

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**EVLİ KADINLARDA EVLİLİK DOYUMU, YETİŞKİN BAĞLANMA STİLLERİ VE
DEPRESYON DÜZEYİNİN İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
Deniz ÖZTAHTACI

GAZİANTEP - 2017

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**EVLİ KADINLARDA EVLİLİK DOYUMU, YETİŞKİN BAĞLANMA STİLLERİ VE
DEPRESYON DÜZEYİNİN İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
Deniz ÖZTAHTACI

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. HANNA NİTA SCHERLER

GAZİANTEP – 2017

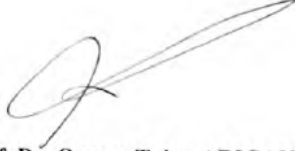
KABUL VE ONAY

Deniz ÖZTAHTACI tarafından hazırlanan “**Evli Kadınlarda Evlilik Doyumu, Yetişkin Bağlanma Tarzları ve Depresyon Düzeyinin İlişkisinin İncelenmesi**” başlıklı bu çalışma **22/09/2017** tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu **başarılı** bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.



Doç. Dr. Hanna Nita SCHERLER

(Başkan)



Prof. Dr. Osman Tolga ARICAK

(Üye)



Yrd. Doç. Dr. Ale YALÇINKAYA

(Üye)

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım./...../.....

.....
Enstitü Müdürü

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “**Evli Kadınlarda Evlilik Doyumu, Yetişkin Bağlanma Stilleri Ve Depresyon Düzeyinin İlişkisinin İncelenmesi**” başlıklı çalışmanın tarafımda, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım. 22/09/2017

Deniz ÖZTAHTACI

ÖNSÖZ

Bu çalışmada, evlilik doyumu, yetişkin bağlanma stilleri ve depresyon düzeyinin ilişkisi incelenmiştir. Çalışmanın planlamasında ve uygulanmasında birçok kişinin desteği olmuştur.

Yüksek lisans eğitimi sürecimde ve tez dönemimde anlayışlı, samimi, motive edici ve destekleyici tutumuyla bana rehberlik eden, fikirlerime her zaman destek verip uygulamam için çabalarını esirgemeyen, kıymetli hocam, Ferhat Jak İöz'e, bilgi ve deneyimleriyle bana destek olan tez danışmanım Doç. Dr. Hanna Nita Scherler'e teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın her alanında maddi manevi desteğini esirgemeyen, sabırlarıyla, emekleriyle her an yanımda olduklarını bildiğim, varlıklarına her daim şükrettiğim kıymetli anneme, babama, ağabeyime, her özel ve güzel anımızı paylaştığımız canım çocukluk arkadaşşıma, lisans eğitimimde tanıdığım ve o günden beri her anımda yanımda olan, varlıklarının şanslı olduğumu hissetmemi sağladığı canım dostlarıma, bana kattıkları her şey için teşekkürlerimi ve minnetlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimim boyunca neşeleri ve sıcakkanlılıklarıyla motivasyonumu her daim arttıran canım yüksek lisans arkadaşlarıma ve tez döneminde her türlü soruma cevap vermeye çalışan, her an motive edici cümleler kuran canım iş arkadaşlarıma, özellikle Uzm. Klinik Psikolog Hülya AKKAYA YILMAZ ile Psikolog Seda KARPUZ' a teşekkürlerimi sunarım.

Araştırmamın gerçekleşmesini sağlayan, ölçeklerimin uygulanmasında bana her türlü desteği veren kıymetli aile üyelerime, arkadaşlarıma ve tüm gönüllü kadınlara teşekkürlerimi iletirim.

Gaziantep, 2017

Deniz ÖZTAHTACI

ÖZET

Bu araştırmada, evlilik ilişkisinde bireylerin evlilikten doyum almasına etki ettiği dūřınūlen yetişkin bağlanma stilleri ile kişilerin depresyon dūzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Katılımcılara, İlişki Őlęęi Anketi, Evlilik Yařam Őlęęi ve Beck Depresyon Őlęęi uygulanmıştır. Ayrıca Kiřisel Bilgi Formu ile katılımcılarla ilgili demografik bilgiler toplanmıştır. Őlęekler, 219'u online, 121'i ise yūz yūze yapılan gŐrūřmeyle olmak ũzere toplam 340 evli kadına uygulanmıştır. Bu araştırma sonucunda elde edilen bulgulara gŐre; depresyon ile evlilik doyumunu arasında negatif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Evlilik yaşam puanlarının bağlanma tarzları ağısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık gŐsterdięi saptanmıştır. Depresyon dūzeylerinin bağlanma tarzları ağısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık gŐsterdięi bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: evlilik doyumunu, yetişkin bağlanma stilleri, depresyon.

ABSTRACT

In this study, the relationship between the adult attachment style which affects individuals' personal satiety from marriage and the depression level of individuals who are related to marriage is researched. Followings have been applied to participants: Personal Information Form, Relationship Scale Questionnaire, Marriage Life Scale and Beck Depression Scale. Also, demograhic information about the participants have been collected by Personal Information Form. These scales have been applied to totally 340 married women. 219 of participants have taken online and 121 have taken face to face interviews. Results of the research indicated significant negative correlations between marriage satiety and depression. It was found that the attachment styles showed significant differences between the level of depression. Attachment styles showed significant differences between the scores of married life.

Keywords: marriage satiety, adult attachment style, depression

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖNSÖZ.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT.....	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	viii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	x

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ.....	1
------------	---

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR.....	4
2.1. Bağlanma.....	4
2.1.1. Bağlanma Kuramı.....	4
2.1.2. Yetişkin Bağlanması.....	8
2.1.2.1. Yetişkin Bağlanması İle İlgili Yapılan Çalışmalar.....	10
2.2. Evlilik Doyumu.....	12
2.2.1. Evlilik Doyumuna İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar.....	13
2.2.1.1. Sosyal Mübadele Kuramı.....	13
2.2.1.2. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	14
2.2.1.3. Bağlamsal Model.....	15
2.2.2. Evlilik Doyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	17
2.3. Depresyon.....	20
2.3.1. Depresyon Tanımı.....	20
2.3.2. Depresyonu Açıklayan Kuramlar.....	21
2.3.2.1. Bilişsel Davranışçı Kuram.....	19
2.3.2.2. Psikanalitik Kuram.....	21
2.3.2.3. Varoluşçu Kuram.....	21
2.3.3. Depresyonun Belirtileri.....	24
2.3.4. Depresyonun Etiyolojisi.....	25

2.3.4.1. Sosyal Nedenler İle Kişilik Faktörleri.....	23
2.4. Yetişkin Bağlanması, Evlilik Doyumu ve Depresyon Konularında Yapılan Çalışmalar.....	26
2.4.1. Yetişkin Bağlanması ve Evlilik Doyumu ile İlgili Çalışmalar.....	26
2.4.2. Yetişkin Bağlanması ve Depresyon Düzeyi İle İlgili Yapılan Çalışmalar.....	28
2.4.3. Evlilik Doyumu ve Depresyon Düzeyi İle İlgili Yapılan Çalışmalar.....	29
2.5. Araştırmanın Amacı ve Önemi	29
2.6. Araştırma Soruları	31
2.7. Araştırmanın Hipotezleri.....	31
2.8. Araştırmanın Sayıtları	32
2.9. Araştırmanın Sınırlılıkları	32

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM.....	33
3.1. Evren ve Örneklem.....	33
3.2. Veri Toplama araçları.....	34
3.2.1. Kişisel Bilgi Formu	34
3.2.2. Evlilik Yaşam Ölçeği	34
3.2.3. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)	35
3.2.4. Beck Depresyon Ölçeği.....	36
3.3. İşlem.....	37
3.4. Verilerin Analizi.....	37

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM	39
4.1. Örneklem Sosyodemografik Özellikleri	39
4.2. Araştırma Soruları	41
4.2.1. Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeyleri İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişki.....	41
4.2.2. Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılması.....	41

4.2.3. Evli Kadınların Depresyon Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılması	43
4.2.4. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılması	45
4.2.5. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılması	46
4.2.6. Evli Kadınların Evlilik Yaşı ile Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki	47
4.3. Hipotezler	48
4.3.1. Evlilik Doyumu Düzeyinin Anlaşarak ve Görücü Usulü Evlenen Kadınlar Açısından Karşılaştırılması	48
4.3.2. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeyinin Evliliğin İlk Beş Yılında Olma ve Beş Yıldan Fazla Süredir Evli Olma Durumu Açısından Karşılaştırılması	49
4.3.3. Güvenli Bağlanan Evli Kadınlar İle Korkulu, Saplantılı ve Kayıtsız Bağlanan Evli Kadınların Depresyon Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılması	50
4.3.4. Saplantılı ve Korkulu Bağlanma Tarzına Sahip Evli Kadınlar İle Güvenli ve Kayıtsız Bağlanma Tarzına Sahip Evli Kadınların Depresyon Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılması	50
4.3.5. Saplantılı Bağlanan Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeylerinin Güvenli, Korkulu ve Kayıtsız Bağlanan Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması.....	51
4.4. Evlilik Yaşamından Alınan Doyum Puanını Yordayan Faktörler	51

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA	53
-----------------------	-----------

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	59
6.1. Sonuç	59
6.2. Öneriler.....	60
KAYNAKÇA	62
EKLER.....	73
Ek. 1. Gönüllüleri Bilgilendirme Ve Olur (Rıza) Formu	73
Ek. 2. Kişisel Bilgi Formu.....	75

Ek. 3. İlişki Ölçekleri Anketi (RSQ)	76
Ek. 4. Evlilik Yaşamı Ölçeği	78
Ek. 5. Beck Depresyon Envanteri (BDE)	80
Ek. 6. Etik Kurul	83
Ek.7. Ölçekleri Kullanmak İçin Alınan İzinler	Error! Bookmark not defined.



TABLULAR LİSTESİ

	Sayfa No.
Tablo 1. Veri toplanan grupların demografik özellikleri	40
Tablo 2. Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeyleri İle Depresyon Düzeyleri Arasında İlişkiyi Gösteren Pearson Korelasyon Testi Sonuçları.....	41
Tablo 3. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Betimsel Bulgular.....	42
Tablo 4. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılması İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	42
Tablo 5. Evli Kadınların Depresyon Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Betimsel Bulgular.....	44
Tablo 6. Evli Kadınların Depresyon Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	44
Tablo 7. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Betimsel Bulgular.....	45
Tablo 8. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Sonuçları.....	46
Tablo 9. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Betimsel Bulgular.....	47
Tablo 10. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	47
Tablo 11. Evli Kadınların Evlilik Yaşı İle Evlilik Doyum Düzeyleri Arasında	

İlişkiyi Gösteren Pearson Korelasyon Testi Sonuçları.....	48
Tablo 12. Anlaşarak ve Görücü Usülü Evlenen Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları.....	49
Tablo 13. Evliliğin İlk Beş Yılında Olan Evli Kadınlar ile Beş Yıldan Fazla Süredir Evli Olan Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Farkına İlişkin T-testi Sonuçları.....	49
Tablo 14. Saplantılı ve Korkulu Bağlanma Tarzına Sahip Evli Kadınlar İle Güvenli ve Kayıtsız Bağlanma Tarzına Sahip Evli Kadınların Depresyon Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları.....	50
Tablo 15. Evlilik Yaşamından Alınan Doyum Puanlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Sonuçları.....	52

KISALTMALAR LİSTESİ

BDÖ/BDI	: Beck Depresyon Ölçeği
EYÖ	: Evlilik Yaşam Ölçeği
İÖA/RSQ	: İlişki Ölçekleri Anketi
MMPI-D	: Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin Statik Paket Programı (Statistical Package For Social Sciences)

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

İnsan sosyal bir varlık olduğundan hayatının önemli bir parçasını yakın ilişkileri oluşturur. Genellikle aile, akraba ve arkadaş ile kurulan bu ilişkilerin yetişkinlik döneminde en çok önem verilen türlerinden biri de evliliğdir. Bireylerin uzun dönem yakın ilişki içerisinde olmasına fırsat tanıyan bu ilişki türü insan hayatının doyum kaynaklarından (Demir, 2014: 3; Yeşiltepe, 2011: 2). Evlilik insan hayatının doyum kaynağı olup bireylerin iyi hissetmelerini sağlarken, tam tersi etki yaparak psikolojik yıkımlarına sebep olup mutsuzluklarının kaynağı da olabilir. İnsan hayatında bu denli önemli etkileri olabilen evliliğin, süreç içerisinde getirdiği problemler, bireylerin psikolojik destek arayışına girmelerinin sebeplerinden biridir (Ovalı, 2010: 2). Bu bireyler ilişkilerini sağlıklı şekilde sürdürebilme yollarının ne olduğunu araştırırsalar da bunun cevabını bulmak zor olabilir çünkü ilişkilerin sağlıklı bir biçimde devam etmemesinin birçok nedeni bulunur. Örneğin; çiftlerin cinsel yaşamlarından memnun olmaması (Taghavi Dinani ve Rahmani, 2013'ten aktaran Yıldız ve Baytemir, 2016: 77), problem çözme becerilerinin olmaması (Güven ve Sevim, 2007: 54), çiftlerden birinin psikolojik ya da fiziksel sağlık sorunu yaşaması gibi durumlar ilişki devamlılığını olumsuz etkileyebilir. Kansız ve Akar (2011: 24) evlilik ilişkisinin sağlıklı bir biçimde sürmesinin çiftlerin, yani farklı kişilik yapılarına sahip iki farklı bireyin birbiriyle olan uyumu ile gerçekleştiğini ifade etmiştir. Bu görüşe paralel olarak literatüre bakıldığında, evlilikle ilgili yapılan çalışmalarda evlilik uyumu ve evlilik doyumunu gibi terimlerin sıkça kullanılmaya başlandığı görülmüştür (Ovalı, 2010: 14). Yetişkin romantik ilişkilerini daha derinlemesine anlayabilmek ve ilişkilerin nasıl sağlıklı bir biçimde sürdürülebilir olabileceğini geniş bir çerçevede değerlendirebilmek için ilişki doyumunu, ilişki istikrarı, romantik aşk ve bağlanma gibi pek çok kuram ortaya atılmıştır. Yetişkin romantik ilişkilerde bağlanma ve ilişkideki doyumun öneminin birbiriyle ilişkili olduğu ve literatürde bu konuda çalışmalar olduğu görülmüştür. Bu bağlamda yapılan araştırma kapsamında da incelenen ilk değişken evlilik doyumudur.

Evlilik doyumu, evlilik ilişkisinin devamlılığını sağlayan en önemli etkenlerden biridir. Tezer (1996: 1) evlilik doyumunu, bireyin kendi evlilik ilişkisindeki ihtiyaçlarını karşılayabilme düzeyine yönelik algısı olarak, Güngör (2007: 2) ise, evli bireylerin arzularının tatmin edilme düzeyi olarak tanımlamıştır. Cantürk (2006: 61) boşanmayla sonuçlanan evliliklerde ilişkideki doyumun giderilemeyen önemli bir gereksinim olduğunu belirtmiştir. Evlilik doyumu kavramını tanımlamak kolay olmasa da onu oluşturan değişkenler literatürde sıkça çalışılan konulardan olmuştur (Hünler ve Gençöz, 2003: 100). Çalışmalardan çıkan sonuçlarda, evlilik ilişkisine kişilerin bağlanma stillerinin etki ettiği görülmüştür. Bağlanma üzerine çalışmalar yapan Hazan ve Shaver (1987: 513), Bowlby'nin bağlanma kuramını temel alarak kişilerin yetişkinlik dönemlerindeki romantik ilişkilerinin açıklanabileceğini öne sürmüşlerdir. Bu araştırmacılar bireylerin çocukluk ya da bebeklik dönemlerinde ebeveynleri ile kurdukları ilişkileriyle yetişkinlik dönemlerinde romantik eşleri ile kurdukları ilişkilerin bağlantılı olduğunu düşünmüşlerdir. Bu nedenle bu araştırma kapsamında incelenen ikinci değişken bağlanma kuramını temel alan yetişkin bağlanma stilleridir.

Bağlanma, bireyler arasında gelişip devam eden güçlü, duygusal bir bağıdır (Çelik, 2004: 2). Bireylerin doğumundan itibaren yakın ilişkide bulunduğu, çocukluk döneminde bakım sunan yetişkinlikte de romantik ilişki kurduğu kişi, bireylerin davranış örüntülerinin, ruh sağlığının ve iletişiminin belirlenmesinde çok önemli bir role sahiptir. Yakın ilişkinin niteliği, kişilerin pek çok özelliğini etkilerken bağlanma stilleri de ilişkinin niteliğine etki eder. İlk yıllardaki bakım sunana karşı gelişen bağlanma stilleri ile yetişkinlikte romantik ilişki kurulan kişiye karşı gelişen yetişkin bağlanma stili birbiriyle benzer özellikler gösterir. Kişilerin bağlanma stili eşiyle uyumuna, iletişimine ve davranış örüntülerine etki eder (Gündoğan, 2015: 1).

Depresyon, kişilerin üzgün, umutsuz ve çökkün duygu durumuna sahip olmasıyla kendini gösteren ruhsal bir bozukluktur. Depresif kişilerde, değersizlik, yetersizlik, karamsarlık gibi duygu ve düşüncelere ek olarak yapılan işten zevk alamama ve motivasyonda kayıp gibi belirtiler de gözlemlenir (Hisli, 1988: 118). İnsanların duygu durumları hayat içindeki ilişkilerini de etkiler. Bu bağlamda kişilerin depresyon düzeylerinin de evlilik doyumu ile birbirini etkileyen iki kavram olduğu düşünülerek depresyon düzeyi araştırmaya diğer bir değişken olarak dahil edilmiştir.

Depresyon ile evlilik içerisinde yaşanan problemler büyük oranda birbiriyle örtüşen sorunlardır. Evlilikteki uyumsuzluk ve depresyon arasında sıkı bir ilişkinin var olduğu yapılan çalışmalarla kanıtlanmıştır. Bu çalışmaların sonuçlarına göre, genellikle evlilikte yaşanan sıkıntılar, depresyonun oluşumunda ve devam etmesinde önemli bir etkidir. Dolayısıyla depresyon, evlilik uyumu ve doyumunu değerlendirmede önemli bir değişkendir (Kışlak ve Göztepe, 2012: 30). Evlilikteki sorunların ve depresyonun toplumda görülme sıklığı düşünüldüğünde, her iki problemin de bir arada görülme oranı fazladır (Güngör, 2007: 38).

Evlilik yaşamı içerisinde, kişilerin evlilik doyumları, yetişkin bağlanma stilleri ve depresyon düzeyleri arasında nasıl bir ilişki olduğu hakkında, var olan literatüre katkı sağlamak amacıyla bu araştırmada, bu üç değişkenin ilişkisine bakılmıştır. Ayrıca araştırmaya katılım gösteren kişilerin evlilik doyumları bazı demografik değişkenler açısından da incelenmiştir.

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR

2.1. Bağlanma

2.1.1. Bağlanma Kuramı

Bu bölümde bağlanmanın ne olduğu ve nasıl oluştuğu, bağlanmanın kişilerin yaşamındaki önemi ve kişilerin yaşamlarına yaptığı etkilerden bahsedilmiş ve bu etkiler ile ilgili yapılan çalışmalardan örnekler verilmiştir. Ayrıca Bowlby ve Ainsworth'e göre bağlanma türlerinin neler olduğu açıklanmıştır.

0-2 yaş fiziksel, zihinsel ve duygusal açıdan çocuğun en hızlı gelişim gösterdiği dönemdir. Bebeklik dönemi olarak anılan bu aşamada çocuğun yalnızca fiziksel ihtiyaçlarının karşılanması yeterli olmaz. Becerilerinin yeterince gelişmemesinden dolayı bebeğin, kendisine bakım sunana karşı bağımlı olduğu gözlemlenir. Bu süreçte bakım sunan ile kurduğu birebir ilişki onun zihinsel ve duygusal gelişimi için çok büyük önem taşır. Biyolojik yetersizliği düşünüldüğünde bebeğin bakım sunanına karşı bağlanma geliştirmesi beklenen bir durumdur. Bağlanma, bebekler ile anne babaları ya da bakım sunanları arasında kurulan, duygusal açıdan bakıldığında olumlu ve yardımsever bir ilişkinin varlığını ifade eden bir terimdir (Öztürk, 2002: 758-759). Bowlby (1973: 7) ise bağlanma kavramını, insanların kendileri için önemli gördükleri kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlar olarak tanımlamıştır.

Bağlanma kuramının kurucusu olan John Bowlby bakım evleri ve yetimhanelerdeki çocukları gözlemleyerek onların sıklıkla duygusal açıdan problem yaşadığını, bu problemlerin sebebinin ise temelde çocukların yaşamlarının ilk yıllarında anne figüründen eksik kalmaları olduğunu ifade etmiştir. Bowlby, bu çocukların başkalarıyla yakın ve kalıcı ilişki kurmayı başaramadıklarından ve gerçek anlamda bir bağlanma oluşturamadıklarından duygusal sorunlar yaşadıklarını, sevediklerini belirtmiştir. Bir süre ebeveynleri ile normal bir

biçimde yaşayan ancak devamında uzun bir ayrılık dönemine giren çocuklarda da benzer duygusal problemler gözlemlenmiştir (Bowlby 1987'den aktaran Bretherton, 1992: 761).

