



**T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ KLİNİK PSİKOLOJİ
ANABİLİM DALI**

**YALNIZLIK DUYGUSU, PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE
ANKSİYETE DÜZEYLERİ AÇISINDAN EV HANIMLARIYLA
ÇALIŞAN KADINLARIN KARŞILAŞTIRILMASI**

DİLARA YILMAZ

134102112

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: YRD. DOÇ. DR OĞUZ TAN

İstanbul-2017

**T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ KLİNİK PSİKOLOJİ
ANABİLİM DALI**

**YALNIZLIK DUYGUSU, PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE
ANKSİYETE DÜZEYLERİ AÇISINDAN EV HANIMLARIYLA
ÇALIŞAN KADINLARIN KARŞILAŞTIRILMASI**

DİLARA YILMAZ

134102112

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: YRD. DOÇ. DR OĞUZ TAN

İstanbul-2017



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	:	
Öğrenci Adı Soyadı	:	Dilara YILMAZ
Anabilim Dalı	:	Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	:	Yrd. Doç. Dr. Oğuz Tan
Tezin Başlığı	:	YALNIZLIK DUYGUSU, PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE ANKSİYETE DÜZEYLERİ AÇISINDAN EV HANIMLARIYLA ÇALIŞAN KADINLARIN KARŞILAŞTIRILMASI

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	:	09:00	Saati	:	13.07.2017
Öğrenci Savunmaya	:	<input checked="" type="checkbox"/> GELDI			
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,					
<input checked="" type="checkbox"/> OY BIRLIGI <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU					
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.					
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (<i>en fazla 3 ay</i>)					
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.					
Savunmada Tezin Başlığı	:	<input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:				
Öğrenci Savunmaya	:	<input type="checkbox"/> GELMEDI			
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,					
<input type="checkbox"/> OY BIRLIGI ile REDDEDİLMİŞTİR.					

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Yrd. Doç. Dr. Oğuz Tan	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Eylem Özten	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Alp Giray Kaya	

Yemin Metni

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum ''Yalnızlık Duygusu, Psikolojik Dayanıklılık Ve Anksiyete Düzeyleri Açısından Ev Hanımlarıyla Çalışan Kadınların Karşılaştırılması'' 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.

Tarih:

01.06.2017

Dilara YILMAZ

İmza:

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın fikir aőamasında beni doğru yönlendiren desteğini esirgemeyen tez danıőmanım Sayın Yrd. Doç. Dr Oğuz TAN'a;

Veri toplama aőamasında destek olan çalışmaya katılan tüm arkadaőlarıma ve katılımcılara;

Ve hayatım boyunca en büyük desteğim olan annem Esin Aras YILMAZ ve babam İsmail YILMAZ' a sonsuz teşekkür ederim.



ÖZET

Bu araştırmada ev hanımlarıyla çalışan kadınların çeşitli sosyodemografik değişkenler açısından yalnızlık duygusu, psikolojik dayanıklılık ve anksiyete düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmada, Bursa ilinde yaşayan, farklı meslek gruplarında çalışan 64 ve herhangi bir işte çalışmayan 66 kadından (toplam 130) veri toplanmıştır. Ölçme aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formu, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ), UCLA-LS Yalnızlık Ölçeği (UCLA-YÖ), Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre; çalışan ve çalışmayan kadınların UCLA-YÖ, BAÖ ve PDÖ'den aldıkları ortalama puanlar karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. alışan kadınlarda UCLA-YÖ, BAÖ ve PDÖ'den aldıkları ortalama puanlar arasındaki farklar incelendiğinde, psikolojik dayanıklılığın sosyal yeterlilik ve yapısal stil boyutlarının yalnızlık ile negatif yönde anlamlı ancak zayıf ilişki içinde olduğu belirlenmiştir. Çalışmayan kadınlarda BAÖ'den alınan puanlar arttıkça, PDÖ'den alınan puanlar azalmaktadır. Çalışmayan kadınlarda BAÖ'den alınan puanlar arttıkça PDÖ Gelecek Algısı alt ölçeği ve Kendilik Algısı alt ölçeğinden alınan puanlar düşmektedir. Çalışmayan kadınlarda BAÖ'den alınan puanlar arttıkça, PDÖ Sosyal Kaynaklar alt ölçeğinden alınan puanlar ve Sosyal Yeterlilik alt ölçeğinden alınan puanlar azalmaktadır. alışan ve çalışmayan kadınlarda yaş, eğitim durumu, medeni durum, ocuk sahibi olup olmama değişkenlerinin UCLA-YÖ, BAÖ ve PDÖ'den alınan puanlar üzerinde temel ve ortak etkilerinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda, bir işte çalışıyor olma bağımsız değişkinin kadınların yalnızlık, psikolojik dayanıklılık ve anksiyete düzeyleri üzerinde temel etkisinin bulunmadığı ancak çalışmanın kadınların yalnızlık düzeyleri ve psikolojik dayanıklılıkları üzerinde ocuk sahibi olma ile ortak etkisinin bulunduğu belirlenmiştir. alışan ve çocuğu olan kadınların psikolojik dayanıklılıkları, hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınların psikolojik dayanıklılıkları, hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Sonuç olarak; kadınların çalışmalarından bağımsız olarak psikolojik dayanıklılıklarını etkileyen önemli bir faktörün sosyalleşme içinde olup olmadığı ve bireyin kendini yalnız hissedip hissetmediği olduğu söylenebilir. Kadınların bazen kariyerlerinin bazen

ev sorumluluklarının sosyal kaynaklarını sınırlayabildiği bu koşulların kadınları destekleyici çalışmalarda göz önünde tutulmasının önemli olacağı düşünülmektedir. Gelecek çalışmalarda hangi sosyal kaynakların ve ne türde sosyal etkileşimlerin kadınların ruhsal açıdan daha güçlü olmasını etkilediğini araştırmak konuya ışık tutacaktır. Evliliğin, çocuk sahibi olmasının ve çalışma durumunun hangi durumlarda kadının gereksinimlerini engellediği ve bu konuda kadınların hangi başa çıkma yollarının işe yaradığını araştırmak koruyucu ruh sağlığı çalışmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Son olarak bekar kadınların genel olarak hem yalnızlık çekmeleri hem anksiyetelerinin yüksek olması hem de psikolojik dayanıklılıklarının düşüklüğü göz önünde tutularak, riskli bir grup olarak ele alınıp sosyal destek açısından iyileştirici ve destekleyici çalışmalara odaklanılabilir. Benzer olarak evli, çalışmayan ve çocuk sahibi kadınların psikolojik dayanıklılıklarının düşük, anksiyetelerinin ve yalnızlık duygularının yüksekliği nedeniyle riskli bir grup olduğu ve yine bu grup kadınların koşulları üzerinde araştırmaların ayrıntılandırılması, özellikle sosyal destek kaynaklarının güçlendirilmesi konusunda destekleyici çalışmalara odaklanılmasının bu konudaki gereksinimlere karşılık geleceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Çalışan kadınlar, ev kadınları, psikolojik dayanıklılık, yalnızlık, anksiyete

ABSTRACT

In this study, it was aimed to compare the loneliness, psychological endurance and anxiety levels of women working with housewives in terms of various sociodemographic variables. In the study, data were collected from N = 130 female participants living in Bursa, n = 64 working women and n = 66 non-working housewives in different occupational groups. Demographic Information Form, Psychological Durability Scale (PBL), UCLA-LS Loneliness Scale (UCLA-YÖ) and Beck Anxiety Scale (BAI) were used as the measurement tools. According to findings; when the average scores of the women who were working and not working were compared between the scores of UCLA-LS Loneliness Scale, Beck Anxiety Scale and Psychological Durability Scale It has been identified. When the scores of the UCLA-LS Loneliness Scale, Beck Anxiety Scale and Psychological Durability Scale were compared among the working women, it was found that the social competence and structural style dimensions of psychological endurance were significant but negatively correlated with loneliness, and the other subscales did not show a significant relationship. The scores from the Psychological Durability Scale, the Psychological Durability Scale, the Perceived Subscale and the Perceived Self Scale subscale decreased, while the scores from the Beck Anxiety Scale, scores from the Social Resources subscale and scores from the Social Qualification subscale decreased, Educational status, marital status, and children's ownership influence the scores they receive from the UCLA-LS Loneliness Scale, Beck Anxiety Scale and Psychological Durability Scale by showing basic and common effects. As a result of the research, it was determined that the independent variable of the women who worked in a job but had no basic effect on the levels of loneliness, psychological endurance and anxiety was found to have a common effect on the level of loneliness and psychological endurance of women. The psychological endurance of working and child-bearing women was found to be higher than both working and non-working women as well as working and child-bearing women. The psychological endurance of nonworking and non-working women was found to be higher than both working and non-working women. As a result; It can be said that an important factor influencing the psychological endurance of women regardless of their work is whether they are socializing and whether the individual feels alone. It is believed that it is important to consider these conditions,

where women sometimes limit the social resources of their household responsibilities, in supportive work for women. It will be sought to investigate what social resources and what kinds of social interactions influence women's mental strength in the future. It is believed that marriage, child ownership, and in what circumstances the workplace prevents the woman's needs, and in which way women's ways of coping work, will contribute to preventive mental health work.

Finally, considering single loneliness in general and high level of anxiety and low level of psychological endurance, single women can be considered as a risky group and can focus on improving and supporting activities in terms of social support. Similarly, married, unemployed and child-bearing women are thought to be low-risk groups due to low psychological endurance, anxiety and high loneliness, and further elaboration of research on the conditions of these groups of women, especially focusing on supportive work on strengthening social support resources.

Key words: Working women, housewives, psychological endurance, loneliness, anxiety

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

Tez Savunma Tutanağı	
Yemin Metni	
Teşekkür	
Özet	i
Abstract	iii
İçindekiler	v
Tablolar Listesi	vi
Kısaltmalar ve Semboller Listesi	x
1. GİRİŞ	1
1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ	2
1.2. ARAŞTIRMANIN KISITLILIKLARI	2
2. İLGİLİ LİTERATÜR	3
2.1. Kadının ve Çalışma Hayatı	3
2.2. Yalnızlık	5
2.2.1. Yalnızlığa Kuramsal Yaklaşımlar	7
2.3. Anksiyete	10
2.3.1. Anksiyeteye Kuramsal Yaklaşımlar	13
2.4. Psikolojik Dayanıklılık	14
2.4.1. Psikolojik Dayanıklılığın Diğer Değişkenlerle İlişkileri	17
2.5. Yalnızlık, Anksiyete ve Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkiler	19
3. YÖNTEM	23
3.1. Araştırmanın Örnekleme	23
3.2. Veri Toplama Araçları	23
3.3. Veri Analizi	24
4. BULGULAR	25
4.1. Katılımcılara İlişkin Sosyodemografik Bilgiler	25
4.2. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin Gruplar Açısından Karşılaştırılması	27
4.3. Çalışan Kadınlara Uygulanan Ölçek Puanları Arasındaki İlişki	28
4.4. Çalışmayan Kadınlara Uygulanan Ölçek Puanları Arasındaki İlişki	33
5. TARTIŞMA VE SONUÇ	79
5.1. TARTIŞMA	79
5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER	88
6. KAYNAKLAR	89
EKLER	96
ÖZGEÇMİŞ	

TABLolar LİSTESİ

	Sayfa No
Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Sosyodemografik Bilgiler	25
Tablo 2. Çalışan ve Çalışmayan Kadınlara Göre Uygulanan Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	27
Tablo 3. Çalışan Kadınlara Uygulanan Ölçek Puanları Arasındaki İlişki	28
Tablo 4. Çalışan Kadınlar Grubunda Medeni Durumlarına Göre Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması	30
Tablo 5. Çalışan Kadınlar Grubunda Çocuğu Olan ve Olmayanların Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması	31
Tablo 6. Çalışan Kadınların Eğitim Düzeyine Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	32
Tablo 7. Çalışmayan Kadınlara Uygulanan Ölçek Puanları Arasındaki İlişki	34
Tablo 8. Çalışmayan Kadınlar Grubunda Medeni Durumlarına Göre Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması	35
Tablo 9. Çalışmayan Kadınlar Grubunda Çocuğu Olan ve Olmayanların Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması	36
Tablo 10. Çalışmayan Kadınların Eğitim Düzeyine Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	38
Tablo 11. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	39
Tablo 12. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	40
Tablo 13. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin BA Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	41
Tablo 14. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	41
Tablo 15. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin YIDO Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	42
Tablo 16. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin YIDO Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	42
Tablo 17. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	43

Tablo 18. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	44
Tablo 19. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	44
Tablo 20. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	45
Tablo 21. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumunu Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	45
Tablo 22. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumunu Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	46
Tablo 23. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	47
Tablo 24. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	47
Tablo 25. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	48
Tablo 26. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	49
Tablo 27. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	50
Tablo 28. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	50
Tablo 29. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	51
Tablo 30. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	51
Tablo 31. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	52
Tablo 32. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	53
Tablo 33. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin YIDO Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	54

Tablo 34. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin YIDO Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	54
Tablo 35. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	55
Tablo 36. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	55
Tablo 37. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	56
Tablo 38. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	57
Tablo 39. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	58
Tablo 40. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	58
Tablo 41. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	59
Tablo 42. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	60
Tablo 43. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	61
Tablo 44. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	61
Tablo 45. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	62
Tablo 46. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	63
Tablo 47. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	64
Tablo 48. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	64
Tablo 49. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	65

Tablo 50. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	66
Tablo 51. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin YIDO Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	67
Tablo 52. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin YIDO Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	68
Tablo 53. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	69
Tablo 54. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	69
Tablo 55. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	70
Tablo 56. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	71
Tablo 57. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	72
Tablo 58. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	72
Tablo 59. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	74
Tablo 60. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	74
Tablo 61. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	76
Tablo 62. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	76
Tablo 63. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	78
Tablo 64. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları	78

KISALTMALAR VE SEMBOLLER LİSTESİ

BAÖ: Beck Anksiyete Ölçeği

PDÖ: Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

UCLA – YÖ: UCLA Yalnızlık Ölçeği



BÖLÜM I

1. GİRİŞ

Kadınların günümüzde yaşanan ekonomik ve toplumsal değişimlerle birlikte çalışma hayatındaki yeri ve statüsünün arttığı görülmektedir. Çalışma hayatına giren kadının toplumsal yaşama getirdiği yeniliklerin yanı sıra, kadının ruhsal dünyasında da birtakım dinamikler yaratması beklenmektedir. Çalışmayla birlikte kadın bir yandan ekonomik yönden bağımsızlaşmaya başlayarak çeşitli sosyo-ekonomik olanaklara sahip olmaya başlamıştır. Bu süreçte kadın toplumsal alanda daha çok söz sahibi olmaya ve ekonomik yönden elde ettiği gücü sosyal alanda da statüye dönüştürmeye çalışmaktadır. Ancak bunun yanı sıra geleneksel kadın rollerinin devam ediyor oluşu kadının günlük yaşamdaki sorumluluklarının ve dolayısı ile iş yükünün oldukça artmasına neden olmaktadır. Bu artan sorumluluk ve iş yükü durumunun kadınların ruh sağlığı üzerinde nasıl bir etkisi olduğu merak uyandıran bir alandır. Kadının kapasitesini aşan sorumluluklarla uğraşmasının yoğun stres yaratacağı ve bunun da ruhsal açıdan bireyleri zorlayacağı görüşü bir yandan geçerliliğini korurken (Gelegen, 2001); diğer yandan hem ekonomik gücün hem de çalışmanın getirdiği statü ve sosyal olanaklarından dolayı kadının bireysel gücünün ve aldığı çevresel desteğin artmasından dolayı ruhsal kaynaklarının da artabileceği görüşü de gücünü korumaktadır (Çilli, 2004).

