



**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**BENLİK FARKLILAŞMASI İLE CİNSEL BENLİK
ŞEMALARI VE CİNSEL DOYUM ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Buse Sıdika Göçmen

Tez Danışmanı: Dr. Öğr.Üyesi Çiğdem Yavuz Güler

İstanbul, 2018

**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**BENLİK FARKLILAŞMASI İLE CİNSEL BENLİK
ŞEMALARI VE CİNSEL DOYUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

Buse Sıdıka Göçmen

154102220

Yüksek Lisans Tezi

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Yavuz Güler

İstanbul, 2018



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102220
Öğrenci Adı Soyadı	: Buse Sıdika Göçmen
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Yavuz Güler
Tezin Başlığı	: " Benlik Farklılaşmasının Cinsel Benlik Şemaları ve Cinsel Doyum Arasında İlişkinin İncelenmesi"

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 07.08.2018	Saati	: 11:00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="radio"/> GELDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p style="text-align: center;"><input checked="" type="radio"/> OY BIRLIGI <input type="radio"/> OY ÇOKLUGU</p> <p><input checked="" type="radio"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.</p> <p><input type="radio"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)</p> <p><input type="radio"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.</p>			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="radio"/> Değişmedi. <input type="radio"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="radio"/> GELMEDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p style="text-align: center;"><input type="radio"/> OY BIRLIGI ile REDDEDİLMİŞTİR.</p>			

ile almıştır.

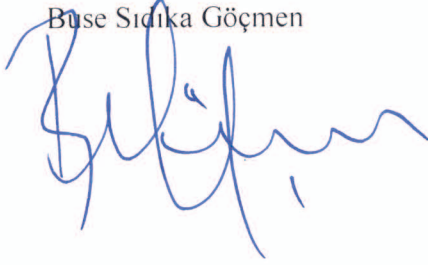
Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Yavuz Güler	
Üye	Doç. Dr. Tuğba Altıntaş	
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Meltem Aslan Gördesli	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “**Benlik Farklılaşmasının Cinsel Benlik Şemaları ve Cinsel Doyum Arasında İlişkinin İncelenmesi**” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

21/07/2018

Buse Sıdıka Göçmen



ÖNSÖZ

Tez danışmanım, değerli hocam, Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem YAVUZ GÜLER 'e mesleki gelişimime bulunduğu katkılar, araştırma sürecinde verdiği geri bildirimler, tezin tamamlanmasındaki emekleri ve en çok da sıcakkanlılığı ve yardımseverliği için teşekkür ederim.

İlgileri ve değerlendirmeleri için sayın jüri üyeleri, Doç. Dr. Tuğba ALTINTAŞ ve Dr. Öğr. Üyesi Meltem ASLAN GÖRDESLİ' ye de teşekkür ederim. Süreçte zorlandığım zamanlarda ve noktalarda bilgisiyle beni aydınlatan ve yardımcı olan Mehmet Akif KARAKUŞ 'a teşekkürü bir borç bilirim.

Bu süreçte beni destekleyen ve ihtiyaç duyduğumda değerli görüş ve önerileriyle yanımda olan arkadaşlarım, Tuğçe KARAOĞLAN, Ece AYSAN, Berna ŞİMŞEK ve Can KAMSIZ' a teşekkür ederim.

Ölçme araçlarımı doldurarak araştırmanın gerçekleşmesini sağlayan tüm katılımcılara, bu süreçte yardım eden herkese ve Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nün tüm değerli öğretim üyelerine, beni bugüne taşıyan tüm hocalarıma ve arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Araştırma sürecinde desteklerini esirgemeyen kardeşlerim Sezai GÖÇMEN ve Serdar GÖÇMEN'e son olarak, bugüne kadar hayatımın her noktasında sihirli dokunuşlarını ve emeğini hep hissettiğim sevgili annem Fatma GÖÇMEN ve babam Mustafa GÖÇMEN'e bana olan inaçları ve sonsuz destekleri için teşekkür ederim.

Buse Sıdıka Gçmen, Yksek Lisans Tezi, İstanbul, 2018
**Benlik Farklılaşmasının Cinsel Benlik Şemaları ve Cinsel Doyum Arasında
İlişkinin İncelenmesi**

ÖZET

Araştırma; Benlik farklılaşmasının cinsel benlik şemaları ve cinsel doyum arasında ilişki olup olmadığının incelenmesi ve bu değişkenlerin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın modeli ilişkiisel tarama modelidir. Araştırmanın sonucunda Benlik farklılaşması duygusal kopma alt boyutu ile cinsel doyum arasında pozitif ve yüksek ilişki olduğu ve benlik farklılaşmasının alt boyutu olan ben pozisyonu alma ile cinsel doyum arasında negatif ve yüksek bir ilişki olduğu saptanmıştır. Benlik farklılaşmasının duygusal kopma ve başkalarına bağlanma alt boyunun cinsel benlik şemasının dolaysız olma alt boyutu ile pozitif ve yüksek bir ilişkiye sahip olduğu ve benlik farklılaşmasının duygusal tepkisellik alt boyu ile sevgi dolu alt boyutu olan cinsel benlik şeması arasında negatif ve yüksek bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Benlik Farklılaşması, Cinsel Doyum, Cinsel Benlik Şeması

Buse Sıdıka Göçmen, Master Thesis, İstanbul, 2018
**Investigation of The Relationship Between Differentiation of Self, Sexual Self
Schemas and Sexual Satisfaction**

ABSTRACT

This study aims to was relationship between sexual self shemes and sexual satisfaction has been examined within Self differentiation. There is an intention that the variables show an alteration accoding to the demographic characteristics.

As a result of the research, it was determined that there is a positive and high correlation between the emotional cut-off subscale and sexual satisfaction, and that there is a negative and high correlation between the subscale of self-perception and sexual satisfaction. It has been found that self-differentiation has a positive and high relationship with emotional breakdown and attachment to others, and that the self-differentiation has a negative and high correlation with the emotional responsiveness sub-height and the loving sub-dimension sexual self-schema.

Keywords: Differentiation of self, Sexual Satisfaction, Sexual Self-Shcema

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	i
ÖNSÖZ.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLO LİSTESİ	vii
GİRİŞ.....	1
I. BÖLÜM	13
KURAMSAL AÇIKLAMALAR	13
1.1. Aile Terapisi	13
1.1.1. Aile Terapisinin Tarihsel Kökenleri.....	14
1.1.1.1. Psikanaliz	16
1.1.1.2. Genel Sistemler Teorisi ve Sibernatik.....	16
1.1.1.3. Ailenin Ve Şizofreninin Rolü.....	18
1.1.1.4. Çift ve Aile Terapisi.....	20
1.1.1.5. Grup terapisi.....	21
1.1.2. Aile Terapisi Kuramları	21
1.1.2.1 Yapısal Aile Terapisi.....	21
1.1.2.2. Yaşantısal Aile Terapisi	22
1.1.2.3. Sembolik – Yaşantısal Terapi	24
1.1.2.4. Sistemik ve Stratejik Aile Terapileri.....	25
1.1.2.4.1. ZAE Sistemik Terapi.....	25
1.1.2.4.2. Stratejik Aile Terapisi	26
1.1.2.5. Bilişsel Davranışçı Aile Terapisi.....	27
1.1.2.6. Psikanalitik Aile Terapisi	28
1.1.2.7. Bowen Aile Sistem Teorisi	29
1.1.2.7.1. Sistemik Üçgenler	30
1.1.2.7.2. Çekirdek Ailenin Duygusal Sistemi.....	31

1.1.2.7.3. Aile Yansıtma Süreci.....	31
1.1.2.7.4. Kardeş Pozisyonu.....	32
1.1.2.7.5. Nesiller Arası Aktarım.....	32
1.1.2.7.6. Duygusal Yoksunluk.....	32
1.1.2.7.7. Toplumsal Duygusal Süreç.....	33
1.1.2.7.8. Benlik Farklılaşması.....	33
1.2. Cinsel Doyum.....	39
1.3. Cinsel Benlik Şemaları.....	43
1.3.1. Cinsel Benlik Şemaları ve Bireysel Değişkenler.....	47
1.3.2. Cinsel Benlik Şemaları ve İlişkisel Değişkenler.....	51
1.3.3. Cinsel Benlik Şemaları ve Sosyokültürel Değişkenler.....	54
1.4. Farklılaşma ve Cinselliğin Birlikte İncelendiği Araştırmalar.....	55
II. BÖLÜM.....	58
YÖNTEM.....	58
2.1. Sosyodemografik Veri Formu.....	60
2.2. Benliğin Ayrışması Ölçeği (Baö).....	60
2.3. Yeni Cinsel Doyum Ölçeği (Ycdö).....	61
2.4. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği (Cbşö).....	61
III. BÖLÜM.....	63
BULGULAR.....	63
3.1. Bağımlı Değişkenlerin Demografik Değişkenlerce Farklılaşma Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Hipotez Testleri.....	63
3.2. Değişkenler Arasındaki İlişkiyi Belirlemek İçin Yapılan Korelasyon Analizleri.....	80
IV. BÖLÜM.....	83
YORUM.....	83
4.1. Benlik Farklılaşması Ölçeği Alt Boyutu ve Toplam Puanlarının Demografik Bulgulara Göre Yorumu.....	83
4.2. Cinsel Doyum Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Demografik Bulgularına Göre Yorumu.....	85
4.3. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Demografik Bulgulara Göre Yorumu.....	87
4.4. Benlik Farklılaşması Ölçeği İle Cinsel Doyum Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonun Yorumu.....	89

4.5. Benlik Farklılaşması İle Cinsel Benlik Şeması Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonun Yorumu.....	91
SONUÇLAR VE ÖNERİLER	94
KAYNAKÇA.....	96
EKLER.....	106
Kişisel Bilgi Formu	106
Benliğin Ayrışması Ölçeği	107
Yeni Cinsel Doyum Ölçeği.....	108
Cinsel Benlik-Şeması Ölçeği.....	110
ÖZGEÇMİŞ.....	111

TABLO LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Bilgilerine İlişkin dağılımı (n=159)	59
Tablo 2. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	63
Tablo 3. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	64
Tablo 4. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	65
Tablo 5. Benlik Farkındalığı Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının İlişki süresi değişkenine, göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan ANOVA testi sonuçları.....	66
Tablo 6. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	67
Tablo 7. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı Memnuniyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	68

Tablo 8. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları.....	69
Tablo 9. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	70
Tablo 10. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	71
Tablo 11. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının İlişki süresi değişkenine, göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan ANOVA ve LSD testi sonuçları.....	72
Tablo 12. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	73
Tablo 13. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı Memnuniyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	74
Tablo 14. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları.....	75
Tablo 15. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları.....	75
Tablo 16. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	76
Tablo 17. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının İlişki süresi değişkenine, göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan ANOVA ve LSD testi sonuçları.....	77
Tablo 18. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları.....	78

Tablo 19. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı Memnuniyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları	79
Tablo 20. Benlik Farklılaşması ölçeği ile Cinsel Doyum ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyonu belirlemek üzere yapılan Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı Analizi	80
Tablo 21. Benlik Farklılaşması ölçeği ile Cinsel Benlik Şemaları ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyonu belirlemek üzere yapılan Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı Analizi	81

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problem tanımı, amacı, önemi, sınırlılıkları ve sayıtlara yer verilmiştir.

Problem

Evlilik hayatı, çiftlerin köken ailelerinden öğrendikleri ve kendi evlilik yaşantılarına taşıdıkları bir dizi alışkanlıklar ve beklentiler zincirinden oluşmaktadır. İki farklı aile ortamında yetişen bireylerin evlilik hayatına getirecekleri birtakım alışkanlıkları, duygu, düşünceleri ve davranış biçimleri olabilir. Çiftin ilişkisinin şekillenmesinde geldikleri aile önemli bir etkidir. Çünkü çiftler, ailelerindeki ilişki biçimini ve aile göreneklerini kendi ilişkilerine taşırlar ve eşlerinden de buna göre davranmalarını beklerler. Aileler de, çocuklarının kendi ailelerinden bağımsız kuracakları aile yapısına alışmakta zorluk yaşar ve sürekli müdahale ederlerse bu durum çiftin ilişkisinde birtakım güçlükler yaratır. Bu nedenle evlilik veya ilişki sorunları ile ilgilenirken çiftin kök aile yapısının önemi yadsınamaz (Velidedeoğlu, 2011). Bowen (1985), en az üç kuşak boyunca ailelerin değerlerini, inanç sistemlerini, davranış kalıplarını ve kaygılarını birbirine aktaran duygusal bir sistem olduğunu ileri sürmüştür. Ona göre, bireyler birbirlerine düşündüklerinden daha bağımlıdır ve daha tepkisel davranmaktadırlar. Bowen, duygusal yaşamlarımızdaki özerkliğimiz sandığımızdan çok daha sınırlı olduğunu düşünmektedir (Nichols, 2013).

Aile sistemi kurama göre “aile” belli bir geçmişi paylaşan, aralarında duygusal bağı olan, ailenin içinde yer alan üyelerin ve ailenin tümünün ihtiyaçlarını karşılamak için stratejiler planlayan bireylerden oluşmuş karmaşık bir yapıdır. Bowen’ın aile sistemleri kuramına göre; aile, birbirine bağlı ya da bağımlı sistemlerden meydana gelir. Bireyi anlamak için bireyin aile sistemini anlamak gerekir. Bir aile sisteminin üyesi olarak bütün üyeler birbirleri ile bağlantılıdır ve sistemin her üyesi diğerlerini etkiler (Sabatelli ve Bartle, 1995). Bowen’ın “Aile Sistemi Kuramı” sekiz kavramdan oluşur. Bunlar; benlik farklılaşması, sistemik üçgenler, çekirdek ailenin duygusal sistemi, aile yansıtma süreci, kuşaklar arası geçiş süreci, kardeş konumu, duygusal yoksunluk kavramı ve toplumdaki duygusal süreçtir.

Bowen (1985), bireyin farklılaşmadığı zaman, duygusal kaynaşma (fusion) ve duygusal kesinti yaşayacağından söz etmektedir. Ona göre, ailelerdeki en büyük sorun “duygusal kaynaşma”dır. Diğerlerine karşı hissedilen içgüdüsel gereksinim sağlıklı bir şekilde abartıldığında duygusal kaynaşma ortaya çıkmaktadır. Kaynaşma, bazı bireylerde birliktelik ihtiyacı olarak kendini doğrudan gösterirken bazılarında ise sahte bir bağımsızlık maskesinin ardına gizlenmektedir. Benliği farklılaşmış birey, kendini izole etme gereksinimi hissetmeden başkalarıyla ilişkisini sürdürüp kendi özerkliğini koruyabilir (Nichols, 2013).

Benliğin ayrımlaşması (farklılaşması) kavramı, Bowen Aile Sistemi Kuramı'nın yapısını şekillendirmektedir. Çünkü bu kavram evrenseldir. Bireyleri, birleşme ve farklılaşma düzeylerine göre tanımlamaktadır. Benliğin ayrımlaşması sürecinde anne-baba ile yaşanan ilişki temeldir. Kurama göre; aile bir sistemdir, ailenin her üyesi de bir bireydir. Ancak üyeler birbirleriyle birleşmekte ve kaynaşmaktadır (Papero, 1995).

Bowen, benlik farklılaşması kavramını oluştururken biyolojideki hücre gelişiminin kritik döneminden etkilenmiştir. Buna göre, basit hücreler farklı ve daha özellikli yeni bir hücre oluşturabilmek için eski ve daha az gelişmiş özelliklerini terk ederek ayrımlaşır. Bowen, bu hücresel ayrımlaşması bireylerin “ayrılma” ve “beraberlik” olarak birbirine zıt iki doğal gücü kontrol etme ve dengeleme kapasitesine uyarlamıştır. Ayrılma kişinin bireyselliğine ve biricikliğine vurgu yaparken, beraberlik kişinin ait olma (sevgi ve kabul görme) gereksinimini gösteren bir güçtür. Bu iki gücün dengeli ve uyumlu bir şekilde bulunduğu ailelerde bireyler birbirleri ile beraber hareket edebilirken kendi bireyselliklerini de ifade edebilme imkanı bulurlar (Shapiro, 2007).

Bowen'a (1985) göre, aile üyelerinde nesilden nesile aktarılan davranış kalıpları ile ilgili farkındalığın artırılması ve her bir aile üyesinin olabildiğince benliğinin farklılaşması önemlidir. Farklılaşma, bireyin güçlü bir benlik duygusuna sahip olması ve diğerlerinin etkisinde kalmadan davranışlarını seçebilmesi yeteneğidir (Fenell ve Weinfeld, 2003; akt. Acar ve Acar, 2013). Benliği farklılaşmamış bireyler, daha katı olup kendilerini iyi hissetmek için diğerlerine duygusal olarak daha bağlı olmaktadır. Benliği farklılaşmış bireyler ise çevresindeki kişilerin duygularının farkında olup objektif davranabilmekte ve duygusal mesafelerini korumayı başararak kendi duygularını hissedebilmektedirler (Becvar ve Becvar, 2006).

Benlik farklılaşması birey için gerekli ve önemli bir süreçtir. Bunun olmaması durumunda birey önceki kuşakta var olan ve işlevsel olmayan davranış, inanç ve değer kalıplarını bir sonraki nesile aktarmaya devam eder (Kesici vd., 2014). Sharf'a (2008) göre, bireyin bilişsel süreçlerini duygusal süreçlerinden ayırabilmesi de benliğin farklılaşmasının açık bir göstergesidir (Acar ve Acar, 2013).

Ailedeki kaygı düzeyi, aile içindeki bir bireyin duygusal ve bilişsel sisteminde bir karmaşaya neden olduğunda ve benzer bir durum ailenin genelinde görüldüğünde aile içindeki sınırlar ve bireysel kimlikler kaybolur (Bowen, 1985). Böyle ailelerde var olan yoğun duygusal ilişkiler füzyona, iç içe geçmeye neden olur. Diğer yandan, anksiyete düzeyi düşük ailelerde aile üyeleri arasında otonomi ve ayrışma düzeyi oldukça yüksek gözlenir (Kesici vd., 2014).

Farklılaşma becerisi, bireyin güçlülere uyum sağlamasına yardım eden, kendisine zarar verebilecek ve onun özerkliğini bastırarak yoğun ilişkileri engelleyen oldukça önemli bir özelliktir. Bu sayede birey, içinde bulunduğu grubun işlevsel olmayan düşünce kalıplarını yordayabilir ve onları koşulsuz kabul etmez (The Bowen Center 2018).

Benliğin farklılaşması ve "ben" in bireyselleşmesi, kişinin kök ailesine karşı kendini aşırı bir sorumluluk altında hissetmeden onlardan bağımsız bir şekilde davranabilmesi yeteneğidir. Bireyselleşmenin zıddı ise duygusal bütünleşmedir. Duygusal bütünleşme genel olarak aile veya çift ilişkisinde otonominin azalması ve bireyin kendisi için önemli olan diğer bireylerle karşılıklı etkileşiminde daha fazla duygusal tepkilerinin var olmasıyla kendini göstermektedir. Bununla birlikte kendi kendine sorumluluk almaktan kaçınma veya diğerlerinin yerine aşırı derecede sorumluluk üstlenme tepkisiyle de kendini göstermektedir (Bray,1995).

Benlik farklılaşması kavramı; bireyin duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırması, güçlü bir benlik duygusuna sahip olması, kendi kararlarını diğerlerinin tesirinde kalmadan vermesi ve kararlarının sorumluluğunu alması, kendisinin ailesinden ayrı bir birey olduğunu fark etmesi süreci olarak tanımlanabilir (Acar ve Acar, 2013).

Farklılaşma düzeyi düşük bireyler gerçeklerle duyguları ayırt edemezler, daha çok duygularına göre hareket ederler/karar verirler, enerjilerinin çoğunu aşk/sevgiyi aramaya harcarlar, bilişsel aktiviteleri heyecanlardan ayırt edemezler ve savunmasız oldukları için aile ikilemi içinde kaybolurlar. Bu kişilerin yaşamları onay alma ve onay alamadıkları kişileri cezalandırmakla geçer, çok fazla fiziksel ve duygusal sorun yaşarlar, semptom geliştirmeye daha yatkındırlar ve üretici-amaç odaklı işlerle uğraşmak için çok az enerjileri vardır. Bu kişiler, kendi farklılaşma düzeylerine benzer düzeyde eş seçer ve onlarla iç içe geçerler (Bowen, 1985; Kerr ve Bowen, 1988). Farklılaşma düzeyi yüksek bireyler ise düşünce ve duygularının farkındadırlar ve her ikisine de yaşamlarında yer verirler. Ancak duygularının mantıksal süreçlerini yönlendirmelerine izin vermezler. Durumlar karşısındaki duruşları nettir ve değişik durumlara kolay uyum sağlayabilirler (Goldenberg ve Goldenberg, 2008).

Benliğin farklılaşması düzeyine bağlı olarak iki benlik tanımlanmıştır. Bunlar, tutarlı ben (solid self) ve sahte/yalancı ben (pseudo self)'dir. Tutarlı ben, dış etkilere karşı dayanıklıdır ve belirli inanç, görüş ve ilkelerden oluşur. Yoğun kaygı karşısında inanç ve yaşam ilkelerine göre hareket eder ve davranışlarının sorumluluğunu alır. Sahte/yalancı ben ise yapmacık bendir. Duygusal baskı altındadır ve bu baskı tarafından yönlendirilir. Dış etkilere karşı dayanıksızdır ve biyolojik kökenlidir. Birleşmeye sahte ben neden olur (Bowen, 1985; Kerr ve Bowen, 1988).

Bowen (1985), bireyin farklılaşma düzeyini etkileyen toplam dört tane faktör tanımlamıştır ve bu faktörler aynı zamanda çekirdek ailenin duygusal sürecini de etkiler. Bu faktörlerden ilki duygusal tepkiselliktir. Duygusal tepkisellikte, duyguların düşünceleri bastırması nedeni ile bireyselleşmenin, diğer bir ifade ile farklılaşmanın bastırılması söz konusudur. İkinci faktör duygusal ilişkiyi kesmedir. Duygusal ilişkiye kesmede aile üyelerinin, çözülmemiş bir duygusallık nedeni ile fiziksel ve psikolojik olarak birbirlerinden kaçınmalarıdır. Üçüncü faktör iç içe geçmedir ve duygusal-bilişsel yönlerin birbirine karışması nedeni ile bireyin kendine ve başkalarına karşı net algıyı kaybetmesidir. Dördüncü faktör ise ben-pozisyonu alabilmedir. Ben-pozisyonu almada bireyin duygu ve düşüncelerini kişisel ve sorumlu bir biçimde ortaya çıkarmasının, diğer bireyleri kendi düşüncelerini ifade etme konusunda cesaretlendirmesi söz konusudur (Bowen, 1985; Kerr ve Bowen, 1988).

Farklılaşma düzeyleri yüksek bireyler, kişinin şartlar zorlaştığında güçlü bir etki yaratarak ve sakin kalarak mantıklı akıl yürütmeye devam edebilirler. Esnek, uyarlanabilir ve stresle daha iyi başa çıkabilen, bu bireyler rasyonelliğini korurken aynı zamanda ilişki yürütürken özerklik ölçüsünü de her zaman dengede tutmaktadır. Bunun aksine aile içinde yoğun bir duygusallık etkisi altında olan ve zayıf farklılaşmış bireyler karışıklık ve duygusal kesiklikle yüzleşmektedir (Kerr ve Bowen, 1988).

Bowen (1978), düşük düzeyde farklılaşan bireylerin yaşamları boyunca diğer kişilere göre daha yüksek kronik kaygı içinde olacağını belirtmiştir. Yine düşük farklılaşan bireylerin stres altında fonksiyonel olmadığı, etkili problem çözme mekanizmasına sahip olmadığı ve dolayısıyla kaygı, somatizasyon, depresyon, alkolizm ve psikotizm gibi psikolojik ve fiziksel semptomlardan daha fazla şikâyetçi olduğu bilinmektedir (Kerr ve Bowen, 1988).

Farklılaşma düzeyi yüksek olan bireylerin ise düşük olanlara göre yaşamlarında önemli farklılıklar mevcuttur. Bu kişiler genel olarak daha iyi bir psikolojik adaptasyon düzeyine sahiptirler. Greene, Hamilton ve Rolling (1986), yatarak ve ayakta tedavi gören katılımcıların, tanıdan bağımsız olarak, klinik olmayan bir kontrol grubundakilere göre anlamlı olarak daha düşük farklılaşma seviyesine sahip olduğunu belirtmişlerdir. Benzer şekilde, yakın ilişkilerinde daha az farklılaşma düzeyine sahip yetişkinlerin daha az sağlık sorunu yaşadıkları ortaya çıkmıştır (Bray, Harvey ve Williamson, 1987). Aynı şekilde samimiyet ve yakınlıktan uzak bir düşük farklılaşma düzeyinin olduğu evliliklerde çiftlerin birbirlerine daha fazla duygusal tepkisel yaklaştığı bilinmektedir (Harvey, Curry ve Bray, 1991).

Mert ve Topal (2018), yaptıkları çalışmada benlik farklılaşmasının cinsiyetler arasında farklılaştığına ilişkin bulgular ortaya çıkarmıştır. Kadın ve erkek katılımcıların duygusal tepkisellik ve başkalarına bağımlılık boyutlarında farklı düzeyde olduklarını belirtmişlerdir. Buna göre kadınlar erkeklere göre daha yüksek bir duygusal tepkisellik düzeyine sahiptir.

Biyolojik, psikolojik, sosyo-kültürel, ahlaki, dini vb. boyutları olan cinselliğe dair günümüze kadar birçok tanımlama ve açıklama yapılmıştır. Genellikle, cinsellik söz konusu olduğunda, akla gelen ilk kelimeler; haz, arzu, üreme, aşk ve yakınlıktır. Özkan

(2001) cinselliği kişinin, bedensel, psikolojik ve toplumsal deneyimlerinin önemli bir yönü olup sadece basit bir şekilde üreme için yapılan biyolojik bir yaşantı değil, kişilerarası duyguların iletişimine yarayan, kişiye keyif veren ve kişinin hoş duygular tatmasını sağlayan bir yaşantı olarak tanımlamaktadır. Aydın (2002) ise cinselliği, iki insanın uyumlu bir şekilde beraber oldukları, ahlaki ilkelerin, sosyal kuralların ve yaşanılan toplumun önyargılarının etkilediği, biyolojik, psikolojik ve sosyal yönleri olan özel bir yaşam deneyimi olarak tarif etmektedir. Freud, cinsellik teorisinde insan davranışlarının kaynağı olarak cinsel faktörlerin önemini ortaya koymuş ve cinselliği, kişilik gelişimi ve patolojik gelişimin insan davranışlarını yöneten güdünün temelindeki dürtü olarak tanımlamıştır.

Sadock'a (2007) göre cinsellik, kişilerin birbirini çekici bulmasını, birbirine ilgi duymasını, üreme ve cinsellikten doyum sağlamayla ilgili bütün duygu, düşünce ve davranışları içerir. Aydın (2002) cinselliğin, kişinin duygusal, düşünsel ve fiziksel olarak erkeklik veya dişiliği deneyimleme ve gösterme becerisi olup, sahip olduğu cinsel organlarının fonksiyonlarını, cinselliği algılama seviyelerini ve ifade etme biçimlerini kapsadığını vurgulamaktadır.

Cinsellik temelde duyuya dayalı bir deneyimdir ve yalnızca cinsel organları değil, tüm bedeni ve aklı içerir. İnsanlar dokunmak, öpmek ve vücudun diğer şekillerde uyarılması gibi davranışlarla cinselliklerini yaşayabilirler. Cinsel yakınlıklar yalnızca cinsel davranışlarla değil, sohbet etmek, sarılmak, masaj yapmak, erotik öyküler okumak ya da şakalar yapmak, aşık olmak, karşılıklı beğenme, birlikte olmaktan mutlu olma ve bu konuda hayaller kurma ile yaşandığı gibi yalnızca bakışma ile bile yaşanabilir (Aydın, 2002).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) sağlıklı cinselliği "bedensel, duygusal, bilişsel ve sosyal bileşenleri olumlu yönde bütünleştiren, zenginleştiren ve kişiliği, iletişimi, sevgiyi geliştiren bütünlük" olarak tanımlamaktadır. Cinsel sağlık, cinsel bir varlık olarak insanın sadece bedensel değil duygusal, düşünsel ve toplumsal bütünlüğünü sağlayan, kişilik gelişimi, iletişim ve sevginin paylaşımını olumlu yönde zenginleştiren ve artıran sağlıklılık halidir. Cinsel sağlık bir kişinin cinsel yaşamını baskı altında kalmadan, huzurlu bir şekilde ve zarar görmeden sürdürebilmesidir.

Cinselliği karşılıklı saygıya dayalı, mutlu ve güvenli ilişkiler çerçevesinde yaşama, bireyleri zenginleştirir. Cinsellik istenen kişiyle ve istenen şekilde yaşanabilmelidir. Cinsel sağlığın ön koşulu özgür seçimlere dayalı cinsel tercih ve yakınlıklardır. Herkesin cinsel bilgilere ulaşma ve cinsel ilişkiyi zevk için ya da üreme amacıyla yaşama hakkı vardır (Yüksel ve Çindoğlu, 2006).

İki kişi arasındaki ilişkinin özel bir boyutu olan cinsellik bireyin kişiliğinin her yönü ile ilişkilidir. Kişinin benlik kavramı, beden ve benlik algısı, bu bağlamda kendisini ve diğerini, sergiledikleri rollerini nasıl algıladığı, tutumları cinselliğin yaşanmasında ve dolayısı ile bozuklukların değerlendirilmesinde büyük önem taşımaktadır. Cinselliğin yaşanması, birey olmak, tek başınalık, bağımsızlık, cinselliği özgürce yaşayabilmek, kendini diğerine teslim edebilmek, diğerinin benzer yaşantılarına katılabilme, bir ve birlikte olmak, bütün olma, tek başına yeniden bütünlenme, diğerinin bütünleşmesine katkıda bulunma, onunla olmanın öznel ve özel durumunu algılama, varoluşun yeni boyutlarının keşfi anlamına gelmektedir (Aydın, 2002).

Andersen ve Cyranowski (1994) cinsel benlik şemasını, kişinin cinsel yönelimlere ilgi duymasına veya cinsel davranıştan kaçınmasına sebep olabilecekcinsel yönelimlerini ilgilendiren cinsellikle ilgili bilişsel bir genelleme olarak tanımlamıştır. Cinsel benlik şemasının kişinin cinsel öz-yeterliliğini veya cinsellikten kaçınmasını etkilediği gösterilmiştir (Reissing, Laliberté ve Davis, 2005). Çalışmalar, yüksek cinsel benlik şemasına sahip olan kadınların açıklık, sıcaklık ve romantizm gibi özelliklere sahip olduklarını, daha liberal bir cinsel tutum sergilediklerini, cinsel ilişkilere daha fazla ilgi duyduklarını ve cinsel ilişkiye ilişkin utanç gibi sosyal kısıtlamalardan daha fazla özgürlüğe sahip olduklarını ortaya koymuştur (Cyranowski ve Andersen, 2000).

Cinsel doyum ise kişinin cinsel yaşamından ne derece tatmin olduğuna dair öznel bir değerlendirme olarak tanımlanmaktadır (Pinney, Gerrard ve Denney, 1987). Cinsel doyumun kişilerarası değişim modeli (IEMSS; Lawrance & Byers, 1995), ilişkinin kalitesinin cinsel tatminini etkilediğini gösteren alternatif bir görüş sunmaktadır.

Evlilik yaşantılarında çiftler arasında uyumun sağlanabilmesi ve evlilik hayatının sorunsuz bir şekilde devam edebilmesi için gerekli olan unsurların başında cinsel doyum gelmektedir (Sher ve ark., 2002). Birçok toplumda cinsellik halen bir mit olarak

görülmekle birlikte, çeşitli psikolojik unsurların da etkisi ile birlikte, eşlerin cinsel memnuniyetsizlikleri günümüzde hem fiziksel hem de zihinsel sağlıkla ilgili olumlu sonuçlara sahip olmasından dolayı bir halk sağlığı sorunu olarak görülmektedir (Beach, Katz, Kim ve Brody, 2003). Aile sistemleri teorisi alanından araştırmacılar, bireysel özerklik düzeyinin- duygusal olarak özerkliği ve özerklik ve beraberlik ihtiyaçlarını yeterli bir şekilde bütünleştirebilme yeteneğinin- (Bowen, 1985) cinsel doyumda merkezi bir rol oynadıklarını da öne sürmüştür. Peleg, 2008; Skowron, 2000). Benlik farklılaşması ve cinsel doyum arasındaki ilişki, duygusal tepkisellik ile çift sıkıntıları arasındaki ilişki ya da çift ilişkide kendiliğın düşük farklılaşmasının davranışsal yansımaları olarak düşünülen, çiftler arasındaki ilişkide zararlı sonuçlar doğuran motifler kısmen açıklanmıştır (Christensen ve Heavey, 1990). Çift memnuniyeti ile benliğin farklılaşması arasındaki pozitif ilişkiyi gösteren kanıtlara rağmen, benlik ve cinsel tatmini arasındaki ilişkide altta yatan psikolojik ve ilişkisel mekanizmalar hala net değildir (Miller, Anderson ve Keala, 2004; Timm ve Keiley, 2011).

Cinsel doyumun ilişkilerde kararlılık, bireysel iyi oluş ve sağlık üzerindeki olumlu etkisi literatürdeki araştırmalar ile ispatlanmıştır (Bradbury, Fincham, ve Beach, 2000). Bu bulgudan hareketle çift terapinin klinik modellerinin çoğu cinsel doyumu arttırmak için stratejileri hedef almaktadır (Coleman, 2011). Bununla birlikte, cinsel doyumu etkileyen psikolojik süreçlere odaklanarak klinik müdahalelere doğrudan yol gösteren araştırmalara ihtiyaç vardır. Benlik farklılaşması, birkaç ilgili çift terapi modelinde söz konusu doğrudan etki aracı olarak değerlendirilmiş (McCarthy ve Wald, 2012; Perel, 2007; Schnarch, 1991) ve cinsel tatmini anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur (Peleg, 2008).