Bowlby (1951), Dünya Sağlık Örgütü ruh sağlığı komisyonunun ilk raporunda, bebeklerin ve küçük çocukların ruh sağlığı için en gerekli şeyin anneyle ya da annenin yerine bebeğe bakım sunan kişi ile her iki tarafın da doyum ve keyif aldığı, sıcak, yakın ve sürekli bir ilişki kurması olduğunu belirtmiştir. Bowlby raporun devamında, hükümetlerin ve sosyal kurumların bebeklik ve çocukluk döneminde anne ile çocuk arasındaki sevginin ruh sağlığı açısından bedensel sağlıktaki vitamin ve protein kadar önemli olduğunu fark edemediklerini ifade etmiştir. Bağlanma kuramı ile ilgili son kırk yılda yapılan çalışmalar, bebeklik dönemi ve erken çocukluk dönemindeki anne duyarlılığının, çocuğun güvenli bağlanma duygusu içindeki sağlıklı gelişimi için ne kadar önemli olduğunu gösterirken, bu durum kuram ortaya çıkmadan önce Bowlby'nin ifade ettiği ön görüşlerle paraleldir (Sümer ve diğerleri, 2016: 13).

Bağlanma Kuramı eklektik bir yaklaşım olarak geliştirildiğinden başarı kazanmıştır. Bowlby, çocuk gelişiminin temeli olacak ve psikolojinin birçok alanına yenilikler getirebilecek bir kuram geliştirmek için psikodinamik yaklaşım, etiyoloji, deneysel psikoloji ve öğrenme kuramlarından yararlanarak bağlanma kuramını bu bütünlük içerisinde geliştirmiştir (Hinde ve Stevenson-Hinde 1991'den aktaran Sığırcı, 2010: 9).

Bowlby, ilk aşamada annesinden erken yaşta ayrılan bebeklerin neden aşırı stres belirtileri gösterdiğini merak etmiş ve bu bebeklerin anneden ayrılmamaya, ayrılmışsa bile vakit kaybetmeden yeniden kavuşmaya, onun yakınında kalabilmek adına uzun süre ısrarla ağlayarak ona ulaşmaya ve yakınlığından emin olmaya çabaladıklarını gözlemlenmiştir. Etiyoloji ve evrimsel biyolojideki yaklaşımlardan hareketle, erken yaşta annesine yakın kalmanın yalnızca insanlara değil birçok canlıya özgü bir davranış olmasından dolayı yakınlığın hayatta kalma şansını arttırdığı evrimsel sonucuna varan Bowlby, çocuklardaki bağlanma davranışsal sisteminin ilk işareti olarak ağlama, yapışma ve aktif arama davranışlarının bağlanma figüründen ayrılmaya karşı işlevsel bir tepki olduğunu belirtmiştir.

İnsanlar diğer canlılar gibi erken dönemde kendi kendine yetebilme becerisine sahip olmadığından bir bakım sunanın uzun süreli bakımına ihtiyaç duyarlar. Bu ihtiyaçtan dolayı bebeğin, onu büyüten yetişkinlerin davranışlarını anlayabilmesi çok büyük önem taşır. Bu

nedenle bakım sunanın çocuğa karşı tüm davranışları, bağlanma davranışsal sistemini etkiler, gelişimini biçimlendirir ve yönlendirir niteliktedir (Sümer ve diğerleri, 2016: 15).

Davranışsal bağlanma sistemi, “bağlanma kişisi yeterli ölçüde yakın, olumlu, tepkisel ve onaylayıcı mıdır?” sorusuna cevap arayan bir sistemdir. Eğer çocuk hissedilen güvenliği yaşıyorsa, normal davranışlarına (çevreyi keşfetme, oynama, vb.) devam eder. Ancak sorulan soruya cevap hayır ise davranışlardaki sağlıklı döngü bozulur. Bağlanma kişisine yakınlık çocuk bir tehditle karşılaştığında önem kazanır. Bakım sunan bu aşamada bebeği rahatlatıcı ve kendisini yeniden güvende hissetmesini sağlayıcı bir “güvence üssü” görevi görür. Ayrıca bebek, keşif gibi bağlanma dışı davranışlara giriştiğinde bakım sunandan ayrılıp geri döner. Bakım sunan bu geri dönüşte güvenli sığınak işlevinde olur (Dönmez, 2000: 12). Kısacası Bowlby’ye göre, yakınlığı koruma, ayrılığa direnme, güvenli sığınak ve güvenli üs bağlanmanın dört temel işlevidir ve bu işlevlerin etkin anlamda yerine getirilmesi bakım sunanın ne düzeyde duyarlı olduğu ile ilişkilidir (Sümer ve diğerleri, 2016: 16).

Çocuklar erken dönemde bağlanma ilişkilerinin temelini oluştururken, kendileri ve başkalarına yönelik “içsel çalışan modelleri” ya da kısaca ”zihinsel temsilleri” oluştururlar. Erken dönemdeki çocukların bakım sunanları ya da anne babaları duyarlı ve destekleyici ise çocuklar, sevmeye ve bakım sunulmaya değer bir benlik algısı ve bu algıya bağlı da olumlu bir benlik bağlanma modeli, tersi durumda ise hem kendilerine hem de başkalarına yönelik olumsuz benlik ve başkaları modelleri geliştirirler. Bu durum kişilerin yakın ilişkilerindeki davranış ve beklentilerine karamsarlık ve olumsuzluk olarak yansır (Bowlby 1969: 12).

Bağlanma biçimini belirleyen temel yapılardan olan zihinsel temsiller sayesinde çocuk bir durum karşısında bağlanma figürünün yokluğunu fark eder, geri döndüğünde yokluk durumunun ayrımını yapar. Bu durum çocuk ile bağlanma figürünün etkileşimini etkilerken ayrılık sırasında verilecek tepkiyi de belirler. Bowlby’ye göre benlik ve başkaları ile ilgili beklentiler, yalnızca erken çocuklukta değil yetişkinlik dönemindeki duygu, düşünce ve bilişlerin de temel kaynağını oluşturur ve yetişkin bağlanma biçiminin ortaya çıkmasında da rol oynayan en temel unsur olur (Hazan ve Shaver, 1994: 5). Yani bireyin, doğduğu anda bakım sunanı ile kurduğu ilişki önceleri yalnızca çocuğun biyolojik varlığının devamlılığına katkı sağlarken sonrasında bu ilişki, yani bağlanma, içselleştirilerek bireyin hayatının tüm yönlerini etkileyen bir etkileşim biçimi olur (Hamarta, 2004a: 63).

Ainsworth'un, "Yabancı Ortam Yöntemi" olarak bilinen ve bebeğin bağlanma nesnesinden ayrı kaldığında verdiği tepkileri inceleyen araştırmasında temelde bebeğin bir yabancı ile karşılaştığı andaki olası tepkilerine bakılmıştır. Uygulamada bebek stres durumuna maruz bırakılmış ve önce bakım sunandan ayrılmış, sonra bir yabancı ile bırakılmış, sonra yine bakım sunan ile bir araya gelmiştir. Uygulamanın sonunda bebek ile bakım sunan arasındaki bağlanma süreciyle ilgili olarak üç farklı bağlanma stili ortaya çıkmıştır. Bu durum bakım sunanın bebeğin kendisine ihtiyaç duyduğu anda yanında olması, korumasını sağlaması ve ihtiyaçlarına karşı duyarlı olarak doyum sağlamasıyla ilişkilendirilmiştir (Ainsworth ve diğerleri 1978'den aktaran Çakır, 2008: 25).

Ainsworth'un bahsettiği çocukların bakım sunanlarından ayrılma anlarında verdikleri tepkilere göre ayrılan üç bağlanma davranışı, güvenli, kaygılı ve kaçınan bağlanma davranışlarıdır.

Güvenli Bağlanma, anneleri tarafından yalnız bırakıldıklarında doğal olarak huzursuzluk hissetseler de aşırı endişe ve panik yaşamazlar. Yeniden bir araya geldiklerinde kolayca sakinleşip çevreyi keşfetmeye ve diğer doğal faaliyetlerine devam ederler.

Kaygılı (kararsız) bağlanma, annelerinden ayrıldıklarında yoğun bir kaygı, kızgınlık ve gerilim yaşarlar, yabancı bir kişinin avutma isteğini reddederler. Anne ile yeniden bir araya geldiklerinde ise sakinleşmeleri çok uzun zaman alarak keşif davranışlarına son vererek, annelerine yapışıp kalmak isterler.

Kaçınan bağlanma, bebekler anne ile ayrılıklarından etkilenmez ya da huzursuzluk yaşamazlar. Bakım sunanları ile temastan kaçınarak dikkatlerini keşif faaliyetlerine ya da oyuncaklarına verirler. Güvenli bağlanma ile karşılaştırıldığında, daha az ilgi ve coşku gösterirler (Campos ve diğerleri 1983'den aktaran Hazan ve Shaver, 1994: 6).

Bowlby ve Ainsworth, bağlanma biçimlerinin, erken dönemde ebeveynle olan etkileşimin belirlediğini, ileriki dönemde ise yakın ilişkilerdeki iletişimi, beklentileri, inançları, ihtiyaçları, duygu düzenleme stratejilerini ve diğer sosyal davranışları etkilediğini belirtmişlerdir. Sonuçta bağlanmanın yalnızca çocuklukta değil hayat boyu devam eden bir durum olduğu ortaya çıkar. Erken dönemdeki bakım sunan ile bebeğin ilişkisi, ileriki yaşam dönemlerindeki bağlanmaların temelini oluşturur (Özsoy, 2015: 7).

2.1.2. Yetişkin Bağlanması

Bu bölümde erken dönem bağlanmanın yetişkinlikteki bağlanmaya etkisi ile bu iki bağlanma arasındaki farklardan söz edilmiştir. Ayrıca Hazan ve Shaver ile Bartholomew ve Horowitz'e göre yetişkin bağlanma stillerinin neler olduğu açıklanmıştır.

Yapılan araştırmaların sonucunda, erken dönemde çocuk ile bakım sunanları arasında gelişen bağlanma ilişkisinin çeşitli yönlerden farklılıklar gösterse de ileriki dönemdeki ikili ilişkilere etki ettiği görülmüştür. Bağlanma kuramına göre, yetişkinlik döneminde romantik ilişkiyi oluşturan birçok davranış, erken dönemde gelişen bağlanma sisteminden etkilenir (Fraley ve Shaver, 2000: 148). İnsanlar erken dönemde bağlandıkları bakım sunanlarına yönelik geliştirdikleri ilişkiye göre yetişkinlik döneminde de bağlanma stilleri geliştirirler. Bu gelişen bağlanma stilleri bireylerin yetişkinlik dönemindeki arkadaşlık, aile gibi ilişkilerine etki ederken aynı zamanda romantik ilişkilerini de etkiler (Hazan ve Shaver, 1987: 519).

Erken dönemde oluşan bağlanmada bebek ile bakım sunanı arasındaki bağ tek yönlüdür. Örneğin bebek güven hissini almak ister ama bunu bakım sunana yansıtamaz. Ancak yetişkin bağlanma ilişkileri karşılıklıdır. Aynı zamanda erken dönemde çocuklar tam anlamda güvende hissedebilmek için bakım sunanları ile fiziksel temas gereksinimi duyabilirken yetişkinlerde güvende olma hissi yalnızca ihtiyaç duydukları anda karşı tarafın dokunabileceğini bilmeleriyle bile tatmin olabilir. Önemli olan hissedilen güvenlik olduğu için bebeklere oranla yetişkinler için karşı taraftan bu duyguyu alabilecekleri seçenek daha fazladır (Dönmez, 2000: 23).

Çocukluktaki bağlanma ile yetişkinlikteki bağlanma arasındaki bir diğer fark ise, bağlanma kişisidir. Çocuğun bağlanma kişisi genelde anne ya da baba olurken yetişkinin bağlanma kişisi bir akran ya da cinsel eştir. Bu durumda, yetişkin bağlanma ilişkileri genel olarak üç davranışsal sistemin bütünleşmesini gerekli kılar. Bunlar; bağlanma, bakım ve cinsel birleşmedir (Solmuş, 2008'dan aktaran Çakır, 2008: 27).

Hazan ve Shaver' e (1987: 521) göre, insanlar bebeklik dönemindeki ilk bakım sunanları ile aralarındaki ilişkiye göre gelecekteki bağlanma stillerini geliştirirler. Bu durum kişilerin hem romantik hem de sosyal ilişkilerine etki eder. Hazan ve Shaver yaptıkları

çalışmalarda, Ainsworth'un ortaya koyduğu üçlü bağlanma biçiminin, kişilerin yetişkinlik döneminde yakın ya da romantik ilişkilerinde gözlemlendiğini öne sürmüşlerdir. Bu konuda yapılan araştırmaların sonucunda, yetişkinlikteki bağlanma ile bebek ve bakım sunanı arasındaki bağlanmanın birbirlerinden farklılaştığı, güvenli, kaygılı-kararsız ve kaygılı-kaçınan bağlanma biçimlerinin yetişkinlikte de ortaya çıktığı bulunmuştur.

Hazan ve Shaver (1987) yerel bir gazete aracılığıyla, 620 kişinin katılım gösterdiği ve romantik aşk ilişkisinin bir bağlanma süreci olarak açıklandığı bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, çocukken bakım sunanları ile oluşan bağlanma stili güvenli olan kişiler, güvensiz olan iki gruptaki kişilere (kaçınan ve kaygılı-ikircikli) oranla aşk ile ilgili daha olumlu tecrübeler yaşamış ve güvenli bağlanma stiline sahip olan kişilerin romantik ilişkileri daha uzun süreli olmuştur. Aynı zamanda güvenli bağlananlar çocukluk dönemlerinde bakım sunanları ile ilgili daha fazla olumlu tanımlamalar yapmışlardır. Bu araştırmada, bireylerin bakım sunanlarıyla olan ilişkileri hakkındaki algılarının yetişkin bağlanmasını etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Hazan ve Shaver 1987'den aktaran Kantarcı, 2009: 8).

Bartholomew ve Horowitz (1991: 234), yetişkinlerdeki bağlanma stillerini Bowlby'nin iki zihinsel temsili üzerinden, 'benliğe' ve 'başkalarına' ilişkin temsiller olarak farklı şekilde tanımlamışlardır. "Dörtlü Bağlanma Modeli" olarak adlandırılan bu modelde benlik ve başkaları temsillerinin olumlu ya da olumsuz olmasına göre dört temel bağlanma örüntüsü önerilmiştir.

Dörtlü Bağlanma Modeli'ne göre güvenli bağlanan yetişkinler, kendilerini değerli ve sevilebilir, diğerlerini ise ulaşılabilir ve duyarlı olarak algırlar. Bu kişilerin benlik saygıları yüksektir ve çevresiyle yakın ilişki kurmaktan çekinmezler. Diğer üç bağlanma biçiminde (saplantılı, korkulu, kayıtsız) ise benlik/başkaları ile ilgili olumsuz bir zihinsel temsil bulunur. Her üçü de güvensiz bağlanma alt kategorisine girer.

Saplantılı bağlanan yetişkinler, kendilerini değersiz görürken başkalarını olumlu olarak algırlar. Bu nedenle de diğerlerinin onayı ve kabulünü kazanmaya çalışıp ilişkilerle çok fazla meşgul olurlar. Diğerleriyle yakın ilişki kurmayı isteyen saplantılı bağlanan yetişkinler, yapışık bir ilişki kurmak istediklerinden diğerlerini kendilerinden uzaklaştırabilirler (Solmuş, 2008: 98). Saplantılı bağlanan kişilerde en belirgin özelliklerden

biri de öz güven eksikliği olduğundan bu kişiler, hem reddedilmekten hem de yakın bir ilişkide karşı tarafın terk etmesinden çok korkarlar (Kart, 2014: 99).

Bartholomew ve Horowitz'in dörtlü bağlanma sistemindeki saplantılı bağlanma stili Hazan ve Shaver'in (1987) kaygılı/kararsız bağlanma stiline denk gelir ancak kaçınan bağlanma stili dörtlü sistemde korkulu ve kayıtsız olarak ikiye ayrılır.

Korkulu bağlanma biçiminde hem kendileri hem de başkaları olumsuz değerlendirilir. Kişiler kendisinin sevmeye layık olmadığı, başkalarının ise reddedici olduğuna yönelik inançlara sahiptirler. Bu bireyler yakın ilişkiden kaçınırlar, ilişki içinde olsa da çok fazla problemle karşılaşır.

Kayıtsız bağlanan yetişkinler ise kendilerini değerli ve sevilebilir olarak görürken başkalarını olumsuz değerlendirirler. İlişkilerde hayal kırıklığı yaşamamak ya da reddedilmemek için yakın ilişkilerden kaçınan bu bireyler özgür ve güçlü olma çabasına girerek olumlu benlik algılarını devam ettirmeye meyillidirler (Çalışır, 2009: 244). Ayrıca kayıtsız bağlanan kişiler bağımsızlıklarına çok önem verirler. Yakın ilişki kurmaktan kaçınan bireylerdir. Hayatta belli bir kişiye bağlı olmayan iş ve durumlara yönelirler (Bartholomew, 1990: 167).

2.1.2.1. Yetişkin Bağlanması İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Erken dönemdeki bağlanma ve devamındaki yetişkin bağlanması literatürde sıkça çalışılan, içeriğinde birbirlerinden farklı görüşleri de barındıran konulardır. Buna paralel olarak bu bölümde yetişkin bağlanması ile ilgili yapılan çalışmalardan bahsedilmiş, ayrıca gelişim dönemlerindeki bağlanma figürlerinden söz edilmiştir.

Çocukluk bağlanma figürlerinden yetişkin bağlanmasına giden süreç bağlanma işlevinin aşamalı olarak farklı kişilere geçişiyle meydana gelir. Bebeklikte yakınlık, güvenli üs ve güvenli sığınak ihtiyaçlarının hepsini ebeveynler karşılar; erken çocuklukta yakınlık; ergenlikte ise yakınlık ve güvenli sığınak ihtiyacını akranlar karşılamaya başlarlar. Yetişkinlik dönemine geldiğinde ise tüm bu ihtiyaçların yaşlılar tarafından karşılandığı, bununla beraber bağlanma figürü olarak ebeveynlerin ise hiçbir zaman bağlanma sisteminin tam olarak

dışına itilememekte olduğu ancak göreceli olarak önemini kaybettiği görülür (Hazan ve Shaver, 1994: 9).

Yukarıda da özet olarak bahsedilen ve Bowlby'nin çocuklarla ilgili bağlanma kuramını temel alan çalışmada, Hazan ve Shaver (1987: 519), bağlanma stillerinin yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerde de etkili olduğunu belirtmişlerdir. Bu doğrultuda yaptıkları çalışmada, üç ayrı paragraf (benlik ve diğerlerine ilişkin zihinsel temsiller, çocukluk döneminde aile ilişkileri konularındaki sorular ve Ainsworth'un üç ayrı bağlanma stili) hazırlayarak yetişkin bir örneklemeden bu üç paragraftan kendilerine en uygun olanını seçmelerini istemişlerdir. Araştırmacılara göre, erken dönemde gelişen bağlanma stilleri ve zihinsel temsiller, kalıcı ve durağandır. Erken dönemdeki bu stil ve temsiller yaşamın ileriki dönemlerinde kişilerin romantik ilişkilerinde eşlerini ve kendilerini algılamalarında etkilidir. Araştırmada güvenli bağlanmanın en önemli belirleyicisinin aileyle sıcak ve sevgi dolu bir ilişki olduğu; kaçınan bağlanma stiline sahip kişilerin ailesinden reddedici ve kaçınan; kaygılı/kararsız bağlananların ise ailesiyle olan ilişkisinde hem sıcak hem uzak tavırlar gördüğü, sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara ek olarak güvenli bağlananların güvensiz bağlanan alt gruplara oranla daha uzun süreli ve mutlu ilişkiler içinde oldukları belirlenmiştir.

Son dönemlerde bağlanma stilleri ile yakın ilişkiler üzerinde çeşitli alt değişkenleri de dahil ederek bir çok çalışma yapılmıştır. Kantarcı'nın (2009: 57) evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimlerini incelediği araştırmasında güvenli bağlananların güvensiz bağlananlara göre daha az aldatmaya meyilli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı çalışmada bağlanma stili ile çatışma yönetim biçimleri incelenen evli bireylerden elde edilen verilere göre, güvensiz bağlanma stiline sahip olanların diğerlerine oranla daha fazla olumsuz aktif ve olumsuz pasif çatışma yönetim biçimlerine yöneldikleri saptanmıştır.

Göçener (2010: 67), kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin anne ve babalarına duydukları bağlılık düzeylerini ve kişilerarası ilişki tarzlarını incelemek amacıyla yaptığı araştırmasında, kişilerin güvenli bağlılık düzeyi arttıkça kişilerarası ilişkilerde daha olumlu bir tarza sahip oldukları sonucunu elde etmiştir. Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygu durumunu düzenleme arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, güvenli bağlanma stiline sahip katılımcıların güvensiz bağlanma stiline sahip katılımcılara kıyasla olumsuz duygu durumlarını düzenleme beklentilerinin daha yüksek

olduğu saptanmıştır. Bu durum olumsuz duygu durumunu düzenleme beklentisinin tüm alt boyutları için geçerlidir (Bahadır, 2006: 107). Kaygı ve kaçınma alt boyutlarının ve romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların alt boyutlarının ilişki doyumu üzerindeki etkisinin çalışıldığı bir araştırmada, kaçınma ve kaygı boyutları ile cinsiyet farklılıklarına ilişkin akılcı olmayan inançlar arttırıldığında ilişki doyumunun azaldığı belirlenmiştir. Buna ek olarak bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarının ilişki doyumunu olumsuz yönde yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Aynı araştırmada bağlanma boyutlarının romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların alt boyutları üzerindeki etkisine de bakılarak kaygı alt boyutunun romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlara dair alt boyutlarının beşinin yordanmasında etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yani bağlanmanın kaygı boyutu arttıkça aşırı beklentiler, zihin okuma, farklı düşünmek, fiziksel yakınlık ve cinsiyet farklılıklarına ilişkin akılcı olmayan inançlar da artar (Sarı, 2008: 101).