Psikolojik dayanıklılık son yıllarda pozitif psikolojinin araştırdığı kavramlardan biri olarak, koruyucu ruh sağlığı alanının dikkat çeken bir değişkenidir. Yaşanan önemli travmalar ve stresörler sonrasında ruh sağlığının korunmasında ve yeniden iyileştirilmesinde önemi rol oynayan bir kişilik özelliği olarak karşımıza çıkmaktadır (Kobasa ve ark., 1982). Çalışma hayatına katılımın ve ekonomik bağımsızlığın kadınlara sağladığı psikososyal olanakların kadınların ruh sağlıklarını, yaşanan stresörler sonrası toparlanabilme gücünü ve sosyal yaşama katılımını nasıl etkilediği sorusu psikolojinin ilgi alanları arasında sayılabilir. Çalışma hayatı ve evlilik hayatının zaman zaman çatışması, kadının kariyerini ve evlilik uyumunu etkileyen faktörler olarak değerlendirilebilir. Tiedje ve arkadaşları (1990) çalışma, annelik ve eş rollerinin çatışmasını yaşayan kadınlarda depresif bulguların daha fazla olduğu belirtmektedir. Bu nedenle zorluklar karşısında kadınların psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve

dayanıklılığın hangi değişkenlerden etkilendiği konusu merak uyandırmaktadır. Ev kadınlarının ise geleneksel cinsiyet rollerinin kadına yüklediği ev içi sorumluluklar, eşle ve çocukla ilgili yükümlülükler nedeniyle kendi gereksinimlerinin zaman zaman ertelenmesine ve sosyal kaynaklarının azalmasına neden olabileceği ve ev kadınlarında görülen ruhsal sıkıntıların nedeni olabileceği görüşü de ilgi çekmektedir (Dökmen, 1997).

1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI

Kadınların çalışma durumlarının ve çeşitli demografik özelliklerin psikolojik dayanıklılık, yalnızlık ve anksiyete düzeylerini nasıl etkilediğinin incelenmesi ile kadınların yaşadığı zorluklar konusuna ışık tutacağı; kadınlara sağlanacak psikososyal müdahale ve destek çalışmalarına gereksinimler doğrultusunda yön vereceği düşünülmektedir. Bu araştırmada aşağıdaki sorulara yanıt aranması amaçlanmaktadır:

1. Çalışan kadınlarla çalışmayan kadınların yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
2. Çalışan kadınlarla çalışmayan kadınların psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
3. Çalışan kadınlarla çalışmayan kadınların anksiyete düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?

1.2. ARAŞTIRMANIN KISITLILIKLARI

1. Araştırmanın verilerinin toplandığı dönemde 65 kadına ulaşılabildiğinden, örneklem popülasyonu yansıtmayabilir.

2. İLGİLİ LİTERATÜR

2.1. KADIN VE ÇALIŞMA HAYATI

Ülkemizde kadınların büyük bir bölümü çalışmamakta ve bu da kadınları çevrelerine bağımlı hale getirmektedir. Kadın için ekonomik özgürlük ve güvence sağlayan iş hayatı; geleneksel ve bağımlı kadın kimliğinin değişmesinde önemli bir etken olabilmektedir. Kadına ekonomik özgürlük sağlamakla birlikte kadının tüketici konumdan üretici konuma gelmesini sağlamıştır. Böylece çalışan kadın, geleneksel bağımlı durumu aşarak, bağımsız olarak kararlar alabilmekte toplumsal açıdan değer ve saygınlığını arttırmaktadır. Ancak bunlara rağmen geleneksel kadın rollerinin de aile içinde sürmesi nedeniyle kadınlar başka problemlerle karşı karşıya kalmaktadır (Avcı, 2013).

Kadının iş hayatına girmesiyle birlikte hem iş yaşamının getirdiği sorumluluklar hem de kadın cinsiyet rollerinin yüklediği evle ilgili sorumluluklar; annelik ve eşlik durumunun geleneksel anlayış tarafından kadına dayatılan beklentileri kadınların baş etmesi gereken alanlar haline gelmiştir. Kadının ekonomik güce ve dolayısıyla toplumsal statüye kavuşmasına rağmen geleneksel rollerin yüklediği diğer sorumlulukların değişmemesinden dolayı kadının baş etmesi gereken alanlar iki katına çıkmış ve yoğun stresle sonuçlanmıştır.

Kadınların çalışma hayatına katılımının artması ile birlikte yeni toplumsal yapılanmalar ortaya çıkmıştır. Bu gelişmelerin doğurduğu “çalışan kadın” kavramı, farklı hallerdeki kadınlık kavramlarını ve ilişkilerinin gelişmesine neden olmuştur. Bu özellikle, kadın grupları arasında hiyerarşik bir yapılanma ve iktidar ilişkisinin oluşması ve sürdürülmesi şeklinde izlenmektedir. Ev hizmetleri, kadınlar arasında çalışan-çalıştıran ilişkisinin kurulmasına ve dolayısıyla hiyerarşik bir ilişki gelişmesine neden olmaktadır. Diğer yandan kadınların çalışma hayatına katılarak ev hizmetlerine gitmesi hem bireysel açıdan hem de ailenin ve toplumun gelişimi açısından önemli ilerlemeler sağlar. Çünkü kadınların çalıştıkları ortamın düzeni ve yaşam kültürünü kendi yaşam alanlarına taşımasıyla, iş ilişkisini aşan, toplumsal ve kültürel geçirgenlik için etkileşimsel bir ortam meydana gelir. Bu yönleriyle ev hizmetinin bu alanda çalışan

kadınlara güçlenmeleri ve ortamın getirdiği öğrenme süreci açısından iki koldan destek ve olanak sağladığı söylenebilir (Fidan ve Özdemir, 2011).

Çalışma hayatının toplumsal etkilerinin yanı sıra, kadının ruh sağlığına etkilerinin incelendiği, Çilli ve arkadaşları (2004) ev kadınları ve çalışan kadınlardaki psikopatolojik belirtileri inceledikleri çalışmada; ev kadınlarında psikopatolojik belirtilerin çalışan kadınlara göre daha yüksek olduğu; her iki grubun psikolojik belirti puanlarının aile geliri ile eğitim düzeyi ile anlamlı ilişki gösterdiği belirlenmiştir. Ev kadınlarının anksiyete, fobi, paranoid ve somatizasyon belirtileri açısından anlamlı olarak daha yüksek puan aldığı görülmektedir. Ev kadınlarıyla çalışan kadınlar arasında psikopatolojik fark aile geliri, çocuk sayısı ve evde kalan kişi sayısı faktörlerinin etkisi kontrol altına alındığında ortadan kaybolmaktadır.

Dökmen (1997) çalışan ve çalışmayan kadınların depresyon düzeylerini incelediği araştırmasında çalışanların depresyon puanlarının çalışmayanlara göre daha düşük olduğu sonucuna varmıştır. Dökmen (2003) çalışan, çalışmayan ve pazarcı kadınları psikolojik belirtiler ve kontrol odağı inancı açısından karşılaştırdığı araştırmasında; çalışan kadınların diğer iki gruba göre en düşük psikolojik belirtiler gösterdiği, ancak pazarcı kadınların en yüksek psikolojik belirti veren grup olduğu sonucuna varmıştır. Ev hanımlarının eğer durumlarını olumlu değerlendiriyorlarsa, pazarda çalışan kadınlara göre kendilerini daha olumlu değerlendirdikleri görülmüştür. Pazarcı kadınların düzenli gelir getirici bir işe sahip olamamaları dolayısı ile enerjilerini kanalize edebilecekleri düzenli bir ortamın olmaması ruh sağlıklarını tehdit edici bir hale geliyor olabilir. Diğer yandan iş alanlarını ekonomik durumlarının bir göstergesi olarak ele alınırsak, ruh sağlıklarıyla ilgili veriler ekonomik durumlarının bir sonucu olarak da anlaşılabilir.

Kadınlar denetim odağı açısından karşılaştığında ise çalışan her iki grup kadınının da, ev kadınlarına göre daha yüksek içsel kontrol inancına sahip olduğunu; dolayısı ile bir işte çalışmanın koşullarını değiştirebileceğine dair inanca sahip olmayla ilişkilendirilebileceği söylenebilir. Ayrıca içsel kontrol odağı ile psikolojik belirti gösterme sıklığı ve şiddeti ile negatif yönde ilişki gösterdiği görülmektedir (Dökmen, 2003). İç kontrol odağına sahip bireylerin ruhsal olarak daha sağlıklı oldukları izlenmektedir. Bu bulgu aynı zamanda psikolojik dayanıklılığın denetim boyutunun ruh

sağlığı ile ilişkisini de ortaya koymakta, aynı zamanda çalışan kadınların bu anlamda daha psikolojik dayanıklılık göstereceği beklenebilir.

Barut ve arkadaşları (2010) çalışan ve çalışmayan kadınlardaki stresle başa çıkma özelliklerini inceledikleri çalışmalarında, stresle başa çıkma puanlarında anlamlı bir fark olmadığı bununla birlikte kendine güvenli ve boyun eğici yaklaşım alt boyutları arasında anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Buna göre çalışan kadınlar ev kadınlarına göre daha fazla kendine güvenli yaklaşımı göstermektedir. Çalışmayan kadınlar ise, çalışanlara göre boyun eğici yaklaşıma daha çok başvurmaktadır. Çalışmada ayrıca sosyoekonomik düzey düşüklüğü ile boyun eğici yaklaşımın ilişkisinin olduğu; eğitim düzeyi arttıkça kendine güvenli, iyimser ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımlarının arttığı belirlenmiştir.

Ülkemizde kadınlarla yapılan bir çalışmada evlilik yaşı, eğitim ve medeni durum ile depresyon düzeylerinin değiştiği, evli olmamanın ve eğitimin düşük olmasının depresyon için risk faktörleri olduğu belirlendi (Önen ve ark, 1995). Tiedje ve arkadaşları (1990) çalışma, annelik ve eş rollerinin çatışmasını yaşayan kadınlarda depresif bulguların daha fazla olduğunu belirtmektedir.

Um ve Dancy (1999) ise, Koreli çalışan kadınlarla yaptıkları araştırmada, kadınların evlerinin temizliği ve çocukların bakımı gibi alanlardaki işyüklerinin artması ile depresyonlarının arttığını, eşleriyle olumlu iletişim stratejilerini kullanabildikleri ölçüde depresyon düzeylerinin azaldığını ortaya koymuşlardır. Yüksel (2013) ise çalışan ve çalışmayan kadınların psikolojik belirti düzeylerinin farklılık göstermediği sonucuna varmışlardır; ancak bunu örneklem sayısının düşüklüğü ile açıklamışlardır.

2.2. YALNIZLIK

İnsan biyopsikososyal bir varlık olarak sosyal bir çevre içinde ve karşılıklı olarak çeşitli etkileşimler yoluyla gereksinimleri konusunda alışveriş halinde yaşamaktadır. Bu sosyal ilişkiler bireyin hem ruhsal açıdan sağlığını korumakta hem de kişisel gelişimine katkıda bulunmaktadır. Bu nedenle sosyal ilişkilerde doyumsuzluk yaşamak bireyin hem ruhsal sağlığını hem de psikososyal gelişimini olumsuz etkileyen bir durum yaratmaktadır.

Peplau ve Perlman (1982) yalnızlığın tek başına olmaktan farklı, bireyde varolan ile olmasını arzuladığı ve beklediği sosyal ilişki düzeyi farklılığının yarattığı ruhsal bir durum olduğunu belirtir. Rook (1984)'a göre yalnızlık, kişinin duyguları başkaları tarafından reddedildiğinde, dikkate alınmadığında veya yanlış anlaşıldığında; sosyal etkinliklerde ve duygusal açıdan eşlik eden birinin olmaması halinde beliren ve gerilim yaratan olumsuz duygusal durumdur. Yalnızlık sosyal ilişkilerdeki eksiklik ve kişilerarası ilişki biçimleri ile ilgili bir durum olarak, sosyal açıdan becerilerin ve iletişim biçimlerinin yetersiz olması sonucunda yalnızlık başta olmak üzere doyumsuzluk, stres, aile ve akran ilişkilerinde çatışmalar, mesleki yetersizlikler ve fiziksel hastalıklar gibi olumsuz yaşantılar doğurmaktadır (Bolton, 1986). Mijuskovic (1987) her insanın varoluşsal olarak yalnız olduğunu kabul etmekte ve insan davranışlarının altında yalnızlıktan kaçınma güdüsünün etkili bir güç olarak rol oynadığını düşünmektedir.

Weiss (1973) yalnızlığı sosyal ilişkiler açısından ikiye ayırmaktadır: Duygusal yalnızlık; bağlanma figürünün olmaması ile kendini gösteren; aile, akranlar ve sosyal ilişkilere yetersiz bağlanmayla ilgili bir durum olmakla birlikte; sosyal yalnızlık ise arkadaşlar, iş arkadaşları, komşular gibi ilişkilerinin sayısı ve sosyal ilişki ağlarının yetersiz olması durumunda ortaya çıkmaktadır.

Yalnızlık duygusu bu şekilde sınıflandırılmasına rağmen aynı zamanda oldukça öznel anlamı olan bir duygudur. Koşullara bağlı olarak da zaman zaman değişebilen, aynı zamanda bireyin kişilik özellikleriyle paralel olarak da tercih sebebi olabilen yalnızlık farklı değişkenlerle ilişki içinde görünmektedir. Young (1982), zaman ve durum açısından yaptığı sınıflandırmada; yalnızlık duygusunun aralıklı biçimde yaşanmasına gelip geçici yalnızlık, uzun süreli ve sürekli biçimde yaşanmasına kronik yalnızlık, önemli stresli olaylar sonrası gelişen yalnızlık da durumsal yalnızlık olarak ele almaktadır.

Yalnızlık genelde olumsuz çağrışımlar yaratsa da, yalnız kalma durumunun kişi için kendine dönmeyi içeren, iyileştirici ve büyütücü etkisinin de olduğu düşünülmektedir. Birey planlı olarak iyileşme amaçlı yalnız kalmayı tercih edebilmektedir, sonrasında yalnızlığın geçmesi ile birlikte tekrardan yeni birlikteliklere yönelir (Peplau ve Perlman, 1982b). Bucholz (1999) bağlanma gereksinimi gibi tek

başına kalmayı da kişinin kendini keşfedebildiği, gelişim ve kişisel büyüme için gerekli, derinleşmeyi sağlayan bir deneyim olduğunu söyler.

Benzer biçimde Long ve Averill (2003), insanın yalnızlık duygusu yaşamadan bilinçli olarak tek kalmasının yaratıcılık, özgürlük, kendinin farkında olma ve geliştirme, hayatını, bilişsel şemaları ve duygu-düşüncelerini gözden geçirme için olanak sağladığını, bu şekilde bir çeşit yeniden yapılanan bireyin ne istediğine ne yapacağına yeniden yoğunlaşarak sağlıklı sosyal ilişkiler geliştirmesine de fırsat yarattığı söylenebilir.

2.2.1. Yalnızlığa kuramsal yaklaşımlar

Psikanalitik kuramcılardan Erikson (1982), çocukluk döneminde psiko-sosyal gelişim görevlerinden biri olan “temel güvene karşı güvensizlik” evresinde sağlıklı güven duygusunu geliştirememesi sonucu başlayan yalnızlık deneyiminin, yetişkinlikte yakın ilişkilerden soyutlanma ile kendini gösterdiğini belirtir. Genç yetişkinlikte kendi kimliğini diğerleriyle birleştirmeye çalışan birey istediği yakın ilişkileri geliştirememesi durumunda yakınlık kuramamakta ve yalnızlık duygusu ortaya çıkmaktadır.

Horney (1998)’e göre birey, çocukluktan itibaren sevildiğini ve kabul edildiğini hissederse, diğer insanlarla sağlıklı yaklaşım uzaklaşma davranışları geliştirerek gerektiğinde yalnız hissetmeden kendiyle baş başa kalabilir gerektiğinde de ihtiyacı olan sosyal ilişkilere yönelebilir. Kendi kendisiyle kaldığında gerektiğinde diğer insanlardan destek alabileceğini ve onlara ulaşabileceğini içten içe bilir. Ancak birey çocuklukta reddedilmiş ve sevilmez hissederse, güvensizlik duyguları gelişeceği için çaresizlik ve güvensizlik düşünceleri ile paralel olarak temel bir kaygı hisseder. Bu kaygıyla baş etmek için; boyun eğme, sevecenlik, güç kullanma ve insanlardan uzaklaşma gibi stratejiler kullanmak durumunda kalır. İnsanlardan uzaklaşmayı tercih edenler, insanlara karşı duygusal bir uzaklık geliştirmekte ve sosyal ilişkilerden soyutlanarak benliklerini korumaya alırlar.

