

**YÜKSEK KAYGI VE DEPRESYON DÜZEYİNİN EVLİLİK
YAŞAMI İLE İLİŞKİSİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

BEYZA DURMUŞOĞLU IRMAK

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

2017

**YÜKSEK KAYGI VE DEPRESYON DÜZEYİNİN EVLİLİK
YAŞAMI İLE İLİŞKİSİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

BEYZA DURMUŞOĞLU IRMAK

**İstanbul Aydın Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, 2014
Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans
Programı, 2017**

**Bu Tez, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne Yüksek Lisans (MA)
derecesi için sunulmuştur.**

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

2017

İŞIK UNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

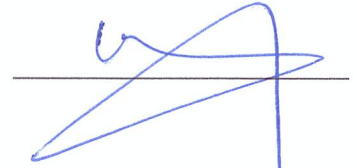
YÜKSEK KAYGI VE DEPRESYON DÜZEYİNİN EVLİLİK YAŞAMI İLE İLİŞKİSİNİN
DEĞERLENDİRİLMESİ

BEYZA DURMUŞOĞLU IRMAK

ONAYLAYANLAR:

Yrd.Doç.Dr. Vicdan Yücel
(Tez Danışmanı)

Işık Üniversitesi



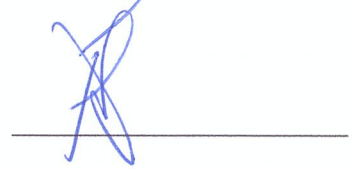
Yrd.Doç.Dr. Nazlı Balkır

Işık Üniversitesi



Prof.Dr. Falih Köksal

Boğaziçi Üniversitesi



ONAY TARİHİ: 05.06.2017

ASSESSMENT OF THE RELATIONSHIP BETWEEN HIGH ANXIETY AND DEPRESSION LEVEL IN MARRIAGE LIFE

Abstract

Objective: In this study, it was aimed to determine the relationship between the marriage of married individuals and depression and anxiety levels.

Method: A questionnaire was applied to selected 263 individuals who were married for 18 years and over for at least 1 year, among the individuals residing in İstanbul İli Kartal, Maltepe, Sarıyer and Şişli Districts.

Findings: Trait anxiety according to findings from the study; Obsessive attachment, indifferent attachment, and fearful attachment; Reducing the level of secure attachment. State anxiety increases the level of indifferent attachment and fearful attachment; Reducing the level of secure attachment. Depression; Increases the levels of indifferent and fearful attachment, and reduces the level of secure attachment. Obsessive attachment varies according to the duration of marriage and the number of children. Unregistered binding; Duration of marriage, number of children, education level of spouse and monthly salary. Fearful bonding; Marriage age, monthly income and psychological support. Secure connection; Age of marriage, age difference between spouses, kinship status, number of children, educational status and education level. State Anxiety; The age of marriage, the age of marriage, age difference between spouses, marriage decision style, kinship status, number of children, educational status, education level, monthly gain and psychological support status. Constant anxiety; Gender, age, age difference between spouses, number of children, education level of spouse, monthly gain and psychological support situation. Depression; Sex, age of marriage, number of children, educational status and education level.

Conclusion: Anxiety and depression have negative effects on marriage experiences.

Key words: Marriage life, anxiety, depression, relationship scales, attachment.

YÜKSEK KAYGI VE DEPRESYON DÜZEYİNİN EVLİLİK YAŞAMI İLE İLİŞKİSİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Özet

Amaç: Bu çalışmada evli bireylerin evlilikleriyle depresyon ve kaygı düzeyleri arasında ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: 18 yaş ve üzeri en az 1 yıldır evli olan, İstanbul İli Kartal, Maltepe, Sarıyer ve Şişli İlçelerinde ikamet eden bireyler arasından amaçlı örnekleme tekniği ile seçilen 263 kişiye anket uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırmadan elde edilen bulgulara göre sürekli kaygı; saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma düzeyini artırırken; güvenli bağlanma düzeyini azaltmaktadır. Durumluk kaygı ise kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma düzeyini artırmakta; güvenli bağlanma düzeyini azaltmaktadır. Depresyon; kayıtsız ve korkulu bağlanma düzeylerini artırırken, güvenli bağlanma düzeyini azaltmaktadır. Saplantılı bağlanma, evlilik süresi ve çocuk sayısına göre farklılaşmaktadır. Kayıtsız bağlanma; evlilik süresi, çocuk sayısı, eşin eğitim durumu ve aylık kazanca göre farklılaşmaktadır. Korkulu bağlanma; evlilik yaşı, aylık kazanç ve psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır. Güvenli bağlanma; evlilik yaşı, eşler arası yaş farkı, eş ile akrabalık durumu, çocuk sayısı, eğitim durumu ve eşin eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır. Durumluk kaygı; evlilik süresi, evlilik yaşı, eşler arası yaş farkı, evlenme karar şekli, eş ile akrabalık durumu, çocuk sayısı, eğitim durumu, eşin eğitim durumu, aylık kazanç ve psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır. Sürekli kaygı; cinsiyet, yaş, eşler arası yaş farkı, çocuk sayısı, eşin eğitim durumu, aylık kazanç ve psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır. Depresyon; cinsiyet, evlilik yaşı, çocuk sayısı, eğitim durumu ve eşin eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır.

Sonuç: Kaygı ve depresyonun evlilik yaşantıları üzerinde olumsuz etkileri olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Evlilik yaşamı, kaygı, depresyon, ilişki ölçekleri, bağlanma.

Teşekkür

Bu çalışmanın tamamlanmasında birçok kişinin önemli katkıları bulunmaktadır. Öncelikle Yüksek Lisans eğitimimin tüm aşamalarında bana yardımcı olan, bilgi, destek ve deneyimini esirgemeyen, yapıcı bakış açısı ile tezime katkı sağlayan sevgili danışman hocam Yrd. Doç. Dr. Vicdan Yücel'e teşekkürü borç bilirim.

Araştırma verilerinin toplanmasında anket formlarını tüm samimiyeti ile dolduran, bana destek olan, bu çalışmaya katkı sağlayan tüm evli bireylere teşekkürlerimi sunarım. Hayatım boyunca attığım tüm adımlarda yanımda olan, aldığım kararlara saygı gösteren, yapmak istediğim işler konusunda beni yüreklendiren ve her daim desteklerini hissettiğim aileme, annem Gönül Durmuşoğlu, babam Muharrem Durmuşoğlu, abim Emir Durmuşoğlu ve kardeşim Berna Durmuşoğlu'na sonsuz teşekkür ederim. Son olarak, çalışma süresince tüm zorlukları benimle göğüsleyen ve hayatımın her evresinde bana destek olan değerli eşim Melih Irmak'a, babannem Cankız Irmak, babam Behçet Irmak, annem Şenay Irmak, görümcem Hazal Irmak ve canım oğlum Bayezidhan Irmak'a sonsuz teşekkür ederim.

Beyza DURMUŞOĞLU IRMAK

İÇİNDEKİLER

Abstract	iii
Özet	iv
Teşekkür	v
İçindekiler	vi
Tablolar Listesi	ix
Kısaltma Listesi	xi
Bölüm 1 - Giriş	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.3. Araştırmanın Önemi	6
1.4. Araştırmanın Sayıltıları	8
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	8
1.6. Tanımlar	9
Bölüm 2 - İlgili Çalışmalar Ve Araştırmalar	10
2.1. Evlilik	10
2.1.1. Evlilik ve İletişim-Etkileşim	11
2.1.2. Evlilik ve Eşler Arası Benzerlik	13
2.1.3. Evlilik ve Bağlanma	14
2.1.4. Evlilik ve Zaman	14
2.1.5. Evlilik ve Çocuk	15
2.1.6. Evlilik ve Cinsiyet	17
2.1.7. Evlilik ve Sağlık	18
2.2. Evlilik Uyumu	20
2.3. Türkiye'deki Evlilik Araştırmaları	23
2.4. Kaygı	28
2.4.1. Biyolojik Varsayımlar	31

2.4.2. Psikolojik Varsayımlar	32
2.4.2.1. Psikoanalitik Yaklaşım	32
2.4.2.2. Bağlanma Teorisi	35
2.4.2.3. Varoluşçu Yaklaşım	36
2.4.2.4. Davranışçı ve Öğrenme Yaklaşımları	37
2.4.2.5. Bilişsel Yaklaşım	38
2.4.3. Sürekli Kaygı	39
2.4.3.1. Sürekli Kaygı ve Kaygı Duyarlılığı	39
2.4.4. Kaygı Araştırmalarına Örnekler	40
2.4.5. Stres Yaratan Yaşam Olaylarının Kaygıya Etkisi	41
2.4.6. Evlilik ve Kaygı	43
2.5. Depresyon	44
2.5.1. Depresyonun Tarihçesi	44
2.5.2. Depresyonun Epidemiyoloji	45
2.5.3. DSM-V'e Göre Majör Depresyon Bozukluğu	45
2.5.4. Depresyona Farklı Kuramsal Yaklaşımlar	47
2.5.4.1. Tanımlayıcı Yaklaşımlar	47
2.5.4.2. Psikodinamik Yaklaşımlar	49
2.5.5. Depresyonun Etiyolojisi	51
2.5.5.1. Öğrenilmiş Çaresizlik	52
2.5.5.2. Psikanalitik Yaklaşım	53
2.5.5.3. Aile Gözlem Çalışmaları	53
2.5.5.4. Bağlanma Araştırmaları	54
Bölüm 3 - Yöntem	
3.1. Araştırmanın Modeli ve Hipotezleri	56
3.2. Evren ve Örneklem	56
3.3. Veri Toplama Araçları	60
3.3.1. İlişki Ölçekleri Anketi	60
3.3.2. Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği	61
3.3.3. Beck Depresyon Envanteri	61
3.4. Verilerin Analizi ve Yorumlanması	62
Bölüm 4 - Bulgular Ve Değerlendirme	64
4.1. Ölçekler Arası Korelasyonlar	65
4.2. Regresyon Analizleri	66

4.3. Fark Analizleri	69
4.3.1. İlişki Ölçekleri ve Kişisel Bilgi Formu Arasındaki İlişkiler	70
4.3.2. Kaygı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu Arasındaki İlişkiler	82
4.3.3. Depresyon Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu Arasındaki İlişkiler	91
Bölüm 5 - Tartışma	96
Bölüm 6 - Sonuç Ve Öneriler	101
Kaynaklar	
Ekler	
Özgeçmiş	

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcı Profiline İlişkin Frekans ve Yüzdeler	58
Tablo 2. Ölçeklere İlişkin Betimleyici İstatistikler	64
Tablo 3. Ölçekler Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu	65
Tablo 4. Kaygı Ölçeğinin Saplantılı Bağlanma Üzerindeki Etkisi	66
Tablo 5. Depresyon Ölçeğinin Saplantılı Bağlanma Üzerindeki Etkisi	66
Tablo 6. Kaygı Ölçeğinin Kayıtsız Bağlanma Üzerindeki Etkisi	67
Tablo 7. Depresyon Ölçeğinin Kayıtsız Bağlanma Üzerindeki Etkisi	67
Tablo 8. Kaygı Ölçeğinin Korkulu Bağlanma Üzerindeki Etkisi	67
Tablo 9. Depresyon Ölçeğinin Korkulu Bağlanma Üzerindeki Etkisi	68
Tablo 10. Kaygı Ölçeğinin Güvenli Bağlanma Üzerindeki Etkisi	68
Tablo 11. Depresyon Ölçeğinin Güvenli Bağlanma Üzerindeki Etkisi	68
Tablo 12. Normallik Test Sonuçları	69
Tablo 13. Cinsiyet ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	70
Tablo 14. Yaş ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	71
Tablo 15. Evlilik Süresi ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	72
Tablo 16. Evlilik Yaşı ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	73
Tablo 17. Eşler Arası Yaş Farkı ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	74
Tablo 18. Evlenme Karar Şekli ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	75
Tablo 19. Eş İle Akrabalık Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	76
Tablo 20. Çocuk Sayısı ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	77
Tablo 21. Eğitim Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	78
Tablo 22. Kadınların Eşinin Eğitim Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	79
Tablo 23. Erkeklerin Eşinin Eğitim Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	80
Tablo 24. Aylık Kazanç ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	81
Tablo 25. Psikolojik Destek Alma Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi	82
Tablo 26. Cinsiyet ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	82

Tablo 27. Yaş ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	83
Tablo 28. Evlilik Süresi ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	83
Tablo 29. Evlilik Yaşı ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	84
Tablo 30. Eşler Arası Yaş Farkı ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	85
Tablo 31. Evlenme Karar Şekli ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	86
Tablo 32. Eş İle Akrabalık Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	87
Tablo 33. Çocuk Sayısı ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	87
Tablo 34. Eğitim Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	88
Tablo 35. Kadınların Eşinin Eğitim Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	88
Tablo 36. Erkeklerin Eşinin Eğitim Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	89
Tablo 37. Aylık Kazanç ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	90
Tablo 38. Psikolojik Destek Alma Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi	90
Tablo 39. Cinsiyet ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	91
Tablo 40. Yaş ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	91
Tablo 41. Evlilik Süresi ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	91
Tablo 42. Evlilik Yaşı ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	92
Tablo 43. Eşler Arası Yaş Farkı ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	92
Tablo 44. Evlenme Karar Şekli ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	92
Tablo 45. Eş İle Akrabalık Durumu ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	93
Tablo 46. Çocuk Sayısı ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	93
Tablo 47. Eğitim Durumu ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	93
Tablo 48. Kadınların Eşinin Eğitim Durumu ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	94
Tablo 49. Erkeklerin Eşinin Eğitim Durumu ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	94
Tablo 50. Aylık Kazanç ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	95
Tablo 51. Psikolojik Destek Alma Durumu ve Depresyon Ölçeği İlişkisi	95

KISALTMA LİSTESİ

İÖA	:	İlişki Ölçekleri Anketi
DSKÖ	:	Durumluk Sürekli Kaygı Ölçeği

BÖLÜM 1

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Yıldırım (1993), karşı çıkılmasına veya savunulmasına karşın evliliğin, yaklaşık M.Ö.2000 yılından günümüze kadar değişip gelişmekle birlikte temel niteliklerini koruyarak devam eden ve vazgeçilemeyen bir kültür olgusu olduğunu aktarmaktadır. Geçmiş yıllardan beri ruhsal bozuklukların tanı ve tedavisi ile ilgili yapılmakta olan çalışmalar, bireyin içinde yaşadığı sistemler çerçevesinde ele alınması gerektiğini vurgulamaktadırlar. İnsanoğlunun içinde bulunduğu önemli sistemlerin başında da aile ve evlilik gelmektedir (Kabakçı, Tuğrul ve Öztan,1993).

Psikolojinin, evlilik araştırmalarına geç dahil olduğu söylenebilir. Evlilik üzerine yazılan ilk kitap bir psikolog olan Louis Terman'ın önderliğinde Butterweiser, Ferguson, Johnson ve Wilson (1938) ile ortak yayımlanmıştır (Schultz ve Schultz, 2016). Bu kitapta sorulan; “mutlu veya mutsuz evli çiftler arasındaki esas farklılık nedir?” sorusu 20. yüzyıl boyunca evlilik araştırmalarının vazgeçilmez sorusu olmuştur. Terman ve arkadaşları sonrasında “Bazı kişilik özellikleri başarılı evlilik için daha ideal midir?” sorusunu oluşturmuşlardır (Gottman ve Notarius, 2002). İkili ilişkiler özellikle 1970’li yıllardan itibaren psikoloji araştırmalarının en önemli konularından biri olmuştur (Büyükşahin ve Hovardaoğlu, 2004). İlişkiler üzerinde yapılan birçok psikolojik araştırma, ev içinde yaşananlara odaklanır (Richards, 1996). İlişkiler üzerine psikolojideki sorular kabaca şöyle olmaktadır; “olası bir ilişkiyi eşler için istenir yapan şey nedir? Bir ilişki nasıl biçimlenir ve nasıl gelişir? İlişkiler nasıl korunur ya da sürdürülür, onları doyurucu ve kalıcı kılan şey nedir? İlişkiler niçin ve nasıl çözülüp koparlar? İlişkilerin bozulmasına tepkiler neler olabilir?” (Hazan ve Shaver, 2000). Evlilik teorisyenleri sıklıkla bir ilişkinin sürecine başvurmakta ve “büyüme”, “sürdürme”, “kötüleşme” ve “çöküş”ü açıklamaya (örneğin Vangelisti ve Huston, 1994) çalışmaktadırlar. Evliliklerin nasıl değiştiğini açıklamak için ilk girişimlere intrapersonal (kişisel) modeller rehberlik etmiştir (Karney ve Bradbury,

1997). Kişisel modellerde doğal olarak psikanalitik ve psikodinamik bakış etkili olmuştur. Bu yaklaşımlar evlilikte iki kişinin de regresif ihtiyaçlarının önemli olduğu vurgulanmıştır. Kişilerin çatışmaları, regresyonları ve yansıtımlı özdeşim (projektif identifikasyon) özellikleri ile ilişkide olduklarını savunmaktadır (Berman, Lief ve Williams, 1981). Sonraki yıllarda örneğin, Caspi'nin de (1987) belirttiği gibi evlilikte, her eşin ilişkiye getirdiği değişmez özelliklerin diğer eşin reaksiyonuna etki ettiği ve evlilik sürecini etkilediği düşünülmektedir. Sıkıntı, rahatsızlık ve memnuniyetsizlik belirten nörotizm ya da olumsuz duygulanım, zaman içinde evlilikle ilgili sonuçlarla en tutarlı ilişkileri göstermiştir. Daha yüksek nörotisizm seviyeleri, daha az evlilik tatminiyle ve daha yüksek evlilik çözülme hızlarıyla ilişkili bulunmuştur. Kişilik ve aile hikayesi gibi kişisel değişkenlerin zaman içinde süreklilik gösterdiği belirtilerek, etkilerinin evlilikte göreceli olarak sürekli olduğu vurgulanır (Karney ve Bradbury, 1997). İkinci bir bakış açısı, interpersonal (kişilerarası) değişkenlere dikkati çekmiştir (Doherty ve Jacobson, 1982). Evlilikle ilgili kişilerarası modeller, ilişkilerin önemli fenomenlerinin eşler arasındaki interaksyondan kaynaklandığını ileri sürmektedir. Bu yaklaşım eşlerin memnuniyetli bir ilişkileri olup olmadığını birbirleriyle olan deneyimlerinden öğrendiklerini varsayar ve bu yargıların sonraki davranış tarzlarını etkilediği sanılmaktadır (Bradbury ve Fincham, 2000). Markman (1991), normal evlilik anlaşmazlıklarının iyi ele alınmadığı durumlarda, çözümlenmemiş duyguların, evlilik etkileşiminin yıkıcı paternlerini çalıştırarak ve sonunda ilişkinin pozitif yönlerine saldırarak aşındırdığını belirtmektedir (aktaran: Özbey, 2012). Story ve Bradbury (2004), evliliklerin içine yerleştiği bağlamları ve ekolojik mekanlara dikkat çekerek; eşlerin ve çiftin gelişimsel dönemleri, durumları, olayları ve kronik koşulları içeren bir bakış açısı bulunması gerektiğini savunur (Bradbury ve Karney, 2004). Görüldüğü gibi, kökleri bireysel kişiliklere dayandırılmış bir araştırma geleneği, ilişkilerin araştırılmasına yol açmıştır. Sonraki gelişmelerde, iki tarz düşüncenin (bireysel ve ilişkisel) hiç bir anlamda birbirine benzemediği gösterilmiştir (Gottman, 1982).

İki insan birlikte olmaya başladıkları andan itibaren, daha önceki veya bireysel yaşam biçimlerini değiştirmeye ve yeni etkileşim biçimleri denemeye başlarlar. Ancak bunların “tutması” oranında, bir çift, iki kişilik bir psikolojik sistem oluştururlar. Bu aynı zamanda, bireylerin dış sosyal dünya ve kendi iç dünyalarıyla, kök aileleriyle vb. ilişkilerinin yeniden düzenlenmesi demektir (Gülerce, 1996). Eşlerin evliliklerine getirdikleri bireysel güçlülükler ile eşlerin evlenir evlenmez karşılaştıkları stresli

olaylar evlilikteki kişilerarası ilişki repertuarı ve evlilik kalitesinin çizdiği yörüneyi etkileme ihtimali olan iki ek faktördür (Bradbury ve Karney, 2004). Sistem Kuramı varsayımlarınının 1950'ler ve sonrasında etkili olmasıyla, ilişkilerin davranışlar dizisi olmayıp, etkileşimler dizisi oldukları ve onları meydana getiren kişilerin etkileşimlerinden doğan, ancak o kişilerin kişilik özellikleri ile açıklanamayacak nitelikleri olduğu savı yaygınlaşmıştır. Kuram gereği, ilişkiler zaman içinde değişebilen, kalıcı olmayıp, dinamik ve çevre ile etkileşim içindedirler. Öğeler sürekli olarak birbirlerini etkiler ve birbirlerinden etkilenirler.

Nörotisizm ve evlilik interaksyonu, evliliğin nasıl değiştiği hakkında en sık üzerinde çalışılan iki değişken olmuştur (Karney ve Bradbury, 1997). Bireyler kişilik, ırk, kültür, bireysel tarih ve önceki tecrübeleri, alışkanlıklar ve tercihleri, davranışlar ve değerler gibi boyutlarda birbirlerinden büyük ölçüde ayrılırlar. Bireylerin bu özellikleri, kurdukları evliliklerine getirdiklerini farz etmek yanlış olmaz (Bradbury ve Karney, 2004). Bu kişisel özelliklerden evlilikte en çok incelenen konulardan biri psikopatolojinin evliliğe etkisidir ki önemli düzeyde evliliği etkilediği bildirilmektedir (Johnson ve Jacob, 2000). Sonrasında nörotizm ölçümlerinin evlilik içinde etkili olduğu gözlemlenmiştir (Gottman, 1998).

Evlilikte uyum konusunun, evlilik ve aile ilişkileri konularında yapılan araştırmalarda önemli bir yeri vardır. Evlilikte uyum başlığı, üzerinde en çok çalışılan konulardan biri olmuştur. Çiftler arası uyum şu kıstaslarla belirlenebilecek sürecin çıktısı olarak tanımlanabilir: 1- çiftler arasında sorun yaratan farklılıklar, 2-kişiler arası gerilimler ve kaygılar, 3- çiftler arasında doyum, 4-çiftler arasında bağlılık 5-çift olma açısından önem arz eden konularda görüş birliği (Clout ve Brown, 2016).

Evlilik, birçok değişkeni içeren karmaşık bir süreçtir. Her evlilikte, bireylerin kendi özellikleri, kişilik yapıları ve ruhsal durumları evliliğe etki etmektedir. Bireylerden birinin ruhsal durumundaki bozukluk evlilik uyumlarını düşürmektedir. Micheal ve Alan (2000)'ın yapmış olduğu bir çalışmada, kadın eşlerden depresyon belirtisi gösteren ile göstermeyen çiftler karşılaştırılmıştır. 44 çift üzerinde yapılan bu çalışma sonucunda, eşi depresyonda olan çiftlerin evlilikleri, depresyon belirtileri göstermeyen çiftlerin evliliklerine oranla daha uyumsuz çıkmıştır (aktaran: Kronmüller vd., 2011).

Benzer bir şekilde, Kung (2000)'un yapmış olduğu başka bir araştırmaya göre, depresyon ve stres, sosyal destek eksikliği, rol beklentileri ve birbirlerine etki eden dinamikler, evlilikte mutsuzluk (marital distress) yaratmaktadır. Çiftler üzerinde

yapılan bu çalışma da, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişki açıkça ortaya konulmuştur. Çiftlerin birinin depresif olması, evlilik uyumunu olumsuz etkilemekte ve stres, sosyal destek eksikliği görülmektedir. Ayrıca rol beklentileri kesintiye uğramaktadır. Bu tür çiftlerin, evlilik terapisinden geçmeleri gerektiği, terapi sonucunda ise evliliklerinde düzelmeler kaydedildiği görülmektedir.

Evlilik uyumunu etkileyebilecek, depresyon kadar yaygın hatta daha sık karşılaşılan psikolojik bir durum ise kaygıdır. Kaygı ve kaygınlık hali doğal insani özelliklerden ve duygu durumlarından. Kişinin o anda içinde bulunduğu duruma doğrudan doğruya bağlı olmayan sürekli kaygı, bir kişilik özelliğini de belirler. Sürekli kaygı, bireyleri birbirinden ayırd eden bir özelliktir (Öner ve Le Compte, 1988). Bu duruma rağmen, kaygı evlilik araştırmalarında daha ender yer almaktadır. Kaygı hala depresyonun bireyi etkileyişindeki hükümlerinden kurtulamamıştır ve gölgede kalmaktadır. Dolayısıyla bireyi etkileyişi daha görünür olan depresyon ve evlilik ilişkisi daha çok incelenmiştir (Örneğin; Johnson ve Jacob, 2000). Johnson ve Jacob'un (2000) çalışması bu konuda daha çok veri ve delil sunmaktadır; depresyondaki bireylerin %50' sinden fazlası evlilikte problemlerinin olduğunu bildirmektedirler ve izlemsel çalışma kanıtları daha çok evlilik sorunlarının depresif episodların başlaması, sürmesi ve tedavisini etkileyebildiğini göstermektedir. Örneğin, evlilikle ilgili müdahaleler depresyonda iyi olma halini kolaylaştırırken evlilikteki güçlükler daha yavaş iyi olmayı ve daha çabuk eski kötü haline dönmeye neden olmaktadır (Checkley ve Kumar, 1996). Kısaca, sağlam kanıtlar evlilik sorunlarının depresyon sürecinde önemli bir etkisinin olabildiğini göstermektedir.

Diğer duygularla evlilik ilişkisini çalışan araştırmalar da olmuştur. Örneğin, Fischer, Mosquera ve Van Vianen'nin (2004) bir araştırmasında, kadın eşin olumsuz (negatif) etkisi öncelikli olarak üzüntü, kocanın ki ise üzüntüye ek olarak öfke olarak tespit olunmuştur. Daha yoğun olması nedeniyle öfke evliliğin işleyişi üzerinde daha muazzam bir etkiye sahip olabilmektedir (Rauer ve Volling, 2005). Kaygının uğradığı ihmali, Bolger ve meslektaşlarının araştırmaları kısmen rahatlatmıştır. Bu çalışmalarda, evlilikteki mutlulukla ilgili değişimin tek başına nörotisizmle ilişkili olmadığını, değişim hızlarının nörotisizmle kaygı ve stres yaratıcı olaylar arasındaki interaksiyonla ilişkili olabildiği ileri sürülmektedir (Karney ve Bradbury, 1997). Takiben yapılan çalışmalarda olumsuz duygu semptomlarını (depresyon ve kişiler arası stres) azaltma konusunda iş arkadaşların ve evlilik kalitesinin önemli bir rol oynadığı belirlenmiştir (Gottman ve Notarius, 2002). Kaygının klinik görünüşleri

araştırmalara daha fazla konu olmaktadır. Örneğin Kleiner ve Marshall'ın (1987) yaptığı bir çalışmada kaygı bozukluğu olan grubun, öncesinde uzun zamandır devam eden akraba ve evlilik sorunları olduğu ortaya çıkmıştır. şu an kabul gören görüşde ise, stres verici yaşam olayları ile yakın ilişkili bir tablo olduğunda bu tanının konmaması, uyum bozukluğu olarak sınıflandırılması önerilmektedir (Dehle ve Weiss, 2002). Böyle bir tartışma konusunun varlığı da, uyum reaksiyonunu etkileyen faktörleri gündeme getirmektedir. Kaygının bu anlamda da ele alınması önemli görünmektedir.

Evlilikte bireylerin bireysel özelliklerini ve aralarındaki ilişkiyi etkileyebilecek olan depresyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin nasıl olduğu, hangi değişkenlerle ilişkili oldukları bu araştırmanın konusu ve amacıdır. Sonraki her bölümde konular açısından (evlilik, kaygı ve depresyon) Batı literatüründen ve ülkemizdeki araştırmalardan örneklerle ele alınacaktır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmadaki temel amaç; “evli bireylerin evlilikleriyle depresyon ve kaygı düzeyleri arasında ilişki bulunmakta mı?” şeklinde yapılandırılmıştır. Araştırmanın ana amacından yola çıkılarak, şu alt amaçlar belirlenmiştir;

1. Bireylerin evlilik yaşantıları düzeyi ile kaygı düzeyleri arasında ilişki var mı?
2. Bireylerin evlilik yaşantılarıyla depresyon düzeyi arasında ilişki var mı?
3. Bireylerin depresyon düzeyleriyle kaygı düzeyleri arasında ilişki var mı?
4. Bireylerin evlilik yaşantıları ile kişisel özellikleri (yaş, cinsiyet, evlilik yıl sayısı, sosyoekonomik düzey, eğitim düzeyi, eşin eğitim düzeyi, ocuk sayısı, evlenme yaşı, eş ile yaş farkı, evlenme karar şekli, eş ile akrabalık durumu ve psikolojik destek alma durumu) arasında ilişki var mıdır?
5. Bireylerin kaygı düzeyleri ile kişisel özellikleri (yaş, cinsiyet, evlilik yıl sayısı, sosyoekonomik düzey, eğitim düzeyi, eşin eğitim düzeyi, ocuk sayısı, evlenme yaşı, eş ile yaş farkı, evlenme karar şekli, eş ile akrabalık durumu ve psikolojik destek alma durumu) arasında ilişki var mıdır?
6. Bireylerin depresyon düzeyleriyle kişisel özellikleri (yaş, cinsiyet, evlilik yıl sayısı, sosyoekonomik düzey, eğitim düzeyi, eşin eğitim düzeyi, ocuk sayısı, evlenme yaşı, eş ile yaş farkı, evlenme karar şekli, eş ile akrabalık durumu ve psikolojik destek alma durumu) arasında ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Geçmiş yıllardan beri ruhsal bozuklukların tanı ve tedavisi ile ilgili yapılmakta olan çalışmalar, bireyin içinde yaşadığı sistemler çerçevesinde ele alınması gerektiğini vurgulamaktadır (Birtchnell, 1988). İnsanoğlunun içinde bulunduğu önemli sistemlerin başında aile ve evlilik gelmektedir. Aile örüntülerinin ve evlilik ilişkilerinin incelenmesi gerek kuramsal gerekse klinik amaçlar için önem taşımaktadır. Evlilik ilişkilerinin değerlendirilmesi, her iki eşin kişilik özelliklerinin, eşlerin birbirlerine karşı tutumlarının ve eşler arasındaki etkileşimin araştırılmasını içermektedir (Kabakçı, Tuğrul ve Öztan, 1993). Eşin, evlilik ilişkisi içinde diğer eş tarafından nasıl algılandığının bilinmesi sorunların önlenmesi açısından önem taşımaktadır (Ersanlı ve Kalkan, 2008). Sistemik açıdan bakıldığında, çift alt sistemi, ailenin işleyişi açısından çok önemlidir (Ulu ve Fışıloğlu, 2004). Evlilik uyumu, ailede problemlere sebep olan etmenleri araştırırken kullanılan önemli etmenlerden biridir. Bunun sebebiyse, evlilikteki uyumun aile içinde ve dışında gerçekleşen ilişkileri belirleme görevindeki önemin artmasıdır (Fışıloğlu, 1992).

Evlilik uyumunun çalışılmasının önemini gösteren nedenlerden bazıları şu şekilde belirtilebilir. Birinci neden, boşanma oranındaki yüksekliğe rağmen, evliliğin hala, hem daha önce evlenmemişler hem de boşanmışlar tarafından yine de istenmesi ve gerçekleştirilmesidir. İkinci neden ise evlilik yaşantısında meydana gelen değişikliklerdir. Bütün bu faktörler, evlilik uyumunu olumlu veya olumsuz etkileyen faktörlerin belirlenmesinin önemini göstermektedir (akt.Fışıloğlu, 1992). Evlilik uyumunu etkileyen faktörlerle ilgili bireysel özelliklerden ilişki doğasına doğru “keşifler” yapmak, gerek bireysel, gerekse bireyin dahil olduğu sistemleri ve etkilenişleri anlamak açısından önemlidir.

Evlilik, insanların yaşamındaki en önemli tecrübelerden birisidir (Hünler ve Gençöz, 2003). Bireylerin yaşamında yakın ilişkiler önemlidir ve öznel iyiliğin en büyük kaynakları arasındadırlar. Sağlıklı işlev için yakın ilişkilerin önemine işaret eden ek kanıt olarak, özellikle boşanma yolu ile kesintiye uğrayan ya da kaybedilen bir ilişkinin, kişiyi araba kazalarından alkol istismarına, psikiyatrik bir kuruma kabulden işindeki edim ve başarıyı tehlikeye atmasına kadar her şeye daha eğilimli hale getirdiğini eklemek gerekir (akt. Hazan ve Shaver, 2000). İki insanı başlangıçta biraraya getiren düşünce ve duygular başka çiftlerde kişileri birbirlerinden ayrılmaya iten duygu ve düşüncelere dönüşebilmektedir. Bu nedenle de evlilik araştırmalarındaki

değişkenlerin çeşitlendirilmesi evliliğin ve süreçlerinin daha iyi kavranmasında önemlidir.

Ülkemizde eşlerarası ilişkiyi ele alan bilimsel çalışmaların artması önemlidir. Geçmişte ülkemizde tartışmaya açık olmayan, tabu olarak kabul edilen ve sorun niteliği dahi taşımayan birçok evlilik problemi, günümüzde artık rahatlıkla tartışılabilen ve gündeme getirilmektedir. Evlilik içindeki sorun ve çatışmalar, toplumun; ruh sağlığı konusunda profesyonelleşmiş kişilerden çözülmesini istediği konulardan biri olmuştur (Erbek, Beştepe, Akar ve Alphan, 2005). Bireysel terapilerde ilişki ya da evlilik sorunlarıyla baş vuran kişiler artmaktadır. Ayrıca son yıllarda, evlilik terapisinin hem bireyler hem de ruh sağlığı alanında çalışan uzmanlar tarafından ilgi çektiği bir gerçektir. DSM-IV'de (1994) kullanılan eksen sınıflamasında, Eksen IV başlığı ile Psikososyal ve Çevresel Sorunlar yer almaktadır. Bu bölümde "Birincil Destek Grubuyla Olan Sorunlar" itemi aile içindeki problemlere atıf yapmaktadır. Tüm bu sınıflamalar aile ve evlilik yaşantısının ruh sağlığı uzmanlarınca takip edilmesi gereken bir parametre olduğunu bize göstermektedir.

İlk yapılan evliliklerdeki bitiş oranları % 50 ve % 67 arasında değişmektedir. İkinci evliliklerdeki bitiş oranıysa ilk evliliklere göre %10 daha yüksektir (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000). Ülkemizde 1980'lerde onbinde 35 olan boşanma oranı, 1990'larda onbinde 40 dolayındadır (Tunçkaya, 1992). Boşanma nedenlerinin başında özellikle ülkemizde geçimsizlik gelmektedir (Tuzcuoğlu, 1994). İstatistiklerde "geçimsizlik" ya da "şiddetli geçimsizlik" diye adlandırılan boşanma kriteri oranı %90 civarındadır. Oysa bu olgu aile sistemi ve eşlerarası ilişki tanımı açısından oldukça geniş perspektifte değerlendirilebilecek, arkasında çok farklı oluşları, öyküleri barındırabilecek bir olgudur. Üstelik eşler boşanmış olsa da kendileri de, varsa çocukları da "o" ilişkiden etkilenmiş ya da etkilenmeye devam ediyor olabilmektedirler. Evlilik sistemi, ebeveyn çocuk ilişkisindeki rolü dolayısıyla, ailenin yaşamını etki eden önemli bir alt sistem olarak görülmektedir. Yapılan çalışmaların çoğu boşanma veya evlilik çatışmalarının çocuklarda saldırganlık, davranış bozukluğu ve kaygı gibi çok sayıda sosyal ve bilişsel yetersizlik, uyumsuzluk ve ders başarısında düşüklükle alakalı olduğunu ortaya koymuştur (akt. Şendil ve Kızıldağ, 2003). Evlilik ilişkisinin çocukları olumsuz etkileyen yönlerinin iyileştirilmesi evlilik veya aile terapileri için önemli konulardır (Ulu ve Fışiloğlu, 2004). Evliliği ve evlilik uyumunu çalışmak, bireysel ve ailevi iyilik durumunun merkezi öneminden, sağlam evlilikler biçimlendiğinde ve sürdüğünde topluma sağlanan yararlarından dolayı önemlidir.

Evlilik uyumu ile ilgili çalışmalar aynı zamanda evlilikten kaynaklanan sıkıntıyı bastıran ve boşanmayı engelleyen çiftler için görgül savunma müdahaleleri geliştirme gereksiniminden de kaynaklanmaktadır (Bradbury, Fincham ve Beach, 2002). Evlilikte kriz sebebiyle yardım isteyen eşlerdeki uyuma etki eden sorunları saptayarak, terapide bu sorunlara odaklanması önem taşımaktadır (Erbek vd., 2005). Bradbury ve Karney (2004), çiftlere iletişim ve problem çözme becerileri öğretmek için tasarlanmış kimi müdahalelerin gelecek vaad ettiğini aktarmaktadırlar. Yapılandırılmış beş seanslık beceri temelli programda çiftlerin olduklarından daha iyi duruma geldiklerini ortaya koyan deliller sunulmuştur (Ulu ve Fışiloğlu, 2004). Bu durumda yaşantısal çalışılabilecek terapi seanslarında çiftlerin kaygı ve depresyon özelliklerinin takip edilerek, daha farklı müdahale modellerinin oluşturulması önemlidir.

Bu araştırmanın önemi de depresyon ve kaygıyı bir arada majör değişken olarak kullanıyor olmasıdır. Şu ana kadar ülkemizde bu değişkenlerin ayrı ayrı evlilik yaşantısı üzerindeki etkisine ilişkin çalışmalar bulunmaktadır, ancak evlilik ilişkisi içindeki etkilerini birlikte araştıran çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmanın güçlü diğer bir yönü de genel literatüre bakıldığında oldukça yüksek sayıda bir örneklemden verilerin toplanmış olmasıdır.