2.2. Evlilik Doyumu

Bu bölümde evlilik doyumunun tanımı yapılmıştır. Bu kavramı etkileyen değişkenlerin ne olduğu açıklanırken evlilik uyumu ve evlilik doyumunu kavramlarının literatürdeki kullanımından söz edilmiştir.

Evlilik doyumunu, kişilerin ilişkilerinin her alanında hissettikleri mutluluk ve hoşnut olma duyguları olarak tanımlanır. Evlilik ilişkisinin olumsuz yönde ilerlemesi halinde ise, kişiler mutsuz olurlar (Yıldız ve Baytemir, 2016: 72). Evlilik ilişkisi içindeki doyum o ilişkinin devam edip etmeyeceğini belirleyebilir. Doyum evliliğin sürmesine katkı sağlarken doyumsuzluk da çiftlerin hem kendilerinin hem de ilişkilerinin yıpranmasına sebep olabilir (Güngör, 2007: 2).

Evlilikten sağlanan doyumunu etkileyen değişkenlerden biri evlilik süresidir. Evliliğin ilk yıllarında çiftlerin birbirleriyle olan iletişim biçimleri, birbirlerini anlamaları ve evlilikteki rolleri şekillenir. Bu dönem sağlıklı bir biçimde atlatılırsa evliliğin temelleri sağlamlaşır. Evlilik öncesinde çiftlerin birbirlerine olan ilgisi evlendikten sonra azalırsa kişilerin evliliğe bakış açısı değişir. Bu durum evlilikte krizlere ve çatışmalara yol açar (Tarhan, 2006: 51-53). Yapılan bir çalışmada, Amerika'da insanların psikolojik yardım için en fazla başvuru yapma

nedeninin evlilikteki uyumsuzluk olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sebeple, literatürde tüm dünyada sıkça çalışılan evlilik uyumu ve doyumunu konusu ülkemizde de 90'lı yıllardan beri çalışılmaktadır (Öner, 2013: 28).

Araştırmanın temelini oluşturan evlilik doyumunu literatürde sıkça çalışılan bir konu olsa da kavram olarak evlilik uyumu ile karışabilir. Evlilik uyumu ve evlilik doyumunu kavramları arasında yüksek korelasyon olmasından dolayı literatürde de sıklıkla birbirlerinin yerine kullanılmaktadırlar. Çiftlerin uyumlu birlikteliklerinin sonucunda evliliklerinden memnun olmaları evlilik uyumunu açıklamaktadır. Sonuç olarak, uyumlu çiftlerin, evliliklerinden doyum sağlayan çiftler olduğu dile getirilerek bu iki kavramın farklı kavramlar olmadığı yaygın olarak kabul edilen bir görüştür (Yılmaz 2001'den aktaran Sığırcı, 2010: 39).

2.2.1. Evlilik Doyumuna İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

Bu bölümde evlilik doyumunu ile ilgili geliştirilen kuramsal yaklaşımlardan söz edilmiştir. İlişkiden alınan doyumla ilgili olan sosyal mübadele kuramı içerisinde anılan karşılıklı bağımlılık kuramı ve yatırım modelinde anlatılan karşılaştırma düzeyi kavramı bu çalışmada evlilik doyumunu değişkeni ile bağdaştırılmıştır.

Karşılaştırma düzeyi kavramı ile bağlanma kuramındaki zihinsel modeller kavramı arasında ilişki bulunmuştur. Bağlanma kuramında, bireysel özelliklerin erken dönemde oluşan zihinsel temsillerin bir sonucu olduğu ve bunun da ileriki dönemde devam ettiği görüşü hakimdir. Buna benzer olarak karşılıklı bağımlılık kuramında bireylerin mevcut yakın ilişkilerinde, hem önceki hem de şimdi var olan karşılıklı bağımlılık deneyimlerinin önemli olduğu belirtilmiştir. Her iki model için de önceki yaşantıların önemi vardır (Büyükşahin, 2006: 101). Bu sebeple bu kuram bu çalışmada bahsedilen yetişkin bağlanma stilleri değişkeniyle de ilişkilidir.

Bradbury ve Fincham'a (1988: 715) göre bağlamsal modelde evlilik doyumunu, uzak ve yakın bağlam arasındaki ilişki ile tanımlanabilir. Bağlamsal modelde bahsedilen ve bireyin evli olduğu kişinin davranışı sonucunda gelişen düşünceleri ve hissettiği duyguları olarak tanımlanan yakın bağlam kavramı, bu çalışmada kullanılan depresyon düzeyi değişkeniyle ilişkilidir.

2.2.1.1. Sosyal Mübadele Kuramı

İkili ilişkiler sosyal psikolojide birçok araştırmanın konusu olarak farklı modellerin geliştirilmesini sağlar. Literatürde sosyal mübadele kuramları Thibaut ve Kelley'in (1959) karşılıklı bağımlılık kuramı (Rusbult, 1983), yatırım modeli gibi birçok kuramsal modeli içinde barındırır (Hovardaoğlu, 1995: 10).

Sosyal mübadele kuramının temel varsayımına göre, insan ilişkileri ödül bedel mübadelesine dayanır. Ödül kavramı bir ilişkiden alınan haz ya da doyum olarak, bedel kavramı ise bireyin performansını ketlemeye yönelik faktörler olarak tanımlanır. Kuramlar, insanların fazla ödül alıp, düşük bedel ödeyecekleri ilişkileri seçtiklerinden söz eder (Hovardaoğlu, 1996: 13). Thibaut ve Kelley'e (1959) göre ödül ve bedeller, ilişkinin dışından kaynaklanan belirleyiciler ve etkileşimin kendisinden kaynaklanan içsel belirleyiciler tarafından belirlenir (Thibaut ve Kelley'den 1959 aktaran Hovardaoğlu, 1996: 14).

Kuramdaki diğer bir kavram olan sonuç kavramına, ilişkiden elde edilen ödüllerden bedellerin çıkarılmasıyla ulaşılır. Sonuç kavramı kuramın karşılaştırma düzeyi kavramına bağlı olarak değerlendirilir. İlişkiye yönelik algılanan sonuç, partnere yönelik algılardan ve partnerler arası etkileşimin kalitesine yönelik algılarından oluşur (Sabatelli, 1988 ve Thibaut ve Kelley 1959'dan aktaran Curun, 2006: 21).

Karşılıklı bağımlılık kuramı karşılıklı bağımlılığın yapısını, süreçlerini anlamak için geliştirilmiş, kaynağını sosyal mübadele kuramı, sosyal öğrenme kuramı, oyun kuramı gibi birçok kuramdan alan ancak temelde sosyal mübadele kuramına dayanan bir kuramdır (Thibaut ve Kelley,1959). Thibaut ve Kelley bireylerin ilişkilerinden elde ettikleri kazançları ya da ilişkilerinin niteliğini değerlendirirken karşılaştırma düzeyi ve seçenekler için karşılaştırma düzeyi kavramlarını kullandıklarını belirtmiştir (Büyükşahin, 2006: 12).

Karşılaştırma düzeyi, bireylerin ilişkilerinin çekiciliğini ya da ilişkilerinden doyum alma düzeylerini değerlendirirken kullandıkları bir standarttır. İlişkinin doyum boyutu düşünüldüğünde doyum doyumsuzluk ölçeğindeki nötr noktasını temsil eder. Bu nokta, bireyin halen yaşadığı ilişkisinden ve geçmiş ilişkilerinden elde ettiği kazançların

ortalamasıdır. Kısaca kazançlar nötr nokta temel alınarak değerlendirilir. Eğer kazançlar karşılaştırma düzeyinin yani nötr noktanın üstündeyse ilişkiden doyum alınır; altındaysa ilişkide doyumsuzluk yaşanır (Rusbult, 1980: 173; Thibaut ve Kelley, 1959: 81).

Karşılaştırma düzeyi konusu kişiden kişiye farklılık gösterebilir. Daha güçlü ve kendine güvenli bireyler olumlu sonuçları elde etme olasılıklarının daha yüksek olduğunu düşünürler. Daha güçsüz ve güvensiz olan bireylerin ise beklentileri düşük olduğundan karşılaştırma düzeyi de düşüktür (Thibaut ve Kelley, 1959: 89).

Bireyin ilişki istikrarına ilişkin durumunu değerlendirirken seçenekler için karşılaştırma düzeyi kavramı kullanılır. Bu kavram kişinin var olan ilişkisini olası başka ilişkilerle yaşaması durumunda elde edebileceği doyuma yönelik tahminlerin orta noktasıdır. Bireyler ilişkilerini sürdürüp sürdürmeyeceklerine karar verirken bu standardı kullanırlar. Karşılıklı bağımlılık kuramına göre, eğer bireyler var olan ilişkisinden aldığı kazançları, olası diğer ilişkilerin kazançlarından yüksek olarak algılayorsa, ilişkiyi sürdürmeyi ister ve sonuçta bireylerin bu ilişkiye olan bağlanımları artar. Ancak tam tersi durumda bireyler ilişkiyi bitirme ya da değiştirmeyi tercih ederler (Hovardaoğlu, 1996: 14).

Rusbult (1980) Thibaut ve Kelley'in öne sürdüğü ve sosyal mübadele kuramına dayalı olan karşılıklı bağımlılık kuramını geliştirerek yatırım modeli kuramını ortaya atmıştır. Bu modelde karşılıklı bağımlılık kuramındaki gibi mevcut ilişkiden doyum alınıp alınmadığına karar verirken karşılaştırma düzeyi, ilişkinin bağlanımı ile ilgili kararda ise seçenekler için karşılaştırma düzeyi ölçütü kullanılır. Bu iki temel kavrama ek olarak kullanılan üçüncü kavram yatırım miktarıdır. Bu kavram, ilişkiye yapılan yatırımların ve bu yatırımların önemi ve büyüklüğüne dikkat çeker. Rusbult ilişkiye yapılan yatırımları içsel ve dışsal olarak ayırmıştır. Zaman, duygusal çaba gibi yatırımlar içsel yatırımlardır. Karşılıklı arkadaşlıklar, maddi yatırımlar, etkinlikler gibi yatırımlar ise dışsal yatırımlardır (Rusbult, 1983: 102; Hovardaoğlu, 1996: 13). Çiftlerin ilişkilerine yaptıkları içsel ve dışsal yatırımlar süreç içerisinde kişilerin ilişkilerini geliştirirler. Ancak ilişkiler bittiğinde yatırımlar azalan ya da kaybedilen kavramlardır. Eğer bireyler bu yatırımlardan vazgeçmekten zorlanırlarsa ilişkilerine olan bağlanımları artar (Hovardaoğlu, 1996: 14).

2.2.1.2. Sosyal Öğrenme Kuramı

Bu kuram bireylerin evliliklerini ve ilişkilerini kendi anne babalarının evliliklerini gözlemleyip tecrübe ederek yönettiğini savunur. Kısacası bireyin ilişkisini ebeveynin ilişkisini rol model olarak yapılandığı belirtilir. Ayrıca kuram bireyin davranışlarını doğuştan değil de sonradan, taklitte öğrenerek edindiğinden söz eder. Yani davranış kalıplarının gözlem yaparak ve rol model olarak geliştiği düşünülür (Bandura, 1971: 5).

Sosyal öğrenme kuramı, evlilik ilişkisi içinde bireylerin ödül ve cezayı yorumlayabildiklerini savunur. Bu kuramda, ikili ilişki içerisinde oluşan problemleri fark edip bunları çözebilmede kişilerarası algılamaların rolünün olduğu ifade edilir. Ayrıca problemlerin gelişme sebebinin kaynağının ise bireylerin iletişim türleri ve kişilerarası tutum farklılıklarının olabileceği belirtilir (Sancaktar, 2016: 19).

2.2.1.3. Bağlamsal Model

Evlilik ilişkisi içerisinde bireylerin gösterdiği davranışları etkileyen durumlar bağlam olarak tanımlanır. Çiftlerin davranışları sebebiyle oluşan bağlam ve evlilikteki psikolojik koşul ve değişkenler değişim gösterebilir. Bağlam kavramı uzak ve yakın olarak ikiye ayrılır. Bireyin evli olduğu kişinin davranışı sonucunda gelişen düşüncelerine ve hissettiği duygularına yakın bağlam (yüklemeler, suçlayıcılık), kişilik özelliklerinin sürekli boyutu yani daha kalıcı kişilik özelliklerine ilişkin olan bağlama ise uzak bağlam denilir. Kısacası yakın bağlam daha anlık bir durumu açıklarken uzak bağlam (kadınsı veya erkeksi kişilik özellikleri), uzun süreli durumlarda kullanılır. Bağlamsal modelde evlilik doyumu, uzak ve yakın bağlam arasındaki ilişki ile tanımlanır. Yakın bağlamın aracılığıyla uzak bağlam ve doyum arasında bir köprü oluşur (Bradbury ve Fincham, 1988: 713).

2.2.2. Evlilik Doyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Evlilik doyumu, yukarıda da sıkça söz edildiği gibi birçok değişkenden etkilenebilen bir kavramdır. Literatürde yapılan çalışmalar da bu görüşle paralellik gösterir. Bu bölümde literatürde evlilik doyumu ile ilgili yapılan çalışmalardan bahsedilmiştir.

Evlilik doyumu ile ilgili yapılan araştırmalarda; eğer evlilik doyumu yordanan değişken ise iki tür değişken grubu karşımıza çıkar. Bunlar, daha çok ilişkinin niteliğini belirlemeye yönelik birinci grup değişkenler (problem çözme becerisi, aldatma eğilimi, cinsel doyum, vb.) ile cinsiyet, eğitim düzeyi, aile yaşam döngüsü gibi kişisel değişkenleri içeren ikinci grup değişkenlerdir (Tezer, 1994'den aktaran Günay, 2007: 25). Evlilikte yaşanan doyumun cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı ve kadınların erkeklere oranla daha duygusal bir yapıya sahip olmasının evlilikten daha fazla doyum almasını etkilediği varsayılır (Üncü, 2007: 29).

Aslan, Aslan ve Alparşlan (1998: 213) tarafından yapılan ve doktorlarda, evlilik doyumu ile bazı sosyo-demografik ve iş ile ilgili değişkenlerin ilişkisini araştırmayı amaçlayan çalışmada, demografik değişkenlerden doktorun eşinin de doktor olması durumunda evlilik doyumu puanlarının arttığı gözlemlenmiştir. Cinsiyet açısından incelendiğinde ise, yalnızca erkek doktorların eşlerinin de doktor olması durumunda evlilik doyum puanlarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Yıldırım'ın (1993: 25) çalışmasında, düşük gelir düzeyine sahip bireylerin evlilik doyumlarının orta ve yüksek gelir düzeyine sahip olanlara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine Yıldırım'ın (1992: 110) yaptığı araştırmadan çıkan sonuçlarda bu bulgularla paralellik göstermiştir.

Bireylerin evlilik doyumlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakılan bir araştırmada, 21-30 yaş arası bireylerin evlilik doyumlarının, 41-50 ile 51-60 yaşlarındakilere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca 31-40 yaş arasındaki bireylerin 41-50 yaş grubundakilere göre evlilikten daha çok doyum aldığı belirlenmiştir (Taşköprü, 2013: 68).

Evlilik doyumununun eğitim değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını anlamak için Çelik (2006: 116) ve Taşköprü'nün (2013: 78) yaptığı çalışmaların sonucunda, eğitim düzeyi

ile evlilik doyumu arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ancak Hamamcı' nın (2005: 319) çalışmasında, evli bireylerin eğitim düzeyi düştükçe evlilik ilişkilerine dair artan oranda sağlıklı olmayan inançlara sahip oldukları, bunun da evlilik doyumunu düşürdüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Çelik (2006: 26) evlilik ilişkisi ve evlilik doyumunun eşler arasındaki cinselliği önemli ölçüde etkilediği, bu nedenle de bu alanda çok sayıda araştırmaya ihtiyaç duyulduğunu belirtmiştir. Yıldırım'ın (1992: 156) evlilik uyumu ve eşlerin birbiri ile anlaşma düzeylerine bakılan araştırmasında evlilik uyum ile cinsel yaşam arasında olumlu bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cinsel doyumun, evlilik doyumuna, kontrol odağı ve kendilik değeri üzerinden yordandığı bir çalışmada, cinsiyet ve eğitim düzeyi değişkenlerinin temel etkileriyle, ortak etkisinin cinsel doyum ve evlilik doyumuna üzerinde anlamlı bir fark oluşturduğu sonucuna ulaşılmıştır. Evlilik doyumuna, kontrol odağı, kendilik değeri, evlilik süresi, cinsel ilişki sıklığı ve orgazm sıklığı değişkenlerinin cinsel doyumuna anlamlı bir biçimde yordandığı bulunmuştur (Başat, 2004: 75). Evli kadın ve erkeklerin cinsel doyum düzeylerini incelemek için yapılan bir çalışmada, bireylerin cinsel doyum düzeyleri farklı bireysel niteliklere, aileye yönelik niteliklere ve cinsel yaşamla ilgili tutum ve değerlere göre değişiklik göstermiştir. Aynı araştırmanın sonucunda, cinsel birliktelik sonrası genelde evli erkeklerin evlilikte kadınlara göre daha fazla cinsel doyum sağladıkları saptanmıştır (Arslan, 1996: 120).

Evlilik doyumuna ve iş doyumuna arasındaki ilişkiye bakılan bir çalışmada iki değişken arasında elde edilen korelasyon katsayılarının hem cinsiyete göre hem de tüm grupta anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu katsayıların kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Tezer, 1994: 6).

Evlilik ilişkisindeki doyumun, ilişkideki kişilerin kendilerini ve eşlerini nasıl algıladığı, beklentileri, istekleri, bunları ifade edebilmesi, ilişki içerisinde kendilerini nasıl algıladığı ve eşine ve onun özelliklerine duyduğu saygı gibi durumlar önemli ölçüde etkileyebilir. Yapılan çalışmada buna paralel olarak benlik boyutunun eşlerin evlilik doyumuna etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Çelik, 2006: 43).

Taşköprü'nün (2013: 72) bireylerin yaşadığı travmalar ile evlilik doyumunun ilişkisini incelediği çalışmasının sonuçları, psiko-sosyal travma yaşayıp yaşamama durumu

istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir. Travmatik olay yaşamayan kişinin, travmatik olay yaşayan kişiye göre evlilik doyumunun daha yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı araştırmada, kişilerin stresle başa çıkma gücü ile evlilik doyumunun ilişkisine bakıldığında, katılımcıların evlilik doyumu arttıkça stresle başa çıkma tarzlarından kendine güven, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama çabaları artarken; çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım sergileme eğiliminin azaldığı saptanmıştır.

Hünler (2002: 54) tarafından yapılan bir çalışmada, dindarlığın evlilik doyumu üzerindeki etkileri incelenmiştir. Sonuçta, dindarlığın evlilik doyumu üzerinde temel etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Başka bir araştırmada ise evlilik doyumu ve algılanan evlilik problemleri çözümü arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu; evlilik doyumu ve boyun eğici davranışlar arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Hünler ve Gençöz, 2003: 103).

Evlilik uyumu, aldatma eğilimi ve çatışma eğiliminin birbirleriyle ve bazı değişkenlerle arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada, evlilik uyumu yüksek kadın ve erkeklerin çatışma eğiliminin düşük olduğu ve kadınların gelir düzeyleri yükseldikçe evlilik uyumlarının arttığı, çatışmaların azaldığı saptanmıştır. Buna ek olarak, aldatma eğilimi yüksek olan bireylerin çatışma eğiliminin yüksek, evlilik uyumu yüksek olan bireylerin ise aldatma eğiliminin düşük olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak da, aldatma eğilimini en iyi yordayan değişkenlerin, evlilik uyumu, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve ilişkinin başlangıcı ile evlilik kararı arasındaki sürenin olduğu görülmüştür (Polat, 2006: 84).

Acar (1998: 72) tarafından Ankara'da sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme kurumu genel müdürlüğüne bağlı sosyal hizmet kuruluşlarında çalışan üniversite mezunu evli personellerin örneklemini oluşturduğu bir araştırma yapılmıştır. Bu evli personellerin, bireysel özelliklerinin, evliliklerine ait durumlarının, bireysel sorunlarının, evlilik yaşamının ve ilişkileri ile ilgili sorunlarının evlilik doyum düzeyine etkisinin ölçülmesi amaçlanmıştır. Araştırma bulgularından personelin yaş, cinsiyet, meslek gibi bireysel özelliklerinin evlilik doyum düzeylerini etkilemediği; aynı şekilde personellerin sağlık durumlarından memnun olmama, alkol kullanımı, özürllük durumu gibi bireysel sorunlarının da evlilik doyumunu etkilemediği sonuçlarına ulaşılmıştır. Aynı araştırmada personelin eşiyle duygu, düşünce ve ev içindeki sorumluluklarını paylaşabilme, cinsellik ve güven konusunda problem yaşamama,

evlilik içerisinde çevresel müdahalelere maruz kalmama, sözlü ve fiziksel şiddete maruz kalmama gibi durumların evlilik doyumunu olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

Gökmen (2001: 44) eşlerin birbirlerine yönelik kontrolcülük ve bağımlılık algılarının, evlilik doyumu üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, evlilikten erkeklerin kadınlardan daha fazla doyum aldığı bulunmuştur. Aynı araştırmada, kadınların eşlerine ilişkin kontrolcülük ve bağımlılık algıları evlilik doyumlarını etkilememiştir. Ayrıca erkeklerin kontrolcü olarak algıladıkları kadınlarla olan evliliklerinin daha doyumlu, bağımlı olarak algıladıkları kadınlarla olan evliliklerinin ise daha doyumsuz olduğu görülmüştür.