Alan yazındaki çalışmalarda cinsel doyum ve benlik farklılaşması arasındaki ilişkide cinsiyetin rolü ön plana çıkmaktadır. Çiftlerde cinsel doyumu değerlendiren bir çalışmada (ilişki doyumu ölçütü), Skowron (2000), erkeklerin cinsel doyumdaki varyansın% 74'ünün ve kadınların cinsel doyumdaki varyansın% 61'inin benlik farklılaşması tarafından açıklandığı belirtilmiştir.

Bu çalışmada yetişkin bireylerin benlik farklılaşmalarında romantik ilişkilerindeki cinsel benlik ve cinsel doyum arasındaki ilişkisi incelenecektir. Çalışma, benlik farklılaşmasını incelemesi bakımından önemlidir. Benlik farklılaşmasına yönelik

literatürde yabancı kaynak sayısı fazla olmasına rağmen ülkemizde bu konu ile ilgili yapılan çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Dolayısıyla, ilişki içinde çiftler arasındaki cinsel doyum ve cinsel benlik düzeylerinin benlik farklılaşması noktasından incelenmesi bakımından bu çalışma ülkemizde özgün bir içeriğe sahiptir.

Amaç

Araştırmanın temel amacı benlik farklılaşması ile cinsel benlik şemaları ve cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesidir. 26 yaş üstü evli bireylerde benlik farklılaşması, cinsel benlik şemaları ve cinsel doyum düzeylerinin ölçülmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın bu temel amacı çerçevesinde şu temel sorulara yanıt aranmaya çalışılmıştır:

1. Benlik farklılaşmasının duygusal tepkisellik, duygusal kopma/duygusal ilişkiyi kesme, iç içe geçme/başkalarına bağıllık ve ben pozisyonunu alma faktörleri, bireyin sosyodemografik bilgilerinde cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ilişki süresi, ilişki sıklığı ve ilişki memnuniyeti özelliklerine göre farklılık göstermekte midir?

2. Cinsel benlik şemalarının sevgi dolu/şefkatli, şehvetli/tahrik edici ve dolaysız/açık sözlü türleri, bireyin sosyodemografik bilgilerinde cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ilişki süresi, ilişki sıklığı ve ilişki memnuniyeti özelliklerine göre farklılık göstermekte midir?

3. Cinsel doyum, bireyin sosyo-demografik bilgilerinde cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ilişki süresi, ilişki sıklığı ve ilişki memnuniyeti özelliklerine göre farklılık göstermekte midir?

4. Benlik farklılaşmasının toplam puanı ve duygusal tepkisellik, duygusal kopma/duygusal ilişkiyi kesme, iç içe geçme/başkalarına bağıllık ve ben pozisyonunu alma faktörleri ile cinsel doyum arasında bir ilişki var mıdır?

5. Benlik farklılaşmasının toplam puanı ve duygusal tepkisellik, duygusal kopma/duygusal ilişkiyi kesme, iç içe geçme/başkalarına bağıllık ve ben pozisyonunu alma faktörleri ile cinsel benlik şemalarının sevgi dolu/şefkatli, şehvetli/tahrik edici ve dolaysız/açık sözlü türleri arasında bir ilişki var mıdır?

Önem

Benlik farklılaşması temel olarak bir uyum sürecini betimlemektedir. Murray Bowen tarafından ortaya atılan bu farklılaşma durumunda birey, bir sistemin ve üyelerinin duygusal yönetimini üstlenmektedir. Benlik farklılaşmasının olmadığı durumlarda bireyler duygusal bakımdan kolayca etkilenirler. Özellikle kaygı uyandıran konular söz konusu olduğunda benliği farklılaşmamış bireyler özerkliklerini korumakta güçlük çekerler. Onlara ne düşündükleri sorulduğunda ne hissettiklerini söylerler. Diğerlerinin söylediği her şeyle ya hemfikir olurlar ya da her söyledikleri ile tartışmaya girerler. Bu durumun tam tersi olarak benliği farklılaşmış bireyler ise düşünme ile duygu arasında denge kurabilirler. Bu bireyler derinlemesine düşünebilir, neye inanacaklarına karar verebilir ve inançları doğrultusunda hareket edebilirler. Eğer farklılaşma sağlanamazsa bireyler savunmasız olur, aile ikileminde kalır ve kendilerini bir birey olarak göremezler. Bu sebeple de daha fazla heyecansal tepki verir, semptomlar geliştirmeye daha yatkın olurlar.

Düşük benlik farklılaşmasına sahip bireylerde benlik şemalarının cinsel boyutunda bozulmalar görülebilir ve cinsel yönden doyumsuzluklar ortaya çıkabilir. Cinsel yaşantılardaki olumsuzluklara paralel olarak da evlilik hayatında problemler yaşanması kaçınılmazdır. Yüksek benlik farklılaşma düzeyine sahip bireylerin daha tatmin edici evlilik örüntüsüne sahip olduğu bilinmektedir. Dahası, bu kişiler etkili bir problem çözme mekanizmasına sahiptirler (Bowen, 1976, 1978). Çiftler arasında yaşanan problemlerde sorunsuz bir mekanizma geliştirildiğinde gerginlik düzeyi de düşük olacak ve bu örüntü cinsel yaşama da yansıtacaktır.

Yüksek benlik farklılaşmasına sahip bireyler kendi ihtiyaç ve isteklerinin daha fazla farkında oldukları ve genel olarak ilişki oldukları kişiye karşı özerk bir tutumda oldukları için cinsel yaşamlarında da isteklerini ve ihtiyaçlarını tatmin edecek boyutta yaşayacaktır. Bu kişiler partnerine karşı cinsel anlamda daha açık ve anlaşılır olacaktır.

Bu noktadan hareketle hazırlanan çalışmada benlik farklılaşmasının cinsel benlik şemaları ve cinsel doyum ile ilişkisi araştırılmaktadır. Yapılan alan yazın taramasında benlik farklılaşmasının evlilik doyumu üzerindeki etkisini araştıran birçok çalışmaya rastlanmıştır; ancak özel olarak benlik farklılaşması, cinsel doyum ve cinsel benlik şemaları

arasındaki ilişkiyi konu edinen herhangi bir çalışma görülmemiştir. Dahası, benlik farklılaşmasının tek başına incelendiği çalışma sayısı da ülkemizde oldukça kısıtlıdır. Benlik farklılaşmasına yönelik ölçüm aracının yeni adapte edilmesiyle bu konu ülkemizde çalışılmaya başlanmıştır. Bu anlamda bu çalışma benlik farklılaşmasını romantik ilişki boyutunda birçok değişkenle ilişkilendirmesi bakımından önemlidir. Alan yazında yer alan bu boşluğun araştırma tarafından doldurulacağı düşünülmektedir.

Sayıtlar

1. Ölçme araçlarının istenen özelliği ölçme yeterliliğinde olduğu ve örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

2. Araştırmaya katılan tüm bireylerin, ölçeklerde sorulan soruları ve yöneltilen ifadeleri, samimi ve gerçek durumlarını yansıtacak şekilde yanıtladıkları varsayılmaktadır.

Sınırlılıklar

1. Lodi-Smith ve Roberts (2010), benlik farklılaştırmanın yaş ile ilişkisini araştırdıkları çalışmada benlik farklılaştırmanın genç erişkinlikten orta yaş dönemine kadar yaş ile pozitif ilişkili, daha sonraki dönemlerde ise negatif ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Benlik farklılaşması ölçeğini geliştirmek amacıyla yapılan çalışmada (Skowron ve Friedlander, 1998) da 25 yaş üzeri katılımcılara yer verilmiştir. Ayrıca Bowen farklılaşmanın 25 yaş sonrasında gerçekleştiğini belirtir. Bu sebeple bu araştırmada yer alacak katılımcı yaşı belirlenmiş ve 26 yaş üzeri 160 evli katılımcı ile sınırlandırılmıştır.

2. Araştırma kapsamında elde edilen bulgular Benliğin Ayrışması Ölçeği, Yeni Cinsel Doyum Ölçeği ve Cinsel Benlik Şeması Ölçeği'nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlandırılmıştır.

I. BÖLÜM

KURAMSAL AÇIKLAMALAR

1.1. Aile Terapisi

Bilimsel teoriler, bir disiplinin sınırlarını tanımlar, konu ve müdahale süreci ile ilgili parametreler sağlar. İnsan davranışlarına müdahalede geleneksel teorik yaklaşımlarda, öncelikle Freud'un etkisi altında, bireysel ve intrapsişik fenomenler çalışmanın odak noktası olmuştur. Freud, aile dinamiklerinin birey üzerindeki (örneğin Oedipus kompleksi) çoğu zaman güçlü etkisini kabul etmiş, ancak yine de aile süreçlerinden ziyade intrapsişik çatışmalara müdahale etmeyi tercih etmiştir (Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 6).

Bireysel içsel süreçlerin ve davranışların önemini kabul ederken, insan sorunlarının çağdaş, daha geniş bir görünümü, davranışların meydana geldiği aile bağlamına odaklanır. Anderson'a göre (1999: 1) aile terapisinin gelişimi, birleşik bir teori ya da uygulama olmasa da, bireysel yaklaşımların dayandığı temel varsayımlarla yüzleşmektedir. Böylesi kişilerarası bir bakış açısı, insan davranışının aile içinde yer alan karmaşık, etkileşimli ve özyinelemeli kalıpların bir parçası olduğunu ve bireylerin birincil ilişkiler içindeki rolünü vurgulamaktadır (Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 8).

Belirli bir paradigma (yani, bilimsel düşünceye egemen olan bir bakış açısı veya felsefe), bir problemin nasıl görüldüğünü tanımlamaktadır. Bununla birlikte, açıklanamayan sorunlar, alternatif perspektifler geliştirmek ve bilimsel devrimle sonuçlanmak için bilimsel çabaları teşvik etmektedir (Goldenberg ve Goldenberg, 2000: 11). Aile terapisi, insan problemlerini kavramsallaştırmanın ve insan davranışlarını anlamada yeni bir yol oluşturmuş, bu da paradigma kaymasıyla sonuçlanmıştır. Sluzki (Goldenberg ve Goldenberg'de, 2000: 8), aile terapisini insan bilimlerindeki epistemolojik bir devrimi ele alacak kadar ileri gitmiştir.

Aile, araştırmanın, sorun açıklamalarının ve tedavinin ana odak noktası olmuştur. Başarılı aile terapisi, kısıtlayıcı, kendini yenileyen ve yinelenen kalıpları değiştirmiş ve aile ilişkilerini zenginleştirmeyi amaçlamıştır.

Aile terapisi teorisi, başlangıçta basit ve karmaşık sistemlerin (birinci dereceden sibernetiği) kontrol edilmesinde geri besleme mekanizmalarının düzenlenmesi üzerine mekanik sistemler teorisinden türetilen sibernetik bir epistemoloji önermiştir. Bireysel davranış, davranışın ortaya çıktığı bağlama, yani aileye dikkat edilmeden anlaşılabilir değildir. Semptomlar sistemi stabilize etmek ve aile gerilimini azaltmak için işlev görmektedir (Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 12).

Postmodern kuramcılar, aile içindeki bireyin kendine özgü, ayrı ama meşru bir gerçekliğe sahip olduğunu iddia eden ikinci dereceden sibernetik bir görüşü savunmaktadır. Ailelerin objektif tanımları, yalnızca sosyal etkileşim yoluyla üzerinde anlaşılabilir sosyal yapılardır. Semptomlar baskıcı olarak görülmekte, aile kontrolü ele geçirmekte ve hayatlarını yeniden düzenlemektedir. Düşüncelerindeki bu değişim, birinci dereceden aile terapistlerinin mekanistik, hatta manipülatif teknikleri ve stratejileri olarak görülmesine karşı bir tepki olarak görülebilir. Bu perspektifin merkezinde, gözlem konusu tarafından değiştirilmeksizin gözlemlemeyeceği veya tarif edemeyeceği düşünülmektedir (Golann, 1987: 332).

Worden (1999: 8), sistem kuramını, postmodernist fikirleri iltifat edebilen, perspektiften ziyade ikisini de içeren yeni bir tedavi ve müdahale modalitesi inşa edecek bir temel olarak görmektedir.

1.1.1. Aile Terapisinin Tarihsel Kökenleri

Goldenberg ve Goldenberg'e (1996: 65) göre, bilimsel bir çalışmanın başlangıcını doğru bir şekilde tespit etmek zordur. 1950'ler, araştırmacıların ve uygulayıcıların, bir veya daha fazla aile üyesinde psikolojik rahatsızlığın yaratılması ve sürdürülmesinde ailenin rolüne odaklanmaya başladıkları dönem olarak tanımlanmaktadır. II. Dünya Savaşı'nın sona ermesiyle, ailelerin yeniden bir araya geldi ancak çözümlerin arandığı bir dizi sosyal sorun ortaya çıktı. Gecikme evlilikleri, aceleci savaş evlilikleri, sevdiklerinin ölümü ve doğum oranındaki bir patlama sonucunda insanlar stres yaşadılar. Daha önce

bireye odaklanan zihinsel sağlık profesyonellerini, ailelerle ilgili bir dizi problemle baş etmeye başlamıştır (Gladding, 2002: 64; Carr, 2000: 48).

İnsan problemlerinin kaynağını ya da bir aile üyesinde bir 'hasta' kişinin sonucu olarak semptomların ortaya çıkışını görmek yerine, aile terapisti bu kişiyi semptom taşıyıcısı olarak görmektedir (Goldenberg ve Goldenberg, 2000: 15).

Boşanma ve cinsel özgürlük gibi sosyal çevrede değişiklikler , hem özgürlük hem de çatışmayı beraberinde getirmiştir. Ekonomik, eğitim ve çalışma ortamlarındaki eşzamanlı değişim, aile için yeni gerilimler yaratmıştır. Psikososyal müdahale, psikologlar, sosyal hizmet uzmanları, pastoral danışmanlar ve psikiyatristler gibi çeşitli disiplinlerden daha geniş bir yelpazedeki müvekkil ve uygulayıcılar için daha erişilebilir hale gelmişti ve aile müdahaleleri sunulmaya başlanmıştır (Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 66).

Müdahalenin kapsamı, aile içi çatışma, boşanma, suçluluk ve geniş aile üyeleriyle ilgili sorunlar gibi konuları kapsayacak şekilde genişletilmiştir. Alkolizmden şizofreniye kadar birçok bozukluğun tedavisinde aile müdahalelerinin çeşitli biçimlerinin etkili olduğu düşünölmüştür. Giderek daha fazla uygulayıcı, aile işlev bozukluğunu ve sıkıntıyı hafifletmek için aile müdahalesi ihtiyacını fark etmeye başlamıştır (Gladding, 2002: 60; Carr, 2000: 49). Sprenkle, Blow ve Dickey (1999: 329) aile (ve evlilik) terapisinin, zamanın hakim psikoterapileri ile karşılaştırıldığında “muhalif, hatta meydan okuyan” bir “disiplin” olarak başladığına inanırlar. Alanın kurucu üyelerinden birçoğu, kişilikleriyle donatılmış teoriler yaratan, isyancı, dinamik ve karizmatik kişiler olmakla birlikte, çeşitli çalışmalarda farklılık ve yaklaşımların üstünlüğünü sorgulamışlardır.

Goldenberg ve Goldenberg'e (1996: 69) göre, beş bilimsel ve klinik gelişme, aile terapisinin oluşturulduğu temeli atmıştır. Bunlar: psikanaliz; genel sistemler teorisi; şizofreni etiyolojisinde ailenin rolü; evlilik danışmanlığı ve ocuk rehberliği; ve grup terapi teknikleridir. Carr (2000: 49-57), bu aynı gelişmeleri aile terapisti hareketinin tarihinde tanımlamaktadır. Aile terapisinin disiplinler arası köklerini daha iyi anlayabilmek için bu gelişmelerin kısaca bahsedilecektir.

1.1.1.1. Psikanaliz

Psikanalitik kuram ve müdahale, II. Dünya Savaşı'ndan sonra Batı psikiyatrisinde Sigmund Freud'un ve egemen ideolojinin eseri idi ve çeşitli mesleklerde, yani tıbbi uzmanlık, psikoloji, sosyal çalışma ve sosyoloji içinde yükseliş kazanıyordu. Freud, aile ilişkilerinin bireyin kişilik oluşumu üzerindeki etkisini, özellikle de semptomatik davranışın gelişimini kabul etmiştir (Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 69). Psikanalitik kuram, çocukların psikoseksüel gelişimini ve savunma mekanizmalarının kaygıdan korunma olarak kullanımını kavramsallaştırmıştır. Terapötik olarak Freud, kişilerarası aile dinamikleriyle değil bireyler ve intrapsişik fenomenlerle çalışmıştır. Terapisti 'kirlitecek' inancıyla aile üyeleriyle temasa şiddetle karşı çıkmıştır. Bu inanç temel olarak araştırma amaçlı yavaş yavaş değişti ve aile terapötik olarak bir grup olarak görülmeye başlandı.

Alfred Adler ve Harry Stack Sullivan gibi diğer önemli psikanalitik kuramcılar, birey üzerinde kişilerarası etkilere vurgu yapmaya başlamışlardı; ancak aile psikanalitik kavramlarını aileye uyarlanmış olan Nathan Ackerman'dır (Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 71).

1.1.1.2. Genel Sistemler Teorisi ve Siberatik

Başlangıçta biyolog Ludwig von Bertalanffy tarafından sunulan bu teori, tüm yaşam sistemlerini kapsayan kapsamlı bir kuramsal model ve daha büyük sistemlerin bileşenlerinin karşılıklı ilişkilerini anlamak için bir çerçeve sağlama girişimi idi. Zamanın (fizik biliminden türetilen) geleneksel görüşü reddedici ve doğrusal iken, sistem teorisi sirküler nedensellik ve sürece odaklanmıştır (Carr, 2000: 59; Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 73). Doğrusal nedenselliği savunan bir makalede Dell (1986: 513), terapistin zihninde sirküler ve doğrusal nedensellik arasındaki ayrımın ve aileler hakkında nasıl konuşmaları gerektiği konusundaki ısrarın olduğuna inanmaktadır. Bateson'un doğrusal nedenselliğin sadece imkansız olmadığı, ancak epistemolojik bir hata olduğu iddiasında olduğu gibi, Dell bunun terapistlerin deneysel olarak ne bildiğini, yani dairesel nedenselliğin günlük deneyimlerimizi 'tarif etmediğini' açıkladığına inanmaktadır.

Bir antropolog olan Gregory Bateson, çoğu yazar tarafından aile terapisi tarihindeki en etkili tek kişi olarak görülmektedir (Carr, 2000: 56). Bateson aile terapisi uygulayıcısı değildi, ancak akıl ve maddi maddenin tutarlı bir şekilde açıklanabileceği birleşik bir çerçeve araştırdı ve geliştirdi. Birlikte MRI kısa terapisi geliştiren Haley, Weakland, Jackson ve Fry'ı içeren Palo Alto grubunu kurdu. Aile terapisinde özellikle önem taşıyan şey, şizofreni çift bağlanma kuramının gelişimi, çok seviyeli bir süreç olarak iletişim ve sibernetiktir (Gladding, 2002: 65; Carr, 2000: 57).

Çift bağ kuramı, şizofren davranışın, katı ve tekrarlayıcı iletişim ve etkileşim kalıplarıyla karakterize ailelerde ortaya çıkmasını önermiştir. Bir süreç olarak iletişim, anormal davranışı koruyan paradoksal etkileşimleri kavramsallaştırır; bir örnek, çift bağ kuramıdır (Gladding, 2002: 65; Carr, 2000: 58; Goldenberg ve Goldenberg, 2000: 86).

Bateson'un grubu, sistem kuramı kavramlarını, Norbert Weiner tarafından kurulan ve aile organizasyonu ve süreçlerini kavramsallaştıracak bir çerçeve olarak, sibernetik anlayışlarını birleştirmiştir. Bir aile kuruluşu açısından bakıldığında, tüm aile diğer üyeleri etkilemektedir. Aynı zamanda bir aile, karşılıklı olarak etkili olan daha büyük sosyal sistemlerin bir parçasıdır (Carr, 2000: 59).

Bertrando'ya (2000: 89) göre, Bateson'un sibernetik metaforu fikri, birçok insanın aile sistemindeki insan davranışlarını açıklamak için bilgisayar bilimi benzetimini kullanmadığı düşüncesindeydi. Daha ziyade, insan etkileşimini tanımlamak ve muhtemelen Bateson'u ve onun takipçilerini günün psikanaliz dilinden serbest bırakmak ve kendi yaklaşımlarını belirtmek için tanımlayıcı bir dil şeklindedir.

Sistem teorisi, bireysel aile içi çatışmalar olarak problemleri tanımlamaktan ziyade, disfonksiyondaki çoklu nedenselliğin altını çizen aile terapisi hareketi açısından tarihsel olarak önemliydi. Önemi de, zihnin çalışmasından kişilerarası ilişkilerde gözlemlenebilir tezahürlerin ve davranışların çalışmasına geçti. Genel sistem teorisi, "Bütünlük, kendi payının toplamından daha mı fazladır?" sorusunu ele alırken; sibernetik, "Sistemler, sabit kalmak veya yeni koşullara uyum sağlamak için geribildirimleri nasıl kullanır?" sorusunu ele almıştır (Carr, 2000: 60-67).

Genel sistem teorisinin ve sibernetiklerin önemli yönleri, aileyi, alt sistemlere ayrılmış, sınırları olan bir sistem olarak görmek; adaptasyon ve hayatta kalması için izin vermek için geçirgen olmasıdır. Her aile üyesinin davranışı, aileyi birbirine bağlayan etkileşim kalıplarını belirler. Bu modeller tekrarlayıcıdır ve problemlili davranışlarla ilişkili olabilir. Aile süreçleri hem değişimi önler hem de destekler (örneğin homeostaz ve morfojeniz); aile içinde bir üye (tanımlanmış hasta) aile homeostazını sürdürmek için işlev gören problemlili davranışlar geliştirebilir; negatif geri bildirim homeostasis ve alt-morfogenezini sağlar. Sistemler içindeki bireyler ve gruplar, simetrik ve tamamlayıcı davranış kalıpları gösterebilir - her iki modele özel katılım, ailenin bütünlüğünü tehdit edebilir. Olumlu ve olumsuz geri bildirimler, değişimi arttıracı “farklılık haberleri” dir. Birinci ve ikinci derece değişimler arasında bir ayrım yapılır (Carr, 2000: 66). İlkinde, sistem içindeki etkileşim kuralları değişmeden kalır, ancak uygulanma biçiminde bazı değişiklikler olabilir. İkincisiyse terapistin, aile ile birlikte, homeostaz ve morfojenizden etkilenen yeni bir terapötik sistem kurduğunu varsayar. Sistemin bir bölümünde özyinelemeli modeller, sistemin diğer bölümlerinde izomorfik olarak çoğalır. Aile etkileşimi modelleri, kuşaklar boyunca ve hatta sosyal sistemler arasında çoğaltılabilir.

1.1.1.3. Ailenin Ve Şizofreninin Rolü

Psikopatolojinin gelişiminde aile dinamiğinin rolüne ilişkin ilk çalışmalar, özellikle de şizofrenik anne (soğuk, otoriter, reddetme ve sahiplenme) ve bağımsız, etkisiz baba, patolojik davranış yaratmada ve sürdürmede, yetersiz ebeveynliğe odaklanmıştır. Bu daha sonra aile bağlamında patolojik etkileşimlerin meydana geldiği ve aile ortamı ile şizofreni arasındaki bağlantının aile sistemleri araştırmalarında ön planda olduğu görüşü ile değiştirilmiştir (Carr, 2000: 57; Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 75).

Daha önce de belirtildiği gibi, şizofreniye yönelik aile araştırmalarındaki en önemli etkilerden biri, Haley, Weakland ve Fry ile birlikte insan ve hayvanlarda iletişim kalıplarını inceleyen Gregory Bateson'un çalışmasıydı. Bu araştırmacılar, “çift bağlanma” kavramını tanıtarak, bir bireyin önemli insanlardan çelişkili mesajlar almasını sağladı, bu da karışıklığın imkansız bir durumunu yarattı ve dolayısıyla ilişkisel dünyadan geri çekildi. Dell'e göre (1989: 3), Bateson ve Haley arasında çift bağlanma projesi

sırasında derin bir fikir ayrılığı vardı. Haley, gücün tüm insan ilişkilerinde merkezi olduğuna inanırken, Bateson, iktidar kavramının “epistemolojik bir problem” olduğunu düşünmekteydi. Dell (1989: 7) iktidar konusundaki anlaşmazlığın abartıldığına inanmasına rağmen, bu anlaşmazlık uzlaşmaz bir hale geldi ve iki kişi arasında çözülmedi. Bateson'un iktidarın kontrolü olarak iktidar görüşü ve bu nedenle sistemli bir görüşle tutarsız olması, onun herhangi bir ekosistem veya sosyal sistemdeki gücünün “ne kadar karmaşık olacağını” kabul etmediğini belirtti. Dell (1989: 8), Bateson iktidar ve çizgisel kontrolden söz ettiğinde, iktidarın farklı bir yönünü, yani bilimsel açıklamayı konuştuğuna, oysa çoğu insanın deneyim ve açıklama olarak iktidardan bahsettiğine inanmaktadır.

Bateson aile-şizofreni bağlantısını araştırırken aynı zamanda Theodore Lidz, ebeveynin şizofreni etiolojisindeki ilişkisinin dinamiklerini araştırmaktaydı. Bu araştırma, işlevsel olmayan aile durumlarında büyüyen çocuklar için zararlı etkilerin altını çizmiştir (Gladding, 2002: 64; Carr, 2000: 55; Goldenberg ve Goldenberg, 2000: 88; Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 79).

Bu süre zarfında başka bir araştırmacı olan Murray Bowen, şizofreni gelişiminde simbiyotik anne-çocuk etkileşimini ve ebeveyn duygusal mesafeyi tanımlamakla ilgilenmiştir. Gladding (2002: 66), Bowen'in önceki nesillerin ruh sağlığı üzerindeki etkileriyle ilgili ayrıntılı bir teoriyi formüle etmeye nasıl çalıştığını anlatmıştır. Artan Bowen, Lyman Wynne, aile etkileşimi ve ailelerin anlamsızlık ve boşluk duygusunu savunmak için altta yatan bir mesafeyi gizlediği “takma” kavramına dair muğlak ve karışık iletişim kalıplarına odaklanmıştır. Birleşik Krallık'ta (BK), RD Laing, “yanlıklık” kavramını, açık bir sahte benliğin, özel bir gerçek benliğin yanı sıra, kritik bir düzeye ulaşırsa, bir kişinin deneyimlerinin sürekli olarak çarpıtıldığı ailelerde şizofreni ile sonuçlanabileceği belirtmiştir (Carr, 2000: 56).

Yukarıdaki tüm araştırmalardaki ortaklıklar, psikopatolojide ana etiolojik faktör olarak aile ilişkilerinde rahatsızlıktır. Ancak, Goldenberg ve Goldenberg'in (1996: 81) belirttiği gibi, bu hipotezleri test etmenin önündeki engel, ailelerin zihinsel bozukluğun ortaya çıkmasından çok sonra aile sistemini rahatsız ettikleri gerçeğinin incelenmesidir.

1.1.1.4. Çift ve Aile Terapisi

Goldenberg ve Goldenberg (2000: 90) evlilik danışmanlığını ve çocuk rehberliğini, psikolojik rahatsızlığın, iç çatışmaların yanı sıra ilişki çatışmalarından kaynaklandığı kavramına dayanarak “aile terapisinin öncüleri” olarak tanımlamaktadır. Bu alanda bir öncü, evlilik müdahalesiyle ilgilenen bir dizi profesyonelin bir araya geldiği ve eğitim ve uygulamanın geliştirilmesinin önünü açan Amerikan Evlilik Danışmanları Birliği'ni başlatan Emily Mudd (1951) idi. Gurin, Veroff ve Feld (Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 82) tarafından yapılan araştırmalar, birkaç kişinin profesyonel yardım aldığı belirtilirken (bu çağda yapılan akıl hastalığı ve zihinsel sağlık üzerine yapılan bir araştırmaya göre yedide biri), çoğunluk evlilik ve aile sorunlarını, bunun nedeni olarak göstermiştir.

Başlangıçta teori olmayan bir uygulama, aile terapisi giderek daha da resmileşmiştir. Başlangıçta daha derin, daha yoğun bir psikoterapiden ziyade şimdi, bilinçli ve pragmatik konulara odaklanarak, aile ilişkileri bağlamında evlilik ilişkilerinin duygusal, bilişsel ve davranışsal yönlerini ele almaya başlamıştır. Medeni uyumsuzluğu tedavi etmek için şu anki yöntem, çiftin aynı terapist tarafından birlikte görüldüğü birleşik terapidir (Carr, 2000: 50). Ancak geçmişte eşler, aynı danışman tarafından ya da farklı danışmanlar tarafından ayrı ayrı görülmüştür. Aile terapisindeki gelişmelerin özetinde, Carr (2000: 50) aynı zamanda Masters ve Johnson'ın seks terapisi alanındaki çalışmalarını psikodinamik ve sistemik medeni tedaviye entegre olarak tanımlamaktadır. Tarihsel olarak, çocuk gelişimi çalışması ancak 20. yüzyılın sonlarına doğru başlamıştır. Sosyal reformdaki değişiklikler ve çocukların yasal statüleri (yani zorunlu eğitim, çocuk işçiliğine getirilen kısıtlamalar) ve ilgi, duygusal olarak rahatsız edilen çocuklar için profesyonel müdahaleler sağlama artmıştır. Bunun önemi, multidisipliner bir ekibin, genellikle psikiyatrist, klinik psikolog ve sosyal çalışmacıdan oluşan çocuğu ve aileyi değerlendirmek için yaptığı yeniliklerdir. Rahatsız çocuklar ve aileleriyle çalışmanın amaçları, çocuğun terapidaki büyümesini desteklemek için ebeveynlerle ittifak kurmaktır. Ayrıca aile dinamikleri hakkında uygun bilgi edinme ve çevrede değişime yardımcı olmaktadır (Goldenberg ve Goldenberg, 2000: 93; Goldenberg ve Goldenberg, 1996: 85). Bu müdahale, çocuğun duygusal sorunlarının bir nedeni olarak aile rahatsızlığını ifade etmektedir.

1.1.1.5. Grup terapisi

Grup terapisi çeşitli biçimleri 20. yüzyılın başından bu yana uygulanmaktadır fakat asıl genişleme II. Dünya Savaşı'ndan sonra yaşanmıştır. Psikodrama teknikleri Jacob Moreno tarafından (Avusturya'da) bir "izleyici"nin önünde psikolojik sorunlara yol açabilecek durumları yeniden yaratmalarına yardımcı olmak için uygulanmıştır. Bu uygulamalar ABD'ye tanıtılmış ve grup terapisi olarak adlandırılmıştır.

İngiltere'de Tavistock Enstitüsü'nde, bir dizi terapist grup müdahalesi teknikleri denemeye başlamıştır. Çalışmanın odağı, geçmişte travma ve nedensel faktörler için arama yapmaktan ziyade güncel sorunlarla uğraşmaktır. Grup terapisi, ABD'de üst orta sınıflar tarafından kabul ve onay alındıktan sonra, gruplarla çalışmanın daha etkin bir yolu ve insan potansiyel hareketi ile karşılaşma grupları olarak görülmüştür - bir dereceye kadar terapi normalleştirilmiştir (Goldenberg ve Goldenberg, 1996). Aile terapisi ile paralel olarak grup müdahalesinin, üyelerin birbirleri üzerindeki etkisi aracılığıyla bir değişim aracı olarak gördüğü temel görüş olmuştur.

Sonuç olarak, bir dizi bilimsel ve klinik gelişme, aile terapisinin ortaya çıkması için gerekli aşamayı oluşturmuştur. Ailenin kişilik gelişimindeki rolü, aile organizasyonu ve etkileşimi üzerine sistematik bir odaklanma, ruhsal sağlık üzerindeki evlilik, aile etkileri, psikolojik rahatsızlığın gelişimi ve terapötik kazanım için grup süreçleri, aile terapisi için bir model sağlamak üzere birleştirilmiştir.

1.1.2. Aile Terapisi Kuramları

1.1.2.1 Yapısal Aile Terapisi

Yapısal Aile Terapisinin ilk ve en güçlü öncüsü Salvador Munichin'dir Bunun yanı sıra diğer önde gelen kişiler ise Charles Fishman, Harry Aponte, Marion Lindblad-Goldberg ve Jose Szapocznikdir (Gladding,2012).

Yapısal Aile kuramı 3 ana bölümden oluşur. Bunlar aile yapısı, alt sistemler ve sınırlar şeklindedir. Aile yapıları üç şekilde tanımlanmıştır. Belirtiye etkisizce meydan okuyan aile; aile bireyleri sorunlara karşı pasif bir yaklaşımda bulunan bir yapıdadır. Bireyin belirtisini şekillendiren aile; aile bireylerinin yaşadıklarını ve tutumlarını

şekillendiren bir aile yapısındadır. Belirtiden yararlanan aile ise olaylar doğrultusunda şekillenen yapı olarak adlandırılmıştır (Colapinto,191). Bir ailenin yapısı hakkında bilgi edinmek için bütün bir sistemin aileyi nasıl etkilediğini göz önüne alarak fikir sahibi olan bir yaklaşımdır (Nicols,2013).