1.4. Araştırmanın Sayıtları

1. Araştırmada kullanılan örneklem büyüklüğü, evreni temsil edici niteliktedir.
2. Araştırmada uygulanan yöntem, araştırma amacına uygundur.
3. Araştırmada kullanılan Yakın İlişkiler Ölçeği evlilik yaşantısını, Spielberger Sürekli Kaygı Ölçeği kaygı düzeyini, Beck Depresyon Envanteri depresyon düzeyini ve Bilgi Formu sosyodemografik değişkenleri ölçmektedir.
4. Örnekleme oluşturan evli bireyler ölçek ve anket sorularını samimiyetle, doğru ve yansız olarak yanıtladıkları varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma, evlilik süresi en az 1 yıl olan İstanbul İli Kartal, Maltepe, Sarıyer ve Şişli İlçelerinde ikamet eden, 2017 yılının Nisan ve Mayıs aylarında ulaşılan bireyler ve onların eşleri ile sınırlandırılmıştır.

1.6. Tanımlar

Evlilik: Evlilik, farklı ihtiyaç, istek ve ilgiye sahip iki kişinin, çocuk yapmak ve yetiştirmek, hayatlarını paylaşmak ve beraber yaşamak gibi amaçlar doğrultusunda kurduğu bir ilişki sistemi şeklinde tanımlanır (Ersanlı ve Kalkan, 2008)

Evlilik Uyumu: Evlilik hayatında iyi ya da kötü ilişkiler boyutunda yaşanan hareketlilik sürecidir (Fıfıloğlu, 1992).

Kaygı: Kaygı (anxiety-anksiyete), en genel anlamı ile talihsizlik ya da tehlike beklentisi veya korkusunun meydana getirdiği tedirginlik ya da bunaltıdır (Budak, 2000, s.437).

Depresyon: Depresyon, derin üzüntüye sahip olan bir kişinin hareket, konuşma ve düşüncelerindeki karamsarlık, isteksizlik, güçsüzlük, değersizlik, durgunluk, yavaşlama düşünceleri ve duygularıyla fizyolojik işlevlerde yavaşlamalar yaşanan bir sendromdur (Öztürk, 2008).

BÖLÜM 2

İLGİLİ ÇALIŞMALAR VE ARAŞTIRMALAR

2.1. Evlilik

Evlilik, milattan önce 2000li senelerden günümüze değin, temel özellikler korunarak süregelen ve vazgeçilmez olan bir kültür ögesidir. Evlilik, insanları temel davranışları arasında en temel olanlardan birisidir (Çilli, Kaya, Bodur ve ark., 2004). Hazan ve Shaver (2000) evliliğin ölene kadar eş ile olma amacı taşıyan, kamuya bildirilmiş hukuki bir bağlayıcılığı olan söz olduğunu söylemişlerdir. Evlilikte farklı ihtiyaç, ilgi ve isteğe sahip, birlikte yaşama amacı olan, yaşamlarını paylaşmak isteyen, çocuk yapma ve yetiştirme arzusunda olan bir çiftin, toplumsal onaylama ve karşılıklı dayanışmayla gerçekleştirdiği bir sözleşme, toplumsal yasaklamaların dışında olan bir cinsel gereksinim karşılama ve doyuma ulaşma amaçlarıyla yaptığı kaynaşmadır. Özgüven (2000), evliliğin nedenleri ve gerekleri düşünüldüğü zaman evlilikte, iki bireyin psikolojik, sosyal ve biyolojik ihtiyaçlarının doyurulmasının amaçlandığını söylemektedir. Evlilik içerisindeki mutluluk, bireylerin ilişki kurma becerileriyle alakalıdır (Erbek, Beştepe, Akar ve ark.,2005) ve iki insanı bir ilişkiye sokan şey uzun dönemde önemi en az olan şey olabilir (Hazan ve Shaver, 2000). Balıkların, içinde yaşadıklarının su olduğunu fark etmemeleri, ama dışına çıkınca çırpınmaları misali, Berscheid (1983) ve Fletcher (1987), insanların zamanla ilişkileri ile ilgili düşüncelere daha az zaman ayırdıklarını, ayrılığı veya daha çok bağlanmayı düşündükleri devrelerde ise ilişkilerini daha çok düşündüklerini bulmuşlardır (akt. Hazan ve Shaver, 2000). Weiss (1982) ise yalnız başına yakınlığın ilişkiyi sürdürebileceğini ileri sürmüştür (akt. Hortaçsu, 1991).

Evlilik problemleri çiftlerin en sık yardım aldıkları şikayetleri içermektedir (Sacco ve Phares, 2001). Araştırmalarda evlilik terapisine başvuran çiftler arasında, iletişim ile ilgili problemler en çok şikayet edilen aynı zamanda da evliliğe en çok

zarar veren problemler olarak kaydedilmiştir (akt. Rauer ve Volling, 2005). Yapılan çalışmalar, psikolojik sorunları nedeni ile ilgili kuruluşlara müracaat eden kişilerin %40'ında evlilik sorunlarının, yaşadıkları sorunların bir parçası olduğu, çocuk sorunlarının bir çoğunun evlilik uyumu ile ilişkili olduğu, ayrılmanın en önemli stres nedenlerinden biri olduğu, fiziksel rahatsızlıkların ortaya çıkma olasılığının evlilik uyumu bozuk olanlarda olmayanlara oranla daha fazla olduğu ve boşanma oranlarında artma olduğunu göstermektedir (Fışiloğlu, 1992). Faktör analizlerinde, evlilikteki dört boyut ele alınmıştır. Bunlarsa problem çözme, kişisel özellikler ve evlilikte uyumdur. (Erbek, Beştepe, Akar ve ark.,2005). Robinson ve Blanton'a göre (1993), en az otuz sene devam etmiş olan evliliklerde iletişim becerileri ve yakınlık, ilişkileri belirleyen önemli öğelerin başında gelmektedir (akt. Ersanlı ve Kalkan, 2008).

Evlilik konusunda çeşitli değişkenlerle ilgili araştırmalar yapılmıştır. Örneğin; stres ve şefkat; stres ve çatışma, eşlerarası destek süreçlerinin özellikleri, çeşitli davranış şekilleri, eşlerden birinin karşı karşıya olduğu yoğun kaygı durumlarında diğer eşin etkisi ve desteği, travmatik olaylar; örneğin, bir kasırğa, savaş, çocuğun hastalığı veya ölümü, yumurtalık kanseri, yaşlı çiftler, ekonomik stres ve iş kaybı, evlilikte etkileşimin duygusal boyutu gibi çeşitli konular incelenmiştir (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000). Hatırı sayılır araştırma sayısı da ebeveynleri boşanmış olan çiftlerin, evliliklerinde boşanma ya da problem olup olmadığı üzerinedir (Bradbury ve Karney, 2004). Ayrıca, eşler arasındaki iletişim, eşler arasındaki arkadaşça ilişki ve evlilik uyumu, eşler arasındaki ilişki, mahremiyet ile eşlerden birinin davranışlarına diğer eşin anlam yükleme biçimi, evlilikte rol beklentisi ve evlilik türleri, kent ve kırsal kökenli eşlerin ilişkileri ve evlilik uyumları, eşlerin evlilikten sağladıkları doyum ve doyumsuzluk ile kişilikleri arasındaki ilişki araştırmalara konu olmuştur. Yine, alkol, uyuşturucu kullanma gibi alışkanlıklara sahip eşlerin psikososyal uyum ve aile ilişkileri araştırılmıştır (akt. Yıldırım, 1993).

2.1.1. Evlilik ve İletişim-Etkileşim

Yakın ilişkideki bireyler, çoğunlukla tekrarlayan etkileşim kalıpları geliştirirler. Bu kalıplardan bazıları sevişme ve desteğin sıklığı gibi ilişki için fonksiyoneldir (işlevseldir). Diğer kalıplar çatışmanın sıklığı gibi disfonksiyoneldir (işlevsel olmayandır). Etkileşim kalıpları simetrik veya asimetrik olabilir. Simetrik kalıplar çiftler arasında her birinin benzer rolü aldığı tekrarlayan kominikasyon olarak

sürüp gider. “Karşılıklı şikayet” eşinden şikayet aldığında diğer eşin de şikayet ettiği simetrik kalıptır. Asimetrik kalıplarda çiftlerden her biri etkileşimde farklı, tamamlayıcı rol alırlar. Örneğin eşlerden biri suçlayıcı iken diğeri yatıştırıcı roldedir. Psikanalistler bu kalıpları tamamlayıcı özellikleri bakımından tartışmışlardır. Örneğin; baskın (dominant) olma ihtiyacı yüksek bireyler bu ihtiyacı düşük eşler seçmektedirler (Yıldırım, 1993). Asimetrik kalıplar çiftler için fonksiyonel ve doyurucu olabilir veya farklılıkları içerebilirler. Eşler ilişkilerindeki problemler hakkında farklı sonuçlara vararak, neden- sonuç açısından sıralamayı farklı noktalararak etkileşimlerine döngüsel değil, daha çok çizgisel olarak yaklaşmaktadırlar. Watzlawick, Beavin ve Jackson (1967) bu durumun örneğini şöyle vermektedirler; bir çiftin evlilik problemlerine kadın %50 söylenerek eleştirirken, erkek pasif geri çekilmeye katkıda bulunur. Onların kavgaları mesajların monoton değişimine dayanır “geri çekileceğim çünkü söyleniyorsun” ve “söyleniyorum çünkü geri çekiliyorsun” gibi (Sullaway ve Christensen, 1983).

Eşlerin ilişkileriyle alakalı konular hakkında konuşma derecelerini inceleyen bir araştırmaya göre, genelde ilişkileriyle alakalı pozitif ya da negatif konuları konuşan çiftler, konuşmayan çiftlere göre daha mutlu olmaktadır. Buna ek olarak bahsi geçen pozitif ya da negatif konuşmayı erkek yaptığı zaman, konuşmanın kadın tarafından yapıldığı durumlara oranla, çift mutluluğuyla daha alakalı olduğu saptanmıştır.

Araştırmalarda yeni ve eski evliler arasında iletişim düzeyi farklılıkları da bulunmuştur (akt. Hortaçsu, 1991). İletişim ilişkinin durumunu etkilerken ilişki de iletişimi etkiler. Araştırmacılar, eşlerin yakınlaştıkça iletişimlerinin daha kişiselleştiği ve anlık hale geldiği bulmuşlardır; evliliklerinde memnuniyet bulunan bireylerin eşlerini sevecen, iktidarlı ve işbirlikçi olarak tanımladığı, memnuniyete sahip olmayanlarında eşlerini ilgi bekleyen, sinirli ve kaprisli şeklinde tanımladıkları görülmüştür (akt. Honeycutt, Wilson ve Parker, 1982). En sık çalışılan evlilik etkileşimi, özellikle problem çözücü tartışmalar süresince eşlerin değiş tokuş ettikleri davranış tarzları olmuştur (Bradbury ve Karney, 1993). Bir meta analiz çalışmasında etkileşimleri süresince daha negatif olan çiftlerin, zaman içinde daha kötü evlilik sonuçları elde etme olasılıklarının yüksek olduğunu, bazı bireysel çalışmalar zıt sonuçlar göstermiştir (akt. Karney ve Bradbury, 1997).

Gottman ve Levenson (1992) boşanma öngörüsü ile ilgili gözlemsel veri kullanan, ilk olası boylamsal çalışmayı gerçekleştirmiştir. Bu çalışmada, çiftin

etkileşimi ve eşin psikolojik tepkilerinin, boşanmaya giden yoldaki değişkenlerle ilgili olduğu belirlenmiştir. Gottman, (1993) boşanmanın öngörüsü olarak dört olumsuz etkileşim modeli belirtmektedir, (eleştiri, savunmacılık, küçümseme (hor görme) ve geri çekilme (duvar örme). Gottman (1993) bu etkileşimleri “Mahşerin Dört Atlısı” olarak tanımlamıştır. Mathhews, Wickrama ve Conger (1996) eşlerin düşmanlığının ve sıcak olmamalarının yüzde %80 oranında kesinlikle çiftin bir yıl içinde boşanacağını ve %88 oranında bir kesinlik ile de hangi çiftlerin iki sınırdan olacağını öngörmektedir. Boşanmayı öngörme konusundaki makalede Gottman, Gortner ve arkadaşlarına göre (1996) şu iki değişken, boşanmayı %85.7 gibi bir oranda kesin öngörmektedir; 1) kocanın baskın olması ve 2) kadının duygusal muamelede kötü davranması. Evlilik etkileşiminde kocanın fazla aşağılaması, mizah anlayışının az olması, fazla doğal etkiye sahip olamaması, kadının savunmacı olması ve düşük mizah anlayışına sahip olması, boşanmayı körüklemektedir (Gottman ve Notarius, 2002).

2.1.2. Evlilik ve Eşler Arası Benzerlik

Farklı geçmişleri olan, benzerliklere sahip olsalar bile yakın mesafenin sifıra ineceği evlilikte (cinselliğin iç içe olması veya duygusal anlamda aynı mekanda yan yana bulunması) gibi etmenler, diğer ilişkilere göre daha yüksek ayırt ediciliğe sahip olabilmektedir. Evlilik araştırmaları durumlar, duygular, kişisel özellikler, etkileşimsel özellikler üzerine yapılmaktadır. Gotlib, Lewinsohn ve Seeley (1998) ergenlik çağında depresyon geçmişi olan bireylerin daha erken yaşta evlenme ihtimalinin daha yüksek ve onların evlilikte tatminsizlik yaşama ihtimallerinin daha fazla olduğunu bildirmektedirler (akt. Bradbury, Fincham ve Beach, 2000).

Erkek ve kadınların kendilerine pek çok açıdan benzeyen eşlerle evlenmeye meyilli olduğu yönünde bulgular vardır (Feingod, 1992). Bu “homogami” adı verilen eğilim veya diğer bir deyişle eşlerin benzerliğidir. Evlilikte homogami, bulunan eşte arzulanan özellikleri bulmak için bir çekişmenin veya genelde denk olmanın tercih edilmesinin bir sonucu olabilir (Feingold, 1988)., evli çiftlerin daha çok benzer yaş, sosyoekonomik statü, eğitim, zeka ve kişiliğe sahip olduklarını göstermektedir (akt. Priest ve Thein,2003). Birçok araştırmacı, kişilikleri, değerleri ve kişiler arası davranışlarında genel bir benzerliğe sahip olan gösteren çiftlerin, benzerlik oranları düşük olan çiftlerle karşılaştırıldığında daha mutlu olduklarını saptamışlardır (Rauer ve Volling, 2005).

Botwin, Buss ve Shackelford (1997) bireylerin kendileriyle benzer olan eşler seçme eğiliminde olduğunu ve açık görüşlülük, duygusal süreklilik ve anlayışlılık gibi bireysel faktörlerin beklentinin altında bulunduğu durumlarda, cinsel doyumsuzluğu ve evliliği yordadığı sonucuna varmışlardır. Bireyin uyumunu bozabilecek bazı durumlarda kişilik, evlilikte doyumun düşmesine sebebiyet verebilmektedir. Umutsuzluk ve depresyon, bahsi geçen etmenler arasında önemli bir yere sahiptir (akt. Hünler ve Gençöz, 2003). Bizi gülümseten veya bize gülümseyen, bizi seven, tutum ya da görünüş açısından bize benzeyen kişiler, tanımadığımız ve bize tepki vermeyen kişilerden daha yaklaşılabılır, çekici ve güvenilir olarak algılanmaktadır (Hazan ve Shaver, 2000).

2.1.3. Evlilik ve Bağlanma

Evlilikten söz edince, insanın diğer önemli bireylerle güçlü duygusal bağ kurma eğilimini açıklayan (Bowlby, 1973), doğumdan itibaren, devamlı olarak kullanıldığı için başkaları, benlik ve sosyal ilişkilerle ilgili bilgiyi işlemleyen ve örgütleyen, zihinsel yapıların şekillenme sürecinden bahseden bağlanma kuramına değinmemek mümkün değildir. Yakınlığın korunması ve sağlanması, sevgi ve güvenlik duygularına yol açmakta, ilişki içerisinde yaşanacak herhangi bir kesinti de bazen üzüntü veya kızgınlığa, çoğu zaman da kaygıya yol açmaktadır. Evlilik içerisindeki bağlılık; cinsel birleşme, toplumsallık, bakım ve keşiften oluşan, iç içe geçmiş ama belirgin olan davranışsal bir sistemdir (Baklaya, 2005). Bağlanma stilleri itibariyle, kadınların ilişki bitimi öncesindeki “sancılı” dönemde, erkeklerin ise ilişki bitimini izleyen dönemde daha yoğun bir biçimde kaygı ve depresyon gibi duygulanımları yaşamaları, bunun bir sonucu olarak da kayıp sürecine direnç göstermeleri, kayıp sonrası protesto ve umutsuzluk aşamalarını daha yoğun/uzun süreli olarak yaşamaları beklenebilir (Solmuş, 2003). Gereksinimlerimize özellikle karşılık verir görünen insanlara aşık olma eğilimi araştırmalarda saptanan özelliklerdir. Sıkça gülümseyen, bizi güldüren ve şakacı insanları sevme eğilimine sahip olduğu araştırmalarda saptanmıştır (akt. Hazan ve Shaver, 2000).

2.1.4. Evlilik ve Zaman

Huston ve arkadaşları (1981), ilişkilerin gelişme türlerini saptamak amacı ile 50 yeni evli çift üzerinde yaptıkları bir araştırmada, çiftlerden ilişkilerinin belli

aşamalarını (tanışma, ciddi şekilde çıkma, kavga, aile ile tanışma vb.) ve bu aşamalardaki evlenme olasılıklarını bir takvim üzerinde belirtmelerini istemişlerdir. Araştırma sonuçları üç değişik tür ilişki gelişimini ortaya koymuştur; a) Hızlandırılmış (accelerated), b) Uzatmalı (prolonged) ve c) Orta hızla gelişen (intermediate) ilişkiler. Hızlandırılmış ilişkilerde, tanışmadan ortalama 10 ay sonra evlilik kararı alınmış, 18 ay içinde de nikah kıyılmıştır; orta hızla gelişen ilişkilerde gelişme izlenmiş ve en az çatışma bu tür ilişkilerde görülmüştür. Evlilik kararı ortalama 9 ay içinde alınmış, ancak evlilik, tanışmadan ortalama iki yıl sonra gerçekleşmiştir. Uzatmalı ilişkilerde ise, öteki ilişkilere kıyasla daha çok çatışma olduğu söylenmiş, evlilik kararı geç alınmış (üç yıldan uzun), ilişkiyi etkileyen daha çok sayıda önemli (olumlu veya olumsuz) olaylar olduğu söylenmiş ve evlilik kararı ile nikah arasında ortalama 15,5 ay geçmiştir. Uzatmalı ilişkilerde, zamanın büyük oranı (%50) ciddi bir biçimde çıkmakla geçmiştir. Bu oran, diğer ilişkilerde bütün sürenin %30 kadarını kapsamıştır. Üç tür ilişkide de ilişki ciddileştikçe, evliliğe kadar sevgi ve iletişimde artış görülmüş, olumsuz davranışlar ve çatışmaların ise ilişki ciddileşinceye kadar arttığı daha sonra o zamana kadar varılan düzeyin korunduğu görülmüştür. Hızlandırılmış ilişkilerin ilk devrelerinde, sevgi ve iletişim düzeylerinin, diğer ilişkilerdeki düzeylere kıyasla daha düşük olduğu görülmüştür. Uzatmalı ilişki içindeki çiftlerin, öbür ilişkilerdeki çiftlere kıyasla, boş zaman etkinlikleri sırasında eşlerinden daha çok ayrı buldukları görülmüştür (Hortaçsu, 1991).

2.1.5. Evlilik ve Çocuk

Ailedeki gelişim işlevleri ve aşamaları arasında bir ilişki bulunmaktadır. Yaşam döngüsü modelinde aileyi bu döngüye sahip olan bir organizma şeklinde görme eğilimi vardır. Becvar ve Becvar'a göre (1982) aile de aynı bireyler gibi belli başlı aşamalardan geçerek gelişim göstermektedir. Ailenin üyeleri, çeşitli aşamalarda daha farklı görev ve rollere sahip oldukları için, o aşamayla alakalı sorun yaşayabilirler. Yaşam döngüsü kuramı üzerinde çalışma yapmış olan araştırmacılar, bu döngüde belli başlı geçiş ve plato evreleri olduğunu söylerler. Becvar ve Becvar (1982) ile Carter ve McGoldrick (1989), çocuk sahibi evli çiftlerin, aile yaşam döngüsündeki duygu ve davranışlarını şu şekilde ele almışlardır: Yeni üyeyi ya da üyeleri evlilik sistemine kabul etmek, evliliğe tekrar uyum sağlamak, ebeveyn rollerini üstlenmek, eşlerin kendi

ebeveynleriyle ilişkilerini yeniden düzenlemek, çocuk büyütürken para kazanma ve kullanmada ayar yapmak (Çamur, 1998).

Evli bireylerin çocuklarının olup olmaması, çocukların doğum zamanı, bunun eşleri ve evlilikleri nasıl etkilediği araştırmalarda işlenen konular olmuştur. Küçük yaşlarda evlilik istikrarını arttıran çocuklar, öte yandan da evlilikte kaliteyi düşürebilmektedirler. Cox, Paley, Burchinal ve Payne (1999), evlilik kalitesinde görülen düşüş veya artışlar depresyon semptomu olabilirken, hamileliğin planlı olup olmaması ve çocuğun cinsiyetiyle de öngörülebilir (akt. Bradbury, Fincham ve Beach, 2000).

Cowan'a göre (1988), ebeveynlik evresine geçişte ortalama 15 tane boylamsal çalışma yapmışlardır. Çoğu çift, bu geçiş evresini hoş ve aşırı stresli şekilde tanımlamıştır. %40 ve %70 arasındaki çift, evliliklerindeki kalitede düşüş olduğunu belirtmiştir; bireylerde depresyon riskine rastlanmakta, evliliklerdeki sorunlar artmaktadır. İlk çocuğun doğumundan sonraki ilk senede evliliğin kalitesinde ciddi bir düşüşe rastlanmıştır. Eşlerdeki klişe olan cinsiyet rollerine geri dönülmüş, çocuk bakımı ve ev işleri çiftleri zorlamaya başlamıştır. Fakat bebekle olan zevk ve eğlencede de artış olmuştur (Gottman ve Notarius, 2002).

Çocuk sayısı ve evlilik uyumunun doğru orantılı olmadığı savunulduğu araştırmalar da vardır (Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002). Hetherington'a göre evlilikte problemler çocukları etkilemekte; davranış problemleri, akademik başarıda düşüklük, sağlığın kötüleşmesi, sosyal becerilerde yetersizlik ve depresyon gibi sorunlara neden olmaktadır (akt. Gottman ve Notarius, 2002). Bu yüzden çiftin arasında bulunan uyumla çocuğun uyum derecesi arasında bulunan ilişki, araştırmalara sık sık konu olmuştur (Şirvanlı-Özen, 1999; Jouriles, Murrphy ve O'Leary, 1989). Eşler arasında bulunan ilişkinin incelendiği bir kısım araştırmada çocuktaki sıkıntı, kızgınlık ve korku gibi duygusal, benlik değeri, akademik başarı, saldırganlık, bilişsel yeterlik (Wierson, Forehand ve McCobs, 1988; Long ve ark. 1987), sosyal yeterlik, antisosyal davranış, evlilikteki çatışmayla kendini suçlama, kaygı, ve fizyolojik tepkiler gibi değişkenlere odaklanılmıştır (Long, Slater, Forehand, Fauber ve Brody, 1988; El-Sheikh, Cummings ve Goetsch 1989).

18 ve 22 yaşları arasındaki gençler, ebeveynlerinin çatışmalarını algıladıkça, evliliğe karşı olan negatif tutumlarda da artış görülmüştür (Jennings ve ark. 1992).

Yine buna benzer şekilde, üniversiteye giden gençler ebeveynlerinin çatışmalarını algıladıkça, kendi ilişkilerinde yakınlığı azaltma eğiliminde olmaktadır (Ensign, Scherman ve Clark, 1998). Bu gibi durumlarda erkek çocuklar saldırganlık kullanarak bu stresli durumla başa çıkmaya çalışırken, kız çocuklarınsa saldırganlıklarını gizledikleri ve bu yüzden de daha yüksek strese sahip oldukları belirtilmiştir (Johnson ve O'Leary, 1987). Buna göre çekingenlik ve kaygı kız çocuklarında, uyum problemleri ve saldırganlık da erkek çocuklarında daha yüksek olmaktadır. Kız çocukları sorunları içselleştirdiğinden, kendilerini suçlu hissetmektedirler . Akademik performanstaki düşüklük, benlik saygısındaki düşüklük, sosyal becerilerin eksik olması, arkadaşlık ilişkilerindeki zayıflık, dışa yönelim ve içe yönelim sorunları evlilikteki çatışmaların çocuklar üzerindeki etkileridir (akt. Ulu ve Fışıloğlu, 2004).

2.1.6. Evlilik ve Cinsiyet

İlişkilerle ilgili cinsiyet farklılıkları da araştırmacıları merakla düşürmüştür. Genellikle kadınlar, ters giden olayları daha erken fark ederler. Kadınların ilişki ile ilgili algılarının, ilişkiden bir yıl sonraki aldıkları doyum ile ilintili olduğu, erkeklerde ise, algı ve gelecekteki doyum arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (Fincham ve Bradbury, 1987). Rusbult (1988), ilişkinin mutluluğu açısından, kadının olumsuz davranışlarının erkeğin olumsuz davranışlarından daha önemli olduğunu, kadınların olumsuz davranışlarının ilişkinin kaderini daha çok etkilediğini bulmuşlardır. White (1986), insan ilişkilerine (kişileri algılama, sevgi, düşünceli olma, iletişim, bağlılık açılarından) olgun yaklaşımları olan erkeklerin ve eşlerinin, olmayanlara kıyasla, evliliklerinin daha mutlu ve uyumlu olduğunu belirtmişlerdir. Kadınların olgunluk düzeyleri ise evliliğin uyumlu olması ile ilişkili bulunmamıştır. Steil ve Turetsky (1987) evli erkeklerin hiç evlenmemiş erkeklere kıyasla daha uzun yaşamakta, daha başarılı olmakta ve daha az suç işlemekte olduklarını belirtmektedir. Evli kadınlar hiç evlenmemiş kadınlardan daha iyi durumda olmakla birlikte, ruh sağlığı açısından evli erkeklerden daha kötü durumda oldukları belirtilmektedir. Eşini, boşanma veya ölüm nedeni ile yitirmenin erkekleri, kadınları sarstığından daha çok sarstığı bulunmuştur. Tüm bu bulgular evliliğin kadınlar için zararlı olmamakla birlikte, erkekler için daha yararlı olduğunu göstermektedir. Kadınlar, ilişkileri iyi ya da kötü fark etmeksizin tüm zamanlarda düşünmekte, erkeklerse sadece olaylar kötüleştiğinde ilişkilerini düşünmeye başlamaktadırlar (akt. Hortaçsu, 1991).

Erkeklerin psikolojik yardım almaya ilişkin kadınlara oranla olumsuz tutumlarının varlığı da tespit edilmiştir. Araştırmalar geleneksel erkeklik rolü normlarını kuvvetle benimseyen erkeklerin karşı cinsle ilişkilerinde saldırgan ve şiddet eğilimli olduklarını; eşleri tarafından soğuk, uzak, birlikte vakit geçirmekten hoşlanmayan, öfkeli, saldırgan bireyler olarak algılandıklarını göstermektedir. Bu erkeklerin evlilik doyumlarının düşük olduğu görülmektedir. Kadınlık rolünün erkeklik rolüne göre evlilik uyumu ile daha yüksek ve olumlu bir ilişki gösterdiği vurgulanmaktadır (Peterson, Baucom ve Eliot, 1989). Ayrıca kadınların ilişkiden sağladıkları doyumun, eşlerinin iyi iletişim, sıcaklık gibi yönlerinden etkilendiği de görülmektedir. Goleman'a (1998) göre, kadınlar evliliğin girişinde duygusal bir yönetici rolü için hazırlanırken, erkekler de bu görevin ilişkinin devamı için önemin daha az takdir etmekte ve bu şekilde başlamaktadır (akt. Ersanlı ve Kalkan, 2008).

2.1.7. Evlilik ve Sağlık

Evlilikte yakınlık, empati, duyguların paylaşılması ve anlayış gibi öneme sahip etmenler içeren duygusal ve sosyal destek, çiftin sosyal, ruhsal ve bedensel iyi-oluşlarına (wellbeing) katkı sağlamaktadır (Sayers, Kohn ve Heavey,1998). Evli olanların, olmayanlara göre beden ve psikolojik sağlıklarının daha iyi, evliliklerinde mutsuz olanlarınsa da daha fazla ruhsal ve bedensel hastalığa sahip oldukları, yaşam doyumları ve genel mutluluk düzeylerinde düşüklük olduğu bilinmektedir. Yapılan araştırmalarda, evlilik uyumu düşük bireylerin ruhsal sağlık durumlarının, uyumu yüksek evlilik yaşayan çiftlerden daha kötü olduğu görülmekteyken, zayıf evlilik ilişkilerinin intihar ve nörotik depresyon eğilimiyle arasında ilişki bulunduğu görülmüştür (akt. Ersanlı ve Kalkan, 2008).

İlişkilerin psikolojisi üzerine olan çalışmaların odağı, evlilik doyumunu ve sürekliliğini otonomik sinir sisteminin, endokrin ve bağışıklık sistemlerinin etkilemesine kadar genişlemiştir, ayrıca evlilik doyumunu ve süreklili çalışmaları, sağlık ve uzun yaşam gibi diğer konuları da içerir hale gelmektedir. Evlilik kalitesi ve sağlık arasındaki ve evli olma durumu ile daha iyi sağlık ve uzun yaşam arasındaki güçlü bağlar tanımlanmıştır (Berkman ve Syme, 1979). Araştırmalar, bastırılmış evlilik sorunlarının bağışıklık sistemi, kardiovasküler etkinlik artışı ve katekolamin ve kortizostreoidler gibi stresle ilgili hormonların artışıyla ilgili olduğunu göstermektedir. Literatür erkek için evliliğin sağlığa tampon olma etkileri olduğunu

ve kadınların evlilik sorunları yaşandığında daha fazla sağlık sorunları yaşamasının yüksek olduğunu göstermektedir (Ewart ve ark., 1991). Ewart ve arkadaşlarının (1991), yüksek tansiyon ile evlilik sorunları arasındaki ilişkiyi araştırmaları sonucunda, kötü olmamanın iyi olmaktan daha önemli olduğunu saptamışlardır.

Yapılan araştırmalar, evlilik içi etkileme girişimleri ve kan basıncı değişimleriyle, partnerlerinin kronik sırt ağrısından söz ettikleri sırada eşlerin kalp atım oranı ve cilt iletkenliğindeki değişimlerle ilgili sorular ortaya atmaktadır. Thomsen ve Gilbert (1998), evlilikte tatmin yaşayan çiftler arasındaki fizyolojik sistemlerde tatmin yaşamayanlara kıyasla daha fazla senkron ve örtüşme olduğunu bulmuşlardır. Malarkey, Kiecolt-Glaser, Pearl, ve Glaser (1994), yeni evlilerin evlilik içi çatışmada yüksek seviyelerdeki düşmanlığın bir fonksiyonu olarak hipofiz salgısında ve adrenalin hormonlarında artış olduğunu bulmuşlardır.

Levenson ve Gottman (1983), mutlu çiftlerle karşılaştırıldığında mutsuz çiftlerde daha fazla fizyolojik uyarılma bulmuşlardır. Levenson ve Gottman (1985) evlilikte mutluluğun başlangıç seviyesini kontrol ederken kardiovasküler kanallardaki ve ciltteki fizyolojik uyarımın ölçümlerinde, ilişkilerde üç senelik bir süreç içinde düşüş yaşanabileceğini belirtmişlerdir. Gottman (1993) yayılmış olan fizyolojik uyarımın indirgenmiş bilgi işleme kapasitesiyle ve fazla tekrarlı davranış kalıpları ve bilişsel kalıplarla, özellikle de “kaç veya dövüş” ile ilgili olanlarla ilişkili olduğuna işaret etmiştir. Brown ve Smith (1992) 45 çifti incelemiş ve eşlerini ikna etmeye çalışan erkeklerde tartışma öncesinde ve sırasında sistolik kan basıncının büyük oranda arttığı görülmüştür. Malarkey ve diğerleri (1994) eşzamanlı olarak yeni evli 90 çiftin çatışma etkileşimleri sırasında onlardan alınmış 5 kan örneğinde stresle ilişkili hormonların salgılanmasını incelemişlerdir. Düşmanca davranışlar ile düşük seviyelerdeki prolaktin, epinefrin, nörepinefrin, ACTH ve büyüme hormonu arasında bağıntı bulunmuştur. Karşılıklı olarak kişilerin birbirini olumsuz etkilemesi, eşlerin kendilerini ve birbirlerini yatıştırmada yetersiz oldukları sürece varlığını sürdürmektedir. Eski ve uzun soluklu evlilikler üzerine yaptığı bir incelemede Levenson ve arkadaşları (1995), kadın eşlerin değil, fakat erkek eşlerin fizyolojik uyarımlarının, onların olumsuz hisleriyle ilgili öz- değerlendirmeleriyle ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.

Gelişmekte olan evliliklerde stresin rolünü anlama çabasıyla Karney, Story ve Bradbury (2004) tüm eşler için 8 özdeğerlendirme raporu toplayarak 172 yeni evli

çiftin evlilik gidişatını 4 senelik evlilik kalitesiyle değerlendirmişlerdir. Akut stres ile evlilik kalitesi arasındaki bağdaştırmanın gücü, evliliğin maruz bırakıldığı sabit seviyedeki kronik stresle bağlantılı görülmüştür, özellikle de kadın eşler için. Akut stres ve evlilik tatmini arasındaki bağ, en güçlü olarak kronik stres seviyeleri yüksek olan çiftler için geçerli olmuştur; eşlerin stres kaynakları başa çıkma enerjisini sürekli olarak emdiğinde zararlı olduğu bulunmuştur. 82 yeni evli çifti, Neff ve Karney (2004), akut stresteki artışın kişinin evlilik kalitesindeki lineer değişiminden bağımsız olarak, olası araçları altı ay süresince incelemişlerdir. Yüksek stres dönemlerinde, ilişkide daha fazla problem algılanmıştır ve evlilik kalitesi düşüş göstermiştir. Yüksek stres yaşanan dönemlerde partnerlerden biri olumsuz davranışlar sergilediğinde diğer partnerin bunu kasıtlı, bencilce, güdülenmiş olarak, suçlamayı hak ettiği şeklinde algılaması ihtimali daha yüksektir ve evlilik kalitesi yine bir düşüş sergiler. Bu gidip gelmekte olan etkilerin her ikisi de esas olarak kadın eşler tarafından elde edilmiştir. Neff ve Karney (2004), akut stresin evlilik kalitesinin düşme oranını hızlandığını çünkü daha yüksek seviyelerdeki akut stresin hem eşlerin ilişkideki anlaşmazlık alanlarını daha fazla algıladıklarını hem de onların partnerlerini olumsuz bir bakış açısı altında görünmesine neden olacak olumsuz davranışlar için müdahaleler sergilediklerini kanıtlayan deliller sunmuşlardır (Bradbury ve Karney, 2004).

2.2. Evlilik Uyumu

Jacobson ve Margolin (1979) evlilik uyumunun büyük ölçüde çiftlerin etkileşim şekillerince belirlendiğini belirtmektedirler (akt. Pasch ve Bradbury, 1998). Aileyle ilgili herhangi bir kavramsallaştırmada karı ve kocanın sistemin en önemli parçaları olduğu görülür. Evli bir çiftin davranış tarzı ailenin birbirini etkileyen öğelerini ve seviyelerini etkilemekte ve bunlardan da etkilenmektedir. Evlilik uyumluluğu en çok aile disfonksiyonuyla ilgili faktörlere dikkat etmektedir (akt. Fışiloğlu ve Demir, 2000). Evlilikte uyum, ilişkinin yönünü ve durumunu kavramsallaştırarak, sürekliliği ve hareketi de ifade etmektedir. Bu süreç içerisinde çiftin etkileşimleri koşulları ve ileri ya da geri hareket etmelerine neden olan olaylar bulunmaktadır. Bu yüzden çiftlerin arasındaki uyum, iyi veya kötü uyum şeklinde değerlendirilebilir ve belli bir devamlılığı olan hareket süreci şeklinde tanımlanabilir. 1- Kişiler arasındaki probleme neden olabilecek farklılıkların varlığı, 2- Çiftin arasındaki kaygı ve gerilimler, 3- Çift arasında bulunan doyum, 4- Çiftlerin birbirlerine

olan bağıllığı, 5- Önemli olan konularda görüş birliğine sahip olma gibi etmenler (Spanier, 1976). Dyer (1983), evlilikteki uyumu, evlilik hayatındaki iyi ilişki ya da kötü ilişki boyutunda bir hareketlilik süreci şeklinde tanımlamaktadır (akt. Fıfıloğlu, 1992). Evlilik uyumunun bir tanımı evlilikteki başarı ve mutlulukla alakalı olduğuna inanılan çatışmalar ve paylaşılan aktiviteler gibi faktörlerin bir bileşimi, başka bir tanımıyla sorunları çözme becerisi ya da uyumluluk kapasitesi şeklindedir (LeMasters, 1957).

Evlilik uyumu, evli bir çifti geri veya ileri hareket ettiren evlilikle ilgili güçlükler, insan deneyiminin birbirini etkileyen elemanlarını yansıtmış gibi görölmektedir. Evlilikteki uyumu tek bir şekilde tanımlamak zor olacaktır. Bu zorluk çeşitli demografik, kişisel, toplumsal ve psikolojik faktörlerin evlilik uyumu ile ilgili olmasından meydana gelmektedir (Robinson ve Blanton, 1993). Bu nedenler evliliğin kalitesi bireylerin bir evlilikten diğerine taşıdıkları bir şey değil ikili bir özelliktir. Evlilik kalitesi hakkındaki çalışmalar evlilik uyumu, tatmini, mutluluğu ve istikrarı kavramları arasında ayırım yapmasa da son çalışmalar bunu yapmış ve bu kavramlar üzerinde birbirinden bağımsız bir şekilde çalışmaya girişilmiştir (akt. Fıfıloğlu ve Demir, 2000).