2.3. Depresyon

Bu bölümde depresyonun ne olduğundan, literatürde depresyonun açıklandığı kuramlardan, depresyonun belirtilerinden ve etiyolojisinden bahsedilmiştir.

2.3.1. Depresyon Tanımı

Depresyon, farklı toplumlarda davranış bozukluğu olarak görülebilen ve çok ciddi sonuçlara yol açabilecek ruhsal bir bozukluktur (Otlu, 2008: 31). Bu ruhsal bozukluk, bazı belirtilerle kendini gösterir. Bunlar; uyku, iştah bozuklukları, somatik belirtiler ve ağlama nöbetleri gibi belirtilerdir. Bunun dışında kişide karamsar ruh hali, benliğe ilişkin olumsuz duygular, genel bir doyumsuzluk hali, özellikle çevresine karşı sevgi ve ilgide kayıp, benlik saygısının azalması, geleceğe yönelik olumsuz beklentiler, kendini eleştirme, suçlama, karar vermede güçlük, genel motivasyon kaybı, iş yapmama ya da iş veya ortamdan kaçma, geri çekilme görülebilir (Hisli, 1988: 118). Depresyon, belirtiler hafif düzeyde olduğunda bile bireyi hareketsizliğe, verimsizliğe, mutsuzluğa itmesi nedeniyle ruh sağlığı açısından önem taşır (Hisli, 1989: 4).

2.3.2. Depresyonu Açıklayan Kuramlar

Literatürde depresyonu açıklayan, yas ve kayıpla ilgili bilinçdışı çatışmaları vurgulayan psikanalitik kuram; kişilerin kendine karşı olumsuz düşünce süreçlerine odaklanan bilişsel kuramlar; depresif kişiler ile başkalarının ilişkilerine vurgu yapan kişilerarası kuram gibi birçok görüş bulunur (Davison ve Neale, 2004: 240). Konu ile ilgili birçok görüş olsa da çalışmamızla ilgili olduğu düşünüldüğü için aşağıda açıklanmış olan bilişsel davranışçı kuram, psikanalitik kuram ve varoluşçu yaklaşımdan kısaca bahsedilmiştir.

Depresyonu açıklayan kuramlardan bilişsel davranışçı kuramda bahsi geçen bilişsel şema kavramı bu çalışmadaki bağlanma kuramındaki zihinsel temsiller kavramı ile bağdaştırılmıştır. Ayrıca bağlanma kuramında geçen ve temel bakım sunan kişinin kaybı gibi travmatik bir yaşantının bebekte oluşturduğu umutsuzluk ve çaresizlik duyguları, depresyonun psikanalitik kuramında geçen gerçek ya da bilinçdışı sevgi nesnesinin kaybı ile bağdaştırılmıştır (Çalışır, 2009: 244; Gündüz, 2013: 2072).

2.3.2.1. Bilişsel Davranışçı Kuram

1960'larda, Beck, kişilerin depresif ruh hallerini sürdüren düşünce kalıpları sonucunda depresyonun ortaya çıktığını belirtmiştir. Beck'e göre, insanlar, depresif olduğu zaman kendisi (özeleştirici), hayat (genel olumsuzluk) ve gelecek (umutsuzluk) ile ilgili olumsuz düşüncelere sahip olurlar. Bu kavramlar "bilişsel üçlü" olarak da anılır. Bilişsel üçlü Beck'in depresyonun psikolojik yapısını açıklamak için öne sürdüğü üç kavramdan bir tanesidir.

Depresif olan çoğu birey, kendini eleştirmeye yönelik düşünceyi yoğun olarak yaşar. Bu yoğun düşünce kişiye fazlasıyla zarar verir ve kendine olan güvenini yitiren bireyin bu durumu, ilişkilerine yansıtılarak ilişki sorunları yaşamaya zemin hazırlarken, kendisini iyi hissettirecek eylemleri yapma isteğini de köreltir.

Yaşanan olaylar ve durumlarla ilgili olumsuz düşünceye sahip olmak da depresyonun bir özelliğidir. Depresyonda olan kişi, yaşamakta olduğu deneyimleri olduğu gibi değil de olduğundan daha olumsuz yorumlar. Bu şekilde birey, olumsuz deneyimlerinin daha çok

farkına varıp, onları daha çok hatırlarken, olumlu yaşantılarının daha az bilincinde olur. Bu hayat tarzı da sonuçta depresyonu beraberinde getirebilir.

Depresif hisseden kişi, şu anda yaşadığı güçlüklerin ve sıkıntıların sonsuza kadar devam edeceğini düşünür. Güçlüklerin, engellemelerin ve eksikliklerin ara vermeksizin süreceğine yönelik bir inanca kapılan depresif kişi, gelecekte her şeyin olumsuz olacağıyla ilgili beklenti ya da tahmine sahip olur. Bu beklenti ya da tahmin umutsuzluk olarak da anılır (Greenberger ve Padesky, 2015: 234-235).

Beck'in modelinin ikinci kısmı şemalar kavramı ile ilgilidir. Şema, depresif kişilerin neden hayatlarındaki olumlu tarafları değil de olumsuz ve kendisine zarar veren yönleri gördüğünü açıklar. Çocukluk dönemindeki yaşantılar öğrenme yoluyla şemayı meydana getirir. Şemalar, bazı temel düşünce ve değer yargılarından oluşur (Balcıoğlu, 1999: 26). Yaşantılar aynı olsa bile her insan çeşitli şemalara sahip olur ve bunlarla hayatlarını düzenlerler. Beck'e göre depresyonda olan kişi, geçmiş dönemdeki olumsuz yaşantılarının sonucunda olumsuz şemalar ya da inançlar geliştirir. Yaşadıkları olumsuz olaylara benzeyen bir tetikleyiciyle karşılaştıklarında bu şemalar harekete geçer. Depresyonda olan kişinin bu şemaları, gerçeği çarpıtmasına neden olan bazı bilişsel yanlılıkları uyarır ve bu yanlılıklar da olumsuz şemaları beslerler. Örneğin, yetersizlik şeması olan depresyondaki kişi her yaptığı işte başarısız olacağını düşünür.

Depresyon aslında, gerçeğin doğru olarak algılanmasına bağlı olarak değil, zihindeki çarpıtmalara bağlı olarak ortaya çıkar. Beck'in depresyonu açıklamak için kullandığı üçüncü kavram olan bilişsel hatalar, depresif bireyin karşıt bulgular elinde olsa dahi olumsuzlukların geçerli olduğuna yönelik inancını sürdürmesine yol açar. Seçici soyutlama, aşırı genelleme, kişiselleştirme depresif bireylerin yaptığı bilişsel hatalardan bazılarıdır. (Davison ve Neale, 2004: 242; Burns, 2006: 34).

2.3.2.2. Psikanalitik Kuram

Freud (1917) “Yas ve Melankoli” makalesinde depresyonun temelini erken çocukluk dönemine dayandığı belirtilmiştir. Bu makalede çocuğun oral dönemde ihtiyaçlarının ya çok fazla ya da çok az karşılanabildiği, bu durumun da kişilerin bu dönemde kalarak, döneme özgü içgüdüsel doyumlara yönelik bağımlılık yaşamasına sebep olacağından söz etmiştir. Sözü edilen çocukluk dönemindeki bağımlılık durumu ile yetişkinlikteki depresyonun ilişkisi ise kayıp analizi ile açıklanmıştır (Freud 1917’den aktaran Davison ve Neale, 2004: 240).

Makalesinde yas ve melankoliyi karşılaştıran Freud (1917: 18) melankolide sevgi nesnesi kaybının gerçekten yaşanmamış olabileceğini belirterek yastan farklı olduğunu ifade etmiştir. Freud, depresyonda var olan gerçek ya da bilinçdışı sevgi nesnesi kaybının, kişide sevilme, terk edilme, yetersizlik gibi duygular olarak kendini gösterebildiğini ayrıca bu durumun özsaygının düşmesine sebep olduğunu belirtmiştir. Tüm bu duygulara değersizlik ve kötümserlik gibi durumlar da eklendiğinde kişinin sonunda intihar düşüncesine sahip olabileceğini dile getirmiştir.

2.3.2.3. Varoluşçu Kuram

Yaşamda anlam arayışı ve önemli olma duygusu varoluşçu yaklaşıma göre insanın temel özelliklerindedir. Yalom’a göre yaşamda anlam kaybı, yaşamın gerçeğidir. Bu sebeple kuram depresyonu kişinin hayatının anlamını kaybetmesiyle ilişkilendirmiş ve kişiye hayatında anlam bulması için yol göstermiştir (Yalom 2011’den aktaran Demir, 2014: 18).

Hayatın gerçeği olan yaşamda anlam kaybını yaşayan kişi, kaygı ve çatışma içine girer. Elli yaşında bu krizini yaşamış olan Tolstoy “Neden yaşamalıyım? Neden bir şey istemeliyim?” gibi sorularla hayatının anlamını sorgulamıştır. Nevrozların başlangıcında da hayattaki bu anlam yokluğu önem taşır. M. Boss’a göre depresif birey, hayata karşı sorumluluklarını üstlenme konusunda, kendisini varlığa ve yaşamın sunduklarına kapatan kişidir. Sonuçta bu birey doğaya; dünyaya, başkalarına ve kendisine açık, bağımsız ve özgür olamaz. Bu sebeple de depresif birey çevresindekilerin sevgisini kaybetmemek için onların

beklentilerine göre davranmaya çalışır. Varoluşsal yalnızlıktan söz eden Younger, insanların ölüm ve ölümden sonrasını sorgulamaya başlamasıyla yalnızlık duygusuna kapıldığını ifade etmiştir. Varoluşsal yalnızlık kavramı, insanların çevresindekilerle arasındaki derin bir boşluk olarak tanımlanmıştır. Yalom, kişilerin güçlü ve doyurucu ilişkiler içinde olsalar bile bu boşluğu yaşayacaklarını dile getirmiştir. Yalnızlık duygusunun uzun sürmesi durumunda ise kişide zaman içerisinde depresyon ve özgüven eksikliği yaşanır (Altun, 2015: 33; Demir, 2014: 18).

2.3.3. Depresyonun Belirtileri

Depresif dönem öncesinde kişiler geleceğe yönelik olan planları için çaba gösterir. Depresyonu tetikleyen olay, bireysel çabanın başarısızlıkla sonuçlanması, emek verilerek hazırlanan planda aksaklık yaşanması ya da ortak hatırasının olduğu, sevdiği bir kişinin kaybedilmesi olarak tanımlanır. Depresyonu olan kişilerde süregelen ve uzun dönemdeki amaçlar önemlidir. Planlarda aksaklık olsa dahi geleceğe yönelik doyumlarından vazgeçmeleri zor olduğundan kişiler amaçlarına ulaşmak için çaba göstermeye devam ederler. Sonuçta geçmiş dönemde sürekli başarılı olan amaca yönelik davranışı unutmak zordur. Bunlar depresif bireylerin başarılı olacaklarına yönelik umutsuz olmalarına rağmen neden amaçlarına bağlı kaldıklarını açıklar. Depresif kişi bu duygusunu, “istediklerimi yapamayacağımı biliyorum ama yine de yapmak istiyorum” şeklinde açıklar ve bu duygu onun kendisine güvenmesi için var olan çabasına zarar verir. Depresif kişiler, var olan güvensizlik duygularından kendilerini sorumlu tuttıklarından dolayı kendilerini suçlarlar. Kendine güvensizlik ve kendini suçlama arttıkça kişiler çevreye bağımlı hale gelir, çevreden gelecek yardımı yetersiz bulmalarına rağmen yine de onlara muhtaç kalırlar. Bu kendini suçlama, geleceğe ve çevresine yönelik umutsuzluk duygularından sonra kararsızlık, eyleme geçememe, değersizlik gibi duygularla birlikte yoğun depresif yakınmalar meydana gelir (Dilbaz ve Seber, 1993: 135).

2.3.4. Depresyonun Etiyolojisi

Depresyonun etiolojisinde birçok faktör bulunur. Bu çalışmada sosyal nedenler ve kişisel faktörlerden bahsedilmiştir. Araştırma kapsamında bağlanma stilleri, evlilik doyumu ve depresyonun ilişkisine bakılırken depresyon düzeyi ile kişilerin bağlanma stillerinin ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Bağlanma stillerinin bireylerin kişilik özelliklerine etki ederek dolaylı yoldan depresyon düzeyini ve evlilik doyumunu etkileyebileceği varsayıldığı için bu araştırmada sosyal nedenler ile kişilik faktörlerinden bahsedilmesi uygun görülmüştür.

2.3.4.1. Sosyal Nedenler ile Kişilik Faktörleri

Sosyo –ekonomik yapıdaki değişimler toplum bireylerini etkiler. Eğer toplumda çatışmalar varsa, ekonomik açıdan problemler varsa bu durum bireylerin hayatlarını olumsuz etkiler. Bu döngü içerisinde kişinin toplumdaki sorunların sonucu olarak duygu ve düşünceleri, sahip olduğu davranış kalıpları da değişim gösteriyorsa sonuç depresyon olabilir. Yapılan çalışmalarda, toplumsal ve kültürel değişiklikler hızlı gerçekleştiği takdirde toplumdaki bireylerin bu duruma uyum sağlamakta zorlandığı, sonuç olarak da uyum ve çatışma sorunları yaşadığı verilerine ulaşılmıştır. Kişilik için en önemli kavramlardan olan benlik, toplumsal etkilerle gelişim ve değişim gösterirken, kişilerin toplumda yaşanan olaylara ve çevresindeki yaklaşımına da etki eder. Yaşanan olayı algılama biçimi kişilerin olay karşısında ortaya çıkan duygularına etki eder ve sonuçta psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkmasının nedenlerinden biri olur. Güçlü bağımlılık duyguları, terk edilmeye aşırı duyarlı olunması, kin, nefret duygularının varlığı, saldırgan duyguların bireyin benliğine yöneltilmesi gibi kişilik özelliklerine sahip bireylerin depresyona yatkın olduğu gözlemlenmiştir (Bayram, 2016: 18).

2.4. Yetişkin Bağlanması, Evlilik Doyumu ve Depresyon Konularında Yapılan Çalışmalar

Bu bölümde yetişkin bağlanması, evlilik doyumu ve depresyon konularında yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

2.4.1. Yetişkin Bağlanması ve Evlilik Doyumu ile İlgili Çalışmalar

Literatürdeki kişilerin evlilik ilişkileri ve bağlanma özelliklerini inceleyen çalışmalarda, bireysel ve ikili bağlanma stillerinin evlilik ilişkisine etki ettiğinden söz edilmiştir (Erdoğan, 2007: 16). Özenç (2002: 74), kişilerin ve eşlerinin bağlanma stillerine bağlı olarak, eşlerin evliliğin farklı dönemlerindeki evlilik doyumlarını incelemiştir. Yapılan araştırma sonucunda, evliliğin kritik olan dönemleri ve kritik olmayan dönemlerinin her iki aşamasında da eşlerden en az birinin güvenli bağlanma biçimine sahip olmasının karşılıklı doyum üzerinde olumlu etki yaptığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Evli bireylerin bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançlarının evlilik doyumu ile ilişkisine bakılan başka bir araştırma sonucunda, kaçınma ve kaygı puanlarıyla evlilik doyumu arasında ters yönde bir ilişki bulunmuştur. Kaygı ve kaçınma puanları düşük olan bireylerin evlilik doyumlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Evlilik doyumu yüksek ve düşük olan kişiler arasında kaygılı ve kaçınmalı bağlanma biçimi değişkeni açısından anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur (Sığırcı, 2010: 74). Buna paralel olarak, Kışlak ve Çavuşoğlu (2006: 66) tarafından yapılan çalışmada evlilik uyum puanı en düşük olanlar korkulu bağlanan kişilerdir. Aynı çalışmada evlilik uyum puanı en yüksek kişilerin güvenli bağlanma stiline sahip olanlar olduğu, saplantılı bağlananların uyum puanlarının güvenli bağlananlara yakın korkulu bağlananlardan ise yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Turanlı (2010: 48) tarafından yapılan çalışmada korkulu ve saplantılı bağlanan kişilerin evlilik doyumlarının düşük, Büyüksahin (2006: 157) tarafından yapılan çalışmada ise güvenli ve saplantılı bağlanan bireylerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Yarısı evlilik sorunu yaşayan, diğ er yarısı ise kontrol grubunu oluşturan 50 çiftin katılımcı oldu ğ u çalışmada, evlilikte sorun yaşayan gruptaki kadınların bağ lanma stillerinde kaçınma ve kaygı boyutlarından yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Aynı çalışmada erkek katılımcıların bağ lanma stillerinde ise kaçınma boyutundan yüksek puanlar alındığı görülmüştür (Erdoğan, 2007: 85). Başka bir çalışmada, kaçınan bağ lanma ile evlilik uyum düzeyi arasında negatif ve anlamlı, güvenli bağ lanma ile evlilikte uyum düzeyi arasında ise pozitif yönde ve anlamlı ilişki oldu ğ u saptanmıştır (Kılıç, 2017: 65).

Yapılan çalışmalarda, güvenli bağ lanma geliştiren çiftlerin güvensiz bağ lanma geliştirenlere oranla evlilik uyumlarının daha iyi olmasının sebepleri araştırılmıştır. Güvensiz bağ lanmaların davranışlarının eşlerinin stres ve kendi sahip oldukları karamsarlıklarını arttırabildiği düşünülerek, bu kişilerin evlilik sorunlarını çözmede sıkıntı yaşama, karşı tarafla birbirlerine destek olmama, çatışmaları çözememe gibi olumsuz tutumlarına ısrarla devam etmelerinin bağ lanma stilineki farklılıktan kaynaklanabileceği belirtilmiştir (Erdoğan, 2007: 88). Hazan ve Shaver'in yaptı ğ u araştırmalarda güvenli-güvenli bağ lanma stillerine sahip çiftlerin evlilik uyumlarının güvenli- güvensiz ya da güvensiz-güvensiz bağ lanma gösteren çiftlere göre çok daha yüksek oldu ğ u öğrenilmiştir (Dönmez, 2000: 30).

Yurtdışında yapılan çalışmalarda, yakın ilişkilerde bağ lanma ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi yetişkin bağ lanma stilleri çerçevesinde yordadığı görülmüştür (Çakır, 2008: 46). Senchak ve Leonard (1992: 58) çalışmasında kaçınan ve kaygılı bağ lanma boyutlarından yüksek puan alan evli bireylerin evlilik doyumlarının düşük oldu ğ u sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulguya benzer olarak Kobak ve Hazan (1991: 865) kaygılı ve kaçınan bağ lanma biçiminin düşük evlilik doyumuyla ilişkili oldu ğ unu ifade etmiştir. Bu çalışma bulgularına paralel olarak Meyers ve Landsberger (2002: 166-167) tarafından yapılan çalışmada, kaçınan ve kararsız bağ lanma ile evlilik doyumları arasında olumsuz yönde, güvenli bağ lanma ve evlilik doyumları arasında ise olumlu yönde bir ilişki bulunmuştur. Shi (2003: 150) güvenli bağ lanmaların evlilik doyumlarının yüksek oldu ğ unu belirtirken, Feeney (2002: 47-48) tarafından yapılan ve 193 evli çiftin katıldığı çalışmasından elde edilen güvenli bağ lanma ve evlilik doyumları arasındaki ilişkinin olumlu olarak bulundu ğ u sonucu da bu çalışmaları destekler niteliktedir. Möller, Hwang ve Wickberg (2006: 238) korkulu bağ lanmaların evlilik doyumlarının düşük oldu ğ unu belirtmiştir. Evlilik uyumu ve depresyon arasındaki

ilişkiye bağlanma stillerinin etkisinin incelendiği bir çalışmada, özellikle kaygılı-kararsız bağlanma stiline sahip hastaların depresif belirtilerinin, evlilik uyumuna olumsuz etkisinin daha fazla olduğu gözlemlenmiştir (Scott ve Cordova, 2002: 203).

2.4.2. Yetişkin Bağlanması ve Depresyon Düzeyi İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Geçtiğimiz 20 yılda klinik psikoloji alanında, yetişkin bağlanma kuramının çeşitli psikopatolojilerle ilişkisi araştırılmıştır (Çalışır, 2009: 251). İlgili literatüre bakıldığında yetişkin bağlanması ve depresyon düzeyinin birbiriyle ilişkili iki durum oldukları görülür.

Hamarta (2004b: 79-80) üniversite öğrencileri ile yaptığı ve öğrencilerin yakın ilişkilerindeki benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünce değişkenlerini bağlanma stilleri açısından incelediği, 571 öğrencinin katılımının sağlandığı araştırmasında, öğrencilerin bağlanma stillerinin bahsedilen değişkenlerin puanlarını önemli düzeyde açıkladığını gözlemlemiştir. Elde edilen bulgulara göre, korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma stiline sahip öğrencilerin ilişkisel depresyon puanları güvenli bağlanma stiline sahip gruba göre anlamlı olarak yüksek bulunmuştur.

