinin yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir. (Tezer, 1996).

Çalışmamızda, ölçek maddelerine verilen puanların ortalaması alınarak hesaplanan Evlilik Yaşamı değişkeninin ortalama değeri  $3.75 \pm 0.83$  olarak bulunmuştur. Minimum ve maksimum değerleri 1.00 ve 5.00 arasında bulunmuştur. Evlilik yaşamı ölçeğinin bu veri setinde iyi düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğu görülmüştür (Cronbach  $\alpha = .92$ ).

### 2.2.4. Somatizasyon Ölçeği- SÖ

Somatizasyon Ölçeği, Minnestota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI)'nin somatizasyon bozukluğu ile ilgili olan maddelerinden alınarak toplamda 33 maddeden oluşmaktadır. Dülgerler (2000) tarafından geçerlik, güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Somatizasyon ölçeğinin, iç tutarlık güvenilirlik katsayısı (Kuder Richardson-20) 0.83, test retest güvenilirlik kat sayısı 0.996, testi yarılama tekniği (Split-Half) ile 1. yarı alpha değeri 0.8810, 2. yarı alpha değeri 0.8439, SCL-90-R ölçeği ile olan benzer ölçek korelasyonu (Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayısı) 0.80 olarak bulunmuştur. Ölçekteki her maddenin “doğru” ya da “yanlış” olmak üzere iki seçeneği vardır. Ölçeğin puanlaması yapılırken, 1-4-5-6-7-10-11-19-20-21-22-23-26-27- 32-33

numaralı ifadelerle “doğru” yanıtı verildiğinde 1 puan, “yanlış” yanıtı verildiğinde 0 puan, 2-3-8-9-12-13-14-15-16-17-28-24-25-28-29-30-31 numaralı ifadelerle “yanlış” yanıtı verildiğinde 1 puan, “doğru” yanıtı verildiğinde ise 0 puan verilir. Toplam puan doğru ve yanlış cevaplardan alınan puanlar toplanarak elde edilir. Ölçekten alınan puanlar 0-33 arasında değişmektedir. Toplam puanın artması somatizasyon belirtilerinin yüksel olduğuna işaret eder. Bu veriler doğrultusunda somatizasyon ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçek olarak saptanmıştır (Dülgerler, 2000).

Çalışmamızda, ölçek maddelerine verilen puanların toplanması ile hesaplanan Somatizasyon değişkeninin ortalama değer 9.66 ± SS 5.93 olarak bulunmuştur ve değerler 0.00 ile 30.00 arasında değişmiştir. Somatizasyon ölçeğinin iç tutarlılığı iyi düzeyde bulunmuştur (Cronbach  $\alpha$ =.85).

### **2.3. Verilerin Analizi**

Araştırma kapsamında elde edilen veri SPSS 23 (Statistical Package for Social Sciences 23) programı kullanılarak incelenmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde cinsiyet farkına bakmak için t testi, değerşkenlerin arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon ve problem çözme becerisi ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracı rolünü incelemek için hiyerarşik regresyon analizi ile PROCESS Model (Hayes, 2013) kullanılmıştır.



## BÖLÜM 3

### 3. BULGULAR

Bu bölümde katılımcılardan toplanan verilerin analizleri sunulacaktır.

#### 3.1. Örneklem Grubunun Genel Yapısına İlişkin Frekans Dağılımı

Araştırmaya katılan evli bireylerin yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, evlilik süresi, evlilik tipi, çocuk sahibi olup olmaması, medikal rahatsızlık, psikolojik rahatsızlık değişkenlerine göre frekans ve yüzdeler aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

##### 3.1.1. Demografik Değişkenlerdeki Farklılıklara İlişkin Bulgular

**Tablo 1.**

*Katılımcıların Demografik Değişkenlere Ait Frekans Dağılımı*

Değişkenler		n	%
Cinsiyet	Kadın	282	64,5
	Erkek	155	35,5
Yaş	Ortalama (SS)	39,15	10,30
	İlkokul-Ortaokul	27	6,2
Eğitim Durumu	Lise	85	19,5
	Üniversite	249	57
	Yüksek Lisans	66	15,1
	Doktora	9	2,1

**Tablo 1. Dvm**

<b>Çalışma Durumu</b>	Evet	321	73,5
	Hayır	116	26,5
<b>Evlilik Süresi</b>	1-5 yıl	138	31,5
	6-10 yıl	74	16,9
	11-15 yıl	58	13,4
	16-20 yıl	51	11,8
	21 yıl ve üzeri	110	25,5
<b>Evlilik Tipi</b>	Görücü Usulü	35	8
	Tanışarak	362	82,8
	Aile Tanıştırdı	16	3,7
	Kaçarak	10	2,3
	Diğer	10	2,3
<b>Çocuk</b>	Var	329	75,3
	Yok	104	23,8
<b>Psikolojik Rahatsızlık</b>	Var	26	5,9
	Yok	405	94,1

Tablo 1’de çalışmanın katılımcılarının demografik özellikleri özetlenmiştir. Araştırmaya katılan kişilerin 282’si (%64,5) kadın, 155’u (%35,5) erkek olmak üzere toplamda 437 evli birey katılmıştır.

Çalışmayı tamamlayan katılımcıların 27’si ilkokul ve ortaokul (%6,2), 85’i lise (%19.5), 249’u üniversite (%57.0) ve 75’i yüksek lisans ya da doktora (%17.2) mezunu olduğunu belirtmiştir. Bir kişi eğitim durumunu belirtmemiştir. Katılımcıların çalışma durumlarına bakıldığı zaman 321’i (%73,5) bir işte çalıştığını belirtirken 116’sı (%26.5) çalışmadığını belirtmiştir.

Katılımcıların evlilik süreleri incelendiğinde 138 kişinin 1 ve 5 yıl (%31.5), 74 kişni 6 ve 10 yıl (%16.9), 58 kişinin 11 ile 15 yıl (%13.3), 51 kişinin 16 ve 20 yıl (%11.8) arasında evli bulunduğu ve 110 kişinin (%25.5) 21 yıldan uzun süredir evli olduğu görülmüştür. Katılımcıların 329'u (%75.3) en az bir çocukları olduğunu ifade ederken 104 kişi (%23.8) çocuğu olmadığını belirtmiştir.

Ankette kişilerin nasıl evlendikleri de sorulmuştur. Buna göre katılımcıların büyük çoğunluğu (362 kişi, % 82.8) önceden tanışarak evlendiklerini belirtmiştir. Görücü usulü (35 kişi, % 8) ve ailem tanıştırdı diyenleri (16 kişi, %3.7) kaçarak (10 kişi, %2.3) ve diğer (10 kişi, %2.3) seçeneklerini seçenler takip etmiştir. Ankete katılanların 74'ü (%16.9) medikal bir rahatsızlıkları olduğunu ve 26'sı psikolojik bir tanı (%5.9) aldıklarını belirtmişlerdir.

### 3.2. Çalışmanın Ana Değişkenlerinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

#### 3.2.1. Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Düzeylerinin Cinsiyet ile İlişkisine Yönelik Bulgular

Tablo 2.

*Cinsiyete Göre Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Değişkenlerinde Gözlenen Farklar*

Cinsiyet	Puan Ortalaması $\pm$ SS		T	df	p
	Kadın	Erkek			
<b>Problem Çözme Becerisi</b>	3.76 $\pm$ 0.84	3.92 $\pm$ 0.68	-1.95	409	.052
<b>Evlilik Doyumu</b>	3.69 $\pm$ 0.87	3.86 $\pm$ 0.74	-1.97	400	.050
<b>Somatizasyon</b>	10.54 $\pm$ 6.14	8.02 $\pm$ 5.13	4.12	398	<.001

Çalışmanın ana değişkenleri (problem çözme becerisi, evlilik doyumu ve somatizasyon) katılımcıların cinsiyeti açısından bağımsız gruplar t testi ile incelendi (Tablo 2).

Analiz sonucuna göre somatizasyon, kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark gösterdi ( $t(398) = 4.12, p < .001$ ). Buna göre kadınlar ( $10.54 \pm 6.14$ ) erkeklere ( $8.02 \pm 5.13$ ) göre daha yüksek somatizasyon farkı göstermiştir. Problem çözme becerileri ve evlilik doyumu açısından ise kadın ve erkekler arasında istatistiksel olarak sınırda anlamlı farklar bulunmuştur (Tablo 2).

### 3.2.2. Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Düzeylerinin Çocuk Sahibi Olma İlişkisine Yönelik Bulgular

**Tablo 3.**

*Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Değişkenlerinde Gözlenen Farklar*

Çocuk	Puan Ortalaması $\pm$ SS		T	df	p
	Var	Yok			
<b>Problem Çözme Becerisi</b>	3.76 $\pm$ 0.83	4.02 $\pm$ 0.61	-2.81	409	.005
<b>Evlilik Doyumu</b>	3.65 $\pm$ 0.86	4.07 $\pm$ 0.63	-4.28	400	<.001
<b>Somatizasyon</b>	9.60 $\pm$ 6.01	9.88 $\pm$ 5.67	-0.40	398	.692

SS: Standart Sapma

Çalışmanın ana değişkenleri (problem çözme becerisi, evlilik doyumu ve somatizasyon) katılımcıların çocuk sahibi olma durumları bakımından bağımsız gruplar t testi ile incelendi (Tablo 3).