Evlilikte uyum evlilik bütönlüğu, mutluluk, evlilik doyumu gibi kavramlar, evlilikteki kaliteyi tanımlarken kullanılmaktadır. Evlilikte kalite kavramı evlilik bütönlüğu, evlilik uyumu ve evlilik doyumunu kapsamaktadır. Evlilik kalitesinden kasıt, çiftin kendi ilişkilerini öznel bir şekilde değerlendirmeleridir. Evlilikte kalitenin yüksek olması, mutluluk derecesi, yüksek doyum, yeterli iletişim ve iyi uyumla alakalıdır. Evlilik niteliğinin yordanmasında uyum, daha büyük öneme sahiptir. Bazı araştırmacılara göre bu kavramlar içerik olarak benzemekte ve hepsinin tutum ve etkileşimi betimlediği belirtilmektedir. Evlilik doyumu ve uyum kavramları arasında yüksek korelasyon bulunduğu için, eş anlamlı olarak kullanılmakta ya da birbirleriyle karıştırılmaktadır. Doyumu yüksek olan çiftler aynı zamanda uyumlu da oldukları için, bu kavramların farklı olmadıkları savunulmaktadır. Fakat başka araştırmacılarsa korelasyon katsayısına bakarak bu şekilde yorumlamanın yanlış olduğunu, uyum ve doyumun farklı kavramlar olduklarını savunmaktadırlar. Çiftlerin uyumlu olmasında, doyumda olduğu gibi öznel algı değil de ilişkinin niteliğinin değerlendirilme durumu vardır. Bu yüzden uyumda önemli olan, eşlerin iyi ilişki sürdürme kapasitelerine bakılmaktadır (Kışlak-Tutarel ve Çabukça, 2002). Doyumdaysa kişilerin ilişkinin her yerinde yaşadıkları hoşnutluk ve mutluluk duygularıdır. Çiftin uyumunu belirleyen

önemli etmenler, duygusal düşkünlük, gereksinimlerin karşılanması ve davranışsal olarak birbirine bağlı olmaktır (akt. Yılmaz, 2001).

Johnson, Amazola ve Booth'un yaptığı bir araştırmada (1992) eşler arasında bulunan uyumun durağanlığını ve doğasını anlama amacıyla evlilerle 8 sene içerisinde 3 kere görüşmüşlerdir. Analizlerinin sonucu olarak, uyumun nasıl ölçüldüğüne bakılmaksızın, eşler arasındaki uyumun kişilik özelliklerine benzer oranda durağan olduğu görülmüştür (akt. Erbek ve diğ., 2005). Johnson ve arkadaşları (1986), yaptıkları bir çalışmadaki faktör analizi sonuçlarına göre, eşler arasındaki uyum beş bölümden oluşmaktadır (boşanma eğilimi, problemler, anlaşmazlıklar, etkileşim ve mutluluk) ve bu bölümler de iki boyut altında toplanmaktadır. Etkileşim ve mutluluk birinci boyutu oluşturmaktayken, geri kalan üç tanesi de ikinci boyutu oluşturur. Bireyin evliliklerindeki doyum hissi, eşler arasındaki mutluluktur. Bireyin hem ilişkiyle alakalı belirli duygularını (cinsellik, aynı fikirde olunan şeyler, sevgi ve aşk miktarı, anlaşma) hem de evlilikle alakalı genel duygularını (aşkın yoğunluğu, evliliği geçmiş yaşantıyla karşılaştırma, mutlu olma durumu) gibi durumları içermektedir. Etkileşimin içerdikleri, eğlence yerlerine gitme, arkadaş ziyareti, alışveriş ve yemek saatleri gibi çiftlerin günlük faaliyetleri ne kadar yaptıkları ve ne kadar vakit geçirdikleridir. Anlaşmazlıksa ilişki içerisindeki fiziksel ve sözel çatışmanın ne kadar yaşandığı ve yoğunluğudur. Çiftlerin problemleri arasında içki veya ilaç kullanımı, savurganlık, evde az bulunma, kimseyle konuşmama, kıskançlık, kolayca incinmek, çabuk sinirlenmek gibi kişisel davranış ve özelliklerin evlilikte ne derecede problem yarattığıdır. Boşanma eğilimiye evlilikte sorun olduğunu ve boşanma ihtimalini düşünmek gibi, ilişkinin bilişsel yönü ve eşi ya da arkadaşlarıyla boşanma ihtimali hakkında konuşma gibi davranışları içerir (akt. Yılmaz, 2001).

Evlilik uyumuyla süresi arasında bulunan ilişkiyi araştıran Hicks ve Platt (1970) ve Anderson, Russel ve Schumm (1983), evlilikteki ilk yılların, çocuğun hala aileyle yaşadığı dönemlerde uyumda düşüklük olduğu, çocuklar evden ayrıldıktan sonra tekrar artış gösterdiği ve yine düştüğü görülmüştür (akt. Fışiloğlu, 1992). Spanier, Lewis ve Cole da (1975), evlilik süresi ile evlilik uyumu arasında buna benzer, gittikçe artan ve daha sonra azalan bir ilişki belirtmişlerdir. Aynı konuda Wilcoxon ve Hovestadt (1985), ilk yıllarda, özellikle eşlerin yetiştikleri aile ortamlarının farklılıklarının, evlilik uyumunu olumsuz yönde etkileyen en önemli unsur olduğunu bulmuşlardır. Houseknecht ve Macke'nin (1981) yaptığı bir çalışmada

bunun kadınlar üzerindeki sonuçlarını, evlilikte süre arttıkça kadınların daha az memnun kaldıkları şeklinde açıklamışlardır. Gaesser ve Whitbourne'nin (1985) erkekler ile yaptıkları çalışmada, erkeklerde evlilikte süre arttıkça uyumun da arttığını görmüşlerdir (akt. Fıfıloğlu, 1992). Evlilik süresinde 2 ve 4 senelik evlilik yaşayanlarda boşanmadaki sıklığın ve daha yüksek çatışmaların olduğu ileri sürülmektedir. Devlet İstatistik Enstitüsü verilerine göre, ülkemizdeki boşanmaların %47.3'ü evliliğin ilk beş yılında meydana gelmektedir. Bu konuyla ilgili çalışmalarda mutluluğunun 20-25 yıllık süre içerisinde giderek azaldığı da belirtilmektedir (akt. Şendil, Kızıldağ, 2003).

Creamer ve Campbell (1988), uyumlu çiftlerin uyumsuz çiftlere göre kendilerini tanımlamalarının benzer olduğunu saptamıştır. Aynı çalışmada benzerlik ile çift uyumu arasında olumlu ilişki olduğu saptanmıştır. White ve Hatcher (1984), eşlerin hissettikleri gereksinimlerin benzerliği ile uyumları arasında olumlu bir ilişki olduğuna dair kanıtlar bulmuştur. Bazı araştırmacılar (, ihtiyaçların benzerliğinin genel ölçümü ve evlilik uyumu arasında olumlu bir ilişki olduğunu ileri sürmüştür (Erbek, Beştepe, Akar ve ark.,2005) .

2.3. Türkiye'deki Evlilik Araştırmaları

Batı literatüründe eşler arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar fazla olmasına rağmen, Türkiye'de bu konuyla alakalı görgül ve kuramsal yaklaşımlar sınırlı miktarda kalmaktadır. Eşler arasındaki ilişkinin çözülmesine öncelik verilen batı literatürü ölçeklerini uyarlayan çalışmalar yapılmıştır.

Türkiye'deki araştırmalar incelendiği zaman evlilik uyumu üzerine yapılan çeşitli çalışmalara rastlanmaktadır. Bazı araştırmalarda ise kişiliğin gelişiminde aile çevresinin ve ailedeki gerginliklerin önemi, ana babanın çocuk üzerindeki etkisi, otoriter ve demokratik şeklinde algılanan anne ve baba tutumlarının çocuğun uyum düzeyine etkisi, evli eşler arasındaki çatışma davranışları, evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler, çatışma ve boşanmanın çocuğun davranış ve uyum sorunları üzerindeki etkisi bu araştırmalardan bazılarıdır (akt. Yıldırım, 1993; Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002).

Yıldırım (1993), 1990 yılında, karı koca ilişkileri kapsamında bazı değişkenler açısından evli bireylerin psikolojik uyum düzeylerini incelemiştir. Evli bireylerin

eşleriyle “Duygu ve Düşüncelerini Paylaşma”, “Eşiyle Cinsel Yaşamda Anlaşma”, “Eşinin Cinsel İsteklerini Reddetme” ve eşlerin birbirlerine “Dayak” atıp atmamaları değişkenleri, evli bireylerin uyum düzeyleri üzerinde anlamlı şekilde etkili bulunmuştur. Eşlerin birbirleriyle duygu ve düşüncelerini paylaşma derecesi düştükçe, uyum puan ortalamalarında da bir düşme gözlenmektedir. Eşlerin birbirleriyle duygu ve düşüncelerini paylaşma derecelerine göre evli bireylerin uyum düzeyleri arasında manidar bir fark bulunmuştur.

Kabakçı, Tuğrul ve Öztan (1993) birbirleriyle evli olmayan evli kadın ve evli erkeklerden oluşan kişiler ile çeşitli demografik özellikler ile eş değerlendirilmesi arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Hem kadınlar hem de erkekler için bağımlılığın olumsuz bir özellik olarak algılandığı görülmüştür. Hem kadınlar hem erkekler tarafından “mutlu” olarak değerlendirilen evliliklerde eşin daha çok güvenilir, daha az kontrolcü, daha az kopuk ve daha az bağımlı olarak algılandığı görülmüştür.

Tezer (1994), eşlerin arasındaki çatışmaların ne sıklıkta olduğu, çatışmanın sebebi ve yarattığı gerginliği kendine ya da eşine yükleme eğilimiyle çeşitli demografik değişkenlerin doyum üzerinde olan etkisi tüm gruplarda, kadının çalıştığı ve çalışmadığı gruplarda araştırılmıştır. Bulgular, eşlerde çatışmanın sebebini eşlere yükleme eğiliminde artış oldukça evlilik doyumlarında düşüş olduğunu göstermektedir. Erkeklerin doyum düzeyinde, çocuklarının ergenlik çağına doğru bir düşme görüldüğünü ortaya koymaktadır. En dikkati çeken bulgu, kadının iş hayatına girmesinin doyum puanı üzerinde etkiye sahip olmasıdır. Çalışan kadınlara bakıldığında gerginliğin, doyuma olumsuz etki yaptığı görülmektedir. Kadının çalıştığı durumlarda erkeklerin doyumları, kadının çalışmadığı evliliklerdeki erkeklere göre daha yüksektir.

Zubaroglu’na göre (1996) çocuğa sahip çiftlerdeki iletişim şekilleri ve çatışmalarla alakalı yaptığı bir çalışmada, çatışmaların çözüldüğü çiftlerde, iletişim kurulurken eşlerin de bakış açılarına dikkat ettikleri görülmüştür (akt.Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002).

Azizoğlu-Binici ve Hovardaoğlu (1996) bir araştırmalarında, evliliklerindeki problemler yüzünden psikolojik yardıma başvurmamış 50 çiftle, Evlilik İçin Karşılaştırma Düzeyi Ölçeği’ni kullanarak güvenilirlik ve geçerlik çalışması yapmıştır. Hedef 250 çift olmasına rağmen, sadece 50 çiftle görüşebilmişlerdir. Bu duruma

bakıldığı zaman, Türkiye’de çiftler ile çalışmalar yapmakta ne kadar zorluk yaşandığı ve araştırmacıların zorlandığı görülebilir.

İmamoğlu ve Yasak (1997), ülkemizde şehirlerde yaşamakta olan evlilerle yaptıkları bir araştırmada, sosyoekonomik düzeyin ve geniş aile ilişkilerinin kadınların evlilik doyumuna etki ettiğini, erkeklerinse evlilik doyumlarına etki eden faktörler arasında hem eşlerin doyumları hem de geniş aile ilişkileri olduğunu göstermişlerdir (akt. Hünler ve Gençöz, 2003).

Aksu’nun (1998) 88 çiftle yaptığı araştırmasında özellikleri benzer olan bireylerin evliliklerinin daha uyumlu olduğunu bulmuş ve benzerlikle alakalı uyumun destekleyicilerini ortaya koymuştur (akt. Şendil ve Kızıldağ, 2003).

Alpaslan, Aslan, Aslan ve arkadaşlarının (1998), doktorlarda evlilik doyumuyla sosyo demografik ve iş ile alakalı değişkenlerin ilişkisini amaçladıkları araştırmalarında; cinsiyete, yaşa ve çocuk sahip olup olmamaya göre anlamlı bir farklılık saptayamamışlardır. Eşi de hekim olanların eşi diğer mesleklerden olanlara göre evlilik yaşantı puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışılan kurum, nöbet, çalışılan alan, çalışılan konum, günlük çalışma ve uyku süreleri, çalışma ve evlilik yılları ile evlilik yaşantısı puanları arasında ilişki bulunmamaktadır. Sigara içenlerin evlilik yaşamı puanları daha düşük bulunmuştur. Eşi de hekim olan erkek hekimlerin evlilik yaşantıları ölçek puanları eşi diğer meslekten olan hekimlere göre daha yüksek bulunmuştur.

Kastro (1998) ÇUÖ de kullandığı evlilik içi uyum ve depresyon ilişkisini araştırdığı çalışmasında, kadın ya da erkeğin depresyonu olan çiftlerle hiç depresyonu olmayan çiftleri karşılaştırmıştır. Evlilik uyumu ile depresyon arasındaki ilişkinin varlığı desteklenmiş ancak ilişkinin yönü hakkında bilgi vermenin zor olduğunu bildirmiştir.

Şirvanlı-Özen’in (1999) yaptığı bir araştırmada boşanma ve çatışmanın çocuklar üzerindeki uyum ve davranış problemlerini incelemiştir. Boşanmış ya da çatışma içerisinde olan anne-babanın, çocukların kaygı ve psikolojik sorun düzeylerinin, çatışma yaşamayan ailelerdeki çocuklara göre yüksek olduğunu; çatışma yaşamayan ailelerdeki çocukların, boşanmış ve çatışmalı olanlara göre çevreden daha çok sosyal desteğe başvurdukları görülmüştür (akt. Erbek, Beştepe, Akar ve ark., 2005).

Eriştiren (1999), yaptığı çalışmada, cinsel işlev bozukluğu olgularının evlilik doyumlarının evlilik sorunlarına sahip olgulardan daha yüksek olduğunu saptamıştır. Bu durumun, paylaşılan ve yaşanan cinsel problemin, eşlerin birbirlerini desteklemelerine, uyumlu olmayan özelliklerini görmezden gelerek daha ciddi olan probleme yani cinsel probleme odaklanmalarıyla ve bu şekilde daha uyumlu ilişkiye sahip olabilecekleriyle ilgili olduğu görülmüştür (akt. Erbek, Beştepe, Akar ve ark.,2005).

Yılmaz'ın (2001) yaptığı bir araştırmadaysa, çiftler arasında bulunan uyumun ocuk-ebeveyn etkileşimi, çocukların akademik başarıları ve benlik algılarıyla olan ilişkisini, ilköğretimden niversiteye kadar olan ocuk gruplarında incelemiştir. Buna göre eğer ebeveynler ve çocuklar arasında bulunan uyumla alakalı algı yüksekse, benlikleriyle alakalı değerlendirmeler de pozitif olur. Düşük uyum algılanıyorsa da bu durum, benlik algılarına da negatif yönde etki etmektedir (akt. Erbek, Beştepe, Akar ve ark., 2005).

Oğuz ve Sorias (2001), çalışmalarında, konversiyon bozukluğu tanısı alan kadın hastaların yaşam stresi, sosyal destek ve evlilik doyumunu açısından sağlıklı kadınlar ile karşılaştırmışlardır. Hasta grubunda kontrol grubuna göre yaşam stres puanı daha yüksek, sosyal ağdaki akraba ve sırdaş sayısı ile algılanan aile ve arkadaş destekleri puanının daha az olduğu bulunmuştur. Hasta grubunun evliliklerinden daha az doyum aldığı saptanmıştır. Her iki grup evlilik doyumunu açısından karşılaştırıldığında, hasta grubunun evlilik doyumunu puanı, kontrol grubundan anlamlı bir biçimde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Konversiyon tanısı alan kadınların evliliklerini daha az doyum verici buldukları görülmüştür.

Tutarel-Kışlak ve çabukça'nın (2002) alışmasındaki amaç, empatiyle demografik değişkenlerin evlilik uyumunun yordanmasındaki katkılarının araştırılması ve cinsiyetle alakalı olarak empati puanları arasında bir fark bulunup bulunmadığını belirlemektir. Analiz sonuçlarına göre, evlilik uyumunun yordanmasına neden olan anlamlı değişkenin empati olduğu belirlenmiştir. Empati puanlarının cinsiyete bağlı olarak değişmediği belirtilmiştir.

şendil ve Kızıldağ (2003), ergen ve çocukların anne-babalarının evliliklerindeki çatışmayla alakalı algılarını gelişimsel olarak inceleyen bir araştırma yapmışlardır. Araştırmaya göre annelerin, babalarına oranla evlilik çatışmalarına

yönelik değerlendirmeleri daha yüksektir. Evlilik çatışması ve evliliğin süresi arasında pozitif ilişki bulunmaktadır. Görücü usulü evliliklerde, evlilik çatışmasının daha yüksek olduğu görülmüştür. Anne ve babaların evlilik çatışmalarıyla ilgili bildirimleri ve çocuklardaki çatışma özellikleriyle alakalı algılar arasında da pozitif yönde bir anlamlı ilişki vardır. Çocukların evlilik çatışmasından algıladıkları tehdit yaş büyüdükçe azalmış, cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Babaların evlilik çatışması puanlarının annelere göre anlamlı seviyede daha düşük olduğu bulunmuştur. Evlilik yılı arttıkça, evlilik çatışması artmaktadır. Görücü usulüyle evlenen annelerin evlilik çatışma puanları, akraba evliliği yapan ve tanışarak evlenen ve annelerin evlilik çatışma puanlarına oranla daha yüksektir.

Hünler ve Gençöz (2003), evlilik doyumu üzerinde boyun eğici davranışların etkisini inceleme ve evlilik doyumuyla boyun eğici davranışlar arasındaki ilişkide algılanan evlilik sorunlarını çözme becerisinin oynadığı kritik rolü araştırmak amacıyla, çocuklardan en az bir tanesi üniversitede okuyan çiftlerle görüşmüşlerdir. Verilere göre, çiftlerde boyun eğici davranışlardaki artışlar algılanan sorun çözme becerilerinin azalmasına, bu da evlilik doyumlarının azalma olmasına sebep olmaktadır. Algılanan evlilik problemleri ve evlilik doyumu çözümü arasında anlamlı ve güçlü bir ilişki bulunmuştur. Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ve boyun eğici davranışlarla sorun çözümü arasında anlamlı ve negatif ilişki saptanmıştır.

Çilli, Kaya, Bodur ve arkadaşlarının (2004), çalışan ve ev kadınları ile yaptıkları çalışmada; her iki grupta yüksek eğitime sahip olan kadınların, görücü usulüyle karşılaştırıldığında daha çok tanışarak evlendikleri bulunmuştur. Ev kadınlarında anksiyete puanları çalışan kadınlardan yüksek bulunmuştur. Görücü usulüyle evlenen çalışan kadınlar ile tanışarak evlenen kadınların arasında herhangi bir psikolojik belirti alanında anlamlı fark bulunamazken, görücü usulüyle evlenen ev hanımlarının somatizasyon ve anksiyete puanları tanışarak evlenenlerden yüksek olarak bulunmuştur.

Büyüksahin ve Hovardaoğlu (2004), yaptıkları araştırma sonucunda, kadınlara oranla erkeklerin özgeci aşk şekli ile ilişkiye bağlandıklarını ve diğer biçimler yönünden de erkekler ve kadınlar arasında fazla farkın bulunmadığını ortaya koymuşlardır. Yine bulgulara göre, ilişki türlerine göre aşk biçimleri de farklılık göstermektedir. Flört evresinde olan ilişkilerin, sözlü, nişanlı ya da evli olan çiftlere oranla ilişkiye daha sahiplenici bir şekilde bağlandıkları görülmüştür. Bireylerin mutlu

olmalarıyla tutkulu ve özgeci aşk şekilleri arasında pozitif; aşkın oyunmuş gibi görülmesi arasında da negatif bir ilişki bulunmaktadır. Özgeci ve tutkulu aşk biçimiyle ilişkide sorun yaşama arasında negatif ilişki bulunmuşken; sahiplenici aşk şekli ve aşkı oyun gibi görme arasındaysa pozitif ilişki bulunmuştur.

Erbek, Beştepe, Akar ve Alphan (2005) ÇUÖ de kullandıkları, cinsel yaşantılarının çift uyumuna etkisini karşılaştırmak amacıyla; psikolojik yardım için başvuran, boşanmada mahkeme aşamasındaki evli çiftler ile kontrol grubu olarak psikolojik yardım almamış evli çiftleri karşılaştırılmışlardır. Kontrol grubunda anlaşarak evlenme biçiminin daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Mahkeme grubunda eşiyile cinsel ilişkilerini çok kötü tanımlayanların sayısı diğer iki gruba göre yüksek bulunmuştur. Ayrıca, kontrol grubunda eşiyile cinsel ilişkilerini çok iyi tanımlayanların sayısı diğer iki gruba göre anlamlı olarak yüksektir. Çift uyum ölçeğinin cinsel ilişkide uyum maddesi gruplar arasında karşılaştırıldığında; mahkeme grubunda cinsellik konusunda hemen hiç veya hiç anlaşımayanların sayısının diğer iki gruba oranla daha fazla bulunmuştur. Cinsel problemleri bulunan çiftlerle cinsel problemi bulunmayan çiftler uyum açısından karşılaştırıldığı zaman, kontrol grubunda cinsel problemi bulunmayanların çift uyumu daha yüksekken psikolojik yardım için başvuran ve mahkeme grubunda farklılık saptanmamıştır.

2.4. Kaygı

İnsan duyguları hakkında, akademik psikoloji literatürüne göz atıldığında, üzerinde en çok durulan konuların başını duyguların çektiği görülür. Bilimsel psikolojinin kısa tarihine rağmen, duygularla veya onların bir boyutuyla ilgilenmiş binlerce araştırmanın varlığı dikkatleri çekmektedir. Tolman (1923), duyguların tepki veya uyarıcı kavramlarının herhangi biriyle değil, her ikisinin aralarındaki ilişkiyle açıklanabileceğini belirtmektedir (akt. Özer, 1994). Günümüzde insan davranışları hakkında elde ettiğimiz bilgilerin büyük bir bölümü ya kaygının gelişmesini açıklamayı amaçlayan kuramlardan ya da kaygının belirli performanslar üzerindeki etkisini inceleyen araştırmalardan kaynaklanmıştır. Kaygı psikolojide sadece bir psikopatoloji türü değil, aynı zamanda bir kişilik özelliği şeklinde de incelenmektedir (Ulusoy ve Uzunöz, 1993). Freud'dan başlayarak bilişsel yaklaşımlara değin çağdaş psikolojiye ait farklı okullar, anksiyeteyi çeşitli şekillerde yorumlamıştır ve biyolojik

paradigmanın öne geçmesi ile psikiyatri alanında da anksiyetenin biyolojik bileşeniyle alakalı çalışmalar yoğunlaşmaya başlamıştır (Sayar, 2000).

Genel anlamı ile kaygı (anxiety-anksiyete), tehlike veya talihsizlik beklentisinin ya da korkusunun neden olduğu tedirginlik ya da bunaltıdır. Fakat kullanıldığı bağlama, tanımlamasının yapıldığı çerçeveye ve teorik temele de bağlı olarak kaygı terimi içeriğinde büyük çelişkiler ve farklılıklar görülebilmektedir (Budak, 2000). Kaygı sözcüğü Latince “dar geçit” anlamına gelen “angustiae” sözcüğünden kaynaklanır ve korku, sıkıntı (bunaltı), kaygı (endişe), duygularını içeren bir anlama sahiptir. Kaygı, endişe, bunaltı, sıkıntı, dilimizde anksiyete anlamıyla da kullanılmakta olan kelimelerdir. Hoş olmayan özellikleriyle öteki duygulanım şekillerinden ayrılan, bunaltı sözcüğüyle de ifade edilen bir duygulanım biçimidir.. Bazı tanımlara göre kaygı, kaynağı çoğunlukla bilinmeyen bir tehlikenin beklentisiyle sınırlandırılarak korkudan ayrılır (Kırlı, 2000). Nesnesiz olması yönüyle kaygının korkudan farklı olduğu söylenebilir. Korkunun bir olay da insanda da bir nesnesi bulunmaktadır, ama kaygıda bu yoktur (Budak, 2000). Kaygı, insanlardaki en temel duygulardan biri şeklinde kabul edilebilmektedir. Bütün insanlar, tehlikeli olduğunu düşündüğü durumlarda bir miktar kaygı duymaktadırlar (Öner ve Le Compte, 1985).

Kaygıyla alakalı olarak da vurgulanmasına gerek duyulan en önemli özelliklerden bir tanesi, çaresizlik ve bireyin durum ile alakalı kontrolü elinde bulundurmadığıyla ilgili bir algıya sahip olmasıdır. Yani kaygının neden ortaya çıktığı ile ilgili yapılan açıklamaların temel vurgusu; kontrol edilemez bir durum ve belirsizliğin yaşanmakta olduğuyula alakalı bir inançtır. Yoğun bir uyarılmışlık durumudur ve kişiye belirsiz uyarıcıyı anlamlandırabilmesi için kaynak sağlamayı hedeflemektedir (Uçar, 2004).

Kaygı üç göstergeye sahiptir: Fizyolojik, öznel ve davranışsal. Kaygı konusu üzerine yapılmış olan çalışmalarda en büyük problem, üç göstergenin birbirleri ile yüksek korelasyona sahip olmamasıdır (Weanar, 2003). Kaygı, korku belirtilerine benzeyen fakat sebebinin belirlenemediği ya da nedeninin bilinçdışı olduğu durumları tanımlamaktadır. Öznel bir beklenti içinde olma hissi, bir felaketin yaklaştığı duygusu, endişe ya da dehşetle belirlenir. Olgular içerisinde farklı derecelerde tepkisellik ve otonomik uyarılma bulunmaktadır. Uyum, öğrenme gibi davranış değişikliklerinin yanında fiziksel ağrılara da neden olabilmektedir. Kaygı ya yaygın olur, neye bağlı olduğu kesin belli olmayan bir huzursuzluk doğurur, ya da belli bir şeye (bir nesne

veya konuya) odaklanır. Yaş, cinsiyet, sosyoekonomik durum, kültürel etkenler kaygıyı etkiler (Yüksel, 2006).

Kaygı duygu-durumunun kişinin davranışlarını çok yönde etkileyen bir faktör olduğu çeşitli araştırmacılar tarafından vurgulanmıştır. Kaygının bilişsel süreçlere negatif yönde etki eden faktör olduğu bilinmektedir. 1900lü yılların sonlarına doğru kaygı, öteki psikiyatrik sendromlardan ayrılarak farklı bir sendrom olarak tanımlanmış ve o zamandan sonra da depresyon ve kaygı arasındaki ilişkiyle alakalı çok sayıda tartışma yapılagelmiştir. Psikiyatrik açıdan yaklaşıldığı zaman anksiyete, içerisinde somatik belirtilerin bulunduğu, sebepsiz bir korku hali ve nedensiz bir tedirginliktir (Cansever, 2005).

Kaygının patolojik özelliklerinin yanında uyumla ilgili işlevi de bulunmaktadır. Dış ve iç tehlikelere karşı uyarıcı, koruyucu, ve önlem almaya yarayan bir yöne de sahiptir. Algıladığı tehlikelere karşı benliğin (ego) savunma düzeneklerinden yardım alarak kendini korumaya, önlem almaya ve baş etmeye çalışır. Benlik gücü yerinde olduğu durumlarda problem çözülür. Bu sebeple her zaman normal ve patolojik ve kaygı arasındaki farkı anlamak kolay olmayabilir. Kaygı derecesine ve türüne göre çeşitli belirtiler göstermektedir. Genel olarak panik durumu, ağır, orta ve hafif derecelerdeki oluşumlarıyla deneyimlenmektedir. Fizyolojik belirtiler ağırlık derecesine göre eşlik etmesi, egonun içinde olduğu bozulmuş dengeyi düzeltme amaçlı çabalar içinde olduğunu göstermektedir (Özpoyraz, 2005).

Kaygı, gerçekleşme ihtimali olan şeylerden kaynaklanan şüphe, endişe, gergin ve zorluk hislerinden veya stres sebebiyle kişisel tehdit ve tehlike olan bir durumun algılanması ile meydana gelmektedir. Korkunun aksi şekilde, kaygı negatif veya inkar edilebilir duygular, gerçeği reddetmeyle orantılı olamayabilir. Küçük miktarda kaygı, bireyi teşvik edebilmekte ve performansı arttırabilmektedir. Kaygının fazla olmasıysa tam tersi özelliktedir, kişinin performansını azaltır, düşük öz saygıya sebep olur ve başarısızlığa iter. Şiddet veya süre bazındaki aşırılık, bireyin hayatını negatif yönde etkilemeye başlaması, kaygıda patolojik boyut olabileceğini düşündürür. Kaygı prevelansını geniş anlamda belirleyen çalışmalar, Türkiye’de bulunmamaktadır fakat küçük örnekleme sahip az miktardaki çalışmalar da literatür içerisinde bulunmaktadır. Çocuklarda, adölesanlarda ve genellikle kadınlarda yaygındır (akt.Erci, Tortumluoğlu ve Kılıç, 2003). Normal anksiyete organizmayı motive eden, koruyan ve uyaran özelliklere sahiptir. Bireyin hayal kırıklığı, ayrılık, cezalandırılma ve yaralanma gibi

durumlarla karşı karşıya kaldığı zaman anksiyetenin uyarıcı tedbirler olarak kişinin kendini hazırlaması, koruyucu özelliğini devreye sokarak aksilikler yaşandığında kolaylıkla atlatmasına yardımcı olması ve motive edici özelliğiyle de başarısız olma endişesini öne çıkararak daha çok çalışmaya yönlendirmesi gibi durumlar, anksiyetenin olumlu özellikleri arasında gösterilebilir (Cansever, 2005). Çatışma, kaygıyı oluşturan en önemli nedenlerden biridir. İnsanın arzuları ve öz yaşamıyla toplumsal olanaklar ve koşulların karşılaşmasıyla çatışma ortaya çıkmaktadır. Duygusal bağlantı ve ilişkilerin yitirilmesinin ardından fiziksel birliktelik devam etse bile, ayrılık kaygısı ortaya çıkabilmektedir.

Kaygının oluşum nedenleri psikolojik (Psikanalitik, Varoluşçu, Öğrenme ya da Bilişsel Yaklaşımlara Göre) ya da biyolojik olabilir. Bu araştırmada kaygının psikolojik yönlerinde durulacağı için biyolojik nedenler yalnızca tanımlanacaktır.

2.4.1. Biyolojik Varsayımlar

Kaygı bozukluklarının görüldüğü durumlarda otonom sinir sistemi içerisinde bulunan sempatik etkinlikte artış olduğu, bunun sonucunda da fizyolojik belirtilerin meydana geldiği bilinmektedir. Biyokimyasal araştırmalarda nörotransmitterlere odaklanılmakta, serotonin ve noradrenalin düzeylerinde artış olduğu savunulmaktadır. Ayrıca sodyum laktat gibi çeşitli nörokimyasal maddelerin verilmesi ile yapay panik nöbetleri görülebilmektedir. Ayrıca kalıtsal bir yatkınlıktan da söz etmek mümkündür (Özpoyraz, 2005). Kaygıda mental fizik uyanıklık artar. Otonom sinir sistemi sempatik aktivite ile ilgili belirtiler vardır. Fizyolojik kaygıda dikkat ve uyanıklık artar ve bireyin stresi yenme yeteneği yükselir. Psikolojik kaygıda ise otonomik belirtiler kişiyi rahatsız edecek boyuttadır. Problemin üstesinde gelmede başarı yetersizdir ya da problem belirsizdir (Tarhan, 2006).

Watson ve Kendall'a (1989) göre aşırı kaygı, otonomik aktivasyon, aşırı irkilme ve kas gerginliği kaygı bozukluğuna özgü belirtilerdir. Ölüm korkusu, güvensizlik, çaresizlik vardır. Fenomentolojik olarak kaygıda olumsuz duygulanımda artma yaşanır. Olumsuz duygulanımdaki artmanın kliniğe yansması ise korku, sıkıntı, öfke, gerginlik, suçluluk, sinirlilik ve endişedir (Batur, 1998).

2.4.2. Psikolojik Varsayımlar

2.4.2.1. Psikoanalitik Yaklaşım

Kaygı ve Çatışma kavramları, nevrozun bileşenleridir ve psikanalitik kuramda çok önemli bir yere sahiptir (Weanar, 2003). Psikanalistler kaygının doğumla başlayıp ölüme kadar sürdüğünü ileri sürülür. Freud, cinsel ve saldırgan içgüdüleri birçok duygu ve davranışın kaynağı olarak görülmüştür. Ona göre, bu iki içgüdü, kişi için gerekli psişik enerjiyi oluşturmaktaydı. Bu enerjinin açığa çıkartılması da duygu yaşantısının temelini oluşturmaktaydı (Özer, 1994). Kaygıya ait psikodinamizma, bireylerin içinde bulunan dürtülerin çatışmasına dayanmaktadır. Bir dürtü dış ya da iç engellemeler sebebiyle doyuma ulaşıyor fakat boşalamıyorsa, haz ilkesine uymayan bir durum meydana gelir. Buna göre kaygı temel anlamda bir intrapsişğin yani iç çatışmanın sonucudur. Çatışmalar altbenlik ve benlik veya üstbenlik ve benlik arasında gerçekleşebilir. Haz ilkesi doğrultusunda altbenlikten doyum aramakta olan dürtüler, üstbenlik tarafından önemli olan gerçekler tarafından engellenmektedir. Benlikse bunların arasındaki çatışmayı çözüp dürtüyü bastırıldığında problem çözülmektedir. Benlik çatışmayı bastıramazsa ya da çözemezse, bu durum tehlike şeklinde algılanır. Bu süreç bilincin dışında meydana gelmektedir. Kaygıya işin bilinç kısmında meydana çıkmaktadır. Bu duruma serbest yüzen kaygı adı verilmektedir. Bastırma işlemi işe yaramadığı zaman bu çatışma ile baş etme amaçlı başka savunma düzenekleri kullanır ise, kullanılan düzeneğe göre kaygı bozukluklarındaki klinik tablolar da gelişim gösterir (Özpoyraz, 2005).

Otto Rank, ilk kaygının doğum travmasından sonra ortaya çıktığını söylemiştir ve buna da ayrılık kaygısı demiştir. Bu durum çocuğun doğumuyla beraber rahimdeki güvenli ve rahat yaşamdan ayrılma ve yoksun kalma sonucu gelişir. Horney, kaygıyı bütün nörotik belirtilerin kaynağı olarak görür ve çevredeki tehditlere karşı oluşturulan bir savunma sistemi olduğunu söyler. Henüz küçük yaşta duygusal yoksunluğa maruz kalmış bir çocukta ümitsizlik ve yalnız kalma korkusu, düşmanca duygular oluşturmaktadır ve bunun sonucunda da kaygı görülmektedir. Adler'e göre kişi, kendini kanıtlama dürtüsünü engellediği zaman kaygıyı deneyimlemektedir. Sullivan'sa başka insanlar tarafından kabul görüldüğü zaman güven, kabul görülmediğindeyse kaygının oluştuğunu, ihtiyaçların doyuma ulaşması ve doyumun sosyal normlara uygun olmamasının sonucunda meydana geldiğini söylemiştir. Eric

Fromm, kaygının oluşmasında kültürel, ekonomik ve toplumsal faktörlerin önemli role sahip olduğunu söylemiştir. Hızlı bir şekilde gelişmekte olan teknolojiyle kişiler arasındaki rekabette artış olmuş, kişiler kendisini güvensiz ve yalnız hissetmeye ve endişe içinde yaşamaya başlamıştır. Bu durum belli bir noktaya geldiğindeyse ortaya kaygı çıkmaktadır.

Freud'un kuramında 3 çeşit kaygıdan bahsedilir; travmatik kaygı veya nevroitik kaygı, işaret (signal) kaygı veya nesnel kaygı, ve ahlaki (moral) kaygı (akt. Akman, 2004). İşaret veya nesnel (gerçek) kaygıda, tehlikenin kaynağı kişinin dış çevresinde bulunur, doğal ve evrensel kaygıdır. Travmatik (Nörotik) kaygı kaynağı kişinin kendi içindedir, içgüdülerden, özellikle cinsel güdüler ve bastırılmış saldırganlıktan oluşmaktadır. Freud'un kuramında daha geniş halde yer almaktadır. Bu tarz kaygı içsel olarak yaratıldığı için, gelişigüzel bir şekilde ortaya çıkan ve id'in hakim olduğu davranışlar sebebiyle bir cezalandırılma korkusu da hissedilir. Bu duruma örnek olarak saldırgan güdüler ya da bastırılmış cinsel dürtülerle başa çıkarken yaşanan kaygı gösterilebilir. Moral kaygıysa, bireyin duyduğu vicdan azabı, utanma ve suçluluk gibi duygulardan meydana gelen bir sıkıntı halidir. Birey ahlaki değerleriyle uyumayan bir eylem yaptığı zaman ya da sadece bu tarz bir durumun içine düştüğünde bile utanç ve suçluluk duyabilmektedir. Kişinin bellek, duygu ve düşüncelerindeki çatışmalar ve çelişkiler sonucunda ortaya çıkmaktadır (Akman, 2004). Psikanalist olan Engel'e göreyse stres, bir nesneyi kaybetme tehdidi veya o nesnenin kaybedilmesinin ardından yaşanan süreci anlatmaktadır. Freud'un nesnel kaygı kavramı ve Engels'in stres kavramı, birbirleriyle örtüşür. Freud'daki 3 kaygı tipi bireyde gerilim oluşmasına neden olurken, gerilimin azaltılması da savunma mekanizmaları tarafından yapılır. Freud'un kuramında konversiyon/dönüştürme (conversion) kavramına da yer verilir. Dönüştürme, enerjinin ruhsal çatışma yerine, görece daha zararsız olan fiziksel belirtiyeye dönüştürülmesidir. Örnek olarak eşiyile sorunları olan bir kadının bayılma nöbetleri geçirmesi verilebilir. Kişi savunma mekanizmalarını ya da dönüştürmeyi kullanarak, varolan kaygıdan uzaklaşır (akt.Akman, 2004).