Üniversite öğrencileri ile yapılan ve Murphy ve Bates'in (1997: 840) yaptığı başka bir çalışmada ise saplantılı ve korkulu bağlanma stiline sahip kişilere depresif belirtiler açısından bakıldığında, güvensiz bağlanma biçimine sahip olan öğrencilerin anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür. Depresif ve depresif olmayan iki grup öğrenci ile yapılan çalışmanın sonuçlarına göre yapılan yorumlarda korkulu bağlanma biçiminin depresyona yatkınlık faktörü olduğu belirtilmiştir (Carnelley ve ark, 1994: 134). Yapılan başka bir çalışmada ise araştırmacılar, güvensiz bağlanma tarzına sahip bireylerin depresif belirti bildirme eğilimlerinin daha fazla olduğunu ve çift ilişkilerinde güvenli bağlanma tarzına sahip bireylere göre daha az memnun olduklarını, daha az güven duygusuna sahip olduklarını ve daha az iletişim kurduklarını belirtmişlerdir (Taycan ve Kuruoğlu, 2014: 12-13).

2.4.3. Evlilik Doyumu ve Depresyon Düzeyi İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Evlilik doyumu ve depresyon ile ilgili yapılan çalışmaların sonuçlarına bakıldığında, evlilikteki sıkıntılar depresyonun oluşumunda ve devam etmesinde önemli bir role sahiptir. Bu kapsamda yapılan bir çalışmanın sonucunda, evlilik uyumu ve depresyon düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu ilişki, depresyon düzeyinin artmasının, evlilik uyumunun azalmasının bir işareti olabileceğini düşündürmüştür (Düzgün, 2009: 84). Literatürde bu durumu destekleyen sonuçlar bulunmuştur (Çelik, 2006: 121; Kışlak ve Göztepe, 2012: 38; Karakoyun, 2012: 43).

Depresif duygu durumuna sahip olan bireylerde gözlemlenen motivasyon kaybı, hüzünlü ruh hali, yaptığı şeyden zevk alamama, düşük benlik değeri, somatik yakınmalar, dikkatin bozulması ve konsantrasyonda güçlük yaşama gibi belirtiler evlilik uyumlarını da olumsuz yönde etkilemiştir (Nolen ve Hoeksama, 1987: 259). Kışlak ve Göztepe (2012: 39) evlilik uyumu yüksek olan kişilerin depresyon düzeylerinin düşük olduğunu belirtmişlerdir. Evlilik uyumu ve psikiyatrik rahatsızlığın ilişkisinin incelendiği başka bir araştırmada ise evlilik sorununa sahip olduğunu belirten kadınların %48'inde depresyon olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Erdoğan, 2007: 88).

2.5. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Araştırmanın temel amacı, evli kadınların evlilik doyumu, yetişkin bağlanma stilleri ve depresyon düzeylerinin ilişkisinin incelenmesi ile katılımcıların evlilik doyumlarının bazı demografik değişkenler açısından incelenmesidir.

Araştırma kapsamında kişilerin demografik bilgilerinin (evlenme biçimleri, evlilik süreleri) evlilik doyumuyla ilişkisine bakılmıştır. Ülkemizde bu konuda yapılan çalışmalar bulunsa da (Çakır, 2008; Demiray, 2006; Acar, 1998) değişkenler arasındaki ilişkinin ne yönde olduğu tartışmalı bir konu olmuştur. Bu nedenle araştırma sonucunda elde edilen verilerin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Kuramsal çerçeveden söz edilen bölümde bahsedilmiş olduğu gibi kişilerin sahip olduğu bağlanma stilleri yetişkinlik döneminde kurdukları yakın ilişkilerine etki eder (Hazan ve Shaver, 1987: 521). Literatüre bakıldığında yakın ilişkilerin en önemlilerinden olan evlilik ilişkisinden (Hünler ve Gençöz, 2003: 103) alınan doyum ile bağlanma stillerinin ilişkisinin hem yurt dışında hem de ülkemizde araştırıldığı görülmüştür (Açık, 2008; Shi, 2003; Büyükşahin, 2006; Turanlı, 2010; Möller, Hwang ve Wickberg, 2006). Ancak yetişkin bağlanma stillerinden güvensiz bağlanmanın alt boyutları (korkulu, saplantılı, kayıtsız) ile evlilik doyumunun ilişkisinin hangi yönde olduğu hakkında fikir birliğine varılamamıştır. Bu sebeple araştırma kapsamında bu iki değişkenin ilişkisine bakılmıştır.

Evlilik ilişkisi kişinin duygu durumunu etkiler ancak bu etkinin ruh haline nasıl yansıdığı yaşanan ilişkiye göre değişkenlik gösterir. Çiftler problemlili bir ilişki içerisinde ise bu durum ruh hallerine olumsuz olarak yansır (Erdoğan, 2007: 75). Araştırmanın ikinci bölümünde bahsedildiği gibi evlilikten alınan doyum ile depresyon düzeyinin birbirlerini etkileyen değişkenler olduğu yapılan çalışmalarla saptanmıştır (Düzgün, 2009: 84; Erdoğan, 2007: 88; Nolen ve Hoeksama, 1987: 259). Kısacası evlilikten alınan doyumun düşük olması depresyona yol açarken, çiftlerden birinin depresif olması evlilik ilişkisine etki ederek evlilikten alınan doyumunu düşürebilir (Kışlak ve Göztepe, 2012: 39).

Aile kurumu ile evlilik ilişkilerinin zaman içerisinde değişime uğradığı görülmektedir. Bireyler uyumlu bir birlikteliği yürütmekte zorlanırken evliliklerinde birçok sorunla karşılaşmaktadırlar. Kişilerin evliliklerinden beklentilerinin aynı olmaması, evliliğin getirdiği sorumluluklar, ekonomik sebepler gibi faktörler evlilikte sorunlara yol açabileceği gibi kişilik özellikleri de problem oluşturarak evlilik doyumuna etki edebilir. Son yıllarda ülkemizde evlilik sorunları ve boşanma oranları artış göstermiştir (Özgüven, 2000'den aktaran Güven, 2005: 11). İnsanlar evliliklerini devam ettirebilmek ya da boşanmalarını sağlıklı bir biçimde gerçekleştirebilmek için evlilik terapileri ile aile danışmanlıklarına daha fazla ihtiyaç duymaya başlamışlardır. Bu ihtiyaçla ülkemizde çift ilişkileri ile ilgili uzmanların yetiştirilmesi için verilen eğitimlerin artması ve bu alanda bakanlık tarafından projeler üretilmesi de evlilik problemlerinde artış olduğunu düşündürmüştür. Tüm bu sebeplerle evlilikteki problemlerin sebeplerinden olan evlilik doyumu ile ilgili yapılan çalışmalara

ağırlık verilmesinin olumlu olacağı varsayılmış, sonuç olarak da araştırmadan elde edilecek bulguların literatüre katkı sunması amaçlanmıştır.

2.6. Araştırma Soruları

Temel amacı evlilik doyumu, yetişkin bağlanma stilleri ve depresyon düzeyinin ilişkisinin incelenmesi olan ayrıca evlilik doyumu ile demografik değişkenlerin ilişkisine de bakılan bu çalışmada aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Evli kadınların evlilik doyum düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Evli kadınların bağlanma tarzı puanları ile evlilik doyumu puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?
3. Evli kadınların bağlanma tarzları ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
4. Evli kadınların evlilik doyum puanlarının eğitim düzeyi açısından anlamlı bir farkı var mıdır?
5. Evli kadınların evlilik doyum puanlarının çalışma durumu açısından anlamlı bir farkı var mıdır?
6. Evli kadınların evlilik doyum puanları ile evlilik yaşları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2.7. Araştırmanın Hipotezleri

1. Anlaşarak evlenen kadınların evlilik doyumları, görücü usulü evlenen kadınların evlilik doyumlarından daha fazladır.
2. Evliliğinin ilk 5 yılında olan evli kadınların evlilik doyumları, 5 yıldan daha uzun süredir evli olan kadınlardan daha fazladır.
3. Güvenli bağlanan evli kadınların depresyon düzeyleri, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanan evli kadınların depresyon düzeylerine göre daha düşüktür.

4. Saplantılı ve korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon düzeyleri güvenli ve kayıtsız bağlanan evli kadınlara göre daha yüksektir.
5. Saplantılı bağlanan evli kadınların evlilik doyumları güvenli, korkulu ve kayıtsız bağlanan evli kadınların evlilik doyumuna göre yüksektir.

2.8. Araştırmanın Sayıtları

Yapılacak olan araştırmanın sayıtları aşağıda verilmiştir.

1. Araştırmada kullanılacak olan ölçeklerin evli kadınlar tarafından samimi ve doğru bir biçimde cevaplandırılacağı varsayılmıştır.
2. Veri toplama araçlarının ölçülmek istenen konuyu doğru ölçebilecek nitelikte olduğu varsayılmıştır.

2.9. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Yapılan araştırma ölçme araçları doğrultusunda elde edilen verilerle sınırlı tutulmuştur.
2. Araştırma evli kadınlarla sınırlıdır, evli erkekler araştırmaya dahil edilmemiştir.
3. Araştırma 2016 yılı Eylül ve Aralık ayları içerisinde uygulanan ölçeklerle sınırlı tutulmuştur.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Evren ve Örneklem

Evli Kadınlarda Yetişkin Bağlanma Stilleri, Evlilik doyumu ve Depresyon Düzeyinin ilişkisini incelemek için belirlenen ölçekler (Kişisel Bilgi Formu, Evlilik Yaşam Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, Beck Depresyon Ölçeği) , ulaşılabilen 340 evli kadına, online ve yüz yüze olmak üzere iki grupta uygulanmıştır.

Araştırma verilerinin elde edilmeye başlandığı ilk aşamada, yalnızca yüz yüze yapılacak görüşmelerle yeterli sayıda veriye ulaşılamayacağı anlaşılmıştır. Bu sebeple verilerin online olarak da toplanmasının araştırmaya zaman açısından olumlu katkı yapacağı düşünülmüştür. Kısacası, insan kaynağı ve zaman kısıtlılığı sorunlarından dolayı veriler iki grupta toplanmıştır.

Araştırmanın evrenini, Türkiye İstatistik Kurumundan alınan verilerle Gaziantep ilinde bulunan evli kadınlar (N=10760) oluşturmuştur. “Cozum Arastirma” web sitesinden güven düzeyi %95, güven aralığı 5 ve evren büyüklüğü 10760 olarak hesaplanarak örneklem büyüklüğü 370 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak 370 olarak belirlenen sayıya yakın olarak örneklem toplamda 340 kişiden oluşmuştur. Sayının 370’e ulaşamamasının nedeni doldurulmuş olan ölçeklerin bazılarının değerlendirilememiş olmasıdır. Bu durumun sebebi katılımcıların bazı maddelere cevap vermemesi ya da iki cevabı birden işaretlemiş olmasıdır. Ancak bu sorun, veri girişleri yapılırken fark edilmiştir.

Online uygulama yapılan grup, çeşitli hastanelerde ya da özel bankalarda çalışan kişiler ile Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığında çalışan memurlardan oluşmuştur. Çalışma grubu oluşturulurken uygun örnekleme (convenience sampling) yöntemi seçilmiştir.

3.2. Veri Toplama araçları

Araştırmada verilerin toplanmasında araştırmacı tarafından hazırlanmış ve evli kadınların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla “Kişisel Bilgi Formu” (Ek.3) kullanılmıştır. Ayrıca evli kadınların depresyon düzeylerini ölçmek için “Beck Depresyon Ölçeği” (Ek.6), bağlanma biçimlerini belirlemek amacı ile “İlişki Ölçekleri Anketi” (Ek.4) ve evlilik ilişkisinden sağladıkları doyumunu ölçmek amacıyla “Evlilik Yaşam Ölçeği” (Ek.5) kullanılmıştır.

3.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından düzenlenmiş, katılımcılara ait bazı bilgileri almayı sağlayan kısa bir formdur. Katılımcıların demografik bilgilerine ait 12 adet soru bulunan bu kısa form kişilerin cinsiyet, yaş, meslek, eğitim ve ekonomik durumları, evlenme biçimleri, evlenme yaşları, evlenmeden önceki tanışıklık süreleri ile kaç yıldır evli oldukları gibi bilgileri içermiştir. Katılımcılardan isimlerini ya da kimliklerini açığa çıkartabilecek bilgiler istenmemiştir.

3.2.2. Evlilik Yaşam Ölçeği

Bu ölçek Tezer (1986) tarafından evli bireylerin evlilikten aldıkları doyumunu değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. On maddeden oluşan ölçek, beşli likert tipindedir. Ölçekte her bir maddeye verilecek yanıt “Kesinlikle Katılmıyorum” ile “Kesinlikle Katılıyorum” arasındaki seçeneklerden oluşmuştur. Ölçekten alınabilecek puanlar 10 ile 50 arasında değişir. Puanın yüksek olması evlilik doyum düzeyinin yüksek, düşük olması doyumun düşük olduğunu gösterir. Test tekrar test güvenilirliği Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısı ile .85 olarak belirlenmiştir. Diğer güvenilirlik göstergesi iç tutarlılık ise, Cronbach alfa formülü kullanılarak, ölçeğin uygulandığı ilk grupta .91 ve ikinci grupta .89

olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği grup karşılaştırması yöntemiyle denenmiştir. Evlilik Yaşam Ölçeğinin, sosyal beğenirlikten ne ölçüde etkilenip etkilenmediğini belirlemek amacıyla yapılan çalışma sonucunda elde edilen .21'lik korelasyon katsayısının anlamlı olmaması ölçeğin geçerliği için bir kanıt olarak gösterilmiştir (Tezer, 1992; 1996).

3.2.3. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

İlişki Ölçekleri Anketi, Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilmiş ve Sümer ve Güngör (1999) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Yetişkin bağlanma stillerini ölçmek amacıyla geliştirilen bu ölçek otuz maddeden oluşmuş ve ölçek maddeleri yedi basamaklı ölçek üzerinde puanlanmıştır. Bu basamaklar “1=Beni hiç tanımlamıyor” da “7= Tamamıyla beni tanımlıyor” şeklindedir. Ölçek 4 alt boyuttan oluşmuştur. Bu alt boyutlar, güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanmadan oluşmuştur. Güvenli ve kayıtsız bağlanma tarzları beşer maddeyle, saplantılı ve korkulu bağlanma tarzları dörder maddeyle ölçülmüştür. Dört bağlanma tarzını yansıtan sürekli puanlar bu tarzları ölçmeyi amaçlayan maddelerin toplanmasından ve bu toplamın her bir ölçek alt ölçekteki madde sayısına bölünmesinden elde edilmiştir. Güvenli ve kayıtsız bağlanmada beş maddenin, korkulu ve saplantılı bağlanma tarzları için dört maddenin ortalaması alınarak ortalama puan elde edilmiştir. Alt ölçeklerden alınabilecek puanlar 1 ve 7 arasında değişir. Ulaşılan sürekli puanlar katılımcıları bağlanma tarzları içinde gruplandırmak için de kullanılmıştır. Gruplandırma sürecinde her bir katılımcı, en yüksek puanı aldığı kategoriye atanır. Ölçeğin yapı geçerliliğinin belirlenmesi amacıyla faktör analizi uygulanmış ve öz değeri 1'in üzerinde 2 faktör bulunmuştur. Alt boyutlarda güvenilirlik katsayısı .41 ve .71 arasında olduğu saptanmıştır. Amerikan örneklemeyle karşılaştırmalı çalışma sonucunda Türk örneklemeden elde edilen verilerin güvenilir ve geçerli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Test tekrar test güvenilirliği .54 ile .78 arasında ve iç tutarlık katsayısı .27 ile .61 değeri arasında bulunmuştur (Sümer ve Güngör, 1999).

3.2.4. Beck Depresyon Ölçeği

Beck Depresyon Ölçeği depresyonun şiddetini ölçmek, tedavi ile olan değişimleri takip etmek ve hastalığı tanımlayabilmek amacıyla Beck (1961) tarafından geliştirilmiştir. Toplam yirmi bir maddeden oluşmuştur ve dörtlü likert tipindedir. Maddeler 0=Depresyonla ilgili olumlu ifadeler, 3=Depresyonla ilgili olumsuz ifadeler şeklinde belirlenmiştir. Ölçekten alınan puanlar 0 ile 63 puan arasında değişmiş ve 17 ile üzerinde olan puanlar depresyon varlığını belirtmiştir (Hisli, 1988; 1989).

Beck Depresyon Envanterinin geliştirilen iki formu vardır. Bunlardan biri 1961'de geliştirilen hastanın o andaki ruh durumunu ölçen 21 maddelik orijinal, bireysel olarak değerlendirilen formdur. İkincisi ise 1978'de geliştirilen kendini değerlendirme türünde olan grup uygulaması yapılabilecek formdur (Beck, 1984). 1988'de yapılan çalışmada MMPI-D skalası bir ölçüt olarak ele alınmıştır.

BDE'in Türkiye'ye uyarlanması ilk olarak Tegin (1980) tarafından gerçekleştirilmiştir. Daha sonra 1989 yılında Hisli tarafından gözden geçirilerek ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır (Hisli, 1988; 1989). Tegin (1980) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada test yarılama güvenilirliği ve test-tekrar test güvenilirliği hesaplanmış ve güvenilirlik katsayıları sırasıyla .78 ve .65 olarak bulunmuştur. Türkiye standardizasyonunun ortalamasının bir standart sapma üstündeki puanı normalüstü depresyonu belirleyici bir nokta olmuştur. Bu çalışmaya bakıldığında BDI'den alınan 17 ve üstündeki depresyon puanı, normalüstü depresyonu %90 üzeri ihtimalle belirlemiştir. Hisli (1988) tarafından BDE'nin MMPI-D ile gerçekleştirilen zamandaş geçerliliği çalışmasında iki ölçek arasındaki korelasyon katsayısı .63 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgu ölçeğin kabul edilebilir zamandaş geçerliliğine sahip olduğunu göstermektedir. Hisli (1988) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada ölçeğin test yarılama güvenilirliği .74 ve iç tutarlılık katsayısı da .80 olarak bulunmuştur.

3.3. İşlem

Araştırmanın verileri, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Etik Kurul onayı (Ek.7) alındıktan sonra Eylül 2016 ile Aralık 2016 tarihleri arasında online olarak ve yüz yüze yapılan görüşmeyle uygulama yapılan olarak iki grup şeklinde toplanmıştır. Ölçeklerin iki grup halinde toplanmasının nedeni yüz yüze yapılan görüşmelerle yeterli sayıda veriye ulaşılamayacağı ve online olarak toplandığında verilerin daha hızlı elde edilebileceği düşüncesidir. Kısacası, insan kaynağı ve zaman kısıtlılığı sorunlarından dolayı veriler iki grupta toplanmıştır.

Yüz yüze yapılan görüşmeyle uygulama yapılan gruptaki kişilere hem daha öncesinde hazırlanan onam formları dağıtılmış ve ölçekleri doldurmaya başlamadan önce açıklamaları okumaları istenmiş hem de sözlü olarak bilgi verilmiştir. Katılmak isteyen kişilere ölçeklerin nasıl doldurulacağı hakkında da bilgilendirme yapılmıştır. Ölçeklerin doldurulması yaklaşık olarak 20-25 dakika sürmüştür. Online uygulama için ölçeklerin tek tek Surveey sistemi üzerinden girişleri yapılmıştır. Ölçekleri doldurmaları için e-mail gönderilen kişilere yazılı olarak araştırmanın amacı ve ölçekleri nasıl dolduracaklarına dair ayrıntılı açıklama yapılmış, ihtiyaç duydukları takdirde soru sorabilmeleri için iletişim bilgileri verilmiştir. Katılımcılar herhangi bir soru sormamışlardır.