Bir aile alt sistemlere bölünerek bütün bir sistemi meydana getirir (Minuchin,1974). Çoğu alt sistemlerin tümü ailelerde oluşmaktadır. Bunların bir kısmı ebeveyn, çift ve kardeş şeklindedir. Alt sistemlerde kendi içinde başka alt sistemleri oluşturur (Gehart,2009). Bir ailenin alt sistemlerinin incelenmesi, işlevsiz ilişkileri düzeltip daha sağlıklı kalıplar haline gelmesine neden olur. Alt sistemlerin oluşumuna etki ise aile içindeki görünmeyen bir işlev kümesi olan sınırların değişikliğine dayanır.

Sınırlar başkaları ile iletişimize şekil verir (Miller,2011). Aile içindeki sınırlar; etkili sınır, yetersiz sınır ve katı sınır olarak üç bölümde incelenir. Etkili sınırdaki aile içindeki hiyerarşi yeterli ve normal olduğunda ilişkide duygusal iletişim de normal olur ve sınırlar belirginliğini korur (Gehart,2009).

Yetersiz sınırı olan ailelerde hiyerarşi yeterli durumda değildir. Bu tip ailelerde kimsenin sınırı yoktur. Aşırı hoşgörü ile aile sistemi oluşur. Bu durum sonucunda çocuklar dış ortama adapte olmakta zorlanırlar (Lappin,2011). Katı sınır ise hiyerarşinin aşırı olmasından dolayı aile içindeki bireyleri kısıtlayıcı sınırlar oluşturur. Bunun sonucunda ailede kopukluk meydana gelerek duygusal iletişim azalır (Nichols,2013).

Terapinin amacı aile içinde işlevselliğini yitirmiş ilişkilerin ve davranışların sistemini kırarak, başka bir deyişle yeniden şekillendirerek yeni bir aile yapısını düzenlemektir. Bu amaç ile beraber aile bireylerinin iletişiminde saydam ve esnek sınırlar oluşmasına, ailedeki bireylerin daha düzenli davranış alternatiflerine eğilim göstermesine yardım olanağı gösterir (Minuchin, 1974; akt., Özgüven, 2000).

1.1.2.2. Yaşantısal Aile Terapisi

Yaşantısal Aile Terapilerin öncüsü olan Virginia Satir aile grupları ile birlikte çalışan ilk terapisttir (Gehart,2009). Bir diğer büyük öncüsü ise Carl Whitaker'dır., Louise Guerney, Bunny Duhl, Frank Duhl, Bernard Guerney, Augustus Napier, David Kantor, Walter Kempler ve David Keith ise bu alanda çalışma yapan diğer kişilerdir. 1960

yıllarında varoluşçu-insancıl yaklaşımdan esinlenerek Gestalt terapisi, dışa vurumcu tekniklerden olan psikodrama, karşılıklı grupları ve danışan merkezli yöntemleri içine alarak yaşantısal aile terapisini oluşturmuştur (Gladding,2012).

Yaşantısal aile kuramı en çok bireyin duyguları yani duygusal deneyimlerine odaklanmakta olup bireyin deneyimlerinin genişletilmesi üzerine vurgular yapmakta ve geçmişte olan yaşantıya değil, şimdi olan yaşantılara odaklanmaktadır (Nichols,2013). Virginia Satir çalışmalarında, insancıl yaklaşım üzerinden bireyin özgüveni artırarak insanlar arasındaki iletişim ve dayanışmayı artırmada kişilerin bakış açılarını anlayarak denge oluşturmaya yoğunlaşmıştır (Goldenbreg,2013).

Satir, Gelişim Modelinde kişilik kalıplarının iletişime olan etkisine yer vermiştir. Bu kişilik tipleri yatıştırıcı, suçlayıcı, aşırı mantıklı (hesap eden) ve ilgisiz olarak adlandırılmıştır (Satir,1991). Bu model sistemi dışardan müdahale ve kontrol etmekten ziyade aile sisteminin kendi iç doğasından gelen becerilerine saygı göstererek yeniden şekillenmesini vurgulamıştır (Nichols,2013).

Satir, değişim modeli için insancıl yaklaşım etkileri ile altı aşama oluşturmuştur. Birinci aşama; Statüko, ailede en ez bir üyeyi içine olan denge durumudur. İkinci aşama ise yabancı bir unsurun aile sistemine girmesi ile dengeyi bozmasıdır. Örneğin; trajedi veya terapiye başlama kararı gibi. Aile sistemi bu yabancı unsura tepki vererek üçüncü aşamaya geçiş yapılır. Üçüncü aşamada aile sistemi bir değişim içine girerek kaos durumunu oluşturur. Bu yeniliğin aile içindeki tepkisel hissi huzursuzluktur. Bu süreçte çoğu aileler tekrar statüko aşamasına dönme çabasına girebilir. Bu aşamadan sonra dördüncü aşamada sisteme gelen yenilik anlam kazanmaya başlar ve bütünleşme sürecine girilir. Bu aşamada terapist aileye özgüven ve yenilikler ile aile sisteminin işlevselliğini artırmada yardımcı olacaktır. Beşinci aşamada terapist uygulamaya geçiş yapar. Sisteme gelen yeniliğin daha kalıcı olması için çalışmalar ile aileyi altıncı aşama olan yeni statüko aşamasına doğru ilerletir. Bu aşamada yeni bir denge oluşur ve sadece bir bireyi içermez, tüm aile bireylerinin gelişime ve ilerlemeye açık olan denge durumu oluşur (Gehart,2013). Satir'in modelindeki en önemli amacı dönüşümdür. Aile içindeki bireylerde olan tüm potansiyeli doğru şekilde aile sistemine sunmasıdır. Humanist yaklaşımdan esinlendiğinden dolayı bireyin bireysel amaçlarına daha çok önem vermiştir (Gladding,2012).

1.1.2.3. Sembolik – Yaşantısal Terapi

Sembolik – Yaşantısal terapi, bir diğer adı ile absürt terapinin öncüsü Carl Whitaker'dır (Nichols,2013). Terapini ana amacı, varoluşçu kuramdan etkilenerek geçmiş ve geleceği bir kenara bırakıp ana odaklanmayı ve anda var olmayı hedeflemektedir (Ade-Ridder,1990). Whitaker'e göre terapinin başlaması için bütün bir aile sistemini anlamak gerekir. Bunu gerçekleştirebilmek için ise bütün aile bireyleri terapiye dahil olmalıdır. (Whitaker ve Keith,1981).

Sembolik – Yaşantısal terapide yapı ve inisiyatif mücadelesi en önemli konulardandır. Yapı mücadelesi, terapistin aile sistemindeki sorunu aile bireylerinden anlaması ile limit ve sınırları belirlemesi ile başlar. Yapı mücadelesi terapistin yönetiminde değildir çünkü ailedeki yenilik planını düzenleme görevi terapistte aittir. İnisiyatif mücadelesi ise aile tarafından değişim isteği ve bunun sürekliliği için kazanılmalıdır. Bu sebepten terapist bu mücadelede sabırlı olarak ailenin değişim isteğine göre çalışmalar yapmalıdır (Nichols,2013). Sembolik -Yaşantısal terapide terapistler süreçte tamamen kendileri olurlar. Tüm duygularını ifade etmelidirler. Bu duruma otantik benlik kullanımı denmektedir (Connel ve diğ.,1999).

Bunun yanı sıra bazı durumlara terapistin aile sisteminde daha yüzleştirici olması için eş terapistin dahil olmasını gerekir (Napier ve Whitaker,1978). Sembolik Yaşantısal terapide terapist birçok teknik kullanır. Aile sisteminde çoğu zaman, yeniliğin gerekliliğinin kavranmadığı durumlarda, sorunun belirtileri tekrardan belirlenerek değişimin önemi vurgulanır (Nazlı,2016). Terapist farkındalık yaratmak için duygusal yüzleştirme tekniğini kullanarak aile bireylerindeki katı örüntüleri kaldırmaya yardımcı olur. Ayrıca aile bireyleri birbirleri ile olan duygularını anlamaya kolaylık sağlar (Goldenberg,2012). Paradoksik teknikler ile terapist danışanlarının umutsuz oldukları durumun çaresizliğini abartarak umutsuzluğundaki sebeplerin önemsizliğinin farkına varmasına yardımcı olurlar. Bazen aile bireyleri arasındaki sorun kişisel sorunlardan kaynaklanmaktadır. Terapist burada aile bireyinin kişisel sorunun farkına varmasını sağlayarak aile içindeki sorunun kaldırmasına katkı sağlar (Gladding,2012).

Sembolik -Yaşantısal Terapinin amacı; aile içinde oluşan sorunlar esnasında duygusal destek ile güven bağları kurularak aile bireyleri arasındaki bağlılığı artırmaktır.

Bir diğer hedefi ise aile içindeki bireylerin kendisi olması ve kişisel gelişiminin sağlıklı bir şekilde devam etmesidir (Nichols,2013).

1.1.2.4. Sistemik ve Stratejik Aile Terapileri

Stratejik aile terapisi sistemler ve sibernetik kuramları doğrultusunda 1952 yıllarında Rockefeller vakfından destek alarak oluşturulmuştur. Stratejik aile terapileri kendi arasında üç terapi yöntemine ayrılmıştır. Bunlar; Zihinsel Araştırmalar Enstitüsü (ZAE), Stratejik Terapi ve Milan Sistemik Terapidir(Gehart,2013).

1.1.2.4.1. ZAE Sistemik Terapi

Zihinsel Araştırmalar Enstitüsü (ZAE) 'nin kurucusu Palo Alto 'dur. Richard Fisch ve Don Jackson da önde gelen kişilerinden olup kısa süreli terapi projesinin öncülerindedir.

Her aile sisteminde görülmeyen aile kuralları vardır. ZAE bu kuralların aile içindeki öz-dengeyi koruma amacı ile meydana geldiğini düşünür (Nichols,2012). ZAE modelinde aile kuralları doğrultusunda daha önce denenmiş olan çözümlere odaklanıp kısır döngüyü bozmayı amaçlarlar. Aile sisteminde kurallardan dolayı oluşan sorunları yeniden çerçeveselendirerek sisteme düzenleme getirirler. Yeniden çerçeveselendirmeyi, diğer kuramlardan farklı olarak yapılandırıcı bir şekilde yaklaşırlar (Watzlawick,1974). ZAE terapistleri denenmiş olan çözümler doğrultusunda danışanı, çözüm için yaptığı davranışın daha azını yapması için danışana yönerge verirler (Nichols,2013). Bunun gibi her müdahalenin amacı sorun gidermek için yapılan çözümleri yeniden çerçeveselendirmeye dayanmaktadır.

ZAE terapisi, insani problemleri etkileşimli ve aile sistemi tarafından problemlerin çözümünü sürdürmeyi, tekrarlayıcı ve tahrip edici davranış kalıplarının döngüsünü kırmayı ve problemleri ailelerin sistemini değiştiren yollarla hızla çözmeye yönelik çözümler sağlamayı amaçlamaktadır(Gladding,2012).

1.1.2.4.2. Stratejik Aile Terapisi

Stratejik aile terapisi öncülerinden olan Jay Haley ve Cloe Madanes terapiyi sibernetik ve sistem teorisi kuramı üzerine geliştirmişlerdir. Stratejik terapi yöntemi kısa süreli terapi yöntemini içermektedir. Terapi geçmişle ilgilenmemekte, şu ana odaklanmaktadır. Davranışsal yönergeler ile aile sisteminde olan problemlerin çözümlenmesine yardımcı olmaktadır (Gehart,2013).

Aile sisteminde oluşan sorunlar üç şekilde meydana gelmektedir. Bunların ilki, sibernetik şekilde doğru olmayan çözüm teknikleri ile aile içinde kökleşen sorunlardır. İkinci tip sorunlar, yapısal olarak meydana gelen sorunlardır. Bir diğer açıklamayla aile içindeki düzensiz hiyerarşi sonucu sorunlar meydana gelir.

Haley aile sisteminde hiyerarşik yapının düzeni ile sorunların eş oranda olduğunu savunmuştur. Son olarak meydana gelen sorunlar ise işlevsel-fonksiyonel olan sorunlardır. Aile içinde bireylerin birbirlerini koruması, arka çıkması ve aile içindeki bireylerin sınırlarını kontrol etmeye çalışmasıyla ortaya çıkmaktadırlar (Nichols,2013).

Stratejik aile terapisi direktifler, bir diğer deyişle yönergeler ile davranışların değişmesine yardımcı olurlar. Bazı aileler bu değişimlere karşı meydan okuyarak ikincil kazanç sağlamaya çalışırlar. Bu direnci ortadan kaldırmak için paradoksal direktifler kullanılır. Genellikle tavsiye verici veya betimleyici şekilde direktifler kullanılmaktadır. Bu yönergeler kullanılarak aile içindeki veya bireyin sorunu çözülmeye çalışılır. Haley davranışları değiştirmek için Ericson'un sınaama tekniğini kullanır (Gehart,2013). Aile içindeki sorunu olduğundan daha fazla rahatsız edici hale getirmek için problem yanlısı yönergeler vererek, sorunu oluşturan semptomlardan uzaklaşmasıyla davranış değişikliği meydana getirmeyi amaçlamaktadır.

Özetle, aile terapisine stratejik yaklaşımın tipik özellikleri, aile kurallarını değiştirmeye yönelik paradoksal teknikler kullanmak, işlev bozukluğunu bozmak uyum ve direniş yoluyla değişimin teşvik edilmesi amaçlanmaktadır (Gladding,2012).

1.1.2.5. Bilişsel Davranışçı Aile Terapisi

Bilişsel Davranışçı Aile terapisinin öncüleri, bilişsel yaklaşımın da öncüleri olan Albert Ellis, Aaron Beck ve Victor Ramiy'dir. Davranış yaklaşımında ise John Krumboltz, Carl Thoreson , Joseph Wolpe, Gerald Patterson ve Arnold Lazarus önemli isimlerdir (Fenel ve Weinhold,1989). Davranışçı yaklaşımın uygulamaları ve terapileri son 25- 30 yıl içinde aile danışmanlığı alanında yerini almıştır (Gladding,1998).

Bilişsel davranışçı aile terapisinin diğer terapi yöntemlerinden ayıran özelliği klasik ve edimsel koşullanmaları bilişsel kuram ile birleştirmesidir (Nichols,2013). Bilişsel davranışçı aile terapisi, olumsuz düşünceleri hedef alarak olumlu davranışlar ve duygular yaratmak için olumlu düşüncelerle değiştiren bir psikoterapidir (Freidberg,2006).

Beck'in bilişsel terapi modelinde aile içinde oluşan problemler konusunda müdahale edilen yerler bilişler, duygular ve düşüncelerdir. Probleme neden olan inançların ve düşüncelerin değişmesinin, davranışın değişmesinde etkili rolü olduğunu savunmaktadırlar (Nazlı,2016). Buna bağlı olarak aile sistemindeki soruna müdahale etmek için sosyal öğrenme kuramı, edimsel ve klasik koşullanmalar ile bilişsel yöntemleri kullanırlar. Bu sayede ailede oluşan direnç, sorunlara karşı doğru çözümler ve empatik yaklaşım gibi genel sorunlara spesifik planlar ile çözüm getirilmektedir. Olumlu pekiştireçler ile olumsuz davranıştan uzaklaşma hedeflenir (Nichols,2013).

Beck, düşünce zamanının davranışı belirlediğini, insanların ne şekilde hissettiklerinin ve gerçekte ne şekilde davrandıklarını büyük ölçüde subjektif durum ölçmelerinden etkilendiğini belirtmektedir (Corey, 2008). Bilişsel davranışçı aile terapisti terapi içinde bir eğitmen gibidir. Psikoeğitimler ile aile bireylerinin negatif bilişsel düşünceleri veya davranışları konusunda bilinçlendirmektedir (Nazlı,2016). Bunların yanı sıra bilişsel davranışçı aile terapisi evli çiftlerde olan cinsel sorunlara da müdahale etmektedir (Goldenberg,1996). Joseph Wolpe'nin tekniği olan sistematik duyarsızlaştırma, cinsel işlev bozukluklarının tedavisine büyük ölçüde katkı sağlamaktadır (Nichols,2013).

Bilişsel davranışçı aile terapisinin amacı, aile içindeki olumsuz düşünce ve davranışların değiştirilip çözülmesi ve bunun yanı sıra hatalı etkileşimlerden dolayı ortaya çıkan çarpıtılmış algı ve inançların yeni bir şekilde yapılandırılmasıdır (Dattilio,2012).

1.1.2.6. Psikanalitik Aile Terapisi

Sigmund Frued, psikanalitik olarak aile dinamiklerini ilk inceleyen kuramcıdır. Fakat Frued aile sistemi yerine bireylerin psikanalitik yapısına yoğunlaşmıştır (Türkçapar,1991). Psikanaliz eğitimini Nathan Ackerman, Murray Bowen, Carl Whitaker, Salvador Minuchin ve bazı diğer öncülerden almıştır. Nathan Ackerman bütünüyle aile ile çalışan en önemli psikanalitik öncülerindendir (Gehart,2013).

Psikanalitik terapinin aile terapisiyle birleşmesini sağlayan, nesne ilişkileri kuramı olmuştur. Nesne diye isimlendirilen şey genellikle anne-baba gibi bebeğin ilk iletişime geçtiği kişilerdir. Nesne ilişkileri kuramı; bireyin çocuklukta sevgi, bağlılık gibi en temel ihtiyaçlarını ilk olarak nasıl deneyimlediği ve bu erken deneyimlerini biçimlendirerek bir beklenti oluşturduğu görüşündedir. Bu ilk deneyimlere bağlı olarak bireyin oluşturduğu içsel nesnelere analiz edilir (Goldenberg,1996). Bireyin içselleştirdiği nesnelere ileriki hayatında kişiler arası iletişimini biçimlendirir.

Psikanalitik aile terapisinin amacı, kişinin dünyası ve diğer aile bireyleri ile olan iletişimini sağlıklı hale getirebilmek için bilinç dışı olan sınırlar ve sorunları çözümlenmesidir. Bireyin bilinç dışı soruna karşı geliştirdiği savunma ve bastırılmış duyguları destekleyerek aile içindeki iletişimi artırmaya yönelik çalışmalarda bulunur (Nichols,2013). Psikanalitik yaklaşımda aile analitik olarak incelenerek aile içinde bilinçli veya bilinçsiz olarak oluşan etkileşimler üzerinde durulur. Terapi sürecinde aile bireyleri birbirleri ile soyutlanmadan geçmişleri ve kişilik yapıları incelenir. Yüzleştirme, desteklenme ve iç görü artırma teknikleri ile aile içinde oluşan sorunların çözümlenmesi sağlanır (Gehart,2013).

Psikanalitik aile terapisi bireylerin geçmiş iç deneyimleri sonucunda aile bireyleri ile olan sorunları nasıl tetiklediği analiz ederek bireylerin kişilik değişimini sağlamasını amaçlamaktadır (Nichols,2013).

1.1.2.7. Bowen Aile Sistem Teorisi

Şizofreni tedavisinde uzmanlaşmış bir psikiyatrist olan Murray Bowen, 1955'te anneleri ve şizofren çocuklarını inceledikten ve gözlemledikten sonra Bowen Aile Sistemleri Teorisini geliştirmeye başlamıştır (Bowen, 1976; Kerr ve Bowen, 1988; Nichols ve Schwartz, 1998). Ailelerin hem davranışsal hem de duygusal olarak farklı yollarla etkileştiğini ve bireylerin, ailelerin ve toplumun davranışlarının başkalarının davranışlarını etkilediğini fark etmişlerdir. Bu klinik gözlemler Bowen Aile Sistemleri Teorisi (Kerr & Bowen) için temel oluşturmuştur.

Bowen Aile Sistemleri Teorisi, aile kavramını sürekli olarak yürüten, harekete geçen, etkileşime giren, işlem yapan ve ileten bir sistem olarak sunar. Aile sisteminin bir parçasındaki değişim, sistemin ve alt sistemlerinin diğer bölümlerindeki değişimi teşvik eder. İlişkiler ve davranış kalıpları döngüsel olarak kavramsallaştırılır ve geçmişten ve günümüzden köken ailesindeki güçlerden etkilenir (Bowen, 1976; Nichols ve Schwartz, 1998).

Bowen Aile Sistemleri Teorisinde, aile bir duygusal birim veya sistem olarak görülür (Bowen, 1976; Papero, 1990). Ailenin sosyalleşmenin birincil aracı olduğu düşünüldüğünde, aile etkileşimi kalıplarının davranış üzerinde büyük bir etkisi olduğu söylenebilir (Hall, 1983). Çekirdek aile içindeki duygusal güçler ve sistemler (iş, sosyal durumlar ve ortamlar gibi) dışındaki ilişkiler, aile sistemini ve onu oluşturan bireylerin işleyişini etkilemektedir (Bowen, 1976). Bu bağlamda “duygusal” terimi, her bireyde ve birey ile çevresi arasında kök salmış güçleri ifade etmektedir.

Bowen Aile Sistemleri Teorisi, aile sistemi dahil olmak üzere tüm sistemlerde iki dengeleme kuvvetini tanımlar: özerklik ve yakınlık (Titelman, 2014). Özerklik, köken ailesinden ayrı ve bağımsız bir varlık olma eğilimidir. Aile kökeninde farklı şekillerde düşünmek, hissetmek ve hareket etmek, bireyin özerklik davranışları arasında sayılabilir. Samimiyet, bağlantı kurma ve başkalarına bağımlı olma eğilimidir (Bowen, 1971). Aile kökünde benzer ve bunlara tepki gösteren şekillerde düşünmek, hissetmek ve davranmaktır (Kerr ve Bowen, 1988).

Bowen, psikolojik sağlığın (farklılaşma) ve sıkıntılarının bir nesilden diğerine düzenli olarak geçtiğini ve bu anlamda jenerasyonlar arası ön görülebilir özelliklerin olduğunu belirtmiştir. Bowen (1978) semptomları ailenin tarihi, davranış kalıpları ve duygusal işlem mekanizmalarının ifadeleri olarak görmüştür. Bir semptomun önemi, yalnızca onu kimin ortaya çıkardığı, neyi tetiklediği, süresi, şiddeti ve şiddeti ile değil, aynı zamanda nesiller boyunca ailenin duygusal sisteminin özellikleri ile de ortaya çıkmaktadır. Başka bir deyişle, herhangi bir sorun ya da semptom, aile üyelerinin hem aktörler hem de reaktörler olduğu multijenerasyonel tarihin ürünüdür (Nichols ve Schwartz, 1998).

Bowen'in odak noktası, anksiyeteyi ortadan kaldırmak için ailelerde gelişen örüntülerdir. Ailelerde anksiyetenin anahtar üreticisi, bir ilişkide çok fazla yakınlık veya çok büyük bir mesafenin algılanmasıdır. Bowen'ın terapisinde aile içinde ortaya çıkan kronik anksiyeteyi kaldırmak için kullanılan 8 kavram mevcuttur bunlar; benlik farklılaşması, sistemik üçgenler, çekirdek ailenin duygusal sistemi, aile yansıtma süreci, kuşaklar arası geçiş süreci, kardeş pozisyonu, duygusal yoksunluk ve toplumdaki duygusal süreçtir.

1.1.2.7.1. Sistemik Üçgenler

Bowen üçgenleri en küçük durağan ilişki birimi olarak tanımlamıştır (Kerr ve Bowen, 1988). Üçgenleme süreci onun teorisinin merkezindedir. Triangulasyonun, ikili bir ilişkideki kaçınılmaz kaygının, ya taraf tutan ya da kaygıya yol açan savunmasız bir üçüncü tarafın dahil edilmesiyle rahatladığı zaman ortaya çıktığı söylenmektedir. (Lerner, 1988). Bu örüntünün bir örneği, evlilikteki A Kişisi, B kişisine çok fazla yakınlık duymaktan rahatsızlık duymaya başlıyor olabilir. Belki de, iş (örneğin, üçgenin üçüncü noktası) gibi başka bir faaliyette geri çekilmeye başlayabilir. B kişisi daha sonra A kişisini izler, bu da başlangıçtaki üçgenlenmiş insana veya etkinliğe artan çekilme ile sonuçlanır. B kişisi daha sonra ihmal edilmiş hisseder ve dışlanma hissine sempati duyan bir müttefik arar. Bu da, A kişisinde bir tuhaflık hissine sebep olur ve B kişisine kaygılı bir şekilde yaklaşır. Stres altında, üçgenleme süreci kendi üzerinden beslenir ve sistem boyunca yani aile içinde birbirine kenetlenen üçgenler oluşturur Bu, aile üyeleri, müttefikler veya

doktorlar, öğretmenler ve terapistler gibi bir araya gelme müttefikleri bulduğunda daha geniş bir topluluğa yayılabilir (Brown, 1999).

1.1.2.7.2. Çekirdek Ailenin Duygusal Sistemi

Çekirdek ailenin duygusal sisteminde ise Bowen, 'farklılaşmanın' tek bir nesil ailenin duygusal işleyişi üzerindeki etkisine odaklanır. Üçleme yol açan ilişki füzyonunun, üç kategoriden birinde ortaya çıkan semptom oluşumu için zemin olduğunu iddia etmektedir. Bunlar (Brown, 1999):

- a. çift çatışması,
- b. bir eşte hastalık,
- c. bir problemin bir veya daha fazla çocuğa yansıtılması.

1.1.2.7.3. Aile Yansıtma Süreci

Aile projeksiyon süreci, çocukların önceki neslin ilişkilerle ilgili endişelerine kapıldıklarında nasıl belirtiler geliştirdiğini açıklamaktadır. Ebeveynlerinden en az duygusal ayrımı olan çocuğun, gelişmekte olan semptomlara karşı en savunmasız olduğu söylenir. Bowen bunu, bir çocuğun anne-baba ilişkisindeki gerginliğe endişeyle tepki verdiği zaman ortaya çıkması şeklinde tanımlamaktadır. Bu durum, çocukta bir sorunla karıştırılır. Dikkat çekilme ve korunma, çocuğa kaydırıldığından, bir sapmalı üçgen harekete geçirilmektedir. Karşılıklı anksiyetenin bu döngüsünde, bir çocuk daha zorlu ya da daha fazla güçsüzleşmektedir (Brown, 1999).

Bowen'in tüm yapılarında olduğu gibi, tüm ailelerde değişen derecelerde 'kuşaklar arası aktarım' meydana gelmektedir. Birçok nesiller arası etki, hangi çocuğun aile kaygısının odağı haline geldiğini ve yaşam döngüsünün hangi aşamasında gerçekleştiğini belirleyebilmektedir. Krizlerin etkileri ve zamanlamaları da belirli çocukların savunmasızlığını etkilemektedir. Bowen, travmatik olayları, aslında 'onlara' neden olmaktan ziyade aile süreçlerini vurgulamada önemli görmüştür (Brown, 1999).

1.1.2.7.4. Kardeş Pozisyonu

Bowen, kardeş pozisyonunun, bireylerin ilişkide olma eğilimi olan rollerini anlamada yararlı bilgiler sağlayabileceğini düşünmüştür. Bu genelleştirilmiş özelliklerin, evrensel olarak uygulanabilir olmadığını ve daha küçük bir kardeşin 'işlevsel olarak en büyük' hale gelmesinin mümkün olduğunu belirtmiştir. Bowen, özellikle bir ailede kardeş pozisyonunun ebeveynlerle üçgenlenmeye karşı en savunmasız olduğu ilgi ile ilgilenmektedir. Bir ebeveyn, bir çocuğun kendisi ile aynı kardeş pozisyonunda kuvvetli bir şekilde ya da önceki çapraz kuşak üçgenin (örn. Ebeveynlere karşı büyük ebeveyn ile hizalanmış en büyük bir çocuğun) tekrarlanabilmektedir. Bir önceki nesildeki bir kardeşin ciddi bir hastalığa yakalanması veya ölmesi durumunda, aynı nesildeki mevcut kuşağın çocuğunun daha savunmasız olarak görülmesi ve bu nedenle de ebeveynlerin doğumundan kaynaklanan gerginliklerin daha fazla giderilmesi daha olasıdır (Brown, 1999).

1.1.2.7.5. Nesiller Arası Aktarım

Bu kavram, bir üçgende kalıpların, temaların ve pozisyonların (rollerin) nesillerden nesile, daha önce anlatıldığı gibi ebeveynlikten çocuğa doğru nasıl geçtiğini kapsamaktadır. Etki, her çocuk için ebeveynleri ile yaptıkları üçleme derecesine bağlı olarak farklı olmaktadır. Bowen, bir semptomla baş ederken en az üç nesil bir aileye odaklanmak gerektiğini söylemektedir. Zamanla aile modellerine gösterilen ilgi sadece bir değerlendirme aracı değil, aile üyelerinin kaygıların nesillere aktarılmasında kendi rollerini nasıl değiştirebileceklerini görmek için semptomlarla halihazırdaki mücadelelerinden yeterince uzaklaşmasına yardımcı olan bir müdahaledir (Brown, 1999).

1.1.2.7.6. Duygusal Yoksunluk

Bowen, insanların duygusal yoğunluklarını, insanlar arasındaki füzyon yoğunluğunu yönetme şekli olarak tanımlar. Bir yoksunluk fiziksel mesafe veya duygusal çekilme biçimleri aracılığıyla elde edilebilmektedir. Bowen, aileden 'koparmak' ile aileden 'uzaklaşmak' arasında ayrım yapar. 'Büyüme' farklılaşmanın bir parçası olarak görülür - yetişkin aile üyeleri kendi aile sistemlerine dahil olduklarını kabul ederken

bağımsız hedefleri takip etmektedirler. Teoride yoksunluk daha çok bir kaçış gibidir; insanların, köken ailesine tamamen farklı olmasıyla ortaya çıkmaktadır (Brown, 1999).

1.1.2.7.7. Toplumsal Duygusal Süreç

Toplumsal duygusal süreç, bireyleşme ile beraberlik arasındaki en geniş gerilimi, Bowen'in önceden tanımladığı ve bireysel aile birimleri bağlamında kavramsallaştırdığı gerilimleri temsil etmektedir. Bu kavram, Bowen'in teorik sistemini, sosyal etkilerin aile süreçleri üzerindeki etkisi ve aile süreçlerinin daha geniş bir topluma etkisi üzerindeki etkisi ile genişletmektedir. Toplumdaki duygusal süreçlerin bir kısmı uzun süreler boyunca toplumsal tükenmeye doğru hareket etmektedir. Yapıcı ve etkili uyum, duygusal süreçlerin toplumdaki karşılıklı bağımlılığı ve etkileşiminin olası bir başka sonucudur. Uyum başarılı olduğunda, ilgili duygusal süreçler daha esnek ve büyümeye daha elverişlidir (Brown, 1999).

1.1.2.7.8. Benlik Farklılaşması

Bowen Benlik Farklılaşmasını şu şekilde tanımlamıştır, insanların duygu süreci ile entelektüel süreç arasında ayırım yapabilme derecesine göre tanımlar (Titelman, 1998). Bir diğer tanımla farklılaşma her ebeveyn ile bire-bir ilişki kurmayı içerir. Uzatılmış ailede, bu süreç iki eş arasında kişisel iletişim kurmakla eşdeğerdir (Bowen, 1978). Bowen, farklı benliklerin çok yönlü bir yapı olduğunu ve dolayısıyla tek bir enstrümanla tanımlanamayacak ya da ölçülemeyecek kuramsal bir kavram olduğunu ileri sürmüştür (Bowen, 1978). Aslında Bowen farklılaşmayı ölçmek için yetkin olan psikometrik araçların gelişimini cesaretlendirmiştir. Farklılaşmanın psikoterapi ile en iyi şekilde değerlendirildiğine inandığı için daha kapsamlı bir veri toplanmasını sağlamış ve buna dahil olmuştur (Bowen, 1978). Bowen (1978), kendi ölçeğinin farklılaşmasının kullanılmasını önermiştir. Bu, 0 ile 100 arasında bir aralığa dayanıyordu. Sonuç olarak, çeşitli araştırmacılar, Bowen'in farklılaşma kavramını daha iyi yakalayan önlemler geliştirmeye çalışmışlardır. Haberin Öz Ölçeğinin Farklılaşmasının Düzeyi (LDSS; Haber, 1993), Skowron'un Kendi Kendini Envanteri (DSI / DSI-R; Skowron ve Friedlander, 1998; Skowron & Schmitt, 2003) ve Chabot Duygusal Farklılaşma Ölçeği (CED; Chabot, 2006) güvenilir ve geçerli araçlar olarak bulunan en yeni üç ölçümün örnekleridir.

Judith Haber (1993) tarafından geliştirilen Öz Ölçeğin Farklılaşma Düzeyi (LDSS) on yıl boyunca geliştirilmiştir (Miller ve ark., 2004). LDSS, bir aile sistemi içindeki duygusal olgunluk ve duygusal bağımlılığı değerlendiren, 24 maddelik bir öz bildirim aracıdır. Ögelerin örnekleri arasında şunlar yer almaktadır: “ Kendimden beklediğim şey, diğer insanların benden ne beklediğinden daha önemli”, “Kendi değerlerim ve inançlarımdan yola çıkarak kararları alıyorum” ve “Kendi kendime karar verip vermeme karar verebilirim. İyi bir iş çıkardınız ”(Haber, 1993, s. 171). Standart psikometrik yöntemler kullanılarak LDSS'nin Bowen'in 90 derecelik alfa katsayısı ile ilgili teorisi ile tutarlı, geçerli ve güvenilir bir değerlendirme olduğu bulunmuştur. LDSS skorları, kronik anksiyete ve psikolojik sıkıntı ile anlamlı derecede ilişkili bulunmuştur (Haber, 1993).

Nispeten yeni bir araç, David Chabot tarafından geliştirilen Chabot Duygusal Farklılaşma Ölçeği (CED) 'dir (Licht ve Chabot, 2006). CED, farklılaşmanın intrapsişik yönünü ya da duygusal ve entelektüel işleyişi birbirinden ayırt etme yeteneğini ölçmek için kullanılan 17 maddelik bir öz rapor aracıdır. Bireylerin, stresli ve stresli olmayan dönemlere göre 1 (her zaman) ila 5 (asla) arasında değişen bir likert ölçeğine dayanarak kendi bilişsel ve duygusal süreçlerini değerlendirmeleri istenir (Licht ve Chabot, 2006). Daha yüksek puanlar daha yüksek seviyelerde intrapsişiktir.