Katılımcıların çocuk sahibi olmaları açısından incelendiğinde, çocukları olmadığını belirten katılımcılarda hem problem çözme becerilerinde (ort. = 4.02, SS = .61) hem de evlilik doyumunda (ort. = 4.07, SS = .63) çocuğu olduğunu belirten katılımcılara göre daha yüksek değerler bulunmuştur (hesaplanan değerler için lütfen Tablo 3'ye bakınız). Somatizasyon açısından incelendiğinde sonuçlar çocuk sahibi olmak herhangi bir fark yaratmadığını göstermiştir.

### 3.2.3. Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Düzeylerinin Çalışma Durumu ile İlişisine Yönelik Bulgular

**Tablo 4.**

*Çalışma Durumuna Göre Problem Çözme Becerisi, Evlilik Doyumu ve Somatizasyon Değişkenlerinde Gözlenen Farklar*

Çalışma Durumu	Puan Ortalaması ±SS		T	df	p
	Evet	Hayır			
<b>Problem Çözme Becerisi</b>	3.82 ± 0.76	3.82 ± 0.87	0.02	409	.984
<b>Evlilik Doyumu</b>	3.75 ± 0.78	3.73 ± 0.95	0.172	400	.863
<b>Somatizasyon</b>	9.16 ± 5.82	10.99 ± 6.02	-2.77	398	.006

SS: Standart Sapma

Çalışmanın ana değişkenleri (problem çözme becerisi, evlilik doyumu ve somatizasyon) katılımcıların çalışma durumu açısından bağımsız gruplar t testi ile incelendi (Tablo 4).

Değişkenler katılımcıların bir işte çalışıp çalışmadıkları açısından incelenmiştir. Sonuçlara göre, katılımcıların çalışmasının sadece somatizasyon açısından anlamlı bir fark yarattığı görülmüştür ( $t(398) = -2.77, p = .006$ ). Buna göre çalışmayan katılımcılar (ort. = 10.99, SS = 6.02) çalışanlara (ort. = 9.16, SS = 5.82) göre daha yüksek somatizasyon değeri göstermişlerdir.

### 3.3. Temel Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

**Tablo 5.**

*Değişkenler Arasındaki İki Yönlü İlişkiler*

	Cinsiyet	Yaş	Somatizasyon	Evlilik Doyumu	Problem Çözme Becerileri
<b>Cinsiyet</b>	1				
<b>(Kadın = 1; Erkek = 2)</b>					
<b>Yaş</b>	0.09	1			
<b>Somatizasyon</b>	-0.20**	-0.07	1		
<b>Evlilik Doyumu</b>	0.10*	-0.19**	-0.36**	1	
<b>Problem Çözme Becerileri</b>	0.10*	-0.07	-0.035**	0.73**	1

\*  $p = 0.05$ , \*\*  $p < 0.001$

Katılımcıların problem çözme becerileri, evlilik doyumları, somatizasyon değerleri ile yaşları ve cinsiyetleri arasındaki ilişki Pearson Korelasyon analizi ile incelendi. Tablo 5'te gösterilen sonuçlara göre cinsiyet somatizasyon ( $r = -0.20$ ) ile negatif yönde anlamlı

ilişki iken evlilik doyumu ( $r = .10$ ) ve problem çözme becerileri ( $r = .10$ ) ile pozitif yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur ve bu bulgu bir önceki bölümde aktarılan t test sonuçları ile örtüşmüştür. Katılımcıların yaşı ise sadece evlilik doyumu ( $r = -.19$ ) ile istatistiksel olarak ve negatif yönde anlamlı ilişki göstermiştir.

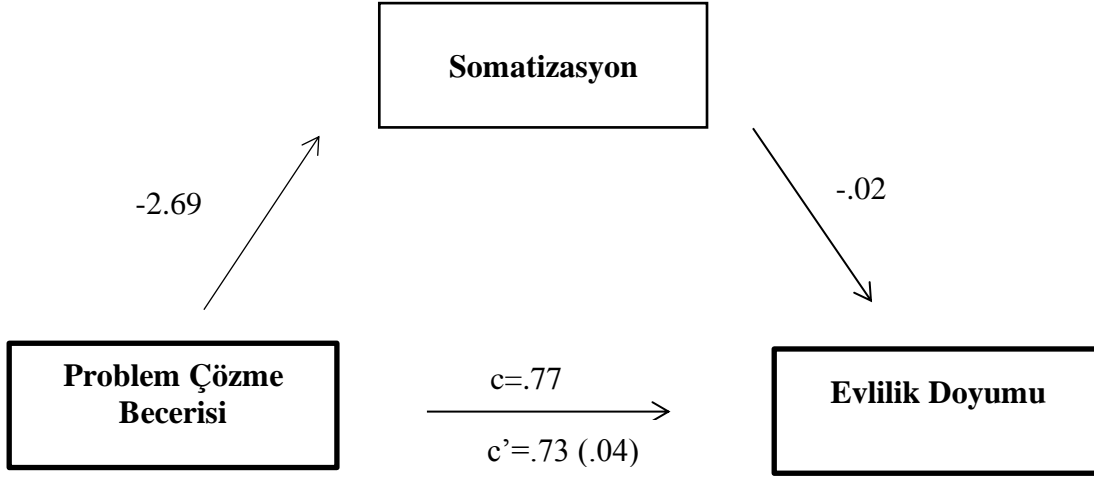
Çalışmanın hipotezleri somatizasyon ile evlilik doyumu ve çözüm becerileri arasında negatif bir ilişki olacağını öngörmüştü (H2 ve H3). Pearson Korelasyon analizi bu hipotezlerle paralel yönde somatizasyon değerlerinin hem evlilik doyumu ( $r = -.36$ ) ile hem de problem çözme becerileri ( $r = -.35$ ) ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Hipotez 1’de yer alan evlilik doyumunun problem çözme becerileri ( $r = .73$ ) ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Sonuçlara bakıldığında Hipotez 1’i de desteklediğini görmekteyiz.

#### **3.4. Problem Çözme Becerileri ile Evlilik Doyumu Arasındaki İlişkide Somatizasyon Aracı Değişken Olarak Rolü**

Çalışmanın son hipotezi problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasındaki pozitif yöndeki ilişkide somatizasyonun aracılığını öngörüyordu. Buna göre problem çözme becerilerinin somatizasyonu istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde yordayacağı ve somatizasyonun da evlilik doyumunu istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde yordayacağı öngörülmüştü. Bu hipotezi test etmek için önce Hayes (2013) tarafından yazılan PROCESS Model ile bootstrap yöntemi kullanılmış ve daha sonra Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen aracı değişken analizi yöntemi uygulanmıştır. Her iki yöntemin bulguları da aşağıda rapor edilmiştir.

Şekil 1’de gösterildiği gibi PROCESS Model ile veri setinin bootstrap yöntemiyle 5000 kez yeniden örneklelenmesiyle elde edilen bulgulara göre katılımcıların problem çözme becerileri somatizasyon değerlerini negatif yönde yordamıştır ( $b = -2.69$ ,  $Sh = .36$ ,  $p < .001$ , %95 G.A. [-3.39, -1.99]). Hem problem çözme becerileri ( $b = 0.73$ ,  $Sh = .04$ ,  $p < .001$ , %95 G.A. [.66, .81]) hem de somatizasyon ( $b = -0.02$ ,  $Sh = .01$ ,  $p = .0012$ , %95 G.A. [-0.03, -0.01]) aynı anda denkleme girdiğinde her ikisi de evlilik doyumunu istatistiksel olarak anlamlı olarak yordamıştır. Sonuçlar hipotezle öngörüldüğü yönde

istatistiksel olarak anlamlı bir endirek ilişki göstermiştir ( $b = .05$ ,  $bootSh = .02$ , %95 G.A. [.02, .08]).



Şekil 1. Sunulan bütün değerler standart olmayan regresyon katsayılarıdır.  $c$  = Problem Çözme Becerisi ve Evlilik Doyumu arasındaki total etki;  $c'$  = Problem Çözme Becerisi ve Evlilik Doyumu arasındaki direkt etkiyi göstermektedir. Bootstrap yöntemi ile bulunan sonuçlara göre problem çözme becerisi ile evlilik doyumu arasındaki somatizasyon aracılığı ile ortaya çıkan endirek ilişki anlamlı bulunmuştur ( $b = .05$ ,  $bootSh = .02$ , %95 G.A. [.02, .08]).