3.4. Verilerin Analizi

Çalışmada elde ettiğimiz verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini incelemek için Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri yapılmıştır. Bunun yanında Skewness ve Kurtosis değerleri incelenmiştir. Verilerden elde edilen puanlara ait Skewness ve Kurtosis değerleri -1.0 ile +1.0 arasında değişim gösterdiği için İlişki Ölçekleri Anketi, Evlilik Yaşam ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden elde edilen puanların normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bundan dolayı verilerin analizinde parametrik analiz yöntemleri kullanılmıştır. İki ölçekten alınan verileri birbiriyle karşılaştırmak için Pearson Korelasyon yöntemi, iki grubun bir ölçekten aldıkları puanların ortalamalarını karşılaştırmak için Bağımsız Gruplar T testi, ikiden fazla olan grupların aldıkları puanların

ortalamlarını karşılaştırmak için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmada bağımlı değişken ile bir ya da birden çok bağımsız değişkenin birbirini yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır. Hipotez sınamalarında anlamlı alfa değeri $p < 0.05$ olarak seçilmiştir. Veri analizi için SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

4.1. Örneklemin Sosyodemografik Özellikleri

Araştırmaya katılan evli kadınların 8'i (%2.4) 19-24, 113'ü (%33.2) 25-30, 82'si (%24.1) 31-35, 74'ü (%21.8) 36-40, 32'si (%9.4) 41-45 ve 31'i (%9.1) 46 ve üstü yaş aralığındadır. Katılımcıların ortalama evlilik yaşı ise 25.56'dır. Eğitim durumuna bakıldığında ise, katılımcıların 3'ünün (%0.9) ilköğretim, 28'inin (%8.2) lise, 170'inin (%50.0) üniversite ve 139'unun (%40.9) lisansüstü mezunu olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların 79'u (%23.2) özel sektörde, 196'sı (%57.6) kamuda ve 17'si (%5.0) serbest olarak çalışırken 48'i (%14.1) herhangi bir işte çalışmamaktadır. Gelir durumuna bakıldığında ise; katılımcıların 14'ünün (4.1) 1000 TL'nin altında, 159'unun (%46.8) 1000-4000 TL arasında ve 167'sinin (%49.1) 4000 TL üstü aylık gelire sahip olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların kaç yıllık evli olduklarına bakıldığında ise; 150 kişinin (%44.1) evliliklerinin ilk 5 yılında oldukları, 190 kişinin (%55.9) ise 5 yıldan fazla süredir evli oldukları saptanmıştır. Bu kişilerden 280'i (%82.4) anlaşarak 60'ı (%17.6) ise görücü usulü evlilik yapmıştır. Örnekleme ait sosyodemografik veriler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Örneklem Sosyodemografik Bilgileri

Evlilik Yaşı		25.56±3.49	
Yaş	19-24	8	2.4
	25-30	113	33.2
	31-35	82	24.1
	36-40	74	21.8
	41-45	32	9.4
Eğitim Durumu	İlköğretim	3	0.9
	Lise	28	8.2
	Üniversite	170	50.0
	Lisansüstü	139	40.9
Gelir Durumu	1000 TL'nin Altında	14	4.1
	1000-4000 TL	159	46.8
	4000 TL Üstü	167	49.1
Çalışma Durumu	Özel Sektörde	79	23.2
	Kamu	196	57.6
	Serbest	17	5.0
	Çalışmıyor	48	14.1
Evlilik Süresi	İlk 5 Yıl	150	44.1
	5 Yıl Üstü	190	55.9
Evlilik Biçimi	Anlaşarak	280	82.4
	Görücü Usulü	60	17.6

4.2. Araştırma Soruları

4.2.1. Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeyleri İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişki

Araştırmanın ilk araştırma sorusu evli kadınların evlilik doyum düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığıdır. Bu sebeple, Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeyleri İle Depresyon Düzeyleri Arasında İlişkiyi Gösteren Pearson Korelasyon Testi Sonuçları

		Depresyon Düzeyi
Toplam EYÖ	r	-0.537**
	p	0.000
	n	340
*p<0.05, ** p<0.01		

Elde edilen bulgulara göre katılımcıların evlilik doyum düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasında orta derecede, negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r=-0.537$, $p<0.01$). Yani evli kadınların evlilik doyum düzeyleri arttıkça depresyon düzeyleri azalmıştır.

4.2.3. Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılması

Araştırmanın ikinci sorusunda evli kadınların evlilik yaşam ölçeğinden alınan toplam puanların bağlanma tarzına göre farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Bu sebeple tek

yönlü varyans (ANOVA) analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen betimsel bulgular Tablo 3'te, ANOVA sonuçları ise Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 3. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılması İlişkin Betimsel Bulgular

		n	ort.	Ss
Toplam EYÖ	A. Güvenli Bağlanma	155	39.7484	8.09408
	B. Kayıtsız Bağlanma	88	35.9205	8.23676
	C. Saplantılı Bağlanma	42	35.6429	8.59047
	D. Korkulu Bağlanma	55	33.5636	10.06601
	Toplam	340	37.2500	8.83606

Tablo 4. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılması İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p	η^2	Fark
Toplam EYÖ	Gruplar arası	1978.950	3	659.650	9.051	0.000	0.075	A>B
	Grup içi	24488.800	336	72.883				A>C
	Toplam	26467.750	339					A>D
EYÖ: Evlilik Yaşam Ölçeği								

Elde edilen bulgularda; evlilik yaşam puanlarının bağlanma tarzları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır [$F(3,336)=9.051$, $p<0.001$, $\eta^2=0.075$]. Farklılıkların hangi ikili gruplardan kaynaklandığını gösteren çoklu karşılaştırma

Tamhane's T2 sonuçlarında ise, güvenli bağlanma tarzı ($\bar{x}=39.75$, S.S.=8.09) ile kayıtsız bağlanma tarzına ($\bar{x}=35.92$, S.S.=8.24) sahip evli kadın katılımcıların evlilik yaşam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Güvenli bağlanma tarzına sahip evli kadınların evlilik doyumu kayıtsız bağlanma tarzına sahip kadınlardan daha yüksektir. Güvenli bağlanma tarzı ($\bar{x}=39.75$, S.S.=8.09) ile saplantılı bağlanma tarzına ($\bar{x}=35.64$, S.S.=8.59) sahip evli kadın katılımcıların evlilik yaşam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Güvenli bağlanma tarzına sahip evli kadınların evlilik doyumu saplantılı bağlanma tarzına sahip evli kadınlardan daha yüksektir. Aynı şekilde güvenli bağlanma tarzı ($\bar{x}=39.75$, S.S.=8.09) ile korkulu bağlanma tarzına ($\bar{x}=33.56$, S.S.=10.07) sahip evli kadın katılımcıların evlilik yaşam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Güvenli bağlanma tarzına sahip evli kadınların evlilik doyumu korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınlardan daha yüksektir.

4.2.4. Evli Kadınların Depresyon Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılması

Araştırmanın üçüncü sorusu evli kadınlarda bağlanma tarzı puanları ile depresyon puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığıdır. Bu amaçla amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen betimsel bulgular Tablo 5'te, ANOVA sonuçları ise Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 5. Evli Kadınların Depresyon Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Betimsel Bulgular

		n	ort.	SS
Depresyon	A. Güvenli Bağlanma	155	8.9613	8.54696
	B. Kayıtsız Bağlanma	88	11.4545	7.51383
	C. Saplantılı Bağlanma	42	12.8571	7.68137
	D. Korkulu Bağlanma	55	14.2000	9.73425
	Toplam	340	31.9353	8.59899

Tablo 6. Evli Kadınların Depresyon Düzeylerinin Bağlanma Tarzları Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	P	η^2	Fark
Depresyon	Gruplar Arası	1369.048	3	456.349	6.470	0.000	0.055	A<C A<D
	Grup İçi	23697.529	336	70.528				
	Toplam	25066.576	339					

Tablo 5 ve Tablo 6 incelendiğinde evli kadınların depresyon düzeylerinin bağlanma tarzları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur [$F(3,336)=6.470$, $p<0.001$, $\eta^2=0.055$]. Farklılıkların hangi ikili gruplardan kaynaklandığını gösteren çoklu karşılaştırma Tukey HSD sonuçlarına bakıldığında ise; güvenli bağlanma tarzı ($\bar{x}=8.96$, S.S.=8.55) ile saplantılı bağlanma tarzına ($\bar{x}=12.86$, S.S.=7.68) sahip evli kadın katılımcıların depresyon puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon düzeyleri saplantılı bağlanma tarzına sahip evli kadınlardan daha düşüktür. Güvenli bağlanma tarzı ($\bar{x}=8.96$, S.S.=8.55) ile korkulu bağlanma tarzına ($\bar{x}=14.20$, S.S.=9.73) sahip evli kadın katılımcıların depresyon

puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon düzeyleri korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınlardan daha düşüktür.

4.2.5. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılması

Araştırmanın dördüncü sorusunda evli kadınların evlilik doyum puanlarının eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. Evlilik yaşam ölçeğinden alınan toplam puanların eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen betimsel bulgular Tablo 7’de, ANOVA sonuçları ise Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 7. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Betimsel Bulgular

		n	ort.	SS
Toplam EYÖ	İlköğretim	3	34,6667	13,05118
	Lise	28	36,8571	8,07701
	Üniversite	170	38,0941	8,29860
	Lisansüstü	139	36,3525	9,50581
	Toplam	340	37,2500	8.83606

Tablo 8. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Eğitim Düzeyi Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Anova Sonuçları

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p	η^2	Fark
Toplam EYÖ	Gruplar arası	181.421	3	60.474	0.773	0.510	0.007	
	Grup içi	26286.329	336	78.233				
	Toplam	26467.750	339					

EYÖ: Evlilik Yaşam Ölçeği

Analiz sonucuna göre elde edilen bulgular değerlendirildiğinde; evlilik yaşam puanları eğitim düzeyi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>0.05$). Evli kadın katılımcıların evlilik doyumu düzeyleri eğitim düzeylerine göre farklılık göstermemiştir.

4.2.6. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılması

Araştırmanın beşinci sorusunda evli kadınların evlilik doyum puanlarının çalışma durumu değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. Evlilik yaşam ölçeğinden alınan toplam puanların çalışma durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen betimsel bulgular Tablo 9’da, ANOVA sonuçları ise Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 9. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Betimsel Bulgular

		n	ort.	Ss
Toplam EYÖ	A. Özel Sektör	79	37,9241	8,92385
	B. Kamu	196	37,0000	8,67593
	C. Serbest	17	39,5882	9,33447
	D. Çalışmıyor	48	36,3333	9,22839
	Toplam	340	37,2500	8.83606

Tablo 10. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Çalışma Durumu Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p	η^2	Fark
Toplam EYÖ	Gruplar arası	257.434	3	85.811	1.100	0.349	0.010	
	Grup içi	26210.316	336	78.007				
	Toplam	26467.750	339					

EYÖ: Evlilik Yaşam Ölçeği

Analiz sonucuna göre elde edilen bulgular değerlendirildiğinde; evlilik yaşam puanları çalışma durumu açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>0.05$). Evli kadın katılımcıların evlilik doyumu düzeyleri çalışma durumuna göre farklılık göstermemiştir.

4.2.7. Evli Kadınların Evlilik Yaşı ile Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki

Araştırmanın altıncı sorusunda evli kadınların evlilik doyumu ile evlilik yaşları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına bakılmıştır. Evli kadınların evlilik yaşı ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 11’de verilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre katılımcıların evlendikleri yaş

ile toplam evlilik yaşam puanları arasında negatif yönlü ancak istatistiksel olarak anlamlı olmayan bir ilişki bulunmuştur ($p>0.05$).

Tablo 11. Evli Kadınların Evlilik Yaşı İle Evlilik Doyum Düzeyleri Arasında İlişkiyi Gösteren Pearson Korelasyon Testi Sonuçları

		Toplam EYÖ
Evlilik Yaşı	r	-0.079
	p	0.145
	n	340
* $p<0.05$, ** $p<0.01$		

4.3. Hipotezler

4.3.1. Evlilik Doyumu Düzeyinin Anlaşarak ve Görücü Usulü Evlenen Kadınlar Açısından Karşılaştırılması

Katılımcıların evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları toplam puanın kişilerin evlilik biçimine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla bağımsız örneklem t- testi analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 12’de verilmiştir. Yapılan analiz sonucunda elde edilen bulgular değerlendirildiğinde; görücü usulü ve anlaşarak evlenen katılımcıların toplam evlilik yaşam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Anlaşarak veya görücü usulü evlenen kişilerin evlilik doyumları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Tablo 12. Anlaşarak ve Görücü Usülü Evlenen Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları

	Evlilik Biçimi	n	ort.	S.s.	S.D.	t	p	d
Toplam EYÖ	Anlaşarak	280	37.3607	8.63031	338	0.50	0.618	0.068
	Görücü Usülü	60	36.7333	9.80119				

4.3.2. Evli Kadınların Evlilik Doyumu Düzeyinin Evliliğin İlk Beş Yılında Olma ve Beş Yıldan Fazla Süredir Evli Olma Durumu Açısından Karşılaştırılması

Katılımcıların evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları toplam puanın kişilerin evlilik süresine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla Bağımsız Örneklem T- testi analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 13’te verilmiştir. Yapılan analiz sonucunda elde edilen bulgular değerlendirildiğinde; evliliklerinin ilk 5 yılında olan ve 5 yıl üstü olan katılımcıların toplam evlilik yaşam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($t(338)= 1.92, p<0.05, d=0.208$). Evliliklerinin ilk 5 yılında olan katılımcıların toplam evlilik yaşam puanlarının ($\bar{x}=38.28$) 5 yıldan fazla süredir evli olan katılımcıların toplam evlilik yaşam puanlarından ($\bar{x}=36.44$) daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 13. Evliliğin İlk Beş Yılında Olan Evli Kadınlar ile Beş Yıldan Fazla Süredir Evli Olan Kadınların Evlilik Doyumu Düzeylerinin Farkına İlişkin T-testi Sonuçları

	Evlilik Süresi	n	ort.	S.s.	S.D.	t	p	d
Toplam EYÖ	İlk 5 Yıl	150	38.2800	9.01611	338	1.92	0.049	0.208
	5 Yıl Üstü	190	36.4368	8.62835				

4.3.3. Güvenli Bağlanan Evli Kadınlar İle Korkulu, Saplantılı ve Kayıtsız Bağlanan Evli Kadınların Depresyon Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

Araştırmada üçüncü olarak “güvenli bağlanan evli kadınların depresyon düzeyleri, saplantılı, korkulu ve kayıtsız bağlanan evli kadınların depresyon düzeylerine göre daha düşüktür” hipotezinin doğruluğuna bakılması için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen betimsel bulgular Tablo 5’te, ANOVA sonuçları ise Tablo 6’da verilmiştir. Analizlerin sonucunda, güvenli bağlanan evli kadınların depresyon düzeylerinin saplantılı korkulu ve kayıtsız bağlanan evli kadınların depresyon düzeylerinden daha düşük olduğu saptanmıştır.

4.3.4. Saplantılı ve Korkulu Bağlanma Tarzına Sahip Evli Kadınlar İle Güvenli ve Kayıtsız Bağlanma Tarzına Sahip Evli Kadınların Depresyon Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

Araştırmada dördüncü olarak “saplantılı ve korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon düzeyleri güvenli ve kayıtsız bağlanan evli kadınlara göre daha yüksektir” hipotezi incelenmiştir. Bu inceleme için bağımsız örneklem t- testi analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 14’te verilmiştir.

Tablo 14. Saplantılı ve Korkulu Bağlanma Tarzına Sahip Evli Kadınlar İle Güvenli ve Kayıtsız Bağlanma Tarzına Sahip Evli Kadınların Depresyon Düzeyi Değişkeni Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin T-testi Sonuçları

	Bağlanma Tarzı	n	ort.	S.s.	S.D.	t	p	d
Depresyon	Saplantılı ve Korkulu	97	13.6186	8.88520	338	3.703	0.000	0.437
	Güvenli ve Kayıtsız	243	9.8642	8.25986				

Yapılan analiz sonucuna göre, saplantılı ve korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınlar ile güvenli ve kayıtsız bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($t_{(338)}= 3.703$, $p<0.001$, $d=0.437$). Saplantılı ve korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon puanlarının ($\bar{X}=13.61$) güvenli ve kayıtsız bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon puanlarından ($\bar{X}=9.86$) daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.3.5. Saplantılı Bağlanan Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeylerinin Güvenli, Korkulu ve Kayıtsız Bağlanan Evli Kadınların Evlilik Doyum Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması

Araştırmada beşinci olarak “saplantılı bağlanan evli kadınların evlilik doyumları güvenli, korkulu ve kayıtsız bağlanan evli kadınların evlilik doyumuna göre yüksektir.” hipotezinin doğruluğunu test etmek amacıyla tek yönlü varyans (ANOVA) analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen betimsel bulgular Tablo 3’te, ANOVA sonuçları ise Tablo 4’te verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre güvenli bağlanan evli kadınların korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan evli kadınlardan daha fazla evlilikten doyum aldıkları saptanmıştır.

4.4. Evlilik Yaşamından Alınan Doyum Puanını Yordayan Faktörler

Çalışmamızın bu bölümünde evli kadınların depresyon düzeyi ile geliştirdikleri bağlanma tarzlarının evlilik yaşamından alınan doyum puanlarını yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Bunun için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları tablo 15’te verilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre, evli kadınların depresyon düzeyinin ($\beta=-0.513$, $t= -10.344$, $p<0.001$) evlilik yaşamından alınan doyum puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Depresyon düzeyi değişkeni evlilik yaşamından alınan doyum puanlarını %31.3 düzeyinde yordamıştır ($R^2=0.31$, $F(5,339)=30.501$, $p<0.001$).

Tablo 15. Evlilik Yaşamından Alınan Doyum Puanlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Sonuçları

Model	R	R²	B	SH	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	0.560	0.313	57.583	3.868		14.888	0.000		
Depresyon Düzeyi			-0.513	0.050	-0.499	-10.344	0.000	-0.537	-0.790
Güvenli Bağlanma			0.383	0.506	0.038	0.758	0.449	0.171	-0.022
Kayıtsız Bağlanma			-0.790	0.468	-0.091	-10.689	0.092	-0.192	-0.639
Saplantılı Bağlanma			-0.022	0.459	-0.002	-0.048	0.962	-0.057	-0.003
Korkulu Bağlanma			-0.639	0.436	-0.082	-10.465	0.144	-0.255	-0.080

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu bölümde araştırma verilerinden elde edilen bulguların literatürde yer alan diğer araştırma bulguları doğrultusunda tartışmasına yer verilmiştir. Araştırmada, evli kadınların evlilik doyumları, yetişkin bağlanma stilleri ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Buna ek olarak, evli kadınların evlilik doyumlarının evlenme şekli, evlilik süresi, eğitim düzeyi, çalışma durumu ve evlilik yaşları değişkenleri açısından incelenmesi de amaçlanmıştır.

Araştırmada ilk olarak katılımcıların evlenme biçimlerinin evlilik doyumu ile ilişkisi incelenmiştir. Elde edilen verilerde evlilik doyumu puanlarının evlilik biçimi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Konu ile ilgili literatüre bakıldığında anlaşarak evlenen bireylerin görücü usulü evlenenlere göre evliliklerinden daha fazla doyum aldığı görülmüştür (İmamoğlu, 1994: 39; Houser, 2009: 142; Cingisiz, 2010: 67; Çimen, 2007: 78). Ancak bu sonuçların aksine Yelsma ve Athappilliy'nin 1988'de yaptığı çalışmada görücü usulü evlenen bireylerin evlilikten yüksek düzeyde doyum aldıkları saptanmıştır (aktaran Rıza, 2006: 17). Kahveci'nin (2016: 68) çalışmasında da görücü usulü evlenenlerin uyum puanlarının anlaşarak evlenenlerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak, literatüre bakıldığında araştırmadan elde edilen bulgu ile tutarlılık gösteren çalışmalar bulunmuştur (Binici 2000 ve Turan 1997'den aktaran Çimen, 2008: 63; Akbaş, 2008: 78-79; Ödemiş, 2008: 94).

Evlilik süresi ile evlilik doyumunun ilişkisine bakılan araştırmada iki değişken arasında anlamlı fark bulunmuş, evliliklerinin ilk beş yılında olan katılımcıların evlilik doyumlarının, beş yıldan fazla süredir evli olanlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Literatürde evlilik doyumunun evlilik süresi değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını inceleyen çalışmalar bulunmuştur. Çakır'ın (2008: 59) yaptığı ve kişilerin evlilik sürelerine göre evlilik uyumları açısından fark olduğu sonucuna ulaştığı araştırmada, 7-12 yıl süreyle evli olanların, 19 yıl ve üstü süredir evli olanlara göre evliliklerine daha yüksek düzeyde uyum gösterdiği saptanmıştır. Taşköprü'nün (2013: 73) çalışmasında evlilik süresi arttıkça,

evlilik doyumunun azaldığı saptanmıştır. Demiray'ın (2006: 33) araştırmasında evlilik uyumu ile evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu araştırma sonuçları araştırmadan elde edilen verilerle paralellik göstermiştir. Araştırmanın ilk bölümünde söz edildiği gibi, bireyler var olan sorunlarına çözüm bulabildikleri ve birbirlerini tanıdıkça daha da sevdikleri bir evlilik ilişkisine sahipse zaman geçtikçe evlilikten aldıkları doyum artar (Tarhan, 2006: 51-53). Aksine olumsuz ilerleyen, evlilik ilişkisinde zaman içerisinde evlilikten alınan doyum azalır (Taşköprü, 2013: 80). Başka bir ifadeyle, bireylerin evlilikten doyum sağlayıp sağlamaması ilişkinin ne yönde ilerlediğiyle paralellik gösterir. Yapılan araştırmalarda bu iki değişkenin ilişkisini çiftlerin çocuk sahibi olmasının da etkilediği görülmüştür. Ancak bu değişken de evlilik doyumunu iki yönde etkileyebilir (Çağ, 2011: 115; Callan, 1984 ve Waite ve Lillard, 1991'den aktaran Çınar, 2008: 22). İlk aşamada evlilikten alınan doyumun yüksek olduğu bir ilişkide çocuk sahibi olmak ve ebeveyn olmanın getirdiği sorumlulukları yüklenmek doyumunu düşürebilir. Çocukların evden ayrılması ve çiftlerin baş başa kalmasıyla doyum yeniden yükselebilir. Bu bulgulara ek olarak literatürde iki değişkenin birbirini etkilemediği sonucuna ulaşıldığı çalışmalara da rastlanmıştır (Acar, 1998: 83; Çınar, 2008: 85; Gürsoy, 2004: 47; Fışıloğlu, 1992: 20).

Evlilik doyum puanları ile eğitim düzeyinin ilişkisine bakılan araştırmada evli kadın katılımcıların evlilik doyumları düzeyleri eğitim düzeylerine göre farklılık göstermemiştir. Literatürde bulunan Çelik (2006) ve Taşköprü (2013)'nün evli bireylerin eğitim düzeylerinin evlilik doyumlarıyla anlamlı farklarının bulunmadığı sonuçlarına ulaştıkları çalışmaları araştırma bulgusuyla paralellik göstermiştir.