CED'in istatistiksel güvenilirliğini ve geçerliliğini destekleyen sayısız çalışmanın sonuçları, 72'den.86'ya kadar olan alfa katsayılarını göstermektedir (Licht ve Chabot, 2006). Araştırmalar istatistiksel güvenilirliği, yapı geçerliliğini ve kültürler arası uygulanabilirliğini desteklese de, farklılaşmanın intrapsişik yönünü ele alması aslında bir sınırlamadır. CED'in güvenilirliğini, geçerliliğini ve uygulanabilirliğini değerlendiren diğer ampirik çalışmalar gereklidir.

Belki de, Bowen'in farklılaşma kavramını daha yakından kavrayan öncü öz rapor araçlarından biri de, Elizabeth Skowron ve Myrna Friedlander (1998) tarafından geliştirilen Öz Envanterin Farklılaşmasıdır (DSI). Daha sonra Elizabeth Skowron ve Thomas Schmitt (2003) tarafından revize edilen Öz-Envanter- Farklılaşması, Bowen'in kuramsal formülasyonları ile kendini farklılaştırmanın güvenilir ve geçerli bir aracıdır. Benliğin farklılaşmasının, hem kişilerarası hem de intrapsişik işlevsel unsurları içeren bir yapı olduğu göz önüne alındığında (Bowen, 1978; Kerr ve Bowen, 1988), DSI, Bowen teorisi ile tutarlı olan her iki yönü ölçmek için standartlaştırılmış psikometrik yöntemleri

kullanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi, DSI ve DSI-R'de dört alt ölçek için psikometrik destek göstermiştir. DSI (1998) ve DSI-R (2003), farklı kişilerarası ve intrapsişik farklılaşma yönlerini kapsayan dört alt ölçeği içerir: Duygusal Tepki (ER), Duygusal Kesinti (AK), Diğerleri ile Füzyon (FO), 'I' Pozisyonu (IP). İntrapsişik düzeyde, farklılaşma, duygusal ve mantıksal süreçlerin ayrılmasını ifade eder. Duygularının farkında olma, rasyonel ve sakin bir şekilde durumları değerlendirme ve etkili bir şekilde cevap verme yeteneği ile kanıtlanmıştır (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988; Kim-Appel, Appel, Newman ve Parr, 2007). Duygusal Reaktivite (ER) ve Duygusal Kesim (EC), benliğin farklılaşmasının intrapsişik yönüne bağlı olarak bulunmuştur. Kişilerarası düzeyde, farklılaşma kişinin kendini ve diğerlerini ayırt etme yeteneğini ifade eder. Kişilerarası olarak, benliğin ayırt edilmesi, kişinin diğer bireylerle olan yakın ilişkilerini sürdürürken, açık bir benlik duygusunu sürdürmek için bir kişi tarafından kanıtlanmıştır (Bowen, 1978; Kerr ve Bowen, 1988; Skowron, 1998). Diğerleri (FO) ve I-Pozisyonları (İP) ile olan Füzyonlar, benliğin farklılaşmasının kişilerarası yönüne bağlı olarak bulunmuştur. Kişilerarası ve intrapsişik yönleri değerlendirmeye yönelik öğelerin örnekleri arasında şunlar yer almaktadır: “İnsanlar aşırı duygusal (ER) olduğumu belirtmişlerdir”, “Benlik saygım gerçekten başkalarının benim hakkımda ne düşündüğüne bağlıdır (IP)” (Skowron & Friedlander, 1998, s. 246).

Duygusal tepkisellik, anksiyeteyi uyaran olaylardan kaynaklanan yoğunluğun ve sıklıkla kontrol edilemeyen duyguların gösterilmesi anlamına gelir. Bowen'e (1978) göre, iyi farklılaşmış insanlar duyguları tarafından tüketilmezler, daha ziyade “bir şeyler düşünür” ve gerektiğinde farklı bakış açıları kullanabilirler (Kerr ve Bowen, 1988). Duygusal olarak 'başkalarını' kesen ilaveler, psikolojik belirtilerin gelişmesiyle sonuçlanan anksiyeteden bir yalancı rahatlama duygusu sağlar. Farklılaşmış kişileri ayırt etmek için kişinin ailesi üzerindeki kontrolünü ve duygusal aktiviteler esnasındaki davranışlarını inceler ve sıklıkla ebeveyni ziyaret eder. Ayrıca, ailenin düğüm olaylarını yaşarken; objektif bir sonuç alabilmek adına aileyi gözlemler (Titelman, 2016) Öte yandan, duygusal kaynaşma, birbirinden çok farklılaşmış bireylerin dış hekimlerinin bir diğerinin kimliğiyle bulanıklaştığı ölçüde “fazla yakınlık” olarak tanımlanır. Bowen'e (1978) göre, daha duygusal olarak kaynaşmış bireyler, daha az farklılaşmış olma eğilimindedirler. Bu, bir başka kişiliğe bağımlı olarak, bir benlik duygusunu tanımlamak ve kendi hislerini ve düşüncelerini sahiplenmeyi zorlaştırmak için başkalarının onayını

olarak açıkça görülmektedir. Kişinin duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını sahiplenebilme yeteneğidir. Skowron ve Friedlander (1998) böylece dört alt ölçekten elde edilen puanlarla, farklı benlik benliğinin genel düzeyini işlevsel olarak tanımlamaktadır: duygusal tepkisellik (ER), duygusal kesme (EC), başkalarıyla füzyon (FO) ve ben pozisyonu(IP).

Bowen'in farklılaşma kavramı, kişinin aile kökeninde ebeveynleri ile arasındaki bağlanmanın çözülmüş ya da çözümlenmemiş olmasını ele alır(Titelmen,2016). "Benliğin farklılaşması" kavramı, otonominin ve samimiyetin bu iki dengeleyici yaşam gücü arasındaki dengeyi müzakere etme yeteneğini karakterize eder. Bireylerin denge kurma biçimlerinde bir dizi farklılıklar vardır. Daha az farklılaşmış bir bireyde, köken ailesinden (özerklik) ayrı bir benlik duygusu daha az yerleşiktir ve mahremiyet ihtiyaçları daha güçlüdür. Birisi daha çok duygularla yönetilir, duygusal olarak, öznel olarak tepki verir ve tepkileri düşüncelerden ayırt etmede zorluk çeker. Bu, daha fakir bir işleyiş seviyesi olarak kabul edilir (Kerr ve Bowen,1988).

Ayrıca Schnarch (1991), bireylerin ilişkilerinde birçok engelin ortaya çıktığını belirtmiştir. Çiftlerin cinsel ilişkilerinin benliklerinin farklılaşmalarına bağlı olarak cinsel ilişkilerinin çoğu zaman duygusal kafeslerde sıkışıp kalmaları ve düşük düzeydeki farklılaşmalarının çoğu cinsel işlev bozukluklarının çoğunu şiddetlendirir. Daha farklılaşmış bir bireyde, orijinli aileden bağımsız olarak işlev görme, kendini belirleme, düşünceler ve duygular arasındaki farkı tanıma, düşünceler ve duygular arasındaki farklılara dayanan bilinçli seçimler yapma ve her ikisinin de işlevini yerine getirme yeteneği daha fazladır. Bu daha yüksek düzeyde işleyiş olarak kabul edilir (Kerr ve Bowen, 1988).

Bowen Aile Sistemleri Kuramı, daha yüksek farklılaşmanın, daha esnek, daha tatmin edici bir ilişkiye sahip olan ve daha az farklılaşmış bir bireyden, daha fazla stres etkeni ile başa çıkabilen bir bireye yol açtığını ileri sürer. Yüksek farklılaşma düzeylerinin nadir ve öncelikli olarak varsayımsal ve teorik olduğu düşünülmektedir (Bowen, 1966). Farklılaşma varoluş halinin aksine, yaşamda bir yön için çabalayan bir sürece atıfta bulunur.

Özerklik ve yakınlık arasında ılımlı bir denge ile bir birey daha az reaktif ve başkalarına daha az bağımlı, daha tarafsız, bağımsız ve kararlı olan şekillerde düşünebilir, davranabilir ve hissedebilir. Duygusal olarak birbirinden bağımsız olarak hareket etme ve duygusal olarak bağılı olma yeteneği vardır ve ikisi arasında seçim yapma becerisine sahiptir. Menşe ailede orta düzeyde özerklik ve yakınlık arasında bir denge algılayan ve bu nedenle orta derecede farklılaşan bir kişi, stres algılayıcılara verdikleri yanıtlarda daha esnek ve uyarlanabilir ve onları algılayanlardan daha tatmin edici ilişkilere sahiptir (Titelman, 2014).

Bir süreklilik boyunca farklılaşma düzeylerindeki farklılıkları tanımlamak için bir farklılaşma ölçeğinin gelişimi, insanları somut bir düzeye atamak için bir araç olarak tasarlanmaktan ziyade teorik bir perspektiften kavramsallaştırılmıştır. İşleyiş seviyeleri 0'dan 100'e kadar olan rasgele puanlarla temsil edilir ve bu farklılaşma sürekliliği boyunca "normal" in bir anlamı yoktur. Bowen Aile Sistemleri Teorisi, bu sürekli süreç boyunca farklılaşma sürecini aşağıdaki gibi tanımlar (<https://yourmindfulcompass.com/about/dr-bowen/differentiation-of-self-scal/> erişim tarihi: 28 Haziran 2018):

(0-60): Daha düşük işleyiş, düşünceleri ve duyguları ayıran zorluklar, düşünceler ve duygular arasındaki farklara dayanan bilinçli seçimler

(0-10): Tamamen duygusal olarak tepki veren, duygularla yönetilen, uzun süreli ilişkileri sürdürmez (şizofreni)

(10-25): Düşünceleri ve duyguları ayırt edememe, duygulara dayalı davranışlar (yani madde bağımlıları)

(25-30): İşleyiş ve duyguları ayıran zorluklar üzerinde hala etkilidir.

(35-40): İnançları çevrelerindeki diğer kişileri memnun etmeye uyarlamak, hala düşünceleri ve duyguları birbirinden ayırmak ya da bağımsız olarak işlev görmekte güçlük çekmek.

(40-50): Düşünceleri ve duyguları ayırmakta zorlandığından ötürü nörotik belirtiler geliştirmek

(50-60): Düşünceler ve duygular arasındaki farkın farkında olmakla birlikte, bu farklılığa dayanan seçimleri tanımakta zorlanmak.

(60-85): Daha yüksek işlev, düşünceler ve duygular arasındaki farkı tanımak ve bu farklılıklara dayanan bilinçli seçimler yapmak.

(60-70): Daha az endişeli olmak, daha az tepki düşünce ve duyguları arasında seçimler yapmak

(70-75): Strese karşı daha az duyarlıdır çünkü çoğu zaman düşünceler ve duygular arasındaki farklılıklara dayanan bilinçli seçimler yapar.

(85-100): En üst düzey işleyiş, düşünceler ve duygular arasındaki farkı fark eder, bu farklılıklara dayanan bilinçli seçimler yapar

(85-95): Düşünceler ve duygular arasındaki tanınan farka dayanarak hemen hemen tüm seçimleri yapar (nadir)

(95-100): Her zaman düşünceler ve duygular arasındaki farkın farkında olmak, bu farklara dayanarak seçimleri zamanın % 100'üne göre yapmak, orijin ailesinden tümüyle duygusal ayrışmayı başarmak.

Araştırmalar, benlik farklılaşmasının, kimlik oluşumu ile pozitif ilişkili olduğunu (Bartle-Haring, 1997; Cooper ve Grotevant, 1987) ve stresle ilişkili psikolojik belirtilerle negatif ilişkili olduğunu göstermektedir (Bartle-Haring, Rosen ve Stith, 2002; Peleg-Popko, 2002).

Araştırmaların çoğu, nesiller boyu aile tarafından aktarılan benliğin farklılaşmasının temel seviyesine yönlendirilmiş olsa da, benliğin farklılaşmasının işlevsel düzeyini inceleyen bir araştırma azlığı vardır. Yakın zamanda yapılan bir istisna, Yom Kippur Savaşı mahkumlarının ve eşlerinin daha yüksek düzeyde travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ve daha düşük düzeyde farklılaşma düzeylerinin bildirildiğini gösteren bir çalışma mevcuttur (Solomon, Dekel, Zerach ve Horesh, 2009). Araştırma bulguları, benliğin farklılaşma düzeylerinde belirli cinsiyet farklılıklarına işaret etmiştir.

Erkek ve kadınlar arasındaki farklılıklar genel benlik farklılaşmasında bulunmasa da (Skowron, Westler ve Azen, 2004), bazı belirli boyutlarda farklılıklar vardır. Örneğin, erkekler daha yüksek seviyelerde duygusal yoksunluk (Ford, Nalbone, Wetchler ve Sutton, 2008; Skowron, 2000) ve I-pozisyonuna (Skowron, 2000) sahipken, kadınlar daha yüksek düzeyde duygusal tepkiler ve başkalarıyla duygusal füzyona sahiptir (Skowron ve Schmitt, 2003) .

1.2. Cinsel Doyum

Literatürde cinsel doyumla ilgili çeşitli tanımlar bulunmaktadır. Mckinney ve Sprecher (1991) cinsel doyumunu, kişinin cinsel eylemlerinin beklentilerini karşılama düzeyi olarak tanımlamaktadır. Lawrence ve Byers (1995) ise cinsel doyumunu, kişinin cinsel ilişkiyle ilgili olumlu ve olumsuz boyutları öznel değerlendirmesinden doğan duygusal bir tepki olarak tanımlamaktadırlar. Sprecher ve Cate' e (2004) göre cinsel doyum bireyin, ilişkinin cinsel boyutundan memnun ve mutlu olma derecesidir. Renaud ve ark. (1997) ve Zhou (1993) gibi araştırmacılara göre ise genel manada cinsel doyum, doyumsuzluğun olmaması durumudur.

Cinsel doyum kişinin, kendi kendine veya bir cinsel eşle yaşadığı cinsellikten zevk alması ve bu cinsel deneyimin sonucu olarak çoğunlukla orgazm-boşalım ve rahatlama duygusunu yaşamasıdır. İnsandaki cinsel yanıt döngüsünün orgazm aşaması cinsel hazzın ve dolayısıyla doyumun doruk noktasıdır. Orgazm ile gevşeme kişide kendini iyi hissetme, kas sisteminde rahatlama olarak görülür (Kayır, 2001). Ancak cinsel doyum sağlamak hemen her ilişkide orgazmı yaşama koşuluna bağlı değildir. Çünkü kadınlar cinselliği sevgi, aşk, şefkat ve yakınlık kurma isteği gibi haz odağı dışında ilişkisel boyutlarda yaşarlar. Dolayısıyla bazı kadınlar orgazmı az yaşadığı halde doyumlu bir cinsel yaşamları olduğunu söyleyebilir ve bunun aksine çok orgazm olan bazı kadınlar cinsel yaşamlarını doyurucu bulmayabilirler (İncesu, 2007).

Mutlu ve doyurucu cinselliğin ilk koşulu, karşılıklı saygı ve eşler arası etkin iletişim ve paylaşımdır. Mutlu bir cinsel yaşam, karşılıklı güven, dürüstlük, açıklık, paylaşım ve saygı üzerine temellendirilmelidir. Bireyin, cinsel haz noktalarını fark etmesi ve bunu cinsel eşiyile paylaşmaktan kaçınmaması daha doyumlu bir cinsel ilişki

yaşamalarını sağlayacaktır. Karşılıklı sevgi ve saygıya dayanan bir ilişkide, cinsellik daha doyumlu olur. Anal, oral sevişme gibi cinselliğin nasıl yaşanacağına dair ayrıntılarda çiftlerin ortak kararı olmalı ve her iki tarafın istek, onay ve rızası ile gerçekleştirilmelidir. Cinsel birleşme için uygun zaman ve ortam seçilmelidir. Güvensiz ortamlarda kadının doyum sağlaması güçtür. Çünkü kadın, cinselliğe daha fazla toplumsal kaygılarla yaklaşır ve yine cinsel haz duyabilmesi için tüm duyu organlarının ve beynin buna hazır olması gerekir. İstenmeyen gebelik ve cinsel yolla bulaşan hastalık kaygısı, özellikle kadının mutlu ve doyumlu cinsellik yaşamalarını engeller. Çift, bu konuda önlemlerini önceden almış olmalıdır. Kadının doyumlu bir cinsel ilişki (orgazma ulaşması) yaşayabilmesi için ön sevişmeye yeterince zaman ayrılması gerekmektedir (CETAD, <http://www.cetad.org.tr/CetadData/Books/37/pdf-dosyasini-indirmek-icin-tiklayiniz.pdf> Erişim tarihi: 10 Haziran 2018).

Mastürbasyon yani kişinin kendi kendini doyuma ulaştırması, çocukluk yıllarında keşfedilen ve haz verici kişisel bir eylem olarak süren özel bir cinsel deneyimdir. Mastürbasyon cezalar veya yasaklar, hastalık, kısırlık gibi söylentilere rağmen bireylerde evrenselliğini sürdürmektedir. Kinsey (1948), hemen tüm erkeklerin ve kadınların yaşamlarında bir zaman mastürbasyon yaptıklarını ifade etmiştir. Geleneksel toplumlarda kadının genital bölgesine dokunması, kızlık zarına koruma, bekaret kaygısı ve cezalandırılma korkusu nedeniyle engellendiğinden, mastürbasyon oranı düşmektedir (Kayır, 2009). Bu durum kadınların cinsellikten haz almalarını zorlaştırmaktadır. Kadınlar kendilerini cinsel doyum sağlamaya layık görmemekte, cinselliği erkeğin haz alacağı bir görev şeklinde yaşamaktadır.

Yakın ilişkiler ve cinsellik insana sevmeye değer olduğu duygusunu yaşatır. Bir insanın başka bir insana cinsel yakınlık duyması, her eş için farklı davranışları içerebilir. Bu nedenle çiftler, kendi aralarında sevdikleri, haz aldıkları ve istedikleri veya sevmedikleri cinsel davranışları konuşmalıdır. Ayrıca ilişki sonrası da duyulan haz, mutluluk ya da doyumсуzлuk paylaşılmalıdır. Sahte, yapmacık ve dürüst olmayan geri bildirimler, uzun vadede karşılıklı güveni sarsabildiği gibi eşlerin cinsel birlikteliklerini de zedeleyecektir. Paylaşım ve kendini ifade etme, çift için ortak ve en uygun cinsel davranışı keşfetmelerine yardımcı olacaktır (İncesu,2007).

Araştırmacılar cinselliğin ve cinsel doyumun biyolojik, psikolojik, sosyal, kültürel, ahlaki, dini, antropolojik, politik ve ekonomik konuları içine alan çok boyutlu bir kavram olduğunu kabul etmektedirler (Carpenter, Nathanson ve Kim, 2007; Vural ve Temel, 2009; Bozdemir ve zcan, 2011). Bu çok boyutlu karmaşık yapısından kaynaklı cinsel doyumunu etkileyen çok sayıda faktör bulunmaktadır. Bireylerin demografik özellikleri, kişilik özellikleri ve cinsel bozuklukları gibi birçok etmen cinsel doyum üzerinde etkiye sahiptir.

Demografik özelliklerden biri olan cinsiyetin, cinsel doyum üzerinde ilişkisi olup olmadığına dair yapılan çalışmalar farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Bazı çalışmalarda erkeklerde daha yüksek cinsel doyum rapor edilirken (Lee, 1999; Gökmen, 2001; Kabakçı & Daş, 2002; Basat, 2004), bazı çalışmalarda kadınlarda daha yüksek seviyede doyum olduğunu (Renaud & Byers, 1997), bazı çalışmalarda ise cinsel doyum açısından kadın ve erkek arasında bir fark olmadığı rapor edilmiştir (Oliver and Hyde, 1993; Timm, 1999).

Literatürde demografik özelliklerden yaşın cinsel doyum üzerine etkisi de araştırmacılar tarafından incelenmektedir. Masters ve arkadaşları cinsel doyumun yaş ilerledikçe azalması gerekmediğini vurgulamaktadırlar. Bununla birlikte, çoğu insan özellikle de kadınlarda cinselliği orta yaşlılık dönemlerinde keşfetmektedirler. Means (2000) 35 ve 45 yaşları arasındaki kadınlara cinsel olarak en hevesli (karşılık veren) grup olduklarını belirtmektedir. Araştırmacılar cinsel yaşantının yoğunluğu ve süresinin menopozla birlikte azalacağını vurgulamaktadırlar. Bununla birlikte Means (2000), bazı kadınlara bu dönemi hamile kalma korkusu olmadığı için cinsel ilişki için bir fırsat olarak gördüğünü de belirtmektedir. Diğer yandan etin (1995) erkeklerde yaş ilerledikçe cinsel doyumun azaldığını söylemektedir.

Cinsel doyumunu etkileyen faktörlerden kendilik değeri üzerine yapılan çalışmalar cinsel doyum için kadınlara kendilerini kabul etme, kendileriyle barışık olmaya ihtiyaç duyduklarını göstermektedir (Rosenthal, 1998; Larson, Anderson, Holman ve Niemann, 2008). Araştırmalar yüksek kendilik değeri ve olumlu vücut imajı ile cinsel doyum arasında önemli düzeyde pozitif bir ilişkinin olduğunu göstermektedir (Munnariz ve arkadaşları, 2000; Basat, 2004).

Cinsel benlik şeması cinsel doyumunu etkileyen bir başka faktördür. Anderson ve Cyranowski (1994) olumlu cinsel benlik şemasına sahip kadınların cinselliğe dair daha olumlu görüşlere sahip olduklarını ve daha yüksek cinsel uyarılma yaşadıklarını rapor etmektedir. Buna karşılık olumsuz cinsel şemaya sahip kadınlar, kendilerini cinsel veya romantik ilişkilerinde soğuk, muhafazakâr, romantik olmayan, utangaç olarak tanımlamaktadırlar.

Ayrıca yapılan çalışmalar depresyon, stres ve endişe gibi psikolojik faktörlerin cinsel doyum üzerinde olumsuz etkisinin olduğunu göstermektedir. (Hawton, 1985; Crowe, 1995). Bunlar dışında araştırmalar bireylerin yüksek eğitim seviyesine sahip olmasının orgazm sıklığı ve cinsel doyumunu olumlu yönde etkilediğini bildirmektedir (Çetin, 1995; Basat, 2004). Bamentos ve Paez (2006) yaptıkları çalışmada bireylerin sosyoekonomik durumunu yüksek, orta ve düşük olarak belirlemiş ve yüksek düzey sosyoekonomik düzeyi olan bireylerin daha yüksek cinsel doyum seviyesine sahip olduğu belirtmişlerdir.

Çocuk sayısı ile ilgili yapılan çalışmaların sonuçları farklılık göstermektedir. Bazı çalışmalar, çocuğun olmamasının yüksek cinsel doyumla ilişkili olduğunu göstermiştir (Calvert, 2008). Ayrıca bazı çalışmalar çocuk sayısının artması ile cinsel doyum arasında olumsuz bir ilişkinin olduğunu göstermiştir (Colebrook Seymour III, 1998). Bununla birlikte Abadjian-Mozian (2005) çocuk sayısı veya çocuğun yaşı ile cinsel doyum arasında herhangi bir ilişkinin olmadığını vurgulamaktadır.

Laumann ve diğ. (1994), tek eşli bir ilişki içinde olan bireylerin, bir veya daha fazla başka ortakla cinsel ilişkiye sahip olanlardan daha çok, cinsel ilişkilerinden memnun olduklarını bildirmişlerdir. Ayrıca cinsel tatmin de evliliksel mutluluk ve evlilik cinselliğinin sıklığından olumlu yönde etkilenmektedir (Greeley, 1991).

Demografik değişkenlerin incelendiği çalışmalara bakıldığında daha yüksek hane geliri olan kadınların cinsel olarak daha az tatmin oldukları ortaya çıkmıştır (Christopher ve Sprecher, 2000). Dini katılım ve eğitim ise cinsel tatminini olumlu yönde etkilemektedir (Laumann ve ark., 1994). Küçük çocukların varlığının ise cinsel tatmin üzerinde hiçbir etkisi yoktur (Schmiedeberg ve Schröder, 2016).

Young, Denny, Luquis ve Young (1998), 797 evli erkek ve çeşitli yaşlardaki kadınlarda cinsel tatmin durumunu incelemişlerdir. Elde edilen sonuçlar, “evlilikle ilgili genel memnuniyet” in en yüksek oranda cinsel tatmin ile ilişkili olduğunu, bunu ilişkinin eş olmayan yönlerinden memnuniyeti, cinsel ilişki başına eş / partner orgazm sıklığı, cinsel aktivite sıklığı ve cinsel engelli olma ile ilişkilendirdiğini göstermiştir. Bu çalışma, genel evlilik ilişkisinin yanı sıra cinsel ilişkilerin cinsel yönlerinin cinsel tatmin ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Young, Denny, Luquis ve Young, 1998). Timm ve Keiley (2011) benlik, yetişkin bağlanma ve cinsel iletişimin farklılaşmasının cinsel ve evliliksel tatmini üzerindeki etkilerini incelemiştir. 205 evli katılımcı, kendini farklılaştırma, cinsel iletişim, cinsel tatmin ve evlilik memnuniyetini değerlendiren anketleri tamamlamışlardır. Bulgular, benlik ve yetişkin bağlanmalarının cinsel iletişim ile anlamlı olarak pozitif ilişkili olduğunu saptamışlardır. Evlilik memnuniyeti, cinsel tatmin ve cinsel iletişim pozitif ilişkide bulunmuştur.

1.3. Cinsel Benlik Şemaları

William James (1890; Markus, 1977'de atıfta bulunularak) ilk kez “ben”, “bencillik” ve “benlik” arasında bir ayrım çizmiştir. Markus'un (1977) “öz şema” kavramının tanıtımı, James'in teorisine dayanan gelişmelerden biriydi. “Öz şema” terimi aslında “Ben kimim?” sorusuna verilen bir cevaptır. Öz şemalar kendilikle ilgili bilginin işlenmesini ve yönlendirilmesini sağlayan geçmiş deneyimlerden türetilen benlik hakkında bilişsel genellemelerdir (1977, s. 64). Bireylerin kendileri ve benzerleri hakkında bildikleri her şey, hayal edebilecekleri her şey kendi kendine şemaların oluşumu için bir yapı taşıdır. Ayrıca, bireyin geçmişleriyle ilgili anı, geleceğe dair beklentiler ve o özel bireyin özellikleri bu şemalara katkıda bulunan faktörlerdir. Markus'un (1977) belirttiği gibi, öz şemalar bireylerden gelen bilgileri işler. Başka bir deyişle, şemaların türüne bağlı olarak bilgiyi yönlendirir, yorumlar ve organize ederler.

Farklı davranış alanları için farklı öz şemaların varlığı Bruch, Kaflowitz ve Berger (1988) tarafından tartışılmıştır. Bununla birlikte, bu şemalarda olası cinsel bileşenin anlaşılması için az çaba sarf edilmiştir. 1995 yılında Gaynor ve Underwood, cinsel benlik saygısının cinselliğe bağlı olduğunu öne sürmüştür. Bu yazarlar için, cinsel benlik saygısı kişinin kendi cinselliğine değer verme eğilimi olmuştur. Cinsel tutumun cinsel deneyim,

cinsel sapma, cinsel duyarlılık ve tutumlarla ilişkili olduğu; heteroseksüel davranış, cinsel deneyim ve cinsellikle ilgili tutumlarınsa cinsel çekicilik, cinsel tepkiler ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Ancak bu çalışma, ölçeğin faktör yapısını analiz etmediği ve korelasyonlar yoluyla nedensel bağlantılar çizdiği için eleştirilmiştir.

Markus'un (1977) yaratıcı çalışması üzerine inşa edilen Andersen ve Cyranowski (1994), benliğin cinsel ve bilişsel yönünü vurmaya başlamıştır. Cinselliğin, önceki literatürdeki kişiliğin farklı yönleriyle ilgili olarak nasıl kavramsallaştırıldığını anlamak için, Andersen & Cyranowski (1994) cinsellik araştırmaları alanındaki tarihsel gelenekleri incelemiştir. Bryne & Schulte (1990; Andersen & Cyranowski, 1994'te alıntılı olduğu üzere), bu gelenekleri üç farklı stratejide gruplandırmıştır. Birincisi, cinsel ipuçlarına duygusal ve değerlendirici (tutumusal) tepkilerde farklılıklar olup olmadığını incelemektir. İkincisi cinsel davranış kalıplarını araştırmaktır ve üçüncüsüyse, cinselliğin fizyolojik yönlerinin, cinsel uyarılma gibi farklılıkların incelenmesidir.

Cinselliğin bilişsel yönü hakkında bir anlayış kazanmak için, Andersen & Cyranowski (1994) "cinsel bilişsel şema" kavramını ortaya atmıştır. Gerçekten de, "cinsel bilişsel şemalar" ilk olarak Mahoney ve Strassberg (1993) tarafından "cinsel içerikli benlikle özdeşleşme yani cinsel bağlamda benlikle ilgili bilişler" olarak tanımlanmıştır (Volsky Rushton, 2002). Ancak bu terim Andersen & Cyranowski'nin (1994) modelinden çok daha az ayrıntılandırılmıştır. Cinsel benlik şemaları "cinsel yönleri hakkında bilişsel genellemeler" olarak tanımlanmaktadır. Geçmiş deneyimlerden, güncel deneyimlerden ortaya çıkarak, cinsel olarak ilgili sosyal bilgilerin işlenmesinde akıcı ve cinsel davranışlara rehberlik ederler (Andersen & Cyranowski, 1994, s. 1079). Cinsel benlik şemaları cinsel yaşamın tarihsel temsillerini sağlar ve belirli bir bireyin nasıl davrandığını, karar verdiğini, tahmin ettiğini veya yargıladığını yönlendirir. Başka bir deyişle, kişinin cinselliğinin açık bir şematik temsili, o kişinin bireyin cinselliği tarihinin kısa bir özetini temsil eder ve buna ek olarak, hem şimdiki hem de gelecekteki cinsel kendilik hakkında bir referans noktası olarak hareket eder. Belirli durumlarda, yani cinsel olarak ilgili durumlarda aktif olma eğilimindedirler. Bu tür bilişsel temsil kayıtlarına odaklanmak, cinsel tutum ve davranışları tahmin etmede yararlı bilgiler sağlayacaktır.

Cinsel benlik şemaları alanında, bireyler, pozitif değerlikli ya da olumsuz bir cinsel öz şemalarına sahip olup olmadıkları konusunda ayrılırlar. İki tür kategorileştirme

literatürde mevcuttur: Bunlar bipolar kategorizasyon stili ve iki değişkenli bir sınıflandırma tarzıdır. Andersen ve Cyranowski'nin (1994) erken dönemdeki çalışmaları, olumlu ve olumsuz benlik şemalarına odaklanmış ve bireyler ya olumlu ya da olumsuz cinsel öz şemalar yapıp yapmadıklarına göre farklılaşmıştır. Ancak daha sonra, cinsel öz şemaları yeniden kavramsallaştırdılar ve cinsel benlik şemaların iki değişkenli fenomen olduğunu ve bunların pozitif ve negatif cinsel benlik şemalar olduğunu varsaydılar. Bunlar birbirinden bağımsız yapılarıdır. Böyle bir model hem olumlu hem de olumsuz boyutların işlevsel bağımsızlığa sahip olmasını, davranışlarının etkilerine karşı çıkmasını ve farklı aktivasyon seviyelerine atfedilebilecek etkilerin olasılığını sağladığını garanti etmiştir (Andersen & Cyranowski, 1998, p). 1365). Bu anlamda bireyler, cinsellikleri açısından, pozitif ve / veya negatif cinsel öz şemalarının değerliliğindeki farklılıkların bir fonksiyonu olarak farklılık gösterirler.

Bu modele göre, pozitif şematik bireyler, cinsel benlikleri için olumlu bir görüşe sahiptir. Duygusal olarak romantik ve tutkulu ve davranışsaldırlar, cinsel deneyimlere ve ilişkilere açıktırlar. Aynı zamanda, kendilik bilinci ve utanç gibi sosyal engellemelerden ve cinselliğe karşı liberal tutumlara sahip olma eğilimindedirler. Buna ek olarak, cinsel ilişkiye girme sırasında daha fazla eforlanabilirlik bildirmekte ve cinsel ilişkiye girmeye daha istekli olmaktadır. Negatif şematik bireyler düşük seviyedeki sevgi ve uyarılmayı desteklemektedir. Zayıf, pozitif ve güçlü negatif cinsel benlik şemaları vardır. Üstelik, artan anksiyete ve kaçınma gibi cinsel aktiviteler sırasında olumsuz duyguları deneyimlemekte ve sevilme ya da terk edilmeme konusundaki artan endişeyi bildirmektedirler. Şematik bireyler hem olumlu hem de olumsuz cinsel benlik şemalara sahiptir, yani cinselliği ile ilgili görüşlerini çelişmektedirler. Çatışan cevaplarının bir sonucu olarak, Pozitif ve Negatif şema grupları tarafından rapor edilen davranış seviyeleri arasında düşen, orta derecede sınırlı bir cinsel aktivite modeli sergilemeleri önerilmiştir (Cyranowski ve Andersen, 2000, s. 521). Örneğin, artan uyarılma seviyelerini rapor etmekte, bununla birlikte, aynı zamanda cinsel ilişki sırasında yüksek düzeyde kaygı sergilemektedirler (Andersen ve Cyranowski, 1998). Son olarak, aşematik gruptaki bireyler, şizofreni bireylere benzer, hem pozitif hem de negatif cinsel benlik şemalara sahiptirler; Ancak, her iki şema zayıftır. Birkaç romantik ve cinsel deneyime sahiptirler; cinselliği acımasız bir deneyim olarak görmemekle birlikte, cinsel ilişkileri teşvik etmeyi istemezler ve düşük cinsel istek ve yüksek kaçınma olduğunu bildirirler.