Aynı analiz Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen yöntemle tekrar edilmiştir. Yapılan regresyon analizleri ile problem çözme becerileri ile somatizasyon ( $\beta = -0.35$ ,  $p < .001$ ) ve evlilik doyumu ( $\beta = .73$ ) istatistiksel olarak arasında anlamlı ilişki tekrar tespit edilmiştir. Hiyerarşik regresyon analizi ile somatizasyon kontrol edildiği halde problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin ne yönde değiştiği test edilmiştir. Sonuçlar, somatizasyon kontrol edildiğinde problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkinin anlamlı olmaya devam ettiğini göstermiştir ( $\beta = .68$ ,  $p < .001$ ). Somatizasyon ise evlilik doyumu ile anlamlı ve negatif yönde ilişkili bulunmuştur ( $\beta = -.12$ ,  $p = .001$ ). Endirek ilişkinin anlamlı olup olmadığını test etmek için Christopher Preacher tarafından yazılan online (<http://quantpsy.org/sobel/sobel.htm>) test uygulanmıştır. Sobel testinin sonuçları problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracılık rolünü anlamlı olarak desteklemiştir (Sobel  $Z = 3.10$ ,  $Sh. = 0.01$ ,  $p = .002$ ).



## BÖLÜM 4

### 4. TARTIŞMA

Bu araştırmada, evli bireylerin problem çözme becerileri ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya toplamda 437 evli birey, gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada katılımcıların cinsiyeti, çocuk sahibi olup olmamaları, çalışma durumları göz önünde bulundurularak incelenmiştir. Bu bölümde ise araştırmada elde edilen bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Çalışmanın bulguları, problem çözme becerileri ile cinsiyet farklılıkları arasındaki ilişkide kadınlar ve erkekler arasında sınırdan bir anlamlılık olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, yapılan bazı araştırmaların sonuçlarına göre ise tutarsızlık göstermektedir. Güneş (2007) tarafından yapılan bir çalışmada problem çözme becerisi cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterirken, erkeklerin problem çözme becerisinin kadınlara oranla daha yüksek olduğu bilgisini vermektedir. Yapılan başka bir çalışmanın katılımcıları ise evli ve yaşlı bireylerden oluşmaktadır. Çalışmanın bulgularına bakıldığında, cinsiyete göre problem çözme becerisinin farklılık gösterebildiği saptanmıştır. Araştırmanın sonuçları ise problem çözme becerisinin erkeklerin kadınlardan daha yüksek olduğunu göstermiştir (Maçkan, 2013:44). Elde edilen sonuçların aksine kadınlarda erkeklere oranla daha yüksek problem çözme becerisinin olduğunu belirten çalışmalar da mevcuttur. Güneş (2007), tarafından yapılan çalışmada, kadınların erkeklere göre daha yüksek problem çözme becerisinin olduğu saptanmıştır. Güneş, bu durumu ülkemizde kadınlara erkeklere oranla daha fazla rol ve sorumluluk verilmesi, kadınların problemler ile daha fazla savaşması gerektiğini belirtmiştir. Bunun sonucu olarak, kadınların problemler ile daha fazla baş edebilmelerine katkı sağladığını savunmaktadır. Ülkemizde ataerkil bir yapının bulunması nedeniyle erkeklerin kadınlara oranla hem iş hayatında hem de aile hayatında daha fazla sorumluluk almakta ve liderlik görevi üstlenmektedirler. Bu bulgular ışığında, cinsiyet açısından karşılaştırdığımızda

erkeklerin kadınlara oranla daha fazla problem çözme becerisinin olması açıklanabilmektedir.

Demografik bilgilere göre, çalışmamızda cinsiyetin evlilik doyumu ile ilişkisinde sınırda anlamlılık olduğu saptanmıştır. Çalışmamızın bulguları ile paralellik gösteren bir araştırma da Kalkan (2002) tarafından evlilikteki ilişkilerini geliştirmek amacıyla oluşturulan programda evli çiftlerin evlilikteki uyum düzeylerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Toplamda 28 kişinin katıldığı çalışmada deney ve kontrol grubu vardır. Veri toplama ölçekleri “Evlilikte Uyum Ölçeği” ön- test ve son-test olacak şekilde gerçekleştirilmiştir. Çalışma 10 hafta sürmesiyle beraber her seans yaklaşık 2,5 saat sürdüğü belirtilmektedir. Araştırmanın sonucunda evlilik ilişkilerini geliştirme grubuna katılan evli kişilerin evlilik doyumlarını anlamlı farklılıklar sağladığı saptanmıştır. Ek olarak çalışmadaki deney ve kontrol grubunu oluşturan evli çiftlerin evlilik uyumları cinsiyetleri üzerinde bir değişiklik sağlamadığı bilgisine ulaşılmıştır. Çalışmamızın sonuçlarının aksine, kadınların evlilik doyumlarının erkeklere göre daha düşük olduğunu gösteren bir çalışma da yapılmıştır. Ülkemizde kültürel olarak kadından ve erkekten beklentilerin farklı olması sebebiyle kadınlara ev ile ilgili sorumlulukların daha fazla verildiği ve erkekler ile eşit bir paylaşım yapılmadığı belirtilmiştir (Şener ve Terzioğlu, 2002). Bu durum sonucunda, kadınların evlilikten duyacakları tatmini de azaltacağı savunulmaktadır. Evliliği ilk kez olmayan kişilerin evlilik doyumlarına bakıldığında ise erkeklerin kadınlardan daha fazla evlilik doyumuna sahip oldukları saptanan bir çalışma Aktürk (2006) tarafından yapılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre, günümüz şartları göz önüne alındığında ilk evlilikleri olmayan (eş kaybı, boşanma) erkeklerin yalnız yaşamak ve ihtiyaçlarını yalnız giderememek konusunda yetersiz olabileceği ve bu nedenle ilkinden farklı olarak evliliklerinden alınan doyumun fazla olabileceği düşünülmektedir. Cinsiyete göre evlilik doyumunu inceleyen bir başka çalışma da İlketenci (2004) tarafından yapılmıştır. Araştırmada kadınların evlilik doyumunun erkeklere oranla daha düşük olduğunu saptamıştır. Çalışmamıza bakıldığında, sınırda bir anlamlılık çıkmasının nedeni olarak katılımcı sayısının eşit olarak dağılmamış olması, kadın katılımcı sayısının daha fazla olması sebebiyle cinsiyetler arasındaki farkı direkt olarak gösteremediği

düşünülmektedir. Bu durum da alan yazınlarına göre bulgumuzu desteklemediğini göstermektedir.

Çalışmamızın bir diğer değişkeni olarak somatizasyonun cinsiyetler arasındaki farkı incelenmiştir. Bulgular, kadınlar ve erkekler arasında anlamlı derecede somatizasyon farkı olduğunu göstermiş ve kadınlarda erkeklere oranla somatizasyon düzeyinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında, cinsiyet ve somatizasyon düzeyi üzerine yapılan bir araştırmada kadınların fiziksel belirtilerini ölçmede daha sık ve yüksek olarak puanlama yaptıkları saptanmıştır (von Wijk ve Kolk, 1997). Araştırmada kadınlarda daha fazla görünmesinin nedeni açıklanmaması ile birlikte bu durumun psikososyal bir açıdan değerlendirilebileceğini düşündürmektedir. Elde edilen sonucun ise çalışmamızın literatür ile tutarlı olduğunu göstermektedir. Literatür tarafından desteklenen başka bir araştırma da Sağduyu (1995) tarafından yapılmıştır. Yapılan çalışmada somatizasyonun kadınlarda erkeklerden daha fazla olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Hem literatür araştırması hem de çalışmamız doğrultusunda bulgulara göre, bedensel belirtileri kültürel açıdan değerlendirdiğimizde toplumumuzda kadınların duygularının kabul edilebilmesi erkeklere oranla daha zor olabilmektedir. Ayrıca yine ülkemizde kadınlar duygularını ifade etmekte güçlük çekebildiği ve içe atmaya yatkın olduğu bilinmektedir. Bu durum sonucunda da kadınların duygularını bedensel olarak ifade etme ihtiyacından dolayı somatizasyon değerlerinin daha yüksek olması beklenmektedir.

Çalışmamızın bir başka değişkeni olan çocuk sahibi olmak ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki değerlendirilmiştir. Bulgulara bakıldığında çocuğu olduğunu belirten katılımcıların problem çözme becerisi, çocukları olmadığını belirten katılımcılara göre daha düşük değerlerde bulunmuştur. Alan yazınlarına bakıldığında ise ebeveynlik öncesi ve sonrası ile ilgili bir çalışma Cox ve diğ. (1999:617) tarafından yapılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre ebeveyn olmadan önce kişilerin problem çözme becerisinin daha yüksek olduğunu fakat ebeveynlikten sonra kişilerin ilişkilerindeki doyumunu etkileyen bir belirleyici olduğu saptanmıştır. Hem literatürde yer alan bilgilere hem de çalışmamızın bulgularına bakıldığında sonuçların paralellik gösterdiğini görmekteyiz. Bir ilişkide eşlerin sadece karı koca rollerinde olması problemlerin çözebilme noktasında daha kolay

olabileceğini düşündürmektedir. Aksine, çocuk sahibi olan bir çift ise, ilişki üçgeni genişlemektedir. İlişkilerin, karı-koca, anne-çocuk, baba-çocuk olarak karşılıklı olması durumunda karmaşıklığa neden olabileceği ve iletişimde sorunların artacağından bahsedilebilir. Bu durumda da problemlerin artabileceğinden ve problem çözme becerilerinin azalabileceğinden söz edilebilir.