Bağlanma teorisine göre ise, çocuk ve bakım veren kişi ile arasında kurulan duygusal bağ, zihinsel modeller aracılığı ile yetişkinlik dönemindeki ilişkilerini şekillendirmektedir. Çocuk ve bakım veren arasındaki bağ referans alınarak gelişen

zihinsel modeller yoluyla sonraki ilişkilerinde insanları nasıl algılayacağı ve nasıl iletişim biçimi ve ilişkiler geliştireceğini yönlendirmektedir. Bowlby (1980) yeni doğan ve bakım veren arasındaki fiziksel yakınlık, bakım vereni çocuğun çevreyi keşfetmesinde güvenli üs olarak hissetmesine ve güvenli bulmasına neden olmakta bu da güvenli bir bağlanma sürecini sağlamaktadır. Bakım verenden uzun süre ayrı kalması ya da bakım verenin ihmalkar davranması durumunda çocukta güvensiz bağlanma gelişmekte ve bağlanmanın çözülmesi anlamına gelen sosyal olarak geri çekilme izlenebilir. Sümer ve Güngör (1999) güvenli bağlanma durumunda bireyin kendisi için olumlu bir benlik algısı geliştirdiği, kendisini sevmeye değer hissettiğini ve sosyal çevresini de güvenilir, tutarlı ve destekleyici algıladığını belirtir. Benzer şekilde güvensiz bağlanma geliştiren bireylerin benlik algıları da olumsuz gelişmekte, diğer insanların güvenilir ve tutarsız olduğu şeklinde bir algıya sahip olmaktadır. Bu iki farklı yaklaşım ile bireylerin sosyal ilişkilerinde doyumsuz ve nitelikli ilişkiler geliştirmesi ya da sosyal açıdan uzak ve izole davranarak yalnızlık hissetmesine neden olabilecek zeminler meydana geliyor görünmektedir.

Bartholomew ve Horowitz (1991) Bowlby'nin bağlanma kuramına dayanarak, bireyin benliğine ve çevresine ilişkin zihinsel modellerin olumlu ve olumsuz olma durumlarına göre dörtlü yetişkin bağlanma stili olduğunu tanımlamışlardır. Buna göre, güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört bağlanma stili bulunmaktadır. Güvenli bağlanma stili, bireyin hem kendisine hem de diğerlerine ilişkin değerlilik, güvenlik ve olumlu algılarının olduğu stildir. Saplantılı bağlanma stilinde; kişinin kendisine ilişkin değersizlik ve olumsuz duyguları varken diğerlerine ilişkin olumlu duyguları bulunur. Kayıtsız stilde, kişinin kendisine ilişkin algısı değerli ve olumlu bir çerçevede iken diğerlerine karşı olumsuz ve güvenilir olmadığı şeklinde duygular izlenir. Korkulu stilde ise kişinin hem kendisine hem diğerlerine karşı olumsuz duygularının olduğu izlenir. Bu bağlanma stillerine sahip olan bireylerin özelliklerinden şöyle bahsedilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991): Güvenli bağlanma stili geliştiren bireyler; kendilerine yönelik olumlu bir benlik algısı geliştirmişler ve kendilerini sevmeye layık görürler. Bunun yanı sıra diğer insanların niyetlerinin iyi, güvenilir ve destekleyici oldukları yönünde olumlu inançları vardır. Bu bakış açıları ile hem diğer insanlarla yakın ve nitelikli ilişkiler kurabilmekte hem de özerk davranabilmektedir. Saplantılı bağlanması olan bireyler; kendilerini sevmeye değer

hissetmemekte ve değersiz bulmaktadır. Bunun sonucu olarak yakın ilişkilerinde değerli olduğunu kanıtlamaya çalışırcasına ilişkilerinde gerçekdışı beklentilere girmektedir. Kayıtsız bağlanma stili olan bireyler; kendilerine ilişkin değerlilik ve özsaygı hissetmelerinin yanı sıra özerk olmak onlar için çok önemlidir. Çevresine karşı olumsuz bir algı geliştirmiş olup diğer insanların varlığına olan ihtiyacını yok sayarak ve yakın ilişkilerin gereksiz olduğunu savunur. Korkulu bağlanma stiline sahip olan kişiler ise; kendilerini olumsuz değerlendirmekte ve düşük özsaygıya sahip olmaktadır. Sosyal ilişkilerinde kaygısı ön plandadır ve diğerlerinin güvenilmez ve reddedici olduğu yönünde olumsuz düşüncelere sahiptir.

Bu bağlanma özellikleri çerçevesinde bireylerin diğer insanlarla kurdukları ilişkilerin doğası şekillenmekte ve farklı düzeylerde yalnızlık duygularının gelişmesine neden olabileceği düşünülmektedir. Psikodinamik açıdan ebeveynlerle kurulan ilişkinin niteliği bireyin yaşamı boyunca ilişkilerindeki yakınlık ve uzaklığı belirleyen bir özellik taşımaktadır.

Varoluşçu yaklaşıma göre ise Yalom (1999) bireylerin sık sık kendilerine ait parçalardan ve diğer insanlardan soyutlandığını ve bunun varoluşa dair temel bir yalıtım olduğunu söyler. Bu yalıtımın, diğer insanlarla kurulan en doyurucu ve yakın ilişkiye; bireyin tam ve bütüncül özelliğe sahip bir kendiliği olmasına rağmen varolduğunu ifade eder. Bu varoluşsal yalıtım insanın kendisiyle ve diğer insanlarla arasındaki kapatılamayan uçuruma ve ayrıma işaret etmektedir.

Yalom (1999) insanın temel özgürlük ve hayatından sorumlu olduğu durumunu göz önüne alarak, insanın kendi anne babası olmasının yalnızlığından bahseder. İnsanın hayatından sorumlu olduğu ölçüde yalnız olduğunu, kendini yaratma eyleminin kendisinin derin bir yalnızlık durumu olduğunu, evrenin aslında bireyin hayatıyla ilgili kayıtsızlığının ve bireyin bu varoluşa farkındalığı oranında maruz kalacağını düşünmektedir. Bununla birlikte birey olmanın bir sonucu olarak, insanın bağımsızlığı ile paralel olarak çevresine sınırlar koyduğu, kendine güvenen, bağımsız ve ayrı birisi olduğu, bu birey oluşun da aşılabilir ve ebedi bir yalıtımı getirdiğini vurgular. Bu varoluşsal yalıtım birey için oldukça sıkıntı verici olduğu için uzun süre dayanılması güç olmaktadır. Bu sıkıntı verici duyguya karşı en önemli savunması ise; tek başınalıktan kurtulma, diğer insanlarla ya da ilahi bir varlıkla ilişki içinde olma yani

ilişkiselliklidir. Ancak Yalom hiçbir ilişkinin yalıtımı yok edemeyeceğini, varoluşsal olarak yalnız olduğumuzu ancak yalnızlık duygusu iyi bir şekilde paylaşıldığında sevginin yalnızlığın acı vericiliğini dindirebileceğini, ancak bu varoluşsal yalıtımla yüzleştığımız ve kabul ettiğimiz durumda sevgiye yönelebileceğimizi belirtir.

Bireylerin sürdürdüğü sosyal ilişkilerindeki gereksinimleri ile mevcut durumu arasındaki farklılıklar ve uyumsuzluklar yalnızlık duygusunun yaşanmasına neden olabilmektedir. Bilişsel yaklaşıma göre yalnızlık bireyin ilişkilerinde algıladığı yetersizlikler ve istekleri ile uyumsuzluktan dolayı ortaya çıkan bir memnuniyetsizliği ile ortaya çıkan bir durumdur. Peplau ve arkadaşları (1982) yalnızlığın bireysel değerlendirme ve standartlara göre beliren, kişinin sosyal yaşantısıyla ilgili memnuniyetsizliğinden doğan bir durum olduğunu belirtir. Aynı sosyal ortamlara sahip iki insandan biri yalnızlık hissedebilir, diğeri ise bundan memnun olabilmektedir. Kişinin hissettiği yalnızlık düzeyi sosyal ilişkilerdeki beklenti ve belirlediği standartlara paralel gelişmektedir. Yalnızlık duygusunu; bireyin kendini ve sosyal yaşamını nasıl algıladığı, değerlendirdiği ve ilişkilerinde doyumsuzluk yaşayıp yaşamadığı belirler.

Young (1982) yalnızlık duygusuna neden olan bilişsel çarpıtmaları araştırmış ve şunları belirlemiştir: Benlik değerinin düşük olması, yalnız ve tek olmaktan hoşlanmama, sosyal uyumsuzluk ve kaygı, cinsel kaygı, duygu paylaşımına sınır koyma gerektiğine inanma, güven duymama, incinme korkusu ile yakınlık kurmama, duygusal bağlanma kaygısı, gerçekçi olmayan beklentiler ve pasif olma yalnızlık duygusuna neden olan otomatik düşünceler olarak sıralanmaktadır.

Bilişsel yaklaşım, bireyin düşünme şeklinin, bilişsel değerlendirmelerinin davranışlarını ve ilişkilerini nasıl etkilediğine odaklanmakta; yalnızlığın da bireyin ya ilişkilerini gereksinimleri oranında yetersiz bulduğu ya da ilişkilere dair olumsuz birtakım düşünceleri olduğu için doyurucu ve yakın ilişkiler geliştiremediği için gelişen bir durum olduğunu ortaya koymaktadır.

2.3. ANKSİYETE

Korku organizmanın hayatta kalmasına yardımcı olan, evrimsel açıdan gerekli ve işlevselliği yüksek bir duygudur. Çocukken yüksek sesten, yabancılardan,

karanlıktan, yetişkinlikte ilk defa yapacağımız topluluk içinde konuşmaktan, karanlık ve ıssız bir sokakta yürümekten korkulabilmektedir. Ancak bunlar zamanla atlatılmakta ve genelde kısa süreli yaşanarak davranışsal bir uyum gösterilmektedir. Anksiyete bozukluğu söz konusu olduğunda bu korkuların kısa süreli ve duruma has ortaya çıkmadığı, kişinin işlevselliğini etkilediği ve yaşam kalitesini olumsuz etkilediği izlenmektedir (Nolen-Hoeksema, 2004). Bu anlamda anksiyetenin patolojik hale gelmesi, kendisinin var olması değil şiddeti ve süresi ile paralel olarak bireyin işlevselliğini ve yaşam kalitesini etkilemesi olarak görülmektedir (Berkson, 2014)

Sungur (1997) korkunun hayatı tehdit eden bir tehlike durumunda ortaya çıkan ve yaşamın devamı için tehlike ve tehdit kaynağına karşı gerekli tedbirlerin alınmasını sağlayan bir duygu olduğunu ve onun sayesinde yaşamın güven içinde sürdürüldüğünü ifade etmektedir. Anksiyetenin ise, korkuya benzemekle birlikte korkudaki gibi nesnel bir tehlike ve tehdit kaynağı olmadığını ve kişinin kötü bir şey olacağı beklentisi ile birlikte huzursuzluk hissi ile belirdiğini ortaya koyar. Anksiyete, sadece tek bir dışsal tetikleyici ya da uyarıcıya yönelmeyen, gerçek bir tehlike olmadığı halde kötü bir şey olacakmış hissi ile kendini gösteren sıkıntı, endişe ve bunaltı duygusu olarak tarif edilebilir (Öztürk, 1988).

Reilly ve arkadaşları (1999) anksiyetenin kişinin normal ve sağlıklı bir şekilde yaşamını devam ettirmesine yarayan, çevreden gelen tehlikeler için sinyalleri almasını sağlayarak savaş ya da kaç tepkileri gibi uygun davranışlar geliştirmesini sağlayan bir duygu olduğunu; ancak ortada gerçek bir tehlike kaynağı olmadığı durumda anksiyetenin yoğun olarak devam etmesinin süreci bozan bir durum olarak ortaya çıktığından bahsetmektedir.

Öztürk (2004) korkuya benzeyen, kötü bir haber alacakmış ya da bir felaket olacakmış gibi nedensiz ve kaynağı olmayan sıkıntı ve endişe duygusuna anksiyete ya da Türkçe karşılığı bunaltı demektedir. Hafif bir tedirginlikten şiddetli bir paniğe doğru uzanan bir yelpazededir. Kaygının kaynağına göre farklı anksiyete bozukluklarından söz etmek mümkündür. Yaygın anksiyete bozukluğu belli bir odağı, düşünsel ve eylemsel içeriği olmayan yaygın fizyolojik ve ruhsal anksiyete belirtileri ile karakterizedir. Hastada genel bir huzursuzluk, gerginlik, tedirginlik, irkilmek, sinirlilik, sabırsızlık bazen de yerinde duramama izlenebilir. Konuşmada tireme, ilişkilerde gerginlik ve

huzursuzluk, bilişsel açıdan dikkatte çabuk dağılma, unutkanlıklar, fizyolojik olarak da kan basıncının artması, çarpıntı, kaslarda gerginlik, terleme, ağız kuruması, nefes almada güçlük, kızarma, karıncalanma gibi otonomik aktivitelerde artış izlenebilir. Panik bozuklukta; panik nöbeti sırasında hasta aşırı derecede endişeli ve telaşlı bir görünüm vardır. Bu panik esnasında rahat konuşamaz, seste titreme gelişir ve ilişki kurmada güçlük yaşayabilir. Aşırı bir korku ve otonomik uyarım halinde aklını ve kontrolünü kaybetme ya da öleceğine ilişkin birtakım korkular izlenir. Panik nöbeti sırasında genel bilişsel yetiler yerinde olmakla birlikte, zihinsel karışıklık, çevresini tanıyamıyor gibi yabancı bir algılama, depersonalizasyon, derealizasyon izlenebilir. Nöbetten sonra tekrardan anksiyetenin geleceğine ilişkin bir beklenti anksiyetesi gelişmesi sık görülen bir durumdur. Otonomik uyarım sırasında; çarpıntı, terleme, boğulma hissi, kılların diken diken olması, sık idrara çıkma, baygınlık hissi, kan basıncı yükselmesi izlenebilir. Nöbetler 10-15 dakikadan bir saate kadar değişebilir. Aniden gelen bu belirtilerle hasta, ölüm ya da delirme korkusuyla çevresinden destek veya bir sağlık kuruluşuna gitmek istemektedir. Özellikle kontrolünü kaybedeceği, saçma davranışlarda bulunacağı, bayılacağı ve delireceği yönünde çok güçlü anksiyete hisseder. Sık görülen başka bir anksiyete bozukluğu türü fobilerdir. Fobik bozukluk belli nesnelere ve durumlara karşılığında ortaya çıkan, bireyin korkusunu anlamsız bulduğu ancak korktuğu durumlardan yine de kaçındığı yoğun anksiyete yaşanan bir bozukluktur. Fobiler arasında en sık görülen agorafobide birey, açık alanlardan, yalnız kalmaktan, kalabalıktan, toplu taşımalarından korkmakta ve bu durumlardan kaçınmaktadır. Bu korkuya ayrıca panik nöbetinin gelmesi korkusu da eklenebilir. Sosyal fobilerde ise, toplum içinde konuşurken ya da bir şey yaparken terleme, kızarma, ellerin titremesi, yanlış bir şey yapma korkusu söz konusudur. Bu sebeplerle toplum içine girmekten kaçınmaktadır. Özgül fobilerde ise kişi belli nesne ve durumlardan anormal derecede korkmakta, bunlardan uzak kaldığı sürece yaşamı etkilenmemektedir. Ancak fobi kaynağı ile yüz yüze gelince paniğe kadar varan aşırı bir korku izlenir. Örümcek, kedi, köpek, böcek, karanlık, kapalı yer, yükseklik şeklinde özgül fobiler izlenebilir (Öztürk, 2004).

Anksiyeteye eşlik eden en yaygın psikopatolojik belirtilerden biri depresyondur (Wittchen ve ark.; 2003). Anksiyete bozukluklarının depresyonla sık olarak birlikte görülmesinin yanı sıra hipokandriazis ve somatizasyonla da iç içe geçen bir ruhsal

hastalık olduğu belirtilir (Lipowski, 1998). Tekin ve Tekin (2014) anksiyeteye eşlik eden disosyasyonunanksiyete bozukluklarında klinik gidişatı olumsuz etkilediğini belirtir. Yüksek anksiyeteye eşlik eden disosyatif belirtilerin daha çok travmatik durumlarda ortaya çıktığı görülmektedir.