Cinsel benlik şemalarının boyutları, Andersen ve arkadaşları ile yapılan çalışmalarda kadınlar ve erkekler için ayrı ayrı ortaya konmuştur (Andersen ve Cyranowski, 1994; Andersen, Cyranowski ve Espindle, 1999). Kadın Cinsel Benlik Şeması Ölçeği (Andersen ve Cyranowski, 1994), kadınların cinselliğinin üç yönünü ortaya çıkarmıştır: Tutku / romantik, açık / doğrudan ve utangaç / muhafazakar. Başka bir deyişle, cinsel öz şemaların tutkulu romantik duyguları ve cinsel deneyime davranışsal bir açıklık deneyimleme eğilimi olduğunu ifade etmiştir (Andersen & Cyranowski, 1994, s. 1094). Üstelik olumsuz bir yön olarak utanç ve muhafazakarlığı da içeriyorlardı. Cinsiyetin kadınlara yönelik her üç yönü de, genel anlamda cinsellikle ilgili olarak etkilenmişlerdir. Buna karşılık, Erkekler Cinsel Benlik Şeması Ölçeği (Andersen, Cyranowski ve Espindle, 1999) kullanılarak bulunan yönlerin tutkulu / sevgi dolu, güçlü / saldırgan ve açık fikirli / liberal olduğu görülmüştür. Kadınların cinsel öz şemalarının karışık olumlu ve olumsuz doğasına rağmen, erkeklerin cinsel yönlerinin tüm yönleri olumlu bulunmuştur. Andersen ve Cyranowski (1994) ve Andersen, Cyranowski ve Espindle (1999) cinsel öz şema araştırmaları, kavramların geliştirilmesi, sınıflandırma ve cinsel öz şema araştırması için açtığı açılımı ölçmek için ölçekleri değerlendiren ilk kişiler olmuşlardır.

Cinsel benlik şemalarının özgül boyutlarını ortaya koymak için bir başka çabayı da Hill (2007) göstermiştir. Hem kadınlar hem de erkekler için kullanılacak bir kompozit ölçek geliştirmiş ve erkeklerin de kadınların yaptığı gibi olumsuz bir özelliği desteklediklerini göstermiştir. Dokuz faktörlü çözüm, her zamankinden daha güçlü bir cinsel benlik modeli önermesine rağmen, karışık bir örneklemede en çok tercih edilen faktör modeli üç faktörlü model olmuştur. Erkekler ve kadınlar aynı geniş boyutları düşünmüşlerdir. Bu çalışmada erkeklerin %25'i cinsel benliklerini negatif olarak değerlendirmiş ve erkeklerin neredeyse üçte biri kendilerini asimetric olarak derecelendirmiştir. Erkeklerin puanları hafif, ancak önemli ölçüde, sevgi / sıcaklık boyutu ve yedek konservatif faktörlere göre daha düşük çıkmıştır. Hill (2007), cinsiyet rolünün ve beklentilerin içselleştirilmesi, özellikle sıcaklığın ve sevginin duygularını ifade etme isteksizliğinin tartışılması yoluyla bu bulguya bir açıklama getirmiştir (Hill, 2007'de Alexander ve Wood, 2000).

1.3.1. Cinsel Benlik Şemaları ve Bireysel Değişkenler

Cinsel benlik şemalarının çeşitli çalışmalarda çeşitli bireysel değişkenlerle ilişkili olduğu gösterilmiştir. Cinsel kendilik şemaları kavramını tanıtan Andersen ve meslektaşları, konsepti farklı özelliklere sahip örneklerde test etmeye başlamıştır. Kanserden kurtulanlar kişiler üzerinde cinsel şemalar okumuşlardır. Jinekolojik kanserden kurtulan kişilerle yapılan bir çalışmada Andersen, Woods ve Copeland (1997), jinekolojik kanserden kurtulan kadınları ve jinekolojik olarak sağlıklı kadınları, jinekolojik kanserler için tedavi edilen kadınların çoğunun cinsel işlev bozukluğu geliştirdiği bilgisine göre karşılaştırmıştır. Bulgular, önceki cinsel aktivite düzeylerini, tıbbi tedavi kapsamını, semptomları ve cinsel kendiliğini dikkate aldığı ortaya koymuştur. Şemalar, sadece cinsel öz şemalar, toplam cinsel tepkinin kestirilmesi idi. Dört değişkenin mevcut cinsel davranış sıklığını tahmin ettiği bulunmuştur.

Cinsel benlik şemaları ile ilgili başka bir çalışmada Yürek (1997), cinsel şemaların meme cerrahisi sonrası kadınlarda cinsel fizik ve cinsel depresyondaki değişikliklerle ilgili müdahaleci düşünceleri öngörmediğini göstermiştir. Dahası, genel olarak vücut memnuniyeti puanları ile önemli ölçüde ilişki bulunmamıştır. Bununla birlikte, bu çalışmanın bulguları, meme kanserine yakalanan kadınlarda pozitif cinsel kendilik şemasının, cinsel ilişkiden daha az sıklıkta cinsel ilişkiye girme davranışlarını yordadığını ve cinsel ilişkiye daha az duygusal stres yaşadığını, bunun da olumsuz cinsel ilişkiye kıyasla cerrahi müdahale boyutunun açıklamasının ötesinde olduğunu ortaya koymuştur. Cinsel kendilik şemaları da göğüs kanseri ameliyatı sonrası cinsel olarak yakın (yaklaşım) davranışların sıklığı ile ilişki bulunmuştur. Yazar olumsuz cinsel yönelimli kadınların cinsel işlev bozuklukları geliştirme konusunda daha büyük risk altında olabileceği sonucuna varmıştır. Ayrıca, yaştan kaçınma davranışlarının dikte edilmesinde rol oynamıştır. Özellikle, genç yaş ve negatif cinsel öz şemaların, eş ile cinsel ilişkiyi sürdürdükten sonra cinsel aktiviteden kaçınmak için olası risk faktörleri olduğu düşünülmüştür.

Yürek (1997) çalışmasını, görüşmeden önce üç aydan daha kısa bir sürede cerrahi girişim geçiren hastalarla gerçekleştirdi; ancak Andersen ve ark. (1997) ameliyatı takip eden ikinci yılda hastalarla görüşmüştür. Ayrıca, daha önce bahsedilen çalışmada, cinsel

depresyon için kontrol amaçlı istatistiksel analizler yapılmıştır. Bu kontrol, aksi takdirde hata varyansı tarafından gizlenmiş olabilecek etkilerin ortaya çıkmasına yol açacaktır.

Diğer araştırmacılar ayrıca cinsel öz şemalar ve fiziksel koşullar arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Örneğin, Curran (1999), Andersen & Cyranowski (1994) tarafından belirtildiği gibi, kadınların cinsel öz şemalarının olumsuz yönünün -kendisi ve muhafazakarlığının - cinsel yöneliminde bir azalma olduğunu göstermiştir. Kadınlar meme kanseri için tedavi edilmiştir. Ancak, bu çalışmanın sonuçları, önceden varsayıldığı gibi, bu gruptaki kadınlarda daha fakir cinsel işlevsellik raporunu ortaya koymamıştır.

Buna ek olarak, Gates (2000), kronik, sık ve uzun süreli jinekolojik hastalıklara ve ağrıya neden olan vulvar vestibulit bağlamında cinsel öz şemalar üzerinde çalışmıştır. Yaş ve şemanın cinsel aktivite sıklığını bağımsız olarak tahmin ettiğini bulmuştur. Ayrıca, kadınlarda negatif cinsel öz şemaların varlığı vulvar vestibulitin başlangıcından dolayı cinsel zorluklarla ilişkilendirilmiştir. Bu bulgular ile ilgili olarak, Gates (2000), Andersen ve ark. (1999) olumsuz, çelişkili veya zayıf cinsel öz şemaların, bir cinsel işlev bozukluğunun ortaya çıkması için bir savunmasızlık unsuru olarak hareket edebileceğine dair argümanla, bu kadınların vulvar gözbebeğinin stresörlerine karşı daha savunmasız olacağını tartışmışlardır. Buna ek olarak, kadınların cinsel kendilerine yönelik olumlu görüşlere sahip olduklarından, daha fazla cinsel zorluklar geliştirmiş olabilirler. Bu nedenle, olumlu cinsel şemaları, bu tür bir sağlık sorunu için koruyucu olabilmektedir. Yüksek düzeyde özgüvenleri ve daha iyi iletişim yetenekleri nedeniyle, bu sağlık durumunun yaşanmamış olabileceğini düşünmüş olabilirler.

Bir başka çalışmada, fiziksel bedensel rahatsızlıkları olan kadınlarda (örneğin vajinismus, dyspareunia / vulvar vestibulitis sendromu) cinsel kendine yönelik şemalar Reissing ve ark. (2003) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmanın bulguları, vajinismus kadınların daha az olumlu bir cinsel öz benlik şemasına sahip olduğunu ortaya koymuştur (DSM-IV, Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994; Reissing ve ark., 2003). Bu bulgu, araştırmacılar tarafından, daha az pozitif bir cinsel benlik bakışının, bu kadınlar için gözlenen cinsel davranışla tutarlı olduğu anlamında değerlendirilmiştir. Dahası, vulvar vestibülit grubundaki kadınlarda ayrıca cinsel kendilik algıları daha az pozitif bulunmuştur.

Cinsellik araştırması ayrıca cinsel şiddete başvurma ve çocuk cinsel istismarı gibi cinsel yaşam olayları arasındaki ilişkiye de değinmiştir. Meston, Hellini ve Heiman (2006), çocukluk döneminde cinsel istismar öyküsü olan kadınların cinsel istismar öyküsü olmayanlara göre olumsuz cinsel benlik şema özelliklerinin daha yüksek olduğunu gözlemlemişlerdir. Başka bir deyişle, çocukluk dönemi cinsel istismar öyküsü olmayan kadınlarla karşılaştırıldığında, bu kadınlar daha az romantik ve daha az pasifionlu olmuştur ve bu da olumsuz cinsel etki ile ilişkilidir. Bu kadınların pozitif cinsel şemasındaki değişikliğin nedeninin tam olarak bilinmemesine rağmen, yazarlar söz kadınlar samimiyeti ile romantizm ve tutku duygularını bağlayan ihtiyacı olabileceğini düşünmektedir. Bu çalışma, romantik / tutkulu cinsel öz- şemaların düşük düzeylerinin, cinsel etkilenmenin kendileri üzerindeki depresyon ve kaygı üzerindeki olumsuz cinsel etkilere aracılık edebileceğini göstermiştir.

Bu bulgular, Andersen ve Cyranowski'nin (1994) teorisiyle, cinsel öz şemaların travmatik cinsel deneyimlerin ve Reissing ve ark. (2003) romantik-tutkulu cinsel öz şemanın cinsel istismar öyküsü ile negatif ilişkili olduğunu bulmuştur. Ancak, Andersen & Cyranowski (1994) cinsel istismar mağdurlarının sağlıklı katılımcılar açısından farklı olabileceğini öne sürmelerine rağmen, istenmeyen cinsel dokunuşlar yaşayan bir grup üniversite mezunu arasındaki cinsel öz şemalarda bir fark bulamamışlardır. Meston ve arkadaşlarına göre (2006), bu bulgular ve önceki araştırma bulguları arasındaki bu çelişki, cinsel istismar tanımındaki farklılıklar, istatistiksel yöntemler ve metodolojik değişkenler (örneğin, kendi kendine seçim, katılımcı örnekleme) nedeniyle olmuştur. Ayrıca, istismar deneyiminin şiddeti bu iki çalışmanın örnekleri arasında farklılık gösterirken, toplumu örnekleyen kadınların kolej öğrencilerine göre daha şiddetli cinsel istismar deneyimine sahip oldukları varsayılmıştır. Olumsuz benlik şemaları açısından Meston ve ark. (2006) çocuk cinsel istismarı tarihi ile utanç / muhafazakârlık cinsel öz şemaları arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Çocuk cinsel istismarı, pozitif benlik şemaları üzerinde bir etkiye sahip görünmekle ancak birlikte olumsuz cinsel öz şemaları değiştirememiştir.

Cinsel benlik şemaları da az sayıda çalışmada, normal popülasyonlarda çalışılmıştır. Volsky Rushton (2002) tarafından yapılan bir çalışmada, normal bir popülasyonda genç kadınlarda (ortalama yaş: 22.2 yıl), pozitif cinsel öz şemalara sahip

olmanın cinsel uyanıklığın artması, daha az cinsel kaygı ve daha olumlu tutumlar ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Bununla birlikte, bu sonuçlar orta yaş (yaş ortalaması: 38.2 yıl) ve yaşlılık (ortalama yaş: 53.4) grupları için çoğaltılmamıştır.. Yazar, cinsel kendine yönelik şemaların, 30 yaşın üstündeki cinsellik ile daha az ilişkili olabileceği sonucuna varmıştır. Bu bulgu, cinsel kendine yönelik şemaların değerlendirilmesinde yaşın önemli bir faktör olabileceğini öne sürmüştür.

Wiederman & Hurst (1997) tarafından yapılan bir çalışmada cinsel öz şemaların, deneysel olarak değerlendirilen yüz çekiciliği, kendi kendine yüz yüze gelme, bedensel çekicilik ve kişisel görünüşe dair kaygılardan dolayı sosyal kaçınma derecesi ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Dahası, pozitif cinsel benlik şemaların vücut ve cinsiyet değeri, cinsel saygı, cinsel isteklilik ve omurilik yaralanması olan kadın örnekleminde orgazma sahip olma ve cinsel depresyon ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Aksine, olumsuz şematik omurilik yaralanmalı kadınların cinsel kaygıyı arttırdığı ve cinsel saygınlığını azalttığı görülmüştür (Davidov, 2006). Bu çalışmada, olumsuz şema skorları ile ortaya konan cinsel utanç, cinsel depresyonun ortaya çıkışını yordamamıştır. Bununla birlikte, cinsel olarak ilgili deneyimlere ve davranışlara açıklık, cinsel depresyonun gelişmesine karşı aprotektif bir etken olmuştur. Ek olarak, Davidov'un (2006) çalışmasının bulguları, her birinin ayrı ayrı cinsel benlik arasında aracılık ettiği cinsel itibar ve cinsel saygı ve cinsel istekliliğin ortaya çıkmasını sağlamıştır. Başka bir deyişle, bu çalışmadaki kadınların daha olumlu cinsel benlik görüşüne sahip olmaları ve daha az olumsuz bir cinsel öz-görüşe sahip olmaları daha yüksek cinsel itibarına sahip olmuş ve / veya daha yüksek bir bedensel değere sahip olmuş ve / veya cinsel bağlamda daha fazla uyandırılmıştır; Bu onların daha cinsel olarak tatmin olmasını sağlamaktadır. Bir araştırmacı bu kadınların fiziksel olarak engelli olmalarına rağmen, cinsel güçlük yaşadıklarını göstermiş ve bu bulgu cinsel yaşamda cinsel öz şemalar gibi psikolojik faktörlerin önemini yansıtmıştır. Ayrıca cinsel yakınlık ve cinsel saygıya yönelik açıklığın ve utanç eksikliğinin, cinsel tatminin artmasını öngören daha olumlu bir cinsel benlik görüşüyle ilişkili olduğunu gösteren benzer bir yol da elde edilmiştir.

1.3.2. Cinsel Benlik Şemaları ve İlişkisel Değişkenler

Literatürde, cinsel öz şemaların sevgi, ilişki kalitesi ve ortak cinselliği içeren bir dizi ilişki değişkeniyle ilişkili olduğu gösterilmiştir. Andersen ve Cyranowski (1994), pozitif cinsel öz şemaları olan kadınların cinsel ilişkiye girmeye daha istekli olduklarını, cinsellikle ilgili daha büyük bir davranışsal repertuarı olduğunu göstermiştir. Cinsel aktivite sırasındaki duygular, daha fazla sayıda romantik ilişki yaşama eğiliminde olmuş ve negatif şematik benzerlerine kıyasla gelecekte daha olumlu cinsel ilişkilerin yaşanmasını beklemişlerdir. Bu kadınlar cinsel tutumlarında liberal olma eğilimindedirler ve genellikle öz-bilinç ya da utanç gibi toplumsal engellerden arınmışlardır (s. 1094).

Daha çok sayıda kısa süreli cinsel ilişki yaşamış ve daha fazla cinsel ilişkiye girme eğilimi göstermişlerdir. Daha yüksek bir ortalama rapor etmiş, çeşitli cinsel davranışlarla ilgili değerlendirmelerinde daha olumlu bir değere sahip olmuşlardır. Öte yandan, olumsuz cinsel öz şemaları olan kadınlar kendilerini soğuk, ürkütücü ve duygusal olarak görmüş ve cinsel olarak engellemişlerdir. Cinsel konularla ilgili daha olumsuz tutumlara sahiptirler. Bu kadınlar özgüvenli olmadıklarını, çeşitli sosyal ve cinsel bağlamlarda muhafazakâr olma eğiliminde olduklarını söylemiştir. Onların kendileri hakkındaki görüşünün diğer bireyler tarafından yönetildiği ve tanımlandığı görülmüştür.

Başka bir çalışmada, Andersen ve Cyranowski (1998), yardımcı şematik kadınların, yaşlıları olan çoğu kadın gibi kendilerini cinsel olarak derecelendirerek, tarafsız olarak değerlendirdiklerini göstermiştir. Tarafsız değerlendirmelerin kendilik ürünleri olduğu ileri sürülmüştür. Cinsel ilişkilerde yüksek düzeylerde cinsel istek ve cinsel uyarılmaya yol açtıkları, güçlü tutkulu sevgi duygularına sahip oldukları için pozitif şemalara sahip oldukları görülmüştür. Bununla birlikte, negatif ve pozitif şemalar arasında onları konumlandıran sınırlı bir cinsel aktivite modelini bildirmişlerdir.

Yukarıdaki çalışmada aşematik kadınlar yani cinsellikle ilgili herhangi bir şemaya sahip olmayan kadınlar kendi değerlendirmelerini bildirmiştir ve sonuç olarak cinsel olarak bağlamda ilgi çekici durumlarda cinsel istek ve uyarılmayı daha düşük seviyelerde deneyimlediklerini belirtmişler ve çalışma sonucunda cinsellikle ilgili ipuçlarını tanımadıklarını belirtmişlerdir. Bununla birlikte, cinsel durumdaki ipuçlarını tanımadıkları bulgusuna rağmen, daha uzun ömürlü cinsel partnerleri olmuş ve olumsuz

şematik benzerlerine göre geçmiş ve güncel cinsel deneyimleri de geçmişlerdir. Bu nedenle, kadınlarda cinsel davranışların şemadan ziyade dışsal durumlar tarafından yönlendirilmesinin muhtemel olduğu ileri sürülmüştür (Andersen ve Cyranowsk, 1998).

Erkekler için bu ayırım kadınlardan farklıdır. Erkeklerin cinsel öz şemalarının orijinal çalışmasında, Andersen, Cyranowski ve Espindle (1999), erkeklerin cinsel benlikleriyle ilgili olumsuz şemalar almadıklarını bulmuşlardır. Gerçekten de, şemaları tutup tutmadıklarına göre ayırt edilmişlerdir. Yazarlar bu bulgunun, erkeklerin cinselliği ile ilgili olumsuz özellikleri onaylama isteksizliğinin bir sonucu olacağını düşünmektedir. Ayrıca bu çalışmada, hem hemodiyal hem de aşematik erkekler için negatif değerde olan ürünlere yanıt vermek için anlamlı olarak daha uzun süreler aldığı gösterilmiştir. Andersen, Cyranowski ve Espindle (1999) bu bulgunun benlik saygısı ile ilişkisini, pozitif öğelerin cinselliklerinin ve olumsuz öğelerinin daha az tanımlayıcı olarak kabul edilmesinin, erkeklerin benlik saygısına zarar vereceğini düşündükleri bir ilişki önermiştir.

Andersen, Cyranowski ve Espindle (1999) tarafından yapılan çalışma pozitif cinsel şemaya sahip erkeklerin erkeklerin daha fazla sayıda cinsel ilişki yaşadıklarını, cinsel davranışların daha geniş bir repertuarı olduklarını ve cinsel anlamda daha çok uyarıldıklarını, aşematik erkeklere kıyasla daha fazla deneyimlediklerini göstermiştir. Cinsel kapasitelerine benzer şekilde, romantik kapasiteleri daha geniştir; daha sık sık romantik duygular beslemişlerdir ve aşık olma konusunda en yetenekli olan da onlardır. Bunun aksine aşematik erkekler daha az deneyimlidir ve partnerleriyle daha az ilgilidir. Ayrıca, durumlarının yakın bir gelecekte değişmeyeceğini ve en önemlisi kendilerini diğerlerine göre daha az cinsel olarak gördüklerini düşünmüşlerdir. Bu sonuçlar, cinsel öz şemaların, bireylerin cinsel yaşamlarıyla ilgili olarak hem düşünce hem de davranışlarını yönlendirdiği yönündeki özgün görüş ile tutarlıdır.

Aarestad (2000), flört eden çiftlerin bir örneğinde bağlanma süreçleri ile ilgili olarak cinsel şemaları üzerinde çalışmıştır. Çalışmasında, pozitif şematik kadınların ve şematik erkeklerin, romantik ilişkilerinde daha yoğun aşk deneyimleri bildirdikleri ve şematik erkeklerin ilişki geçmişi ve bağlanma tarzının etkilerini kontrol ettikten sonra bile, ilişki kurucu kalitesi konusunda deneyimli oldukları gösterilmiştir. Bir erkeğin kendini şefkatli ve sevgi dolu olarak görme eğiliminin, romantik ilişkilerinin kalitesi için

özellikle önemli olduğu belirtilmiştir. Diğer cinsel alanlarla ilgili olarak, kadınların cinsel öz şemalarının, cinsel davranış, cinsel tatmin ve cinsel tepki alanlarındaki daha iyi cinsel işlevlerle ilişkili olduğu bulunmuştur. Ancak erkekler için cinsel öz şemalar sadece cinsel tepkiye yol açmıştır. Cinsel benlik şemaları ve erkekler için cinsel davranışlar arasındaki bu ilişkisizlik, Andersen, Cyranowski ve Espindle (1999) ile cinsel öz şemaların erkeklerde cinsel davranışı öngördüğü bulgularıyla tutarsız olarak tartışılmıştır. Araştırmacılar, bu tür bulguların ortaya çıkmasının, erkeklerin cinsel öz şeması ile mevcut cinsel davranışları arasındaki cinsel ilişki veya dolaylı olarak örnek özelliklerine bağlı dolaylı bir ilişkiden kaynaklanabileceği görüşündedir.

Genç Taylandlı kadınlardan oluşan bir örnekleme, Pornchaikate (2003) Andersen & Cyranowski (1994) tarafından başlangıçta sunulan dört şema grubunda cinsel öz şemalar üzerinde çalışmıştır. Bu şemalar olumlu şemalar, negatif şemalar, ortak şemalar (hem olumlu hem de olumsuz şemalar), ve asiklik (ne pozitif ne de negatif şemaları). Bulgular, olumsuz şematik ve iskemik kadınların raporlarının, erotik kişisel deneyimleri, gerçekleştirdikleri cinsel faaliyet türleri, cinsel aktivitelere ilişkin risk kategorileri, her türlü cinsel aktivite ile ilgili beklenti düzeyleri ve beklenti düzeyleri açısından benzer olduğunu ortaya koymuştur. Pozitif şematik ve ko-şematik kadınlarda yukarıda belirtilen değişkenlerde benzer olmuştur.

Pornchaikate'in (2003) çalışmasında, negatif şematik ve aşematik kadınlarda, pozitif şematik ve eş şematik benzerlerinden anlamlı derecede daha az sayıda erotik kişisel deneyim ve daha az cinsel deneyimler bildirilmiştir. Benzer şekilde davranan bu kadınlar, daha az riskli (istenmeyen gebelik ve cinsel yolla bulaşan hastalıklar ile ilgili olarak) cinsel aktivitelere de rol oynamaktadırlar. Negatif şematik kadınlar, pozitif şematik ve eş şematik benzerlerine kıyasla daha az vajinal cinsel deneyime sahiptir. Ayrıca, pozitif şematik ve yardımcı şematik kadınların cinsel davranışları da benzerdir. Pozitif şematik kadınların cinsel konularla ilgili ve riskli karşılaşmalar dahil cinsel faaliyetleri, daha geniş bir yelpazede keşfetme rahat olma eğiliminde olduğun ileri sürülmüştür. Andersen ve Cyranowski'nin (1998) yardımcı şematik (cinselliklerinin şematik bir temsili olan ve hem olumlu hem de olumsuz yönleri olan) kadınların daha yüksek düzeylerde rapor ettikleri bulgusuyla tutarlı olarak, cinselliği daha az rahatlık ve muhtemelen daha fazla kaygıyla keşfedebilmektedirler.

1.3.3. Cinsel Benlik Şemaları ve Sosyokültürel Değişkenler

Araştırmacılar ayrıca cinsel öz şemalar ve çeşitli sosyokültürel değişkenler arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Örneğin, Sanchez (2004) cinsiyet rol oryantasyonları, sosyal bağımsızlık arzusu ile yetişkin heteroseksüel kadınların cinsel öz şemaları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Androjen ve eril cinsiyet rol oryantasyonlarının, feminen ve farklılaşmamış cinsel rol oryantasyonlarına kıyasla, pozitif cinsel öz şemalarla anlamlı olarak ilişkili olduğunu bulmuştur. Daha yüksek seviyedeki eril ve dişil karakteristiklere ya da yalnızca erkeklik özelliklerinin daha yüksek düzeylerine kadar olan sosyalleşmelerin, kadınlarda pozitif cinsel benlik şemaları ile ilişkili olduğu gösterilmiştir.

Buna ek olarak, cinsel bağımsızlık ve finansal bağımsızlık arzusu için sosyalleştirmeler arasında küçük ama anlamlı bir pozitif doğrusal ilişki vardır. Finansal bağımsızlığı arzulamak için sosyalleşme ne kadar yüksek olursa, kadınların cinsel kendini şemaları da o kadar olumlu olur. Bu bulgunun sebebi, Sanchez (2004) 'e göre, finansal bağımsızlık isteyen kadınların finansal güvence için erkek ortaklara güvenmedikleri ve cinsiyeti finansal destek ve güvenlik için kullanılabilir bir meta olarak görmedikleri olabilmektedir. Dahası, genel olarak sosyalleşme süreçleri nedeniyle, daha olumlu cinsel öz görüşlere sahip olabilirler. Bütün bunlar birlikte, finansal bağımsızlık isteyen kadınlar için daha olumlu cinsel öz şemaların ortaya çıkmasına neden olabilir.

Stone (2007), cinsel öz-şemaları araştıran bir araştırmada, daha önceki araştırmalardan farklı bir bağlamda, cinsel mesajlar (din, medya, akranlar ve ebeveynler / veliler) ile cinsel ilişki arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Cinsel mesajın içeriğinin restriktif olması durumunda (izin vermenin aksine) cinsel öz şemaların yüksek düzeyde ebeveyn müdahalesiyle ilgili olduğu görülmüştür. Kategoriyeye dayalı bir analizde, şizofren ve negatif şematik kadınların daha yüksek cinsel kaygı yaşadıkları ve pozitif cinsel öz şemaları olan kadınlara kıyasla daha kısıtlı akran mesajları sundukları gösterilmiştir.

Cinsel içerikli reklamları inceleyen bir başka çalışmayı da Davies, Zhu ve Brantley (2007) yapmıştır. Bu araştırmacılar, cinsel içerikli reklamların, cinsel şemalar tarafından ılımlı bir şekilde cinsel ilişkilerin erişilebilirliğini etkileyeceğini öne sürmüştür. Bununla birlikte, bu hipotez desteklenmemiştir. Bu nedenle, bu şemalar daha

fazla erişilebilirlikten ziyade bir inhibisyon üretmiştir. Olumlu cinsel öz-şema grubu için etkiler sadece marjinal önem seviyelerine ulaşmıştır. Bu bulgular, negatif şemaların cinsel yapıların akıllarına girmesini engellemek ve cinsel düşüncelerini baskılamak için daha fazla motive olabileceği şeklinde değerlendirilmiştir. Reichert ve Fosu (2005), cinsel öz şemaların reklamlardaki cinsel içeriklere olan tepkilerini inceleyen diğer araştırmacılarıdır. Kadınlardan oluşan bir örneklemede, daha olumlu cinsel öz şemaları olan kadınların cinsel reklamlar için reklam ve marka ilgisine karşı olumlu tutumları olduğunu bulmuşlardır.

Taylor (2006), Lad dergileri (Maxim For Men ve FHM gibi genç yetişkin erkeklerde hedeflenen yaşam tarzı dergilerinin yeni bir türü) ve pornografik dergiler ile cinsel tutumlar, davranışlar ve şemalar gibi belirli cinsel değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmada Andersen ve arkadaşları tarafından belirtildiği üzere erkeklerin cinsel öz şemalarının iki ayrı yönüne odaklanmıştır. Cinsel benlik şemaları açısından yapılan çalışmada, Lad dergilerinin okumasının genç erkeklerde daha agresif cinsel öz şema ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Bir başka sebep de dergilerin içeriğidir. Taylor (2005; Taylor, 2006), Lad dergilerinin kadınların arayışları hakkında tartışma eğiliminde olduğunu ve bu tür erkeklerin cinsel yaşamlarını iyileştirmenin mümkün olduğunu varsaymaktadırlar. Bununla birlikte, pornografik dergiler, kadınları cinselliği yüksek ve cinsel açıdan uygun olan ve bu içeriği reddeden kişiler olarak idealize etme eğilimi göstermektedir. Bu çalışma için olası bir sınırlama, romantik / tutkulu cinsel öz şemaya ilişkin analiz eksikliğidir. Bulgular, saldırgan cinsel öz şemalar ve Lad dergisinin okuryazarlığı arasında bir ilişki olduğunu göstermesine rağmen, bu okuyucunun romantik / tutkulu cinsel öz şemalarını değiştirip değiştirmediğini tartışmak mümkün değildir.

1.4. Farklılaşma ve Cinselliğin Birlikte İncelendiği Araştırmalar

Farklılaşmanın cinsellikle ilişkilendirildiği çalışmalarda iyi düzeyde farklılaşmış kişilerin, yakınlık ve yalnızlığa daha kolay tolere edebilir olduğu, bunun yanında daha az farklılaşmış insanlar karışmış durumda olma eğiliminde olduğu (kaynaştırılır) ve bazen, yalnız olduklarında, dayanılmaz bir terk edilme duygusu deneyimledikleri ortaya çıkmıştır (Kerr ve Bowen, 1988).

Schnarch (1991), samimiyetin ilişkinin merkezinde olduğu bir ilişkide farklılaşmanın, bir çiftin endişe ile boğulmadan cinsel konular, ihtiyaçlar ve fanteziler hakkında açıkça konuşmasına izin verdiğini belirtmektedir. Schnarch (1991, 1997), daha yüksek farklılaşma düzeylerinin, cinsellik gibi zor konular hakkında iletişim kurma yeteneğinin artmasıyla sonuçlandığını ileri sürmüştür ve daha yüksek farklılaşma düzeylerinin, tahammül etme yeteneğinin artmasıyla çiftler için daha yüksek cinsel potansiyele dönüştüğü sonucuna varmıştır. Araştırmalar, bir çiftin cinsellikle ilgili konularda yaptıkları konuşmanın sıklığı ve kalitesinin cinsel tatmin ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Baus, 1987; Metts ve Cupach, 1989). Cupach ve Comstock (1990) cinsel iletişimden memnuniyetin, cinsel tatmin ve evlilik tatmini ile pozitif ve önemli ölçüde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Önerdikleri model, cinsel iletişimin tatmininin cinsel tatmine yol açması ve cinsel tatminin evlilik ilişkilerinde ikili uyuma katkıda bulunmasını kapsamaktadır.

Timm ve Caley (2011), yaptıkları çalışmada benlik farklılaşması ile cinsel iletişimin pozitif bir ilişki içinde olduğuna dair bulgular ortaya koymuştur. Fakat çalışmalarında direkt olarak benlik farklılaşması ve cinsel doyum ya da evlilik tatmini arasında bir ilişki bulamamışlardır. Cinsel iletişimin ise cinsel tatmin ve evlilik tatmini ile ilişkili olduğunu ortaya çıkarmışlardır. Bu ilişkinin yetişkin bağlanma stilinden kaynaklanabileceğini öne sürmüşlerdir.

Ferreira ve ark. (2016), çiftlerin kendileriyle aynı düzeyde benlik farklılaşmasına sahip partnerlere daha çok cinsel istek duyduklarını ortaya çıkarmışlardır. Bu çalışmada partnerlerin ortalama ilişki memnuniyeti, partnerlerin ortalama benlik farklılaşması ve ortalama cinsel istekleri ile pozitif olarak ilişkilendirilebileceği gibi, daha yüksek ortalama çift memnuniyetine sahip olan çiftlerin daha yüksek benlik farklılaşması ve cinsel istek ortalamalarına sahip olma eğiliminde olduklarını teyit etmiştir.

Goff (2011), benlik farklılaşması, cinsel tatmin ve spiritüellik arasındaki ilişkiyi incelemiş ve korelasyon analizleri, benlik farklılaşması ve cinsel tatmin arasında anlamlı bir pozitif ilişki olduğunu, ancak spiritüellik ile cinsel tatmin arasında anlamlı bir ilişki olmadığını ortaya koydu. Regresyon analizleri ise her iki sonucun da tek başına farklılaşmasının, cinsel tatminin anlamlı bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir.