Evlilik doyumu ve çocuk sahibi olmanın ya da olmamanın ilişkisine bakıldığında çocuk sahibi olmayan katılımcıların evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Erci ve Ergin (2005) tarafından yapılan araştırmada çocuk sayısı ile evlilik doyumu arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Bu durum çocuk sayısının artması ile evlilik doyumunun düşmesi anlamını ifade etmektedir. Bulgularımız literatür ile benzerlik göstermektedir. Çalışmamızın sonuçlarını etkileyen birçok farklı neden olabilmektedir. Günümüz şartları değerlendirildiğinde, çocuk sahibi olmanın ebeveynlere ekonomik, sağlık, eğitim gibi çeşitli alanlarda sorumluluk yüklemektedir. Ayrıca ilişki sadece evli birey yani kadın ve erkek olarak sürdürülmektedir. Çocuk sahibi olunması ile birlikte roller anne ve baba olarak değişmekle birlikte, birbirleri arasındaki iletişim ağının da artması ve bu durumun daha fazla sorumluluk yaratmasına neden olduğu düşünülmektedir. Ayrıca çocuk sahibi olmayan çiftlerde, birbirlerine daha çok zaman ayırabildikleri için evlilik doyumlarının yüksek olmasının sebepleri arasında olabileceği tahmin ediliyor. Çocuk sahibi olmayan çiftlerde ise bu tarz sorumluluklar olmaması ve evliliklerindeki rollerin sadece karı-koca olarak kalması evlilik doyumunu artırmaktadır. Çalışmamızın sonuçlarının aksine, Callan (1984) tarafından yapılan araştırmada da çocuk sahibi olan çiftlerin çocuk sahibi olmayan çiftlere göre evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Başka bir çalışma ise Demiray (2006) tarafından yapılmıştır. Çocuk sahibi olan çiftler ile olmayan çiftlerin evlilik doyumları arasında farklı sonuçlar çıkmasına rağmen anlamlı bir fark bulunmamıştır. Demiray bu durumu, yaşadığımız topraklarda kültürümüz ile ilişkili olarak anneliğin önemli bir rol olması nedeni ile çocuk yetiştirmenin kişiye bir yük olmaması ile açıklamıştır.

Somatizasyon ve çocuk sahibi olunması ya da olunmaması açısından incelendiğinde ise herhangi bir fark yaratmadığı bilgisine ulaşılmıştır. Uğur (2015), tarafından yapılan araştırmada ise çocuk sahibi olup olmaması ile somatizasyon belirtilerinin meydana

çıkması üzerine bir etkisinin görülmediği belirtilmiştir. Yapılan araştırma ile aynı sonuca ulaşılmış olması bulguları literatür ile desteklemektedir. Hem literatür hem de çalışmamızın sonuçlarına göre, ülkemiz kültürel açıdan incelendiğinde anne ya da baba olmak kutsal bir görev olarak tanımlanmaktadır. Bu bilgi doğrultusunda çocuk sahibi olmak bir yük olarak görülmemesi sebebiyle bir sıkıntı ve zorluk yaşatmamaktadır. Bu durumun sonucu ise bedensel bir belirtiye neden olmadığı düşünülmektedir.

Problem çözme becerileri ve çalışma durumu arasındaki ilişkiye bakıldığı zaman anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bilgiler ışığında literatür araştırması yapıldığında, Atam (2009:69) kadınların çalışma durumlarına göre problem çözme becerilerinin farklılaşmadığını saptamıştır. Bu bulguyu ise kadın katılımcıların çoğunun ev hanımı olmasına bağlamıştır. Yapılan literatür araştırması çalışmamızı destekler nitelikte bulunmuştur. Eğitim düzeyi ve somatizasyon üzerine yapılan bir araştırma Uğur (2015) tarafından yapılmıştır. Araştırmanın sonucuna bakıldığında eğitim düzeyi düşük olan bireylerin somatizasyon düzeyi daha yüksek çıkmıştır. Bu bilgiler ışığında çalışmamızda, katılımcıların eğitim düzeylerinin yüksek olması ve çalışan kişi sayısının çalışmayan kişi sayısına göre fazla olması, problem çözme becerileri üzerinde bir etki yaratmamasına neden olabilir. Çalışmamızda, eğitim düzeyi düşük katılımcıların fazla olduğu ya da eşit olabildikleri bir çalışma olması durumunda çalışma durumunun problem çözme becerileri üzerinde etkisi olabileceğini düşünülmektedir.

Çalışmamızda evlilik doyumu ve çalışma durumu arasındaki ilişkiye bakıldığı zaman anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Weaver ve Gleen (1978) tarafından yapılan bir çalışmada, kadının çalışmasının evlilikteki doyuma bir etkisi olmadığı yönünde bulguları saptamış ve literatür ile desteklenmiştir. Evlilik doyumu ve çalışma durumlarını inceleyen farklı çalışmalara da yer verilmiştir. Ergin ve Erci (2005) tarafından yapılan çalışmada evlilik doyumu ve çalışma durumuna bakıldığında çalışan kadınların çalışmayan kadınlara göre evlilik doyumunun daha yüksek olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Yapılan çalışmada, çalışan ve çalışmayan kişilerin karşılaştırılması nedeni ile bu sonucun daha net ortaya çıkabildiği düşünülmektedir. Yapılan başka bir çalışmada ise Tezer (1994) karısı çalışan erkeklerin, karısı çalışmayan erkeklere göre evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmamıza baktığımızda

katılımcılarımız çift olarak değil, evli birey olmasının yeterli olduğu kabul edildiğinden çiftler arasında bir karşılaştırma yapmak mümkün olmamaktadır. Bu nedenle çalışmamızda sadece çalışan ve çalışmayan kişilerin evlilik doyumlarına bakılmıştır. Çalışmamız değerlendirildiğinde ve günümüz şartlarına bakıldığında çalışan kişi sayısının artmaktadır. Ayrıca, çalışmanın kişinin öz benliğine katkı sağladığını yapılan araştırmalar ile bilmekteyiz. Bu nedenle bir işte çalışıyor olmanın evlilik doyumuna olumlu veya olumsuz katkı yapması beklenmemektedir.

Somatizasyon ve çalışma durumu değerlendirildiğinde, arasındaki ilişki anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır. Kişinin işte çalışıyor olması, çalışmayan kişilere oranla yüksek somatizasyon değerlerine sahip olduğu bilgisini vermektedir. Alan yazınları incelendiğinde, Çilli ve diğ. (2004) tarafından ev kadınları ve çalışan evli kadınlar üzerinde psikolojik belirtilerinin karşılaştırıldığı bir çalışma yapılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, çalışan evli kadınların somatizasyon düzeyleri ev kadınlarından anlamlı derecede yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Yapılan araştırmanın çalışmamız bulguları ile paralel olmakta ve tutarlılık göstermektedir. Günümüz şartlarına baktığımızda iş hayatında yaşanan zorluk, rekabet, yaşam şartları stresli bir hayata neden olmaktadır. Bireylerin, zorlanılan yaşam şartlarında birtakım problemleri sözlü olarak ifade edemediği zamanlarda, sorunların dışa aktarımı bedensel belirtiler ile ortaya çıkmaktadır.

Çalışmamızın bulgularında yaş değişkeni ve evlilik doyumunu ile negatif yönde anlamlı ilişki göstermiştir. Bu durum bize yaş değişkeni artarken, doyumun düşeceği bilgisini vermektedir. Alan yazınlarına baktığımızda Ergin ve Erci (2005) tarafından yapılan çalışmada, evlilikten alınan doyum ve yaş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yapılan başka bir araştırma da ise Demiray (2006), doyum ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Birey yaş aldıkça, duygu ve düşüncelerinde değişebilmekle beraber beklentiler de farklılaşabilir. Bu durum sonucunda da yaş arttıkça evlilik doyumunun düşmesi beklenmektedir.

Problem çözme becerileri ve yaş arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı bir ilişki çıkmamıştır. Çalışmamız ile paralel bir sonuca ulaşılan bir araştırma da İlketenci

(2004) tarafından yapılmıştır. İlketenci, problem çözme becerisi ve yaş arasında bir ilişki saptamamıştır. Bu bilgiler ışığında, bulgularımızın desteklendiğini görmekteyiz.