2.3.1. Anksiyeteye kuramsal yaklaşımlar

Psikanalitik teoriye göre; anksiyete temelde bir iç çatışmanın sonucunda ortaya çıkar. Bu iç çatışma benlik ile üst benlik ya da benlik ile alt benlik arasında oluşmaktadır. Altbenliğe ait bilinçdışı dürtülerle denge kuran benlik, dürtüler karşısında bir şekilde zayıflarsa, benlik ile alt benlik arasında bir çatışma meydana gelir. Çatışma benliğin dürtüler arasında çözümsüz kaldığını ve baş etmede güçlük yaşadığını gösterir. Bu da bir tehlike olarak algılanmaktadır. Bu çatışma durumunda benlik, savunma mekanizmalarını devreye sokarak anksiyete ile baş etmeye çalışır (Öztürk, 2004).

Vaoluşçuluğa göre; anksiyete varlığın temelinde olan ontolojik bir özelliktir. Gerçek anksiyete bireyin, varoluşunun yokolabileceğinin, kendinin ve algıladığı dünyanın kaybedilebileceğinin, her an bir hiç olabileceğinin farkındalığıdır. Korku dışsal bir nesneye yönelikken, kaygı vaoluşun özüne yönelen bir tehdittir (Yalom, 1999).

Bilişsel yaklaşıma göre ise, anksiyete bireylerin olaylar karşısındaki birtakım beklentileri ve geliştirdikleri yorumlar nedeniyle meydana gelmektedir. Anksiyeteye neden olan düşünce ve yorumlar algılanan ruhsal ve fiziksel tehlikeler temellidir. Anksiyete durumunda bireyler olası tehlikeyi sistematik olarak abartılı şekilde değerlendirirler ve bu değerlendirmeler anksiyete programını devreye sokmaktadır. Anksiyete programı etkinleştğinde kaçmak ya da savaşmak için otonomik aktivite artmakta, süren davranışlar ketlenmekte ve olası tehlikeler dikkatle izlenmektedir. Gerçek bir tehlikenin olmadığı durumlarda anksiyete programı işlevselliğini kaybedebilir ve bireyin hayatını zorlaştırabilmektedir (Kabakçı, 2003).

Bilişsel yaklaşıma göre hastalar yaşadıkları anksiyete durumlarında tehlike algıladıklarına ilişkin düşünce ve imajlara sahip olmaktadır. Buldukları ortamı ve kendilerini yanlış yorumladıkları için bir tehlike algısı ile anksiyete yaşadıkları

vurgulanmaktadır. Bu nedenle bilişsel davranışçı terapistleranksiyete durumlarında hastaların tehlike algılarını tanımlamaları, değerlendirmeleri ve tehlike algılarını değiştirmelerini hedeflerler. Tehlike algılarını besleyen tepkilerinin durdurulması ve yerine daha işlevsel tepkilerin geliştirilmesi amaçlanmaktadır (Öztürk, 2004).

Davranışçılık yaklaşıma göre anksiyete ve fobiler öğrenilmiş durumlardır. Korku uyandırmayan bir nesne ile acı veren bir uyaran bir araya gelirse, korku duyulmayan nesneden kaçınma davranışı ortaya çıkar. Korku duyulmayan nesneye karşı koşullu korku tepkisi oluşmaktadır ve bu öğrenilmiş bir fobidir. İnsanda karmaşık öğrenme süreçleri ile çeşitli korkular yerleşebilmektedir (Öztürk, 2004).

Biyolojik yaklaşım ise, kalıtım ve nörobiyolojik etkiler üzerine odaklanır. İkiz çalışmaları ve aile ağacı incelemeleri kalıtımın anksiyete üzerindeki etkilerini ortaya koymaktadır. Ayrıca noradrenerjik, dopaminerjik, serotonerjik, GABAerjik dizgelerin, hipotalamus- hipofiz-sürrenal eksenindeki uyarılmaların, kortikotropin salınımının anksiyete üzerinde önemli etkisinin olduğu düşünülmektedir (Öztürk, 2004).

2.4. PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK

Pozitif psikoloji son yıllarda psikoloji alanında ilgi görmeye ve popülerleşmeye başlamış olan, insanların güçlü yanlarına ve gelişmesini sağlayan koşullara odaklanan bilimsel anlayış ve çalışmaları içeren bir psikoloji akımıdır. Pozitif psikolojinin son yıllarda ilgi çeken bir kavramı olan psikolojik dayanıklılık; bireylerin zorlayıcı yaşam olayları ve stresörlerin, travmatik ve risk içeren durumların üstesinden gelmelerini sağlayan sahip olduğu olumlu psikolojik kapasitedir ve zaman içinde bireysel ve çevresel nedenlerin etkisi ile geliştirilebilir bir özelliktir (Stewart ve ark., 1997).

Psikolojik dayanıklılık olumsuz yaşam olayları ve travmatik yaşantılar sonrasında bireyin olay öncesi haline geri dönebilme ve yeniden toparlanabilme gücü, yaşamsal krizlerin üstesinden gelebilme becerisi şeklinde de tanımlanabilmektedir. Ayrıca kavram; psikolojik dayanıklılık, psikolojik güçlülük, psikolojik sağlamlık, dayanıklılık, yılmazlık şeklinde adlandırılmaktadır (Basım ve Çetin, 2010).

Kobasa (1982) zorlu ve stresli yaşam olayları karşısında dirençli tutum sergileyen insanların bazı özellikleri olduğunu belirtmektedir. Değişime açık olmak, olayların kontrolünün elinde olduğuna inanmak, yaşamın diğer alanlarındaki etkinliklere odaklanabilme ve kendini verebilme olarak izlenen bu dirençli tutum, bireyin zorlu bir durum karşısında daha çabuk toparlanabilmesine olanak veren psikolojik dayanıklılık olarak adlandırılmaktadır. Yalom (1999)'a göre varoluşçu yaklaşım; insanların yaşamda karşılaştığı olaylar karşısında kendi davranışlarından sorumlu olduğu ve davranışlarını özgürce belirleyebildiği anlayışına sahiptir. Sorumluluğun farkında olmanın, kişinin kendini, yazgısını, yaşamını ve başına gelen iyi ve acı olayları da yarattığının farkında olmak olduğunu belirten Yalom, bu sorumluluğu almayan ve sıkıntılarının kaynağını başka kişiler ve olaylar olarak gören kişilerin iyileşmelerinin mümkün olmadığını belirtir. Bu çerçevede insan hem yaptığı eylemlerden hem de yapmadığı eylemlerden de sorumlu olduğu söylenebilir. Kobasa'nın bahsettiği psikolojik dayanıklılığa sahip bireyler hem davranışlarının sorumluluklarının farkında, bundan hareketle yaşamda değiştirebilecekleri durumlar üzerinde kontrol sahibi olduklarını düşünmekte ve kendini etkin alanlara verebilmektedirler. Psikolojik dayanıklılık birbiriyle ilişkili üç alt boyuttan meydana gelir. Bu boyutlar; kontrol, bağlanma ve meydan okuma şeklinde ele alınmaktadır. Psikolojik dayanıklılığın bağlanma alt boyutu; bireyin aile, iş ve sosyal çevresindeki ilişkilere ve ilgili değerlere katılma, diğer insanlarla bağlantıda olma durumunu ele alır. Kontrol boyutu; bireyin yaşamda başına gelen olaylara rağmen çaresiz hissetmek yerine yaşamında kontrol sahibi olabileceğine inanması ve bu yönde davranmasını ifade eder. Yaşamda zorluklarla karşılaşan zamanlarda çaresizliğe kapılmadan, denetim inancını koruyabilmek için başarı yönelimli, özerk ve içsel güdülenmeye sahip, karar verme ve seçim yapabilme becerisine sahip olmanın gerektiği söylenebilir. Meydan okuma boyutu ise yeni deneyimlere açıklığı, değişimi bireysel gelişim için fırsat olarak görmeyi ve kendine güveni ifade eder. Meydan okuma aynı zamanda diğer insanlarla bağlantıya geçerek çevreyle etkileşimde olmayı, yaşamda etkin olmayı ve değişik deneyimlerden öğrenmeyi içermektedir. (Kobasa, 1982 ; Holt ve ark., 1987; Kamyı, 2000)

Kosaka (1996) psikolojik dayanıklılığın kontrol, bağlanma ve meydan okuma boyutlarının stresin olumsuz etkilerini azalttığını ortaya koymaktadır. Dayanıklılığı yüksek olan bireyler eylemlerine yön vermenin yanı sıra yapacakları eyleme de önem

vermektedirler. Yaşamdaki durumları değiştirebileceklerine dair inançları yüksek olan bu bireyler, sorunların üstesinden gelebileceklerine dair iyimser ve kendilerine güvenli bir tutuma da sahiptirler. Bu tutumları stres karşısında daha dayanıklı hissetmelerine ve olmalarına yardımcı olur. Ayrıca değişimi bir fırsat olarak görmeleri nedeniyle, stresi güvenliklerini tehdit edici değil yeni şeyler öğrenmenin bir deneyimi olarak görürler.

Kobasa (1982) stresli yaşam olayları karşısında stresin sağlık üzerindeki zararlı etkilerini azaltan bazı özelliklerin olduğunu, psikolojik olarak dayanıklı bireylerin diğerlerine göre fiziksel hastalık sıklığının daha az olduğunu ve iyi oluş hallerini etkilediğini gözlemlemiştir. Psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireyler zorlu ve stresli yaşam olayları karşısında etkili başa çıkma yolları ve iyimser bir yaklaşımı içeren bilişsel değerlendirmelerle birlikte olayların olumsuz etkisini azaltmaya yönelik bir kişilik eğilimi gösterirler. Kobasaya göre psikolojik dayanıklılık kavramı bağlanma, kontrol ve meydan okuma alt boyutlarından oluşan bir bilişsel değerlendirme ve davranışsal tepkiler bütünüdür.

Funk (1992) ise psikolojik dayanıklılığı olan bireylerin etkin ve hedef yönelimli olduklarını, olaylar karşısında kendilerini kurban olarak değil sonuçların etkin belirleyicisi olarak gördüklerini vurgulamaktadır. Bu şekilde olayların ardından kendini kurban olarak görmeyen; olaylar üzerinde etki ve denetim sağlayabileceğine inanan bireylerin izleyecekleri davranışlar da daha etkin ve hedefe yönelik olmakta; böylece olayların gidişatını da etkileyebilecekleri davranışlara yönelik gelişmektedir. Bu yaklaşımları olayları fırsata dönüştürebilme kapasitelerini beslemekte ve geliştirmektedir.

Fribog ve arkadaşları (2005) psikolojik dayanıklılığı açıklarken beş boyut kullanmışlardır: kendilik algısı, gelecek algısı, sosyal yeterlilik, aile uyumu ve sosyal kaynaklardır.

Kendilik algısı, bireyin kendine ilişkin farkındalığını, kendinin kim olduğuna dair düşüncelerini, olumlu benlik saygısını içeren bir kavramdır. Kendilik algısı yüksekliği, bireyin güçlü ve zayıf özelliklerine yönelik bilgisini, kendine ilişkin öz yeterlilik ve özgüven düşüncelerini, kendi ve geleceğine yönelik gerçekle uyumlu beklentilerini içerebilmektedir (Fribog, 2003; Çetin ve Basım, 2011).

Gelecek algısı bireylerin geleceğe ilişkin olumlu ve ya olumsuz yönde ürettiği düşünceler ve bakış açılarından oluşmakta ve geleceğe yönelik olumlu açısı psikolojik dayanıklılık için önemli bir etken görevi görmektedir. Olumlu bir gelecek tasarlayan bireyler; olumlu beklentiler geliştirebilmekte ve geleceğe ilişkin umutlu hissedebilmektedir(Basım ve Çetin, 2011; Bitmiş ve ark., 2013).

Yapısal stil, bireyin güçlü yönlerine ve öz disiplinine işaret etmekle birlikte bireyin yaşamını planlama, organize etme ve sürdürebilme yeteneği ile ilişkili bir özellik olarak ele alınır(Basım ve Çetin, 2011; Bitmiş ve ark., 2013).

Sosyal yeterlilik, bireyin sosyal destek alma durumunu, sosyal açıdan uyumluluğunu, sosyal etkinliklere yönelimini içermektedir (Basım ve Çetin, 2011; Bitmiş ve ark., 2013).

Aile uyumunda ise bireyin ailesi ile olan işbirliği, aileden aldığı desteği, destekleyici ve yönlendirici bir aile algısının varlığı vurgulamaktadır. Destekleyici bir ailenin varlığı ve aileyle uyumluluk, psikolojik dayanıklılık için önemli görünmektedir(Basım ve Çetin, 2011; Bitmiş ve ark., 2013).

Sosyal kaynaklar, bireyin sosyal ilişkilerinin düzeyini, yakın çevresinden gördüğü desteği, akranlar ve arkadaşlar gibi destekleyici ve yönlendirici bir çevrenin varlığını ifade etmektedir(Basım ve Çetin, 2011; Bitmiş ve ark., 2013).

Bu çalışmada psikolojik dayanıklılık bu beş boyutla ele alan Fribog ve arkadaşlarının oluşturduğu bu modelle araştırılacaktır.

2.4.1. Psikolojik dayanıklılığın diğer değişkenlerle ilişkileri

Psikolojik dayanıklılığın çeşitli sosyodemografik ve psikolojik değişkenlerle olan ilişkilerinin incelenmesi, hangi faktörlerden etkilendiğini belirlemek ve anlamak açısından önemli görünmektedir. Güngörmüş ve arkadaşları (2015) araştırmalarında kız öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Aynı çalışmada ekonomik durumu iyi olan öğrencilerin, daha düşük olanlara göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyi arttıkça da çocuklarının

psikolojik dayanıklılıkları da artmaktadır. Ayrıca öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri; aileden ve arkadaşan algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile pozitif yönde ilişki göstermektedir. Yani bireylerin aile ve akranlarından aldığı sosyal destek düzeyi arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeyleri de artış göstermektedir.

Bektaş ve Özben (2015) evli bireylerin yaş, cinsiyet, çalışma durumu ve eşinin çalışma durumu göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değişmediği; öğrenim durumu, eşlerin öğrenim durumu ve ekonomik durum algısına göre ise dayanıklılık puanlarının değiştiği izlenmiştir. Evli bireylerin öğrenim düzeyi, eşlerinin öğrenim düzeyi ve ekonomik durum algısı düzeyleri arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de arttığı belirlenmiştir. Eğitimi yüksek bireyler daha nitelikli işlere sahip olmakta ve sonuç olarak da aile geliri yükselebilmektedir. Eğitim ve gelir durumu yükseldikçe bireylerin olanaklarının daha iyi hale geldiği; eşleriyle kurdukları ilişki ve iletişim biçimini de daha olumlu sürdürebilmeleri söz konusu olabilir. Ayrıca eşlerin aldığı iyi eğitim ile çocuk yetiştirme biçimlerini, birlikte geçirdikleri zamanın kalitesi ve etkili problem çözme becerilerini olumlu yönde etkilediği düşünülebilir. Bunların sonucu olarak bireyin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değişebileceği söylenebilir.

Tümlü ve Receptoğlu'nun (2013) akademisyenlerde psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri ele aldığı araştırmalarında, psikolojik dayanıklılık ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu ve dayanıklılığın yaşam doyumunu anlamlı bir biçimde yordayan bir değişken olduğu belirlenmiştir. Çalışmaya göre; yaş, cinsiyet, unvan, medeni durum ve hizmet yılına göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri anlamlı olarak değişmemektedir. Ancak puan ortalamaları dikkate alındığında kadınların erkeklerden, evli olanların bekarlardan ve 51 yaş ve üstü yaş grubunun diğer yaş gruplarından psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu izlenmiştir.

Psikolojik dayanıklılığı yordayan çeşitli değişkenleri inceleyen Kararımak ve Güloğlu (2014) güvenli bağlanma, olumlu duygular ve iyimserliğin psikolojik dayanıklılığı yordayan önemli değişkenler olduğunu ortaya koymuştur. Bireyin güvenli bağlanması sosyal ilişkilerine ve çeşitli durumlara bağlılığını sağlamakta, sorunlar karşısında daha iyimser yaklaşımının olması da olumlu yaklaşımı sağlayarak yine dayanıklılığı arttıran değişkenler haline gelmektedir.

2.5. YALNIZLIK, ANKSİYETE VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Kobasa ve arkadaşlarına (1982) göre aile ve sosyal çevresi, iş yaşamı, kişilerarası ilişkiler, çeşitli inanç ve değerlere bağlılığı olan bireylerin çeşitli yaşam alanlarıyla aktif ilişki içinde olması bireyin travmatik yaşam olaylarını atlatmasında kaynak görevi görebilmektedir.