Özetle Freud'a göre üç çeşit kaygı teorisi bulunmaktadır. Birincisine göre kaygı, libidonun bastırılmasıyla ortaya çıkan bir dışavurumdur. İkinci teoride kaygı, doğum yaşantısına ait bir tekrar niteliğindedir. Son teoriyse bir işaret ya da sinyal olarak kaygı şeklinde açıklanabilir. Bu teoriyse, egonun coşkusal ve içgüdüsel gerilimde meydana gelen artışa gösterdiği tepkiler olan işaret kaygısı ve birincil kaygı

olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Birincil olan kaygı, egonun çözülme sürecine eşlik ederken, uyarı kaygısıysa egoyu, dengesinin bozulmasına neden olabilecek tehditlere karşı uyarmaktadır. İşaret kaygısında temel işlev, egoya savunmacı önlemler almasında yardımcı olarak, birincil kaygıyı hissetmemeyi sağlamadır. Savunma mekanizmasında bulunan başarısızlıkları gösteren birincil kaygı, kendisini kabuslarda ortaya çıkartır (Budak, 2000). 1926'da Freud'un önerdiği "sinyal kaygı" kavramının işlevi, savunma mekanizmalarını tehlike yaratan durumun travmatik bir duruma çevrilmesini önlemek için harekete geçirmektir (Eagle ve Wolitzky, 1988). Bu korku savunma mekanizmalarını harekete geçirmekte ve gelen duygular ve korkular bilinç altında kalmaktadır. Savunma mekanizmaları başarısız olursa, kaygı ya serbest yüzen kaygı ya da ataklar şeklinde olur. Freud'un kuramına göre içsel dürtülerdeki sorun, ego ve süperego arasındaki çatışmadır (Emmelkamp, Bouman ve Blaauw, 1994). Çatışma da bu böylece meydana gelir. Bu gibi durumlarda ego, savunma düzeneğini devreye sokar ve isteklerin belirli bir derecelere kadar yerine getirilmesine yardımcı olur. Fakat bu yerine getirilme durumu çatışmayı kısa bir süreliğine çözmüş olsa da, id'in istedikleri tamamıyla yerine getirilmediği için yan ürün olarak stres de kaçınılmaz bir şekilde ortaya çıkar (Kırlı, 2000).

Psikanalitik kuram kaygıyı, psikoseksüel gelişim dönemlerini baz alarak üstbenlik (süperego), kastrasyon, seperasyon ve id kaygısı şeklinde dörde ayırır. Doğumdan sonraki ilk dönemde, tam bağımlı ve çaresiz bebeğin ihtiyaçlarına göre bütün vücudun gösterdiği kaygıya id kaygısı denir. Yetişkinlerde çıldıracakmış gibi olma veya kontrolünü kaybetme gibi korkular biçiminde ortaya çıkar. Ödipal döneme girmemiş bebekler sevgi besledikleri objelerden ayrıldıklarında veya bu objeleri istedikleri gibi kullanamadıklarında hissettikleri kaybetme duygusu, ayrılma yani seperasyon kaygısıdır. Yetişkinlerde kendini sevginin veya sevilen kişilerin yitirilmesi şeklinde, klinik düzeyde gösterir. Ödipal dönemde cinsel dürtülerin yoğunlaşmaya başlamasıyla, kişinin cinsel organına herhangi bir zarar geleceği düşüncesinden kaynaklanan sıkıntılar, kastrasyon kaygısıdır. Bireydeki latent homoseksüalite düşünceleriyle hastalık korkusu ve yetilerini yitirme korkusu, kastrasyon kaygısıyla alakalıdır. Puberte öncesi üstbenlik gelişiminin tamamlandığı dönemde, çocuk kurallar dizgesiyle çatıştığı zaman karşılaştığı sıkıntılar, üstbenlik kaygısıdır. Yetişkinlerde bireyin yanlış gerçekleştirdiği davranışlardan dolayı suçluluk duygusu yaşaması veya bu yanlış herkesin fark edeceği tarzındaki endişeler, üstbenlik kaygısıyla alakalıdır.

Psikoanalitik kuramda gelişim patolojik bir şekilde seyrederken, bireyde değişik fiksasyonlar oluşabilmektedir ve yetişkinlikte bu fiksasyonların hatırlanmasına yol açan olaylarla karşılaşıldığında, bireylerde kaygının oluşabileceği düşünülmektedir (Koptagel-İlal, 2001).

Çatışma, saldırganlık duygusu doğurur. Saldırganlık duygusu ise dürtünün doyuma ulaşmasını engelleyen nedene yöneliktir. Bu yüzden bastırılıp, bilinçdışına itilir. Bilinçdışındaki çatışma, niteliği, kişi için taşıdığı anlam ve kişinin yaşam koşullarına göre değişen bir yoğunluk ve canlılıkta olduğunda, ya da güncel yaşamdaki bir çatışma bu bastırılmamış çatışmaya eklenip onu yeniden canlandırıp yoğunlaştırdığında, bilinçdışında bir dürtü kıpırdaması meydana gelerek, saldırganlık isteği, suçluluk duygusu ve kendi kendini cezalandırma isteği arasında bir döngü (bir kısır döngü) oluşur ve kaygı (huzursuzluk, korku, endişe) şeklinde açığa çıkar (Koptagel-İlal, 2001).

Psikoanalitik kurama göre nevrotik belirtilerde, davranışların gözle görünen özelliklerinin ötesinde, daha simgesel bir anlama sahiptir. Kendisinin kötü şeklinde nitelendirilmesi kaygıya neden olmakta ve bunun sonucunda da üç ayrı savunma mekanizması birden çalışmaktadır. Yansıtma, bastırma ve yer değiştirme gelir (Weanar, 2003). Savunma düzeneklerinin amacı, yaşanan çatışmaların ruhsal sistemi tehdit edecek kadar büyük şiddete sahip olmasını engellemek ve ruhsal homeostatik dengeler sağlayarak ara çözümler bulmaktır. Stresin akut ya da sürekli bir şekilde şiddetli olduğu zamanlar, sistemdeki enerji denge sağlama konusunda yetersiz kaldığında denge çökmekte, adaptasyon gecikmekte ya da hiç oluşmamaktadır. Bunun sonucunda da ortaya kaygı çıkmaktadır. Stres, psikojenik çatışmayla biyolojik belirtilerin oluşmasında bir köprü görevindedir (Kırlı, 2000).

2.4.2.2. Bağlanma Teorisi

Bowlby'ye (1973) göre yetişkinlikte anksiyete bozukluğu gösteren bireylerde çocukluk döneminde, sürekli terk edilme tehdidi veya uzun süreli ve sık ayrılıklar vardır. Çocuğun bağlanma yaşadığı nesneyi dünyayı tanımada güvenlik nesnesi olarak gördüğü varsayılabilir. Bu koruyucu kişi yoksa ayrılık kaygısı ortaya çıkar, sonuçta bağlanma davranışında yükselme olur ve araştırma davranışı azalır (Emmelkamp, Bouman ve Blaauw, 1994). Yakınlığı sağlamak ve korumak sevgi ve güvenlik duygularına yol açmakta; ilişkideki bir kesintiye üzüntü, kızgınlık ya da kaygıya

sebeptir (Baklaya, 2005). Romantik bağlanma süreci açısından bakıldığında, ayrılık süreci, terk edilme kaygısını da tetikleyecek kadar yoğun kavgalar/küskünlükler gibi yaşantıların, bağlanma sistemini harekete geçireceği söylenebilir. İlişkinin geleceğine yönelik bu tür tehditler, beraberinde öfke ve paniği de getirerek, ayrılık kaygısını tetikler, bağlanma sistemi harekete geçer. Weiss (1976), eşle yaşanan bağlanma ilişkisinin kaybının, ayrılık kaygısının artmasına yol açmakla birlikte öfkeyi de doğuracağını belirtmiştir. Ona göre, bu öfke, ayrılık kararının eş tarafından alındığı ve eşin barışmaya da yanaşmadığı durumda daha belirgindir. Berman ve Sperling'e (1994) göre de, eşe yönelik öfke, benlik koruyucu bir işlev görmenin yanı sıra, bireyin kayıp sonrası yaşantısına uyumunu da kolaylaştırmakta; bağlanma süreçleriyle ilgili gereksinimlerin farkındalığını engellemekte ve böylelikle de kaygıyı azaltmaktadır (akt. Solmuş, 2003). Kaygı eğilimli çocuklar, çarpılmışa döndüren türden yıldırım aşklara daha yatkındırlar (Hatfield ve Rapson, 1987). Yakınlık arayışını belerin güdülendiğine dair farklılıklar bulunmaktadır. Sıkıntı ve kaygı, tüm yaş grupları için temel güdüleyici şeklindedir. Kaygı, başkalarının yanında bulunma ihtiyacını artırmakta veya bireyin güvenlik sağlamadaki gizli güçlerini daha çarpıcı hale getirmektedir. Bağlanma kuramının savunduğuna göre kaygı, başkalarına yaklaşma amaçlı bir işaret şeklindedir (akt. Hazan ve Shaver, 2000).

2.4.2.3. Varoluşçu Yaklaşım

Yaşanılan dünyanın kaotik yapısının ve açık anlamsızlığının fark edilmesine yardımcı olan bir duygu şeklindedir (Budak, 2000). Varoluşçu teorilerde amaç daha çok anksiyete bozukluğuna ait etiyolojinin açıklanmasıdır ve bu amaçla ortaya atılmıştır. Bu teoriye göre birey, hayatın anlamsız olduğunun farkına varır ve bu anlamsızlık kişi için, ölüm korkusundan bile daha fazla rahatsız ediciliğe sahip olur. Bunun sonucunda da bireyde, bu anlamsızlığa bir tepki niteliğinde anksiyete ortaya çıkar. Nükleer savaş tehlikesinin konuşulduğu zamanlarda anksiyete belirtilerinde artış olması, varoluşçu düşünceye ana bir dayanak noktası niteliğindedir (Cansever, 2005).

Kaygı, insan varlığıyla alakalı ontolojik bir özelliktir. İnsan olarak öze, varlığın merkezine yönelik bir tehdit niteliğindedir. Bu yönü ile bakıldığı zaman kaygı, duyumsanan bir yok oluş veya hiçlik yaşantısı şeklindedir. Paul Tillich, onluluk ve ölüm kaygısı, anlamsızlık ve boşluk kaygısı, kınanma ve suç kaygısı olmak üzere üç tip kaygı bulunduğunu söylemektedir ve varlık, yokluğu bu üç yönüyle tehdit

etmektedir. Rollo May (1979), normal kaygının represyon içermeyen, tehditle orantılı ve bilinç seviyesinde yapıcı yüzleşme yapılabilen kaygı olduğunu söylemiştir. Nevrotik kaygıysa tehditin büyük veya küçük olmasıyla orantılı değildir, diğer çatışma şekillerini ve represyonu içermektedir fakat etkinlik ve bilincin farklı şekillerde bloke edilmesi sağlanarak baş edilir (akt. Sayar, 2000).

2.4.2.4. Davranışçı ve Öğrenme Yaklaşımları

Öğrenme teorilerinde kaygının, kaçınma tepkilerini güdüleyen tali itki şeklinde kullanıldığı görülmektedir ve aynı zamanda kaçınma tepkilerini de azalttığı düşünülmektedir (Budak, 2000). Koşullanma kuramının temsilcileri Taylor, Spencer ve Miller, kaygının nasıl oluştuğuna değil nasıl yayıldığına odaklanmışlardır. Bu kuramda kaygının patolojik ya da normal olma özelliklerini tehdidin kaynağı değil, dış tehlikenin önemi ve derecesi, süresi ve yoğunluğunun belirlediği savunulur. Ayrıca bu kuramda davranışlar üzerinde kaygının pozitif etkilerinin varlığına da değinilmiştir. Yeni davranışlar kazanmak, genel sağaltımda ve psikolojide güdüleyici ve pozitif bir rol oynamaktadır.

Bu tarz bir etki, bireyin iyi alışkanlıkları, yaşı, sosyo ekonomik durumu, eğitim düzeyi ve zekasına göre değişim gösterebilmektedir. Davranışçılara göre, bir tehditle karşı karşıya kalındığında gösterilen kaygı tepkisi, uyum davranışıdır. Fakat bu kaygı tepkisi ortada bir tehlike olmadığı halde ortaya çıktıysa, psikopatolojik şekilde nitelendirilir. Davranışçı kuram, geleneksel öğrenme ilkelerinin kaygı bozukluklarının ortaya çıkmasında rol oynadığını savunmaktadır (Weanar, 2003). Yine bu kuramda kaygının öğrenilmiş bir süreç olduğu vurgulanmaktadır. Koşulsuz tepkiler, koşulsuz uyarılar tarafından meydana gelir. Sosyal öğrenmeyle ailenin tepkilerinin model olarak alındığı da görülmektedir (Özpoyraz, 2005). Klasik ve Edimsel koşullanmada iki yön önemlidir: öncelikle kaygı ve korku gibi duygusal tepkiler karmaşık olmaktadır ve fizyolojik, psikolojik ve davranışsal bileşenleri de içermektedir. İkincisiyse, koşullanmanın oluşumundan sonra kaygı, daha önceden tahmin edilebilir özelliklere sahip olabilir. Korkulan uyarıcıyla karşılaşmanın olmaması durumunda da uyarıcıyı düşünmek ya da onun hakkında konuşmak kaygıya sebep olabilir (Akman, 2004). Davranışçılar da psikanalistler de kaygının güçlü bir güdüleyici olduğunu söylemektedirler. Kaygıyı ortadan kaldıran veya azaltan tüm davranışlar pekiştirilir (Weanar, 2003).

2.4.2.5. Bilişsel Yaklaşım

Bu yaklaşımda kaygının sebebi olay değil, bahsi geçen olayın birey tarafından yorumlanma ve algılanma şeklidir. Olaylar çarpıtılmış düşüncelerle algılandığı zaman ortaya kaygı çıkmaktadır (Özpoyraz, 2005). Duyguları bilişsel unsurlarla açıklama çabaları, duygu psikolojisi alanında gün geçtikçe dikkati çekmektedir (Ortony, Clore ve Collins, 1990). Böylece, duyguların oluşumunda, uyarıcıları yorumlama, onlara anlam verme, beklenti oluşturma gibi bilişsel unsurların birincil sorumluluk üstlendikleri görüşleri öne çıkmaya başlamıştır.

Magda Arnold duygu kuramında (1960) duyguların temel olarak anlaşılabilmesi amacıyla, öncelikle bireyin olaylar ile alakalı bilişsel değerlendirmelerin anlaşılmasının önemli olduğunu söylemiştir. Ayrıca yeni bir uyarıcının, bellekte depolanmış ve geçmişte yaşanmış duygusal yaşantılar ile kıyaslanarak iyi ya da kötü şeklinde değerlendirildiğini belirtmiştir. Oluşacak duygu hali işte bu boylam üzerindeki öznel noktanın bir ifadesidir. Arnold'un bilişsel değerlendirme kavramı, duyguların açıklanmasıyla ilgili geliştirilen model veya kuramlarda (Beck, 1976; Ellis, 1962; Lazarus, 1966; Mandler, 1975; Spielberger, 1966) önemli bir yer alarak araştırılmıştır (akt. Özer, 1994). Beck ve Emery (1985) yaygın kaygı ve paniği "tehlike" olarak adlandırılan şemanın çıktısı olarak kabul etmektedirler. Bu şema bireyin karşılaştırmalı durumlarda, geçmişte, kurallarda, fikirlerde ve geleceğe ilişkin beklentilerinde yaşantılarına ilişkin önemli bilgiler içermektedir. Bu şemalar bireyin seçilen özümsemelere ve tehlike yorumuna ilişkin bilgi vermektedir. Kontrollü bir grup çalışmada Mathews (1989) kaygılı bireylerin tehdit edici uyanları, nötral ya da olumlu uyanlardan daha çabuk algıladıklarını, "normal" deneklerin ise bunun tam tersi bir biçimde tepki verdiklerini göstermiştir. Mathews ve MacLeod'a göre (1986) duygusal açıdan tehdit edici kelimeler yüceltilmiş biçimde vardır, bunlar, kaygısı olan bireylerin taşıyacağı bir şey olarak etkilidir, ancak kendileri bu kelimelerin farkında değildirler. Johnson ve Sarason'a göre (1978), stresli durumlarda kişisel tepkiler dışsal ve içsel kontrole bağlıdır. Önemli bir olayın herhangi bir olumsuz etkisinin, bahsi geçen olaylarda kontrol bulunmadığı düşüncesine sahip kişileri daha çok etkilediklerini söylemişlerdir. Stresi yoğun bir şekilde yaşayan ve olayları kontrol edemediğini düşünen kişiler, hayatlarındaki sonuçlara daha duyarlı olmaktadır. Dışsal yönelime sahip kişiler korkunun kendi kontrolleri dışında gerçekleştiğini bilmektedirler (akt. Emmelkamp, Bouman ve Blaauw, 1994).

2.4.3. Sürekli Kaygı

Bir ameliyata görmeden önce, uçağa binmeden önce, sınav kapısında beklerken veya dışı koltuğunda otururken, huzursuz ve tedirgin olunabilmektedir. Tehlikeli durumlardan meydana gelen bu çeşit kaygı, genelde kişilerin yaşadıkları geçici ve duruma bağlı olan kaygıyı meydana getirir. Spielberger (1966) bu durumu “durumluk kaygı” şeklinde isimlendirmiştir. Kimileri, uzun süreler boyunca huzursuz olabilir ve huzursuzluk duyabilir. Genellikle mutsuzdur. Bu kaygı türünün direk olarak çevreden gelen tehlikelerle ilgisi yoktur, içten kaynaklanmaktadır. Öz değerlerine tehdit geldiği düşüncesi veya içinde bulunduğu durumun stresli olduğunu düşünen kişi, kaygı duymaktadır. Buna da Spielberger, (1966) “sürekli kaygı” adını vermiştir. Sürekli Kaygı yani A-Trait kaygı, kişinin kaygıdan kaynaklı yaşantıya olan yatkınlığına denir. Aynı zamanda bireyin içinde olduğu durumları stres şeklinde yorumlama ya da stresli şekilde algılama eğilimidir. Sürekli kaygı seviyesi yüksek olan kişiler kolayca karamsarlığa bürünür ve incinir. Bu kaygının seviyesi, kişinin daha sonraki tehlikeli olabilecek durumlarda karşısına çıkabileceği durumluk kaygının sıklığını ve şiddetini belirlemektedir (Öner ve Le Compte, 1985).

Kişilik özelliklerini belirleyen sürekli kaygı, kişileri birbirinden ayıran bir özelliktir. Kişi genellikle mutsuzdur ve sürekli olarak huzursuzluk içinde yaşar. İçinde bulunduğu durumu stresli olarak yorumlaması veya özdeğerlerinin tehdit edildiğini zannetmesinin sonucunda sürekli kaygı içindedir (Dönmez, Aktekin ve ark., 1996). Sürekli kaygı, bireyleri birbirinden ayırt eden bir özelliktir. Bu düşünce, Catell ve Scheier’in (1958) faktör analizi çalışmalarıyla ilk defa ileri sürülmüştür, sonra da Spielberger’in (1966) İki Faktörlü Kaygı Kuramının özünü oluşturmuştur (Öner ve Le Compte, 1985).

2.4.3.1. Sürekli Kaygı ve Kaygı Duyarlılığı

Kaygı duyarlılığı kavramı ilk defa Reis ve McNally tarafından 1985’de anlatılmıştır. Reiss’in (1991) korku beklentisi (expectancy of fear) modeline göre, insanların korku veren bir nesne ya da olaydan kaçınma güdüsünün temelinde iki süreç bulunmaktadır: Kaygı beklentisi (anxiety expectancy) ve kaygı duyarlılığı (anxiety sensitivity). Kaygı beklentisi, kişinin korku veren nesne ya da durumlarla karşılaştığı zaman, neler olabileceğini düşünmesi ya da tahmin etmesi şeklinde tanımlanır (Reis,

Peterson, Gursky ve McNally, 1986). Diğer bir deyişle, kişinin, belirli bir durumda kaygı ya da korku yaşayacağı beklentisidir. Kaygı duyarlılığı ise kaygıdan korkma (fear of anxiety) ya da korkmaktan korkma (fear of fear) olarak tanımlanan bir bireysel farklılık değişkenidir. Kaygı duyarlılığı kişinin, kaygı yaratan uyarıcılara olan farkındalığını ve kaygı semptomlarıyla ilgili endişelerini artırır. Reis, (1991) ve McNally (1989, 1990), kaygı duyarlılığının, sürekli kaygıdan bağımsız olduğunu iddia etmektedirler. Onlara göre, sürekli kaygı, stres yaratan uyarıcılara korkuyla tepki verme eğilimidir. Kaygı duyarlılığı ise kaygı semptomlarının kendisine (örn, kalp çarpıntısı, titreme gibi) korkuyla tepki verme eğilimidir. Sürekli kaygısı olan kişi ise tehlikeli olarak algıladığı uyarıcılara aşırı korku ile tepki verirken, bu korkunun neden olduğu kaygı semptomlarından rahatsız olmaz (akt. Ayvaşık, 2000). Bazı araştırmacılar kaygı duyarlılığı ve sürekli kaygının birbirlerinden bağımsız olmadıklarını savunmaktadırlar. Bu araştırmacılara göre, sürekli kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, hastalık/yaralanmaya karşı duyarlılık ve kaygı duyarlılığı olmak üzere çeşitli alt düzey faktörlerden oluşan bir üst düzey faktördür. Kısacası kaygı duyarlılığıyla sürekli kaygı arasında hiyerarşik bir ilişkinin olduğu iddia edilmektedir (akt. Ayvaşık, 2000).

2.4.4. Kaygı Araştırmalarına Örnekler

Hill ve Sarason (1966) yaptıkları araştırmalarla, kaygının öğrenme üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Başka araştırmacılar kaygının iletişim ve dil üzerindeki etkisine odaklanmışlardır. Boomer ve Godrich (1961), bir araştırmalarında, kaygıya neden olabilecek ortamlarda kaygı düzeylerinde farklılıklar bulunan bireylerin fiziki davranışlarını incelemiş ve kaygıları düşük olan kişilere oranla yüksek olanlarda cümleleri tekrar etme veya yarım bırakma, dil sürçme ve kekemelik davranışlarında artış yaşandığını görmüşlerdir. Yine başka bir araştırmada kaygılı olan bireylerin iletişim kaliteleri incelenmiş ve bu bireylerin iletişimlerinin daha az esnek olduğunu görmüşlerdir (Ainsworth, 1958). Çeşitli görevlere sahip olacak yüksek ve düşük kaygılı deneklerdeki iletişim becerilerini inceleyen araştırmalarda yüksek kaygılı olanların düşük kaygılı deneklere oranla, iletişimde daha ben merkezci ve katı oldukları görülmüştür (akt. Ulusoy ve Uzunöz, 1993).

Spielberger'e (1978) göre kaygı seviyesiyle eğitim arasında ters bir ilişki bulunmaktadır. Yüksek eğitim düzeyine sahip olan insanlar, stresle başa çıkmada daha

etkin becerilere sahiplerdir. Bunun yanında yeni olay ya da çevrelerden kaynaklanabilecek baskıların tehdit edici olduklarını düşünmezler. Bu şekilde de kaygı seviyesi yüksek çıkmaz. Le Compte (1978-1979) bir çalışmasında, psikiyatrik bozukluğa sahip ve normal insanları öz değer ve sürekli kaygı konularında karşılaştırmış ve aralarındaki ilişkiyi anlamak için dört çalışma yapmıştır. Tedavi göre psikonevrozlar ve normal öğrencilerin de dahil olduğu, yüksek kaygıya sahip kişilerin sosyo ekonomik düzeyleri ve cinsiyetleri önemli olmaksızın, öz değer seviyesinde düşüklük görülmüştür. Sürekli kaygıyla kişinin öz değerleri arasında önemli ve olumsuz, güvenilir ilişki olduğu görülmüştür. Yüksek kaygıya sahip bireyler kendilerini değerli bulmamakta, kendileri ile alakalı fikirleri olumsuz olarak görmekte ve genelde kendilerinden memnun olmamaktadırlar. Sürekli kaygı puanlarıyla kişinin öz değer puanlarının arasındaki ilişki önemli olmasına rağmen, durumluk kaygı puanlarıyla öz değer puanları arasında bu tarz bir ilişki bulunmamaktadır (akt. Öner ve Le Compte, 1985).

2.4.5. Stres Yaratan Yaşam Olaylarının Kaygıya Etkisi

Stres çevresel bir olay olarak ele alındığında, bireyin alışılmadık bir tepki (response) üretmesine yol açan olaylar ya da durumlar kümesi olarak tanımlanır. Kelime anlamına bakıldığında zaman stres, eski Fransızca'da "estree" ve Latince'de "estricia" kelimesinden gelir. Anlamıysa baskı, gerilme ve zorlamadır. Stres kavramından ilk defa 1994'te Psikoloji Özetlerinde bahsedilmiştir. Ellili yıllardan sonra da psikoloji alanında sıkça bahsedilmiş ve araştırılmıştır (Jones ve Bright, 2001). Bilgi veya enerjinin uyuşmaz, aşırı veya yetersiz olması durumlarında, dengedeki bozulma ve oluşan yeni duruma uyum sağlama süreci şeklindedir. Vücut ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlayan enerjinin çok veya az olması, sosyal etkileşimdeki azlık veya çokluğun da strese yol açabileceği bilinmektedir. Stresle alakalı son yaklaşım, Sistem Kuramıdır. Sistem kuramına göre, her sistemde bir homeostasis yani bir denge bulunmaktadır. Bu denge bozulduğunda da stres yaşanmaktadır (akt. Akman, 2004). Maslow, insanların temel ihtiyaçlarının karşılanmasının her zaman kolay olmadığını söylemektedir. Kişi doyumu ararken, dış çevresi veya kendi içinden gelen engellere rastlar ve zorlanır, bunun sonucunda da stres yaşar. Ruhsal kaynaklı olan stresler şöyle tanımlanır: Çatışma yani conflict; çeşitli istek ve arzuların karşılanması konusunda toplum tarafından sınırlamaya maruz kalma sonucunda yaşanan strestir. Engellenme

yani frustrasyonsa kişinin temel ihtiyaçlarının doyuma ulaşamaması, güven ve mutluluk kaynağının kaybolmasıyla ortaya çıkan strese denir.

Psikolojik travmalar uzun sürelidir ve acı verirler. Travmalar, yaşam krizleri şeklinde de tanımlanmaktadır. Travmaya örnek olarak ekonomik çöküntü, doğum, hastalık ya da bir yakının kaybı gibi olaylar gösterilebilir. Ambivalans ise, bireyler arası yaşanan ilişkilerden meydana gelen düşüncelere denir. Bir çocuğun hayatında anne hem hayal kırıklığı hem de doyum kaynağı olduğu zaman çocuğun ambivalans şeklinde hissettiği bu durum bir stresör şeklinde ortaya çıkmaktadır.

Son zamanlarda yapılan bir çok çalışmada yaşam olayları, stres, depresyon ve kaygı konuları ile birlikte gerek etkileşim gerek neden-sonuç ilişkisi açısından incelenmektedir. Holmes ve Rahe (1967) yaşam olaylarını kişinin yaşamında değişiklik yapan bir seri olay olarak tanımlamışlardır. Yaşam olayları genellikle stres kavramı ile birlikte düşünülmektedir (Aytar ve Erkman, 1985). Yaşam olaylarına ilişkin örnekler sevilen birinin ölümü, hastalık, çocuğun doğumu, ana babalarla ilintili sorunlar ve artan sorumluluklardır (Emmelkamp, Bouman ve Blaauw, 1994). Aynı yaşam olayını farklı kişiler farklı biçimde algılayıp, farklı tepkilerde bulunabilirler. Kişilerin yaşam olaylarının neden ve sonuçlarını değerlendirme şekilleri, olayı olumlu ya da olumsuz olarak algılamaları ve başa çıkma biçimleri stresli olaylardaki davranışlarını duygulanım durumlarını etkiler (Aytar ve Erkman, 1985). Olayları potansiyel stres kaynağı yapan birtakım özellikler de mevcuttur. Örneğin olumsuz (negatif); kestirilemeyen (unpredictable), kontrol edilemeyen (uncontrollable); ve belirsiz (ambiguous) olaylar olumlu, kestirilebilen, kontrol edilebilen ve açık ve net olaylara kıyasla daha stresli algılanmaktadır (akt. Aytar ve Erkman, 1985).

Aytar ve Erkman'ın (1985) üniversite öğrencilerinde yaşam olayları depresyon ve sürekli kaygı arasındaki ilişki adlı çalışmasında, Sürekli Kaygı Envanteri de ölçme araçlarından biri olarak kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, sürekli kaygı puanları ile yaşam olaylarının negatif algılanmaları arasında pozitif bir korelasyon görülmüştür. Kaygı düzeyi arttıkça yaşam olaylarının negatif olarak algılanması ve değerlendirilmesi artmaktadır. Depresyon puanlarıyla sürekli kaygı puanlarının arasında pozitif bir korelasyon vardır.

Stres verici yaşam olayları genellikle bireyin çevresi ve ailesiyle ilişkilerinde ortaya çıkmaktadır. Roy'a (1986) göre, aile içindeki stres verici ve problemlili ilişkilerin

varlığı nedeniyle bireylerin ağrı yakınmalarının (baş ağrısı) da alevlendiği bildirilmiştir (akt. Coşar, Candansayar, Şahin ve Arıkan, 1993).

2.4.6. Evlilik ve Kaygı

Klenier ve Marshall'ın (1987) yaptığı bir çalışmada anksiyete bozukluğu olan grubun, öncesinde uzun zamandır devam eden akraba ve evlilik sorunları olduğu ortaya çıkmıştır. Terapistlerin bir grubu kişilerarası çatışmaların ve özellikle evlilik sorunlarının, panik ataklarının gelişmesi ve sürmesinde önemli rollerin olduğunu öne sürmektedir. Hafren fobiklerin eşlerinin tedavinin olumlu etkisini bozduklarını belirtmektedir. Hastanın fobik yakınmalarındaki değişikliğin evlilik yaşamını olumsuz yönde etkileyeceğini ifade etmiştir. Fry (1962) agorafobiklerin eşlerinin de psikiyatrik sorunlarının olduğu, belirgin sosyal anksiyete ve eşlerinden dolayı aşağılık duygusu duydukları hipotezini ileri sürmüştür. Hastanın fobisi böyle bir olguda ilişkide dengeyi sağlama işlevi görmektedir. Hafner (1992) benzer ilişkileri tanımlamıştır. Arrindell ve Emmelkamp (1985) agorafobiklerin eşlerinin psikolojik profilini araştırmıştır. Sonuçta bulgular agorafobiklerin eşlerinin kontrol grubuna göre daha nevrotik, sosyal açıdan daha kaygılı, obsesif ve daha bağımlı olduklarını göstermemektedir.

Çalışan ve çalışmayan evli ve çocuk sahibi kadınların kaygı düzeylerini inceleyen çalışmada Beba (1979), çalışan ve çalışmayan kadınları karşılaştırmıştır. Sürekli Kaygı Ölçeğini de uygulamıştır. İki grup arasında ortalama kaygı puanlarına göre bir fark bulunmamıştır. Ancak Çalışan kadınları kendi aralarında karşılaştırdığında; ekonomik düzey, çalışma süresi, yaş, çalışmaya karşı tutum, eşinden yardım isteme ve yardım görme, çocukların gündüz bakımlarının evde ya da bir kurumda yapılması gibi özelliklere göre ele alınan karşılaştırmalarda önemli kaygı seviyesi farkları görülmüştür. Örneğin, düşük geliri olan kadınların, yüksek gelirlilere; orta yaşlı kadınların, genç kadınlara; çalışma süresi 12 yıldan fazla olanların, 11 ila 5 yıl arasında çalışmış olanlara; çalışmak istemeyenlerin, çalışmak isteyenlere; ev kadını olmaktan memnun olmayanların, memnun olanlara; eşinden yardım bekleyenlerin, yardım beklemeyenlere ve çocukları kreş ya da anaokuluna gidenlerin, evde akrabaları tarafından bakılanlara göre daha yüksek kaygılı oldukları saptanmıştır. Hemodiyaliz bölümlerinde tedavi edilen kişilerle yapılan araştırmada, Salihoğlu (1980) hemodiyaliz hastalarının kaygı seviyelerinin hangi koşullarda önemli değişimler gösterdiğini Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri ile incelemiştir. Kaygı düzeyi, hastalığın ilk ayı,

6. ayı ve 12 ayında ölçülmüştür. Buna göre; erkeklerin, 30 yaşından büyük olanların, yüksek öğrenim görmemiş tüm hastaların, evlilerin, orta gelir düzeyinde olanların ve beş yıldan az süreden beri tedavi gören hastaların diyaliz sonrası durumluk kaygı puanlarında önemli düşmeler saptanmıştır. Bekar hastaların ise diğer özellikleri ne olursa olsun en yüksek kaygı seviyesinde oldukları bulunmuştur (akt. Öner ve Le Compte, 1985).

Brown, Bifulco ve Harris'in (1987) yaptığı boylamsal bir çalışmanın izleme çalışmasında subklinik kaygı hastalarının yarısının karışık anksiyete depresyon bozukluğu geliştirdikleri gözlenmiştir. Ayrıca subklinik kaygı, depresyon ve karışık kaygı depresyon hastalarının, zaman içinde belirli yaşam olayları ile karşılaştıklarında (sosyal problemler, evlilik problemleri gibi) majör depresyon geliştirdikleri gözlenmiştir (akt. Batur, 1998).

2.5. Depresyon

2.5.1. Depresyonun Tarihçesi

Eski çağlardan beri bilinen hastalıkların arasında bulunan duygulanım bozuklukları, dini kitaplarda, Latin ve Yunan eserlerinde, taşkınlık nöbetleri ve ağır çöküntü yaşayan bireyler şeklinde tarif edilmiştir. Melankoli ve mani terimlerini ilk defa Hipokrat, milattan önce beşinci yüzyılda kullanmıştır. Günümüzde ağır depresyon şeklinde bilinen ve tanımlanan bu durum, Hipokrat tarafından melankoli şeklinde adlandırılmış ve sebebinin de kara safra olduğu düşünülmüştür. İbni Sina orta çağda ruhsal çöküntüyü en iyi tanımlayanlardan birisi olmuş, ilgi çekici olan örneklerini de ortaya atmıştır. Alman ve Fransız ruh doktorları, 19. yüzyılda melankoli ve maninin çeşitlerini ve kimlik belirtilerini yazmış, tümünü Psikoz Manyak Depresif başlığı altında toplamışlardır. Fakat hastalığa ait belirtiler, gidişatını ve sonlanma şeklini tanımlamayı ise Kraepelin (1986) yapmıştır (Akt. Öztürk, 2004).

Freud (1917) "Yas ve Melankoli" isimli makalesinde, sevgi nesnesinin (gerçekte ya da fantezide) yitiminden kaynaklı öfkenin içe döndürülmesi sonucunda ruhsal çöküntünün ortaya çıktığını ifade etmiş ve bu durumu depresif nevroz olarak tanımlamıştır (Hooley, Butcher ve Mineka, 2013.).

2.5.2. Depresyonun Epidemiyoloji

Depresyon sık rastlanan bir hastalıktır. Toplumun yaklaşık olarak %5,0'inde (kadınlarda %6,4, erkeklerde %3,2) majör depresyon vardır. Erkeklerin %10,0'u, kadınların %20,0'si yaşamının bir döneminde klinik depresyon geçirir (Köroğlu, 2006).

Weissman ve arkadaşları (1985) tarafından, yaşlılar üzerinde yapılan bir araştırmada 2558 yaşlıda majör depresyon oranı %1,1 olarak bulunmuştur. Bu araştırma, yaşlılarda genç nüfusa göre depresyon düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir (Akt. Tezcan, 2000).

Rutter, Kim-Cohen ve Maughan'a göre (2006), ergenlik döneminde depresyon yaşayanların %40,0 ile %70,0'inin yetişkinlikte tekrar ettiği görülmektedir (Akt. Auerbach ve ark., 2013).

Depresyonun ilk dönemi çoğunlukla 25-44 yaş grubu arasında görülmektedir. Bu hastaların %50'sinde depresyon ilk defa 40 yaşından önce görülmektedir. Ancak hem çocukluk, hem ergenlik hem de yaşlılık döneminde ortaya çıkabilir. Depresyon, malüliyet ve erken ölüm sebepleri arasında dördüncü sıradadır. 2020'ye geldiği zaman dünya genelinde depresyon, ön görülen bilgiye göre en önemli sağlık sorunları arasında kalp hastalıklarının ardından ikinci sırada olacaktır (Köroğlu, 2006).

2.5.3. DSM-V'e Göre Majör Depresyon Bozukluğu

A. İki haftalık bir dönem içerisinde, aşağıda bahsedilen özelliklerden beş tanesi (veya fazlası) bulunmuş, daha önce bulunan işlevsellik düzeyinde değişim görülmüştür. Belirtilerin en az bir tanesinin ilgisini yitirme, çökkün duygu durum veya zevk almama şeklinde ortaya çıkmaktadır.

Not: Açık bir şekilde başka sağlık durumlarıyla alakalı olan belirtiler değerlendirilmemektedir.

1. Çökkün duygudurum, hemen hemen her gün ve günün çoğunluğunda görülür ve durum ya bireyin kendisi tarafından bildirilmekte (kişinin kendini boşlukta hissetmesi, üzüntülü olması, umutsuz olması) ya da başkaları tarafından gözlenmektedir (kişinin ağlamaklı görünmesi)

2. Hemen hemen tüm etkinliklere olan ilgisini kaybeder ve çoğunlukla etkinliklerden zevk almama eğilimi gösterir (bu durum gözlemle veya özel anlatım yoluyla belirlenmektedir)

3. Kilo verme amacı olmamasına rağmen kilo kaybı yaşama veya fazla kilo artışı yaşama (%5 oranında artış veya azalış) ve hemen hemen her gün görülen iştahın artması veya azalması durumu

4. Hemen hemen her gün aşırı uyumak veya uykusuzluk yaşamak

5. Hemen hemen her gün yavaşlama veya ajitasyon yani psikodevinsel kıskırma yaşama

6. Neredeyse her gün enerji düşüklüğü yaşama

7. Çoğu zaman uygunsuz suçluluk duyguları veya değersizlik yaşama

8. Hemen hemen her gün odaklanma ve düşünmekte kararsızlık yaşama veya zorluk çekme (kişisel anlatımla ya da başkalarınınca gözlenir).