Schnarch (1997), anksiyeteyi kontrol etmede ve cinsel ilişkilerde yakınlaşmayı artırmada farklılaşmanın rolüne odaklanmaktadır. Farklılaşmayı “kişinin kaygısını yatıştırmayı ve diğer insanların kaygılarına bulaşmaya karşı koyabilme” olarak tanımlamaktadır. Schnarch, kişilere kendi kendini doğrulayan ya da diğer doğrulanmış yakınlığa sahip olduğunu ifade etmektedir. Farklılaşanlar, kişinin kendi onaylanmış yakınlığını deneyimleyebilir, bu da kişinin kendi kimliğini ve öz güvenini sürdürmeyi, karşılığında eşdeğerlik veya karşılıklılık beklemeden bir eşle iletişim kurabilir. Bununla birlikte, diğer birey, kendi kaygısını gidermek için kabul, empati ve geçerliliğini göstermek ve karşılıklı olarak kendi kendini tatmin etmek için partnerine güvenmektedir. Partnerler, kendi benliklerini farklılaştırmak için kasıtlı olarak çalışarak kendi kaygılarını modüle etmeyi öğrendikçe, her biri cinsel potansiyele daha fazla ulaşabilir hale gelmektedir. Schnarch'e (1997) göre, “cinsel yakınlığın kendini tanımakla ilgisi olduğundan, kendilerini tanıyabilen insanların derin cinsel deneyimler için daha fazla potansiyeli söz konusudur”. Kendini tanımak, insanların sadece yüksek düzeyde farklılaşmalara sahip olmaları durumunda edinebilecekleri bir yetenektir.

II. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölüm, yapılan araştırmanın yöntemi araştırma içerisinde kullanılan veri toplama araçları ve araştırmanın amacı eşliğinde kullanılan analiz tekniklerinin neler olduğuna dair bilgiler içermektedir.

Araştırma Modeli

Bu çalışmada benlik farklılaşması ile cinsel benlik şemaları ve cinsel doyum arasındaki ilişki incelenmektedir. Bununla birlikte Cinsel doyum ve Cinsel Benlik Şemalarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğinin test edildiği bu araştırma nicel verilere dayalı tarama modelleri olan ilişkisel tarama modelinde oluşturulmuştur.

Tarama modelleri genel tarama ve ilişkisel tarama modelleri dahilinde iki tarama türüne sahip bir araştırma modelidir. Genel tarama modelleri araştırmanın evreni hakkında bir yargıya varabilmek için evrenden seçilmiş olan örneklem grubunun dahilinde yapılan bir çalışmadır. İlişkisel tarama modelleri ise çalışmada dahil olan iki değişken arasında olan ilişkiyi saptamak ve iki değişken arasında karşılaştırma yapmayı hedefleyen bir çalışmada dahilinde olabilir. Tüm tarama modellerinde araştırmacı tüm sahip olduğu bilgileri ve verileri olduğu gibi gözlemler ve raporlayarak çalışmaya hiçbir şekilde müdahalede bulunmayarak tüm ilişkileri ve sonuçları olduğu gibi çalışmayı hedeflemektedir (Karasar,2005).

Evren ve Örneklem

Araştırma evreni; 26 yaş üstü ve evli olan yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise seçkisiz örneklem ile belirlenmiş çalışmaya katılmaya gönüllü 160 katılımcıdan oluşturmaktadır.

Örnekleme yer alan katılımcı bireylere ilişkin dağılımlar aşağıda verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Bilgilerine İlişkin dağılımı (n=159)

	<i>F</i>	<i>%</i>
Yaş		
30 Yaş altı	97	61,0
30 Yaş ve üzeri	62	39,0
Cinsiyet		
Kadın	101	63,5
Erkek	58	36,5
Öğrenim Durumu		
Üniversite	72	45,3
Lisans Üstü	87	54,7
İlişki süresi		
1-3	76	47,8
4-6	35	22,0
7 üzeri	48	30,2
İlişki Sıklığı		
Haftada birkaç	107	67,3
Ayda birkaç	52	32,7
İlişki Sıklığı Memnuniyet		
Evet	100	62,9
Hayır	59	37,1

Uygulama

Araştırmada Kullanılan veri toplama araçlarının uygulanması için 26 kişiye yüz yüze, 134 kişiye ise online anket uygulanmıştır. Kişisel Bilgi Formu ile Benlik Farklılaşması, Yeni Cinsel Doyum Ölçeği ve Cinsel Benlik Şeması Ölçekleri uygulanmıştır. Araştırmacı birebir ulaştığı katılımcılara uygulamanın başlamadan önce kendini tanıtarak araştırmanın amacı hakkında bilgiler vermiştir. Online anket uygulaması ile ulaşılan katılımcılara ise uygulama başında yazılı olarak araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiştir. Araştırma sonuçlarının geçerlilik ve güvenilirliği açısından içten bir şekilde cevaplandırmalarının önemli olduğu ve bireysel bilgilerin gizli tutulacağı belirtilmiştir. Ölçeklerin nasıl cevaplandırılacağı hakkında bilgi verilmiş ve uygulama yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmanın istatistiksel analizinde SPSS 20 versiyonunda veri girişi yapılacak ve ilişkileri belirlemek için pearson korelasyon kat sayısı ve gruplar arasında ki farkları test etmek için t testi kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada için katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu , sosyodemografik veri formu , Benlik Ayrışması Ölçeği ,Yeni Cinsel Doyum Ölçeği ve Cinsel Benlik Şeması ölçeği kullanılmıştır.

2.1. Sosyodemografik Veri Formu

Bu form , literatür bilgileri göz önüne alınarak araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.Araştırmacı tarafından, sağlıklı katılımcılarla doldurulan form bireyin bilgilerinde cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ilişki süresi, ilişki sıklığı ve ilişki memnuniyeti gibi sosyodemografik bilgiler ve cinsel yaşantıları ile ilgili bilgiler içermektedir.

2.2. Benliğin Ayrışması Ölçeği (Baö)

Bowen'ın Aile Sistemleri Tutumuna katılan uygulamacılar ve araştırmacılar, benliğin ayrışma seviyesinin değerini ölçmek amacıyla birçok ölçme aracı geliştirmişlerdir (Haber, 2003; Licht ve Chabot, 2006; Schnarch ve Regas, 2012; Skowron ve Friedlander, 1998; akt. Işık ve Bulduk, 2013). Benlik Farklılaşması Ölçeği (BAÖ) ilk olarak Skowron ve Friedlander (1998) tarafından geliştirilmiştir. BAÖ, özellikle yetişkinlerin (25+ yaş üzeri), yakın ilişkilerine ve köken ailesi ile mevcut ilişkilerine odaklanan çok boyutlu bir farklılaşma ölçeğidir. Ölçek 43 maddelik 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek daha sonra Skowron ve Schmitt (2003) tarafından revize edilmiştir.

Ölçeğin Türkçe 'ye uyarlaması Işık ve Bulduk (2013), tarafından yapılmıştır. Uyarlama çalışması yapılması ile Benliğin Ayrışması Ölçeği 20 madde içermektedir.

Ölçeği etkileyen dört faktör bulunur. Bu faktörler ayrıca dört alt boyut olarak yer almaktadır. Bunlar;1-duygusal tepkisellik (DT), 2- duygusal kopma/duygusal ilişkiyi kesme(DK), 3- iç içe geçme ve /Başkalarına Bağıllık (BB),4- ben pozisyonu almadır(BT). (Kerr ve Bowen, 1988). Ölçekteki olan 15 madde (1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 14, 15, 16, 17, 18, 20) normalden farklı olarak tersine çevrilip puanlanma yapılmalıdır. Alınan değerlendirme sonucunda ölçekten gelen toplam puan ve alt ölçekler için alınan puanın yüksekliği, benliğin ayrılaşma düzeyinin yüksekliğini göstermektedir. Yapılan geçerlik çalışmaları sonucunda dört faktörlü yapı desteklenmiş olup, tahmin edildiği gibi devamlı kaygı ile yüksek düzeyde negatif bağ olduğuna erişilmiştir. Benliğin Ayrışması Ölçeği'nin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ölçeğin tamamı için .81 (DT= .78, BP= .75, BB= .77, DK= .74), 5 hafta ara ile elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise $r = .74$ olarak bulunmuştur. (Skowron ve Friedlander, 1998).

2.3. Yeni Cinsel Doyum Ölçeği (Ycdö)

Yeni Cinsel Doyum ölçeği Stulhofer ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. Yeni Cinsel Doyum Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması geçirlilik ve güvenirliğini Turgut (2016) tarafından yapılmıştır.Yeni Cinsel Doyum Ölçeği 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin iki alt boyutu vardır.Bunlar ; ben merkezli alt boyut (1-10) ve eş-partner / cinsel aktivite merkezli alt boyutudur(11-20).Ben merkezli alt boyut , kişisel deneyimler ve duyuglar tarafından meydana gelen cinsel doyumunu gösterir. Eş- psrtner/ cinsel aktivite merkezli alt boyut ise bir bireyin eşnin/partnerinin cinsel davranış ve tepkilerini , diğer taraftan cinsel faaliyetlerin çeşitlilik ve sıklığından aldığı cinsel doyumunu belirler. Klinik çalışmaların sonucunda yeni cinsel doyum ölçeği 5'li likert tipli bir ölçme aracıdır. (1-5) Ölçeğin taban puanı 20 , tavan puanı ise 100dür. Maddelerin toplanması ile ölçek puanlanır. Yeni Cinsel Doyum Ölçek puanının yüksek olması ile bireyin Cinsel Doyumu sağladığı ve iyi olduğunu belirlemektedir.

2.4. Cinsel Benlik Şeması Ölçeği (Cbşö)

Cinsel Benlik-Şeması Ölçeği Hill (2007) tarafından oluşturulmuştur. Ölçeğin Türkçe 'ye uyarlamasını Koçak ve Fişiloğlu (2011) tarafından yapılmıştır. Cinsel benlik-Şeması ölçeği 7'li likert tipi ölçekte derecelendirilen 36 bölüm yer almaktadır.

Katılımcılar bu bölümleri kendi cinselliklerini ne kadar tanımladığı temelinde değerlendirilmektedir. Ölçekteki cevap seçenekleri "beni hiç tanımlamıyor " ve "beni çok iyi tanımlıyor" aralığındadır. Ölçeğin güvenilirliği Cronbach alfa değerlerinin hesaplanması ile test edilmiştir. Cronbach alfa değerleri alt boyutlar için sırasıyla .89, .85, ve .77 olarak erişilmiştir. Toplam ölçek için elde edilen Cronbach alfa değeri .82dir. Bu çalışmada, CBSÖ Türkçe 'ye uyarlanmasında "tek yönde çeviri" temel yaklaşımı ile çevrilmiştir (Savaşır,1994) Ölçeğin geçerliği faktör analizi yoluyla araştırılmış ve örneklem için üç alt boyutun uygun olduğunu öne atmıştır. Ölçekteki 3 alt boyut şu şekildedir; "Sevgi dolu/Şefkatli (Loving/Compassionate)", "Şehvetli/-Tahrik edici olan (Sensual/Stimulating)" ve "Dolaysız/Açık sözlü (Direct/Outspoken)"olarak belirlenmiştir.). Sevgi Dolu / Şefkatli alt boyutun maddeleri; "Yumuşak Kalpli, Duygusal, Sevgi Dolu, Romantik, Şefkatli, Hassas, Sıcak, Romantik Olmayan, Sıcakkanlı, Sağduyulu ve Sempatik olarak adlandırılmıştır. Şehvetli / Tahrik Edici olan alt boyutun maddeleri; Şehvetli, Tahrik Edici Olan, Heyecan Verici, Deneyimli, Tutkulu, Saldırgan, Uyarılabilir, Baskın, Deneyimsiz, Bireysel, Kendine Odaklı ve Güçlü olarak oluşturulmuştur. Dolaysız/Açık Sözlü alt boyutun maddeleri ise; Çekinmeyen, Açık Sözlü, Doğal, Çekingen, Utangaç, Açık, Özgür, Dobra, Tutucu ve Dürüst olarak sıralanmıştır. Ölçeğin puanlaması 3 alt boyutun maddeleri ayrı olarak toplanıp her boyutun puanı elde edilecektir. Örneğin ilk 11 maddeden toplam ise alınan puan sevgi dolu/şefkatli boyutun puanı olacak. Faktör yükleri eksi olanlar, yani Çekingen, Utangaç, Tutucu, Romantik olmayan ve Deneyimsiz maddeleri ters kodlanmaktadır. Her üç faktör için puan elde edilebileceği gibi, hepsini toplayıp toplam bir ölçek puanı da elde edebilir.

III. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmada ele alınan amaçlar doğrultusunda kişilerden toplanan anketlerden elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmeleri sonucunda elde edilen bulgular ve yorumları yer almaktadır.

Bulgular bölümünde önce örneklem grubunun genel yapısını tanıtıcı frekans ve yüzde dağılımlarına kısa açıklamaları ile birlikte yer verilmiştir. Daha sonra ise anket ile elde edilen veriler araştırmanın amaçları ve bu amaçların sunulduğu sırasına göre istatistiksel analizlere tabi tutulmuştur.

3.1. Bağımlı Değişkenlerin Demografik Değişkenlerce Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Hipotez Testleri

Tablo 2. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	n	\bar{X}	ss	t-test		
					t	sd	p
Duygusal Tepkisellik	30 yaş altı	97	15,96	4,845	-,367	157	,714
	30 ve üzeri	62	16,24	4,572			
Duygusal Kopma	30 yaş altı	97	21,29	4,537	-1,143	157	,255
	30 ve üzeri	62	22,11	4,270			
Başkalarına Bağlılık	30 yaş altı	97	22,09	4,882	,016	157	,987
	30 ve üzeri	62	22,08	4,317			
Ben Pozisyonu Alma	30 yaş altı	97	13,36	4,326	-1,702	157	,091
	30 ve üzeri	62	14,56	4,386			
Toplam	30 yaş altı	97	72,70	10,763	-1,311	157	,192
	30 ve üzeri	62	75,00	10,828			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 2 ‘de görüldüğü üzere, Kişilerin Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının yaş değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 3. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Duygusal Tepkisellik	Kadın	101	15,64	4,892	-1,504	157	,135
	Erkek	58	16,81	4,371			
Duygusal Kopma	Kadın	101	21,31	4,855	-1,137	157	,257
	Erkek	58	22,14	3,581			
Başkalarına Bağlılık	Kadın	101	21,77	4,909	-1,130	157	,260
	Erkek	58	22,64	4,162			
Ben Pozisyonu Alma	Kadın	101	13,84	4,163	,043	157	,966
	Erkek	58	13,81	4,759			
Toplam	Kadın	101	72,56	11,559	-1,598	157	,112
	Erkek	58	75,40	9,192			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene’s testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo3 de görüldüğü üzere, Kişilerin Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 4. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Duygusal Tepkisellik	Lisans	72	15,83	4,687	-,571	157	,569
	Lisansüstü	87	16,26	4,780			
Duygusal Kopma	Lisans	72	20,79	4,367	-2,138	157	,034*
	Lisansüstü	87	22,29	4,409			
Başkalarına Bağlılık	Lisans	72	21,31	4,935	-1,945	157	,054
	Lisansüstü	87	22,74	4,333			
Ben Pozisyonu Alma	Lisans	72	14,17	4,812	,882	157	,379
	Lisansüstü	87	13,55	3,985			
Toplam	Lisans	82	72,10	11,443	-1,599	157	,112
	Lisansüstü	87	74,84	10,161			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 4'te görüldüğü üzere, Kişilerin Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının öğrenim durumu değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark Duygusal Kopma alt boyutunda istatistiksel olarak manidar bulunurken, diğer alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır. Anlamlı farklılığın ortaya çıktığı Duygusal Kopma alt boyutunda aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında lisansüstü mezunlarının duygusal kopma düzeylerinin lisans mezunlarından anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Benlik Farkındalığı Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının İlişki süresi değişkenine, göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan ANOVA testi sonuçları

	Gruplar İlişki Süresi	<i>n</i>	\bar{X}	<i>s</i>	ANOVA	
					<i>F</i>	<i>p</i>
Duygusal Tepkisellik	1-3 (1)	76	15,74	4,431		
	4-6 (2)	35	16,20	5,384	,397	,673
	7 ve üzeri(3)	48	16,50	4,740		
Duygusal Kopma	1-3 (1)	76	21,70	4,758		
	4-6 (2)	35	21,66	3,977	,052	,949
	7 ve üzeri(3)	48	21,44	4,317		
Başkalarına Bağlılık	1-3 (1)	76	22,18	4,846		
	4-6 (2)	35	21,31	4,987	,685	,506
	7 ve üzeri(3)	48	22,50	4,095		
Ben Pozisyonu Alma	1-3 (1)	76	13,91	4,044		
	4-6 (2)	35	13,83	5,227	,030	,970
	7 ve üzeri(3)	48	13,71	4,297		
Toplam	1-3 (1)	76	73,53	10,397		
	4-6 (2)	35	73,00	11,953	,115	,891
	7 ve üzeri(3)	48	74,15	10,798		

Tablo 5'te görüldüğü üzere, Benlik Farklılaşması Ölçeği puanının ilişki süresi değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark tüm alt boyutlarda anlamlı bulunmamıştır. Elde edilen puanların ilişki süresi değişkenine göre benzerlik gösterdiği görülmektedir.

Tablo 6. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Duygusal	Haftada Birkaç	107	15,70	4,650	-1,413	157	,160
Tepkisellik	Ayda Birkaç	52	16,83	4,841			
Duygusal Kopma	Haftada Birkaç	107	21,63	4,401	,065	157	,948
	Ayda Birkaç	52	21,58	4,560			
Başkalarına Bağlılık	Haftada Birkaç	107	22,36	4,536	1,038	157	,301
	Ayda Birkaç	52	21,54	4,893			
Ben Pozisyonu Alma	Haftada Birkaç	107	13,29	4,150	-2,263	157	,025*
	Ayda Birkaç	52	14,94	4,650			
Toplam	Haftada Birkaç	107	72,97	10,367	-1,047	157	,297
	Ayda Birkaç	52	74,88	11,675			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 6'da görüldüğü üzere, Kişilerin Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının ilişki sıklığı değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark fiziksel ben pozisyonu alma alt boyutunda istatistiksel olarak manidar bulunurken, diğer alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır. Anlamlı farklılığın ortaya çıktığı puanda aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında ayda birkaç kez ilişkiye girdiğini belirten kişilerin ben pozisyonu alma düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 7. Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı Memnuniyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Duygusal Tepkisellik	Evet	100	16,30	4,640	,800	157	,425
	Hayır	59	15,68	4,890			
Duygusal Kopma	Evet	100	21,97	4,455	1,334	157	,184
	Hayır	59	21,00	4,383			
Başkalarına Bağlılık	Evet	100	22,29	4,770	,711	157	,478
	Hayır	59	21,75	4,474			
Ben Pozisyonu Alma	Evet	100	13,88	4,344	,186	157	,852
	Hayır	59	13,75	4,463			
Toplam	Evet	100	74,44	10,788	1,282	157	,202
	Hayır	59	72,17	10,795			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 7'de görüldüğü üzere, Kişilerin Benlik Farklılaşması Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının ilişki sıklığından memnuniyet değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 8. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Sevgi Dolu	30 yaş altı	97	59,65	11,241	,765	157	,445
	30 ve üzeri	62	58,13	13,610			
Şehvetli	30 yaş altı	97	58,76	10,822	2,009	157	,046
	30 ve üzeri	62	54,97	12,765			
Dolaysız	30 yaş altı	97	51,01	9,065	-,004	157	,997
	30 ve üzeri	62	51,02	10,040			
Toplam	30 yaş altı	97	169,42	22,505	1,244	157	,215
	30 ve üzeri	62	164,11	31,232			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 8'de görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının yaş değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark Şehvetli alt boyutunda istatistiksel olarak manidar bulunurken, diğer alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır. Anlamlı farklılığın ortaya çıktığı puanlarda aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında 30 yaş altındaki kişilerin şehvetli olma düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Sevgi Dolu	Kadın	101	59,26	11,659	,273	157	,785
	Erkek	58	58,71	13,187			
Şehvetli	Kadın	101	57,67	11,172	,553	157	,581
	Erkek	58	56,60	12,707			
Dolaysız	Kadın	101	51,63	8,924	1,097	157	,274
	Erkek	58	49,93	10,232			
Toplam	Kadın	101	168,56	23,112	,766	157	,445
	Erkek	58	165,24	31,165			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 9'da görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 10. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Sevgi Dolu	Lisans	72	59,17	12,996	,103	157	,918
	Lisansüstü	87	58,97	11,575			
Şehvetli	Lisans	72	58,21	12,503	,905	157	,367
	Lisansüstü	87	56,52	11,058			
Dolaysız	Lisans	72	50,79	10,285	-,268	157	,789
	Lisansüstü	87	51,20	8,708			
Toplam	Lisans	72	168,17	29,900	,354	157	,724
	Lisansüstü	87	166,68	23,033			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 10'da görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının öğrenim düzeyi değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 11. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının İlişki süresi değişkenine, göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan ANOVA ve LSD testi sonuçları

	Gruplar İlişki Süresi	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	ANOVA		LSD <i>Test</i>
					<i>F</i>	<i>p</i>	
Sevgi Dolu	1-3 (1)	76	59,93	10,249			
	4-6 (2)	35	54,66	14,974	3,085	,049	3 > 2
	7 ve üzeri(3)	48	60,88	12,307			
Şehvetli	1-3 (1)	76	58,34	11,095			
	4-6 (2)	35	56,89	12,199	,663	,517	-
	7 ve üzeri(3)	48	55,90	12,422			
Dolaysız	1-3 (1)	76	50,96	9,546			
	4-6 (2)	35	51,83	10,354	,201	,818	-
	7 ve üzeri(3)	48	50,50	8,657			
Toplam	1-3 (1)	76	169,24	22,545			
	4-6 (2)	35	163,37	31,458	,594	,553	-
	7 ve üzeri(3)	48	167,27	27,904			

Tablo 11’de görüldüğü üzere, Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği puanının ilişki süresi değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark sevgi dolu olma alt boyutuda anlamlı bulunmuştur. Ortaya çıkan anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacı ile LSD testi kullanılmış ve elde edilen sonuçlar tabloda sunulmuştur. Tabloda görüldüğü üzere, LSD testi sonucunda söz konusu farklılığın 7 yıl üzeri kişiler lehine gerçekleştiği saptanmıştır.

Tablo 12. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	n	\bar{X}	ss	t-test		
					t	sd	p
Sevgi Dolu	Haftada Birkaç	107	60,18	12,135	1,671	157	,097
	Ayda Birkaç	52	56,75	12,123			
Şehvetli	Haftada Birkaç	107	59,10	11,560	2,870	157	,005
	Ayda Birkaç	52	53,54	11,271			
Dolaysız	Haftada Birkaç	107	51,60	9,286	1,125	157	,262
	Ayda Birkaç	52	49,81	9,687			
Toplam	Haftada Birkaç	107	170,88	26,031	2,465	157	,015
	Ayda Birkaç	52	160,10	25,549			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 12 'de görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının cinsel ilişki sıklığı değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark şehvetli olma ve toplam alt boyutlarında istatistiksel olarak manidar bulunurken, diğer alt boyutlarda anlamlı bulunmamıştır. Anlamlı farklılığın ortaya çıktığı puanlarda aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında haftada birkaç kez ilişkiye girenlerin anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 13. Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı Memnuniyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Sevgi Dolu	Evet	100	59,77	11,932	,960	157	,339
	Hayır	59	57,85	12,653			
Şehvetli	Evet	100	59,12	11,339	2,619	157	,010
	Hayır	59	54,17	11,811			
Dolaysız	Evet	100	52,09	8,973	1,892	157	,060
	Hayır	59	49,19	9,961			
Toplam	Evet	100	170,98	25,040	2,296	157	,023
	Hayır	59	161,20	27,407			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 13 'de görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının cinsel ilişki sıklığından memnuniyet değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark şehvetli olma ve toplam alt boyutlarında istatistiksel olarak manidar bulunurken, diğer alt boyutlarda anlamlı bulunmamıştır. Anlamlı farklılığın ortaya çıktığı puanlarda aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında memnun olanların anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 14. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Ben Merkezli	30 yaş altı	97	37,00	7,569	,581	157	,562
	30 ve üzeri	62	36,26	8,268			
Partner Merkezli	30 yaş altı	97	36,15	9,448	,277	157	,782
	30 ve üzeri	62	35,73	9,631			
Toplam	30 yaş altı	97	73,15	15,595	,445	157	,657
	30 ve üzeri	62	71,98	17,040			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 14 'de görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel doyum Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının yaş değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 15. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Ben Merkezli	Kadın	101	35,61	7,925	-2,364	157	,019
	Erkek	58	38,62	7,348			
Partner Merkezli	Kadın	101	36,17	9,377	,316	157	,752
	Erkek	58	35,67	9,763			
Toplam	Kadın	101	71,78	16,310	-,944	157	,346
	Erkek	58	74,29	15,827			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 15 'de görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel Doyum Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark ben merkezli doyum alt boyutunda istatistiksel olarak manidar bulunurken, diğer alt boyutta ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır. Anlamlı farklılığın ortaya çıktığı puanda aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında erkeklerin ben merkezli doyum düzeylerinin kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 16. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	n	\bar{X}	ss	t-test		
					t	sd	p
Ben Merkezli	Lisans	72	36,72	8,238	,017	157	,987
	Lisansüstü	87	36,70	7,527			
Partner Merkezli	Lisans	72	36,85	9,246	1,039	157	,300
	Lisansüstü	87	35,28	9,685			
Toplam	Lisans	72	73,57	16,731	,618	157	,537
	Lisansüstü	87	71,98	15,678			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 16’da görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel Doyum Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının öğrenim düzeyi değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 17. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının İlişki süresi değişkenine, göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan ANOVA ve LSD testi sonuçları

	Gruplar	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	ANOVA		<i>LSD Test*</i>
					<i>F</i>	<i>p</i>	
	İlişki Süresi						
Ben Merkezli	1-3 (1)	76	37,82	7,591			
	4-6 (2)	35	36,31	6,889	1,650	,195	-
	7 ve üzeri(3)	48	35,25	8,697			
Partner Merkezli	1-3 (1)	76	37,14	9,201			
	4-6 (2)	35	36,43	8,357	1,859	,159	-
	7 ve üzeri(3)	48	33,83	10,497			
Toplam	1-3 (1)	76	74,96	15,482			
	4-6 (2)	35	72,74	14,003	1,977	,142	-
	7 ve üzeri(3)	48	69,08	18,133			

* *Bulgular kısmını yalın ve anlaşılır kılmak adına tablolar ekte verilmiştir.*

Tablo 17’ de görüldüğü üzere, Cinsel Doyum Ölçeği puanının ilişki süresi değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark tüm alt boyutlarda anlamlı bulunmamıştır.

Tablo 18. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Ben Merkezli	Haftada Birkaç	107	38,52	7,386	4,426	157	,000
	Ayda Birkaç	52	32,98	7,453			
Partner Merkezli	Haftada Birkaç	107	38,99	8,108	6,408	157	,000
	Ayda Birkaç	52	29,81	9,197			
Toplam	Haftada Birkaç	107	77,51	14,567	5,961	157	,000
	Ayda Birkaç	52	62,79	14,708			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 18 'de görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel Doyum Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının ilişki sıklığı değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark fiziksel tüm alt boyutlarında istatistiksel olarak manidar bulunmuştur. Anlamlı farklılığın ortaya çıktığı puanlarda aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında haftada birkaç kez cinsel ilişkiye giren kişilerin cinsel doyum düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 19. Cinsel Doyum Ölçeği alt boyut ve toplam puanlarının İlişki Sıklığı Memnuniyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek üzere yapılan t- testi sonuçları

	Kategori	<i>n</i>	\bar{X}	<i>ss</i>	t-test		
					<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Ben Merkezli	Evet	100	38,93	7,016	4,992	157	,000
	Hayır	59	32,95	7,758			
Partner Merkezli	Evet	100	40,33	6,887	9,337	157	,000
	Hayır	59	28,63	8,765			
Toplam	Evet	100	79,26	13,157	7,857	157	,000
	Hayır	59	61,58	14,605			

Aritmetik ortalamalar arasındaki farkın test edilmesinden önce Levene's testi ile iki dağılımın varyanslarının homojen olup olmadığı hipotezi sınanmış, varyansların homojen olduğu saptanmıştır. Bu işlemin ardından ortalamalar arasındaki farkın test edilmesi işlemlerine geçilmiştir.

Tablo 19'da görüldüğü üzere, Kişilerin Cinsel doyum Ölçeği alt boyutları ve toplam puanlarının ilişki sıklığından memnuniyet değişkenine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t-testi sonucunda, kişilerin aritmetik ortalamaları arasındaki fark tüm alt boyutlarda istatistiksel olarak manidar bulunmuştur. Anlamlı farklılığın ortaya çıktığı puanlarda aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında ilişki sıklığından menün olanların cinsel doyum düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir.

3.2. Değişkenler Arasındaki İlişkiyi Belirlemek İçin Yapılan Korelasyon Analizleri

Tablo 20. Benlik Farklılaşması ölçeği ile Cinsel Doyum ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyonu belirlemek üzere yapılan Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı Analizi

	DT	DK	BB	BP	BENLİKTOPLAM	BM	PM	C:DOYUM TOPLAM
DT	r	1	,218(**)	,427(**)	,039	,726(**)	,023	,086
	p		,006	,000	,630	,000	,773	,278
	n	159	159	159	159	159	159	159
DK	r	1	,335(**)	,063	,676(**)	,257(**)	,166(*)	,222(**)
	p		,000	,432	,000	,001	,037	,005
	n	159	159	159	159	159	159	159
BB	r		1	-,290(**)	,638(**)	,147	,104	,133
	p			,000	,000	,065	,190	,096
	n		159	159	159	159	159	159
BP	r			1	,322(**)	-,284(**)	-,229(**)	-,273(**)
	p				,000	,000	,004	,001
	n			159	159	159	159	159
BENLİK TOPLAM	r				1	,064	,058	,065
	p					,424	,466	,414
	n				159	159	159	159
BM	r					1	,732(**)	,916(**)
	p						,000	,000
	n					159	159	159
PM	r						1	,944(**)
	p							,000
	n						159	159
C.DOYUM TOPLAM	r							1
	p							
	n							159

Tablo 20 ' de görüldüğü üzere, Benlik Farklılaşması ölçeği ile Cinsel Doyum ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyonu belirlemek üzere yapılan Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı Analizi sonuçlarında, Duygusal Kopma alt boyutu ile

cinsel doyum ölçeği alt boyutları arasında alt puanları arasında pozitif ve yüksek bir ilişkiye, ben pozisyonu alma ve cinsel doyum alt boyutları arasında negatif ve yüksek bir ilişkiye rastlanmıştır.

Tablo 21. Benlik Farklılaşması ölçeği ile Cinsel Benlik Şemaları ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyonu belirlemek üzere yapılan Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı Analizi

		DT	DK	BB	BP	BENLİK TOPLAM	SD	Ş	D	C:B.Ş TOPLAM
DT	r	1	,218(**)	,427(**)	,039	,726(**)	- ,256(**)	-,051	,011	-,137
	p		,006	,000	,630	,000	,001	,524	,889	,084
	n	159	159	159	159	159	159	159	159	159
DK	r		1	,335(**)	,063	,676(**)	,107	,027	,194(*)	,132
	p			,000	,432	,000	,178	,735	,014	,098
	n		159	159	159	159	159	159	159	159
BB	r			1	- ,290(**)	,638(**)	,040	,152	,285(**)	,188(*)
	p				,000	,000	,620	,056	,000	,018
	n			159	159	159	159	159	159	159
BP	r				1	,322(**)	-,190(*)	- ,264(**)	- ,372(**)	-,339(**)
	p					,000	,016	,001	,000	,000
	n				159	159	159	159	159	159
BENLİK TOPLAM	r					1	-,128	-,052	,057	-,062
	p						,109	,511	,479	,435
	n					159	159	159	159	159
SD	r						1	,419(**)	,301(**)	,759(**)
	p							,000	,000	,000
	n						159	159	159	159
Ş	r							1	,573(**)	,846(**)
	p								,000	,000
	n							159	159	159
D	r								1	,754(**)
	p									,000
	n								159	159
C.B.Ş. TOPLAM										1
										159

Tablo 21 'de görüldüğü üzere, Benlik Farklılaşması ölçeği ile Cinsel benlik şemaları ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyonu belirlemek üzere yapılan Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı Analizi sonuçlarında, Duygusal Kopma ve başkalarına bağlanma alt boyutları ile dolaysız olma alt puanları arasında pozitif ve yüksek bir ilişkiye, duygusal tepkisellik ile sevgi dolu olma arasında negatif ve yüksek bir ilişkiye rastlanmıştır. Ayrıca ben pozisyonu alma ve cinsel doyum alt boyutları arasında negatif ve yüksek bir ilişkiye rastlanmıştır.

IV. BÖLÜM

YORUM

Bu bölüm, araştırma sonuçlarının alt amaçlar doğrultusunda elde edilen bulgular ile yorumlanmasını içermektedir.