Jones ve arkadaşları (1981) yalnızlık hisseden bireylerin hissetmeyenlere göre başkalarını daha olumsuz değerlendirdiğini ve başkalarının da onları olumsuz değerlendirdikleri yönünde düşüncelerinin daha fazla olduğunu ortaya koymaktadır. Benzer biçimde Gerson ve Perlman (1979) sürekli olarak yalnızlık hissedenlerin, yalnız hissetmeyenlere göre yetersiz iletişim biçimlerine sahip olduğunu belirlemişlerdir. Eskin (2001) intihar davranışında bulunan öğrencilerin daha fazla yalnızlık yaşadığını, yalnızlık duygusundan kurtulmak için ergenlerin edilgen etkinlikler, okuma-ders çalışma, ilişki arama ve kendini etkinleştirme gibi yöntemlere yöneldikleri bulgusunu elde etmiştir. Yalnızlıkla baş etmede insanlarla ilişkiye geçme stratejilerini kullanan insanların yalnızlıkla daha iyi baş ettikleri; okuma-ders çalışma etkinliklerine yönelmenin ise yalnızlıkla baş etmede etkisiz kaldığı hatta bireylerin daha yalnızlaşmasına neden olduğu izlendi. Eskin (2001) bu bulgulara dayanarak; intiharda önemli bir risk faktörü olan yalnızlık duygusuyla baş etmede verilecek psikolojik yardımın kişilerarası ilişki kurmaya özendirici ve sosyal becerileri arttırmayı hedeflemenin önemli olacağını vurgulamaktadır.

İmamoğlu (2008) yalnızlık düzeylerine göre kişilerarası bağlılık, empati, duygu kontrolü ve başkalarına güven puanlarının değiştiğini belirlemiştir. Bulgular yalnızlık düzeyi arttıkça kişilerarası bağlılık puanlarının arttığını, yalnızlık algısı yüksek olanların ilişkilerinde daha fazla bağlılık ihtiyacı duyduğunu belirlemiştir. Yalnızlık puanları ile empati arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki izlenmiştir. Buna göre yaşanan yalnızlık durumu, bireyin empati kurmasını, geliştirmesini ve sergilemesini olumsuz etkilemektedir. Çünkü insanlarla kurulan ilişkilerde sosyal becerilerin gelişmesi de söz konusudur. Yalnızlık hallerinde sosyal becerilerin zayıflaması ve empatinin azalması söz konusu olabilir. Başkalarına güven konusunda da yalnızlık düzeyi arttıkça, güven duygusunun azaldığını; yalnızlık azaldıkça güven duygusunun arttığını belirlemişlerdir.

Bulgular ayrıca algılanan yalnızlık düzeyi puanları arttıkça, duygu kontrolü puanlarının azaldığına işaret etmektedir.

Ceyhan ve Ceyhan (2011) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada yalnızlık düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Derdiyok (2015) yalnızlık ile alkol tüketimi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, alkol tüketenlerin tüketmeyenlere göre yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu, cinsiyet açısından da erkeklerin yine kadınlardan daha yüksek yalnızlık düzeyine sahip olduğu sonucuna varılmıştır.

Batıgün ve Hasta (2010) yalnızlık ile internet kullanımı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, interneti yoğun kullanan kişilerin ketleyici tarz iletişimi daha çok kullandığı ve yalnızlık puanlarının daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Bağımlı olanların interneti daha çok etkileşim amaçlı kullandığı ve kişilerarası ilişkilerde ketleyici tarzı sergiledikleri izlenmiştir. Bu nedenle iletişim ve sosyal becerilerinin artırılması ile yalnızlığın azaltılmasına yönelik çalışmalarla internet bağımlılığının önlenmesinde etkili adımlar atılabileceği belirtilmektedir.

Yıldırım (2000) yalnızlık, sosyal destek ve sınav kaygısının akademik başarı üzerindeki etkisini inceledikleri çalışmalarında, öğretmen ve aile desteğinin, yalnızlık ve sınav kaygısının akademik çalışmayı anlamlı olarak yordadığını, akran desteğinin ise başarıyı yordamadığını göstermektedir. Öğretmen ve aile desteğinin sınav kaygısına göre daha güçlü bir başarı yordayıcısı olduğu sonucuna varılmıştır.

Çeçen (2008) cinsiyet ve anababa tutumlarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerini inceledikleri çalışmalarında cinsiyete göre yalnızlık ve sosyal destek puanlarının değişmediğini, ancak anababa tutumlarına göre yalnızlık ve sosyal destek puanlarının değiştiğini ortaya koymaktadır. Ebeveynlerini demokratik algılayanların kendilerini daha az düzeyde yalnız hissettiği; aile ve arkadaşlarından daha fazla sosyal destek aldıkları izlenmiştir.

Mahon ve arkadaşları (1998) algılanan sosyal destek ve yalnızlığın ilişkilerini inceledikleri çalışmalarında yalnızlık ile sosyal desteğin negatif yönde anlamlı bir ilişki içinde olduğu, sosyal destek arttıkça yalnızlık puanlarının azaldığı, sosyal destek

azaldıkça da yalnızlık düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulgu açısından psikolojik dayanıklılık ve yalnızlık değişkenleri değerlendirildiğinde, dayanıklılığın önemli bir boyutu olan bağlanmanın sosyal destek alma yönünün artması ve azalması ile ters orantılı olarak yalnızlık düzeylerinin değişebileceği beklenmektedir. Diğer bir değişle; yalnızlık düzeyi arttıkça psikolojik dayanıklılığın bağlanma boyutunun sosyal kaynaklar yoluyla beslenmesi de engellenebilir bu da dayanıklılık düzeyinin düşmesine sebep olabilir.

Güloğlu ve Kararımak (2010) üniversite öğrencilerinde yalnızlık, psikolojik sağlamlık ve benlik saygısını inceledikleri çalışmalarında; yalnızlık ile psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu; benlik saygısı ve psikolojik sağlamlığın yalnızlığı yordayan değişkenler olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Psikolojik dayanıklılığın sosyal ilişki durumu ve sosyal destekle ilişkilerini ele alan bazı çalışmalar; pozitif yönde ilişki olduğundan bahseder. Yıldırım ve arkadaşları (2015) psikolojik dayanıklılık ile özerk benlik kurgusu arasında ters yönde anlamlı bir ilişki izlenmiş; ancak ilişki ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca kızların erkeklere göre psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu; erkeklerin daha özerk benlik kurgularının olduğu, kızların ise daha ilişki ve özerk-ilişkisel benlik kurgularına sahip olduğu belirlenmiştir. Kızların daha ilişki benliğe sahip olmaları, psikolojik dayanıklılıklarını arttıran bir etmen olarak işliyor görünmektedir.

Kayacı ve Özbay (2016) psikolojik dayanıklılık ile sosyal ilgi değişkeninin ilişkilerini inceledikleri çalışmalarında; psikolojik dayanıklılık ve psikolojik dayanıklılığın alt boyutları olan kendini adama, kontrol, meydan okuma; sosyal ilgi ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmüştür. Sosyal ilgi ile en yüksek ilişkiyi psikolojik dayanıklılığın kendini adama boyutu göstermektedir.

Terzi, psikolojik dayanıklılık ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmasında iki değişken arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Buna göre dayanıklılık düzeyi yüksek kişiler sosyal destek kaynaklarını daha etkili kullanmakta, bununla birlikte daha aktif başa çıkma stratejileri

kullanmaktadır. Dayanıklılık düzeyi düşük kişiler ise kaçınma davranışına daha çok yönelmekte ve sosyal destekten daha az yararlanmaktadır. Diğer yandan sosyal desteği fazla olan kişilerin psikolojik olarak daha dayanıklılık gösterdikleri de söylenebilir. Terzi birbiriyle ilişkili olan bu iki kavrama göre; bireyin aile içinde ve dışından aldığı sosyal destek aracılığı ile stresli durumlar karşısında kişisel kontrolü kazanması ve yalnız olmadığı hissini elde etmesi sonucunda da geleceği daha olumlu algılamaları mümkün olabilmektedir. Böylelikle de bireyin psikolojik dayanıklılığı artmakta ve stresli durumlar sonrası daha çabuk toparlanabilmektedir. Bireyin aile, iş ve sosyal çevredeki ilişkilere bağlanması zorlu yaşam olayları karşısında etkili başa çıkma kaynakları geliştirebilmesi için bir güç kaynağı işlevi görebilmektedir. Kobasa ve arkadaşları (1982) bağlanma düzeyi yüksek olan bireylerin çevrelerini daha ilgi çekici ve zaman geçirmeye değer algıladıkları için çevresiyle birlikte olmaya daha fazla emek harcadığını; benzer olarak meydan okuma özelliği olan bireylerin çevresiyle etkileşimde kalarak farklı yaşantılara açık bir tutumları olduğunu ifade ederler. Bu açıdan psikolojik dayanıklılıkları yüksek bireylerin daha fazla sosyal destek kaynaklarına yöneldikleri söylenebilir.

Bu araştırmalar ışığında aile ya da çeşitli sosyal destek sistemlerine sahip olan bireylerin başına gelen travmatik olaylar karşısında olayın sonuçlarını daha iyi denetleme algısına sahip olduğu ve problem durumlarında yalnız olmadıkları hissi ile birlikte geleceklerini daha olumlu tasarladıkları izlenmektedir. Diğer yandan psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olması sonucunda çevresindeki sosyal destek kaynaklarını daha etkin kullanmasına da sebep olabilmektedir (Ganellen ve Blaney, 1984). Kobasa ve arkadaşları (1982) üç alt boyutları ile değerlendirdiğinde; bireyin sosyal kaynaklarına bağlılığı arttıkça stresli durumlarla baş etmesi kolaylaşmakta ve çevresini ilgilenilmeye değer olarak algılamaktadır. Meydan okuma özelliği gösteren birey de yine çevreye yönelmekte ve farklı yaşantılara sahip olmayı kişisel gelişimi için bir fırsat olarak görebilmektedir. Noorafshan ve arkadaşları (2013) olumlu aile içi iletişimin olduğu durumda dayanıklılık düzeyinin daha artış gösterdiği, olumsuz aile iletişim durumunda psikolojik dayanıklılığının düştüğü izlenmiştir.

BÖLÜM III

3. YÖNTEM

Bu çalışma ile ilgili katılan tüm katılımcıların hepsinden gönüllü olarak çalışmaya katkı sağlayacağını belirten onam alınmıştır. Katılımcılardan gönüllü onam formu alındıktan sonra Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne çalışmanın konusu ve amacı sunulmuş ve etik kurul izni alınmıştır. Çalışmanın amacı çalışan kadınlarla ev hanımları arasında psikolojik belirtilerinin şiddetinin yalnızlık duygusu ,psikolojik dayanıklılık ve anksiyete düzeylerini ele alarak bu belirtilerinin düzeylerini her iki grupta karşılaştırmak amacıyla incelenmektedir.

3.1. Araştırmanın Örneklemi

Çalışmanın örneklemi Bursa ilinde yaşayan değişik meslek gruplarında çalışan kadınlarla ev hanımlarından oluşmaktadır. Çalışmamızda 65 ev hanımı ve 65 çalışan kadın olmak üzere toplam 130 kişi ile görüşme yapılmıştır. Yapılan görüşmelerde çalışmaya katılan her kişi ile tez çalışması hakkında bilgi verilmiş onam alınmış Demografik Bilgi Formu ve test envanterleri ev hanımlarına ve çalışan kadınlara uygulanmıştır. Her iki grupta da toplam 130 kişi formları doldurmayı kabul etmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 35 ile 39 Standart Sapmaları ise 9.17dir. Ölçeklerin uygulanmasına 1/03/2016 tarihinde başlanmış ve 25/03/2016 tarihinde tamamlanmıştır. Okuma yazma bilmeyen 20 ev hanımının formları tarafimca soru cevap şeklinde doldurulmuştur. Dışlanma kriteri olarak çalışan veya çalışmayan erkek gönüllü dahil edilmemiştir ve hem çalışıp hem okuyan kadın gönüller çalışmaya alınmamıştır.

3.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmada katılımcılara ait bilgileri içeren Demografik Bilgi formu ev hanımları ve çalışan kadınlar olmak üzere her iki guruba da doldurtulmuştur. Her iki gurubun da veri toplama aracı olarak yalnızlık duygusunu ölçmek için UCLA-LS yalnızlık ölçeği kullanılmış bu ölçek Russell, Peplau ve Ferguson tarafından geliştirilmiş Türk toplumu için geçerlilik ve güvenilirliği Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Psikolojik dayanıklılığı ölçmek için veri toplama aracı olarak Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Friberg ve arkadaşları (2005) tarafından geliştirilmiş olup, Basım

ve Çetin (2011) tarafından Türkçe' ye uyarlanmıştır. Anksiyete düzeyini ölçmek için ise veri toplama aracı olarak Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) kullanılmıştır.

3.3. Veri Analizi

İstatistik değerlendirmeler *IBMStatisticalPackagesfortheSocialSciences* (SPSS) 21.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Örneklem ait sosyodemografik verilerin değerlendirilmesinde betimsel analiz yöntemleri, gruplara arasındaki karşılaştırmada Paired-Sample T-Testi, Çok Yönlü Varyans Analizi ve bağımlı değişkenlikler arasındaki ilişkiyi belirlemek için de Pearson Korelasyon analiz yöntemleri kullanılmıştır. Karşılaştırılan gruplarda yer alan kişi sayısı 30'un altında ise Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis analiz yöntemleri kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amaçlarına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistik analizlere yer verilmiştir. İlk olarak, katılımcılara ilişkin sosyodemografik bilgiler

4.1. Katılımcılara İlişkin Sosyodemografik Bilgiler

Bu bölümde katılımcılara, yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık belirtilerine ilişkin uygulanan ölçeklere ait sonuçlar sunulacaktır. Çalışmada yer alan katılımcıların sosyodemografik verileri Tablo 1’de gösterilmiştir. Çalışan ve çalışmayan kadın gruplarının yaş ortalamaları açısından anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ($t=1.366, p=.175$).