Problem çözme becerisi ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Bu durumda bireyin problem çözme becerisi artarken, evlilik doyumunun da artması beklenmektedir. Yapılan alan yazınlarında, evlilik doyumu ve problem çözme becerisi üzerine bir çalışma Canel (2007) tarafından yapılmıştır. Katılımcılara ailede problem çözme becerilerinin geliştirmesi yönünde çalışmalar yapılmış ve bu durum sonucunda kişilerin evlilik doyumlarının arttırmak noktasında bir etkisinin olup olmayacağı incelenmiştir. Problem çözme becerisini geliştirmesi yönünde yapılan grup çalışmasında ise evli bireylerin evlilik uyumlarını, evlilik doyumlarını, evlilikteki ilişkilerinden hissettikleri mutluluğu, eşlerine hissettikleri yakınlığı arttırdığı aynı zamanda eş ile meydana gelen tartışmaları ve eşlerine yönelik duydukları öfkeyi azaltma noktasında etkili olduğu saptanmıştır. Bir başka çalışma ise Kalkan ve Batık (2017) tarafından evlilik doyumu ve evlilikte sorun çözme becerilerini ölçmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, evlilik doyumunun problem çözme becerilerini etkilediği bilgisine ulaşılmıştır. Problem çözme stilleri ve evlilik doyumunu yordayan bir başka araştırma da Karahan ve Sardoğan (2005) tarafından yapılmıştır. Yapılan araştırmalara baktığımızda bulgularımızın literatür tarafından desteklendiğini görmekteyiz. Hem alan yazınlarına hem de çalışmamızın sonuçlarına baktığımızda, problem çözme becerisinin düşük olduğu bireylerde, eşleri ile yaşanan problemleri çözemeyerek problemlerin karmaşık bir hal almasına ve yaşanan problemin büyümesine yol açabileceğini görmekteyiz. Söz konusu durumun ise eşlerin evlilik doyumlarının azalmasına neden olacaktır.

Çalışmamızın sonucunda somatizasyonun evlilik doyumunu negatif yönde yordadığını görmekteyiz. Bu durum ile somatizasyon düzeyi artarken evlilik doyumunun azalması beklenmektedir. Fidanoğlu'nun (2007) evlilik uyumu ve çiftlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişki üzerine yaptığı çalışmasını gönüllü olarak katılan 270 evli çift ile tamamlanmıştır. Katılımcılara verilen Çiftler Uyum Ölçeği ve Somatizasyon Ölçeği ile çalışma gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın sonucunda somatizasyon ile evlilik uyumu arasında negatif yönde bir ilişki saptanmıştır. Buradan alınan bulgulara göre

somatizasyon düzeyinin evlilik doyumunu negatif yönde yordayacağına dair hipotez desteklenmiştir. Bem (2000) tarafından yapılan çalışmada, bağımlı değişken olarak doyum belirlendiği şartlarda, somatizasyon düzeyi kadın ve erkeklerde anlamlı olarak evlilik doyumu ile ilişkilidir. Kadınların somatizasyon düzeyleri erkeklerin doyumunu yordamadığı tespit edilmişken, erkeklerin somatizasyon düzeyleri kadınların düşük evlilik doyumlarını yordadığı saptanmıştır. Bu bilgiler ışığında çiftlerin evlilik doyumlarının birbirlerinin evlilik doyumlarını etkilediği bilgisine ulaşılmaktadır. Ayrıca, bulgulara göre kadınların somatizasyon düzeyi, erkeklerin evlilik doyumunu yordamazken, erkeklerin somatizasyonu kadınların düşük evlilik doyumlarını yordaması farklı bir sonuç meydana getirmiştir. Araştırmamızın literatür ile paralellik gösterdiğini görmekteyiz. Araştırmamızın sonuçları değerlendirildiğinde bazı nedenlerden etkileneceği düşünülebilir. Somatizasyon düzeyi yüksek olan bireylerde duygu ve düşüncelerini aktarımda bedensel olarak ifade edebildiğini anlamaktayız. Bu durum sonucunda organik olmayan fakat sıklıkla bedensel olarak şikayetlerin artacağı ve çözümlenememesi sonucunda bireyin eşi ile ilişkisinin etkilenebileceği düşünülmektedir. Evli bireyin eşi ile yaşanılacak problemlerin de evlilik doyumunu düşürecektir.

Çalışmanın bulgularında problem çözme becerisi ve somatizasyon arasında negatif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Bu durumda değişkenlerden birinin artması durumunda bir diğerrinin azalıyor olmasını desteklemektedir. Çiftçi (2015) tarafından yapılan bir araştırmada, miyokard enfarktüsü yaşayan bireylerde problem çözme becerisi ve psikiyatrik belirtileri arasında ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda problem çözme becerilerinin bir alt ölçeği olarak kendine güvenli yaklaşım ve kullanılan diğer ölçek olan kısa semptom envanterinin alt ölçeği somatizasyon ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Somatizasyon arttıkça bireylerin kendilerine olan güvenlerinin azaldığı saptanmıştır. Bu sonuç doğrultusunda bulgularımız literatür ile desteklenmektedir. Bu bilgiler ışığında, çalışmamız değerlendirildiğinde sonuçların açıklanması mümkündür. Bireylerin problem çözme becerisinin yeteri kadar gelişmemiş olması durumunda kişinin duygularını, düşüncelerini ve yaşadığı problemleri ifade etmekte zorlanacaktır. Bu durum sonucunda ise kişi ifade edemediği



problemleri bedensel olarak dışa vurma ve organik olarak nedeni bilinmeyen fakat fiziksel olarak rahatsızlık veren sorunlara yani somatizasyon düzeyinin artmasına neden olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmamızın son hipotezi olarak problem çözme becerisi ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracı rolünün anlamlı olarak desteklendiğini görmekteyiz. Bu bilgi ışığında somatizasyon kontrol edildiğinde problem çözme becerileri ve evlilik doyumu arasındaki ilişki anlamlı olmaya devam etmektedir. Somatizasyon ile evlilik doyumu arasında ise negatif ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bir bireyin, evliliğindeki problemleri çözme becerisinin düşmesi durumunda somatizasyon düzeyinin yükselmesini bekleriz. Bu durumda da evlilik doyumunun azalmasını beklemekteyiz. Çiftlerin problemlerini ifade edemediği ve çözemediği noktalarda bedensel olarak ifade etme gereksinimi doğacaktır. Bedensel belirtilerin artması ile evlilik doyumu düşecektir. Alan yazılarına bakıldığında, problem çözme becerisi ile evlilik doyumu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracı rolü olup olmadığını inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu çalışmanın, alan yazılarındaki boşluğu doldurması ve diğer araştırmalara katkı sağlaması beklenmektedir.

## **5. SONUÇ**

Çalışmanın örnekleme 437 evli birey ile online anket üzerinden tamamlanmıştır. Araştırmanın bulgularına bakıldığında çeşitli bilgiler saptanmıştır.

Somatizasyon düzeyini cinsiyet açısından incelendiğinde kadınlarda erkeklerden daha fazla olduğu bilinmektedir. Problem çözme becerileri ve evlilik doyumu cinsiyetler açısından istatistiksel olarak sınırdan anlamlı farklar tespit edilmiştir. Bununla birlikte çocuk sahibi olmayan katılımcıların hem problem çözme becerinde hem de evlilik doyumu çocuk sahibi olan katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur. Bir işte çalışmanın somatizasyon düzeyi üzerinde ise anlamlı fark olduğu saptanmıştır.

Çalışmanın hipotezlerinden birisi olan somatizasyon düzeyi ile evlilik doyumu ve çözüm bulma becerileri arasında negatif yönde ilişki olduğu saptanmıştır. Bu sonuç

doğrultusunda hipotezlerin de desteklendiği görülmektedir. Çalışmanın son hipotezi olarak da problem çözme becerileri ile evlilik doyumu arasındaki pozitif yönde somatizasyonun aracı rolü olduğu ön görülmektedir. Sonuçlara baktığımızda problem çözme becerisi hem de somatizasyon aynı anda işleme girdiğinde her ikisinin de evlilik doyumunu istatistiksel olarak anlamlı bir endirekt ilişki göstermiştir.

## 6.ÖNERİLER

Bu bölümde çalışmanın bulgularına bağlı olarak gelecek araştırmalara ve uygulayıcılara ışık tutacak önerilere yer verilmiştir.

1) Araştırmadan elde edilen sonuçlar göz önüne alındığında daha önce yapılan çalışmalar ile desteklendiği ve genel anlamda beklenen yönde sonuçlandığı söylenebilir. Sonuçlara bakıldığında oluşan farklılıkların çalışmadaki yöntem ve örneklem farklılıklarından kaynaklanabilir. Yapılabilecek daha geniş çalışmalar, bu farklılıkların sebebini daha net bir şekilde ortaya koyması beklenmektedir.

2) Toplanan dataların Türkiye'nin kültürel farklılıkları da göz önünde tutulması ve çalışmanın genişletilerek daha detaylı araştırılması önerilmektedir. Evlilik hayatı bireyden bireye çeşitlilik göstermektedir. Bunun yanında, kültürel açıdan farklılıkların değerlendirilmesi de ileriki çalışmalar için evlilik doyumu ile ilgili yeni bir boyut kazanmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

3) Araştırmanın örneklemini sadece evli bireylerden oluşması nedeniyle katılımcılar çift olarak değerlendirilmemiştir. Bu nedenle yalnızca evli bir bireyden alınan bulgulara göre araştırma oluşturulmuştur. Bundan sonraki çalışmalar bu bilgiler ışığında oluşturulması literatüre katkı sağlayacağını düşündürmektedir.