Araştırmada evlilik doyum puanları ile çalışma durumu değişkeninin ilişkisine bakılmıştır. Elde edilen bulgularda evli kadın katılımcıların evlilik doyumları düzeyleri çalışma durumuna göre farklılık göstermemiştir. Buna paralel olarak, Demiray'ın (2006) çalışmasında evlilik uyumuyla iş değişkeninin ilişkisi anlamlı bulunmamıştır. Hasta (1996) ise ev işi paylaşımı ve ev işi paylaşımında hakkaniyet algısı ile evlilik doyumunu ilişkisine bakmayı amaçladığı çalışmasında, çalışan kadınlar ve eşlerinin evlilik doyumlarının çalışmayan kadınlar ve eşlerinin evlilik doyumlarından daha düşük olduğunu saptanmıştır.

Evlilik doyum puanları ile evlilik yaşının ilişkisine bakıldığında, iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Elde edilen bu bulgu, Acar'ın (1998) bireysel

özelliklerin, bireysel sorunların evliliğe ilişkin durumları ve evlilik yaşamı ve ilişkileri ile ilgili sorunların evlilik doyum düzeyine etkisini ölçmeyi amaçladığı çalışmasının sonucuyla paralellik göstermiştir.

Araştırmada evli kadınların depresyon düzeyi ile geliştirdikleri bağlanma tarzlarının evlilik yaşamından alınan doyum puanlarını yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre, depresyon düzeyi değişkeni evlilik yaşamından alınan doyum puanlarını %31.3 düzeyinde yordamıştır.

Araştırma kapsamında evlilik doyumunu ile depresyon düzeyi arasında ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen verilerde iki değişken arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Bu sonuç, evlilik doyumunu ve depresyon düzeyi puanlarından biri artarken diğersinin azaldığını göstermiştir. Elde edilen bu bulgu ve depresyon düzeyi değişkeninin evlilik yaşam puanlarını %31.3 düzeyinde yordadığı bulgusu konu ile ilgili literatürde bulunan çalışmaları desteklemiştir (Çelik, 2006: 121; Kışlak ve Göztepe, 2012: 39; Karakoyun, 2012: 43). Araştırmanın kuramsal kısmında bahsedildiği gibi depresif bireyler yoğun değersizlik ve yetersizlik duygularının yanı sıra fiziksel ve zihinsel yorgunluk da hissederler (Hisli, 1988: 118). Bu bireylerin yaşamdan aldıkları doyumun azalması evliliklerine de yansiyabilir. Pek çok sorumluluğu da beraberinde getiren sağlıklı evlilik ilişkisinde eğer kişi depresyon yaşıyorsa zaman içinde evliliğin getirdiği sorumlulukları yerine getiremeyebilir, eşinden de gerekli desteği göremediği takdirde var olan yetersizlik duygusu daha da artabilir. Bu ve buna benzer sebeplerle bozulan evlilik uyumu kişinin ruhsal durumunu olumsuz etkileyerek depresyon gibi birçok psikiyatrik hastalığa neden olabilir veya temelde var olan bu rahatsızlıkları daha da görünür kılabilir. Bu görüşlere paralel olarak literatürde evli kişilerin depresif durumlarının ilerlemesinin evlilik uyumlarının azalmasının bir işareti olabileceğinin belirtildiği çalışmalara rastlanmıştır (Düzgün, 2009: 84; Nolen Hoeksama, 1987: 259; Erdoğan, 2007: 88; Kışlak ve Göztepe, 2012: 39).

Evli kadınların evlilik yaşam ölçeğinden aldıkları toplam puanların bağlanma tarzına göre farklılık gösterip göstermediğini sınamak amacıyla yapılan analiz sonucunda, evlilik yaşam puanlarının bağlanma tarzları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Buna ek olarak çalışmada, saplantılı bağlanan evli kadınlar ile güvenli, korkulu ve kayıtsız bağlanan evli kadınların evlilik doyumunu değişkeni açısından karşılaştırılması

yapılmıştır. Yapılan analizde, güvenli bağlanan evli kadınların evlilik doyumlarının korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanan evli kadınların evlilik doyumlarından daha fazla olduğu saptanmıştır. Araştırmanın kuramsal kısmında söz edildiği gibi, güvenli bağlanan bireylerin ilişkilerini mutlu, güvenli olarak tanımlamaları, eşlerini eksikliklerine rağmen kabul etme ve onları destekleme eğilimleri, güvensiz bağlanarlardan daha uzun süreli ilişkiler sürdürmelerine katkı sağlar (Hazan ve Shaver, 1987: 516). Güvensiz bağlanma tarzına sahip bireylerin davranışları, eşlerinin stres düzeylerini ve kendi sahip oldukları kötümserlik duygularını arttırabilir. Ayrıca bu kişiler, evlilikteki sorunlarıyla başa çıkmada zorlanabilirler, eşleriyle birbirlerine duygusal anlamda destek olmayabilirler. Tüm bu sebepler göz önüne alınarak çalışmanın, güvenli bağlanma stiline sahip kadınların evlilik doyumlarının güvensiz bağlanan kadınlardan neden daha fazla olduğu açıklanabilir. Konu ile ilgili yapılan literatür taramasında, Shi (2003: 150), güvenli bağlananların evlilik doyumlarının daha yüksek olduğunu, Möller, Hwang ve Wickberg (2006: 219) korkulu bağlanan kadınların evlilik doyumlarının düşük olduğunu ifade etmişlerdir. Kılıç'ın (2017: 65) çalışmasında kaçınan bağlanma ile evlilik uyum düzeyi arasında negatif ve anlamlı, güvenli bağlanma ile evlilikte uyum düzeyi arasında ise pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır.

Araştırmada saplantılı bağlananların diğer bağlanma türlerine oranla evlilikten daha fazla doyum aldıklarıyla ilgili olan hipotezi doğrulanmamıştır. Saplantılı bağlanan bireylerin yakınlık kurma, başka kişilere ulaşma arzuları fazladır. Bu kişiler ilişkilerinin bitmesinden endişelenebilirler. Bu sebeple saplantılı bağlanma biçimine sahip olan bireylerin evlilik ilişkilerini olumlu algılayarak ve zamanla ilişkiye daha da bağlanarak doyum ve uyumlarını arttırabilecekleri düşünülmüştür. Bu görüşe paralel olan, bağlanma stillerinin evlilik uyumuyla ilişkisinin değerlendirildiği diğer araştırmalarda güvenli ve saplantılı bağlananların evlilik doyumlarının daha yüksek; güvensiz bağlananların ise daha düşük evlilik doyumuna sahip oldukları bulunmuştur (Büyüksahin, 2006: 157; Beştav, 2007: 42; Açıık, 2008: 56). Bu çalışmada ulaşılan evli kadınlardan saplantılı bağlanan evli kadınların sayısının az olmasının (42) beklenen hipoteze ulaşamamasının sebebi olabileceği düşünülmüştür.

Araştırmada evli kadınların depresyon düzeylerinin bağlanma tarzı değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını sınamak amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre, evli kadınların depresyon düzeylerinin bağlanma tarzları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık

gösterdiği bulunmuştur. Bu sonuç konu ile ilgili literatürde yapılan çalışmaları destekler niteliktedir (Hamarta, 2004b: 79-80; Murphy ve Bates, 1997: 840; Carnelley ve ark, 1994: 134; Taycan ve Kuruoğlu, 2014: 12-13). Çalışır (2009: 251), yetişkinlikte görülen psikopatolojilerde güvensiz bağlanmadan kaynaklanan problemlerin de etkili olabileceği fikrini savunmuştur. Aynı zamanda yetişkin bağlanması ve depresyon ile ilgili yapılan çalışmalarda majör depresyonun güvensiz bağlanma biçimi ile ilişkili olduğunu belirtmiştir.

Güvenli bağlanma biçimine sahip kişiler olumlu benlik algısını başkalarının da güvenilir ve iyi niyetli olduklarına dair olumlu yansıtımlarla birleştirir. Depresif birey ise bunun aksine kendisi ve çevresine yönelik olumsuz inançlara sahiptir. Her insanın çeşitli inançlara sahip olduğunu ve bu inançlarla hayatlarını düzenlediğini belirten Beck (1995) depresif bireyin geçmiş dönemdeki olumsuz yaşantılarının sonucunda olumsuz inançlar geliştirdiklerini belirtmiştir (Doğan, 2001: 68). Buradan yola çıkacak olursak, kişi geçmiş dönemde olumsuz yaşantılar yaşadysa olumsuz inançlar geliştirebilir. Bu durum kişinin güvensiz bağlanma göstermesiyle paralellik gösterebilir. Sonuç olarak araştırmadan çıkan, güvenli bağlanma puanı yüksek kişilerin depresyon düzeylerinin düşük olduğu yönündeki bulgu beklenen bir sonuçtur.

Araştırmada güvenli bağlanan evli kadınlar ile güvensiz bağlanan evli kadınların depresyon düzeyi değişkeni açısından karşılaştırmaları ile saplantılı ve korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınlar ile güvenli ve kayıtsız bağlanan evli kadınların depresyon düzeyi değişkeni açısından karşılaştırmaları yapılmıştır. Yapılan analizlerin sonucunda, korkulu ve saplantılı bağlanan evli kadınların depresyon düzeylerinin güvenli ve kayıtsız bağlanan evli kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Korkulu bağlanma biçimine sahip olan bireyler diğerlerine yönelik güvensizdirler ve ilişki kurmaktan kaçınırlar. Bu kişiler kendilerini sevilmez ve değersiz algırlar. Saplantılı bağlanma biçimine sahip bireyler ise diğerlerini olumlu algırlar ve onlarla saplantılı olarak ilgilenirler. Korkulu bağlanma olduğu gibi kendilerini değersiz, sevilmez ve çaresiz olarak değerlendirirler (Sığırcı, 2010: 23-24). Her iki bağlanma biçiminde de ortak olan kişinin kendisine yönelik değersizlik, sevilmezlik ve çaresizlik algıları, depresyonun temel belirtilerinden olan olumsuz kendilik algısıyla uyumludur. Bu sebeple çocukluk dönemindeki bağlanma, korkulu ve saplantılı bağlanma biçimlerinin depresyona yatkınlık oluşturması muhtemeldir (Çalışır, 2009: 251). Buna ek

olarak, araştırmadan çıkan sonuçlara göre kayıtsız bağlanma puanı yüksek olan kişilerin güvenli bağlanma puanı yüksek olan kişiye göre daha yüksek düzeyde depresyona sahip oldukları saptanmıştır. Literatürde belirtildiği gibi, kayıtsız bağlanan kişiler bağımsızlığa önem veren, yakın ilişkilerden kaçınan bireylerdir. Bu kişiler hayatta belli bir kişiye bağlı olmayan kısımlarında (iş hayatı) aktif olmaya meyillidirler (Bartholomew, 1990: 166). Bu araştırmada kayıtsız bağlanan bireylerin istedikleri gibi yakın ilişkiden uzak bir hayata sahip olmadıkları, bu sebeple de mutsuz olabilecekleri ve depresyon düzeylerinin yüksek olabileceği düşünülmüştür.



ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, bireylerin evlilik doyumu düzeylerinde yetişkin bağlanma stilleri ile depresyon düzeyleri önem taşır. Aynı zamanda kişilerin evli oldukları süre de evlilik doyumuna etki eden faktörlerdendir.

Bu çalışmada, elde edilen bulgular değerlendirildiğinde, evlilik doyumu ve depresyon düzeyi değişkenlerinin ilişkisi incelenmiş ve yapılan analiz sonucunda, iki değişken arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Bu sonuç, evlilik doyumu ve depresyon düzeyi puanlarından biri artarken diğerinin azaldığını göstermiştir.

Evlilik doyumu ve bağlanma stillerinin ilişkisinin incelenmesi sonucunda, evlilik yaşam puanlarının bağlanma tarzları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Güvenli bağlanma tarzına sahip evli kadınların evlilik doyumu kayıtsız, saplantılı korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınlardan daha yüksektir.

Bağlanma tarzları ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi sonucunda, güvenli bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon düzeylerinin saplantılı ve korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınlardan daha düşük olduğu saptanmıştır. Ayrıca saplantılı ve korkulu bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon puanlarının güvenli ve kayıtsız bağlanma tarzına sahip evli kadınların depresyon puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Evli kadınların depresyon düzeyi ile geliştirdikleri bağlanma tarzlarının evlilik yaşam puanlarını yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre, evli kadınların depresyon düzeyinin evlilik yaşam puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve %31.3 düzeyinde yordadığı bulunmuştur.

Evlilik doyumu ve demografik değişkenlerin ilişkisine bakıldığında ise evlilik süresi değişkenine göre evlilik doyumu puanlarında anlamlı fark bulunmuş, evliliklerinin ilk beş

yılında olan katılımcıların evlilik doyumlarının, beş yıldan fazla süredir evli olanlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Ancak evlilik biçimi, eğitim düzeyi ve kadının çalışma durumu değişkenlerine göre evlilik doyum puanlarında anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır. Evli kadınların evlenme yaşlarıyla evlilik doyum puanları arasında da anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

6.2. Öneriler

Bu çalışmadan yola çıkarak araştırmacılara ve uygulayıcılara yönelik olarak şu öneriler sunulmuştur;

Evlilik biçiminin evlilik doyumunu etkilediği yönünde sonuçları olan araştırmalar olsa da literatürde bu konuda bir eksiklik olduğu görülmüştür. Araştırmada veri eksikliğinden kaynaklı olduğu düşünülen iki değişken arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı yönündeki sonuç, örneklem dağılımının önemli olduğunu göstermiştir. Evlenme biçimi değişkeninin dengeli dağılımının sağlanmasına dikkat edilmesi bu konuyla ilgili gelecekte yapılacak çalışmalardan daha sağlıklı sonuçlar elde edilmesine katkı sağlayacaktır. Aynı şekilde tartışma kısmında bahsedildiği gibi saplantılı bağlanma puanı yüksek olan kişi sayısı azdır. Bu konuyla ilgili yapılacak olan bundan sonraki araştırmalarda yetişkin bağlanma stillerinin alt boyutlarına sahip olan kişi sayısının örnekleme denk olmasına özen gösterilmesi de daha sağlıklı verilere ulaşılması açısından olumlu olacaktır.

Literatüre bakıldığında evlilik süresi ile evlilik doyumunun birbiriyle ilişkili olduğu çalışmalar bulunmuştur. Ancak sonuçlara bakıldığında, evlilikleri uzun süren bireylerin evlilikten sağladıkları doyum diğerlerine göre daha yüksek olabilirken, evliliklerinin ilk yıllarında olan kişilerin diğerlerine göre evlilikten daha çok doyum aldığı da gözlenmiştir. Bu konuda fikir birliğine ulaşmak zor olsa da daha geniş bir örnekleme çalışmanın daha doğru sonuçlar verebileceği düşünülmüştür. Ayrıca evlilik süresi ve evlilik doyumunu ile ilgili yapılan çalışmalarda kişilerin çocuk sahibi olmasının evlilikten alınan doyuma etki ettiği görülmüştür. Bu konuda gelecekte yapılacak olan çalışmalara çocuk sahibi olup olmamayı değişken olarak eklemek katkı sağlayıcı olacaktır.

Araştırmadan çıkan sonuca paralel olarak yakın ilişkilerin en önemlilerinden olan evlilik ilişkisinde sorun olması durumunda bireylerde psikolojik bir problem oluşabileceği varsayılmıştır. Bu görüş, depresyon düzeyinin fazla olmasının evlilikteki doyumunu düşürebileceği gibi evlilikteki doyumun düşük olmasının da depresyona yol açabileceğini düşündürmüştür. Yani her iki durum da birbirinin nedeni olabilir. Depresyon düzeyi ile evlilik doyumunun neden sonuç ilişkisi içinde olduğu varsayımı her iki durumun tedavisi için de katkı sağlayıcı olabilir. Evliliklerinde sorun yaşayan depresif kişilerin evlilik terapisi süreçlerinde evlilikleri ile ilgili hedefler (kişilerin evliliklerindeki rollerinde yeniden düzenlemeye gidilmesi, evlilikleri içerisindeki rolleri ile ilgili beklentilerinin gerçekçi düzeye getirilmesi, benlik değerinin artırılması ve eş desteğinin öneminin vurgulanması) belirlenmesi ve bu hedeflere göre hareket edilmesinin tedaviye olumlu yönde katkı sağlayacağı düşünülmüştür (Kung, 2000: 55-56).

Bağlanma kavramının insan hayatında önemli olduğu hem literatürden elde edilen bilgilerle hem de bu araştırmadan çıkan sonuçlarla desteklenmiştir. Bu kavramın önemli olma sebebi kuramsal kısımda bahsedildiği gibi, bireyin erken çocukluk dönemindeki bağlanmasının yetişkinlik dönemindeki ilişkilerine etki etmesidir. Bağlanmanın güvenli olması kişilerin hayatını olumlu olarak etkilediğinden bu kavramla ilgili anne babaların ve eğitimcilerin kavram hakkında bilinçlendirilmesi önem arz eder. Ayrıca Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı kapsamında yürütülen “Evlilik Öncesi Eğitim” lerinin içerisinde bu kavramın bulundurulması ileriki dönemde çocuk sahibi olma ihtimali olan kişilerin çocuklarının güvenli bağlanma geliştirmesine olumlu katkı sağlayabilir.

KAYNAKÇA

- Acar, H. (1998). *Ankara' da sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme kurumu genel müdürlüğüne bağlı sosyal hizmet kuruluşlarında çalışan üniversite mezunu evli personelin evlilik doyumları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Açık, Ö. (2008). *Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Akbaş, M. (2008). *Endüstri meslek liselerinde görev yapan öğretmenlerin evlilik uyumları ile öğretmenlik tutumları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- Aktürk, B. E. (2006). *Marital satisfaction in turkish remarried families: comparison among marital status, effect of stepchildren, and contributing factors*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Aktürk, E. G. (2010). *Attachment figuretrans ference, care giving styles and marital satisfaction arranged and love marriages*. Unpublished Master Thesis, Institute of Social Sciences, Middle East Technical Univesity, Ankara.
- Alp, Z. (2012). *Çalışanların ve emeklilerin sosyal istenirlik ve özduyarlık açısından karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Altıparmak, S. ve Eser, E. (2007) . 15-49 yaş grubu evli kadınlarda yaşam kalitesi ve etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(11), 28-33.
- Altun, R. (2015). Dindarlık ve Depresyon İlişkisi. *International Journal of Humanities and Education*, 1(1), 15-42.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2014). *Dsm-5 tanı ölçütleri başvuru el kitabı*. (5. Baskı). (Çev. Ed.: E. Köroğlu), Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arslan, A. (1996). *Evli bireylerin cinsel doyumlarının bireysel, ailesel, cinsellikle ilgili tutum ve davranışları açısından incelenmesi*. Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Aslan, S.H. , Aslan, R. O. , Alparslan Z. N. ve Ünal, M. (1998). Kocaeli’nde çalışan bir grup hekimde evlilik doyumu. *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 23(4), 212-215.
- Bacanlı, H. (2001). Eş tercihleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(15), 7-16.
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Balcıoğlu, İ. (1999). Depresyon etyopatogenezi. Depresyon, somatizasyon ve psikiyatrik aciller sempozyumu. *Sempozyum Dizisi*. 17, 19-28.
- Bandura, A. (1971). *Social learning theory*, New York: Stanford University Press.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K. and Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Başat, Ç. (2004). *Cinsel doyumun, evlilik doyumu, kontrol odağı ve kendilik değeri üzerinden yordanması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Bayram, V. (2016). *Eğitim çalışanlarının tükenmişlik ve depresyon düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Beck, A. T. and Steer, R. A. (1984). Internal consistences of the original and revised Beck depression inventory. *Journal of Clinical Psychology*, 40(6), 1365-1367.
- Beştav, F. G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma biçimleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Boyacıoğlu, S.G. (1999). Kadın cinsel işlev bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 3(2), 54-59.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment And Loss: Vol. 2. Separation: Anxiety And Anger*. New York: Basic Books.

- Burns, D. (2006). *İyi Hissetmek* (H.A. Karaosmanoğlu, Çev. Ed.) (22. Basım). İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: yatırım modelinin bağlanma stilleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Bradbury, T.N. and Fincham, F.D. (1988). Individual difference variables in close relationships: A contextual model in marriage as an integrative framework, *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(4), 713- 721.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(15), 759-775.
- Cantürk, G. (2006). Evlilik ve boşanma ile ilgili adli psikiyatri uygulamaları. *Adli Tıp Dergisi*, 3(2), 58-64.
- Carnelley K.B. , Pietromonaco P.R. and Jaffe K. (1994). Depression, working models of others and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology* 66(1), 127-140.
- Cingisiz, N. (2010). *Ortaöğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin duygusal zekaları ile evlilik doyumları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Curun, F. (2006). *Yüklemeler ve iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönümü ile evlilik doyumu arasındaki ilişki*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çağ, P. (2011). *Evli bireylerde eş desteği ve evlilik doyumu*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Çakır, S. (2008). *Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar- Current Approaches In Psychiatry* 1:240-255.

- Çelik, Ş. (2004). *Bağlanma yönelimli psikoeğitim grup programının saplantılı bağlanma biçimine sahip üniversite öğrencilerinin bağlanma biçimleri üzerindeki etkisi*. Doktora Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Çimen, Ş. E. (2007). *Görücü usulü ve anlaşarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal ve psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Davison G.C. and Neale J.M. (2004). *Anormal Psikolojisi* (İ. Dağ, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Demir, E. (2014). *Farklı denetim odağına sahip evli bireylerin evlilik doyumunun incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Demir, V. (2014). *Bilinçli farkındalık temelli hazırlanan eğitim programının bireylerin depresyon ve stres düzeyleri üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte Uyumun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.
- Dilbaz, N., Seber, G. (1993). Umutsuzluk kavramı : Depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi*. 1(3), 134-138.
- Doğan, M. (2001). Depresyonda bilişsel terapi yaklaşımı: Temel boyutlar ve açıklamalar. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 61-103.
- Dönmez, A. (2000). Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(1) , 1-49.
- Düzgün, G. (2009). *Evli kişilerde depresyon, ilişkiye ilişkin inanç, kendini ayarlama düzeyinin evlilik uyumu ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., ve Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam Dergisi*, 18(1), 39-47.