Benlik farklılaşması, Murray Bowen tarafından bir bireyin anlayışını, diğerlerini anlama ve karar verme süreçleriyle olan ilişkilerini yönlendiren bir araç olarak geliştirilmiştir. Benlik farklılaşması, her bireyin anlamlı bir ilişki içinde hem ilişkisel bağımsızlık hem de karşılıklı bağımlılık arasında sağlıklı bir denge ile işlev görmesine izin verir. Murray Bowen, farklılaşmayı, ayrılık ve beraberlik güçleri arasındaki denge ve akıl ile reaktif duygular arasındaki denge olarak tanımlar. Her iki kavram da bir kişinin farklılaşma düzeylerinde karşılıklı olarak etkilidir (Bowen, 1978). LiBir kişinin farklılaşma düzeyinin, evlilik ve cinsel tatmin de dahil olmak üzere kişinin hayatının tüm alanlarını büyük ölçüde etkilediğine inanılmaktadır (Goff, 2011). Bu araştırmada Benlik Farklılaşması ile Cinsel doyum ve Cinsel Benlik Şemaları arasında ilişkinin olup olmadığını ortaya amaçlanmıştır.

4.1. Benlik Farklılaşması Ölçeği Alt Boyutu ve Toplam Puanlarının Demografik Bulgulara Göre Yorumu

Bulgularda da verildiği gibi, bireylerin benlik farklılaşması puanlamaları yaş, cinsiyet ve ilişki süresi değişkenlere göre bir farklılık göstermezken, eğitim durumu değişkeninde lisansüstü mezunu olan kişilerin anlamlı derecede benlik farklılaşma düzeyinin duygusal kopma alt boyutuna lisans mezunu kişilerine göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca ilişki sıklığı değişkenin, ayda birkaç kez cinsel ilişkiye girdiğini belirten kişilerde hafta birkaç kez ilişkiye giren kişilere göre benlik farklılaşma düzeyinin alt boyutu olan ben pozisyonu alma düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

Skowron, Westler ve Azen'in yaptığı bir çalışmada, benliğin farklılaşma düzeylerinde belirli cinsiyet farklılıklarına işaret etmiştir. Erkek ve kadınlar arasındaki farklılıklar genel olarak farklılaşma düzeyinde bulunmamış olsa da (Skowron, Westler ve Azen, 2004), bazı belirli boyutlarda farklılıklar olduğunu saptamıştır. Örneğin, erkekler daha yüksek seviyelerde duygusal kesilme bildirirken (Ford, Nalbone, Wetchler ve Sutton, 2008; Skowron, 2000) ve ben pozisyonunda (Skowron, 2000), kadınlar daha yüksek düzeyde duygusal tepkiler ve başkalarıyla füzyon olduğunu bildirmişlerdir. (EgSkowron ve Schmitt, 2003).

Bowen (1978), toplumsal cinsiyetin, bireyin kendinin farklılaştırmasının ifadesi üzerinde bir etkiye sahip olmadığını varsaymıştır. Bowen'in bakış açısına göre erkek ve kadınlar, başkalarına bağlanma ya da duygusal kopma alt boyutlarında benzer bir oranda daha düşük farklılaşma seviyelerinin olduğunu ifade eder. Bowen'in kavramına göre benlik farklılaşması ele alındığında kişinin çocukluk döneminde ebeveynleri ile arasındaki bağlanmanın güvenli ya da güvensiz olmasına bağlı olgun bireylerin benlik farklılaşma süreçleri şekillenir. (Titelman,2016) Buna bağlı olarak farklılaşma kavramı çocukluk dönemiyle ilgili olduğu için yaş ve cinsiyet kriterleri farklılaşma kavramına ilişkin anlamlı bir değişken olmadığı düşünülmektedir. Bulgularda gösterildiği üzere benlik farklılaşmasının yaş ve cinsiyet değişkenlerine göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Benliği daha farklılaşmış bireylerde, köken aileden bağımsız olarak işlev görme, kendini belirleme, düşünceler ve duygular arasındaki farklı tanımlama ve arasındaki farklılara dayanan bilinçli seçimler yapma ve her ikisinin de işlevlerini yerine getirme yeteneği daha fazladır. Bu daha yüksek düzeyde işleyiş olarak kabul edilir (Kerr ve Bowen, 1988).

Bu araştırmada eğitim durumu değişkeninde lisansüstü mezunu olan kişilerin anlamlı derecede benlik farklılaşma düzeyinin duygusal kopma alt boyutunda lisans mezunu kişilerine göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kişilerin eğitim düzeyi arttıkça benlik farklılaşmasında artış göstermesi, çevresel faktörlerin, bilişsel gelişim ve sosyokültürel alanda gelişimin köken aileden gelen bağlamların çözülmesine kolaylık göstermesiyle ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Bowen (1978), duygusal istekleri yerine getirildiği sürece duygusal dengenin korunacağını iddia etmiştir. Ayrıca, benlik farklılaşması ölçeğinde düşük seviyede olan bireylerin de partnerleri ile duygusal dalgalanmadan daha fazla etkilenme eğiliminde olduğunu ima etmiştir. Schnarch (1991) cinsel ilişkiyi iyileştirmenin, bireyin ve çiftin kendi kendini farklılaştırmasını geliştirmeye yardımcı olduğu inanılmaktadır. Schnarch (1997) “Farklılaşma, cinsel ilişkinizi genişletmenize ve soğuyan evliliklerde arzuyu ve tutkuyu yeniden canlandırmanıza olanak tanır” (s. 51). Schnarch (1991), Farklılaşma eksikliğinden dolayı cinsel ilişkilerde birçok engel ortaya çıktığını eklemiştir. Buna bağlı olarak ilişki sıklığı değişkeninde ayda birkaç kez cinsel ilişkiye girdiğini belirten kişilerde benlik farklılaşma düzeyinin alt boyutu olan ben pozisyonu alma düzeylerin anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar bağlamında farklılaşma artışının cinsel doyum düzenin artmasında önemli olduğu söylenebilir.

4.2. Cinsel Doyum Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Demografik Bulgularına Göre Yorumu

Araştırma bulguları, bireylerinin cinsel doyum puanlarına göre 45 yaş ve 26 yaş aralığında ki bireylerin yaş değişkenlerinin bir farklılık göstermediği belirlemiştir. Grindell (2009), 18 -21 yaş aralığında 179, 21- 25 yaş aralığında 278 yaptığı çalışmada daha genç yetişkinlerin, daha büyük yetişkinlere göre daha yüksek cinsel doyuma ulaştığını bulunmuştur. Ancak Literatüre bakıldığında, cinsel tatminde yaşa bağlı farklılıkları tanımlayan birçok araştırma olduğu saptanmıştır. Bireysel çalışmalara bakıldığında, yaş gruplarındaki cinsel tatmin ile ilgili bulguların çelişkili olduğu görülmüştür, bazı araştırmacılar yaş grupları arasında hiçbir farklılık göstermediğini savunmuştur (Dunn et al., 2000; Hudson et al., 1981). Araştırma sonuçları ve kuramlara bağlı olarak yaş kriteri ergen ve yaşlı bireylerde farklılık geliştirebilir. Ancak ergenlikten sonra ve orta yaş sonuna kadar olan sürede değişiklik göstermediği düşünülmektedir.

Bazı araştırmacılar, erkeklerin kadınlara göre daha yüksek cinsel doyum seviyelerine sahip olduğunu bildirmektedir. (Barrientos & Paez, 2006; Haavio-Mannila & Kontula, 1997; Liu, 2003; McCabe, 1999). Diğerleri, kadınların erkeklere göre daha yüksek cinsel doyum düzeylerine sahip olduğunu bildirmiştir. (Dunn ve arkadaşları, 2000; Ojanlatva ve arkadaşları, 2003; Renaud ve diğerleri, 1997). Fakat bir kısım araştırmacı da, kadın ve erkeklerin cinsel tatmin düzeylerinde eşit olduğunu bildirmiştir

(Oliver & Hyde, 1993; Perlman ve Abramson, 1982; Young ve arkadaşları, 2000). Cinsel doyumun cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğine bakıldığında toplam puanda anlamlı bulunmamıştır. Ancak Cinsel doyum değişkeninin alt boyutu olan ben merkezli doyum düzeyinin erkeklerde kadınlara göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna bağlı olarak erkeklerin farklılaşan toplumsallaşması nedeniyle, erkeklik kimlikleriyle ilişkili cinsellik, her zaman ve daha fazla tatmin edici bir şekilde kullanılabilir olması beklenir (Hatfield, Sprecher, Pillemer, Greenberger ve Wexler, 1989). Buna bağlı olarak Esther Castellanos-Torres ve arkadaşlarının (2013) yaptığı çalışmada, erkek ve kadınların cinsel doyumunu açıklayan faktörlerde farklılıkları ortaya koyarak çalışmada elde edilen bulgularla aynı düzeyde sonuçlar elde edilmiştir.

Bu araştırmada cinsel doyumun Cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Cinsel ilişkilerin duygusal niteliği, cinsel ilişki değerlendirmelerinde en önemli etki olmuştur (Hatfield, Sprecher, Pillemer, Greenberger ve Wexler, 1989). Cinsel ilişkiden memnun olmayan kadınlar genellikle cinsel ilişkilerinde daha çok sevgi, şefkat ve şefkat isterler (Hatfield, 1982; Hite, 1976).

Erkekler için Cinsel aktivitenin miktarı daha anlamlı bulunmuştur (Hatfield, Sprecher, Pillemer, Greenberger ve Wexler, 1989). Cinsel açıdan tatminsiz olan erkekler daha sık, çeşitli ve dürtüsel cinsel aktivite istemişlerdir (Hite, 1981). Diğer araştırmalar bu farklılıkların yaşla birlikte azaldığını göstermektedir (Sprague & Quadagno, 1989).

Blanko ve ark. (2017) genç kadınların ilişki sıklıkları ve cinsel deneyim tatmini arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında cinsel ilişki sıklığının, kişinin cinsel doyumunu ile pozitif bir ilişki içinde olduğunu ortaya çıkarmışlardır. Bu çalışmada yer alan örneklem grubunda da aynı doğrultuda haftada birkaç kez cinsel ilişkiye giren kişilerin cinsel doyum düzeylerinin anlamlı derecede ayda birkaç kez cinsel ilişkiye girenlere göre yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

4.3.Cinsel Benlik Şemaları Ölçeği Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Demografik Bulgulara Göre Yorumu

Cinsel benlik şemaları da az sayıda çalışmada, normal popülasyonlarda çalışılmıştır. Kohlberger (2011) yaptığı çalışmada cinsel benlik şema değişkenin kadın ve erkeklerde farklı olmaktan çok benzer değerler bulunduğunu ortaya koymuştur. Araştırmanın bulgularında bireylerin benlik şeması şemasının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Literatür taraması sonucunda ise romantik partnerlerin cinsel öz şemasının bazı yönlerinde benzer olduğunu, ancak diğerlerinde farklı olduğunu göstermektedir (Cyranowski ve ark., 1999). Bununla birlikte, belirli araştırmalarda cinsiyete göre değişiklik gösterdiği görülmüştür. Cinsel Benlik şemaları ikili ilişkiler, sosyal çevre ve yaşanan olaylara bağlı olarak değişiklik gösterebileceğini ancak bireysel olarak cinsiyetin bir faktör olmadığı düşünülmektedir.

Aarestad (2000), erkeklerin cinsel öz şemasının cinsel davranışları tahmin edemediğini, ancak erkeğin romantik ilişkiler deneyimiyle ilişkili olduğunu bildirmiştir. Barner (2003), erkeklerde olumlu cinsel benlik şemalarının erkeklerin kendileri tarafından bildirilen tarihi olan saldırganlık ve baskıya ilişkin ilgisizlikten ötürü erkeklerin ölçeği ile ilgili soruları gündeme getirmiştir.

Bulgularda cinsel benlik şemasının toplam yaş puanına göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Ancak 30 yaş altı olan bireylerde cinsel benlik şeması alt boyutu olan şehvetli olma düzeyi 30 yaş üstü bireylere göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Volsky Rushton (2002) tarafından yapılan bir çalışmada, normal bir popülasyonda genç kadınlarda (ortalama yaş: 22,2 yıl), pozitif cinsel öz şemalara sahip olmanın cinsel uyanıklığın artması, daha az cinsel kaygı ve daha olumlu tutumlar ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Ayrıca cinsel benlik şemasının 30 yaşın üstünde olan bireyler de daha az ilişki olabileceğini ortaya koymuştur.

Bu sonuçlara bağlı olarak yaşın cinsel benlik şemasın değerlendirilmesinde öneminin var olduğunu ve yaşa bağlı olarak cinsel doyum ve cinsel benlik şemasındaki değerlerin farklılık gösterebileceği saptanmıştır. İleri yaş dönemlerinde bireylerde cinsel istek, şehvetin azaldığı bulunmuştur

Bulgulara verildiği üzere haftada birkaç kez ilişkiye giren ve ilişki memnuniyeti olan bireylerde ayda birkaç kez ilişkiye giren ve ilişki memnuniyeti olmayan kişilere göre pozitif yönde cinsel benlik şeması değerinde farklılık gösterdiği saptanmıştır. Ayrıca 7 yıl ve üzeri ilişki olan kişilerin cinsel benlik şeması değerinin sevgi dolu alt boyutu 7 yıl altı ilişkisi olan bireylere göre anlamlı derecede farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Andersen ve Cyranowski (1994), pozitif cinsel öz şemaları olan kadınların cinsel ilişkiye girmeye daha istekli olduklarını, cinsiyetle ilgili daha büyük bir davranışsal repertuarı olduğunu göstermiştir. Cinsel aktivite sırasındaki duygular, daha fazla sayıda romantik ilişki yaşama eğiliminde olmuş ve negatif şematik benzerlerine kıyasla gelecekte daha olumlu cinsel ilişkilerin yaşanmasını beklemişlerdir. Bu kadınlar cinsel tutumlarında liberal olma eğilimindedirler ve genellikle öz-bilinç ya da utanç gibi toplumsal engellerden arınmışlardır (s. 1094). Daha çok sayıda kısa süreli cinsel ilişki yaşamış ve daha fazla cinsel ilişkiye girme eğilimi göstermişlerdir. Daha yüksek bir averaj düzeyini rapor etmiş, çeşitli cinsel davranışlarla ilgili değerlendirmelerinde daha olumlu bir değere sahip olmuşlardır. Öte yandan, olumsuz cinsel öz şemaları olan kadınlar kendilerini soğuk, ürkütücü ve duygusal olarak görmüş ve cinsel olarak engellemişlerdir. Cinsel konularla ilgili daha olumsuz tutumlara sahiptirler. Bu kadınlar özgüvenli olmadıklarını, çeşitli sosyal ve cinsel bağlamlarda muhafazakâr olma eğiliminde olduklarını söylemiştir. Ayrıca daha uzun ömürlü cinsel partnerleri olmuş ve olumsuz şematik benzerlerine göre geçmiş ve güncel cinsel deneyimleri de geçmişlerdir. Bu nedenle, kadınlarda cinsel davranışların şemadan ziyade dışsal durumlar tarafından yönlendirilmesinin muhtemel olduğu ileri sürülmüştür (Andersen ve Cyranowski, 1998).

Aarestad (2000), flört eden çiftlerin bir örneğinde bağlanma süreçleri ile ilgili olarak cinsel şemaları üzerinde çalışmıştır. Çalışmasında, pozitif şematik kadınların ve şematik erkeklerin, romantik ilişkilerinde daha yoğun aşk deneyimleri bildirdikleri ve şematik erkeklerin ilişki geçmişi ve bağlanma tarzının etkilerini kontrol ettikten sonra bile, ilişki kurucu kalitesi konusunda deneyimli oldukları gösterilmiştir. Bir erkeğin kendini şefkatli ve sevgi dolu olarak görme eğiliminin, romantik ilişkilerinin kalitesi için özellikle önemli olduğu belirtilmiştir. Cinsel benlik şeması ile ilgili ilişkisel ve bireysel değişkenler Literatüründe yer alan araştırma bulguları saptanmış olan araştırma bulgularıyla benzerlik göstermektedir.

4.4. Benlik Farklılaşması Ölçeği İle Cinsel Doyum Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonun Yorumu

Araştırma sonucunda benlik farklılaşması toplam puanı ile cinsel doyum toplam puanı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Alt testler incelendiğinde benlik farkındalığının duygusal kopma alt boyutunun cinsel doyum değişkeninin tüm alt boyutlarıyla anlamlı pozitif ilişkide olduğu, ben pozisyonu alma değişkeninin ise cinsel doyum değişkeninin tüm alt boyutlarıyla negatif bir ilişkide olduğu ortaya çıkmıştır.

Duygusal kopma, diğerlerinden uzak duran ve izole edilen, ailenin önemini inkâr etme eğiliminde olan, çoğunlukla ebeveynlerinden uzak durmayı seven ve abartılı bir bağımsızlık cephesi sergileyen reaktif duygusal tepkili olma durumudur (Nichols ve Schwartz, 1998). İlişki içinde duygusal kopma düzeyi yüksek birinin partnerinden genel olarak uzak kalmayı tercih edeceği düşünüldüğünden cinsel birliktelik kalitesinin düşmesi ve doğal olarak cinsel doyumun azalması da gerçekleşecektir.

Timm ve Kelly (2011) partnerlerin cinsellik hakkında yaptığı konuşmaların düzeyi ile cinsel doyum arasında anlamlı negatif bir ilişki olduğunu öne sürmüşlerdir. Aynı çalışmada benlik farklılaşması ile cinsel iletişim kurma düzeyi arasında anlamlı bir pozitif ilişki bulunmuştur. Bu çalışmada da duygusal kopma boyutunda farklılaşma arttıkça cinsel doyumun arttığı bulunmuştur. Bu anlamda araştırma bulgusunun literatürle aynı yönde olduğu düşünülebilir.

Bowen (1978) ben pozisyonunu açıkça tanımlanmış bir benlik duygusunun sürdürülmesi ve başkaları tarafından baskı altına alındığında dahi kişisel kanaatlere bağlılığın düşünceli bir şekilde yapılması şeklinde tanımlamıştır. Farklılaşma düzeyi yüksek olan bireylerin ise daha yüksek düzeyde ben pozisyonuna sahip olduğunu belirtmiştir.

Sınırlı çalışmalar, farklılaşmanın cinsel doyum üzerindeki etkilerini incelemiştir. Schnarch (1991) cinsel ilişkiyi diriltmenin ya da iyileştirmenin, bireyin ve çiftin kendi kendini farklılaştırmasını geliştirmeyi içerdiğine inanmaktadır. Hughes (2012) yapmış oldu çalışmada düşük benlik farklılaşması olan kişilerde cinsel doyumun az olduğunu saptamıştır.

Aynı şekilde Adams (2003) yapmış olduğu araştırmada benlik farklılaşması ile cinsel doyum arasında yüksek bir ilişki olduğunu saptamıştır. Araştırmalara bağlı olarak Benlik farklılaşması kişinin cinsel doyum ile doğru orantılı olduğu ve cinsel yaşam kalitesine etkisinin olduğunu dűřünebiliriz. Bu çalışmada duygusal kopma boyutunda farklılaşma arttıka literatűrle benzer şekilde cinsel doyumun arttığı bulunmuştur.

Farklılaşmanın evlilik memnuniyetinde önemli bir faktör olarak bulunmuştur (Kosek, 1998; Skowron, 2000). Skowron, özellikle erkeğin duygusal kopma, kadının ise duygusal tepki göstermesi ile kutuplaşmış bir evlilikte evlilik uyumazlığının söz konusu olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Griffin ve Apostol (1993) iliřkisel geliřim programlarının iřlevselliđi ve temel farklılařma dűzeylerini artırmadaki etkinliđini deđerlendirmiř ve sonuç olarak, temel benlik farklılařma dűzeylerinde, iliřkilerin kalitesinde önemli bir artıř ve kaygı dűzeylerinde azalma ile anlamlı bir artıř gösterdiđini ortaya çıkarmıřtır. Timm (2000) aynı řekilde evlilik memnuniyeti, cinsel tatmin ve cinsel iletiřimin pozitif iliřkide olduđunu bulmuřtur. Bohlander (1996), kendini farklılařtırma dűzeyi yűkske ve cinsel gereksinimleri yerine getirilen kadınların daha iyi bir ruh sađlıđına sahip olduđunu bulmuřtur.

Öte yandan literatűrde yűkske benlik farklılařması olan ve dolayısıyla ben pozisyonu alan bireylerin isteklerinin ve ihtiyaçlarının daha fazla farkında olması ve cinsel iliřkide yakınlık ve doyumun yűkske olacađını gösteren arařtırmalar olmasına rađmen (r, Schnarch, 1997) bu arařtırmada literatűrle zıt olarak yűkske ben pozisyonu alma dűzeyinin cinsel doyum ile negatif iliřkili olduđu ortaya çıkmıřtır.

Ben pozisyonu, açıkça tanımlanmıř bir benlik duygusunun sűrdűrűlmesi ve bařkaları tarafından baskı altına kalındıđında dahi kiřisel inançlara bađlı kalınmasıdır (Bowen, 1978). Bu bađlamda dűřűnűldűđűnde ben pozisyonu daha bireysel, iliřkilerin önemsendiđi ancak belirleyici olmadıđı bir pozisyon alıř biçimi olarak dűřűnűlebilir. Bireyin ben pozisyonu alma dűzeyi arttıka cinselliđe verdiđi ehemmiyetin azalmıř olabileceđi řeklinde bir yorum getirilebilir.

MacNeil ve Byers (2005) cinsel tatmin için araçsal ve anlatımsal yollar araştırmışlardır. Anlatım yolu, ilişki doyumuna katkıda bulunan karşılıklı bir kendini ifade edebilmekten oluşmaktadır ve bu da daha fazla cinsel tatmin yol açmaktadır. Öte yandan, araçsal yol, bir eşin kendi cinsel istek ve hoşnutsuzluklarını eşinin istek ve hoşnutsuzluklarının önüne konmasıdır. Sonuçlar, araçsal yolun hem erkekler hem de kadınlar için anlamlı olduğunu gösterirken, anlatım yolunun ise sadece kadınlar için anlamlı olduğunu ortaya çıkarmaktadır.

Pazak (1998) yakın ilgi gösterme, iletişimin açıklığı ve cinsel doyum arasındaki ilişkiyi 85 evli katılımcı üzerinde incelemiştir. Sonuçlar yakın ilgi göstermenin cinsel yakınlığı olumlu yönde etkilediğini göstermiştir. Kim (1983) çiftlerle yaptığı araştırmada daha yüksek kaygı gösterenlerin ve daha büyük duygusal mesafe içinde olanların evlilikte daha büyük çatışmalar yaşadığını göstermiştir. Kear (1978) yüksek benlik farklılaştırması olan bireylerin evliliklerinde daha uyumlu olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Elde edilen sonuçlar, evlilikle ilgili genel memnuniyetin en yüksek oranda cinsel tatmin ile ilişkili olduğunu, bunu ilişkinin eş olmayan yönlerinden memnuniyeti, cinsel ilişki başına eş / partner orgazm sıklığı, cinsel aktivite sıklığı ve cinsel engelli olma” ile ilişkilendirdiğini göstermiştir. Bu çalışma, genel evlilik ilişkisinin yanı sıra cinsel ilişkilerin cinsel yönlerinin cinsel tatmin ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Young, Denny, Luquis ve Young, 1998).

4.5. Benlik Farklılaşması İle Cinsel Benlik Şeması Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonun Yorumu

Araştırma bulguları incelendiğinde benlik farklılaşmasının ben pozisyonu alma ve duygusal tepkisellik alt testlerinin cinsel şema biçiminden sevgi dolu olma düzeyi ile negatif, duygusal kopma ile iç içe geçme alt testlerinin ise cinsel şema biçiminden dolaysız açık sözlü olma düzeyi ile pozitif bir ilişki içinde olduğu anlaşılmaktadır. Cinsel benlik şemaları “cinsel yönleri hakkında bilişsel genellemeler” olarak tanımlanmaktadır. Geçmiş deneyimlerden, güncel deneyimlerden ortaya çıkarak, cinsel olarak ilgili sosyal bilgilerin işlenmesinde akıcı ve cinsel davranışlara rehberlik ederler (Andersen & Cyranowski, 1994, s. 1079).

Cinsel benlik şeması ile ilgili yapılan araştırmada (Lorenz ve Meston, 2012) çocukluk döneminde istismara maruz kalmış kadınların maruz kalmayanlara göre daha fazla depresyon düzeyine sahip olduklarını, intihara yatkın olduklarını ve dil kullanımı bakımından farklılaştığını ortaya çıkarmıştır. Cinsel istismar öyküsü olan ve olmayan kadınların cinsel öz şemaları üzerine yapılan çalışmalar, cinsel istismar öyküsü olan kadınların, kötüye kullanım öyküsü olmayan kadınlardan daha olumsuz ve daha az pozitif cinsel öz şemalar sunduğunu göstermiştir (Meston, Rellini ve Heiman, 2006).

Cinsel benlik şemalarının, bireyin kendi cinsel tatminini anlamakla ilgili olduğu, bireylerin cinsel olarak ilgili bilgileri kendi partnerlerinden yorumladıkları ve daha da önemlisi, bireylerin bu bilgileri kendi kavramsallaştırmaları ile tutarlı bir şekilde görebildikleri ortaya çıkmıştır (Mueller ve Goodnight, 2016). Dolayısıyla, benlik farklılaşması düşük bir kişi cinsellikle ilgili görüş ve isteklerini partnerinin görüş ve istekleriyle iç içe geçireceğinden cinsel benlik şeması partnerinin cinsel benlik şemasıyla oldukça benzeşecektir.

Kuffel ve Heiman (2006), pozitif cinsel öz şemalarını yükselttikten sonra kadınların cinsel uyarılmada iyileşme gösterme olasılığının daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Cinsel olarak kendilerinin bilişsel algıları ile genel sağlığı arasındaki ilişki, kanser hastaları ile yapılan bir çalışmada, pozitif cinsel öz şemaları olan kadınların, jinekolojik muayeneyi takiben depresif belirtilere sahip olma ve cinsel doyumun azaltılmasının anlamlı derecede daha az olduğunu gösteren bir çalışmada daha mevcuttur (Carpenter, Andersen, Fowler ve Maxwell, 2009).

Andersen ve Cyranowski (1994) “olumlu” bir şema için tutku / romantik ve açık / doğrudan faktörleri birleştirmiş, utanmış / muhafazakâr faktör puanını ise “olumsuz” puan olarak temsil edilmiştir. Genel olarak, diğer yerleşik araçlar tarafından ölçülen olumlu boyutta yüksek puan alan kadınlar, duygusal olarak romantik ve tutkulu, cinsel tavırlarda liberal ve düşük düzeyde engellenme düzeyine sahip olma eğilimindedirler. Ayrıca, sıradan cinsel ilişkiye girme istekliliğinin ve uyarılma düzeyleri bakımından daha yüksek seviyede oldukları ve cinsel olarak samimi ilişkilere yönelme eğiliminde oldukları ortaya çıkmıştır. Buna karşılık, negatif ölçekte yüksek puan alan kadınlar, cinselliklerinde duygusal olarak ayrılma ve engellenme ve genellikle cinsel konular hakkında muhafazakâr olma eğiliminde olduğu ortaya çıkmıştır.

Literatürde direk olarak benlik farklılaşması ve cinsel benlik şemalarını çalışın bir çalışma olmamakla birlikte Andersen ve Cyranowski'nin kadın katılımcılar ile yaptığı çalışma ile bu araştırma bulguları paraleldir denebilir. Benlik farklılaşmasının alt boyutu olan duygusal tepkisellik düzeyi yüksek olan bireylerde Cinsel Benlik Şemasının Sevgi Dolu olma düzeyi düşüktür. Ben pozisyonu yüksek olan bireylerde ise sevgi dolu olma düzeyi düşüktür. Bu kişilerin kendi özerkliklerini korumak adına zaman zaman çizdikleri kişisel sınırların bir sonucu olduğu düşünülmektedir. Ayrıca bu iki bulgunun birbirleriyle benzerlik göstermesi edilen sonuçların tutarlılığını artırdığı düşünülmektedir.

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

1- Kişilerin benlik farklılaşmasını gerçekleştirmede yaş, cinsiyet ve ilişki süresi değişkenlere göre bir farklılık göstermezken, eğitim durumu değişkeninde lisansüstü mezunu olan kişilerin anlamlı derecede benlik farklılaşma düzeyinin duygusal kopma alt boyutuna lisans mezunu kişilerine göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca ilişki sıklığı değişkenin, ayda birkaç kez cinsel ilişkiye girdiğini belirten kişilerde hafta birkaç kez ilişkiye giren kişilere göre benlik farklılaşma düzeyinin alt boyutu olan ben pozisyonu alma düzeylerin anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

2- Kişilerin cinsel benlik şemalarına cinsiyet değişkeninin bir etki etmediği bulunmuştur. Bulgularda cinsel benlik şemasının toplam puanına göre yaş kriterinin bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Ancak cinsel benlik şeması alt boyutu olan şehvetli olma düzeyi 30 yaş altı olan bireylerde anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Bulgularda verildiği üzere haftada birkaç kez ilişkiye giren, ilişki memnuniyeti olan bireylerde pozitif yönde cinsel benlik şeması değerine farklılık gösterdiği saptanmıştır. Ayrıca cinsel benlik şeması değerinin sevgi dolu alt boyutu 7 yıl ve üzeri ilişkisi olan bireylerde anlamlı derecede farklılık gösterdiği saptanmıştır.

3- Yapılan araştırma da cinsel doyuma 26-46 yaş aralığı farklılık göstermediği bulunmuştur. Cinsel doyum değişkeninin alt boyutu olan ben merkezli doyum düzeyinin erkeklerde kadınlara göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kişilerde cinsel doyum haftada birkaç kaç ilişki girenlerin ve ilişki sıklığı memnuniyeti olan kişilerin ayda birkaç kez ilişkiye giren ve ilişki sıklığı memnuniyeti olmayanlara göre daha fazla cinsel doyuma sahip olduğu saptanmıştır. Ayrıca Cinsel doyuma cinsel ilişki süresinin bir etki etmediği bulunmuştur.

4- Benlik farklılaşmasının duygusal kopma alt boyutunun cinsel doyum değişkenin tüm alt boyutlarıyla anlamlı pozitif ilişkide olduğu, ben pozisyonu alma değişkenin ise cinsel doyum değişkenin tüm alt boyutlarıyla negatif bir ilişkide olduğu ortaya çıkmıştır.

5- Duygusal tepkiselliği yüksek olan bireylerin Cinsel benlik şemalarında sevgi dolu olma düzeyleri düşüktür. Benlik Farklılaşmasını Alt boyutu olan Ben pozisyonu

yüksek olan kişilerin CBSŞ alt boyutu olan sevgi dolu olma düzeyi düşüklüğü ise bu kişilerin kendi özerkliklerini korumak adına zaman zaman çizdikleri kişisel sınırların bir sonucu olduğu düşünülmektedir. Araştırmanın sonuçları birbirleriyle paralel çıkması edilen sonuçların güvenirliliği sağlamaktadır.

Araştırmanın sonucunda elde edilen bulgular ışığında aşağıdaki önerilerde bulunulabilir,

- Yapılan çalışma Türkiye literatürüne yeni bir araştırma konusu katarak benlik farklılaşmasının cinsellik kavramında yerinin önemini saptanmıştır. Buna bağlı olarak terapi içinde Benlik Farklılaşması kavramının kişinin analizleri esnasında yer verilerek tedavi sürecine katılması önerilir.

- Ayrıca Benlik Farklılaşması kavramını, cinsel dürtüler, cinsel kimlik, dışadönüklük ve romantik ilişkiler kavramlarının, yaş, din, cinsiyet ve ırk gibi sosyal değişkenlerinin benlik farklılaşması kavramı ile ilişkisi incelenebilir.

- Araştırma sadece evli bireylerde uygulanmıştır. Partnerli olan ilişkilerde çalışma yapılarak literatüre katkı sağlanabilir.

- Cinsel Benlik Şeması ile Benlik Farklılaşması kavramının ilişkisi uluslararası literatürde ilk defa araştırılmıştır. Buna bağlı olarak cinsiyet, yaş gibi sosyal değişkenleri genişleterek kültürlerarası değişimi görmek amacı ile daha fazla araştırılması ve incelenmesi önerilir. Buna bağlı olarak cinsel benlik şemaları ile ilgili nitel çalışmaların yapılmasında literatüre katkı sağlayacağı önerilir.