9. Tekrarlayan ölüm düşüncesi, kendisini öldürme amaçlı özel eylemler tasarlama veya özel eylem tasarlamadan tekrarlayıcı kendini öldürme düşüncelerine sahip olma

B. Bu belirtilere bakıldığında, klinik açıdan sıkıntılara veya işle ilgili, toplumsal alanlarda veya diğer önemli işlevsellik alanları içerisinde gerçekleştirilen işlevselliğin düşmesine neden olduğu görülmektedir.

C. Bu dönemde başka bir sağlık durumunun veya herhangi bir maddenin fizyoloji ile alakalı etkileri birbiriyle bağlı değildir.

D. Majör depresyonunun ortaya çıkması, sanrılı bozukluk, şizofresimsi bozukluk, şizofreni, şizoduygulanımsal bozukluk veya tanımı koyulmamış başka bozukluklar ile daha iyi açıklanamamaktadır.

E. Hiç bir zaman hipomani dönemi veya mani dönemi geçirilmemiştir.

2.5.4. Depresyona Farklı Kuramsal Yaklaşımlar

2.5.4.1. Tanımlayıcı Yaklaşımlar

Depresyon, kişinin duygularında, düşüncelerinde, davranışlarında ve beden sağlığında belirgin bozulmalarla kendini ortaya koyan, birçok yaşam alanında işlevselliğin düşmesine sebep olan ve en az iki hafta genellikle daha uzun süre bu belirtilerin devam ettiği görülen ruhsal bir rahatsızlıktır. Duygusal değişimlere baktığımızda: baskın duygu olan çökkünlük şemsiyesi altında üzüntü, çaresizlik, umutsuzluk, ağlama hali, değersizlik, suçluluk, kendine saygının ve özgüvenin azalması gibi durumlar görülebilir. Bilişsel değişimlere baktığımızda: belleğin ve düşünce süreçlerinin bozulması, kararsızlık, yoğunlaşma problemleri gibi durumlar görülebilir. Davranışsal değişimlere baktığımızda: dış görünüşüne önem vermeme, sorumluluklarını aksatma, insanlardan uzaklaşma, yalnız kalmayı tercih etme, aile ve arkadaş ilişkilerinde problemlerin artması, iş hayatında sorunlar yaşamaması gibi durumlar görülebilir. Bedensel değişimlere baktığımızda: uyku ve yemek düzeni bozulması, kilo alma ya da verme durumunun olması, iştah azalması ya da artması, cinsel ihtiyaçların azalması ya da tümüyle ortadan kalması, yorgun ve bitkin hissetme, ağırlaşma ve tükenmişlik duyularının artması, vücudun belli bölgelerinde tıbbi açıklaması yapılamayan ağrıların ve sızılarının olması görülebilir (Koroğlu, 2006).

Stiensmeier Peter ve arkd.(1989) depresyonu tanımlarken belirtileri dört kümesi içerisinde toplamıştır. Bu belirtilere baktığımızda:

1. Duygulanım Belirtileri: Şiddetli yas, umutsuzluk, cesaretsizlik, durgunluk, isteksizlik
2. Bilişsel Belirtiler: Değersizlik düşüncesi, yetersizlik inancı, özgüveninin düşük olması, kendini suçlama eğilimi, kendini cezalandırma düşüncesi
3. Güdüsel Belirtiler: Etkinliğin azalması ve karar verme güçlükleri yaşamaması
4. Bedensel Belirtiler: Yorgunluk, bitkinlik, iştahsızlık, uyku bozuklukları, konuşma ve hareketin yavaşlaması gibi durumların görülmesi depresyonun varlığını ortaya koymaktadır (Akt. Odağ, 2008).

Heiman'a (1991) göre, kişi depresyon sürecindeyken aşağıdaki belirtileri gösterirler.

- Kara Kara Düşünme: Bunlar, arkası kesilmeyen gereksiz düşüncelerdir. İşlediğini sandığı bir suç ve başarısızlık üzerinde yoğunlaşır, bu düşünceden uzaklaşamaz.

- Kendi Kendini Değersizleştirme Eğilimi: Yetemediğı, başarısız ve verimsiz bir kişi olduğı duygusu.

- Bedenini Olumsuz Algılaması: Tükenmişlik duygusu, baskı ve ağır bir yük altında olduğı duygusu.

- Depresif Kişinin Çevreyle ilişkisi: Etkinliklere ve hobilere karşı ilginin azalması, yakınlarına ve sosyal ortama karşı uzak durması.

- Haz Almanın Azalması: Yemek, cinsellik gibi haz odaklı eylemlere karşı isteksizliğin olması.

- Çalışabilirliğin ve Çalışma Gücünün Azalması: Bu kişiler yeni atılımlar yapamazlar, üstleneceğı her işe korkuyla ve huzursuzlukla bakarlar.

Yukarıda yer alan durumlar depresyondaki kişilerin yaşam alanlarındaki özelliklerini göstermektedir (Akt. Odağ, 2008).

Beck'in modeline göre depresyon duygu, düşünce, motivasyon ve fizyolojik yapıdaki belirtilerle ortaya çıkar. Beck, depresyonun bilişsel yönünü, diğer belirtilerin belirleyicisi olarak görmekte ve bilişsel yapıdaki bozulmanın diğer alanlarda çökkünlük yaratacağını ifade etmektedir. Yani, depresyonda öncelikle düşüncede bozulmalar ile başlar, duygusal çökkünlük ikincil durum olarak gelir. Bu sebeple depresyondaki kişinin gerçeğı çarpıtarak algıladığını ifade etmekte, bilişsel üçlü olarak tarif ettiği "kendine yönelik olumsuz düşünce yapısı, olumsuz dünya algısı ve olumsuz bir gelecek algısı" düşünce sisteminin sonucu olarak da depresyon ortaya çıkmaktadır (Beck, 2005).

Beck (1970), depresyondaki kişilerde mevcut olan olumsuz düşünce yapılarının, kişiye özel gizli şemalarının etkin hale gelmesinden kaynaklandığını öne sürmektedir. Çocukluk döneminden beri çeşitli yaşantı ve ilişkiler sonucunda oluşan şemaların bir kısmı işlevsel olduğı için zamana ve mekâna alışmasına, deneyimleri değerlendirmesine ve anlam yüklemesine yardımcı olurken şemaların bir kısmı

olumsuz olduğu için, kişinin var olan gerçekliği çarpıtarak algılamasını sağlamakta ve çeşitli durumlar karşısında olumsuz otomatik düşünceler ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Örneğin kişi “Ben aptalım”, “İnsanların gözünde değersiz birisiyim” “Diğer insanlar tarafında seilmeyen birisiyim”, “Başarısız birisiyim” gibi şemalarla, dışarıdan gelen bilgileri süzmekte, çarpıtarak yorumlamaktadır. Diğer insanların, karşılaştığı olayları ve içinde bulunduğu durumları olumsuz şemalarından dolayı yanlış yorumlaması, bilişsel üçlüyü harekete geçirmekte ve kendine, içinde yaşadığı dünyaya ve geleceğe ilişkin olumsuz otomatik düşünceler üretmek duygusal çökkünlük ortaya çıkarmaktadır (Akt. Leahy, 2004).

2.5.4.2. Psikodinamik Yaklaşımlar

Freud 1917 yılında yayınlamış olduğu “Yas ve Melankoli” isimli makalesinde sevilen birisinin kaybı üzerine tutulan yasin belirtileriyle klinik depresyonun belirtileri arasında benzerliğe dikkat çekmiştir. Freud ve Abraham (1927), sevilen birinin kaybında yas tutulurken gelişimin oral evreye (bebek bu evredeyken kendisini başkalarından ayırt edememektedir) gerilediğini ve kaybedilen kişiyi içe alarak ona karşı hissedilen bütün duyguları kendine yönelttiğini öne sürmüştür. Yitirilen kişiye karşı ifade edilmemiş öfke ve düşmanlık duygularının olabileceğini ifade etmekte, içe döndürülen bu duyguların da depresyona neden olabileceği belirtilmektedir. Freud’un hipotezinde depresyonun, simgesel veya hayali kayıplara bir tepki niteliğinde doğma ihtimali de vardı. Buna örnek olarak, okulunda başarılı olamayan bir öğrenci veya duygusal ilişkisinde başarıya ulaşamayan bireyin, bunu ebeveynlerinin sevgisini kaybetme şeklinde deneyimleme ihtimalinin olması gösterilebilir (Butcher, Mineka ve Hooley, 2013).

Yas tutan kişi, gerçek bir sevgi nesnesi yitirmiştir. Çökkünlüklerdeyse bu yitimin olduğu da olmadığı da durumlar bulunmaktadır. Bu yüzden Freud, gerçek bir yitimin bulunmadığı durumlarda, bilinçdışı olan imgesel bir yitimin varlığından bahsetmiştir. Yani kişinin sevdiği kişi tarafından terk edilmesi veya buna benzer bir kayıp duygusu olması gerekir. Çökkünlüklerde gerçek ya da gerçek dışı bir kayıp yitim duygusuyla beraber “sevdiğim kişiyi kaybettim, ben artık kötüyüm, artık seilmiyorum” duyguları ve bunlarla beraber özsaygıda azalma olur. Hâlbuki çok sevdiği birini kaybeden kişi “ben seilmiyorum, ben kötüyüm” duygusu olmaz, öz

saygısı azalmaz. Dinamik açıdan, yas ile çökkünlük arasındaki en belirgin özellik budur (Öztürk, 2004).

Volkan'a (2010) göre, yas döneminin üçüncü evresi olan "pazarlık" evresine takılmış olan kişilerin patolojik yas yaşadıklarını, depresyonla benzerlik göstermesine rağmen ayrı yapılar olduğunu belirtmiştir. Yas sürecinin uzun süre devam etmesi sonucunda, kaybettiği kişiye karşı duyduğu öfkeyi ve bu durumun sonunda ortaya çıkan suçluluğunu içe döndürür. Çözümlememiş yas, bir süre sonra depresyona dönüşebilir (Volkan ve Zıntl, 2010).

Ego psikolojisindeki yeri önemli olan Bibring (1953), benliğin değerli, uyumlu ve rahat olmasının sağlanması için tüm insanların gerçekleştirmek istediği hedefleri olduğunu söylemiştir. Bu hedeflere de benliğin narsisistik hedefleri demektedir (Akt. Öztürk, 2004). Bibring şöyle sıralamıştır:

- Tanınan, sevilen ve değerli olmak: değersiz ve aşağı olmamak
- Büyük, güvenli, üstün ve güçlü olmak: güvensiz ve güçsüz olmamak
- Seven ve iyi biri olmak: kırıcı, yıkıcı ve saldırgan olmamak

Bunlar ilk başta savunma olarak oluşturulmuş olsalar da zamanla benliğin amaçları haline dönüşmektedirler. Benlik özsaygısının korunabilmesi için, bu hedeflerin gerçekleştirilmesiyle görevlidir. Benlik bu beklentileri karşılayamadığı zamanlarda, kendi içinde çatışmaya girer. Bu narsisistik beklentiler ve amaçlar çok yoğun bir şekilde sürerken bir yaşam olayı ile karşılaştığında (emeklilik, hastalık, hayal kırıklığı, bir zedelenme), benlik içinde artık bu beklentileri gerçekleştiremeyeceği duygusu oluşur ve çatışma çıkar. Bir yandan güçlü narsisistik hedefleri bir yandan bunu gerçekleştirme duygusuyla benlik çaresiz ve güçsüz kalır, özsaygı azalır ve çökkünlük durumu oluşur (Öztürk, 2004).

Depresyon kriterlerini tam olarak karşılamayan ve çökkünlük halini tam olarak dışarıya yansıtmayan bazı hastalar tek bir belirtiyi gelebilirler. Ne yastan ne de depresyondan bahsederler, bazıları iştahının olmamasından şikayet eder bazıları çok öfkeli olmaktan; bazıları somatik belirtilerle gelir, bazıları da sadece kara kara düşündüklerini belirtirler. Çoğu zaman bu belirtiler savunma işlevi görmekte, derinde yatan depresyonun üstünü örtmektedir (Akt. Odağ, 2008).

Depresif nevrozlara özgü davranış özellikleri:

- a. Yakınlık / uzaklık - bağımsızlık / bağımlılık - kaybetme korkuları problemleri
- b. Tamamiyle özdeşleşme - dağınıklık / kararsızlık - sınırsız sorumluluk - kendini suçlama - ızdıraba katlanma - yazgıya inanma ile ilgili sıkıntılar
- c. Anlam / anlamsızlık sorunları
- d. Ambivalansın tek yanını gösterme eğilimi
- e. Öfke ve boşluk duygularından bir kaçış aracı olarak çalışkanlık ve hep bir işin peşinden koşmak gibi davranışlar gösterir (Akt. Odağ, 2008).

Masterson, ayrılma bireyleşme (6-36 ay) döneminde annenin varlığını kendinin bir uzantısı gibi gören bebeğin, gerçekte ya da fantezide kaybettiği annesini; hayati bir vücut parçası, oksijen veya kan eksikliği gibi hissettiğini belirtir. Çoğu zaman, annenin libidinal enerjisi çekmesi ile boşluğa düşen ve terk edildiğini(fantezide) hisseden çocuk mahşerin altı atlısı olarak tarif etmiş olduğu “suçluluk, faydasızlık, boşluk, umutsuzluk, çaresizlik, panik, intihar depresyonu ve cinai öfke” duyguları yaşayarak terk edilme depresyonunun içine düşer. Bu depresyon kişilik yapısının bir parçası haline gelir ve ilerleyen yıllarda yakın ilişki kurduğu insanlardan ayrılma ya da onlar tarafından terk edilme durumlarıyla karşılaştığında terk depresyonunu tekrarlayacağını ifade eder (Masterson, 2007).

2.5.5. Depresyonun Etiyolojisi

Wender ve ark.(1986) ile Rice ve ark. (1987) yapmış oldukları çalışmalarda elde edilen sonuçlara göre depresyona yatkınlığın kalıtımla olabileceğini belirtmektedirler (Akt. McWilliams, 2014). Depresyon, kuşaklar arasında geçiş gösterdiği tespit edilen bir durumdur ancak depresyona yatkınlığın sonraki kuşaklara aktarılmasında kalıtımsal faktörlerin ne düzeyde etkili olduğu ile depresif anne babaların, ileriki yıllarda çocukların depresif tepkiler geliştirmelerine sebep olacak davranış sergilemelerinin ne düzeyde etkili olduğu tam olarak bilinmemektedir (McWilliams, 2014).

Yapılan bazı araştırmalarda, ağır depresyonun ve erken yaşta ortaya çıkan depresyonun ailesel yatkınlık gösterdiği bulunmuş, intihar düşünceleriyle uzun süre devam eden ve belli aralıklarla tekrarlayan bu yapının, birinci dereceden akrabalarda

ortaya çıkma ihtimalinin diğerlerine göre iki kat fazla olduğu görülmüştür. Küçük yaşta annenin yitirilmesinin de ilerleyen zamanlarda klinik depresyonun ortaya çıkma ihtimalini arttırdığı görülmektedir (Koroğlu, 2006).

İnsanlar erken yaşlardan itibaren edindiği deneyimlerin (kişisel deneyim, ebeveyn ilişkileri, akran ilişkileri, medya mesajları, popüler kültür gibi) sonucunda, dış dünyayla kurduğu ilişkilerin bir özetini, içsel temsiller yoluyla bilişsel yapıda oluştururlar. Kişi, kendi varlığına, diğer insanların tepki verme biçimine ve hayatın işleyişine ilişkin oluşturduğu kalıcı temsiller, eğer gerçekten farklı çarpıtılmış ise kendine, etrafındaki insanlara ve hayata karşı olan beklentileri olumsuz olacaktır. Bu olumsuz beklentiler de, depresif düşünce ve davranış ortaya koyma riskini artıracaktır (Whisman, 2010).

Levitt ve ark. (2004), tarafından yapılan araştırmalarda depresyon tanısı alanların diğer gruplara göre daha az bilişsel yeniden değerlendirme yaklaşım biçimini kullandıklarını göstermektedir. Depresyon sürecinde ortaya çıkan olumsuz duygulara tepki olarak bilişsel yeniden değerlendirmenin kullanılmamasının, depresif belirtilerin hem ortaya çıkmasına hem devam etmesine yol açabileceğini ileri sürülmektedir (Akt. Akan, 2014).

2.5.5.1. Öğrenilmiş Çaresizlik

Seligman, depresyonu ”öğrenilmiş çaresizlik” kavramı ile açıklamaktadır. Erken çocukluk dönemlerinde yaşanan şiddetli örselenmelerin çaresizlik duygusu oluşturduğu, kişinin başarısızlık ve hayal kırıklıklarım kendi yetersizliğine bağlamasının sonucunda da depresyonun ortaya çıktığını belirtmektedir. Yapılan bir araştırmada, köpeklere bir yandan elektrik şoku verilerek onu kaçınma davranışını yapmaya iterken öte yandansa kaçabilmesi önlenmektedir. Zamanla köpeğin kaçma çabalarından vazgeçtiği, teslim olduğu, durgun ve üzüntülü bir çaresizlik içerisine düştüğü görülmüştür. İnsanlardaki çökkünlüğün de benzer olduğunu düşünmektedir. Depresyonu, çocukluk döneminden itibaren acılı uyaranlar ile karşılaşma durumunda bundan kaçmayı ve kurtulmayı bilememeye beraber çaresiz kalma durumu şeklinde görmektedir (Akt. Öztürk, 2004).

2.5.5.2. Psikanalitik Yaklaşım

Bemporad (1995), Freud'a göre annesini kaybeden ya da sevgi gereksinimlerini anne babasından karşılayamayanlarda depresyona yatkınlık görülür. İki durumun da gerçekleştiği zamanlarda bebeğin kendilik değeri düşük olacak, sevgiye muhtaç büyüyecek ve simgesel veya gerçek kayıplar yaşadığında depresyona eğilim gösterecektir (Akt. Butcher, Mineka ve Hooley, 2013).

Psikanalitik kuramcıların birçoğu depresyonu, oral dönemde yaşanan sevgi ve besin kaynağı olan nesnenin (anne) kaybedilmesi ile gelen çökkünlük durumunun sonucu olarak görürler. Bu dönemde anne dünyayı temsil ettiğinden dolayı, anneye karşı hissedilen duygular dünyaya karşı hissedilen temel duyguları oluşturur. Umut ya da umutsuzluk, iyimserlik ya da karamsarlığın oluşmasında etkili olduğu gibi, özgüvenin, temel güven duygusunun, önemli ve değerli olma duygularının da ilk çekirdeklerinin atıldığı dönemdir. Sevmek, sevilme, dünyayı keyifli ve anlamlı bulmaya karşı da bu dönemin çok önemli olduğu kabul edilmektedir (Odağ, 2012).

2.5.5.3. Aile Gözlem Çalışmaları

Çocuklarda iki gözlem çalışması yapılmıştır. Birincisinde ebeveynler çocukların olumsuz davranışlarının hiçbirine tepki vermemekte, çocuktaki ağlama, inatçılık, öfke, agresyon görülmemekte ve yok sayılmaktadır. Beğenilen özellikleri algılanmakta, salt bu özellikleriyle bağlantı kurulmaktadır. Bu yaklaşımla büyüyen çocukların, kendilerini etraflarına sanki bir melekmiş gibi göstermeye çalışan, sadece iyiyi ve sevgiyi vurgulayan bir yapıda oldukları görülmektedir. Bu çocukların içindeki öfkeyi ve agresyonu gizliyor olmasının depresyonu doğurabileceği düşünülmektedir. Dışarıdan her şey yolunda gibi görünen bu kişilerin iç dünyasında renksizleşme, duygusal olarak heyecanlanmama, çöküntü gibi durumlar ortaya çıkabilir. Öfkenin ifade edilememesi, kişinin kendini ciddiye almaması, rekabet edememesi, kendini savunamamasına sebep olurken öfkenin yerinde, zamanında ve yeterince ifade edilmesi, sınır koymaya, kendini kabullendirmeye ve kişilik oluşum süreçlerine katkı sunmaktadır (Odağ, 2012).

İkinci gözlemlerde, sürekli acılarla ve sıkıntılarla karşılaşan aileler incelenmiştir. Sıkıntılar yoğunlukta olduğu ailelerde aile üyeleri probleme odaklanır ve paylaşımı, yakınlığı, ilgiyi başı dertte olan kişiye yoğunlaştırır. Bu ailelerde sanki derdin ne kadar

büyükse ilgiye o kadar hakkın olur şeklinde bir inanç vardır. Böyle bir ailede büyümüş kişilerin, kendilerini başarılı hissetmeleri, mutlu ve dertsiz duyumsamaları, etrafındaki insanların ilgilerini kaybetme kaygılarını da beraberinde getirdikleri görülmektedir. Tıpkı hassas çocukların “hasta olursan annen vakit ayırır ve yanında olur” inancını geliştirmesi gibi. Hastalığı, umutsuzluğu, kötü kaderi arayan depresif kişilik yapılarının bir kısmının aile geçmişlerinde, benzer sistemin işlediği düşünülmektedir (Odağ, 2012).

2.5.5.4. Bağlanma Araştırmaları

Yetişkin Bağlanma stilleri (güvenli / güvensiz, saplantılı, kayıtsız ve korkulu) ile psikopatoloji arasındaki ilişkiye dair yapılan araştırmalarda güvensiz bağlanma stillerine sahip olan kişilerin depresyon düzeyinin güvenli bağlanma stillerine sahip kişilere göre daha yüksek olduğu bilinmektedir. Güvensiz bağlanma biçimlerine sahip kişilerin kendilerine dönük değersizlik, çaresizlik ve sevilmezlik algıları, depresyon içerisinde görülen kendilik algıları ile örtüşür. Dolayısı ile erken dönemlerde görülen bağlanma deneyimi içinde saplantılı ve korkulu bağlanma şekillerinin depresyonda yatkinlaştırıcı bir etken olabileceği düşünülmektedir (Çalışır, 2009).

Mikulincer ve Shaver’a (2007) göre öz bildirim dayanan klinik gruplar ile yapılmış olan araştırmalarda, kaçınma ve yüksek kaygıya en fazla sahip olan korkulu bağlanma grubunda depresyona yatkinlik daha çok görülmektedir. Daha önce yapılan çalışmalarda, aktivasyon sürecinin yüksek olmasıyla alakalı olarak bağlanma kaygısında yükseklik görülen bireylerin, başka insanlardan gelen geri bildirimlere karşı duyarlı oldukları ve her zaman başkalarının onayını ya da takdirini bekledikleri görülmektedir. Bu yüzden bağlanma sisteminde yüksek aktivasyon olması, bireylerin her zaman başkalarının güven, sevgi ve ilgisine ihtiyaç duymalarına neden olurken, aynı zamanda bireylerin başkalarının geri bildirim ve değerlendirmelerinden daha fazla örselenirler. Cyranowski ve ark. (2002), klinik örneklerde özellikle kadınlara bakıldığında majör depresyon tanısı koyarken korkulu bağlanmanın temel bağlanma stillerinden birisi olduğunu söylemişlerdir (Akt. Sümer ve Ark., 2009).

Murph ve ark., yürüttükleri bir araştırmada diğerleri hakkında zihinsel temsilleri göz önünde bulundurmaksızın, bireyin kendi hakkında olumsuz bir model oluşturmuş olmasını depresyonla ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Korkulu ve saplantılı bağlanma şekline sahip üniversite öğrencileri, güvenli bağlanmaya sahip

olanlardan depresyon düzeyine ilişkin anlamlı biçimde farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Carnelley ve Ark., depresif olan ve olmayan üniversite öğrencileriyle yapmış oldukları araştırmada, korkulu ve saplantılı bağlanma şekline sahip kişilerin kendiliğe dair negatif bir zihinsel temsile sahip olduklarını ve depresyon belirtileri gösterdiklerini tespit etmişlerdir. Araştırmacılar özellikle korkulu bağlanma şeklinin depresyona yatkınlık ile alakalı olduğunu belirtmiştir (Akt. Çalışır, 2009).

BÖLÜM 3

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli ve Hipotezleri

Bu araştırmada mevcut durumu tespit etme amaçlandığından tarama modeline başvurulmuştur. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan şey, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez (Karasar, 2014). Araştırma modeli çerçevesinde oluşturulan hipotezler aşağıda sunulmuştur:

- H1:** Kaygı ile saplantılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- H2:** Depresyon ile saplantılı bağlanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- H3:** Kaygı ile kayıtsız bağlanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- H4:** Depresyon ile kayıtsız bağlanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- H5:** Kaygı ile korkulu bağlanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- H6:** Depresyon ile korkulu bağlanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- H7:** Kaygı ile güvenli bağlanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- H8:** Depresyon ile güvenli bağlanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırma evreni olarak 18 yaş ve üzeri en az 1 yıldır evli olan, İstanbul İli Kartal, Maltepe, Sarıyer ve Şişli İlçelerinde ikamet eden bireyler seçilmiştir. Araştırmada evlilik süresi 1 yılın altında olan katılımcılar Türk Medeni Kanunu 166. Maddesine¹ dayanarak çalışma dışında bırakılmıştır.

Bu fıkrada bahsi geçen durumlarda, davacı daha ağır bir kusura sahipse, davalı açılan davaya itirazda bulunabilir. Ayrıca bu itirazda hakkın kötüye kullanımı varsa ve

¹ Evlilik birliği, ortak hayatı sürdürmeleri kendilerinden beklenmeyecek derecede temelinden sarsılmış olursa, eşlerden her biri boşanma davası açabilir.

çocuklar ve davalı açısından evlilik birliğinin devamı ve korunmaya değecek bir yararı kalmadıysa, boşanma ile sonuçlanabilir. Evliliğin en az bir sene sürdüğü durumlarda, bir eşin öbürünün davasını kabul etmesi veya eşlerin beraber başvurmaları durumunda, evlilik birliğinin temelinden sarsıldığı düşünülür. Bu gibi durumlarda boşanma kararının verilmesi için hakimin, eşleri tek tek dinleyip bu kararın kendi iradelerince alındığı kararına varması ve boşandıktan sonra karşılaşılabilecek mali sonuçlarla çocukların bakımı konusunda tarafların kabul edeceği bir düzenlemeye onay vermesi gerekmektedir. Hakim, çocukların ve eşlerin çıkarlarını da göz önünde bulundurarak anlaşma üzerinde, gerek gördüğü taktirde değişikliklere gidebilir. Bu değişiklikler eşler tarafından da kabul edilirse, boşanma kararı hükmedilir. Bahsi geçen sebeplerden biri ile açılmış boşanma davasının reddedilmesi ve kararın verildiği tarihten itibaren üç yıl içinde, herhangi bir sebepten dolayı ortak hayatın kurulması tekrar gerçekleşmemişse, evlilik birliğinin temelden sarsıldığı düşünülür ve eşlerin birinin istemesiyle boşanma kararı alınır. Evlilik birliği 1 yıl sürenin altında olan bireylerde, evlilik birliği sarsıldığı durumda, hakim bazı düzenlemeler dahilinde boşanma kararı verir.

Araştırma için İstanbul İlinin farklı ilçelerinde (Kartal, Maltepe, Sarıyer, ve Şişli) ikamet eden bireyler, birbirinden farklı sosyodemografik özellikler ve heterojen bir grup oluşturmak amacıyla seçilmiştir. Uygulama cinsiyet farkı gözetmeksizin gerçekleştirilmiştir. Araştırma evreni içerisinden amaçlı örnekleme tekniği ile seçilen 263 kişi araştırma örneklemini oluşturmuştur. Örnekleme ilişkin bazı özellikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcı Profiline İlişkin Frekans ve Yüzdeler

	Frekans	Yüzde
Cinsiyet		
Kadın	179	68,1
Erkek	84	31,9
Yaş		
18-25	66	25,1
26-35	83	31,6
36-45	72	27,4
46-55	36	13,7
56 ve üzeri	6	2,3
Evlilik süresi		
1 yıl	54	20,5
2-5 yıl	54	20,5
6-10 yıl	56	21,3
11-20 yıl	70	26,6
21 yıl ve üzeri	29	11,0
Evlilik yaşı		
20 yaş ve altı	31	11,8
21-25 yaş	153	58,2
26-35 yaş	50	19,0
36 yaş ve üzeri	29	11,0
Eşler arası yaş farkı		
Aynı yaştayız	15	5,7
1 yaş ve daha az	73	27,8
2-5 yaş	90	34,2
6-10 yaş	58	22,1
11 yaş ve üzeri	27	10,3
Evlenme karar şekli		
Kendi seçimim, ailemin onayıyla	37	14,1
Görücü usulüyle, kendi kararım	64	24,3
Görücü usulüyle, ailemin kararıyla	54	20,5
Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim	54	20,5
Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında	53	20,2
Diğer	1	,4
Eş ile akrabalık durumu		
Akrabalığımız yok	208	79,1
Yakın akraba	9	3,4
Uzak akraba	46	17,5
Çocuk sayısı		
Çocuğum yok	55	20,9
1	85	32,3
2	64	24,3
3	29	11,0
4	26	9,9
5 ve üzeri	4	1,5
Eğitim durumu		
İlköğretim	3	1,1
Lise	18	6,8
Ön Lisans	23	8,7
Lisans	149	56,7
Yüksek lisans	70	26,6
Eşin eğitim durumu		
İlköğretim	13	4,9
Lise	63	24,0
Ön Lisans	81	30,8
Lisans	76	28,9
Yüksek lisans	30	11,4
Aylık kazanç		
1500 TL ve altı	26	9,9
1501-3000 TL	41	15,6
3001-4500 TL	64	24,3
4500-6000 TL	80	30,4
6001 ve üzeri	52	19,8
Psikolojik destek alma durumu		
Evet	44	16,7
Hayır	219	83,3

Katılımcıların çoğunluğu kadınlardan oluşmaktadır. Kadınlar, tüm katılımcıların %68,1'ini (179) oluşturmaktayken %31,9'unu (84) erkekler oluşturmaktadır.

Katılımcıların %25,1'inin (66) bulunduğu yaş grubu 18-25, %31,6'sının (83) bulunduğu yaş grubu 26-35, %27,4'ünün (72) bulunduğu yaş grubu 36-45, %13,7'sinin (36) bulunduğu yaş grubu 46-55, %2,3'ünün (6) bulunduğu yaş grubu 56 ve üzeridir.

Katılımcıların %20,5'inin (54) evlilik süresi 1 yıl, %20,5'inin (54) evlilik süresi 2-5 yıl, %21,3'ünün (56) evlilik süresi 6-10 yıl, %26,6'sının (70) evlilik süresi 11-20 yıl, %11'inin (29) evlilik süresi 21 yıl ve üzeridir.

Katılımcıların %11,8'inin (31) evlilik yaşı 20 yaş ve altında, %58,2'sinin (153) evlilik yaşı 21-25 aralığında, %19'unun (50) evlilik yaşı 26-35 aralığında, %11'inin (29) evlilik yaşı 36 yaş ve üzerindedir.

Katılımcıların %5,7'si (15) eşiyile aynı yaşta, %27,8'sinin (73) eşiyile olan yaş farkı 1 yaş ve daha az, %34,2'sinin (90) eşiyile olan yaş farkı 2-5 yaş, %22,1'inin (58) eşiyile olan yaş farkı 6-10 yaş, %10,3'ünün (27) eşiyile olan yaş farkı 11 yaş ve üzeridir.

Katılımcıların %14,1'i (37) evliliğe kendi seçimi ve ailesinin onayıyla, %24,3'ü (64) görücü usulü ve kendi kararıyla, %20,5'i (54) görücü usulü ve ailesinin kararıyla, %20,5'i (54) ailesinin karşı çıkmasına rağmen, %20,2'si (53) kendi kararıyla ve ailesinin bilgisi dışında, %0,4'ü (1) ise başka bir şekilde karar vermiştir.

Katılımcıların %79,1'inin (208) eşiyile akrabalığı yoktur. %3,4'ü (9) yakın akraba, %17,5'i (46) ise uzak akrabadır.

Katılımcıların %20,9'unun (55) çocuğu yoktur. %32,3'ünün (85) 1 çocuğu, %24,3'ünün (64) 2 çocuğu, %11'inin (29) 3 çocuğu, %9,9'unun (26) 4 çocuğu, %1,5'inin (4) 5 ve üzeri çocuğu bulunmaktadır.

Katılımcıların %1,1'i (3) ilköğretim, %6,8'i (18) lise, %8,7'si (23) ön lisans, %56,7'si (149) lisans, %26,6'sı (70) ise yüksek lisans düzeyinde eğitim almıştır.

Katılımcıların %4,9'unun (13) eşi ilköğretim, %24'ünün (63) eşi lise, %30,8'inin (81) eşi ön lisans, %28,9'unun (76) eşi lisans, %11,4'ünün (30) eşi yüksek lisans düzeyinde eğitim almıştır.

Katılımcıların %9,9'unun (26) aylık kazancı 1500 TL ve altında, %15,6'sının (41) aylık kazancı 1501-3000 TL aralığında, %24,3'ünün (64) aylık kazancı 3001-4500 TL aralığında, %30,4'ünün (80) aylık kazancı 4500-6000 aralığında, %19,8'inin (52) aylık kazancı 6001 TL ve üzerindedir.

Katılımcıların çoğunluğu psikolojik destek almamıştır. Psikolojik destek alanların oranı %16,7 (44) iken, psikolojik destek almayanların oranı %83,3'tür (219).

3.3. Veri Toplama Araçları

Örnekleme ait demografik bilgilerin elde edilmesi amacı ile araştırmacının hazırladığı Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu, evli çiftlerin ilişkilerinin özelliklerini ölçmek üzere "İlişki Ölçekleri Anketi" kullanılacaktır. Kaygı düzeylerine ilişkin bilgiler "Durumluk- Sürekli Kaygı Envanteri" ile, katılımcıların depresyon düzeylerine ilişkin veriler ise "Beck Depresyon Ölçeği" ile değerlendirilmiştir.

3.3.1. İlişki Ölçekleri Anketi

Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen İlişki Ölçekleri Anketi, 30 maddeden oluşur ve korkulu, kayıtsız, saplantılı ve güvenli prototiplerini ölçmek üzere, farklı maddelerin toplanmasıyla ölçülür (aktaran: Sümer ve Güngör, 1999). İÖA, Hazan ve Shaver'in (1987) bağlanma ölçümüne ait paragraflardan, Collins ve Read'in (1990) "Yetişkin Bağlanma Ölçeği" ve Bartholomew ve Horowitz'in (1991) "İlişki Anketleri"nde kullanılan maddelerden oluşur (aktaran: Sümer ve Güngör, 1999). Birden yediye kadar derecelendirilen bir ölçekle değerlendirme yapılır (7= tamamiyle beni tanımlıyor, 1= beni hiç tanımlamıyor). Griffin ve Bartholomew yaptıkları araştırmada, İÖA alt ölçeklerine ait alfa değerlerini 0.41 ve 0.71 arasında bulmuşlardır. Alt ölçeklere bakıldığı zaman, test tekrar test güvenilirliğinin kabul edilir düzeyde olduğu görülmüştür (Griffin ve Bartholomew, 1994). Sümer ve Güngör'ün (1999) Türkçe'ye uyarladıkları ölçekte iç tutarlık katsayılarının .27 ve .61 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçekteki test tekrar teste air güvenilirlik katsayısınınsa .54 ve .78 arasında değiştiği saptanmıştır (Sümer ve Güngör, 1999). İlişki Ölçekleri Anketi puanlarıyla Sürekli Kaygı Ölçeği, Benlik Belirginliği Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve İlişki Anketi puanları arasında bulunan korelasyonlar incelenmiştir (Sümer ve Güngör, 1999). Sürekli Kaygı Ölçeği için korelasyonlar -.36 ile .09 arasında, Benlik Belirginliği Ölçeği için .25 ile .13 arasında, arasında, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği için .25 ile .12 arasında ve İlişki Anketi için .43 ile .55 arasında değiştiği görülmüştür (Sümer ve Güngör, 1999). Bu araştırma çerçevesinde yapılan güvenilirlik analizine göre Cronbach Alfa değerleri Saplantılı boyutunda 0,941;

Kayıtsız boyutunda 0,916; Korkulu boyutunda 0,894 ve Güvenli boyutunda 0,877 olarak hesaplanmıştır.

3.3.2. Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği

Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeğini Spielberger ve arkadaşları geliştirmiş, Le Compte ve Öner (1985) Türkçe'ye uyarlamıştır. Durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini ölçmek için kullanılmaktadır. Durumluk Kaygı Ölçeği, kişinin yaşadığı stresli durumlarla alakalı öznel duygularının betimlenmesini gerektiği 20 maddeden oluşur. Yaşanılanların şiddetlerinin derecesine göre maddeler içerisinde bahsedilen davranış ve duygular (1) hiç, (2) biraz, (3) çok ve (4) tamamı ile tarzı şıklardan bir tanesinin işaretlenmesiyle cevaplandırılmaktadır. Bireyin kaygı yaşantısına olan yatkınlığını ölçmek üzere düzenlenmiş olan "Sürekli Kaygı Ölçeği" 20 maddeden oluşmaktadır. Maddelerde bahsedilen davranış veya duygular, bu duyguların sıklık derecesine göre; (1) hemen hiçbir zaman, (2) bazen, (3) çoğu zaman, (4) hemen her zaman gibi şıklardan bir tanesini işaretleyerek cevaplandırılmaktadır. Her ölçekten elde edilecek toplam puan 20'yle 80 arasında değişmekte; yüksek puanlar kaygı düzeyinin yüksekliğini belirtmektedir. Ölçeğin uyarlama çalışmaları ülkemizde 1974-1977 yıllarında yapılmıştır (Eryüksel, 1987). Ölçeklerin güvenilirliği ve iç tutarlılığı güvenilirliği "test-tekrar test" ve Kuder Richarson "20" Item Remeinder korelasyonları tekniğiyle saptanmıştır. İçtutarlık katsayıları durumluk kaygı ölçeği için .94 ile, .96; sürekli kaygı ölçeği için .83 ile .87 arasındadır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayıları durumluk kaygı ölçeği için .26 ile .68; sürekli kaygı ölçeği için .71 ile .86 arasında bulunmuştur. Elde edilen veriler ölçeğin güvenilirlik ve geçerliliğinin kabul edilir düzeyde olduğunu göstermiştir. Öner ölçek sayesinde normal bireylerin ve psikiyatrik hastalığı olanların birbirinden anlamlı bir sonuçla ayrılabilceğini belirtmektedir (Öner ve Le Compte, 1998). Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alfa değerleri Durumluk Kaygı için 0,844 ve Sürekli Kaygı için 0,893 bulunmuştur.