- Erdoğan, S. (2007). *Evlilik uyumu ile psikiyatrik rahatsızlıklar, bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Ertan, Ö. (2002). *Bağlanma stillerinin eş seçimi ile kritik ve kritik olmayan evlilik dönemlerindeki doyum üzerindeki rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction and relationship satisfaction: A Diary study. *Personal Relationships*, 9 (1), 39-55.
- Fıfıloğlu, H. (1992). Lisans üstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-23.
- Fraley, R. C., and Shaver, P. R. (200). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154.
- Göçener, D. (2010). *Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolçülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumunu üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Gündoğan, M. (2015). *Eşlerin bağlanma tarzları ile çift uyum düzeyi arasındaki ilişkinin araştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir.
- Gündüz, B. (2013). Bağlanma stilleri, akılcı olmayan inançlar ve psikolojik belirtilerin bilişsel esnekliği yordamadaki katkıları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(4), 2071-2085.
- Güngör, H. C. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Gürsoy, F. Ç. (2004). *Kaygı ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.

- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Güven, N. , Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve algılanan problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 49-61.
- Greenberger D. and Padesky C.A. (2015). *Evinizdeki Terapist* (E. Stroup, Ed.). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Griffin, D. and Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445.
- Hamamcı, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*, 33(4), 313-328
- Hamarta, E. (2004a). Bağlanma teorisi. *Anadolu University Journal of Faculty of Education*, 14 (1), 53-66.
- Hamarta, E. (2004b). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerdeki bazı değişkenlerin (benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Hasta, D. (1996). *Ev işi paylaşımı ve ev işi paylaşımında hakkaniyet algısı ile evlilik doyumu ilişkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Hazan, C. and Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3) , 511-524.
- Hisli, N. (1988). Beck depresyon envanterinin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 22, 118-126.
- Hisli, N. (1989). Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 23, 3-13.
- Houser, G. A. (2009). *Evli bireylerin sahip oldukları iletişim çatışması türü, romantik kıskançlık ve duygusal zeka düzeylerinin evlilik doyumları üzerine etkisi*. Doktora Tezi,

Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Hovardaoğlu, S. (1995). Kişilerarası ilişkiler ve davranış bozuklukları. *Kriz Dergisi*, 3(1-2), 7-12.
- Hovardaoğlu, S. (1996). Sosyal mübadele: Evlilikle ilgili değerlendirmelere etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(36), 12 -24.
- Hünler, O.S. (2002). *Dindarlığın evlilik doyumu üzerindeki etkileri ve algılanan evlilik sorunları çözümü becerilerinin, dindarlık ve evlilik doyumu ilişkisi üzerindeki arabulucu rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Hünler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Boyuneğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- İmamoğlu, O. (1994). *Değişim sürecinde aile; Evlilik ilişkileri bireysel gelişim ve demokratik değerler*. Ankara: T.C. Başbakanlık aile araştırma kurumu başkanlığı yayınları.
- Kahveci, G. A. (2016). *Evli çiftlerde evlilik uyumu, evlilik çatışma biçimi ve depresyon düzeylerinin değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Kantarci, D. (2009). *Evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Kansız, M. ve Arkar, H. (2011). Mizaç ve karakter özelliklerinin evlilik doyumu üzerine etkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 24-29.
- Karakoyun, S. (2012). *Major depresyonlu hasta ve eşlerinin çatışma yönetim biçimlerinin evlilik uyumu ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Kart, M. E. (2014). Yetişkin bağlanma stilleri ve çalışma davranışı: Hekimlerle yapılan bir çalışma. *Mülkiye Dergisi*, 28(245), 89-123.
- Kılıç, E. (2017). *Bağlanma biçimlerinin evlilik doyumu ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Kışlak, Ş. T. (1995). *Cinsiyet, Evlilik Uyumu, Depresyon ile Nedensel ve Sorumluluk Yüklemeleri Arasındaki İlişkiler Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Kıslak, Ş. T. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik uyumu, bağlanma biçimleri, yüklemeler ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler, *Aile ve Toplum Dergisi*, 3(9), 61-68.
- Kıslak, Ş. T. ve Göztepe, I. (2012). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler, *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 3(2), 27-46.
- Kobak, R. R. ve Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (6), 861–869.
- Konyalıoğlu, P.A. (2002). *Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki bağlanma tarzları ile kişilik tipleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- 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.
- Meyers, S. A. and Landsberger, S. A. (2002). Direct and indirect pathways between adult attachment style and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 9, 159-172.
- Möller, K., Hwang, C. P. and Wickberg (2006). Romantic attachment, parenthood and marital satisfaction, *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 24(3) , 233–240.
- Murphy B. and Bates G. W. (1997). Adult attachment style and vulnerability to depression. *School of Social and Behavioural Sciences*, 22(6) , 835-844.
- Nolen-Hoeksema, S. (1987). Sex differences in unipolar depression: Evidence and theory. *Psychological Bulletin*, 101(2), 259-282.
- Otlu, B. (2008). Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ve aile işlevleri, Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi Örneği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*. 23, 30-35.
- Ovalı, H. (2010). *Farklı coğrafi bölgelerde yaşayan bireylerin evlilik çatışmalarının çeşitli demografik özelliklere göre karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Ödemiş, H. (2008). *İlköğretim öğretmenlerinin iş tatminleri ile evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- Öner, D. Ş. (2013). *Evli bireylerin evlilik çatışması, çatışma çözüm stilleri ve evlilik uyumlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Özsoy, V. E. (2015). *Bağlanma, Anksiyete ve Bilgi İşleme*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özenç, E. (2002). *The role of attachment styles in partner pairing and satisfaction within marriage in critical and non-critical stages*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Öztürk, M. O. (2002). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Polat, D. (2006). *Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Rıza, S. Ö. (2006). *Evli bireylerin bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin psikolojik iyi oluşları ve evlilik doyumları ile ilişkisinin incelenmesi*. Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Psychology*, 16, 172-186.
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101-117.
- Sancaktar, N. (2016). *Yeni evlenen ve uzun süredir evli olan çiftlerin evlilikte problem çözme becerisi düzeylerinin öznel iyi oluş ve evlilik doyumu düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Sarı, T. (2008). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, bağlanma boyutları ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Senchak, M. and Leonard, K. E. (1992). Attachment styles and marital adjustment among newlywed couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9 (1), 51–64.
- Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships , *The American Journal of Family Therapy*, 31(3), 143-157.
- Sığırcı, A. (2010). *Evli bireylerde bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançların evlilik doyumu ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Solmuş, T. (2008). *Bağlanma ve aşkın iki yüzü*. İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Sümer, N. , Sayıl, M., ve Kazak-Berument, S. (2016). *Anne duyarlılığı ve çocuklarda bağlanma: Anne duyarlılığı sınıflama seti ve bağlanma davranışı seti*. İstanbul: Koç Yayınları.
- Scott R.L. and Cordova J. V. (2002). The influence of adult attachment styles on the association between marital adjustment and depressive symptoms. *J Fam Psychol*, 16(2), 199-208.
- Tarhan, N. (2006). *Evlilik psikolojisi*. İstanbul : Timaş Yayıncılık.
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik Doymu İle Problem Çözme Becerileri, Stresle Başa Çıkma ve Evlilik Süresi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Taycan E. S., Kuruoğlu Ç. T. (2014). Evlilik uyumu ile bağlanma stilleri ve mizaç ve karakter özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(1), 9-18.
- Tezer, E. (1994). Evlilik ve iş doyumu ilişkisi: İkili çatışmalar ve bazı demografik değişkenlerin rolü. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(1), 1-12.
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum, evlilik yaşamı ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7), 1-7.

- Thibaut, J. W. and Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. New York : John Wiley.
- Turanlı, P. (2010). *Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Yeşiltepe, S. S. (2011). *Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluş ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Yıldırım, İ. (1992). *Evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yıldırım, İ. (1993). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki evli bireylerin uyum düzeyleri. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1(4), 23-29.
- Yıldız, M. A. ve Baytemir, K. (2016). Evli Bireylerde Evlilik Doyumu ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 17(1), 67-80.
- Üncü, S. (2007). *Duyusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

EKLER

Ek. 1. Gönüllüleri Bilgilendirme Ve Olur (Rıza) Formu

Sayın katılımcı adayı,

Bu formları sizi Hasan Kalyoncu Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans tezi kapsamında Deniz ÖZTAHTACI tarafından yürütülen “Evli Kadınlarda Yetişkin Bağlanma Biçimleri, Depresyon Düzeyleri ve Evlilik Doyumu İlişkisinin İncelenmesi” başlıklı araştırmaya davet eder, araştırma hakkında size bilgi vermek ve karar vermeniz durumunda araştırmaya katılmaya dair rızanızı almak isteriz.

Bu araştırmanın amacı, bireylerin bağlanma biçimlerinin (diğer insanlarla ilişkilerinde temel olarak nasıl deneyimler yaşadıkları), evlilik doyumlarının ve depresyon düzeylerinin birbiriyle olan ilişkisini incelemektir. Araştırmada sizden tahminen 20 dakika ayırmanız istenmektedir. Araştırmaya sizin dışınızda tahminen 350 kişi katılacaktır.

Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup imzalamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir noktada çalışmadan çekilme hakkına sahiptir.

Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır; ancak bize verdiğiniz ve kişisel bilgilerinizi yansıtmayan bilgi ve veriler yayın amacı ile kullanılabilir. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya aşağıda belirtilmiş iletişim kanallarını kullanarak ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında genel/size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Araştırmacı: Deniz Öztahtacı

Email: denizozthtci@hotmail.com

Bu araştırma Hasan Kalyoncu Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Doç. Dr. Hanna Nita Scherler gözetiminde sürdürülmektedir. Bu araştırma hakkında bir konuda bölüm ile bağlantı kurmak isterseniz aşağıdaki iletişim bilgilerini kullanabilirsiniz.

Yukarıdaki bilgileri okudum, anladım ve araştırmaya kendi rızamla katılmak istiyorum.

Tarih:

İmza:



Ek. 2. Kişisel Bilgi Formu

Bu çalışma dahilinde sizlere bir dizi anket uyguluyor olacağım. Bu anketleri cevaplandırırken lütfen, maddeleri ve cevap seçeneklerini dikkatlice okuyup, size ne kadar uygun olana karar veriniz. Lütfen tüm anketleri başlarındaki yönergelerde belirtildiği şekilde değerlendiriniz ve doldurunuz. Hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Bu anketlere vereceğiniz cevaplar yalnızca araştırmacı tarafından bilinecek ve gizli kalacaktır bu nedenle isminizi yazmanıza gerek yoktur. Lütfen, değerlendirmeleri eşinizden bağımsız olarak yapınız.

Katkılarınız için teşekkürler.

1) Cinsiyetiniz:

2) Yaşınız:

3) Eğitim Düzeyiniz:

a) Okur-yazar b) İlköğretim c) Lise d) Üniversite e) Yüksek lisans-doktora

4) Mesleğiniz:

5) Çalıştığınız yer:

a)Çalışmıyorum b)Özel sektörde çalışıyorum c)Devlet memuruyum d)Serbest çalışıyorum

6)Aylık geliriniz:

a) 1000 TL 'nin altında b) 1000 TL –4000 TL arasında c) 4000 TL ve üstü.

7) Kaç yıldır evlisiniz? :

8) Çocuğunuz var mı, varsa kaç tane:

a) Var, _____ tane b) Yok

9) Evlilik biçiminiz: a) Anlaşarak b) Görücü usulü c)Diğer, yazınız:_____

10) Eşinizle evlenmeden önceki tanışıklık süreniz:

11) Kaçınıcı evliliğiniz? :

Ek. 3. İlişki Ölçekleri Anketi (RSQ)

Yönerge: 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.(Maddelerin sizi ne kadar tanımladığının puanına karar verip yandaki boşluğa yazınız.)

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

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 yakınlaşırsam 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 yakınlaşması 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 değer kadar değer vermediğini 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 yakınlaştığında 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 bağlanmamalarını 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 yakınlaşmakta 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 yakınlaşmayı nispeten kolay bulurum.(1-----2-----3-----4----5----6----7)

Ek. 4. Evlilik Yaşamı Ölçeği

Prof. Dr. Esin Tezer

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

1. Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.

() Kesinlikle katılmıyorum () Katılmıyorum () Kararsızım () Katılıyorum () Kesinlikle katılıyorum

2. Evliliğimizdeki engellerin aşılamaz olduğunu düşünüyorum.

() Kesinlikle katılmıyorum () Katılmıyorum () Kararsızım () Katılıyorum () Kesinlikle katılıyorum

3. Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.

() Kesinlikle katılmıyorum () Katılmıyorum () Kararsızım () Katılıyorum () Kesinlikle katılıyorum

4. Evliliğimizde giderek eksilen heyecan beni rahatsız ediyor.

() Kesinlikle katılmıyorum () Katılmıyorum () Kararsızım () Katılıyorum () Kesinlikle katılıyorum

5. Evliliğimiz zaman zaman bana bir yük gibi geliyor.

() Kesinlikle katılmıyorum () Katılmıyorum () Kararsızım () Katılıyorum () Kesinlikle katılıyorum

6. Huzurlu bir ev yaşamım var.

() Kesinlikle katılmıyorum () Katılmıyorum () Kararsızım () Katılıyorum () Kesinlikle katılıyorum

7. Evliliğimiz her geçen gün daha iyiye doğru gitti.

Kesinlikle katılmıyorum Katılmıyorum Kararsızım Katılıyorum Kesinlikle katılıyorum

8. Bizim ilişkimiz ideal bir karı-koca ilişkisidir.

Kesinlikle katılmıyorum Katılmıyorum Kararsızım Katılıyorum Kesinlikle katılıyorum

9. Eşim benim için aynı zamanda iyi bir arkadaştır.

Kesinlikle katılmıyorum Katılmıyorum Kararsızım Katılıyorum Kesinlikle katılıyorum

10. Başbaşa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.

Kesinlikle katılmıyorum Katılmıyorum Kararsızım Katılıyorum Kesinlikle katılıyorum

Ek. 5. Beck Depresyon Envanteri (BDE)

Aşağıda, kişilerin ruh durumlarını ifade ederken kullandıkları bazı cümleler verilmiştir. Her madde bir çeşit ruh durumunu anlatmaktadır. Her maddede o ruh durumunun derecesini belirleyen 4 seçenek vardır. Lütfen bu seçenekleri dikkatle okuyunuz. Son bir hafta içindeki (şu an dahil) kendi ruh durumunuzu göz önünde bulundurarak, size en uygun olan ifadeyi bulunuz. Daha sonra, o maddenin yanındaki harfin üzerine (X) işareti koyunuz.

1)	a. Kendimi üzgün hissetmiyorum b. Kendimi üzgün hissediyorum c. Her zaman için üzgünüm ve kendimi bu duygudan kurtaramıyorum d. Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum
2)	a. Gelecekte umutsuz değilim b. Gelecek konusunda umutsuzum c. Gelecekte beklediğim hiç bir şey yok d. Benim için bir gelecek olmadığı gibi bu durum değişmeyecek
3)	a. Kendimi başarısız görmüyorum b. Herkesten daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır c. Geriye dönüp baktığımda, pek çok başarısızlığımın olduğunu görüyorum d. Kendimi bir insan olarak tümüyle başarısız görüyorum
4)	a. Her şeyden eskisi kadar doyum (zevk) alabiliyorum b. Her şeyden eskisi kadar doyum alamıyorum c. Artık hiçbir şeyden gerçek bir doyum alamıyorum d. Bana doyum veren hiçbir şey yok. Her şey çok sıkıcı
5)	a. Kendimi suçlu hissetmiyorum b. Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor c. Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum d. Kendimi her an için suçlu hissediyorum
6)	a. Cezalandırılıyormuşum gibi duygular içinde değilim b. Sanki bazı şeyler için cezalandırılabilirmişim gibi duygular içindeyim c. Cezalandırılacakmışım gibi duygular yaşıyorum d. Bazı şeyler için cezalandırılıyorum

7)	a. Kendimi hayal kırıklığına uğratmadım b. Kendimi hayal kırıklığına uğrattım c. Kendimden hiç hoşlanmıyorum d. Kendimden nefret ediyorum
8)	a. Kendimi diğer insanlardan daha kötü durumda görmüyorum b. Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum c. Kendimi hatalarım için her zaman suçluyorum d. Her kötü olayda kendimi suçluyorum
9)	a. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok b. Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum ama böyle bir şey yapamam c. Kendimi öldürebilmeyi çok isterdim d. Eğer bir fırsatını bulursam kendimi öldürürüm
10)	a. Herkesten daha fazla ağladığımı sanmıyorum b. Eskisine göre şimdilerde daha çok ağlıyorum c. Şimdilerde her an ağlıyorum d. Eskiden ağlayabilirdim. Şimdilerde istesem de ağlayamıyorum
11)	a. Eskisine göre daha sinirli veya tedirgin sayılmam b. Her zamankinden biraz daha fazla tedirginim c. Çoğu zaman sinirli ve tedirginim d. Şimdilerde her an için tedirgin ve sinirliyim
12)	a. Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim b. Eskisine göre insanlarla daha az ilgiliyim c. Diğer insanlara karşı ilgimin çoğunu kaybettim d. Diğer insanlara karşı hiç ilgim kalmadı
13)	a. Eskisi gibi rahat ve kolay kararlar verebiliyorum b. Eskisine kıyasla şimdilerde karar vermeyi daha çok erteliyorum c. Eskisine göre karar vermekte oldukça güçlük çekiyorum d. Artık hiç karar veremiyorum
14)	a. Eskisinden daha kötü bir dış görünüşüm olduğunu sanmıyorum b. Sanki yaşlanmış ve çekiciliğimi kaybetmişim gibi düşünüyorum ve üzülüyorum c. Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan ve beni çirkinleştiren değişiklikler olduğunu hissediyorum

	d. Çok çirkin olduğumu düşünüyorum
15)	a. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum b. Bir işe başlayabilmek için eskisine göre daha çok çaba harcıyorum c. Ne olursa olsun, yapabilmek için kendimi çok zorluyorum d. Artık hiç çalışmıyorum
16)	a. Eskisi kadar kolay ve rahat uyuyabiliyorum b. Şimdilerde eskisi kadar kolay ve rahat uyuyamıyorum c. Eskisine göre bir veya iki saat erken uyanıyor, tekrar uyumakta güçlük çekiyorum d. Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum
17)	a. Eskisine göre daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum b. Eskisinden daha çabuk ve kolay yoruluyorum c. Şimdilerde neredeyse her şeyden, kolayca ve çabuk yoruluyorum d. Artık hiçbir şey yapamayacak kadar yorgunum
18)	a. İştahım eskisinden pek farklı değil b. İştahım eskisi kadar iyi değil c. Şimdilerde iştahım epey kötü d. Artık hiç iştahım yok
19)	a. Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi/aldığımı sanmıyorum b. Son zamanlarda istemediğim halde iki buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım c. Son zamanlarda beş kilodan fazla kaybettim/aldım d. Son zamanlarda yedi buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım
20)	a. Sağlığım beni pek endişelendirmiyor b. Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sıkıntılarım var c. Ağrı sızı gibi bu sıkıntılarım beni çok endişelendiriyor d. Bu tür sıkıntılar beni öylesine endişelendiriyor ki başka bir şey düşünemiyorum
21)	a. Son zamanlarda cinsel yaşantımda dikkatimi çeken bir şey yok b. Eskisine göre cinsel konularla daha az ilgileniyorum c. Şimdilerde cinsellikle pek ilgili değilim d. Artık cinsellikle hiç bir ilgim kalmadı

Ek. 6. Etik Kurul

**T.C
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ETİK KURULU KARARI**

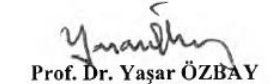
Tarihi: 29.09.2016

No: 31

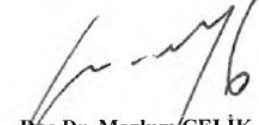
ÇALIŞMANIN TÜRÜ:	Yüksek Lisans
KONU:	Anket Uygulama
BAŞLIK:	Evli Kadınlarda Yetişkin Bağlanma Biçimleri Depresyon Düzeyleri ve Evlilik Doyumunun İlişkisinin İncelenmesi
PROJE/TEZ YÜRÜTÜCÜSÜ:	Doç. Dr. Hanna Nita SCHERLER
TEZ YAZARI:	Deniz ÖZTAHTACI
KARAR:	Olumlu

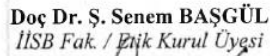
Prof. Dr. Şener BÜYÜKÖZTÜRK
Eğitim Fak./Etik Kurul Başkanı

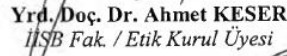

Prof. Dr. Şaban KAYMAKÇI
Hukuk Fak. /Etik Kurul Üyesi


Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY
Eğitim Fak. / Etik Kurul Üyesi


Prof. Dr. Tolga ARICAK
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi


Doç Dr. Mazlum ÇELİK
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi


Doç Dr. Ş. Senem BAŞGÜL
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi


Yrd./Doç. Dr. Ahmet KESER
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi