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Sosyodemografik Bilgiler

Değişkenler	Çalışan		Çalışmayan	
	N	%	N	%
Medeni Durum				
Bekar	23	35.9	29	43.9
Evli	41	64.1	37	56.1
Eğitim Düzeyi				
İlkokul	10	15.6	12	18.2
Ortaokul	12	18.8	12	18.2
Lise	13	20.3	13	19.7
Üniversite	29	45.3	29	43.9
Çocuk				
Var	37	57.8	34	51.5
Yok	27	42.2	32	48.5
	Ort.	s.d.	Ort.	s.d.
Yaş	34.26	8.04	36.46	10.07

Tablo 1 Devam. Katılımcılara İlişkin Sosyodemografik Bilgiler

Değişkenler	Çalışan	Çalışmayan	Değişkenler	Çalışan
Meslek				
Ev Hanımı	1	1.6	41	62.1
Muhasebesi	2	3.2	1	1.5
Sekreter	1	1.6	0	0
Öğretmen	9	14.5	2	3
Fizyoterapist	2	3.2	0	0
Mağaza Sorumlusu	1	1.6	0	0
Servis Elemanı	1	1.6	0	0
Memur	4	6.5	0	0
Satış Destek	4	6.5	0	0
Kasiyer	4	6.5	0	0
Psikolog	5	8.1	8	12.1
İşletme	2	3.2	1	1.5
İnsan Kaynakları	1	1.6	0	0
Dış Ticaret	2	3.2	0	0
Kameraman	1	1.6	0	0
Desinatör	4	6.5	0	0
İdareci	1	1.6	0	0
Danışma Görevlisi	1	1.6	0	0
Dış Teknisyeni	0	0	1	1.5
Avukat	0	0	2	3
Sosyolog	0	0	1	1.5
Mühendis	0	0	2	3
Hemşire	0	0	2	3
Mimar	0	0	2	3
Serbest	7	11.3	0	0
İktisatçı	0	0	1	1.5
Uluslararası İlişkiler Uzmanı	0	0	1	1.5
Veteriner	0	0	1	1.5
Temizlik Görevlisi	4	6.5	0	0
Kuaför	1	1.6	0	0
Hasta Bakıcı	2	3.2	0	0
Tekstilci	1	1.6	0	0
Öğrenci	1	1.5	0	0

4.2. Katılımcılara Uygulanan Ölçeklerin Gruplar Açısından Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan çalışan ve çalışmayan kadınlara Beck Anksiyete Envanteri, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği uygulanmıştır. İki grup arasındaki farka ilişkin sonuçlar Tablo 2’de belirtilmiştir. Tablo incelendiğinde çalışan ve çalışmayan kadınlar arasında hiçbir ölçek puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 2. Çalışan ve Çalışmayan Kadınlara Göre Uygulanan Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Grup	N	Ortalama	ss	sd	t	p
UCLA Toplam	Çalışan	64	40.83	6.96	123.29	-1.832	.069
	Çalışmayan	66	43.36	8.75			
BAÖ	Çalışan	64	13.34	10.00	0.284	122.6	.777
	Çalışmayan	66	12.77	12.78			
YİDÖ Toplam	Çalışan	64	126.97	20.62	1.337	118.54	.184
	Çalışmayan	66	121.15	28.47			
Yapısal Stil	Çalışan	64	14.06	3.33	1.364	124.04	.175
	Çalışmayan	65	13.18	3.96			
Gelecek Kaygısı	Çalışan	64	17.72	4.39	0.795	121.07	.428
	Çalışmayan	65	14.01	5.59			
Aile Uyumu	Çalışan	64	22.09	5.26	0.132	124.60	.895
	Çalışmayan	63	21.97	5.48			
Kendilik Algısı	Çalışan	64	23.81	4.72	1.366	116.78	.174
	Çalışmayan	65	22.45	6.51			
Sosyal Yeterlilik	Çalışan	64	23.89	4.73	1.286	113.73	.201
	Çalışmayan	64	22.58	6.65			
Sosyal Kaynaklar	Çalışan	64	28.39	5.20	0.421	121.77	.674
	Çalışmayan	65	27.95	6.52			

4.3. Çalışan Kadınlara Uygulanan Ölçek Puanları Arasındaki İlişki

Çalışan kadınlar grubuna, uygulanan ölçekler ve yaş arasında ilişki olup olmadığına bakılıp sonuçlar Tablo 3’de gösterilmiştir. Tablo incelendiğinde, UCLA toplam ölçek puanları ile Yapısal Stil ($r=-.323$, $p<.01$) ve Sosyal Yeterlilik ($r=-.251$, $p<.05$) alt test puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki varken, diğer ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Çalışan kadınlarda sosyal yeterlilik ve yapısal stil arttıkça, yalnızlık hisleri azalmaktadır. BAÖ puanları ile diğer ölçek puanları arasında ise anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Çalışan kadınların yaşları ile UCLA toplam puanları ($r=-.0312$, $p<.05$) arasında negatif yönde, YİDÖ toplam ($r=.371$, $p<.01$), Gelecek Kaygısı ($r=.347$, $p<.01$), Kendilik Algısı ($r=.392$, $p<.01$), Sosyal Yeterlilik ($r=.323$, $p<.05$) ve Sosyal Kaynaklar ($r=.447$, $p<.01$) alt test puanları arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre çalışan kadınların yaşları arttıkça, yalnızlık düzeyleri azalmakta, psikolojik dayanıklılıkları, gelecek kaygıları, kendilik algıları, sosyal yeterlilik ve kaynakları azalmaktadır.

Tablo 3. Çalışan Kadınlara Uygulanan Ölçek Puanları Arasındaki İlişki

	UCLA Toplam	BAÖ	Yaş
UCLA Toplam	1	-.029	-.312*
BAÖ	-.029	1	-.031
YİDÖ Toplam	-.170	.047	.371**
Yapısal Stil	-.323**	.176	.118
Gelecek Kaygısı	-.108	.009	.347**
Aile Uyumu	-.010	-.042	.096
Kendilik Algısı	.066	-.086	.392**
Sosyal Yeterlilik	-.251*	-.011	.323*
Sosyal Kaynaklar	-.199	.196	.447**

* $p<.05$, ** $p<.01$

Çalışan kadınlar medeni durumuna göre gruplandırılmış ve uygulanan ölçek puanları açısından Mann-Whitney U analiz ile karşılaştırılmıştır. Sonuçlar Tablo 4’de belirtilmiştir. Çalışan evli kadınlar ile çalışan bekar kadınlar arasında BAÖ ve Yapısal Stil alt test puanları hariç diğer ölçek puanları açısından anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Çalışan bekar kadınlar (Sıra Ort.=39.22) çalışan evli kadınlardan (Sıra Ort.=28.73) anlamlı olarak daha fazla yalnız hissetmektedir. Çalışan evli kadınlar (Sıra Ort.=37.98) çalışan bekar kadınlara göre (Sıra Ort.=22.74) anlamlı olarak daha fazla psikolojik dayanıklılığa sahiptirler. Bununla birlikte çalışan evli kadınların (Sıra Ort.=36.89) çalışan bekar kadınlardan (Sıra Ort.=39.22) anlamlı olarak daha fazla gelecek kaygısı vardır. Çalışan evli kadınların (Sıra Ort.=36.09) çalışan bekar kadınlara (Sıra Ort.=26.11) göre anlamlı olarak daha fazla aile uyumu göstermektedir. Çalışan evli kadınların (Sıra Ort.=38.20) çalışan bekar kadınlara (Sıra Ort.=22.35) göre anlamlı olarak daha fazla kendilik algısına sahiptirler. Yine çalışan evli kadınların (Sıra Ort.=36.45) çalışan bekar kadınlara göre (Sıra Ort.=25.46) anlamlı olarak daha fazla sosyal olarak yeterlidirler. Benzer şekilde çalışan evli kadınların (Sıra Ort.=36.51) çalışan bekar kadınlara göre (Sıra Ort.=25.35) anlamlı olarak daha fazla sosyal kaynaklara sahiptirler.

Tablo 4. Çalışan Kadınlar Grubunda Medeni Durumlarına Göre Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması

Ölçekler	Medeni Durum	N	Ortalama	Ortalama Toplamı	U	p
UCLA Toplam	Evli	41	28.73	1178	317*	.030
	Bekar	23	39.22	902		
BAÖ	Evli	41	33.73	1383	421	.479
	Bekar	23	30.30	697		
YİDÖ Toplam	Evli	41	37.98	1557	247**	.002
	Bekar	23	22.74	523		
Yapısal Stil	Evli	41	35.23	1444.5	359.5	.114
	Bekar	23	27.63	635.5		
Gelecek Kaygısı	Evli	41	36.89	1512.5	291.5*	.011
	Bekar	23	24.67	567.5		
Aile Uyumu	Evli	41	36.09	1479.5	324.5*	.039
	Bekar	23	26.11	600.5		
Kendilik Algısı	Evli	41	38.20	1566	238**	.001
	Bekar	23	22.35	514		
Sosyal Yeterlilik	Evli	41	36.45	1494.5	309.5*	.022
	Bekar	23	25.46	585.5		
Sosyal Kaynaklar	Evli	41	36.51	1497	307*	.021
	Bekar	23	25.35	583		

*p<.05, **p<.01,

Çalışan kadınlar çocukları olup olmasına göre gruplandırılmış ve uygulanan ölçek puanları açısından Mann-Whitney U analiz ile karşılaştırılmıştır (Tablo 5). Çalışan ve çocuğu olan kadınlar ile çalışan çocuğu olmayan kadınlar BAÖ ve Aile Uyumu alt test puanları hariç diğer ölçek puanları arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Çalışan ve çocuğu olan kadınlar (Sıra Ort.=27.39) çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Sıra Ort.=39.50) anlamlı olarak daha az yalnız hissetmektedir. Çalışan ve çocuğu olan kadınlar (Sıra Ort.=39.36) çalışan ve çocuğu olmayan kadınlara göre (Sıra Ort.=23.09) anlamlı olarak daha fazla psikolojik dayanıklılığa sahiptirler. Bununla birlikte çalışan ve çocuğu olan kadınlar (Sıra Ort.=37.41) çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Sıra Ort.=25.78) anlamlı olarak daha fazla gelecek kaygısı vardır. Çalışan ve çocuğu olan kadınlar (Sıra Ort.=36.58) çalışan ve çocuğu olmayan kadınlara (Sıra Ort.=26.91) göre anlamlı olarak daha fazla yapısal stil göstermektedir. Çalışan ve

çocuğu olan kadınlar (Sıra Ort.=39.86) çalışan ve çocuğu olmayan kadınlara (Sıra Ort.=22.41) göre anlamlı olarak daha fazla kendilik algısına sahiptirler. Yine çalışan ve çocuğu olan kadınlar (Sıra Ort.=37.74) çalışan ve çocuğu olmayan kadınlara göre (Sıra Ort.=25.31) anlamlı olarak daha fazla sosyal olarak yeterlidirler. Benzer şekilde çalışan ve çocuğu olan kadınlar (Sıra Ort.=37.85) çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Sıra Ort.=25.17) anlamlı olarak daha fazla sosyal kaynaklara sahiptirler.

Tablo 5. Çalışan Kadınlar Grubunda Çocuğu Olan ve Olmayanların Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması

Ölçekler	Çocuk	N	Ortalama	Ortalama Toplamı	U	p
UCLA Toplam	Var	37	27.39	1013.5	310.5*	.010
	Yok	27	39.50	1066.5		
BAÖ	Var	37	31.88	1179.5	476.5	.754
	Yok	27	33.35	900.5		
YİDÖ Toplam	Var	37	39.36	1456.5	245.5**	.001
	Yok	27	23.09	623.5		
Yapısal Stil	Var	37	36.58	1353.5	348.5*	.039
	Yok	27	26.91	726.5		
Gelecek Kaygısı	Var	37	37.41	1384	318*	.013
	Yok	27	25.78	696		
Aile Uyumu	Var	37	35.84	1326	376	.092
	Yok	27	27.93	754		
Kendilik Algısı	Var	37	39.86	1475	227***	.000
	Yok	27	22.41	605		
Sosyal Yeterlilik	Var	37	37.74	1396.5	305.5**	.008
	Yok	27	25.31	683.5		
Sosyal Kaynaklar	Var	37	37.85	1400.5	301.5**	.007
	Yok	27	25.17	679.5		

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 6. Çalışan Kadınların Eğitim Düzeyine Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Eğitim Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	sd	X ²	p	Anlamlı Fark
UCLA Toplam	İlkokul	10	22.05	3	17.977***	.000	İ<Ü
	Ortaokul	12	22.42				O<Ü
	Lise	13	25.92				L<Ü
	Üniversite	29	43.22				
BA Toplam	İlkokul	10	39.45	3	2.959	.398	-
	Ortaokul	12	28.83				
	Lise	13	27.50				
	Üniversite	29	33.86				
YİDÖ Toplam	İlkokul	10	48.20	3	21.451***	.000	İ>Ü
	Ortaokul	12	44.63				O>Ü
	Lise	13	32.65				
	Üniversite	29	22				
Yapısal Stil	İlkokul	10	34.20	3	3.599	.308	-
	Ortaokul	12	40.21				
	Lise	13	33.15				
	Üniversite	29	28.43				
Gelecek Kaygısı	İlkokul	10	40.55	3	9.642*	.022	İ>Ü
	Ortaokul	12	43.33				O>Ü
	Lise	13	30.42				
	Üniversite	29	26.17				
Aile Uyumu	İlkokul	10	38.65	3	4.834	.184	-
	Ortaokul	12	38.46				
	Lise	13	34.15				
	Üniversite	29	27.17				
Kendilik Algısı	İlkokul	10	48.90	3	19.944***	.000	İ>L
	Ortaokul	12	43.29				İ>Ü
	Lise	13	31.46				O>Ü
	Üniversite	29	22.84				
Sosyal Yeterlilik	İlkokul	10	40.10	3	13.168**	.004	İ>Ü
	Ortaokul	12	46.62				O>Ü
	Lise	13	29.62				
	Üniversite	29	25.41				
Sosyal Kaynaklar	İlkokul	10	47.15	3	20.872***	.000	İ>L
	Ortaokul	12	45.04				İ>Ü
	Lise	13	32.77				O>Ü
	Üniversite	29	22.14				L>Ü

*p<.05,**p<.01,***p<.001

(İ: İlkokul Mezunu, O: Ortaokul Mezunu, L: Lise Mezunu ve Ü: Üniversite Mezunu ifade etmektedir.)

Çalışan kadınların eğitim düzeylerine göre ölçek puanları açısından fark olup olmadığını belirlemek için Kruskal Wallis analiz yöntemi, ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için de Mann Whitney- U analiz yöntemi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 6'da özetlenmiştir. Gruplar arasında UCLA toplam puanları ($X^2=17.977$, $p<.001$), YİDÖ toplam puanları ($X^2=21.451$, $p<.001$), Gelecek Kaygısı ($X^2=9.642$, $p<.05$), Kendilik Algısı ($X^2=19.944$, $p<.001$), Sosyal Yeterlilik ($X^2=13.168$, $p<.01$) ve Sosyal Kaynaklar ($X^2=20.872$, $p<.001$) alt test puanları açısından anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir. Üniversite mezunu çalışan kadınlar, ilkokul, ortaokul ve lise mezunu çalışan kadınlardan anlamlı olarak daha fazla yalnız hissetmektedir. Tersine üniversite mezunu çalışan kadınlar, ilkokul ve ortaokul mezunu çalışan kadınlardan anlamlı olarak daha az psikolojik dayanıklılığa, gelecek kaygısına ve sosyal yeterliliğe sahiptir. Üniversite mezunu çalışan kadınlar, ilkokul ve ortaokul mezunu çalışan kadınlardan; lise mezunu çalışan kadınlar ise ilkokul mezunu çalışan kadınlardan anlamlı olarak daha az kendilik algısına sahiptirler. Üniversite mezunu çalışan kadınlar, ilkokul, ortaokul ve lise mezunu çalışan kadınlardan; lise mezunu çalışan kadınlar ise ilkokul mezunu çalışan kadınlardan anlamlı olarak daha az sosyal kaynaklara sahiptirler.

4.4. Çalışmayan Kadınlara Uygulanan Ölçek Puanları Arasındaki İlişki

Çalışmayan kadınlara uygulanan ölçek puanları arasında ilişki olup olmadığı da incelenmiştir. Sonuçta, UCLA puanları ile YİDÖ toplam puanları ve alt ölçeklerden Yapısal Stil hariç diğer ölçek puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Sonuçlar Tablo 'de gösterilmiştir. Çalışmayan kadınlarda yalnızlık düzeyi arttıkça, psikolojik dayanıklılık düzeyi ($r=-.406$, $p<.01$), gelecek kaygısı ($r=-.290$, $p<.05$), aile uyumu ($r=-.473$, $p<.01$), kendilik algısı ($r=-.431$, $p<.01$), sosyal yeterlilik ($r=-.264$, $p<.05$) ve sosyal kaynaklar ($r=-.464$, $p<.01$) azalmaktadır. BAÖ puanları ile UCLA toplam puanları ve Aile Uyumu alt ölçek puanları hariç diğer ölçek puanları arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Çalışmayan kadınlarda anksiyete düzeyi de arttıkça, psikolojik dayanıklılık düzeyi ($r=-.484$, $p<.01$), gelecek kaygısı ($r=-.523$, $p<.01$), kendilik algısı ($r=-.487$, $p<.01$), sosyal yeterlilik ($r=-.533$, $p<.01$) ve sosyal kaynaklar ($r=-.386$, $p<.01$) azalmaktadır. Çalışmayan kadınların yaşları ile BAÖ toplam puanları ($r=-.0312$, $p<.05$) arasında pozitif yönde, YİDÖ toplam puanları ($r=.371$, $p<.01$), Yapısal Stil ($r=-.312$, $p<.01$), Gelecek Kaygısı ($r=-.338$, $p<.01$), Aile

Uyumu ($r=-.268$, $p<.05$), Kendilik Algısı ($r=-.377$, $p<.01$), Sosyal Yeterlilik ($r=-.452$, $p<.01$) ve Sosyal Kaynaklar ($r=-.543$, $p<.01$) alt test puanları arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre çalışmayan kadınların yaşları arttıkça, anksiyete düzeyleri artmakta, psikolojik dayanıklılıkları, yapısal stilleri, gelecek kaygıları, aile uyumları, kendilik algıları, sosyal yeterlilik ve kaynakları azalmaktadır.