3.3.3. Beck Depresyon Envanteri

Beck ve arkadaşlarının 1978 yılında geliştirdiği Beck Depresyon Envanteri, depresyon sırasında görülen güdusel, bilişsel, duygusal ve vejetatif belirtileri ölçer (Savaşır ve Şahin, 1997). Amacı depresyon teşhisi koymak olmayan bu ölçekte, depresyon belirtilerinin seviyesi niceliksel bir şekilde tarif edilmektedir. Bu belirtiler

kilo ve cinsel dürtü kaybı, somatik yakınmalar, uyku bozuklukları, iştah azalması, yorgunluk- bitkinlik, çalışabilirliğin engellenmesi, kararsızlık, bedensel imgenin çarpıtılması, ağlama nöbetleri, başkalarına ilgi kaybı, sinirlilik, kendini suçlama, intihar düşünceleri, kendinden nefret etme, doyumsuzluk, cezalandırılma duygusu, suçluluk duygusu, kötümserlik, başarısızlık duygusu ve depresif duygu durumudur. Beck Depresyon Envanteri dört alternatif içermekte ve 21 maddeden oluşmaktadır ve depresyon belirtilerini nesnel bir şekilde değerlendirip, bir nevi öz değerlendirme yapma ölçeğidir (Savaşır ve Şahin, 1997). Ölçekteki talimatta, değerlendirmeye katılanlardan, içinde buldukları gün dahil son haftada yaşadıkları duygu durumlarının değerlendirilmesi istenmiştir. Her maddeye 0 ve 3 arası puan verilmiş, ölçekten elde edilebilecek en yüksek puan 63, en düşük puansa 0 şeklinde hesaplanmıştır. Ölçekten yüksek puan alınması, depresyonun şiddetinin ya da seviyesinin yüksek olduğunu belirtmektedir (Savaşır ve Şahin, 1997). 1978’de Beck ve arkadaşlarının geliştirdiği Beck Depresyon Envanteri’ni Hisli (1989), Türkçe’ye çevirmiştir. Hisli’nin (1989) yaptığı araştırmada envanterin hem İngilizce hem de Türkçe formları, iki dili de iyi derecede bilen katılımcılar ile yapılmıştır. Birer hafta ara ile uygulanan bu iki form arasında korelasyon katsayısı 73 ve 81 olarak bulunmuştur. Hisli (1989) tarafından uygulanan ölçeğe ait güvenilirlik incelemesi sonucunda, 259 üniversite öğrenciyle yapılan iki yarım testin güvenilirlik katsayısı 74 şeklinde bulunmuştur. Hisli (1989) yine poliklinik hastaları ile yaptığı güvenilirlik geçerlik incelemesi dahilinde Beck Depresyon Envanteri’nin kesme noktalarını irdeleyerek, ölçüm sonrası elde edilen 17 ve üzeri puanın, tedaviye gerek duyulacak depresyonun ayırt edilme derecesini %90 doğrulukla elde edebildiği sonucuna varmıştır. Bu araştırmanın ölçeğinin güvenilirlik katsayısı 0,951 şeklinde bulunmuştur.

3.4. Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Araştırma verilerinin analizinde SPSS 23.00 kullanılmıştır. Örnekleme oluşturan evlilerin kişisel özelliklerini belirlemek amacıyla frekans dağılımları incelenmiştir. Katılımcıların ilişki, kaygı ve depresyon düzeylerini belirlemek üzere betimsel istatistikler kullanılmıştır. Hipotezlerin sınanması sırasında öncelikli olarak değişkenler arasındaki ilişkinin ortaya koyulabilmesi için korelasyon analizi yapılmış, ardından regresyona yer verilmiştir. Bağımsız ikili grupların karşılaştırılmasında t-test,

üç ve daha fazla bağımsız grupların karşılaştırılmasında ise ANOVA ve Post-Hoc testlerinden Tukey Test kullanılmıştır. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında yorumlanmıştır.

BÖLÜM 4

BULGULAR VE DEĞERLENDİRME

Araştırmada yapılan uygulamanın SPSS analizi sonucunda ortaya çıkan bulgular şu şekildedir:

Tablo 2. Ölçeklere İlişkin Betimleyici İstatistikler

	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Saplantılı	263	1,00	7,00	3,3596	1,38009
Kayıtsız	263	1,00	7,00	4,0444	1,38066
Korkulu	263	1,00	7,00	3,9087	1,47761
Güvenli	263	1,00	7,00	3,9708	1,26024
Durumluk kaygı	263	1,00	4,00	2,2412	,47114
Sürekli kaygı	263	1,00	4,00	2,5447	,41371
Depresyon	263	0,00	3,00	,7608	,74714

Saplantılı bağlanmanın ortalaması $3,36\pm 1,38$, kayıtsız bağlanmanın ortalaması $4,04\pm 1,38$, korkulu bağlanmanın ortalaması $3,90\pm 1,48$, güvenli bağlanmanın ortalaması $3,97\pm 1,26$, durumluk kaygının ortalaması $2,24\pm 0,47$, sürekli kaygının ortalaması $2,54\pm 0,41$, depresyonun ortalaması $0,76\pm 0,74714$ olarak bulunmuştur.

4.1. Ölçekler Arası Korelasyonlar

Tablo 3. Ölçekler Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu

	1	2	3	4	5	6	7
1.Saplantılı	-	,530**	,560**	-,199**	,121	,146*	,077
2.Kayıtsız		-	,348**	-,258**	,132*	,182**	,128*
3.Korkulu			-	-,142*	,222*	,250*	,156*
4.Güvenli				-	-,165*	-,050	-,299*
5.Durumluk kaygı					-	,078	-,091
6.Sürekli kaygı						-	,023
7.Depresyon							-

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı

Saplantılı bağlanma ile kayıtsız bağlanma arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,000$; $r=0,530$). Bu ilişki pozitif yönde ve orta şiddette bir ilişkidir.

Saplantılı bağlanma ile korkulu bağlanma arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,000$; $r=0,560$). Bu ilişki pozitif yönde ve orta şiddette bir ilişkidir.

Saplantılı bağlanma ile güvenli bağlanma arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,001$; $r=-0,199$). Bu ilişki negatif yönde ve çok zayıf şiddette bir ilişkidir.

Saplantılı bağlanma ile sürekli kaygı arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,18$; $r=0,146$). Bu ilişki pozitif yönde ve çok zayıf şiddette bir ilişkidir.

Kayıtsız bağlanma ile korkulu bağlanma arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,000$; $r=0,348$). Bu ilişki pozitif yönde ve zayıf şiddette bir ilişkidir.

Kayıtsız bağlanma ile güvenli bağlanma arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,000$; $r=-0,258$). Bu ilişki negatif yönde ve zayıf bir ilişkidir.

Kayıtsız bağlanma ile durumluk kaygı arasında anlamlı bir ilişki mevcuttur ($p=0,032$; $r=0,132$). Bu ilişki pozitif yönde ve çok zayıf bir ilişkidir.

Kayıtsız bağlanma ile sürekli kaygı arasında anlamlı bir ilişki vardır ($p=0,003$; $r=0,182$). Bu ilişki pozitif yönde ve çok zayıf şiddette bir ilişkidir.

Kayıtsız bağlanma ile depresyon arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,037$; $r=0,128$). Bu ilişki pozitif yönde ve çok zayıf şiddette bir ilişkidir.

Korkulu bağlanma ile güvenli bağlanma arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,021$; $r=-0,142$). Bu ilişki negatif yönde ve çok zayıf bir ilişkidir.

Korkulu bağlanma ile durumluk kaygı arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,020$; $r=0,222$). Bu ilişki pozitif yönde ve zayıf şiddette bir ilişkidir.

Korkulu bağlanma ile sürekli kaygı arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,022$; $r=0,250$). Bu ilişki pozitif yönde ve zayıf şiddette bir ilişkidir.

Korkulu bağlanma ile depresyon arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,036$; $r=0,156$). Bu ilişki pozitif yönde ve çok zayıf şiddette bir ilişkidir.

Güvenli bağlanma ile durumluk kaygı arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,029$; $r=-0,165$). Bu ilişki negatif yönde ve çok zayıf şiddette bir ilişkidir.

Güvenli bağlanma ile depresyon arasında anlamlı olan bir ilişki mevcuttur ($p=0,011$; $r=-0,299$). Bu ilişki negatif yönde ve çok zayıf şiddette bir ilişkidir.

4.2. Regresyon Analizleri

Tablo 4. Kaygı Ölçeğinin Saplantılı Bağlanma Üzerindeki Etkisi

Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model(p)	R ²
Sabit	4,655	7,266	,000			
Durumluk kaygı	,027	,150	,881	2,849	,040	,121
Sürekli kaygı	,485	2,363	,019			

Kaygı ölçeği, saplantılı bağlanmaya ait varyansın %12,1'ini açıklamaktadır. Kaygı ölçeğinin varyansa olan katkısı anlamlıdır ($p=0,040$; $F=2,849$). Yani saplantılı bağlanmanın %12,1'i kaygı ölçeğine bağlıdır.

Bağımsız değişkenlerin her biri ayrı ayrı değerlendirilecek olursa;

Sürekli kaygı, saplantılı bağlanmanın düzeyini artırmaktadır ($\beta=0,485$). Durumluk kaygı ise saplantılı bağlanmaya etki etmemektedir ($p=0,881>0,05$).

Söz konusu bulgulara dayanılarak H1 hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 5. Depresyon Ölçeğinin Saplantılı Bağlanma Üzerindeki Etkisi

Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model(p)	R ²
Sabit	,293	3,950	,000			
Depresyon	,881	11,468	,060	131,509	,060	,157

Depresyon ölçeği, saplantılı bağlanmaya ait varyansın %15,7'sini açıklamaktadır. Depresyon ölçeğinin varyansa katkısı anlamlı değildir ($p=0,060>0,05$).

Belirtilen bulgulara dayanılarak H2 hipotezi reddedilmiştir.

Tablo 6. Kaygı Ölçeğinin Kayıtsız Bağlanma Üzerindeki Etkisi

Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model(p)	R²
Sabit	6,290	9,945	,000			
Durumluk kaygı	,348	1,958	,049	6,422	,002	,071
Sürekli kaygı	,576	2,840	,005			

Kaygı ölçeği, kayıtsız bağlanmaya ait varyansın %7,1'ini açıklamaktadır. Kaygı ölçeğinin varyansa olan katkısı anlamlıdır (p=0,002; F=6,422). Yani kayıtsız bağlanmanın %7,1'i kaygı ölçeğine bağlıdır.

Bağımsız değişkenlerin her biri ayrı ayrı değerlendirilecek olursa;

Durumluk kaygı ve sürekli kaygı değişkenleri kayıtsız bağlanmanın düzeyini artırmaktadırlar ($\beta=0,348$ ve $\beta=0,576$).

Belirtilen bulgulara dayanılarak H3 hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 7. Depresyon Ölçeğinin Kayıtsız Bağlanma Üzerindeki Etkisi

Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model(p)	R²
Sabit	4,225	34,960	,000			
Depresyon	,237	2,092	,037	4,375	,037	,016

Depresyon ölçeği, kayıtsız bağlanmaya ait varyansın %1,6'sını açıklamaktadır. Depresyon ölçeğinin varyansa olan katkısı anlamlıdır (p=0,037; F=4,375). Yani kayıtsız bağlanmanın %1,6'sı depresyon ölçeğine bağlıdır. Depresyon ölçeği kayıtsız bağlanmanın düzeyini artırmaktadır ($\beta=0,237$).

Gözlenen verilere dayanılarak H4 hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 8. Kaygı Ölçeğinin Korkulu Bağlanma Üzerindeki Etkisi

Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model(p)	R²
Sabit	,098	,431	,668			
Durumluk kaygı	,169	2,499	,014	47,526	,000	,128
Sürekli kaygı	,553	8,983	,000			

Kaygı ölçeği, korkulu bağlanmaya ait varyansın %12,8'ini açıklamaktadır. Kaygı ölçeğinin varyansa olan katkısı anlamlıdır (p=0,000; F=47,526). Sonuç olarak korkulu bağlanmanın %12,8'i kaygı ölçeğine bağlıdır.

Bağımsız değişkenleri ayrı ayrı incelediğimizde iki değişkenin de korkulu bağlanmanın düzeyini artırmaktadır ($\beta=0,169$ ve $0,553$).

Elde edilen verilere dayanarak H5 hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 9. Depresyon Ölçeğinin Korkulu Bağlanma Üzerindeki Etkisi

Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model(p)	R ²
Sabit	3,993	30,668	,000			
Depresyon	,111	,909	,036	,826	,036	,132

Depresyon ölçeği; korkulu bağlanmaya ait varyansın %13,2'sini açıklamaktadır. Depresyon ölçeğinin varyansa olan katkısı anlamlıdır (p=0,036; F=0,826). Buna göre korkulu bağlanmanın %13,2'si depresyon ölçeğine bağlıdır. Depresyon ölçeği korkulu bağlanmanın düzeyini artırmaktadır ($\beta=0,111$).

Görülen sonuçlara bağlı olarak H6 hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 10. Kaygı Ölçeğinin Güvenli Bağlanma Üzerindeki Etkisi

Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model(p)	R ²
Sabit	,017	-,061	,951			
Durumluk kaygı	-,464	-6,230	,000	19,448	,000	,234
Sürekli kaygı	-,048	-,592	,555			

Kaygı ölçeği, güvenli bağlanmaya ait varyansın %23,4'ünü açıklamaktadır. Kaygı ölçeğinin varyansa olan katkısı anlamlıdır (p=0,000; F=19,448). Yani güvenli bağlanmanın %23,4'ü kaygı ölçeğine bağlıdır.

Bağımsız değişkenleri ayrı ayrı inceleyecek olursak;

Durumluk kaygı, güvenli bağlanmanın düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,464$). Sürekli kaygı ise güvenli bağlanmaya etki etmemektedir (p=0,555>0,05).

Elde edilen verilere dayanılarak H7 hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 11. Depresyon Ölçeğinin Güvenli Bağlanma Üzerindeki Etkisi

Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model(p)	R ²
Sabit	1,467	7,291	,000			
Depresyon	-,217	-2,612	,010	6,821	,010	,051

Depresyon ölçeği, güvenli bağlanmaya ait varyansın %5,1'ini açıklamaktadır. Depresyon ölçeğinin varyansa olan katkısı anlamlıdır (p=0,010; F=6,821). Buna göre güvenli bağlanmanın %5,1'i depresyon ölçeğine bağlıdır. Depresyon ölçeği güvenli bağlanmanın düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-,217$).

Gözlenen verilere dayanılarak H8 hipotezi kabul edilmiştir.

4.3. Fark Analizleri

Fark analizlerinde kullanılacak analiz tekniğini belirlemek üzere öncelikli olarak normallik testi uygulanmıştır. Test sonuçları Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12. Normallik Test Sonuçları

	Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
Saplantılı	-,131	-,855
Kayıtsız	-,515	-,598
Korkulu	-,350	-,227
Güvenli	-,214	-,409
Durumluk kaygı	-,054	-,196
Sürekli kaygı	-,257	-,014
Depresyon	1,178	,700

Tabachnick vd. (2013)’e göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1,5 ile -1,5 arasında olması verilerin normal dağıldığını göstermektedir. Benzer şekilde George ve Mallery (2010)’a göre ise çarpıklık ve basıklık değerlerinin +2,0 ile -2,0 arasında bulunması verilerin normal dağılım gösterdiğini betimlemektedir. Literatürdeki bu bilgilerden yola çıkarak tüm alt ölçekler için verilerin normal dağılışı belirlenmiştir. Bu doğrultuda fark analizleri olarak parametrik testlerden t-test ve ANOVA kullanılmıştır.

4.3.1. İlişki Ölçekleri ve Kişisel Bilgi Formu Arasındaki İlişkiler

Tablo 13. Cinsiyet ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Saplantılı				,153	,698
Kadın	179	3,3823	1,35870		
Erkek	84	3,3112	1,43169		
Kayıtsız				2,992	,195
Kadın	179	4,1201	1,32288		
Erkek	84	3,8829	1,49178		
Korkulu				5,463	,681
Kadın	179	3,9367	1,36286		
Erkek	84	3,8492	1,70392		
Güvenli				,236	,641
Kadın	179	3,9460	1,25577		
Erkek	84	4,0238	1,27565		

T-test analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma, korkulu bağlanma ve güvenli bağlanma durumları cinsiyete göre farklılık göstermemektedir.

Tablo 14. Yaş ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				1,303	,269	
18-25	66	3,4805	1,44205			
26-35	83	3,1480	1,34206			
36-45	72	3,5635	1,42654			
46-55	36	3,3175	1,29548			
56 ve üzeri	6	2,7619	,78072			
Toplam	263	3,3596	1,38009			
Kayıtsız				1,544	,190	
18-25	66	4,1288	1,40506			
26-35	83	4,1285	1,34530			
36-45	72	3,9722	1,24188			
46-55	36	3,6806	1,63948			
56 ve üzeri	6	5,0000	1,22020			
Toplam	263	4,0444	1,38066			
Korkulu				,160	,958	
18-25	66	3,9646	1,34753			
26-35	83	3,8635	1,61215			
36-45	72	3,9630	1,45518			
46-55	36	3,8611	1,55405			
56 ve üzeri	6	3,5556	,95839			
Toplam	263	3,9087	1,47761			
Güvenli				2,084	,083	
18-25	66	4,0808	1,24181			
26-35	83	3,9478	1,31644			
36-45	72	3,9815	1,27562			
46-55	36	4,0370	1,01662			
56 ve üzeri	6	2,5556	1,34440			
Toplam	263	3,9708	1,26024			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma, korkulu bağlanma, güvenli bağlanma yaşa göre farklılık göstermemektedir.

Tablo 15. Evlilik Süresi ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				4,793	,001	
1 yıl	54	3,7037	1,38390			1>3
2-5 yıl	54	3,5529	1,39669			1>5
6-10 yıl	56	2,9030	1,33626			2>3
11-20 yıl	70	3,5694	1,24860			2>5
21 yıl ve üzeri	29	2,7340	1,38648			4>3
Toplam	263	3,3596	1,38009			4>5
Kayıtsız				6,548	,000	
1 yıl	54	4,4877	1,18598			1>3
2-5 yıl	54	4,1543	1,15509			1>5
6-10 yıl	56	3,5357	1,58870			2>3
11-20 yıl	70	4,3214	1,25119			2>5
21 yıl ve üzeri	29	3,3276	1,47968			4>3
Toplam	263	4,0444	1,38066			4>5
Korkulu				1,009	,403	
1 yıl	54	4,1914	1,10384			
2-5 yıl	54	3,9506	1,40291			
6-10 yıl	56	3,6786	1,82681			
11-20 yıl	70	3,9333	1,28987			
21 yıl ve üzeri	29	3,6897	1,85149			
Toplam	263	3,9087	1,47761			
Güvenli				1,463	,214	
1 yıl	54	3,9383	1,13469			
2-5 yıl	54	3,7593	1,42957			
6-10 yıl	56	4,0357	1,40083			
11-20 yıl	70	3,9143	1,06426			
21 yıl ve üzeri	29	4,4368	1,25705			
Toplam	263	3,9708	1,26024			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; evlilik süresinin saplantılı bağlanma ve kayıtsız bağlanma üzerinde anlamlı olan bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Buna göre, saplantılı bağlanmada, 1 yıl, 2-5 yıl ve 11-20 yıl süreyle evli olan katılımcıların ortalamalarının, 6-10 yıl ve 21 yıl ve üzeri süreyle evli olan katılımcıların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Kayıtsız bağlanmada da durumun birebir aynı olduğu görülmektedir.

Tablo 16. Evlilik Yaşı ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				1,516	,211	
20 yaş ve altı	31	3,2765	1,41707			
21-25 yaş	153	3,5061	1,40211			
26-35 yaş	50	3,1400	1,25589			
36 yaş ve üzeri	29	3,0542	1,38947			
Toplam	263	3,3596	1,38009			
Kayıtsız				1,486	,219	
20 yaş ve altı	31	4,0054	1,39077			
21-25 yaş	153	4,1612	1,36910			
26-35 yaş	50	3,9767	1,16934			
36 yaş ve üzeri	29	3,5862	1,70120			
Toplam	263	4,0444	1,38066			
Korkulu				2,782	,041	
20 yaş ve altı	31	3,4731	1,46761			
21-25 yaş	153	4,1242	1,39385			
26-35 yaş	50	3,6867	1,46989			2>1
36 yaş ve üzeri	29	3,6207	1,77667			
Toplam	263	3,9087	1,47761			
Güvenli				2,844	,038	
20 yaş ve altı	31	3,5269	1,27301			
21-25 yaş	153	4,0240	1,14011			2>1
26-35 yaş	50	3,8267	1,45879			4>1
36 yaş ve üzeri	29	4,4138	1,36758			4>3
Toplam	263	3,9708	1,26024			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; evlilik yaşının korkulu bağlanma ve güvenli bağlanma üzerinde anlamlı olan bir etkisinin olduğu saptanmıştır. Korkulu bağlanmada, 21-25 yaş aralığında evlenenlerin ortalamasının 20 yaş ve altı yaşlarda evlenenlerin ortalamasından anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir. Güvenli bağlanmada ise 21-25 ve 36 yaş ve üzeri yaşlarda evlenenlerin ortalamalarının 20 yaş ve altı yaşlarda evlenenlerin ortalamasından anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmektedir. Diğer yandan, 21-25 yaş aralığında evlenenlerin ortalamasının 20 yaş ve altı yaşlarda evlenenlerin ortalamasından anlamlı şekilde yüksek olduğu da tespit edilmiştir.

Tablo 17. Eşler Arası Yaş Farkı ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				,207	,934	
Aynı yaştayız	15	3,4286	1,11706			
1 yaş ve daha az	73	3,2779	1,54026			
2-5 yaş	90	3,4079	1,35857			
6-10 yaş	58	3,4335	1,24165			
11 yaş ve üzeri	27	3,2222	1,48056			
Toplam	263	3,3596	1,38009			
Kayıtsız				,919	,453	
Aynı yaştayız	15	3,9778	,88162			
1 yaş ve daha az	73	4,0616	1,49549			
2-5 yaş	90	3,9259	1,42216			
6-10 yaş	58	4,3218	1,23064			
11 yaş ve üzeri	27	3,8333	1,44338			
Toplam	263	4,0444	1,38066			
Korkulu				1,628	,168	
Aynı yaştayız	15	3,5333	1,11839			
1 yaş ve daha az	73	3,6712	1,55108			
2-5 yaş	90	4,0741	1,55368			
6-10 yaş	58	3,8448	1,06369			
11 yaş ve üzeri	27	4,3457	1,83853			
Toplam	263	3,9087	1,47761			
Güvenli				5,819	,000	
Aynı yaştayız	15	3,1333	1,08233			
1 yaş ve daha az	73	4,4658	1,22189			2>1
2-5 yaş	90	3,9407	1,31787			2>3
6-10 yaş	58	3,7931	1,09193			2>4
11 yaş ve üzeri	27	3,5802	1,16426			2>5
Toplam	263	3,9708	1,26024			3>1

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; eşler arası yaş farkının güvenli bağlanma üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu saptanmıştır. Buna göre, eşiyile arasında 1 yaş ve daha az yaş farkı olan katılımcıların ortalamasının diğer bütün yaş farkı gruplarında olanların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak, eşiyile arasında 2-5 yaş olan katılımcıların ortalaması eşiyile aynı yaşta olan katılımcıların ortalamasından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 18. Evlenme Karar Şekli ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Saplantılı				,148	,964
Kendi seçimim, ailemin onayıyla	37	3,4247	1,52511		
Görücü usulüyle, kendi kararım	64	3,4017	1,35500		
Görücü usulüyle, ailemin kararıyla	54	3,4048	1,46392		
Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim	54	3,3360	1,29338		
Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında	54	3,2434	1,34746		
Toplam	263	3,3596	1,38009		
Kayıtsız				,226	,924
Kendi seçimim, ailemin onayıyla	37	4,0135	1,36274		
Görücü usulüyle, kendi kararım	64	4,0990	1,35554		
Görücü usulüyle, ailemin kararıyla	54	3,9815	1,41890		
Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim	54	3,9444	1,35864		
Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında	54	4,1636	1,44410		
Toplam	263	4,0444	1,38066		
Korkulu				,412	,800
Kendi seçimim, ailemin onayıyla	37	3,7928	1,30373		
Görücü usulüyle, kendi kararım	64	4,1042	1,54518		
Görücü usulüyle, ailemin kararıyla	54	3,8457	1,46620		
Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim	54	3,8148	1,63128		
Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında	54	3,9136	1,38604		
Toplam	263	3,9087	1,47761		
Güvenli				1,452	,217
Kendi seçimim, ailemin onayıyla	37	3,6036	1,33064		
Görücü usulüyle, kendi kararım	64	4,1563	1,09668		
Görücü usulüyle, ailemin kararıyla	54	4,0741	1,36083		
Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim	54	3,8272	1,21786		
Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında	54	4,0432	1,30801		
Toplam	263	3,9708	1,26024		

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma, korkulu bağlanma, güvenli bağlanma evlenme karar şekline göre farklılık göstermemektedir.

Tablo 19. Eş İle Akrabalık Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				,377	,686	
Akrabalığımız yok	208	3,3345	1,37142			
Yakın akraba	9	3,7302	1,60745			
Uzak akraba	46	3,4006	1,39504			
Toplam	263	3,3596	1,38009			
Kayıtsız				,931	,395	
Akrabalığımız yok	208	3,9848	1,41920			
Yakın akraba	9	4,3148	1,06538			
Uzak akraba	46	4,2609	1,24606			
Toplam	263	4,0444	1,38066			
Korkulu				,012	,988	
Akrabalığımız yok	208	3,9151	1,53147			
Yakın akraba	9	3,8519	,66898			
Uzak akraba	46	3,8913	1,35729			
Toplam	263	3,9087	1,47761			
Güvenli				7,121	,001	
Akrabalığımız yok	208	3,9279	1,24232			1>2
Yakın akraba	9	2,7778	1,02740			3>1
Uzak akraba	46	4,3986	1,21639			3>2
Toplam	263	3,9708	1,26024			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; eş ile akrabalık durumunun güvenli bağlanma üzerinde anlamlı olan bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Güvenli bağlanmada, eşiyile uzak akraba olanların ortalaması eşiyile yakın akraba olan ve eşiyile akrabalık bağı olmayanların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksektir. Eşiyile akraba olmayanların ortalaması da eşiyile yakın akraba olanların ortalamasından anlamlı biçimde yüksektir.

Tablo 20. Çocuk Sayısı ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				3,204	,008	
Çocuğum yok	55	3,4182	1,38009			3>5
1	85	3,3344	1,36555			6>1
2	64	3,5804	1,29685			6>2
3	29	2,9901	1,45633			6>3
4	26	2,8791	1,33749			6>4
5 ve üzeri	4	5,3571	,24744			6>5
Toplam	263	3,3596	1,38009			
Kayıtsız				2,927	,014	
Çocuğum yok	55	4,0788	1,28814			
1	85	3,8588	1,34482			
2	64	4,5469	,92557			3>2
3	29	3,7241	1,90357			3>4
4	26	3,6410	1,68371			3>5
5 ve üzeri	4	4,4167	1,25093			
Toplam	263	4,0444	1,38066			
Korkulu				,611	,691	
Çocuğum yok	55	4,0303	1,41752			
1	85	3,9059	1,50362			
2	64	3,7500	1,15011			
3	29	4,1494	1,98123			
4	26	3,6923	1,65173			
5 ve üzeri	4	4,5000	1,34715			
Toplam	263	3,9087	1,47761			
Güvenli				2,567	,027	
Çocuğum yok	55	3,7394	1,26473			
1	85	4,2941	1,24234			
2	64	3,6510	1,16901			2>1
3	29	4,0690	1,55170			2>3
4	26	4,0000	1,03280			
5 ve üzeri	4	4,5000	,19245			
Toplam	263	3,9708	1,26024			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; çocuk sayısının saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma ve güvenli bağlanma üzerinde anlamlı olan bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Buna göre saplantılı bağlanmada, 5 ve üzeri sayıda çocuğu olanların ortalamasının diğer bütün sayılarda çocuğu olanların ortalamalarından anlamlı biçimde yüksek olduğu görülmektedir. Buna ek olarak, 2 çocuğu olanların ortalamasının 4 çocuğu olanların ortalamasından anlamlı şekilde yüksek olduğu saptanmıştır. Kayıtsız bağlanmada ise 2 çocuğu olanların ortalamasının 1, 3 ve 4 çocuğu olanların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek olduğu

anlaşılmaktadır. Güvenli bağlanmada, 1 çocuğu olanların ortalaması çocuğu olmayanların ve 2 çocuğu olanların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 21. Eğitim Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				,575	,681	
İlköğretim	3	4,3333	,16496			
Lise	18	3,5317	1,56247			
Ön Lisans	23	3,5031	1,27693			
Lisans	149	3,3356	1,39497			
Yüksek lisans	70	3,2776	1,36827			
Toplam	263	3,3596	1,38009			
Kayıtsız				,250	,909	
İlköğretim	3	4,1111	,76980			
Lise	18	4,1944	1,53100			
Ön Lisans	23	3,9493	1,13866			
Lisans	149	4,0940	1,38868			
Yüksek lisans	70	3,9286	1,43725			
Toplam	263	4,0444	1,38066			
Korkulu				,696	,595	
İlköğretim	3	5,0000	0,00000			
Lise	18	3,7037	1,56718			
Ön Lisans	23	3,9855	1,02237			
Lisans	149	3,8434	1,54636			
Yüksek lisans	70	4,0286	1,46097			
Toplam	263	3,9087	1,47761			
Güvenli				2,615	,036	
İlköğretim	3	2,4444	,76980			
Lise	18	4,5185	,95124			2>1
Ön Lisans	23	3,9710	1,07268			2>5
Lisans	149	4,0358	1,26404			3>1
Yüksek lisans	70	3,7571	1,32719			4>1
Toplam	263	3,9708	1,26024			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; eğitim durumunun güvenli bağlanma üzerinde anlamlı olan bir etkisinin olduğu anlaşılmaktadır. Buna göre, lise seviyesinde eğitim görenlerin ortalaması ilköğretim ve yüksek lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalamalarından anlamlı biçimde yüksektir. Ön lisans ve lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalamaları da ilköğretim seviyesinde eğitim görenlerin ortalamasından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 22. Kadınların Eşinin Eğitim Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				,245	,913	
İlköğretim	7	3,5714	1,78429			
Lise	40	3,2214	1,12994			
Ön Lisans	55	3,4468	1,47876			
Lisans	54	3,3624	1,35944			
Yüksek lisans	23	3,4968	1,37896			
Toplam	179	3,3823	1,35870			
Kayıtsız				,321	,864	
İlköğretim	7	3,7619	1,98340			
Lise	40	4,0792	1,58383			
Ön Lisans	55	4,0697	1,16123			
Lisans	54	4,2654	1,33393			
Yüksek lisans	23	4,0797	,96905			
Toplam	179	4,1201	1,32288			
Korkulu				,370	,830	
İlköğretim	7	3,7619	1,89262			
Lise	40	3,8500	1,33109			
Ön Lisans	55	4,1212	1,30741			
Lisans	54	3,8580	1,41214			
Yüksek lisans	23	3,8841	1,33564			
Toplam	179	3,9367	1,36286			
Güvenli				6,815	,000	
İlköğretim	7	2,9524	1,26825			3>1
Lise	40	3,8667	1,25132			3>5
Ön Lisans	55	3,9152	1,24262			4>1
Lisans	54	4,5000	1,07526			4>2
Yüksek lisans	23	3,1594	1,11405			4>3
Toplam	179	3,9460	1,25577			4>5

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; kadınların eşinin eğitim durumunun güvenli bağlanma üzerine anlamlı olan bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Güvenli bağlanmada, lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalaması diğer bütün seviyelerde eğitim görenlerin ortalamalarından yüksektir. Bununla birlikte, ön lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalaması ilköğretim ve yüksek lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalamasından yüksektir.

Tablo 23. Erkeklerin Eşinin Eğitim Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				3,742	,008	
İlköğretim	6	1,9048	,70373			
Lise	23	3,3665	1,39893			2>1
Ön Lisans	26	3,9780	1,36229			3>1
Lisans	22	2,9416	1,44458			3>4
Yüksek lisans	7	3,0204	1,10173			
Toplam	84	3,3112	1,43169			
Kayıtsız				5,560	,001	
İlköğretim	6	1,5000	,44721			
Lise	23	4,0870	1,34828			2>1
Ön Lisans	26	4,2949	1,19379			3>1
Lisans	22	3,9545	1,72990			4>1
Yüksek lisans	7	3,5000	,88192			5>1
Toplam	84	3,8829	1,49178			
Korkulu				1,661	,167	
İlköğretim	6	5,0000	3,09839			
Lise	23	4,1449	1,76047			
Ön Lisans	26	3,9103	1,14914			
Lisans	22	3,2424	1,71881			
Yüksek lisans	7	3,5714	1,35693			
Toplam	84	3,8492	1,70392			
Güvenli				3,712	,008	
İlköğretim	6	4,0000	1,81353			
Lise	23	3,4348	1,01222			4>2
Ön Lisans	26	3,8846	1,35628			4>3
Lisans	22	4,7879	1,00552			
Yüksek lisans	7	4,0952	1,11744			
Toplam	84	4,0238	1,27565			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; erkeklerin eşinin eğitim durumunun saplantılı, kayıtsız ve güvenli bağlanma üzerine anlamlı olan bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Saplantılı bağlanmada eşi lise mezunu olan erkeklerin ortalaması ilköğretim mezunu olanlardan ve eşi ön lisans mezunu olanların ortalaması da ilköğretim ve lisans mezunu olanlardan anlamlı şekilde yüksektir. Kayıtsız bağlanma da ise eşi ilköğretim mezunu olan erkeklerin ortalamaları diğer tüm eğitim düzeylerinden düşük bulunmuştur. Güvenli bağlanmada, lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalaması lise ve ön lisans düzeyinde eğitim görenlerin ortalamalarında yüksektir.

Tablo 24. Aylık Kazanç ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Saplantılı				,713	,584	
1500 TL ve altı	26	3,2363	1,36124			
1501-3000 TL	41	3,3937	1,20491			
3001-4500 TL	64	3,4911	1,30606			
4500-6000 TL	80	3,1768	1,44229			
6001 ve üzeri	52	3,5137	1,51696			
Toplam	263	3,3596	1,38009			
Kayıtsız				2,502	,043	
1500 TL ve altı	26	4,5641	,98891			
1501-3000 TL	41	4,1789	1,56409			
3001-4500 TL	64	4,0365	1,23281			1>4
4500-6000 TL	80	3,7021	1,48922			5>4
6001 ve üzeri	52	4,2147	1,30998			
Toplam	263	4,0444	1,38066			
Korkulu				2,526	,041	
1500 TL ve altı	26	4,4231	,94543			
1501-3000 TL	41	4,3821	1,75049			1>3
3001-4500 TL	64	3,7448	1,38491			1>4
4500-6000 TL	80	3,7333	1,51077			2>3
6001 ve üzeri	52	3,7500	1,43087			2>4
Toplam	263	3,9087	1,47761			2>5
Güvenli				,600	,663	
1500 TL ve altı	26	3,8333	1,27279			
1501-3000 TL	41	4,2358	1,11366			
3001-4500 TL	64	3,9583	1,25918			
4500-6000 TL	80	3,8958	1,36006			
6001 ve üzeri	52	3,9615	1,22190			
Toplam	263	3,9708	1,26024			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; aylık kazancın kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma üzerinde anlamlı olan bir etkisinin olduğu gözlemlenmektedir. Kayıtsız bağlanmada, aylık 1500 TL ve altı ve 6001 TL ve üzeri kazancı olanların ortalamaları 4500-6000 TL kazancı olanların ortalamasından anlamlı şekilde yüksektir. Korkulu bağlanmada, aylık 1500 TL ve altı kazancı olanların ortalaması aylık 3001-4500 ve 4500-6000 TL kazancı olanların ortalamalarından anlamlı biçimde yüksektir. Aylık 1501-3000 TL kazancı olanların ortalamasının da aylık 3001-4500, 4500-6000 ve 6001 ve üzeri TL kazancı olanların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 25. Psikolojik Destek Alma Durumu ve İlişki Ölçekleri İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Saplantılı				2,574	,258
Evet	44	3,5746	1,22059		
Hayır	219	3,3164	1,40854		
Kayıtsız				3,791	,054
Evet	44	3,6780	1,57516		
Hayır	219	4,1180	1,33005		
Korkulu				,847	,025
Evet	44	4,3636	1,38433		
Hayır	219	3,8174	1,48184		
Güvenli				,800	,575
Evet	44	4,0682	1,14477		
Hayır	219	3,9513	1,28373		

T-test analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre korkulu bağlanma psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır ($p=0,025$; $F=0,847$). Korkulu bağlanmada, psikolojik destek alanların ortalaması almayanlara göre anlamlı şekilde yüksektir.