KAYNAKÇA

- Aarestad, S. L. (2000). *The role of attachment style and sexual self-schemas in romantic and sexual relationships: A study of dating couples*. Unpublished Doctoral Dissertation, Ohio State University.
- Abadjian-Mozian, L. R. (2005). *Sexual satisfaction and self-esteem of married*. Unpublished Doctoral Dissertation, Wright Institute Graduate School of Psychology.
- Acar, T. ve Acar, N.V. (2013). “Babam ve Oğlum” filmi’nin çok kuşaklı/kuşaklararası aile terapisi’nin temel kavramları açısından değerlendirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(1), 37-53.
- Andersen, B. L. & Cyranowski, J. M. (1994). Women’s sexual self-schema. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1079-1100.
- Andersen, B. L. & Cyranowski, J. M. (1998). Schemas, sexuality, and romantic attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1364-1379.
- Andersen, B. L., Cyranowski, J. M., & Espindle, D. (1999). Men’s sexual self-schema. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(4), 645-661.
- Andersen, B. L., Woods, X. A., & Copeland, L. J. (1997). Sexual self-schema and sexual morbidity among gynecologic cancer survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65(2), 221.
- Aydın, H. (2002). Cinsel İşlev ve Bozuklukları. *Psikiyatri Temel Kitabı, Bölüm 41*, 605-615.
- Barner, J. M. (2003). *Sexual fantasies, attitudes, and beliefs: The role of self-reported sexual aggression for males and females*. Unpublished doctoral dissertation, Ohio State University
- Bartle-Haring, S. (1997). The relationships among parent-adolescent differentiation, sex-role differentiation and identity development in late adolescence and early adulthood. *Journal of Adolescence*, 20, 553–565. doi:10.1006/jado.1997.0109
- Bartle-Haring, S., Rosen, K. H., & Stith, S. M. (2002). Emotional reactivity and psychological distress. *Journal of Adolescent Research*, 17, 568–585. doi:10.1177/074355802237464
- Basat, Ç. (2004). *An exploration of marital satisfaction, locus of control, and self-esteem as predictors of sexual satisfaction*. Unpublished Master’s Thesis, Middle East Technical University, Ankara.
- Baus, P. D. (1987). *Indicators of relationship satisfaction in sexually intimate relationships*. Paper presented at the Iowa Conference on Personal Relationships, Iowa City, IA

- Beach, S., Katz, J., Kim, S., & Brody, G. (2003). Prospective effects of marital satisfaction on depressive symptoms in established marriages: A dyadic model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20, 355—371.
- Becvar, D. S. ve Becvar, R. J. (2006). *Family therapy: A systemic integration*. USA: Pearson Education, Inc.
- Bertrando, P. (2000). Text and context: narrative, postmodernism and cybernetics. *Journal of Family Therapy*, 22(1):83-103.
- Blanco, A. I. O., Izquierdo, D. G., Pérez, M. L. V., & García, J. F. G. (2017). Sexual satisfaction among young women: The frequency of sexual activities as a mediator. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 33(3), 732-742.
- Bohlander, J. R. (1996). Differentiation of self, need fulfillment, and psychological well-being in married women. *Dissertation Abstracts International*, 57, (3-A), September 1996, 1334, US: University Microfilms International
- Bowen, M. (1966). The use of family theory in clinical practice. *Comprehensive Psychiatry*. 7. 345-374.
- Bowen, M. (1971). *Family therapy and family group therapy*. In H. Kaplan & B. Sadock (Eds.), *Comprehensive group psychotherapy* (pp. 384– 421). Baltimore, MD: Williams & Wilkins.
- Bowen, M. (1976). *Theory in the practice of psychotherapy*. In P.J. Guerin, Jr. (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (pp. 42-90). New York: Gamer Press.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- Bowen, M. (1985). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson
- Bozdemir N. & Özcan S. (2011). "Cinsellik ve cinsel sağlığa genel bakış?", *Primary Care*", *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 5, 37-46.
- Bradbury, T., Fincham, F., & Beach, S. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964—980.
- Bray, J. H. (1995). Family assessment: Current issues in evaluating families. *Family Relations*, 44(4), 469-477.
- Bray, J. H., Harvey, D. M., & Williamson, D. S. (1987). Intergenerational family relationships: An evaluation of theory and measurement. *Psychotherapy*, 24, 516-528.
- Bruch, M. A., Kaflowitz, N. G., & Berger, P. (1988). Self-schema for assertiveness: Extending the validity of the self-schema construct. *Journal of Research in Personality*, 22(4), 424-444.

Calvert, E. Z. (2008). *Women's sexual satisfaction: The impact of religious affiliation, religious influence, and the nature of religious messages about sexuality*. Unpublished Doctoral Dissertation, The University of Memphis.

Carpenter, L. M., Nathanson, C. A., & Kim, Y. J. (2007). Physical women, emotional men: gender and sexual satisfaction in midlife. *Archives of Sexual Behavior*, DOI: 10.1007/s 10508-007-9215-y.

Carpenter, K.M., Andersen, B.L., Fowler, J.M., & Maxwell, G.L. (2009). Sexual self schema as a moderator of sexual and psychological outcomes for gynecologic cancer survivors. *Archives of Sexual Behavior*, 38, 828–841.

Carr, A. (2000). *Family therapy concepts, process and practice*. England: John Wiley & Sons.

CETAD (2006). *Kadın cinselliği* <http://www.cetad.org.tr/CetadData/Books/37/pdf-dosyasini-indirmek-icin-tiklayiniz.pdf> Erişim tarihi: 10 Haziran 2018

Çetin, S. (1995). *Farklı yaş gruplarındaki erkeklerde antropoza ilişkin belirtilerin, cinsel doyumun ve yaşama bakış açısının incelenmesi*. Unpublished master thesis., Middle East Technical University, Ankara.

Christensen, A., & Heavey, C. (1990). Gender and social structure in the demand/withdraw pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 73—81.

Christopher, F. S., & Sprecher, S. (2000). Sexuality in marriage, dating, and other relationships: A decade review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 999-1017.

Colebrook Seymour III, J. (1998). *Sexual satisfaction in marriage during the childbearing years*. Unpublished Master's Thesis, University of California.

Coleman, L. (2011). Improving relationship satisfaction: Qualitative insights derived from individuals currently within a couple relationship. *The Family Journal*, 19, 369—380.

Cooper, C. R., & Grotevant, H. D. (1987). Gender issues in the interface of family experience and adolescents friendship and dating identity. *Journal of Youth and Adolescence*, 16, 247–264. doi:10.1007/BF02139093

Crowe, M. (1995). Couple therapy and sexual dysfunction. *International Review of Psychiatry*, 7, 195-205.

Cupach, W. R., & Comstock, J. (1990). Satisfaction with sexual communication in marriage: Links to sexual satisfaction and dyadic adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 179–186

Curran, M. C. (1999). *Sexual self-schema and sexual functioning in women diagnosed with breast cancer*. Unpublished Master's Thesis, York University, Toronto.

- Cyranowski, J. M., & Andersen, B. L. (2000). Evidence of self-schematic cognitive processing in women with differing sexual self-views. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(4), 519-543.
- Davidov, B. J. (2006). *Exploring the role of sexual self-schemas in the sexual adjustment of spinal cord injured women*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Miami.
- Davies, J., Zhu, H., & Brantley, B. (2007). Sex appeals that appeal: Negative sexual self-schema as a moderator of the priming effects of sexual ads on accessibility. *Journal of Current Issues and Research in Advertising, 29*(2), 79-89.
- Dell, P. F. (1986). In defence of “lineal causality”. *Family Process, 25*(4):513-521.
- Dell, P. F. (1989). Violence and the systemic view: the problem of power. *Family Process, 28* (1):1-14.
- Ferreira, L. C., Narciso, I., Novo, R. F., & Pereira, C. R. (2016). Partners’ similarity in differentiation of self is associated with higher sexual desire: A quantitative dyadic study. *Journal of sex & marital therapy, 42*(7), 635-647.
- Ford, J. J., Nalbone, P. D., Wetchler, H. J., & Sutton, M. P. (2008). Fatherhood: How differentiation and identity status affect attachment to children. *The American Journal of Family Therapy, 36*, 284–299.
- Garbarino, J., Gaa, J. P., Swank, P., McPherson, R., & Gratch, L. V. (1995). The relation of individuation and psychosocial development. *Journal of Family Psychology, 9*. 311-318.
- Gates, E. A. (2000). *Sexual behaviors and sexual self-schema in women with vulvar vestibulitis*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Iowa, United States.
- Gladding, S.T. (2002). *Family therapy: history, theory and practice*. 3rd Ed. New Jersey: Merrill Prentice Hall.
- Gökmen, A. (2001). *Evli eşlerin birbirlerine yönelik kontrolçülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi*. Unpublished master thesis, Hacettepe University, Ankara.
- Goff, J. D. (2010). The Impact of Differentiation of Self and Spirituality on Sexual Satisfaction. *Journal of Psychology & Christianity, 29*(1).
- Golann, S. (1987). On description of family therapy. *Family process, 26*(3):331-340.
- Goldenberg, H. ve Goldenberg, I. (2008). *Family therapy an overview*. Belmont: Thomson Hieger Education.
- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. (1996). *Family therapy: an overview*. 4th Ed. Pacific Grove, Ca: Brooks/Cole.

- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. (2000). *Family therapy: an overview*. 5th Ed. Pacific Grove, Ca: Brooks/Cole.
- Greeley, A. M. (1991). *Faithful attraction: Discovering intimacy, love, and fidelity in American marriage*. New York, NY: Doherty.
- Greene, G. J., Hamilton, N., & Rolling, M. (1986). Differentiation of self and psychiatric diagnosis: An empirical study. *Family Therapy*, 8, 187-194.
- Griffin, Jr., J. & Apostol, R. (1993). The influence of relationship enhancement training on differentiation of self. *The Journal of Marital and Family Therapy*, 19, 267-273.
- Haber, J. (1993). A construct validity study of the differentiation of self scale. *Scholarly Inquiry for Nursing Practice*, 7(3), 165-178.
- Hall, C.M. (1983). *The Bowen Family Theory and its uses*. New York: Jason Aronson, Inc.
- Harvey, D., Curry, C., & Bray, J. (1991). Individuation and intimacy in intergenerational relationships and health: Patterns across two generations. *Journal of Family Psychology*, 5, 204-236.
- Hawton, K. (1985). *Sex therapy: A practical guide*, Oxford: Oxford University Press.
- Hill, D. B. (2007). Differences and similarities in men's and women's sexual selfschemas. *Journal of Sex Research*, 44(2), 135-144.
- İncesu, C. (2007) *Cinsel Sağlık ve Üreme Alanında Ulusal ve Yerel Medya Yoluyla Savunuculuk Projesi Bilgilendirme Dosyası 1. Cinsel Yaşam ve Sorunları*. (Eds) Şimşek F, Seyisoglu H, Şahin D. Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Demeği Yayını, 1-70.
- Kabakçı, E. & Daş, C. T. (2002). *Vaginismus: Kadınlar ve eşlerinin özellikleri*. XII. Ulusal Psikoloji Kongresi. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Kayır A. (2001) *Cinsellik kavramı ve cinsel mitler: İçinde Yetkin N, İncesu C (editörler). Cinsel İşlev Bozuklukları Monograf Serisi (s,34-39)*. İstanbul: Roche Müstehzarları Sanayi A.Ş.
- Kayır, A. (2009). *Cinsellik ve cinsel işlev bozuklukları*.
- Kear, J. S. (1978). *Marital attraction and satisfaction as a function of differentiation of self*. Unpublished Doctoral Dissertation, California School of Professional Psychology, Fresno.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York, NY: W.W. Norton & Company.
- Kerr, M.E. & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen Theory*. New York: W.W. Norton & Company.

- Kesici, Ş., Bayrakçı, K. E., Mert, A. ve Kiper, C. (2014). *Vaka örnekleriyle birlikte aile danışma kuramları ve teknikleri* (2.basım, s. 5-6). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kim, W. L., (1983). *The relationship of anxiety and emotional distance factors in differentiation of self and rigidity-flexibility to marital conflict*. Unpublished Doctoral Dissertation, New York University, New York.
- Kim-Appel, D., Appel, J., Newman, I., & Parr, P. (2007). Testing the effectiveness of Bowen's concept of differentiation in predicting psychological distress in individuals age 62 years or older. *The Family Journal*, 15, 224-233.
- Kinsey, A. C., Pomeroy, W. B., & Martin, C. E. (1948). *Sexual behavior in the human male*. Philadelphia: Saunders.
- Kuffel S.W., & Heiman, J.R. (2006). Effects of depressive symptoms and experimentally adopted schemas on sexual arousal and affect in sexually healthy women. *Archives of Sexual Behavior*, 35, 163–177
- Laumann, E., Gagnon, J. H., Michael, R., & Michaels, S. (1994). *The social organization of sexuality: Sexual practices in the United States*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Lawrance, K. A., & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal Relationships*, 2(4), 267-285.
- Lee, S. C. (1999). *Marital satisfaction factors for Korean-Americans*. Unpublished Doctoral Dissertation, Andrews University.
- Lerner, H., 1983. Female Dependency in Context: Some Theoretical and Technical Considerations, *American Journal of Orthopsychiatry*, 53: 697-705.
- Lodi-Smith, J., & Roberts, B. W. (2010). Getting to know me: Social role experiences and age differences in self-concept clarity during adulthood. *Journal of personality*, 78(5), 1383-1410.
- Lorenz, T. A., & Meston, C. M. (2012). Associations among childhood sexual abuse, language use, and adult sexual functioning and satisfaction. *Child abuse & neglect*, 36(2), 190-199
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 63-78.
- McCarthy, B., & Wald, L. (2012). Sexual desire and satisfaction: The balance between individual and couple factors. *Sexual and Relationship Therapy*, 27, 310-321.
- McKinney, K., and Sprecher, S. (Eds.) (1991). *Sexuality in close relationships*. New Jersey: Erlbaum.

Means, M. C. (2000). *An integrative approach to what women really want: Sexual satisfaction*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Detroit Mercy.

Mert, A., & Topal, İ. Benlik Ayrılaşmasının Manevi Yönelimi Yordayıp Yordamadığını ve Bazı Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(14), 3-3.

Meston, C. M., Hellini, A. H., & Heiman, J. R. (2006). Women's history of sexual abuse, their sexuality, and sexual self-schemas. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(2), 229-236.

Meston, C. M., Lorenz, T. A., & Stephenson, K. R. (2013). Effects of expressive writing on sexual dysfunction, depression, and PTSD in women with a history of childhood sexual abuse: Results from a randomized clinical trial. *The Journal of Sexual Medicine*, 10(9), 2177-2189.

Metts, S., & Cupach, W. R. (1989). *The role of communication in human sexuality*. In K. McKinney & S. Sprecher (Eds.), *Human sexuality: The societal and interpersonal context* (pp. 139–161). Norwood, NJ: Ablex.

Miller, R., Anderson, S., & Keala, D. (2004). Is Bowen theory valid? A review of basic research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30, 453-466.

Miller, R.B., Anderson, S., & Keala, D.K. (2004). Is Bowen theory valid? A review of basic research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(4), 452-466.

Mueller, K., Rehman, U. S., Fallis, E. E., & Goodnight, J. A. (2016). An interpersonal investigation of sexual self-schemas. *Archives of sexual behavior*, 45(2), 281-290.

Munnariz, R. M., Berman, J. R., Goldstein, I. and Jefferson, T. (2000). Female sexual dysfunction: New frontiers in diagnosis and therapy. *Contemporary Urology*, 12, 55.

Napier, A. and Whitaker, C. (1978). *The family crucible: The intense experience of family therapy*. New York: Harper & Row Publishers, Inc.

Nichols, M.P. (2013). *Aile terapisi: kavramlar ve yöntemler* (O. Gündüz, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınevi.

Nichols, M.P., & Schwartz, R.C. (1998). *Family therapy: Concepts and methods* (4th ed.). Boston: Allyn and Bacon.

Oliver, M.B., and Hyde, J.S. (1993). Gender differences in sexuality: A meta analysis. *Psychological Bulletin*, 114, 29-51.

Özkan, M. B. (2001). Fiziksel Hastalıklarda Cinsel Sorunlar. *Sık Görülen İki Cinsel İşlev Bozukluğu: Vajinismus ve Erken Boşalmada Değerlendirme, Tanı ve Tedaviler*, D Şahin, A Kayır (Ed), İstanbul. Roche, 13-14.

Papero, D. V. (1995) *Bowen family systems and marriage*. N.S. Jacobson ve A.S. Gurman (Ed.) *Clinical Handbook of Couple Therapy* New York: The Guilford Press.

- Pazak, S. J. (1998). Predicting sexual satisfaction and marital satisfaction. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering*, 58, (11-B), May 1998, 6244, US: University Microfilms International.
- Peleg, O. (2008). The relation between differentiation of self and marital satisfaction: what can be learned from married couple over the course of life? *The American Journal of Family Therapy*, 36, 388-401.
- Perel, E. (2007). *Mating in captivity: Sex, lies and domestic bliss*. London: Hodder.
- Pinney, E. M., Gerrard, M., & Denney, N. W. (1987). The Pinney sexual satisfaction inventory. *Journal of Sex Research*, 23(2), 233-251.
- Pornchaikate, A. (2003). *Sexual self-schema and sexual behaviors among young adult Thai women*. Unpublished Doctoral Dissertation. University of Wisconsin, Madison.
- Reissing, E. D., Binik, Y. M., Khalife, S., Cohen, D., & Amsel, R. (2003). Etiological correlates of vaginismus: Sexual and physical abuse, sexual knowledge sexual self-schema and relationship adjustment. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29(1), 47-59.
- Reissing, E. D., Laliberté, G. M., & Davis, H. J. (2005). Young women's sexual adjustment: The role of sexual self-schema, sexual self-efficacy, sexual aversion and body attitudes. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 14(3/4), 77.
- Renaud, C., Byers, E. S., ve Pan, S. (1997). Sexual and relationship satisfaction in Mainland China. *The Journal of Sex Research*, 34, 399-410.
- Rosenthal, C.M (1998). *Women 's experience of their sexuality: In theory and practice*. Unpublished Doctoral Dissertation, Massachusetts School of Professional Psychology.
- Sabatelli, R.M. ve Bartle, S.E. (1995). Survey approaches to the assesment of family functioning: conceptual, operational and analytical issues. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 1025-1039.
- Sadock, V. A. (2007). Normal insan cinselliği ve cinsel işlev bozuklukları. *Kaplan & Sadock's Comprehensive Text Book of Psychiatry*, 8, 1921.
- Sanchez, J. M. (2004). *The relationship between sex role orientation, socialization and to desire financial independence and sexual self-schema for women*. Unpublished Doctoral Dissertation, Alliant International University, Los Angeles, California.
- Schmiedeberg, C., & Schröder, J. (2016). Does sexual satisfaction change with relationship duration?. *Archives of sexual behavior*, 45(1), 99-107.
- Schnarch, D.M. (1991). *Constructing the sexual crucible: An integration of sexual and marital therapy*. New York, NY: W.W. Norton.
- Schnarch, D. M (1997). *Passionate marriage*. New York, NY: W.W. Norton & Company.

- Shapiro, Francine, Florance W.K. ve Maxfield, L. (2007). *Handbook of EMDR and family therapy processes*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Sher, T., Bellg, A., Braun, L., Domas, A., Rosenson, R., & Canar, W. (2002). Partners for life: A theoretical approach to developing an intervention for cardiac risk reduction. *Health Education Research, 17*, 597—605.
- Skowron, E.A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology, 47*(2), 229-237.
- Skowron, E.A. & Friedlander, M.L. (1998). The differentiation of self inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology, 45*(3), 235-246.
- Skowron, E.A. & Schmitt, T.A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy, 29*(2), 209-222.
- Skowron, E. A., Westler, S. R., & Azen, R. (2004). Differentiation of self mediates college stress and adjustment. *Journal of Counseling and Development, 82*, 69–78.
- Solomon, Z., Dekel, R., Zerach, G., & Horesh, D. (2009). Differentiation of the self and post-traumatic symptomatology among ex-spouses and their wives. *Journal of Marital and Family Therapy, 35*, 60–73.
- Sprecher, S., ve Cate, R. M. (2004). Sexual satisfaction and sexual expression as predictors of relationship satisfaction and stability. In J. H. Harvey, A. Wenzel, & S. Sprecher (Eds.), *The handbook of sexuality in close relationships* (pp. 235-256). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Sprenkle, D.H., Blow, A.J. & Dickey, M.H. (1999). Common factors and other nontechnique variables in marriage and family therapy. In Hubble, M.A., Duncan, B.L. & Miller, S.D. (Eds.) *The heart and soul of change: what works in therapy*. Washington, Dc.: American Psychological Association.
- Stone, K. C. (2007). *Sexual messages, self-schema, and contentment: An influential threesome for women's sexuality?* Unpublished Doctoral Dissertation, The University of Memphis.
- Taylor, L. D. (2006). College men, their magazines, and sex. *Sex Roles, 55*, 693-702.
- The Bowen Center (2018). <https://thebowncenter.org/>
- Timm, T. M. (1999). *The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: A path analysis*. Unpublished Doctoral Dissertation, Purdue University.
- Timm, T. M. (2000). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: A path analysis. *Dissertation Abstracts International. Vol 60 (11-A), June 2000, 4199, US: Univ Microfilms International*

Timm, T. M., & Keiley, M. K. (2011). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: A path analysis. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 37(3), 206-223.

Titelman, P. (2014). *Clinical applications of Bowen family systems theory*. Routledge.

Velidedeoğlu, K.N. (2011). *Kadın erkek ilişkilerinde sorunlar ve çözümleri* (2.baskı). Ankara: Elif Yayınevi.

Volsky Rushton, J. A. (2002). *Exploring the construct of female sexual self-schema*. Unpublished Doctoral Dissertation, Concordia University.

Vural, K. B. Ve Temel, B. A.(2009). Effectiveness of Premarital Sexual Counselling Program on Sexual Satisfaction of Recently-Married Couples. *Sexual Health*. 6(3), 222-232.

Wiederman, M. W., & Hurst, S. R. (1997). Physical attractiveness, body image, and women's sexual self-schema. *Psychology of Women Quarterly*, 21, pp. 567-580.

Worden, M. (1999). *Family therapy basics*. 2nd Ed. Pacific Grove, Ca: Brooks/Cole.

Young, M., Denny, G., Luquis, R., & Young, T. (1998). Correlates of sexual satisfaction in marriage. *Canadian Journal of Human Sexuality*, 7, 115-128.

Yurek, D. L. (1997). *Surgical treatment of breast cancer: Sexual self schema, stress reactions, and sexuality outcomes*. Unpublished Doctoral Dissertation, Ohio State University.

Yüksel, Ş., & Cindoğlu, D. (2006). CETAD Bilgilendirme Dosyası-5. *Kadın cinselliği. Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Alanında Ulusal ve Yerel Medya Yoluyla Savunuculuk Projesi, İstanbul*.

Zhou, M. (1993). A survey of sexual states of married, healthy, reproductive age women. *Journal of Psychology and Human Sexuality*, 6, 15-28.

<https://yourmindfulcompass.com/about/dr-bowen/differentiation-of-self-scal/> erişim tarihi: 28 Haziran 2018.

EKLER

Kişisel Bilgi Formu

Bu çalışma; Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programında araştırmacının tez çalışması için yapılmaktadır. Aşağıda kendiniz, ilişkiniz ve cinselliğe dair bir takım sorular yer almaktadır. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece araştırma kapsamında kullanılacaktır. Kesinlikle boş bırakmamanızı ve tüm samimiyetinizle cevaplandırmanızı dilerim.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Cinsiyet : () Kadın () Erkek

Yaş :

Eğitim Durumu : () Lise Mezunu () Üniversite Öğrencisi () Üniversite Mezunu () Lisansüstü

1) Partneriniz ile ilişki süreniz ?

() 1-3 yıl () 3-6 yıl () 6-10 yıl () 10 yıl ve üzeri

2) Cinsel İlişki sıklığınız nedir ?

() Her gün () Haftada birkaç kez () Ayda birkaç kez () Yılda birkaç kez
() Cinsel ilişkiye girmiyorum

3) Cinsel ilişki sıklığınızdan memnun musunuz?

() Evet () Hayır () Kararsızım

Benliğin Ayrışması Ölçeği

Aşağıda kendinizle ve başkalarıyla olan ilişkilerinize yönelik düşünce ve duygularınızı içeren ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen her bir ifadeyi dikkatlice okuyarak 1'den 6'ya kadar olan seçeneklerden sizi en iyi ifade eden seçeneği işaretlemenizdir. Eğer herhangi bir madde sizinle direkt ilgili gözüküyorsa (örn., şu anda bir eşiniz/partneriniz yoksa), olması halinde nasıl düşünüp nasıl davranabileceğinizle ilgili en iyi tahmininizi belirtiniz. İçten yanıtlarınız için teşekkürler.

	HİÇ		ÇOK			
	UYGUN		UYGUN			
	DEĞİL					
1. Ailemin yanındaiken genellikle kendimi kısıtlanmış hissedirim.	1	2	3	4	5	6
Önemli bir işe ya da göreve başlarken genellikle başkalarının cesaretlendirmesine ihtiyaç duyarım.	1	2	3	4	5	6
İnsanlar benimle yakınlık kurmaya çalıştıklarında, kendimi onlardan uzak tutarım.	1	2	3	4	5	6
İnsanlar benimle yakınlık kurmaya çalıştıklarında, bundan genellikle rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6
Hemen hemen hayatımdaki herkesten onay alma ihtiyacı hissedirim.	1	2	3	4	5	6
6. Değiştiremeyeceğim şeyler için üzülmenin bir anlamı yok.	1	2	3	4	5	6
7. Yakın ilişkilerimde kısıtlanma kaygısı yaşarım.	1	2	3	4	5	6
8. Eleştirilmek beni oldukça rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6
9. Anne/babamın beklentilerine göre yaşamaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6
10. Kendimi olduğum gibi kabul ederim.	1	2	3	4	5	6
Eşimle/partnerimle bir tartışma yaşarsam, tüm gün bu tartışma üzerine düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
Başkaları tarafından baskı altında olduğumu hissettiğim zamanlarda bile onlara "hayır" diyebilirim	1	2	3	4	5	6
Yaptığım şeyin doğru olduğunu düşünüyorsam başkalarının ne dedikini pek de umursamam.	1	2	3	4	5	6
Bir karar alırken danışacağım birileri yoksa kolay kolay karar veremem.	1	2	3	4	5	6
Başkaları tarafından incitilmek beni aşırı derecede rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6
16. Eşimin/partnerimin yoğun ilgisi beni bunaltır.	1	2	3	4	5	6
17. İnsanlar üzerindeki izlenimimi merak ederim.	1	2	3	4	5	6
Duygularımı genellikle çevremdekilerden daha yoğun yaşarım.	1	2	3	4	5	6
Hayatımda ne olursa olsun, kendimle ilgili düşüncelerimden asla taviz vermem.	1	2	3	4	5	6
20. Anne/babamın fikrini almadan karar veremem.	1	2	3	4	5	6

Yeni Cinsel Doyum Ölçeği

Aşağıda yer alan maddeleri okurken son altı ay içindeki cinsel yaşamınızı düşününüz. Son 6 ay içindeki cinsel yaşamınızı en iyi yansıtan, memnuniyet derecenizi belirten numarayı daire içine alınız.

Ölçek Maddeleri		Hiç memnun değilim	Biraz memnunuz	Orta düzeyde memnunuz	Çok memnunuz	Son derece memnunuz
1	Cinsel uyarılma yoğunluğum	1	2	3	4	5
2	Cinsel boşalmamın (orgazm) kalitesi	1	2	3	4	5
3	Cinsel ilişki boyunca kendimi cinsel zevke teslim etme ve bırakmam	1	2	3	4	5
4	Cinsel ilişki boyunca odaklanmam/konsantrasyonum	1	2	3	4	5
5	Eşime/partnerime cinsel tepki biçimim	1	2	3	4	5
6	Vücudumun cinsel açıdan fonksiyonelliği (işlevselliği)	1	2	3	4	5
7	Cinsel ilişki sırasında duygusal serbestliğim (açılmam)	1	2	3	4	5
8	Cinsel ilişki sonrasındaki ruh halim	1	2	3	4	5
9	Cinsel boşalma (orgazm) sıklığı	1	2	3	4	5
10	Eşime/partnerime tattırdığım zevk	1	2	3	4	5
11	Cinsel ilişki sırasında aldığım ve verdiğim arasındaki denge	1	2	3	4	5
12	Cinsel ilişki boyunca eşimin/partnerimin duygusal paylaşımı (açılması)	1	2	3	4	5
13	Cinsel ilişkiyi eşimin/partnerimin başlatması	1	2	3	4	5
14	Eşimin/partnerimin cinsel boşalma (orgazm) becerisi	1	2	3	4	5
15	Eşimin/partnerimin kendisini cinsel zevk için teslim etmesi (bırakması)	1	2	3	4	5
16	Eşimin/partnerimin benim cinsel ihtiyaçlarımla ilgilenme tarzı	1	2	3	4	5
17	Eşimin/partnerimin cinsel yaratıcılığı	1	2	3	4	5
18	Eşimin/partnerimin cinsel ilişkiye hazır olması	1	2	3	4	5
19	Cinsel ilişkimin çeşitliliği	1	2	3	4	5

20	Cinsel ilişkimin sıklığı	2	2	3	4	5
----	--------------------------	---	---	---	---	---

Cinsel Benlik-Şeması Ölçeği

Yönerge: Aşağıda insanların kendilerini cinsel yönden tanımlamak için sıklıkla kullandıkları birtakım sıfatlar yer almaktadır.

- Her kelime için, sizinle aynı cinsiyette ve yaştaki diğer insanlarla karşılaştığımızda kendinizi cinsel yönden nasıl hissettiğinizi maddenin tanımlayıp tanımlamadığını düşününüz.
- Her maddeyi o sıfatın sizi ne kadar iyi tanımladığını göstermek amacıyla 0 = “beni hiç tanımlamıyor”dan 6 = “beni çok iyi tanımlıyor” a doğru giden 7’lik ölçekte derecelendiriniz.
- Bu ölçekte doğru ya da yanlış yanıtlar yoktur.
- Lütfen iyi düşünerek ve dürüstçe yanıt veriniz.
- Eğer yanıtlamakta zorluk çekerseniz, lütfen bu soruyu bir kılavuz olarak kullanınız: _____ terimi beni ne kadar tanımlıyor?

	Beni hiç tanımlamıyor				Beni çok iyi tanımlıyor			
Romantik	0	1	2	3	4	5	6	
Yumuşak kalpli	0	1	2	3	4	5	6	
Tutkulu	0	1	2	3	4	5	6	
Güçlü	0	1	2	3	4	5	6	
Sıcak	0	1	2	3	4	5	6	
Açık sözlü	0	1	2	3	4	5	6	
Sevgi dolu	0	1	2	3	4	5	6	
Doğal	0	1	2	3	4	5	6	
Çekingen	0	1	2	3	4	5	6	
Özgür	0	1	2	3	4	5	6	
Duygusal	0	1	2	3	4	5	6	
Sempatik	0	1	2	3	4	5	6	
Baskın	0	1	2	3	4	5	6	
Uyarılabilir	0	1	2	3	4	5	6	
Tahrik edici olan	0	1	2	3	4	5	6	
Açık	0	1	2	3	4	5	6	
Saldırgan	0	1	2	3	4	5	6	
Sıcakkanlı	0	1	2	3	4	5	6	
Dürüst	0	1	2	3	4	5	6	
Heyecan verici	0	1	2	3	4	5	6	
Deneyimli	0	1	2	3	4	5	6	
Hassas	0	1	2	3	4	5	6	
Çekinmeyen	0	1	2	3	4	5	6	
Utangaç	0	1	2	3	4	5	6	
Tutucu	0	1	2	3	4	5	6	
Romantik olmayan	0	1	2	3	4	5	6	
Şefkatli	0	1	2	3	4	5	6	
Kendine-odaklı	0	1	2	3	4	5	6	
Dobra	0	1	2	3	4	5	6	
Deneyimsiz	0	1	2	3	4	5	6	
Sağduyulu	0	1	2	3	4	5	6	
Bireysel	0	1	2	3	4	5	6	
Şehvetli	0	1	2	3	4	5	6	

ÖZGEÇMİŞ

Buse Sıdıka Göçmen

Eğitim Mahallesi, Abdi Bey Sk. Kent Plus, Kadıköy
İstanbul
İletişim: 05332003593
E-mail: busegocmen@hotmail.com.tr



KİŞİSEL BİLGİLER

Doğum Tarihi 1994
Medeni Durum Bekar

TECRÜBELER

Ekrem Tok Ruh ve Sinir Hastanesi 24.08.2015- 08.10.2015

Staj sürecim boyunca Ekrem Tok Ruh ve Sinir Hastanesi'nde kadın, erkek, çocuk birimleri, adli birim ve AMATEM'de görev aldım. Kadın, erkek ve çocuk birimlerinde hastalar ile birebir görüşmeler yaptım. Görüşmeler ışığında; SCL, MMDR, MMSE testlerini öğrendim ve uyguladım.

EĞİTİM BİLGİLERİ

2007-2011 Temiz-el Ünlü Bilgisayar Anadolu ve Teknik Lisesi

Lise eğitimim boyunca son derece aktif ve iletişim becerileri yüksek bir öğrenciydim. Eğitim sürecim içinde, lisemizin okul temsilcisi olarak okul projelerinde yer aldım. Teknik lise eğitimim sonucu Ms Office Programları, Adobe Programlarını öğrendim.

2011-2015 Girne Amerikan Üniversitesi

ÖSYM onaylı %50 burs ile Girne Amerikan Üniversitesi, Beşeri Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü'nü kazandım. Hazırlık okulunu İngiltere'nin Canterbury şehrinde tamamladım. Hazırlık eğitimime ek olarak Educational First okulunun çatısı altında, Londra, Bristol ve Boston'da İngilizce odaklı eğitimler aldım. Gittiğim okullarda tanıtım ekiplerinde yer aldım. Lisans eğitimimi üç yılda tamamladım. Eğitimim boyunca aktif olarak üyesi olduğum FL YING ANGELS adlı kuruluş kapsamında, insanlara sağlık ve eğitim alanında destekler verdik. Konuşmacı ve içerik hazırlayıcı olarak 8 Mart Dünya Kadınlar Günü adlı panelde yer aldım.

2015-2018 Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

SERTİFİKALAR

- Nlp diploması
- Sigara alkol ve madde bağımlılığı setifikası
- Cinsel terapi
- Yaşam koçluğu
- Öğrenci Koçluğu
- Beden dili Eğitmenliği
- Yaşam koçu Eğitmenliği
- Regression Terapi
- Psikolojik Testler Eğitimi (Gessel, Porteus, Frostig, Metropolitan, OKHT, AGTE, Peabody, Bender Gestalt, R.B. Cattell, Goodenough-Harris Bir insan çiz, Koppitz)

BİLGİSAYAR BİLGİSİ

MS OFFICE PROGRAMLARI, ADOBE PROGRAMLARI

REFERANSLAR

Prof.Dr. Çiçek AGAYEVA

Beşeri Bilimler Fakültesi Dekanı
cicekagayeva@gau.edu.tr

Yard.Doc.AysinSİNAL

aysinsinal@gau.edu.tr
+90 (392) 650 2000 Dahilino: 1381

Ayşe ŞAT

aysesat@gau.edu.tr
+90 (392) 650 2000 Dahilino: 1381

Nweke Gabriel

nwekegabriel@gau.edu.tr
+90 (392) 650 2000 Dahili no: 1381

Salise KOÇAK

salisekocak@gau.edu.tr
+90 (392) 650 2000 Dahili no: 1381