Tablo 7. Çalışmayan Kadınlara Uygulanan Ölçek Puanları Arasındaki İlişki

	UCLA Toplam	BAÖ	Yaş
UCLA Toplam	1	.165	.033
BAÖ	.165	1	.398**
YİDÖ Toplam	-.406**	-.484**	-.445**
Yapısal Stil	-.132	-.350**	-.0312*
Gelecek Kaygısı	-.290*	-.523**	-.338**
Aile Uyumu	-.473**	-.108	-.268*
Kendilik Algısı	-.431**	-.487**	-.377**
Sosyal Yeterlilik	-.264*	-.533**	-.452**
Sosyal Kaynaklar	-.464**	-.386**	-.543**

* $p<.05$, ** $p<.01$

Çalışmayan kadınlar da medeni durumuna göre gruplandırılmış ve uygulanan ölçek puanları açısından Mann-Whitney U analiz ile karşılaştırılmıştır. Sonuçlar Tablo 8’de belirtilmiştir. Çalışmayan evli kadınlar ile çalışan bekar kadınlar arasında UCLA toplam puanları, Yapısal Stil ve Aile Uyumu alt test puanları hariç diğer ölçek puanları açısından anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Çalışmayan evli kadınlar (Sıra Ort.=39.46) çalışmayan bekar kadınlardan (Sıra Ort.=25.90) anlamlı olarak daha fazla anksiyete hissetmektedir. Çalışmayan evli kadınlar (Sıra Ort.=25.22) çalışmayan bekar kadınlara göre (Sıra Ort.=44.07) anlamlı olarak daha az psikolojik dayanıklılığa sahiptirler. Çalışmayan evli kadınların (Sıra Ort.=27.57) çalışmayan bekar kadınlardan (Sıra Ort.=39.74) anlamlı olarak daha az gelecek kaygısı vardır. Çalışmayan evli kadınların (Sıra Ort.=26.25) çalışmayan bekar kadınlara (Sıra Ort.=41.38) göre anlamlı olarak daha az kendilik algısına sahiptirler. Yine çalışmayan evli kadınların (Sıra Ort.=24.22) çalışmayan bekar kadınlara göre (Sıra Ort.=43.14) anlamlı olarak daha az sosyal olarak yeterlidirler. Benzer şekilde çalışmayan evli kadınların (Sıra Ort.=23.72)

çalışmayan bekar kadınlara göre (Sıra Ort.=44.52) anlamlı olarak daha az sosyal kaynaklara sahiptirler.

Tablo 8. Çalışmayan Kadınlar Grubunda Medeni Durumlarına Göre Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması

Ölçekler	Medeni Durum	N	Ortalama	Ortalama Toplamı	U	p
UCLA Toplam	Evli	37	35.45	1311.5	464.5	.351
	Bekar	29	31.02	899.5		
BAÖ	Evli	37	39.46	1460	316*	.004
	Bekar	29	25.90	751		
YİDÖ Toplam	Evli	37	25.22	933	230**	.000
	Bekar	29	44.07	1278		
Yapısal Stil	Evli	36	30.36	1093	427	.201
	Bekar	29	36.28	1052		
Gelecek Kaygısı	Evli	36	27.57	992.5	326.5*	.009
	Bekar	29	39.74	1152.5		
Aile Uyumu	Evli	35	32.19	1126.5	483.5	.927
	Bekar	28	31.77	889.5		
Kendilik Algısı	Evli	36	26.25	945	279*	.001
	Bekar	29	41.38	1200		
Sosyal Yeterlilik	Evli	36	24.22	872	206**	.000
	Bekar	28	43.14	1208		
Sosyal Kaynaklar	Evli	36	23.72	854	188**	.000
	Bekar	29	44.52	1291		

*p<.01,**p<.001

Çalışmayan kadınlar da çocukları olup olmamasına göre gruplandırılmış ve uygulanan ölçek puanları açısından T-Testi analiz ile karşılaştırılmıştır (Tablo 9). Çalışmayan ve çocuğu olan kadınlar ile çalışmayan çocuğu olmayan kadınlar Aile Uyumu, Kendilik Algısı ve Sosyal Kaynaklar alt test puanları hariç diğer ölçek puanları arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Çalışmayan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=41.03±9.72) çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=45.84±6.90) anlamlı olarak daha az yalnız hissetmektedir. Çalışmayan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=16.97±12.25) çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=8.31±11.95) anlamlı olarak daha fazla anksiyete hissetmektedir.

Tablo 9. Çalışmayan Kadınlar Grubunda Çocuğu Olan ve Olmayanların Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması

Ölçekler	Grup	N	Ortalama	ss	sd	t	p
UCLA Toplam	Var	34	41.03	9.72	59.6	-2.330*	.023
	Yok	32	45.84	6.90			
BAÖ	Var	34	16.97	12.25	63.92	2.906**	.005
	Yok	32	8.31	11.95			
YİDÖ Toplam	Var	34	112.59	30.84	60.72	-2.654*	.010
	Yok	32	130.25	22.84			
Yapısal Stil	Var	33	12.06	4.46	56.33	-2.426*	.018
	Yok	32	14.34	3.01			
Gelecek Kaygısı	Var	33	12.15	5.97	59.33	-2.895**	.005
	Yok	32	15.94	4.49			
Aile Uyumu	Var	33	22.15	5.66	60.89	0.277	.783
	Yok	30	21.77	5.36			
Kendilik Algısı	Var	33	21.03	7.48	56.29	-1.823	.074
	Yok	32	23.91	5.04			
Sosyal Yeterlilik	Var	32	19.56	6.64	62	-4.043***	.000
	Yok	32	25.59	5.20			
Sosyal Kaynaklar	Var	33	26.82	7.06	61.3	-1.443	.154
	Yok	32	29.12	5.78			

*p<.05,**p<.01,***p<.001

Çalışmayan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=112.59±30.84) çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlara göre (Ort.=130.25±22.84) anlamlı olarak daha az psikolojik dayanıklılığa sahiptirler. Çalışmayan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=12.06±4.46) çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlara göre (Ort.=14.34±3.01) anlamlı olarak daha az yapısal stil sahibidir. Çalışmayan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=12.15±5.97) çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=15.94±4.49) anlamlı olarak daha az

gelecek kaygısı vardır. Çalışmayan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=19.56±6.64) çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlara (Ort.=25.59±5.20) göre anlamlı olarak daha az sosyal olarak yeterlidirler. Benzer şekilde çalışmayan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=26.82±7.06) çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=29.12±5.78) anlamlı olarak daha az sosyal kaynaklara sahiptirler.

Son olarak çalışmayan kadınların eğitim düzeylerine göre ölçek puanları açısından fark olup olmadığını belirlemek için Kruskal Wallis analiz yöntemi, ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için de Mann Whitney- U analiz yöntemi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 10'da özetlenmiştir. Gruplar arasında BAÖ toplam puanları ($X^2=18.433$, $p<.001$), YİDÖ toplam puanları ($X^2=28.781$, $p<.001$), Gelecek Kaygısı ($X^2=14.161$, $p<.01$), Kendilik Algısı ($X^2=20.654$, $p<.001$), Sosyal Yeterlilik ($X^2=26.737$, $p<.001$) ve Sosyal Kaynaklar ($X^2=31.722$, $p<.001$) alt test puanları açısından anlamlı bir fark olduğu gözlenmiştir. Üniversite mezunu çalışmayan kadınlar, ortaokul ve lise mezunu çalışmayan kadınlardan anlamlı olarak daha az anksiyete hissetmektedir. Tersine üniversite mezunu çalışmayan kadınlar, ilkokul, lise ve ortaokul mezunu çalışmayan kadınlardan anlamlı olarak daha fazla psikolojik dayanıklılığa, sosyal yeterliliğe ve sosyal kaynaklara sahiptir. Üniversite mezunu çalışmayan kadınlar, ortaokul ve lise mezunu çalışmayan kadınlardan; ilkokul mezunu çalışmayan kadınlar ise ortaokul mezunu çalışmayan kadınlardan anlamlı olarak daha fazla gelecek kaygısına sahiptirler. Üniversite mezunu çalışmayan kadınlar, ortaokul ve lise mezunu çalışmayan kadınlardan anlamlı olarak daha fazla; ilkokul mezunu çalışmayan kadınlardan ise anlamlı olarak daha az kendilik algısına sahiptirler.

Tablo 10 Çalışmayan Kadınların Eğitim Düzeyine Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Eğitim Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	sd	X ²	p	Anamlı Fark
UCLA Toplam	İlkokul	12	35.75	3	0.461	.927	-
	Ortaokul	12	34.21				
	Lise	13	34.62				
	Üniversite	29	31.78				
BA Toplam	İlkokul	12	36.75	3	18.433**	.000	O>Ü L>Ü
	Ortaokul	12	47.25				
	Lise	13	42.04				
	Üniversite	29	22.64				
YİDÖ Toplam	İlkokul	12	28.50	3	28.781**	.000	İ<Ü O<Ü L<Ü
	Ortaokul	12	22.46				
	Lise	13	17.54				
	Üniversite	29	47.29				
Yapısal Stil	İlkokul	12	32.04	3	5.191	.158	-
	Ortaokul	12	24.54				
	Lise	13	29.79				
	Üniversite	29	38.22				
Gelecek Kaygısı	İlkokul	12	32.08	3	14.161*	.003	İ>O O<Ü L<Ü
	Ortaokul	12	19.04				
	Lise	13	27.13				
	Üniversite	29	41.59				
Aile Uyumu	İlkokul	12	35.38	3	5.510	.138	-
	Ortaokul	12	31.46				
	Lise	13	21.42				
	Üniversite	29	35.44				
Kendilik Algısı	İlkokul	12	26	3	20.654**	.000	İ>Ü O<Ü L<Ü
	Ortaokul	12	23.75				
	Lise	13	21.21				
	Üniversite	29	44.60				
Sosyal Yeterlilik	İlkokul	12	23.04	3	26.737**	.000	İ<Ü O<Ü L<Ü
	Ortaokul	12	25.64				
	Lise	13	17.33				
	Üniversite	29	45.29				
Sosyal Kaynaklar	İlkokul	12	24.75	3	31.722**	.000	İ<Ü O<Ü L<Ü
	Ortaokul	12	23.88				
	Lise	13	15.96				
	Üniversite	29	47.24				

*p<.01, **p<.001

(İ: İlkokul Mezunu, O: Ortaokul Mezunu, L: Lise Mezunu ve Ü: Üniversite Mezunu ifade etmektedir.)

4.5. Örneklem Gruplarına Ait Bağımsız Değişkenlerin Bağımlı Değişkenler Üzerindeki Ortak Etkisinin İncelenmesi

Örnekleme ait olan çalışma durumu ile çocuk sahibi olma, medeni durum, eğitim durumu ve yaş bağımsız değişkenlerinin bağımlı ölçümler üzerindeki ortak etkilerini incelemek için Çok Yönlü Varyans Analiz Yöntemi kullanılmıştır. Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş bağımsız değişkenin UCLA ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 11 ve Tablo 12’de gösterilmiştir. Tablo 12 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve çocuk sayısı değişkenlerinin ($F_{1-119}=5.959$, $p<.05$) UCLA puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından UCLA puanlarında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna ise gruplar arasında anlamlılık saptanmamıştır.

Tablo 11. Örneklem Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Çocuk Sahibi Olma	Yaş	N	Ortalama	ss
Çalışan	Var	35 yaş altı	8	51.12	9.22
		35 yaş üstü	27	46.22	8.78
	Yok	35 yaş altı	22	52.27	6.32
		35 yaş üstü	5	54.40	5.27
Çalışmayan	Var	35 yaş altı	5	53.40	6.11
		35 yaş üstü	29	49.03	8.49
	Yok	35 yaş altı	27	47.78	5.85
		35 yaş üstü	4	46.25	7.09

Tablo 12. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
	Çalışma Durumu (A)	61.483	1	61.483	1.083	.300
	Çocuk Sahibi Olma (B)	0.909	1	0.909	0.016	.900
	Yaş (C)	80.890	1	80.890	1.424	.235
	AxB	338.458	1	338.458	5.959*	.016
	AxC	10.463	1	10.463	0.184	.669
	BxC	104.814	1	104.814	1.845	.177
UCLA Toplam	AxBXC	19.918	1	19.918	0.333	.565
	Hata Toplam	6758.687	119	56.796		
	Toplam	314439	127			

*p<.05

Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş bağımsız değişkenin BA ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 13 ve Tablo 14’de gösterilmiştir. Tablo 14 incelendiğinde bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından BA puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 13. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin BA Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Çocuk Sahibi Olma	Yaş	N	Ortalama	ss
Çalışan	Var	35 yaş altı	8	12	12.96
		35 yaş üstü	27	14.04	11.69
	Yok	35 yaş altı	5	13.68	7.20
		35 yaş üstü	22	10.60	8.73
Çalışmayan	Var	35 yaş altı	5	15.60	3.58
		35 yaş üstü	29	17.21	13.22
	Yok	35 yaş altı	27	6.33	9.41
		35 yaş üstü	4	23.75	18.19

Tablo 14. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
BA Toplam	Çalışma Durumu (A)	170.116	1	170.116	1.410	.237
	Çocuk Sahibi Olma (B)	21.592	1	21.592	0.179	.673
	Yaş (C)	347.936	1	347.936	2.883	.092
	AxB	1.009	1	1.009	0.008	.927
	AxC	433.513	1	433.513	3.592	.060
	BxC	123.029	1	123.029	1.019	.315
	AxBXC	471.477	1	471.477	3.907	.050
Hata	14361.644	119	120.686			
Toplam	Toplam	38656	127			

Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş bağımsız değişkenin YİDÖ puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 15 ve Tablo 16'da gösterilmiştir. Tablo 16 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve çocuk sayısı değişkenlerinin ($F_{1-119}=15.425$, $p<.001$) YİDÖ puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından YİDÖ puanlarında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucunda çalışan ve çocuğu olan

kadınlar (Ort.=112.9±3.81) hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=95.73±4.69) hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan (Ort.=98.03±4.58) anlamlı olarak daha yüksek YİDÖ puanları almıştır. Benzer şekilde, çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlar (Ort.=116.69±5.07) hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=95.73±4.69) hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan (Ort.=98.03±4.58) anlamlı olarak daha fazla YİDÖ puanına sahiptir.

Tablo 15. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin YİDO Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Çocuk Sahibi Olma	Yaş	N	Ortalama	ss
Çalışan	Var	35 yaş altı	8	107.88	23.20
		35 yaş üstü	27	117.93	24.31
	Yok	35 yaş altı	22	96.45	6.97
		35 yaş üstü	5	95	3.94
Çalışmayan	Var	35 yaş altı	5	98	30.89
		35 yaş üstü	29	98.07	15.38
	Yok	35 yaş altı	27	125.63	20.36
		35 yaş üstü	4	107.75	20.02

Tablo 16. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin YİDO Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
YİDO Toplam	Çalışma Durumu (A)	160.033	1	160.033	0.447	.505
	Çocuk Sahibi Olma	9.458	1	9.458	0.026	.871
	Yaş (C)	91.391	1	91.391	0.255	.614
	AxB	5527.093	1	5527.093	15.425*	.000
	AxC	750.617	1	750.617	2.095	.150
	BxC	933.834	1	933.834	2.606	.109
	AxBXC	44.686	1	44.686	0.125	.725
	Hata	42639.090	119	358.312		
	Toplam	1560517	127			

*p<.001

Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş bağımsız değişkenin Yapısal Stil alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 17 ve Tablo 18’de gösterilmiştir. Tablo 18 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ($F_{1-119}=5.959$, $p<.05$), çocuk sayısı ($F_{1-119}=5.959$, $p<.05$) ve yaş değişkenlerine ($F_{1-119}=5.959$, $p<.05$) göre Yapısal Stil alt ölçek puanları açısından anlamlı bir fark bulunmuş, değişkenlerin hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Yapısal Stil alt ölçek puanlarında ise anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Çalışan kadınlar (Ort.=11.68±0.47) çalışmayan kadınlara (Ort.=13.24±0.55) göre anlamlı olarak daha az Yapısal Stil puanı almışlardır. Çocuğu olan kadınlar (Ort.=13.33±0.49) çocuğu olmayan kadınlara göre (Ort.=11.58±0.53) anlamlı olarak daha fazla Yapısal Stil puanı almıştır. 35 yaş altı olan kadınlar da (Ort.=13.42±0.49) 35 yaş üstü olan kadınlardan (Ort.=11.50±0.53) anlamlı olarak daha fazla Yapısal Stil puanı almışlardır.