4) Araştırma online anket üzerinden yapılmıştır. Elde edilen verilerin tamamının samimi bir şekilde cevaplanmamış olması düşünülmektedir. Elden veri toplamanın daha sağlıklı bir veriye ulaşmayı sağlayabileceği önerilmektedir.

5) Araştırmanın bulguları katılımcıların belirttiği bilgiler ışığında oluşmaktadır. Bu durumun araştırmanın bazı bulgularını doğru yansıtmasını da engellediği söz konusu olabilir.

6) Çalışmada evlilik doyumu ve evlilik süresi arasındaki ilişki istatistiksel olarak bulanamamıştır. Sosyodemografik bilgilerde yer alan evlilik süresi, aralık olarak verilmesi yerine doğrudan yıl olarak sorulması gerektiği bilgisine ulaşılmıştır. Bundan sonraki yapılacak olan araştırmalarda, bu bilgilerin göz önünde bulundurulması önerilmektedir.

## KAYNAKLAR

Adasal, R. (1963). *Tabii ve Hasta Cepheleeri ile Cinsiyet, Aşk, Evlilik*. Ankara: Tarhan Kitabevi.

Ahmadi, K., Azad-Marzabadi, E., Ashrafi, S. M. N. & Raiisi, F. (2007). Construction And Validation Of Family Problem Solving Scale. *Journal of Applied Science*, 7 (24): 3958-3964.

Akdemir, A. Karaoğlan, A. Karakaş, G. (2006). Çift Terapisi. *Psychiatry in Türkiye*. Volume 8 Number 2

Aktürk, B. E. (2006). *Marital Satisfaction In Turkish Remarried Families: Comparison Among Marital Status, Effect Of Stepchildren and Contributing Factors*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Anuk, D. (2011). *Tibben Açıklanamayan Belirtilerle Başvuran Kadın Hastaların Çocukluk Çağı İstismarı ve/veya Aile İçi Şiddet Bağlamında Değerlendirilmesi*. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Aslan HS., Aslan O., Alpaslan NZ., Ünal M.: Kocaeli'nde çalışan bir grup hekimde evlilik doyumu. *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 1998, 23(4): 212-215.

Atam, A. (2009). *Serebral Palsili Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerin Evlilik Yaşantılarında Algıladıkları Doyum ve Evliliklerinde Problem Çözme Becerilerinin*

*İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Beştepe, E., Erbek, E., Saatçioğlu, Ö., Akar Özmen, H. ve Eradamlar, N. (2010). Psikiyatrik yardım talebi olan, olmayan ve boşanma aşamasındaki çiftler arasında cinsiyet yönünden uyum, problem çözme becerisi, boyun eğici davranış ve öfke tutumunun karşılaştırılması. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 47, 15-22.

Bıykoğlu, E (2012). *Evlilik Uyumunun Mükemmeliyetçilik Özellikleri, Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964–980.

Bridges, K., Goldberg, D., Evans, B., & Sharpe, T. (1991). Determinants of somatization in primary care. *Psychological medicine*, 21(2), 473-483.

Bulut, I. (1983). Parçalanmış aileden gelen çocukların davranış özellikleri hakkında bir araştırma. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Dergisi*, 1(2-3)

Callan, V. J. (1984). Childless and Marital Adjustment. *Journal Of Marriage and The Family*. 5. 4, 210-214.

Canbulat, N. ve Çankaya, Z. C. (2014). Evli Bireylerin Öznel İyi Olma Düzeylerinin Yordanması. *Ege Eğitim Dergisi*, (15) 2: 556-576.

Canel, A. N. (2012b). Evlilik Çatışmasına Sebep Olan Faktörler ve Çözüm Yolları. *Evlilik ve Aile Hayatı* (2. baskı) içinde (s.55-74). İstanbul: Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Yayınları.

Canel, A.N., 2007, “*Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması*”, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Cast, A. D., Schweingruber, D., ve Berns, N. (2006). Childhood Physical Punishment and Problem Solving in Marriage. *Journal of Interpersonal Violence*, 21 (2), 244-261.

Cloninger, C.R., et al., A prospective follow-up and family study of somatization in men and women. *Am J Psychiatry*, 1986. 143(7): p. 873-878.

Cohan, C. L., & Bradbury, T. N. (1997). Negative life events, marital interaction, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(1), 114-128.

Cox, M. J., Paley, B., Burchinal, M. & Payne, C. C. (1999). Marital Perceptions And Interactions Across The Transition to Parenthood. *Journal of Marriage and the Family*, 61: 611-625.

Çağ, P. (2011). *Evli Bireylerde Eş Desteği ve Evlilik Doyumu*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23.

Çavuşoğlu, Z.Ş. (2011). *Bağlanma Stilleri, Evlilik Uyumu ve Aldatma Eğitimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çermik, Ö., 1993 “*Kadın Hastalarda Somatizasyon: Çok Yönlü Bir Değerlendirme*” Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Ankara. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Çevik, A. (1990). Berksun O. Bir grup süreci içinde iletişim ve etkileşimin duygu belirten sözcükler açısından incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 1, 199-202.

Çiftçi, S. (2015). *Miyokard Enfarktüsü Geçiren Hastalarda Problem Çözme Becerisi ve psikiyatrik Belirtiler Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Çilli, A. S., Kaya, N., Bodur, S., Özkan, İ., & Kucur, R. (2004). Ev kadınlarında ve çalışan evli kadınlarda psikolojik belirtilerin karşılaştırılması. *Genel Tıp Dergisi*, 14(1), 1-5.

D' Zurilla ve Nezu, A. M. (1999). A Social Competence Approach to clinical intervention. Problem-Solving Therapy. *Newyork: Springer Publishing Company*.

Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte uyumun demografik özelliklere göre incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi), Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir.

Emmelkamp PMG., Bouman KT., Scholing A. Anksiyete Bozukluklarının Epidemiyolojisi ve Etiyolojisi. Anksiyete Bozuklukları Klinik Uygulama Kılavuzu. Çeviri Editörü:Ertuğrul Köroğlu. Çevirenler: Birsen Ceyhun, Nursen Oral. Hekimler Yayın Birliği. s..32-45,Ankara, 1994.

Epstein, N., Bishop, B., Rych, D., Miller, C., & Keitner, G. (1993). The Mc Master Model View of Healthy Family Functioning, Walsh, F. (Ed.) Normal Family Processes. Newyork: The Guilfor Pres.

Erbek, E. , Beştepe, E. , Akar, H. , Eradamlar, N. , Alpkan, R. , L. (2005). *Evlilik Uyumunu. Düşünen Adam*; 18 (1): 39-47

Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H. ve ark. (2005a). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18:39-7

Erci, B. ve Ergin, R. (2005). Women's satisfaction with their marriage in Turkey. *Marriage and Family Review*, 37, 117-133.

Fidanoğlu, O. (2007). *Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Fincham, F.D., & Beach, S.R.H. (1999). Conflict in marriage: Implications for working with couples. *Annual Review of Psychology*, 50, 47-77.

Glenn, N. D.; C. N. Weaver (1978). A Multivariate, Multisurvey Of Marital Happiness. *Journal Of Marriage And The Family*. 40, 269-282.

Glenn, N.D. (1991), The recent trend in marital success in the united states. *Journal of Marriage and the Family*. 53, 261-270.

Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2012). *Family therapy: An overview*. Cengage learning.

Gottman, JM.: Psychology and the study of marital process: why study marriage? *Annual Review of Psychology* 1998, 49: 169-197.

Göka, E., Dönbak, S., Sorunlarını bedenselleştiren hasta (somatizer): Tanı güçlükleri ve tedavi yaklaşımları. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 1993. 1(4): p. 326-37.

Gözcüoğlu, P.E.A. (2012). *Koroner Anjiyografi Uygulanan hastalarda Somatizasyon ve İlişkili Faktörlerin Değerlendirilmesi*. Tıpta Uzmanlık Tezi. Ufuk Üniversitesi, Ankara.



Grandon J. R., Myers, J. E. ve Hattie, J. A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes and marital satisfaction. *Journal of Counseling and Development*, 82, 58-68.

Gümüş, H., Evli Bireylerin Sosyal Destek Düzeyleri İle Yaşam Doyumları Ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, Cilt: 4, Sayı: 3, 2015, s.a: 1-13.

Güneş, K. D. (2007). *Boşanma Sürecindeki Eşlerin Aile içi İlişkileri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Güven, N. ve Sevim, S. A. (2005). İlişkilerle ilgili çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(8), 49-58.

Isaac, R. and Shah, A., 2004, "Sex Roles and Marital Adjustment in Indian" *International Journal Of Social Psychiatry*, 50(2) pp. 129-141.

İlkketenci, R. (2004). *Evli bireylerin problem çözme becerileri ve evlilik uyumları arasındaki ilişki* (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Kalaycı, N. (2001). *Sosyal bilgilerde problem çözme ve uygulamalar*. Ankara: Gazi Kitabevi.

Kansız, M. ve Arkar, H. (2011). Mizaç ve karakter özelliklerinin evlilik doyumunu üzerindeki etkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 12, 24-29.