4.3.2. Kaygı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu Arasındaki İlişkiler

Tablo 26. Cinsiyet ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Durumluk kaygı				8,093	,797
Kadın	179	2,2365	,50505		
Erkek	84	2,2512	,39180		
Sürekli kaygı				,089	,013
Kadın	179	2,5017	,40546		
Erkek	84	2,6365	,41857		

T-test analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; sürekli kaygı cinsiyete göre farklılaşmaktadır ($p=0,013$; $F=,089$). Sürekli kaygıda erkeklerin ortalaması kadınların ortalamasından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 27. Yaş ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				1,241	,294	
18-25	66	2,1712	,31005			
26-35	83	2,2871	,45742			
36-45	72	2,2718	,56326			
46-55	36	2,2519	,52387			
56 ve üzeri	6	1,9444	,55163			
Toplam	263	2,2412	,47114			
Sürekli kaygı				3,271	,012	
18-25	66	2,4717	,40696			
26-35	83	2,5602	,38979			
36-45	72	2,4838	,41599			4>1
46-55	36	2,7444	,41922			4>2
56 ve üzeri	6	2,6667	,45117			4>3
Toplam	263	2,5447	,41371			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; yaşın sürekli kaygı üzerinde anlamlı olan bir etkisi mevcuttur. Buna göre, 46-55 yaş aralığındakilerin ortalaması 18-25, 26-35 ve 36-45 yaş aralıklarındakilerin ortalamalarından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 28. Evlilik Süresi ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				6,207	,000	
1 yıl	54	2,0735	,55820			2>1
2-5 yıl	54	2,4537	,45693			2>4
6-10 yıl	56	2,3327	,43231			2>5
11-20 yıl	70	2,1857	,34279			3>1
21 yıl ve üzeri	29	2,1149	,50305			3>5
Toplam	263	2,2412	,47114			
Sürekli kaygı				,586	,673	
1 yıl	54	2,5321	,52249			
2-5 yıl	54	2,4920	,34208			
6-10 yıl	56	2,5315	,40911			
11-20 yıl	70	2,5733	,40291			
21 yıl ve üzeri	29	2,6230	,34654			
Toplam	263	2,5447	,41371			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; evlilik süresinin durumluk kaygı üzerinde anlamlı olan bir etkisi vardır. Durumluk kaygıda 2-5 yıl süreyle evli olan katılımcıların ortalaması 1yıl ve altı, 11-20 yıl ve 21 yıl ve üzeri

sürelerde evli olan katılımcıların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksektir. Bununla birlikte, 6-10 yıl süreyle evli olan katılımcıların ortalamasının 1 yıl ve 21 yıl ve üzeri süreyle evli olan katılımcıların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 29. Evlilik Yaşı ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				4,538	,004	
20 yaş ve altı	31	2,4624	,66303			
21-25 yaş	153	2,1662	,38085			1>2
26-35 yaş	50	2,2560	,47721			4>2
36 yaş ve üzeri	29	2,3747	,56250			
Toplam	263	2,2412	,47114			
Sürekli kaygı				1,641	,180	
20 yaş ve altı	31	2,5839	,52690			
21-25 yaş	153	2,4978	,39590			
26-35 yaş	50	2,6167	,40909			
36 yaş ve üzeri	29	2,6264	,36126			
Toplam	263	2,5447	,41371			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; evlilik yaşının durumluk kaygı üzerinde anlamlı olan bir ilişkisi belirlenmiştir. Buna göre, 20 yaş ve altı ve 36 yaş ve üzeri yaşlarda evlenenlerin ortalamaları 21-25 yaşlarda evlenenlerin ortalamalarından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 30. Eşler Arası Yaş Farkı ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				8,958	,000	
Aynı yaştayız	15	2,7267	,39665			1>2
1 yaş ve daha az	73	2,0507	,38023			1>3
2-5 yaş	90	2,2370	,46378			1>4
6-10 yaş	58	2,2810	,56823			1>5
11 yaş ve üzeri	27	2,4148	,18659			3>2
Toplam	263	2,2412	,47114			4>2 5>2
Sürekli kaygı				4,709	,001	
Aynı yaştayız	15	2,5156	,37961			3>2
1 yaş ve daha az	73	2,4196	,41707			5>1
2-5 yaş	90	2,5804	,38998			5>2
6-10 yaş	58	2,5351	,45621			5>3
11 yaş ve üzeri	27	2,8012	,26690			5>4
Toplam	263	2,5447	,41371			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; eşler arası yaş farkının durumluk kaygı ve sürekli kaygı üzerinde anlamlı bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Durumluk kaygıda, eşyle aynı yaşta olanların ortalaması diğer bütün yaş farkında olanların ortalamalarından anlamlı biçimde yüksektir. Bununla birlikte, eşyle arasında 2-5 yaş, 6-10 yaş ve 11 yaş ve üzeri yaş farkı olanların ortalamalarının eşyle arasında 1 yaş ve daha az yaş farkı olanların ortalamasından anlamlı olarak yüksek olduğu görülmektedir. Süreklilik kaygıda, eşyle 11 yaş ve üzeri yaş farkı olanların ortalamasının eşyle diğer yaş gruplarında yaş farkı olanların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksektir. Buna ek olarak, eşyle arasında 2-5 yaş farkı olanların ortalamasının 1 yaş ve daha az yaş farkı olanların ortalamasından anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 31. Evlenme Karar Şekli ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				2,475	,045	
Kendi seçimim, ailemin onayıyla	37	2,3829	,57476			
Görücü usulüyle, kendi kararımla	64	2,2495	,52305			
Görücü usulüyle, ailemin kararıyla	54	2,0944	,44865			
Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim	54	2,2185	,34268			1>3 5>3
Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında	54	2,3037	,43411			
Toplam	263	2,2412	,47114			
Sürekli kaygı				2,128	0,78	
Kendi seçimim, ailemin onayıyla	37	2,6432	,36766			
Görücü usulüyle, kendi kararımla	64	2,4609	,49024			
Görücü usulüyle, ailemin kararıyla	54	2,6204	,39813			
Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim	54	2,4735	,41342			
Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında	54	2,5722	,33489			
Toplam	263	2,5447	,41371			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; evlenme şeklinin durumluk kaygı üzerinde anlamlı olan bir etkisinin olduğu görülmektedir. Buna göre, kendi seçimi, ailesinin onayı ve kendi kararı, ailesinin bilgisinin dışında evlenenlerin ortalamaları görücü usulüyle, ailesinin kararıyla evlenenlerin ortalamasından anlamlı biçimde düşüktür.

Tablo 32. Eş İle Akrabalık Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				9,627	,000	
Akrabalığımız yok	208	2,2694	,46090			
Yakın akraba	9	2,6815	,50583			1>3
Uzak akraba	46	2,0275	,42498			2>1
Toplam	263	2,2412	,47114			2>3
Sürekli kaygı				,663	,516	
Akrabalığımız yok	208	2,5428	,41802			
Yakın akraba	9	2,6963	,40327			
Uzak akraba	46	2,5239	,39843			
Toplam	263	2,5447	,41371			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; eş ile olan akrabalık durumu durumluk kaygı üzerinde anlamlı olan bir etkiye sahiptir. Durumluk kaygıda eş ile yakın akraba olanların ortalaması diğer durumların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksektir. Ek olarak, eş ile akrabalığı olmayanların ortalamasının uzak akraba olanların ortalamasından anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 33. Çocuk Sayısı ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				22,253	,000	
Çocuğum yok	55	2,4994	,40651			1>2, 1>3
1	85	2,3090	,43578			1>4, 1>5
2	64	2,2151	,42163			1>6
3	29	2,2920	,26482			2>5, 2>6
4	26	1,6256	,31921			3>5, 3>6
5 ve üzeri	4	1,3000	0,00000			4>5, 4>6
Toplam	263	2,2412	,47114			
Sürekli kaygı				8,449	,000	
Çocuğum yok	55	2,5503	,36945			
1	85	2,5204	,39441			1>6
2	64	2,5990	,37619			2>6
3	29	2,5759	,41851			3>6
4	26	2,6308	,41236			4>6
5 ve üzeri	4	1,3333	,03849			5>6
Toplam	263	2,5447	,41371			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; çocuk sayısı durumluk kaygı ve sürekli kaygı üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. Durumluk kaygıda, çocuğu olmayanların ortalaması herhangi sayıda çocuğu olanların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksektir. 1, 2, 3 çocuğu olanların ortalamaları hem

4 hem de 5 ve üzeri çocuğu olanların ortalamalarından anlamlı biçimde yüksektir. Sürekli kaygıda ise 5 ve üzeri çocuğu olanların ortalamasının diğer sayılarda çocukları olanların ortalamalarından anlamlı şekilde düşük olduğu saptanmıştır.

Tablo 34. Eğitim Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				3,021	,018	
İlköğretim	3	2,5444	,48113			
Lise	18	2,3778	,47733			
Ön Lisans	23	2,1580	,47866			5>4
Lisans	149	2,1720	,46773			
Yüksek lisans	70	2,3676	,44721			
Toplam	263	2,2412	,47114			
Sürekli kaygı				,180	,948	
İlköğretim	3	2,6111	,15396			
Lise	18	2,5685	,50039			
Ön Lisans	23	2,5841	,38084			
Lisans	149	2,5268	,42295			
Yüksek lisans	70	2,5610	,39469			
Toplam	263	2,5447	,41371			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; eğitim durumu durumluk kaygı üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. Durumluk kaygıda, yüksek lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalaması lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalamasından anlamlı biçimde yüksektir.

Tablo 35. Kadınların Eşinin Eğitim Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				10,847	,000	
İlköğretim	7	2,3857	,31497			
Lise	40	2,3700	,34034			
Ön Lisans	55	1,9261	,49648			1>3
Lisans	54	2,2870	,47765			2>3
Yüksek lisans	23	2,5826	,51462			4>3
Toplam	179	2,2365	,50505			5>3
Sürekli kaygı				1,592	,178	
İlköğretim	7	2,5667	,31505			
Lise	40	2,6158	,36020			
Ön Lisans	55	2,4721	,46008			
Lisans	54	2,4179	,37145			
Yüksek lisans	23	2,5507	,41729			
Toplam	179	2,5017	,40546			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; kadınların eşinin eğitim durumu durumluk kaygı üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. Durumluk kaygıda, ön lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalaması diğer tüm eğitim seviyelerinden anlamlı şekilde düşüktür.

Tablo 36. Erkeklerin Eşinin Eğitim Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				1,347	,260	
İlköğretim	6	2,2889	,01721			
Lise	23	2,3348	,23963			
Ön Lisans	26	2,1154	,51711			
Lisans	22	2,3318	,31831			
Yüksek lisans	7	2,1952	,55525			
Toplam	84	2,2512	,39180			
Sürekli kaygı				2,973	,024	
İlköğretim	6	2,9222	,28337			
Lise	23	2,7681	,32450			1>3
Ön Lisans	26	2,5397	,54078			1>5
Lisans	22	2,6409	,33805			2>3
Yüksek lisans	7	2,3048	,18701			2>5
Toplam	84	2,6365	,41857			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; erkeklerin eşinin eğitim durumu sürekli kaygı üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. Sürekli kaygıda, eşi ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim görenlerin ortalamaları ön lisans ve yüksek lisans düzeyinde eğitim gören grupların ortalamalarından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 37. Aylık Kazanç ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Durumluk kaygı				3,077	,017	
1500 TL ve altı	26	2,1179	,52639			
1501-3000 TL	41	2,4146	,40703			2>1
3001-4500 TL	64	2,3198	,58824			2>4
4500-6000 TL	80	2,1833	,39312			2>5
6001 ve üzeri	52	2,1583	,39473			
Toplam	263	2,2412	,47114			
Sürekli kaygı				3,195	,014	
1500 TL ve altı	26	2,3897	,43775			
1501-3000 TL	41	2,6683	,29636			2>1
3001-4500 TL	64	2,6339	,46415			2>4
4500-6000 TL	80	2,4854	,42779			3>1
6001 ve üzeri	52	2,5064	,35406			3>4
Toplam	263	2,5447	,41371			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; aylık kazanç durumluk kaygı ve sürekli kaygı üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. Durumluk kaygıda, aylık 1501-3000 TL kazananların ortalaması aylık 1500 TL ve altı, 4500-6000 ve 6001 ve üzeri kazananların ortalamalarına göre anlamlı şekilde yüksektir. Sürekli kaygıda ise aylık 1501-3000 ve 3001-4500 TL kazananların ortalamalarının hem aylık 1500 TL ve altı hem de 4500-6000 TL kazananların ortalamalarından yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 38. Psikolojik Destek Alma Durumu ve Kaygı Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Durumluk kaygı				,009	,026
Evet	44	2,3848	,47531		
Hayır	219	2,2123	,46606		
Sürekli kaygı				,416	,012
Evet	44	2,6879	,43194		
Hayır	219	2,5160	,40489		

T-test analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre durumluk kaygı ve sürekli kaygı psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır ($p=0,26$; $F=0,009$ ve $p=0,012$; $F=0,416$). Durumluk kaygı ve sürekli kaygıda psikolojik destek alanların ortalamaları almayanların ortalamalarından daha yüksektir.

4.3.3. Depresyon Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu Arasındaki İlişkiler

Tablo 39. Cinsiyet ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Depresyon				2,810	,016
Kadın	179	,8364	,77656		
Erkek	84	,5998	,65593		

T-test analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre depresyon ölçeği cinsiyete göre farklılaşmaktadır (p=0,016; F=2,810). Depresyon ölçeğinde kadınların ortalaması erkeklerin ortalamasından daha yüksektir.

Tablo 40. Yaş ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Depresyon				,878	,478
18-25	66	,8579	,78684		
26-35	83	,7194	,67953		
36-45	72	,6944	,80284		
46-55	36	,7474	,70215		
56 ve üzeri	6	1,1429	,79568		
Toplam	263	,7608	,74714		

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon ölçeği yaşa göre farklılaşmamaktadır.

Tablo 41. Evlilik Süresi ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Depresyon				2,366	,053
1 yıl	54	,8060	,78475		
2-5 yıl	54	,9286	,89196		
6-10 yıl	56	,8010	,74969		
11-20 yıl	70	,5415	,48435		
21 yıl ve üzeri	29	,8161	,82750		
Toplam	263	,7608	,74714		

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon ölçeği evlilik süresine göre farklılaşmamaktadır.

Tablo 42. Evlilik Yaşı ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Depresyon				2,724	,045	
20 yaş ve altı	31	1,0722	,92008			
21-25 yaş	153	,6710	,70191			
26-35 yaş	50	,8257	,75468			1>2
36 yaş ve üzeri	29	,7898	,69667			
Toplam	263	,7608	,74714			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon ölçeği evlilik yaşı ile farklılaşmaktadır ($p=0,045$; $F=2,724$). Depresyon ölçeğinde, 20 yaş ve altında evlenenlerin ortalaması 21-25 yaş aralığında evlenenlerin ortalamasından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 43. Eşler Arası Yaş Farkı ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Depresyon				1,414	,230
Aynı yaştayız	15	,7238	,81196		
1 yaş ve daha az	73	,8989	,84250		
2-5 yaş	90	,7862	,72042		
6-10 yaş	58	,6338	,60512		
11 yaş ve üzeri	27	,5961	,77747		
Toplam	263	,7608	,74714		

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon ölçeği eşler arası yaş farkına göre farklılaşmamaktadır.

Tablo 44. Evlenme Karar Şekli ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Depresyon				,843	,499
Kendi seçimim, ailemin onayıyla	37	,9318	,79528		
Görücü usulüyle, kendi kararım	64	,7240	,74611		
Görücü usulüyle, ailemin kararıyla	54	,8166	,81547		
Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim	54	,7266	,70698		
Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında	54	,6658	,68393		
Toplam	263	,7608	,74714		

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon ölçeği evlenme karar şekline göre farklılaşmamaktadır.

Tablo 45. Eş İle Akrabalık Durumu ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Depresyon				,619	,539
Akrabalığımız yok	208	,7459	,75991		
Yakın akraba	9	1,0265	,76157		
Uzak akraba	46	,7764	,68940		
Toplam	263	,7608	,74714		

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon ölçeği eş ile akrabalık durumuna göre farklılaşmamaktadır.

Tablo 46. Çocuk Sayısı ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Depresyon				2,888	,015	
Çocuğum yok	55	,8468	,79242			5>2
1	85	,6868	,68706			5>3
2	64	,6265	,51155			5>4
3	29	,6798	,72642			6>2
4	26	1,1355	1,00427			6>3
5 ve üzeri	4	1,4524	1,67707			6>4
Toplam	263	,7608	,74714			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon ölçeği çocuk sayısına göre farklılaşmaktadır (p=0,015; F=2,888). Depresyon ölçeğinde, 4 ve 5 ve üzeri çocuğu olanların ortalaması çocuğu olmayanların, 1 ve 2 çocuğu olanların ortalamalarından anlamlı biçimde yüksektir.

Tablo 47. Eğitim Durumu ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Depresyon				2,753	,029	
İlköğretim	3	,3492	,21994			
Lise	18	,3704	,60621			
Ön Lisans	23	,9855	,89415			3>2
Lisans	149	,8322	,77373			4>2
Yüksek lisans	70	,6531	,63398			
Toplam	263	,7608	,74714			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon leği eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır ($p=0,029$; $F=2,753$). Depresyon leğinde, ön lisans ve lisans seviyesinde eğitim görenlerin ortalaması lise seviyesinde eğitim görenlerin ortalamasından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 48. Kadınların Eşinin Eğitim Durumu ve Depresyon leği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Depresyon				4,192	,003	
İlköğretim	7	,3946	,15483			3>2
Lise	40	,5262	,42331			4>2
n Lisans	55	,9203	,85783			5>2
Lisans	54	,8651	,67418			5>1
Yüksek lisans	23	1,2422	1,10674			5>4
Toplam	179	,8364	,77656			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon leği kadınların eşinin eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır ($p=0,005$; $F=3,868$). Depresyon leğinde eşi lise seviyesinde eğitim alan kadınların ortalaması eşi ön lisans, lisans ve yüksek lisans seviyesinde eğitim alan kadınların ortalamalarından anlamlı biçimde düşüktür. Ek olarak, eşi yüksek lisans düzeyinde eğitim alan kadınların ortalaması eşi ilköğretim ve lisans düzeyinde eğitim alan kadınların ortalamasından anlamlı şekilde yüksektir.

Tablo 49. Erkeklerin Eşinin Eğitim Durumu ve Depresyon leği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Depresyon				,112	,978	
İlköğretim	6	,6032	,51346			
Lise	23	,5259	,78292			
n Lisans	26	,6099	,59385			
Lisans	22	,6558	,69582			
Yüksek lisans	7	,6259	,53553			
Toplam	84	,5998	,65593			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon leği erkeklerin eşinin eğitim durumuna göre farklılaşmamaktadır ($p=0,978$; $F=0,112$).

Tablo 50. Aylık Kazanç ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	Fark
Depresyon				2,142	,076	
1500 TL ve altı	26	1,0788	1,07201			
1501-3000 TL	41	,5377	,51730			
3001-4500 TL	64	,7485	,71976			
4500-6000 TL	80	,7702	,75078			
6001 ve üzeri	52	,7784	,69947			
Toplam	263	,7608	,74714			

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon ölçeği aylık kazanç durumuna göre farklılaşmamaktadır.

Tablo 51. Psikolojik Destek Alma Durumu ve Depresyon Ölçeği İlişkisi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
Depresyon				2,112	,737
Evet	44	,7955	,82393		
Hayır	219	,7539	,73259		

ANOVA analizi uygulandıktan sonra oluşan tabloya göre; depresyon ölçeği psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmamaktadır.

BÖLÜM 5

TARTIŞMA

Evlilik, insanların yaşamındaki en önemli tecrübelerden birisidir (Hünler ve Gençöz, 2003). Bireylerin yaşamında yakın ilişkiler önemlidir ve öznel iyiliğin en büyük kaynakları arasındadırlar (Veroff, Douvan ve Kukla, 1981). Sağlıklı işlev için yakın ilişkilerin önemine işaret eden ek kanıt olarak, özellikle boşanma yolu ile kesintiye uğrayan ya da kaybedilen bir ilişkinin, kişiyi araba kazalarından alkol istismarına, psikiyatrik bir kuruma kabulden işindeki edim ve başarıyı tehlikeye atmasına kadar her şeye daha eğilimli hale getirdiğini eklemek gerekir (akt. Hazan ve Shaver, 2000). İki insanı başlangıçta biraraya getiren düşünce ve duygular başka çiftlerde kişileri birbirlerinden ayrılmaya iten duygu ve düşünelere dönüşebilmektedir. Bu nedenle de evlilik araştırmalarındaki değişkenlerin çeşitlendirilmesi evliliğin ve süreçlerinin daha iyi kavranmasında önemlidir.

Bu noktadan hareketle hazırlanan araştırma evli bireylerin evlilikleriyle depresyon ve kaygı düzeyleri arasında ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda 18 yaş ve üzeri en az 1 yıldır evli olan, İstanbul İli Kartal, Maltepe, Sarıyer ve Şişli İlçelerinde ikamet eden bireyler arasından amaçlı örnekleme tekniği ile seçilen 263 kişiye anket uygulanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre bağlanma ile kaygı arasında anlamlı bir ilişki vardır. Sürekli kaygı, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma düzeyini artırırken; güvenli bağlanma düzeyini azaltmaktadır. Durumluk kaygı ise kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma düzeyini artırmakta; güvenli bağlanma düzeyini azaltmaktadır.

McLeod da (1994) kaygı ile evlilik kalitesi arasında bir ilişki saptamıştır. Çiftlerin ikisinin veya herhangi birinin kaygı bozukluğu yaşaması evlilik ilişkilerini zayıflatmaktadır. Dolayısıyla evlilik uyumlarında bir düşme söz konusu olmaktadır.

Bilişsel-Davranışçı evlilik kuramları (Baucom ve Epstein,1990) evlilik fonksiyonlarında kaygının evlilik uyumunu etkilediğini belirtmektedirler. Bu yaklaşıma göre, duygusal faktör olarak tanımlanan kaygı mutsuz evliliklerde önemli rol oynadığına inanılan 4 negatif duygudan biridir. Kaygının kadınlarda ve erkeklerde evlilik uyumunu etkilediği sonucu, bilişsel-davranışçı yaklaşımın öngörülerini tutarlıdır.

Öte yandan bulgular Dehle ve Weiss'in (2002) araştırmaları ile de tutarlılık göstermektedir. Kaygı, çiftlerin evlilik uyumlarını etkileyen önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Kadının ve erkeğin yaşadığı günlük hayattaki stresler, iş yükü, çocuk bakımı ve ekonomik problemler doğal olarak kişileri kaygılı bireyler yapmaktadır. Kaygı günlük hayatta depresyon kadar yaygın hatta daha sık karşılaşılan psikolojik bir durumdur. Değişik yaşantılara bağlı olarak hissedilen bazen gerçekçi olmayan yoğun bunaltı korku ve endişeler kaygının yaşanmasına sebep olmaktadır. Bu durum ilk önce kişiyi daha sonra yakın çevresini etkilemektedir (Kızlak, 1996).

Depresyon ile İlişki Ölçekleri Anketi arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan regresyon analizi sonucuna göre depresyonun; kayıtsız ve korkulu bağlanma düzeylerini artırırken, güvenli bağlanma düzeyini azalttığı belirlenmiştir. Bu bulguya göre evli çiftlerde artan depresyon oranı ile birlikte güven duygusunun azaldığı, kayıtsız ve korkulu bağlanma biçimlerinin ortaya çıktığı söylenebilir.

Carnelley ve arkadaşları (1994) yaptıkları bir çalışmada, depresif olan ve olmayan bireyleri incelemiş, korkulu ve saplantılı bağlanma şekline sahip bireylerin kendilik temsillerinin negatif olduğunu ve depresyon belirtilerine sahip olduklarını bulmuşlardır. Buna ek olarak, korkulu bağlanmaya sahip olma ve depresyona yatkınlığın arasında büyük bir bağ bulmuşlar ve bu bağlanma şeklinin depresyona yatkın olmaya da yol açtığını söylemişlerdir. Daha sonra Murphy ve arkadaşları (1997) bir araştırma yaparak, başka insanlar hakkında sahip olunan zihinsel temsillere bakılmaksızın, kişinin olumsuz kendilik modeline sahip olmasıyla depresyon arasında bir ilişki bulunduğunu söylemişlerdir. Çalışmanın sonuçlarına bakıldığı zaman, literatürde belirtildiği üzere bağlanma şekillerinin kaçınma ve kaygı boyutlarıyla aralarında anlamlı ilişki beklenmiş, fakat istatistiksel düzeyde anlamlı farklılıklar bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Çubuk 2011). Sabuncuoğlu ve Berkem (2006)'nın yaptığı bir çalışmada, doğum sonrası yaşanan depresyonun düzeyiyle bağlanma şeklini incelemiş ve depresyon puanlarıyla güvensiz alt bağlanma boutları arasında anlamlı bir korelasyonun olduğunu saptamıştır. Bunun yanında depresyon belirtilerine

sahip annelerdeki güvensiz bağlanma puanları, depresyon belirtilerine sahip olmayan annelerinkine göre daha yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların ilişki ölçeklerinin kişisel özelliklere göre farklılaşma düzeyini incelemek üzere fark analizleri yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre saplantılı ve kayıtsız bağlanma evlilik süresine göre farklılaşmaktadır. Artan evlilik süresine paralel olarak saplantılı ve kayıtsız bağlanma düzeyleri artmaktadır. Elde edilen bu bulgu evlilik süresinin artması ile birlikte eşler arasındaki güven duygusunun daha sağlam temellere oturması ve mevcut ilişkinin kaygı ve saplantılardan uzaklaşması sonucu olarak yorumlanabilir.

Katılımcıların korkulu ve güvenli bağlanma düzeylerinin evlilik yaşına göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Evlilik yaşı yüksek olanların güvenli bağlanma düzeyleri daha yüksektir. Bireylerin evlilik hayatlarına başladıkları yaş hem kendilerinin hem de evliliklerinin olgunluğu açısından büyük önem taşımaktadır. Küçük yaşta evlilik yapan insanlarda en sık karşılaşılan durum eşe karşı güvensizliktir (Boran vd., 2013). Bu durum göz önünde bulundurulduğunda evlilik yaşı yüksek olan bireylerin daha yüksek güven duygusuna beklenen bir durumdur. Benzer şekilde eşler arası yaş farkı düşük olan kişilerin daha yüksek güvenli bağlanma düzeyine sahip olması da bu bulgu çerçevesinde değerlendirilebilir.

Katılımcıların güvenli bağlanma düzeylerinin eş ile akrabalık durumuna göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Akrabalık ilişkisinin bir sonucu olarak çiftlerin güvenli bağlanmadan uzaklaştıkları tespit edilmiştir. Genel olarak akraba evliliklerinde görücü usulünün ön plana çıkması ve kadın ya da erkeğin rızasından ziyade gelenek ve göreneklerin devreye girmesinden dolayı eşler arasında uyumsuzluk ve dolayısı ile güvensizlik yaşandığı söylenebilir.

Saplantılı, kayıtsız ve güvenli bağlanma şekillerinin çocuk sayısına bağlı olarak farklılık gösterdiği elde edilen bir diğer bulgudur. Saplantılı bağlanmada yüksek çocuk sayısının daha yüksek saplantı derecesi doğurduğu belirlenmiştir. Güvenli bağlanmada ise daha az çocuğa sahip olanların daha yüksek güven ilişkisine sahip olduğu ön plana çıkmaktadır. Söz konusu bu bulgu genel olarak eğitim ve ekonomik düzeyin artmasına bağlı olarak azalan çocuk yetiştirme arzusuna dayandırılabilir. Düşük sosyo-ekonomik düzeydeki kitleler daha çok çocuğa sahip olmakla birlikte, bu ilişkilerde öncelikli husus geleneksel yapıya dayandırılmış evlilik ilişkisidir. Özellikle kadınların duygu ve düşünceleri geri plana itilirken güvenden daha çok alışkanlık, saplantı ya da mecburiyet ilişkisinin oluştuğu söylenebilir. Katılımcıların ve eşlerinin eğitim

düzeylerine göre güvenli ve kayıtsız bağlanma türlerinde oluşan farklılıklar bu görüşü destekler niteliktedir. Yine soso-ekonomik durumun en iyi betimleyicilerinden birisi olarak gelir düzeyini ölçen soruya ait analiz çıktıları da bu bulguları desteklemektedir. Düşük gelir düzeyindeki bireyler daha kayıtsız ve aynı zamanda daha korkulu bağlanma stilleri deneyimlemektedir.

Psikolojik destek aldığını belirten katılımcıların daha yüksek korkulu bağlanma düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. Söz konusu katılımcıların sahip oldukları psikolojik rahatsızlığın türüne ve düzeyine bağlı olarak, incinmek ya da reddedilmek korkusu ile hareket etmelerine bağlı olarak bu bulgunun oluştuğu düşünülmektedir.

Araştırmada sürekli kaygının cinsiyet ve yaşa göre farklılaştığı; erkeklerin kadınlara ve görece yaşlı olanların gençlere göre daha yüksek sürekli kaygıya sahip olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Engür (2002), Yücel (2003), Erbaş (2005) yapmış oldukları çalışmalarda cinsiyet ve yaş değişkenlerinin sürekli kaygı düzeyinde etkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Durumluk kaygı düzeyi evlilik süresine ve evlilik yaşına bağlı olarak farklılaşma gösterirken; sürekli kaygıda söz konusu değişkenlere bağlı herhangi bir farklılaşma tespit edilmemiştir. Evlilik süresi daha kısa olanların ve daha küçük yaşta evlenenlerin durumluk kaygı düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgunun katılımcı gurubunda yıl değişkenine bağlı olarak oluşan evliliği yürütme korkusu ya da güven problemlerine bağlı olarak oluştuğu söylenebilir. Daha önce değinilen bağlanma stillerinin evlilik süresi ve yaşına göre farklılaşması bu görüşü desteklemektedir. Bununla birlikte durumluk ve sürekli kaygının eş ile yaş farkına bağlı olarak farklılaşması yine aynı görüşlere dayandırılabilir.

Durumluk kaygının evlenme karar şekline ve eş ile akrabalık durumuna göre farklılaşması elde edilen bir diğer bulgudur. Bu bulguda evlilik kararında ailesinin onayını alan ve eş ile akrabalık durumu bulunmayan katılımcıların ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Akriba evliliklerinin ve görücü usulünün daha çok toplumun düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip kesimlerinde ortaya çıkması göz önünde bulundurulduğunda kaygının bu kesimlerde daha yüksek olması beklenmektedir. Ancak bu bulgudaki farklılaşmanın durumluk kaygıda olması dikkate alındığında örneklemin yanıtlarındaki samimiyetsizliğin ya da tutarsızlığın varlığından söz edilebilir. Katılımcıların eğitim düzeyi ve eşin eğitim düzeyi irdelendiğinde durumluk yüksek eğitim seviyesine bağlı olarak oluşan yüksek durumluk kaygı bu görüşü destekler niteliktedir. Bunun tersi olarak katılımcıların gelir düzeylerinde ise

durumluk ve sürekli kaygının düşük gelir düzeyine sahip evliliklerde olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların psikolojik destek almasına bağlı olarak hem durumluk kaygının hem de sürekli kaygının farklılaşması ise beklenen bir sonuçtur.

Katılımcı grubun depresyon düzeyinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği ve kadınların daha yüksek depresyon düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Kadınlar hormonal yapıları ve doğaları gereğince ruhsal belirtilere erkeklere göre daha yatkındır. Özellikle depresyon ve anksiyetenin kadınlarda görülme sıklığı erkeklerden daha fazladır (Uğuz ve ark., 2006). Bu yönü ile elde edilen bulgunun araştırma tarafından desteklendiği söylenebilir.

Koçyiğit'in 2012 yılında yaptığı çalışmaya göre çocuk sahibi olamayanların sağlıklı ve mutlu yaşamasına engel teşkil ettiğini aynı zamanda çocuk sahibi olamama stresi, eşler arasında cinsel yaşamı olumsuz etkilemekle ve depresyona neden olmaktadır. Bununla birlikte, yine aynı çalışmada yüksek çocuk sayısının bakım koşulları ve yorgunluklar göz önünde bulundurularak depresyon etmeni olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada da literatür ile örtüşen nitelikte yüksek çocuk sayısına sahip katılımcıların daha yüksek depresyon düzeyi belirttikleri bulunmuştur.

BÖLÜM 6

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada evli bireylerin evlilikleriyle depresyon ve kaygı düzeyleri arasında araştırılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular aşağıda maddeler halinde sunulmuştur.

1. Sürekli kaygı, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma düzeyini artırırken; güvenli bağlanma düzeyini azaltmaktadır.
2. Durumluk kaygı kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma düzeyini artırmakta; güvenli bağlanma düzeyini azaltmaktadır.
3. Depresyon; kayıtsız ve korkulu bağlanma düzeylerini artırırken, güvenli bağlanma düzeyini azaltmaktadır.
4. Saplantılı bağlanma, evlilik süresi ve çocuk sayısına göre farklılaşmaktadır.
5. Kayıtsız bağlanma; evlilik süresi, çocuk sayısı, eşin eğitim durumu ve aylık kazanca göre farklılaşmaktadır.
6. Korkulu bağlanma; evlilik yaşı, aylık kazanç ve psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır.
7. Güvenli bağlanma; evlilik yaşı, eşler arası yaş farkı, eş ile akrabalık durumu, çocuk sayısı, eğitim durumu ve eşin eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır.
8. Durumluk kaygı; evlilik süresi, evlilik yaşı, eşler arası yaş farkı, evlenme karar şekli, eş ile akrabalık durumu, çocuk sayısı, eğitim durumu, eşin eğitim durumu, aylık kazanç ve psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır.
9. Sürekli kaygı; cinsiyet, yaş, eşler arası yaş farkı, çocuk sayısı, eşin eğitim durumu, aylık kazanç ve psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmaktadır.
10. Depresyon; cinsiyet, evlilik yaşı, çocuk sayısı, eğitim durumu ve eşin eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır.

Elde edilen bulgular göz önünde bulundurularak bundan sonraki çalışmalar için aşağıdaki öneriler getirilmiştir:

1. Evlilikte bağlanma şekilleri, değişik sosyo-ekonomik düzeylerde farklılaşabilir. Alt ve üst sosyoekonomik koşullara sahip çiftler arasında evlilik

bağlanma şekillerini etkileyen sebepler araştırılabilir. Kaygı ve depresyon ile birlikte çocukluk çağı travmaları, somatizasyon, hostilite, benlik saygısı ya da alkol kullanımı gibi eşlerin duygusal ve fiziksel yapısını etkileyen psikolojik değişkenler belirlenip evlilik ilişkisindeki bağlanma şekillerine bakılabilir.

2. Bu araştırma, daha geniş bir öneklem grubu seçilerek tekrar edilebilir.

3. En son olarak evlilik ilişkisi deneysel bir çalışma şeklinde yapılabilir. Bilişsel-davranışçı evlilik terapisi, danışma merkezlerine başvuran çiftler arasından bir grup oluşturulup uygulanabilir. Evlilik ilişkileri terapi öncesi ve sonrası karşılaştırılabilir.

KAYNAKLAR

- Ainsworth, L. H. (1958). Rigidity, insecurity, and stress. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 56(1), 67.
- Akan Ş. (2014). Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Depresyon Tanısı Alan Kişilerde Duygu Düzenleme Süreçlerinin Gross 'un Süreç Modeline Göre İncelenmesi, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara.
- Akman, S. (2004). *Stresin nedenleri ve açıklayıcı kuramlar*. Türk Psikoloji Bülteni, 10 (34-35), 40-55.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2014). DSM-5 Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayımsal El Kitabı (çev. E. Köroğlu), Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (Çeviri: E. Köroğlu) (2000). DSM-IV Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı, Yeniden Gözden Geçirilmiş Baskı, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Arrindell, W. A., & Emmelkamp, P. M. (1985). Psychological profile of the spouse of the female agoraphobic patient. Personality and symptoms. *The British Journal of Psychiatry*, 146(4), 405-414.
- Aslan, HS., Aslan,OR., Alpaslan,NZ. & Ünal, M. (1998). Kocaeli'nde çalışan bir grup hekimde evlilik doyumu. *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 23 (4), 212-215
- Auerbach R.P. ve ark. (2013). "Depresyonda Bilişsel Hassasiyet Modellerinin Altında Yatan Davranışçı ve Sinirsel Mekanizmalar", Harvard Tıp Fakültesi, İstanbul, Psikoterapide Bütünleşme Dergisi (Çev. B. Gülmez ve ark.), (23):S.28-47
- Aytar, G. & Erkman, F. (1985). Bir grup üniversite öğrencisinde yaşam olayları, depresyon ve kaygı araştırması. *XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel Çalışmaları*. Yayın Sorumlusu:Mehmet Ünal. Adana-Mersin:Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, 75-79.

- Ayvaşık, H. B. (2000). Kaygı duyarlılığı indeksi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 43-57.
- Azizoğlu-Binici S, Hovardaoğlu S (1996) Evlilik için Karşılaştırma Düzeyi Ölçeği'nin (EKDÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi* 11 (38): 66-76.
- Baklaya, F. (2005). Bilgi işleme süreçleri açısından bağlanma kuramının yeniden ele alınması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8 (Özel ek), 17-39.
- Batur, S. (1998). Kanşık anksiyete-depresyon bozukluğu: bir gözden geçirme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 1 (1), 61- 71.
- Baucom, D. H., & Epstein, N. (1990). Brunner/Mazel cognitive therapy series. *Cognitive-behavioral marital therapy. Philadelphia: Brunner/Mazel.*
- Beck A.T. (2005). Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar, Litera Yayınları, İstanbul.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). Anxiety disorders and phobias: A cognitive approach. *Basic, New York*, b58.
- Becvar, R. J., Becvar, D. S., & Bender, A. E. (1982). Let us first do no harm. *Journal of Marital and Family Therapy*, 8(4), 385-391.
- Berkman, L. F., & Syme, S. L. (1979). Social networks, host resistance, and mortality: a nine-year follow-up study of Alameda County residents. *American journal of Epidemiology*, 109(2), 186-204.
- Berman, E., Lief, H., & Williams, A.M. (1981). A model of marital interaction. Ed: GP Sholevar. *The Handbook of Marriage & Marital Therapy*. (3-34). New York, NY: Spectrum Publications.
- Birtchnell, J. (1987) "Attachment-detachment, Directiveness, Receptiveness; A System For Classifying Interpersonal Attitudes And Behavior." *Journal Of Medical Psychology*, sayı 60, 1987: 17-27.
- Boomer, D. S., & Goodrich, D. W. (1961). Speech disturbance and judged anxiety. *Journal of Consulting Psychology*, 25(2), 160.
- Boran, P., Gökçay, G., Devocioğlu, E., & Eren, T. (2013). Çocuk gelinler. *Marmara Medical Journal*, 26:58-62.
- Botwin, M. D., Buss, D. M., & Shackelford, T. K. (1997). Personality and mate preferences: Five factors in mate selection and marital satisfaction. *Journal of personality*, 65(1), 107-136.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Separation (vol. 2).

- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (1993). Longitudinal study of marital interaction and dysfunction: Review and analysis. *Clinical Psychology Review, 13*(1), 15-27.
- Bradbury, TN. & Fincham, F.D. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family, 62* (Nov), 964-980.
- Bradbury, TN. & Karney, BR. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family, 66* (Nov), 862-879.
- Bradbury, TN., Fincham, FD. & Beach, SRH. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family, 62* (Nov), 964-980.
- Brown, P. C., & Smith, T. W. (1992). Social influence, marriage, and the heart: cardiovascular consequences of interpersonal control in husbands and wives. *Health Psychology, 11*(2), 88.
- Budak, S. (2000). *Psikoloji sözlüğü*. Bilim ve Sanat Yayınları. Ankara.
- Butcher J.N., Mineka S. ve Hooley J.M. (2013). *Anormal Psikoloji* (Çev. O. Gündüz), Kaknüs Yayınları, İstanbul.
- Büyükşahin, A., & Hovardaoğlu, S. (2004). Çiftlerin Aşka İlişkin Tutumlarının Lee'nin Çok Boyutlu Aşk Biçimleri Kapsamında İncelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi, 19*(54), 59-72.
- Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R., & Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of personality and social psychology, 66*(1), 127.
- Carter, B. & McGoldrick, M.(1989). *The changing family life cycle: A*.
- Caspi, A. (1987). Personality in the life course. *Journal of personality and Social psychology, 53*(6), 1203.
- Cattell, R. B., & Scheier, I. H. (1958). The nature of anxiety: A review of thirteen multivariate analyses comprising 814 variables. *Psychological Reports, 4*(3), 351-388E.
- Clout, D., & Brown, R. (2016). Marital relationship and attachment predictors of postpartum stress, anxiety, and depression symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology, 35*(4), 322-341.
- Coşar, B., Candansayar, S., Şahin, K., Arıkan, Z. & Işık,E. (1993). Gerilim baş ağrısı ve migrende stres verici yaşam olayları ile bireysel psikopatolojilerin rolü. *3P Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi, 1* (2), 147-152.

- Cowan, N. (1988). Evolving conceptions of memory storage, selective attention, and their mutual constraints within the human information-processing system. *Psychological bulletin*, 104(2), 163.
- Creamer, M., & Campbell, I. M. (1988). The role of interpersonal perception in dyadic adjustment. *Journal of clinical psychology*, 44(3), 424-430.
- Çalışır M. (2009). “Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi” *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 1(3): 240255.
- Çamur, G. (1998) *Aile işlevleri ile ailenin demografik, sosyal ve ekonomik nitelikleri ve yaşam döngüsü arasındaki ilişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.*
- Çilli, SA., 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.
- Çubuk, Ç.Y. (2011). Madde kullanımı deneyimi yaşamış kişilerde benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi: İzmir
- Dehle, C., & Weiss, R. L. (2002). Associations between anxiety and marital adjustment. *The Journal of psychology*, 136(3), 328-338.
- Doherty, W. J., & Jacobson, N. S. (1982). Marriage and the family. *Handbook of developmental psychology*, 667-680.
- Dönmez, L., Aktekin, M., Erengin, H., Dinç, G. & Karaman, T. (1996). Antalya'daki hekimler ve tıp fakültesi öğrencilerinde durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri. *3P Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi*, 4 (4), 268-275.
- Eagle, M., & Wolitzky, D. L. (1988). Psychodynamics. *Handbook of anxiety disorders*, 251-277.
- El-Sheikh, M., Cummings, E. M., & Goetsch, V. L. (1989). Coping with adults' angry behavior: Behavioral, physiological, and verbal responses in preschoolers. *Developmental Psychology*, 25(4), 490.
- Emmelkamp, P. M., Bouman, T. K., & Blaauw, E. (1994). Individualized versus standardized therapy: A comparative evaluation with obsessive-compulsive patients. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 1(2), 95-100.
- Engür, M. (2002). Elit sporcularda başarı motivasyonunun, durumluk kaygı düzeyleri üzerine etkisi (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.

- Ensign, J., Scherman, A., & Clark, J. J. (1998). The relationship of family structure and conflict to levels of intimacy and parental attachment in college students. *Adolescence*, 33(131), 575.
- Erbaş, K. (2005). Üst düzey basketbolcularda durumluk kaygı düzeyleri ve performans ilişkisi (Yüksek lisans tezi). Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., & Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Alpkan, L. & Eradamlar, N. (2005). Cinsellik ve çift uyumu arasındaki ilişki: Üç grup evli çiftte karşılaştırmalı bir çalışma. *Düşünen Adam Dergisi*, 18 (2), 72-81.
- Erci, B., Tortumluoğlu, G. & Kılıç, D. (2003). *Anksiyete ile başetme eğitiminin adölesanlarda anksiyete düzeyine etkisi. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 6 (3), 57- 63.
- Ersanlı, K., Kalkan, M. (2008). *Evlilik İlişkilerini Geliştirme Kuram ve Uygulama*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Eryüksel, G.N. (1987). *Ergenlerde kimlik statülerinin incelenmesine ilişkin kesitsel bir çalışma*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ewart, C. K., Taylor, C. B., Kraemer, H. C., & Agras, W. S. (1991). High blood pressure and marital discord: not being nasty matters more than being nice. *Health Psychology*, 10(3), 155.
- Feingold, A. (1988). Cognitive gender differences are disappearing. *American Psychologist*, 43(2), 95.
- Feingold, A. (1992). Gender differences in mate selection preferences: A test of the parental investment model. *Psychological bulletin*, 112(1), 125.
- Fışıloğlu, H. (1992). *Lisans Üstü Öğrencilerinin Evlilik Uyumu*, Türk Psikoloji Dergisi, 7(28), 16-23.
- Fışıloğlu, H., Demir, A. (2000). “Applicability of the Dyadic Adjustment Scale for Measurement of Marital Quality with Turkish Couples”, *European Journal of Psychological Assessment*, (sayı :16), 214-218
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1987). The assessment of marital quality: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family*, 797-809.
- Fischer, A. H., Rodriguez Mosquera, P. M., Van Vianen, A. E., & Manstead, A. S. (2004). Gender and culture differences in emotion. *Emotion*, 4(1), 87.

- Fry, W. F. (1962). The marital context of an anxiety syndrome. *Family Process*, 1(2), 245-252.
- Gottman J.M. & Notarius, C.I. (2002). Marital research in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family Process*.
- Gottman, J. M. (1993). A theory of marital dissolution and stability. *Journal of family psychology*, 7(1), 57.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1985). A valid procedure for obtaining self-report of affect in marital interaction. *Journal of consulting and clinical psychology*, 53(2), 151.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution: behavior, physiology, and health. *Journal of personality and social psychology*, 63(2), 221.
- Gottman, J. M., Gortner, E., Jacobson, N. S., Berns, S., & Wu Shortt, J. (1996). Psychological factors in the longitudinal course of battering: when do the couples split up? When does the abuse decrease?. *Violence and Victims*, 11(4), 371-392.
- Gottman, JM. (1982). Temporal form: toward a new language for describing relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 44 (4), 943-962.
- Gottman, JM.(1998). Why study marriage? *Annual Review of Psychology*.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 67(3), 430.
- Gülerce, A. (1996). *Türkiye'de ailenin psikolojik örüntüleri*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Hafner, R. J. (1992). Anxiety disorders and family therapy. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 13(2), 99-104.
- Hatfield, E., & Rapson, R. L. (1987). Passionate love: New directions in research. *Advances in personal relationships*, 1, 109-139.
- Hazan, C. & Shaver, P.R. (2000). Psikolojinin alt alanları bağlanma: yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve. Çeviren:A Dönmez. *Türk Psikoloji Bülteni*, 6 (16-17), 29-50.
- Hill, K. T., & Sarason, S. B. (1966). The relation of test anxiety and defensiveness to test and school performance over the elementary-school years: A further

- longitudinal study. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 31(2), 1-76.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenilirliği. *Psikoloji dergisi*, 7(23), 3-13.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of psychosomatic research*, 11(2), 213-218.
- Honeycutt, JM., Wilson, C. & Parker, C. (1982). Effects sex and degrees of happiness on perceived styles of communicating in and out of the marital relationship. *Journal of Marriage and the Family*, 44 (2), 395-406.
- Hooley J.M. Mutcher J.N., Mineka S., (2013). Anormal Psikoloji (Çev. O. Gündüz), Kaknüs Yayınları, İstanbul.
- Hortaçsu, N.(1991). *İnsan ilişkileri*. İmge Kitabevi Yayınları. Ankara, 1.Basım.
- Houseknecht, S. K., & Macke, A. S. (1981). Combining marriage and career: The marital adjustment of professional women. *Journal of Marriage and the Family*, 651-661.
- Huston, T. L., Surra, C. A., Fitzgerald, N. M., & Cate, R. M. (1981). From courtship to marriage: Mate selection as an interpersonal process. *Personal relationships*, 2, 53-88.
- Hünler. S.O.& Gençöz.T. (2003). Boyun Eğici Davranışlar ve Evlilik Doyumu ilişkisi: Algılanan Evlilik Problemleri Çözümünün Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Jennings, J. R., Kamarck, T., Stewart, C., Eddy, M., & Johnson, P. (1992). Alternate cardiovascular baseline assessment techniques: Vanilla or resting baseline. *Psychophysiology*, 29(6), 742-750.
- Johnson SL. & Jacob T. (2000). Sequential interactions in the marital communication of depressed men and women. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68 (1), 4-12.
- Johnson, P. L., & O'Leary, K. D. (1987). Parental behavior patterns and conduct disorders in girls. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 15(4), 573-581.
- Jones, F., Bright, J., & Clow, A. (2001). *Stress: Myth, theory and research*. Pearson Education.
- Jouriles, E. N., Murphy, C. M., & O'leary, K. D. (1989). Interspousal aggression, marital discord, and child problems. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(3), 453.

- Kabakçı, E., Tuğrul, C. & Öztan, N. (1993). Britchnell eş değerlendirme ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 8 (29), 31-37.
- Karney B.R. & Bradbury T.N. (1997). Neuroticism, marital interaction, and the trajectory of marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72 (5), 1075-1092.
- Kastro,R. (1998). *Evlilik içi uyum ve depresyon. istanbul üniversitesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü ABD.
- Kırlı, S. (2000). Anksiyete bozukluklarının oluşumu ve farmakolojik tedavisi. Anksiyetenin oluşumu ve anksiyete ile ilişkili psikolojik ve fizyolojik süreçler. *Psikiyatri ve Sanat Yayınev*, Bursa:1-10.
- Kızlak, K. “ Depresif Duygu Durum, Nörotizm, Bilişsel Şemalar ve Şemalarla Tutarlı Pozitif ve Negatif Bilgi İşleme.” (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi, 1996.
- Kleiner, L., & Marshall, W. L. (1987). The role of interpersonal problems in the development of agoraphobia with panic attacks. *Journal of Anxiety Disorders*, 1(4), 313-323.
- Koçyiğit, O. T. (2012). İnfertilite ve Sosyo-Kültürel Etkileri. *İnsanbilim Dergisi*, 1(1), 27-37.
- Koptagel- İlal, G. (2001). *Davranış bilimleri tıpsalpsikoloji*. Yenilenmiş ve Genişletilmiş 4.Baskı. Nobel Tıp Kitabevleri. Ankara.
- Köroğlu E. (2006). Depresyon Nedir Nasıl Baş Edilir, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Kronmüller, K. T., Backenstrass, M., Victor, D., Postelnicu, I., Schenkenbach, C., Joest, K. & Mundt, C. (2011). Quality of marital relationship and depression: Results of a 10-year prospective follow-up study. *Journal of Affective Disorders*, 128(1), 64-71.
- Kung, W. W. (2000). The intertwined relationship between depression and marital distress: Elements of marital therapy conducive to effective treatment outcome. *Journal of marital and family therapy*, 26(1), 51-63.
- Leahy R.L. (2004). Bilişsel Terapi ve Uygulamaları, Litera Yayınları, İstanbul.
- LeMasters, E. E. (1957). Parenthood as crisis. *Marriage and family living*, 19(4), 352-355.
- Levenson, R. W., & Gottman, J. M. (1983). Marital interaction: physiological linkage and affective exchange. *Journal of personality and social psychology*, 45(3), 587.

- Levinson, R. A., Jaccard, J., & Beamer, L. (1995). Older adolescents' engagement in casual sex: Impact of risk perception and psychosocial motivations. *Journal of Youth and Adolescence*, 24(3), 349-364.
- Long, N., Slater, E., Forehand, R., & Fauber, R. (1988). Continued high or reduced interparental conflict following divorce: Relation to young adolescent adjustment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(3), 467.
- Malarkey, W. B., Kiecolt-Glaser, J. K., Pearl, D., & Glaser, R. (1994). Hostile behavior during marital conflict alters pituitary and adrenal hormones. *Psychosomatic medicine*, 56(1), 41-51.
- Masterson J. F. (2007). Kişilik Bozuklukları (Çev. B. T. Bozkurt ve T. V. Soylu), Litera Yayınları, İstanbul.
- Matthews, L. S., Conger, R. D., & Wickrama, K. A. (1996). Work-family conflict and marital quality: Mediating processes. *Social Psychology Quarterly*, 62-79.
- McLeod, J. D. (1994). Anxiety disorders and marital quality. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(4), 767.
- McWilliams N. (2014). Psikanalitik Tanı (Çev. E. Kalem), İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. *Psychological Inquiry*, 18(3), 139-156.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(2), 134-148.
- Odağ C. (2008). Nevrozlar-2, Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi Eğt. Hiz. Yayınları, İzmir.
- Odağ C. (2012). Nevrozlar - 4, Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi Eğt. Hiz. Yayınları, İzmir.
- Oğuz, MK. & Sorias, O. (2001). Konversiyon bozukluğu tanısı alan kadınların stres verici yaşam olayları, sosyal destek kaynakları ve evlilik doyumu açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 139-145.
- Ortony, A., Clore, G. L., & Collins, A. (1990). *The cognitive structure of emotions*. Cambridge university press.

- Öner, N. & Le Compte, A. (1985). Süreksiz durumluk / sürekli kaygı envanteri el kitabı. *Boğaziçi Üniversitesi Yayınları* No:333 Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü 2.Baskı.
- Öner, N., & Le Compte, A. (1998). *Süreksiz Durumluk / Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı*, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Özbey, S. (2012). Ebeveynlerin evlilik uyumu ve algıladıkları sosyal destek ile altı yaş çocuklarının problem davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(1), 43-62.
- Özer, KA. (1994). Öfke kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısıyla ilgili bir çalışma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31), 12-25.
- Özgüven, İ.E. (2000). *Evlilik ve Aile Terapisi*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Özpoyraz,N., (2005). *Anksiyete bozuklukları*. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Ders Notları.22.04.2017: www.psikiyatridizini.org
- Öztürk, O. (2008). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Nobel Tıp Kitabevleri, Ankara.
- Pasch, LA. & Bradbury, TN. (2004). Social support, conflict, and the development of marital dysfunction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66 (2), 219-230.
- Peterson, C. D., Baucom, D. H., Elliott, M. J., & Farr, P. A. (1989). The relationship between sex role identity and marital adjustment. *Sex Roles*, 21(11), 775-787.
- Priest, RF. & Thein, MT. (2003). Humor appreciation in marriage: Spousal similarity, assortative mating, and disaffection. *Humor*, 16 (1), 63-78.
- Rauer, A. J., & Volling, B. L. (2005). The role of husbands' and wives' emotional expressivity in the marital relationship. *Sex Roles*, 52(9-10), 577-587.
- Reiss, S., Peterson, R. A., Gursky, D. M., & McNally, R. J. (1986). Anxiety sensitivity, anxiety frequency and the prediction of fearfulness. *Behaviour research and therapy*, 24(1), 1-8.
- Richards, M.(1996) Aile ilişkileri .Çeviren: D Şirvanlı Özen. *Türk Psikoloji Bülteni*, 2, (5), 37-40
- Robinson, L.C.& Blanton, P.W. (1993). "Marital Strengths in Enduring Marriages", *Family Relations*, 42, 38-45.
- Rusbult, C. E. (1988). Commitment in close relationships: The investment model. *Readings in social psychology: Classic and contemporary contributions*, 147-157.

- Sabuncuoğlu, O., & Berkem, M. (2006). Bağlanma biemi ve doğum sonrası depresyon belirtileri arasındaki ilişki: Türkiye’den bulgular. *Türk Psikiyatri Derg*, 17(4), 252-8.
- Sacco, WP. & Phares, V. (2001). Partner appraisals and marital satisfaction: the role of self-esteem and depression. *Journal of Marriage and the Family*, 63, 504-513.
- Savaşır, I. ve şahin, N. H. (1997). Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan lekler. *Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları*, 9.
- Sayar, K. (2000). *Varoluşcu Psikoloji Açısından Anksiyete*. Yeni Symposium, 38 (2), 43-50.
- Sayers, S. L., Kohn, C. S., & Heavey, C. (1998). Prevention of marital dysfunction: Behavioral approaches and beyond. *Clinical psychology review*, 18(6), 713-744.
- Schultz, D. P. & Schultz, S. E. (2016). *Modern Psikoloji Tarihi*. Kaknüs Yayınları, İstanbul.
- Sirvanli-Ozen, D. (1999). E leras çat ma ve bo anman n çocuklar üzerindeki etkileri II: Sosyal destek [Effects of marital conflict and divorce on children II: Social support]. *ocuk ve Gençlik Ruh Sa l*, 6, 83-88.
- Solmuş, T. (2003). Romantik bağlanma: ilişki/eş kaybı, kayıp sonrası sre ve ‘‘varış izgisi’’ ykleri. *Türk Psikoloji Bülteni*, 9 (30-31), 155-173.
- Spanier, G. B., Lewis, R. A., & Cole, C. L. (1975). Marital adjustment over the family life cycle: The issue of curvilinearity. *Journal of Marriage and the Family*, 263-275.
- Spanier, GB. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38 (1), 15-28.
- Spielberger, C. D. (1966). Theory and research on anxiety. *Anxiety and behavior*, 1, 3-20.
- Steil, J. M., & Turetsky, B. A. (1987). Is equal better? The relationship between marital equality and psychological symptomatology. *Applied social psychology annual*.
- Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical psychology review*, 23(8), 1139-1162.

- Sullaway M. & Christensen A. (1983). Assessment of dysfunctional interaction pattern in couples. *Journal of Marriage and the Family*, 45 (3), 653-660.
- Sümer N. ve Ark. (2009). “Bağlanma ve Psikopatoloji:Bağlanma Boyutlarının Depresyon, Panik Bozukluk ve Obsesif-Kompulsif Bozuklukla İlişkisi” *Türk Psikoloji Dergisi*, Haziran, 24 (63), 38-45.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stillerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürler arası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71-106.
- Şendil, G. & Kızıldağ Ö. (2003). Çocuk ve ergenlerde ebeveyn evlilik çatışması algısı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 10 (2), 58-66.
- Tarhan, T. (2006). *Evlilik Psikolojisi*: İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tezcan E. (2000). “Deresyonun Ayırıcı Tanısı”, Fırat Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Elazığ, *Duygudurum Dizisi*, 2:77-98.
- 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.
- Thomsen, D. G., & Gilbert, D. G. (1998). Factors characterizing marital conflict states and traits: Physiological, affective, behavioral and neurotic variable contributions to marital conflict and satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 25(5), 833-855.
- Tunçkaya,S. (1992). Boşanmak:korkmalı mı? *Cinsel Yaşam Ansiklopedisi*. İstanbul: 4, 878-879.
- Tutarel-Kışlak, Ş. & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 2 (5), 32-38.
- Tuzcuoğlu,N (1994). Boşanmanın yarattığı güçlüklerle mücadelede ebeveyn ve çocuklara yardım etme. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6, 255-264.
- Uçar, F. (2004). Streste zihnin rolü ve strese bağlı zihinsel/ruhsal hastalıklar. *Türk Psikoloji Bülteni*. 10 (34-35), 85-102.
- Uğuz, F., Dursun, R., Kaya, N., ve Çilli, A. S. (2006). Behçet hastalarında ruhsal belirtiler ve yaşam kalitesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7, 133-139.
- Ulu, P. & Fışıloğlu, H. (2004). Çocukların evlilik çatışmasını algılaması ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 7 (14), 61-75.

- Ulusoy, Ö. & Uzunöz, A. (1993). Düşük ve yüksek kaygılı üniversite öğrencilerinde yüz yüze ve telefonla kurulan iletişimin problem çözme becerisine etkisi: 223-233. *VII.Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi. Editörler: R Bayraktar & İ Dağ. Türk Psikologlar Derneği Yayını.
- Vangelisti, A. L., & Huston, T. L. (1994). *Maintaining marital satisfaction and love. Communication and relational maintenance*, (pp. 165-186). San Diego, CA, US: Academic Press.
- Veroff, J., & Douvan, E. and R. A. Kukla 1981 *The Inner American: A Self-Portrait from 1957 to 1976*.
- Volkan V.D., Zıntl E. (2010). *Gidenin Ardından* (Çev. I. Vahip ve M. Kocadere), oa Yayınları, İstanbul.
- Watson, D., & Kendall, P. C. (1989). Understanding anxiety and depression: Their relation to negative and positive affective states.
- Watzlawick, P., Beavin, J. H., & Jackson, D. D. (1967). *Pragmática da comunicação humana. São Paulo: Editorial*.
- Weanar, C. (2003). Kaygı bozuklukları ve aşırı kontrol. stres ve stresle başa çıkma yolları. ÇeviremY Türköz. *Türk Psikoloji Bülteni*. 9, (30-31), 97-106
- Weiss, R. S. (1976). The emotional impact of marital separation. *Journal of Social issues*, 32(1), 135-145.
- Whisman M.A. (2010). *Depresyonun Uyarlamalı Bilişsel Terapisi* (Çev. M. Macit ve M. Adal), Litera Yayınları, İstanbul.
- White, R. (1986). Love, Marriage, and Divorce: The Matter of Sexuality in The Portrait of a Lady. *The Henry James Review*, 7(2), 59-71.
- White, S. G., & Hatcher, C. (1984). Couple complementarity and similarity: A review of the literature. *American Journal of Family Therapy*, 12(1), 15-25.
- Wilcoxon, S. A., & Hovestadt, A. J. (1985). Perceived similarity in family-of-origin experiences and dyadic adjustment: A comparison across years of marriage. *Family Therapy*, 12(2), 165.
- Yıldırım, İ. (1993). Evli bireylerin uyum düzeni. *3P Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, 1, (3), 249-257.
- Yılmaz, A. (2001a). Eşler Arasındaki Uyum, Anne-Baba Tutumu ve Benlik Algısı Arasındaki İlişkilerin Gelişimsel Olarak İncelenmesi, *Türk Psikoloji Dergisi*, 16(47), 1-24.

- Yücel, O. (2003). Taekwondo'cuların durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ve müsabakalardaki başarılarına etkisi (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Yüksel, N. (2006). Anksiyete bozuklukları. *Ruhsal Hastalıklar*. Editör: N Yüksel. 3.Baskı. Ankara: MN Medikal&Nobel, 143-181.
- Zubaroglu, S. "Türkiye'de Çocuklu Eşler Arasındaki İletişim Biçimleri Ve İletişim Çatışmalarının Çözümlemesi." IX. Ulusal Psikoloji Kongresi, 1996.

EKLER

Ek- A BİLGİLENDİRİLMİS GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

“Yüksek Kaygı ve depresyon Düzeyinin Evlilik Yaşamı Üzerine Etkisi” Başlıklı Tez Araştırması İçin

Katılımcı için Bilgiler:

Tarih:

...../...../.....

Bu araştırmanın amacı, evli bireylerin evlilik yaşantıları ile kaygı düzeyleri ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Katılımcılara uygulanacak sosyodemografik bilgi ve veri formu verileri bulguların kişisel özellikleri açısından desteklenip desteklenmediği hakkında fikir verecektir.

Araştırma için sizden yapmanızı istediğimiz, size ilettiğimiz formlardaki her soruyu tek tek okuyarak size en uygun yanıtları vermenizdir. Anlamadığınız sorularda araştırmacıdan yardım isteyebilirsiniz. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılmanız halinde kişisel bilgilerinizin gizliliğine saygı gösterilecek, araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında da özenle korunacaktır. Veriler, kimlik bilgileriniz gizli kalmak koşuluyla bu ve farklı araştırmalarda kullanılacaktır.

Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz.

Bu yazıyı okuduktan sonra araştırmamıza gönüllü olarak katılmak istiyorsanız aşağıdaki onay bölümünü doldurunuz ve imzalayınız.

Katılımcının Beyanı:

Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda Beyza Durmuşoğlu Irmak tarafından yürütülen bu çalışma hakkında verilen yukarıdaki bilgileri okudum. Yapılan tüm açıklamaları ayrıntıları ile anlamış bulunuyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi.

Bu koşullarla söz konusu araştırmaya kendi isteğimle katılmayı kabul ediyorum.

Tarih:/...../.....

Katılımcı:

Tel:

İmza:

Tanık:

Tel:

İmza:

Araştırmacı: Psikolog Beyza Durmuşoğlu Irmak
Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi
beyza.irmak@isik.edu.tr

Ek-B SOSYODEMOGRAFİK ÖZELLİKLER VE VERİ FORMU	
1	Cinsiyetiniz: <input type="checkbox"/> Kadın <input type="checkbox"/> Erkek
2	Kaç yaşındasınız?.....
3	Evlilik yıl sayınız:
4	Evlilik yaşıınız.....
5	Eşiniz ile yaş farkınız var mı? <input type="checkbox"/> Evet (belirtiniz.....) <input type="checkbox"/> Hayır
6	Evlenme karar şekliniz? <input type="checkbox"/> Kendi seçimim, ailemin onayıyla <input type="checkbox"/> Görücü usulüyle, kendi kararım <input type="checkbox"/> Görücü usulüyle, ailemin kararıyla <input type="checkbox"/> Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim <input type="checkbox"/> Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında <input type="checkbox"/> Diğer.....(belirtiniz)
7	Eşiniz ile akrabalık durumunuz var mı? <input type="checkbox"/> Akrabalığımız yok <input type="checkbox"/> Yakın akraba <input type="checkbox"/> Uzak akraba
8	Çocuk sayınız? <input type="checkbox"/> Çocuğum yok <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 ve üzeri
9	Eğitim durumunuz: <input type="checkbox"/> İlköğretim <input type="checkbox"/> Lise <input type="checkbox"/> Ön Lisans <input type="checkbox"/> Lisans <input type="checkbox"/> Yüksek Lisans <input type="checkbox"/> Doktora
10	Eşinizin eğitim durumu: <input type="checkbox"/> İlköğretim <input type="checkbox"/> Lise <input type="checkbox"/> Ön Lisans <input type="checkbox"/> Lisans <input type="checkbox"/> Yüksek Lisans <input type="checkbox"/> Doktora
11	Aylık kazancınız? <input type="checkbox"/> 1500 TL ve altı <input type="checkbox"/> 1501-3000 TL <input type="checkbox"/> 3001-4500 TL <input type="checkbox"/> 4500-6000 TL <input type="checkbox"/> 6001 ve üzeri
12	Psikolojik destek aldınız mı? (Eğer yanıtınız hayır ise II. bölümden devam ediniz) <input type="checkbox"/> Evet (Hangi sebeple olduğunu belirtiniz.....) <input type="checkbox"/> Hayır
13	Tedavi şekliniz? <input type="checkbox"/> İlaç <input type="checkbox"/> İlaç ve psikoterapi <input type="checkbox"/> Sadece psikoterapi
14	Aldığınız desteğin yararını gördünüz mü? <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır

Ek-C İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
Beni hiç tanımlamıyor Beni kısmen tanımlıyor Tamamıyla beni tanımlıyor

	1	2	3	4	5	6	7	
1	Başkalarına kolaylıkla güvenemem.	1	2	3	4	5	6	7
2	Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4	5	6	7
3	Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	1	2	3	4	5	6	7
4	Bir başka kişiyle tam anlamıyla kaynaşıp bütünleşmek isterim.	1	2	3	4	5	6	7
5	Başkalarıyla çok yaklaşırsam incitileceğimden korkuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
6	Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.	1	2	3	4	5	6	7
7	İhtiyacım olduğunda yardıma koşacakları konusunda başkalarına her zaman güvenebileceğimden emin değilim.	1	2	3	4	5	6	7
8	Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9	Yalnız kalmaktan korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
10	Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
11	Çoğu zaman, romantik ilişkide olduğum insanların beni gerçekten sevmediği konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5	6	7
12	Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
13	Başkalarının bana çok yaklaşması beni endişelendirir.	1	2	3	4	5	6	7
14	Duygusal yönden yakın ilişkilerim olsun isterim.	1	2	3	4	5	6	7
15	Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
16	Başkalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım.	1	2	3	4	5	6	7
17	İhtiyacınız olduğunda hiç kimseyi yanınızda bulamazsınız.	1	2	3	4	5	6	7
18	Başkalarıyla tam olarak kaynaşıp bütünleşme arzum bazen onları ürkütüp benden uzaklaştırıyor.	1	2	3	4	5	6	7
19	Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4	5	6	7
20	Birisi bana çok fazla yaklaştığında rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
21	Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
22	Başkalarının bana bağlanmalarını tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
23	Terk edilmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
24	Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6	7
25	Başkalarının bana, benim istediğim kadar yaklaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
26	Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
27	İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
28	Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
29	Romantik ilişkide olduğum insanlar, genellikle onlarla, benim kendimi rahat hissettiğimden daha yakın olmamı isterler.	1	2	3	4	5	6	7
30	Başkalarıyla yaklaşmayı nispeten kolay bulurum.	1	2	3	4	5	6	7

Ek-D DURUMLUK KAYGI ÖLÇEĞİ					
Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi uygun ifadeyi işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin anında nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.		Hiç	Biraz	Çok	Tamamıyla
1	Şu anda sakinim	1	2	3	4
2	Kendimi emniyette hissediyorum	1	2	3	4
3	Su anda sinirlerim gergin	1	2	3	4
4	Pişmanlık duygusu içindeyim	1	2	3	4
5	Şu anda huzur içindeyim	1	2	3	4
6	Şu anda hiç keyfim yok	1	2	3	4
7	Başıma geleceklerden endişe ediyorum	1	2	3	4
8	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	1	2	3	4
9	Şu anda kaygılıyım	1	2	3	4
10	Kendimi rahat hissediyorum	1	2	3	4
11	Kendime güvenim var	1	2	3	4
12	Şu anda asabım bozuk	1	2	3	4
13	Çok sinirliyim	1	2	3	4
14	Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum	1	2	3	4
15	Kendimi rahatlamış hissediyorum	1	2	3	4
16	Şu anda halimden memnunum	1	2	3	4
17	Şu anda endişeliyim	1	2	3	4
18	Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum	1	2	3	4
19	Şu anda sevinçliyim	1	2	3	4
20	Şu anda keyfim yerinde.	1	2	3	4

SÜREKLİ KAYGI ÖLÇEĞİ					
Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi uygun ifadeyi işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin anında nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.		Hemen hiçbir zaman	Bazen	Çoğu zaman	Hemen her zaman
1	Genellikle keyfim yerindedir	1	2	3	4
2	Genellikle çabuk yorulurum	1	2	3	4
3	Genellikle kolay ağlarım	1	2	3	4
4	Başkaları kadar mutlu olmak isterim	1	2	3	4
5	Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım	1	2	3	4
6	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	1	2	3	4
7	Genellikle sakin, kendine hakim ve soğukkanlıyım	1	2	3	4
8	Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim	1	2	3	4
9	Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim	1	2	3	4
10	Genellikle mutluyum	1	2	3	4
11	Herşeyi ciddiye alır ve endişelenirim	1	2	3	4
12	Genellikle kendime güvenim yoktur	1	2	3	4
13	Genellikle kendimi emniyette hissedirim	1	2	3	4
14	Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım	1	2	3	4
15	Genellikle kendimi hüzünlü hissedirim	1	2	3	4
16	Genellikle hayatımdan memnunum	1	2	3	4
17	Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder	1	2	3	4
18	Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam	1	2	3	4
19	Aklı başında ve kararlı bir insanım	1	2	3	4
20	Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin ediyor	1	2	3	4

Ek-E BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ	
Bu form son bir (1) hafta içerisinde kendinizi nasıl hissettiğinizi araştırmaya yönelik 21 maddeden oluşmaktadır. Her maddenin karşısındaki dört cevabı dikkatlice okuduktan sonra, size en çok uyan, yani sizin durumunuzu en iyi anlatamı işaretlemeniz gerekmektedir.	
1	(0) Üzgün ve sıkıntılı değilim. (1) Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum. (2) Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum. (3) O kadar üzgün ve sıkıntılıyım ki, artık dayanamıyorum.
2	(0) Gelecek hakkında umutsuz ve karamsar değilim. (1) Gelecek için karamsarım. (2) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok. (3) Gelecek hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.
3	(0) Kendimi başarısız biri olarak görmüyorum. (1) Başkalarından daha başarısız olduğumu hissediyorum. (2) Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum. (3) Kendimi tümüyle başarısız bir insan olarak görüyorum.
4	(0) Herşeyden eskisi kadar zevk alıyorum. (1) Birçok şeyden eskiden olduğu gibi zevk alamıyorum. (2) Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor. (3) Herşeyden sıkılıyorum.
5	(0) Kendimi herhangi bir biçimde suçlu hissetmiyorum. (1) Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum. (2) Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum. (3) Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.
6	(0) Kendimden memnunum. (1) Kendimden pek memnun değilim. (2) Kendime kızgınım. (3) Kendimden nefrete ediyorum.
7	(0) Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum. (1) Hatalarım ve zayıf taraflarım olduğunu düşünmüyorum. (2) Hatalarımdan dolayı kendimden utanıyorum. (3) Herşeyi yanlış yapıyormuşum gibi geliyor ve hep kendimi kabahat buluyorum.
8	(0) Kendimi öldürmek gibi düşüncülerim yok. (1) Kimi zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm oluyor ama yapmıyorum. (2) Kendimi öldürmek isterdim. (3) Fırsatını bulsam kendimi öldürürüm.
9	(0) İçimden ağlamak geldiği pek olmuyor. (1) Zaman zaman içimden ağlamak geliyor. (2) Çoğu zaman ağlıyorum. (3) Eskiden ağlayabilirdim ama şimdi istesem de ağlayamıyorum.
10	(0) Her zaman olduğumdan daha canı sıkın ve sinirli değilim. (1) Eskisine oranla daha kolay canım sıkılıyor ve kızıyorum. (2) Herşey canımı sıkıyor ve kendimi hep sinirli hissediyorum. (3) Canımı sıkın şeylere bile artık kızamıyorum.
11	(0) Başkalarıyla görüşme, konuşma isteğimi kaybetmedim. (1) Eskisi kadar insanlarla birlikte olmak istemiyorum. (2) Birileriyle görüşüp konuşmak hiç içimden gelmiyor. (3) Artık çevremde hiçkimseyi istemiyorum.
12	(0) Karar verirken eskisinden fazla güçlük çekmiyorum. (1) Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum. (2) Eskiye kıyasla karar vermekte çok güçlük çekiyorum. (3) Artık hiçbir konuda karar veremiyorum.

13	(0) Her zamankinden farklı göründüğümü sanmıyorum. (1) Aynada kendime her zamanklinden kötü görünüyorum. (2) Aynaya baktığımda kendimi yaşlanmış ve çirkinleşmiş buluyorum. (3) Kendimi çok çirkin buluyorum.
14	(0) Eskisi kadar iyi iş gücü yapabiliyorum. (1) Her zaman yaptığım işler şimdi gözümde büyüyor. (2) Ufacık bir işi bile kendimi çok zorlayarak yapabiliyorum. (3) Artık hiçbir iş yapamıyorum.
15	(0) Uykum her zamanki gibi. (1) Eskisi gibi uyuyamıyorum. (2) Her zamankinden 1-2 saat önce uyanıyorum ve kolay kolay tekrar uykuya dalamıyorum. (3) Sabahları çok erken uyanıyorum ve bir daha uyuyamıyorum.
16	(0) Kendimi her zamankinden yorgun hissetmiyorum. (1) Eskkiye oranla daha çabuk yoruluyorum. (2) Her şey beni yoruyor. (3) Kendimi hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun ve bitkin hissediyorum.
17	(0) İştahım her zamanki gibi. (1) Eskisinden daha iştahsızım. (2) İştahım çok azaldı. (3) Hiçbir şey yiyemiyorum.
18	(0) Son zamanlarda zayıflamadım. (1) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 2 Kg verdim. (2) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 4 Kg verdim. (3) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 6 Kg verdim.
19	(0) Sağlığım ile ilgili kaygılarım yok. (1) Ağrılar, mide sancıları, kabızlık gibi şikayetlerim oluyor ve bunlar beni tasalandırıyor. (2) Sağlığımın bozulmasından çok kaygılanıyorum ve kafamı başka şeylere vermekte zorlanıyorum. (3) Sağlık durumum kafama o kadar takılıyor ki, başka hiçbir şey düşünemiyorum.
20	(0) Sekse karşı ilgimde herhangi bir değişiklik yok. (1) Eskisine oranla sekse ilgim az. (2) Cinsel isteğim çok azaldı. (3) Hiç cinsel istek duymuyorum.
21	(0) Cezalandırılması gereken şeyler yaptığımı sanmıyorum. (1) Yaptıklarımın dolayısıyla cezalandırılabilirim diye düşünüyorum. (2) Cezamı çekmeyi bekliyorum. (3) Sanki cezamı bulmuşum gibi geliyor.

Özgeçmiş

23 Ekim 1991 tarihinde Samsun'da doğdu. 2009 yılında *İstanbul Aydın Üniversitesi* Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü'ne başladı. 2012 yılı yaz döneminde *Samsun Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hastanesi* Kapalı Erkek Bölümü'nde ilk stajını tamamladı. 2012 yılında Uygulamalı Psikoloji Dersi kapsamında *Balıklı Rum Hastanesi'nde* bağımlılık üzerine stajını yaptı. 2013 yılı yaz döneminde *Samsun Psikomer Psikiyatri Merkezi'nde* psikiyatrın yanında gönüllü stajını tamamladı. 2013-2014 yılları arasında *İstanbul Çağlayan Adalet Sarayı'nda* 1. Çocuk Ağır Ceza Bölümü'nde bir sömestr boyunca dördüncü stajını tamamladı. 2016-2017 yılları arasında *BRSHH (Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi)* psikiyatri servisinde klinik psikoloji üzerine beşinci stajını tamamladı. 2017 yılında *İstanbul Işık Üniversitesi* Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Bölümü'nde yüksek lisans eğitimini tamamladı.

E-mail: beyza.durmusoglu@hotmail.com