Kaplan, M., & Maddux, J. E. (2002). Goals and marital satisfaction: Perceived support for personal goals and collective efficacy for collective goals. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(2), 157-164.

Kara, H. ve Abay, E., 2000, "Kronik Ağrıya Psikiyatrik Yaklaşım" *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 89-99.

Karaköse, S. (2017). Yeni evli çiftlerde evlilik uyumu ve somatizasyon arasındaki ilişkinin boylamsal açıdan incelenmesi. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul

KARNEY, B.R. ; BRADBURY, T.N. (1997) "Neuritisim, Marital Interaction, and the Trajectory of Marital Satisfaction". *Journal of Personality and Social Psychology*. 72 (5), pg: 1075-1092.

Kastro R.: *Evlilik İçi Uyum ve Depresyon*. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilimdalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul,1998.

Katon, W., Ries, R. K., & Kleinman, A. (1984). Part II: A ospective DSM-III study of 100 consecutive somatization patients. *Comprehensive Psychiatry*, 305-314.

Kesebir, S., Kavzoğlu, S.Ö., Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*. 3(2):321-342.

Kesebir S. (2004). Depresyon ve Somatizasyon. *Klinik Psikiyatri.Ek 1*:14-19

Kirby, J. S. (2005). *A Study Of The Marital Satisfaction Levels Of Participants In A Marriage Education Course*. Doctoral Dissertation, University of Louisiana, Lafayette.

Koca, D. A., & Yüksel, M. Y. (2017). Bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluşuna etkisi. *Uluslararası Alan Eğitimi Dergisi*, 3(1), 1-19.

Köroğlu E, Güleç C. (Editörler) (2007), *Psikiyatri Temel Kitabı*. Ankara. Hekimler Yayın Birliği, 2007:369-393.

Köroğlu, E. (2015). *Psikiyatri Sözlüğü*. Ankara. Hekimler Yayın Birliği.

Larson, J. H. (2004). *The great marriage tune-up book: A proven program for evaluating and renewing your relationship*. John Wiley & Sons.

Lim, B. K. H. (2000). *Conflict resolution styles, somatization, and marital satisfaction in Chinese couples: The moderating effect of forgiveness and willingness to seek professional help* (Doctoral dissertation, Texas Tech University).

Lim, BKH (2000). Conflict resolution styles, somatization, and marital satisfaction in chinese couples: the moderating effect of forgiveness and willingness to seek professional help. *Dissertation Abstracts International*, 61 (7-B), 3902.

Lipowski ZJ. Somatization: The concept and its clinical application. *Am J Psychiatry* 1988; 145, 1358-1368.

McNulty, J.K., Russell, V.M., When 'Negative' Behaviors Are Positive: A Contextual Analysis of The Long-term Effects of Problem-Solving Behaviors on Changes in Relationship Satisfaction, *Journal of Personality and Social Psychology*, Cilt: 98, Sayı:4, 2010, sa:587-604.

Öncü, B., & Çevik, A. (1999). Somatoform Bozukluk Tanısı Alan Hastalar: Depresyon, Anksiyete, Yaşam Doyumu, Evlilik Uyumları, Duygu Kontrol Düzeyleri ve Olumsuz Yaşam Olaylarının Etkisi. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry*, 1(1), 84-89.

Özen, E. M., Serhadli, Z. N. A., Türkcan, A. S., & Ülker, G. E. (2010). Somatization in depression and anxiety disorders. *Düşünen Adam*, 23(1), 60.

Özgül İbrahim Ethem, Evlilik ve Aile Terapisi, *PDREM Yayınları*, Ankara, 2000, s. 20-39

Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede iletişim ve yaşam*. PDREM Yayınları.

Özgüven, İ.E. (2002). *Bireyleri Tanıma Teknikleri*. Ankara: PDREM

Özmen, E., Demet, M. M., Gülseren, L., & Kültür, S. (1993). Somatik yakınmaları ile psikiyatri polikliniğine başvuranlarda DSM-III-R tanıları. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 6, 16-21.

Öztürk, M. O., & Uluşahin, A. (2004). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları.(10. baskı). *Nobel Tıp Kitabevleri: Ankara*, 291-342.

Özügurlu, K. (2013). *Evlilik Raporu (Evlilik-Aile ve Yaşam Birlikteliği)*. Altın Kitaplar. İstanbul.

Rosen, D., Morse, J. Q., & Reynolds III, C. F. (2011). Adapting problem-solving therapy for depressed older adults in methadone maintenance treatment. *Journal of substance abuse treatment*, 40(2), 132-141.

Sadock B J, Sadock V A. Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry Türkçesi. Çeviri Ed: Aydın H, Bozkurt A. Güneş Kitabevi, Ankara (2007) S.1800-1829.

Sağduyu, A. (1995). Sağlık Ocağına Başvuran Hastalarda Somatizasyon, *Türk Psikiyatri Dergisi*; 6(1):21-29.

Sardoğan, M. E. ve Karahan, T. F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programının evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38 (2), 89-102.

Saxton, L. (1982), Marriage. The Nature of Marriage, The Individual, *Marriage, and the Family*. (5.Baskı). Wadsworth Publishing Company Belmont, California A Division of Wadsworth, Inc. SS. 216-224.

Sırlıer, E., 2012. *Somatizasyon Bozukluğu olan Hastalarda Orbitofrontal Korteks Hacimleri ve Klinik Değişkenlerle İlişkisi*, Uzmanlık Tezi, Fırat Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı.

Sokolski, D.M.,Hendrick,S.S. (1999). Maritalsatisfaction. *AmericanJournal of FamilyTherapy*. C.26, SS.39-49.

Spainer, G. B. (1979). The measurement of marital quality. *Journal of Sex & Marital Therapy*,

Stoudemire A (1991) Somatothymia, Parts I and II. *Psychosomatics*, 32:365-381.

Şahin, Ç. (2004). Problem Çözme Becerisinin Temel Felsefesi. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10, 160-171.

Şahin, E.M.Ö., Türkcan, A.S., Belene, A., Yeşilbursa, D. ve Yurt, E. (2009). Somatizasyonda Kültürel ve Sosyolojik Faktörler. *Yeni Sempozyum*, 47(4): 187-193.

Tarhan, N. (2014). *Evlilik Psikolojisi*. 20. Baskı, Timaş Yayınları, İstanbul.

Tarhan, T., *Evlilik Psikolojisi*, Timaş Yayınları, İstanbul, 2006

Taşköprü, M. (2013). *Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.).

Tezcan, M. (2000). *Türk Ailesi Antropolojisi*. Ankara: İmge Kitapevi.

Tezer, E. (1994). Evli eşler arasındaki çatışmalar ile çeşitli demografik değişkenlerin evlilik doyumuna etkisi: kadın eşin bir işte çalıştığı ve çalışmadığı eşler üzerinde bir araştırma. *3P Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, 2 (3), 209-217.

Tıp terimleri Sözlüğü <http://www.tipterimlerisozlugu.com/somatization.html>

Tutarel-Kışlak, Ş. (1999). Evlilikte Uyum Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *3P Dergisi*, 7 (1), 50-57.

Tümer, A.B. (1998). *Evli Çiftlerde Gözlenebilen Çatışma Odakları ve İletişim Sorunları*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi.

Türk Dil Kurumu. Genel Türkçe sözlük. <http://www.tdk.gov.tr/>. Erişim Tarihi: 24 Nisan 2019

Uğur, M. (2015). *Evli ve Bekar Kadınlarda Somatizasyon ve İlişkili Faktörler*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Üncü, S. (2007). Duygusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara*.

Ünüvar, A. (2003). *Çok yönlü algılanan sosyal desteğin 15-18 yaş arası lise öğrencilerinin problem çözme becerisine ve benlik saygısına etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Von Wijk, C. M., & Kolk, A. M. (1997). Sex difference in physical symptoms. *Soc Sci Med*, 45, 231-246.

Vurak Batık, M., & Kalkan, M. (2017). Evlilikte Algılanan Sorun Çözme Becerileri ve Evlilik Doyumu. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 6(5).

Yalçın, B., Tetik, S. ve Açıkgöz, A. (2010). Yüksek okul öğrencilerinin problem çözme becerisi algıları ile kontrol odağı düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 2 (2), 19-27.

Yavuz, F.K. (2012). *Fibromyalji ve Somatoform Bozukluk Hastalarında Kişilik Özelliklerinin Karşılaştırılması*. Tıpta Uzmanlık Tezi. Düzce Üniversitesi, Düzce.

Yıldırım, İ. (1992). *Evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe University, Ankara.

Yıldız M.& Akyol A. (1995). Somatizasyon ve konversiyon bozuklukları: Karşılaştırmalı bir çalışma. *Turgut Özal Tıp Merkezi Dergisi*, 2(4), 344-347.

## EKLER

### EK A: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Sayın katılımcı,

Sizi Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Tez çalışması kapsamında yapılan “Evlü Bireylerde, Problem Çözme Becerisi ve Evlilik Doyumu ile Somatizasyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı araştırmaya davet ediyorum.

Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir zaman içerisinde çalışmadan çıkma hakkına sahiptir. Araştırmanın sonuçlarının güvenilir olması için size verilen formlardaki sorulara samimi ve gerçeği yansıtan cevaplar vermeniz çok önemlidir. Cevaplarınız kesinlikle gizli kalacak ve araştırmacı dışında başka kimse tarafından görülmeyecektir. Bu formlardan elde edilecek bilgiler yalnızca bu araştırmada kullanılacaktır. Her bir maddeyi dikkatli bir şekilde okuyarak, size en uygun olduğunu düşündüğünüz seçeneği işaretleyin.

Anketleri doldurmanız ortalama 15 dakika sürecektir. Araştırma hakkında sorularınız olması halinde [revankfksl@hotmail.com](mailto:revankfksl@hotmail.com) e-posta adresinden ulaşabilirsiniz.

Katkılarınız için teşekkür ederim.

Şartları okudum, kabul ediyorum.



## EK B: Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu

Lütfen aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.

1) Yaşınız:

2) Cinsiyetiniz: Kadın  Erkek

3) Eğitim Durumunuz:

İlkokul  Ortaokul  Lise

Üniversite  Lisansüstü  Doktora

4) Çalışıyor musunuz:  Evet  Hayır

5) Kaç Yaşında Evlendiniz:

6) Kaç Yıldır Evlisiniz:

1-5  6-10  11-15  16-20  21 ve üzeri

7) Ne Şekilde Evlendiniz:

Görücü Usulü  Tanışarak  Ailem Tanıştırdı  Kaçarak  
 Diğer

8) Çocuğunuz var mı ? “ Evet” ise kaç çocuğunuz var?

Evet  Hayır Evet ise; .....

9) Herhangi bir medikal rahatsızlığınız var mı?

Evet  Hayır Evet ise; .....

10) Tanı aldığınız psikolojik bir rahatsızlığınız var mıdır?

Evet  Hayır Evet ise; .....

## EK C: Evlilikte Sorun Çözme Ölçeği- ESÇÖ

Aşağıda evlilikte karşılaştığınız problemleri (sorunları) çözme konusunda kendinizi nasıl gördüğünüze ilişkin 9 soru bulunmaktadır. Bu soruların her birinin karşısında 1'den 5'e kadar sayılar yer almaktadır. Her cümleyi dikkatlice okuyunuz ve evlilikte karşılaştığınız problemleri (sorunları) çözme becerinizi nasıl algılıyorsanız buna en uygun seçeneği çarpı (X) işareti koyarak işaretleyiniz.

1) Diğer çiftlere kıyasla, kendi sorun çözme becerilerinizden ne kadar eminsiniz?

Hiç, Emin Değil 1() 2() 3() 4() 5() Çok Emin

2) Çözümleriniz, ilişkideki sorunlarda ne derecede etkilidir?

Çok Etkili 1() 2() 3() 4() 5() Çok Etkili

3) Eşinize bir sorun için, bir çözüm önerme konusunda kendinizi ne kadar rahat hissedersiniz?

Çok rahatsız 1() 2() 3() 4() 5() Çok rahat

4) İlişkinizde karar verme sürecine ne kadar katkınız olur?

Hiç 1() 2() 3() 4() 5() Çok

5) Evliliğinizde karar verme sürecinden ne kadar mutlusunuz?

Çok Mutsuz 1() 2() 3() 4() 5() Çok Mutlu

6) Esinizle sorunları tartışırken, eşiniz sizin duygularınızı ne kadar iyi anlar?

Asla 1() 2() 3() 4() 5() Her zaman

7) Sorunlara getirilen çözümlerden ne kadar memnunsunuz?

Hiç Memnun Değil      1()    2()    3()    4()    5()    Çok Memnun

8) Eşinizle birlikte sorun çözmeye çalışmak konusunda kendinizi ne kadar rahat hissediyorsunuz?

Çok Rahatsız              1()    2()    3()    4()    5()    Çok Rahat

9) Bir çift olarak ilişkideki farklılıklar ya da sorunları çözme konusunda kendinizi nasıl değerlendirirsiniz?

Çok Etkisiz              1()    2()    3()    4()    5()    Çok etkili

## EK D: Evlilik Yaşam Ölçeği- EYÖ

Aşağıda evlilik yaşamına ilişkin 10 cümle bulunmaktadır. Bu cümlelerden her birinin altında da “kesinlikle katılmıyorum”, “katılmıyorum”, “kararsızım”, “katılıyorum” ve “kesinlikle katılıyorum” seçenekleri yer almaktadır. Her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin evlilik yaşamınıza uyan seçeneği çarpı (X) koyarak işaretleyiniz.

1. Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum

2. Evliliğimizdeki engellerin aşılamaz olduğunu düşünüyorum.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum

3. Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum

4. Evliliğimizde giderek eksilen heyecan beni rahatsız ediyor.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum

5. Evliliğimiz zaman zaman bana bir yük gibi geliyor.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum

**6. Huzurlu bir ev yaşamım var.**

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle
Katılmıyorum				Katılıyorum

**7. Evliliğimiz her geçen gün daha iyiye doğru gitti.**

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle
Katılmıyorum				Katılıyorum

**8. Bizim ilişkimiz ideal bir karı-koca ilişkisidir.**

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle
Katılmıyorum				Katılıyorum

**9. Eşim benim için aynı zamanda iyi bir arkadaşır.**

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle
Katılmıyorum				Katılıyorum

**10. Başbaşa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.**

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kesinlikle	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle
Katılmıyorum				Katılıyorum

## EK F: Somatizasyon Ölçeği- SÖ

Bu formda sıra ile numaralandırılmış bazı sorular bulacaksınız. Her soruyu okuyarak kendi durumunuza göre **DOĞRU** ya da **YANLIŞ** olup olmadığına karar verin. Bu soruları sadece kendinizi düşünerek yanıtlayın. Bazı sorular birbirinin aynısı ya da tam tersi gibi gelebilir. Mümkünse bütün soruları cevaplamaya çalışın.

	DOĞRU	YANLIŞ
1. Çoğu zaman boğazım tıkanır gibi olur.		
2. İştahım iyidir.		
3. Başım pek az ağrır.		
4. Ayda bir iki defa ishal olurum.		
5. Midemden oldukça rahatsızım.		
6. Çoğu kez midem ekşir.		
7. Bazen utanınca çok terlerim.		
8. Sağlığım beni pek kaygılandırmaz.		
9. Hemen hemen hiçbir ağrı ve sızım yok.		
10. Bazen başımda sızı hissederim.		
11. Çoğu zaman başımın her tarafı ağrır.		
12. Sağlığım birçok arkadaşımınki kadar iyidir.		
13. Pek seyrek kabız olurum.		
14. Ensemden nadiren ağrı hissederim.		
15. Vücutumda pek az seyirme ve kasılma olur.		
16. Çabucak yorulmam.		
17. Pek az başım döner ya da hiç dönmez.		
18. Yürürken dengemi hemen hemen hiç kaybetmem.		
19. Soğuk günlerde bile kolayca terlerim.		

20.Çoğu zaman yorgunluk hissederim.		
21. Hemen her gün mide ağrılarından rahatsız olurum.		
22.Tekrarlanan mide bulantısı ve kusmalar bana sıkıntı verir.		
23. Çoğu zaman bütün vücudumda bir halsizlik duyarım.		
24.Son birkaç yıl içinde sağlığım çoğu zaman iyi idi.		
25. Çok defa sabahları dinç ve dinlenmiş olarak uyanırım.		
26.Çok zaman bana kafam şişmiş ya da burnum tıkanmış gibi gelir.		
27.Çoğu zaman başım sıkı bir çember içindeymiş gibi hissedirim.		
28. Kalp ve göğüs ağrılarında hemen hemen hiç şikayetim yoktur.		
29.Hayatımda hiçbir zaman kendimi şimdiki kadar iyi hissetmedim.		
30.Kalbimin hızlı çarptığını hemen hemen hiç hissetmem ve çok seyrek nefesim tıkanır.		
31. Hiç felç geçirmediğim ya da kaslarımda olağanüstü bir halsizlik duymadım.		
32.Ortada hiçbir neden yokken haftada bir ya da daha sık birdenbire her yanıma ateş basar.		
33.Vücudumun bazı yerlerinden çok defa yanma, gıdıklanma, karıncalanma ve uyuşukluk hissedirim.		

## ÖZGEÇMİŞ

### **Kişisel Bilgiler**

Ad Soyad : Revan Kafkaslı  
Doğum Tarihi : 24.05.1991  
Doğum Yeri : İzmit

### **Eğitim Durumu**

Üniversite : İstanbul Medeniyet Üniversitesi - Psikoloji Bölümü

### **Staj Yaptığı Yerler :**

İstanbul Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi

Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi

Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi/ Ruh Sağlığı ve Hastalıkları  
Anabilim Dalı

### **İş Deneyimi**

2016-devam ediyor: Korto Psikoloji- Kurum Asistanı

**İletişim:** revankfks1@hotmail.com