Tablo 17 Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Çocuk Sahibi Olma	Yaş	N	Ortalama	ss
Çalışan	Var	35 yaş altı	8	13	2.83
		35 yaş üstü	27	12.26	3.31
	Yok	35 yaş altı	22	11.04	2.84
		35 yaş üstü	5	10.40	2.07
Çalışmayan	Var	35 yaş altı	4	16.25	2.06
		35 yaş üstü	29	11.83	3.15
	Yok	35 yaş altı	27	13.37	2.56
		35 yaş üstü	4	11.50	2.52

Tablo 18. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Yapısal Stil	Çalışma Durumu (A)	39.814	1	39.814	4.663*	.033
	Çocuk Sahibi Olma	50.352	1	50.352	5.897*	.017
	Yaş (C)	60.231	1	60.231	7.054**	.009
	AxB	0.376	1	0.376	0.044	.834
	AxC	24.591	1	24.591	2.880	.092
	BxC	7.159	1	7.159	0.838	.362
	AxBXC	6.165	1	6.165	0.722	.397
	Hata	1007.524	118	8.538		
	Toplam	20111	126			

*p<.05,**p<.01

Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş bağımsız değişkenin Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 19 ve Tablo 20’de gösterilmiştir. Tablo 20 incelendiğinde bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Gelecek Kaygısı alt ölçek puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 19. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Çocuk Sahibi Olma	Yaş	N	Ortalama	ss
Çalışan	Var	35 yaş altı	8	12.68	4.72
		35 yaş üstü	27	14.37	4.43
	Yok	35 yaş altı	22	11.41	1.82
		35 yaş üstü	5	10.60	1.52
Çalışmayan	Var	35 yaş altı	4	13	2
		35 yaş üstü	29	12.38	3.37
	Yok	35 yaş altı	27	15.96	4.11
		35 yaş üstü	4	11.75	3.30

Tablo 20. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Gelecek Kaygısı	Çalışma Durumu (A)	19.220	1	19.220	1.466	.228
	Çocuk Sahibi Olma	5.896	1	5.896	0.450	.504
	Yaş (C)	13.589	1	13.589	1.036	.311
	AxB	51.056	1	51.056	3.894	.051
	AxC	37.017	1	37.017	2.823	.096
	BxC	41.795	1	41.795	3.188	.077
	AxBXC	0.634	1	0.634	0.048	.826
	Hata	1547.230	118	13.112		
	Toplam	24326	126			

Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş bağımsız değişkenin Aile Uyumu alt puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 21 ve Tablo 22’de gösterilmiştir. Tablo 22 incelendiğinde bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Aile Uyumu puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 21. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Çocuk Sahibi Olma	Yaş	N	Ortalama	ss
Çalışan	Var	35 yaş altı	8	18.38	7.23
		35 yaş üstü	27	21	5.03
	Yok	35 yaş altı	22	18.54	3.25
		35 yaş üstü	5	17.60	4.56
Çalışmayan	Var	35 yaş altı	4	21.25	4.27
		35 yaş üstü	29	18.55	4.11
	Yok	35 yaş altı	25	21.32	3.77
		35 yaş üstü	4	18	4.08

Tablo 22. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Aile Uyumu	Çalışma Durumu (A)	13.207	1	13.207	0.682	.411
	Çocuk Sahibi Olma	14.026	1	14.026	0.724	.397
	Yaş (C)	19.170	1	19.170	0.989	.322
	AxB	7.689	1	7.689	0.397	.530
	AxC	60.344	1	60.344	3.114	.080
	BxC	17.897	1	17.897	0.924	.339
	AxBXC	8.855	1	8.855	0.457	.500
	Hata	2247.892	116	19.378		
	Toplam		50418	124		

Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş bağımsız değişkenin Kendilik Algısı alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 23 ve Tablo 24’te gösterilmiştir. Tablo 24 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve çocuk sayısı değişkenlerinin ($F_{1-118}=12.405$, $p<.01$) Kendilik Algısı alt ölçek üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Kendilik Algısı alt ölçek puanlarında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna çalışan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=22.39±082) hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=17.89±1.01) hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan (Ort.=20.03±1.09) anlamlı olarak daha yüksek Kendilik Algısı alt ölçek puanları almıştır. Benzer şekilde, çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlar (Ort.=22.65±1.09) hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=17.79±1.01) hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan (Ort.=20.03±1.09) anlamlı olarak daha fazla Kendilik Algısı alt ölçek puanına sahiptir.

Tablo 23. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Çocuk Sahibi Olma	Yaş	N	Ortalama	ss
Çalışan	Var	35 yaş altı	8	21.5	3.66
		35 yaş üstü	27	23.22	5.14
	Yok	35 yaş altı	22	17.77	2.51
		35 yaş üstü	5	18	1.22
Çalışmayan	Var	35 yaş altı	4	21.5	3.70
		35 yaş üstü	29	18.55	3.95
	Yok	35 yaş altı	27	23.56	4.18
		35 yaş üstü	4	21.75	5.91

Tablo 24. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Kendilik Algısı	Çalışma Durumu (A)	24.149	1	24.149	1.454	.230
	Çocuk Sahibi Olma	13.951	1	13.951	0.840	.361
	Yaş (C)	8.033	1	8.033	0.484	.488
	AxB	206.059	1	206.059	12.405*	.001
	AxC	45.898	1	45.898	2.763	.099
	BxC	0.127	1	0.127	0.008	.931
	AxBXC	7.106	1	7.106	0.428	.514
	Hata	1960.119	118	16.611		
	Toplam	57491	126			

*p<.01

Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş bağımsız değişkenin Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 25 ve Tablo 26'da gösterilmiştir. Tablo 26 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve çocuk sayısı değişkenlerinin ($F_{1-117}=16.206$, $p<.001$) sosyal Yeterlilik alt ölçek üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri,

hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna çalışan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=21.34±0.88) hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=18.06±1.09) hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan (Ort.=18.25±1.17) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları almıştır. Benzer şekilde, çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlar (Ort.=23.71±1.17) hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=18.06±1.09) hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan (Ort.=18.25±1.17) anlamlı olarak daha fazla Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanına sahiptir.

Tablo 25. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Çocuk Sahibi Olma	Yaş	N	Ortalama	ss
Çalışan	Var	35 yaş altı	8	21.12	4.45
		35 yaş üstü	27	21.56	5.35
	Yok	35 yaş altı	22	17.73	2.83
		35 yaş üstü	5	18.40	0.89
Çalışmayan	Var	35 yaş altı	4	18.75	2.36
		35 yaş üstü	28	17.75	3.72
	Yok	35 yaş altı	27	24.67	5.28
		35 yaş üstü	4	22.75	5.12

Tablo 26. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Sosyal Yeterlilik	Çalışma Durumu (A)	26.626	1	26.626	1.386	.241
	Çocuk Sahibi Olma	19.423	1	19.423	1.011	.317
	Yaş (C)	3.355	1	3.355	0.175	.677
	AxB	311.351	1	311.351	16.206*	.000
	AxC	16.846	1	16.846	0.858	.356
	BxC	0.464	1	0.464	0.024	.877
	AxBXC	1.370	1	1.370	0.071	.790
	Hata	2247.855	117	19.212		
	Toplam	55696	125			

*p<.001

Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş bağımsız değişkenin Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 27 ve Tablo 28'de gösterilmiştir. Tablo 28 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve çocuk sayısı değişkenlerinin ($F_{1-118}=12.031$, $p<.01$), çalışma durumu ve yaş değişkenlerinin ($F_{1-118}=5.348$, $p<.05$), Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanlarında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan ve çocuğu olan kadınlar (Ort.=25.51±0.97) hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=19.98±1.19) hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan (Ort.=19.89±1.28) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır. Benzer şekilde, çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlar (Ort.=24.61±1.26) hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan (Ort.=19.98±1.19) hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan (Ort.=19,89±1.89) anlamlı olarak daha fazla Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanına sahiptir. Çalışan ve 35 yaş altı olan kadınlar (Ort.=20.23±0.99) hem çalışan ve 35 yaş üstü olan kadınlardan (Ort.=22.76±1.17) hem de çalışmayan ve 35 yaş altı olan kadınlardan (Ort.=23.99±1.29) anlamlı olarak daha düşük Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve 35 yaş altı olan

kadınlar (Ort.=23.99±1.29) ise çalışmayan ve 35 yaş üstü olan kadınlardan (Ort.=20.52±1.28) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır.

Tablo 27. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Çocuk Sahibi Olma	Yaş	N	Ortalama	ss
Çalışan	Var	35 yaş altı	8	21.5	4.84
		35 yaş üstü	27	25.52	5.92
	Yok	35 yaş altı	22	19.95	2.28
		35 yaş üstü	5	20	2.24
Çalışmayan	Var	35 yaş altı	4	20.75	2.22
		35 yaş üstü	29	19.03	4.30
	Yok	35 yaş altı	27	27.22	5.93
		35 yaş üstü	4	22	5.03

Tablo 28. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Çocuk Sahibi Olma ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Sosyal Kaynaklar	Çalışma Durumu (A)	4.224	1	4.224	0.183	.670
	Çocuk Sahibi Olma (B)	5.756	1	5.756	0.249	.619
	Yaş (C)	8.436	1	8.436	0.365	.547
	AxB	278.144	1	278.144	12.031**	.001
	AxC	123.633	1	123.633	5.348*	.022
	BxC	57.146	1	57.146	2.472	.119
	AxBxC	0.222	1	0.222	0.010	.922
	Hata	2728.077	118	23.119		
	Toplam	68942	126			

*p<.05,**p<.01

Çalışma durumu, medeni durum ve yaş bağımsız değişkenin UCLA ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 29 ve Tablo 30'da

gösterilmiştir. Tablo 30 incelendiğinde bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından UCLA ölçek puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 29. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Medeni Durum	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	Evli	12	52.08	7.69
		Bekar	18	51.89	6.82
	35 yaş üstü	Evli	27	46.15	8.72
		Bekar	5	54.80	5.12
Çalışmayan	35 yaş altı	Evli	9	49.78	8.41
		Bekar	23	48.22	5.19
	35 yaş üstü	Evli	28	48.89	8.62
		Bekar	5	47.60	6.80

Tablo 30. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
UCLA Toplam	Çalışma Durumu (A)	142.038	1	142.038	2.460	.119
	Yaş (B)	26.739	1	26.739	0.463	.497
	Medeni Durum (C)	40.989	1	40.989	0.710	.401
	AxB	3.022	1	3.022	0.052	.819
	AxC	166.961	1	166.961	2.892	.092
	BxC	108.403	1	108.403	1.878	.173
	AxBxC	96.049	1	96.049	1.664	.200
	Hata	6870.249	119	57.733		
	Toplam	314439	127			

Çalışma durumu, medeni durum ve yaş bağımsız değişkenin BA ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 31 ve Tablo 32’de gösterilmiştir. Tablo 32 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve yaş değişkenlerinin ($F_{1-119}=7.359$, $p<.01$), çalışma durumu, medeni durum ve yaş değişkenlerinin ($F_{1-119}=4.230$, $p<.05$), BA ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark saptanmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışmayan ve 35 yaş altı olan kadınlar (Ort.=9.37±2.15), çalışmayan ve 35 yaş üstü olan kadınlardan (Ort.=19.64±2.65) anlamlı olarak daha düşük BA ölçek puanları almıştır. Çalışmayan, 35 yaş altı ve bekar olan kadınlar (Ort.=5.74±2.28) çalışan, 35 yaş altı ve evli (Ort.=13.67±3.15), çalışan, 35 yaş altı ve bekar (Ort.=12.94±2.58), çalışan, 35 yaş üstü ve evli (Ort.=14.82±2.10), çalışmayan, 35 yaş altı ve evli (Ort.=13±3.64), çalışmayan, 35 yaş üstü ve evli (Ort.=17.29±2.06), çalışmayan, 35 yaş üstü ve bekar (Ort.=22±4.89) kadınlardan anlamlı olarak daha düşük BA puanları almıştır. Çalışan, 35 yaş altı ve bekar kadınlar ise (Ort.=12.94±2.58), çalışan, 35 yaş üstü ve bekar kadınlardan (Ort.=6.40±4.89) anlamlı olarak daha fazla BA puanı almışlardır.

Tablo 31 Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Medeni Durum	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	Evli	12	13.67	11.57
		Bekar	18	12.94	6.88
	35 yaş üstü	Evli	27	14.82	11.70
		Bekar	5	6.40	3.65
Çalışmayan	35 yaş altı	Evli	9	13	7.81
		Bekar	23	5.74	9.26
	35 yaş üstü	Evli	28	17.29	13.35
		Bekar	5	22	16.78

Tablo 32. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
BA Toplam	Çalışma Durumu (A)	135.753	1	135.753	1.137	.288
	Yaş (B)	299.559	1	299.559	2.510	.116
	Medeni Durum (C)	178.154	1	178.154	1.493	.224
	AxB	878.370	1	878.370	7.359**	.008
	AxC	56.685	1	56.685	0.475	.492
	BxC	23.936	1	23.936	0.201	.655
	AxBXC	504.836	1	504.836	4.230*	.042
	Hata	14203.034	119	119.353		
Toplam		38656	127			

*p<.05,**p<.01

Çalışma durumu, medeni durum ve yaş bağımsız değişkenin YİDO ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 33 ve Tablo 34’de gösterilmiştir. Tablo 34 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve yaş değişkenlerinin ($F_{1-119}=6.218$, $p<.05$), çalışma durumu ve medeni durum değişkenlerinin ($F_{1-119}=11.235$, $p<.01$), YİDO ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark saptanmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan ve 35 yaş altı olan kadınlar (Ort.=100.19±3.59), hem çalışan ve 35 yaş üstü kadınlardan (Ort.=105.65±4.69) hem de çalışmayan ve 35 yaş altı olan kadınlardan (Ort.=117.94±3.79) anlamlı olarak daha düşük YİDO ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve 35 yaş üstü olan kadınlar (Ort.=102.35±4.68) hem çalışan ve 35 yaş üstü (Ort.=105.65±4.69), hem de çalışmayan ve 35 yaş altı kadınlardan (Ort.=117.94±3.79) anlamlı olarak daha düşük YİDO puanları almıştır. Çalışan ve evli olan kadınlar (Ort.=110.98±3.34), hem çalışan ve bekar kadınlardan (Ort.=94.86±4.87) hem de çalışmayan ve evli olan kadınlardan (Ort.=104.06±3.69) anlamlı olarak daha yüksek YİDO ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve bekar olan kadınlar ise (Ort.=116.23±4.76) hem çalışan ve bekar (Ort.=94.86±4.87), hem de

çalışmayan ve evli kadınlardan (Ort.=104.06±3.69) anlamlı olarak daha yüksek YİDO puanları almıştır.

Tablo 33. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin YİDO Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Medeni Durum	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	Evli	12	103.67	19.96
		Bekar	18	96.72	6.97
	35 yaş üstü	Evli	27	118.30	23.86
		Bekar	5	93	5.96
Çalışmayan	35 yaş altı	Evli	9	110.22	34
		Bekar	23	125.65	17.87
	35 yaş üstü	Evli	28	97.89	15.71
		Bekar	5	106	16.99

Tablo 34. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin YİDO Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
YİDO Toplam	Çalışma Durumu (A)	1088.674	1	1088.674	2.928	.090
	Yaş (B)	536.445	1	536.445	1.443	.232
	Medeni Durum (C)	81.526	1	81.526	0.219	.640
	AxB	2311.943	1	2311.943	6.218*	.014
	AxC	4177.666	1	4177.666	11.235**	.001
	BxC	807.524	1	807.524	2.172	.143
	AxBXC	182.617	1	182.617	0.491	.485
	Hata	44248.159	119	371.833		
	Toplam		1560517	127		

*p<.05,**p<.01

Çalışma durumu, medeni durum ve yaş bağımsız değişkenin Yapısal Stil alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 35 ve Tablo 36’da gösterilmiştir. Tablo 36 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden sadece çalışma durumu açısından anlamlı bir fark olduğu ($F_{1-118}=4.670$, $p<.05$), diğer bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Yapısal Stil alt ölçek puanlarında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Çalışan kadınların (Ort.=11.63±0.46), çalışmayan kadınlardan (Ort.=13.06±0.47) anlamlı olarak daha düşük Yapısal Stil alt ölçek puanı almışlardır.

Tablo 35. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Medeni Durum	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	Evli	12	12.33	2.71
		Bekar	18	11.06	3.02
	35 yaş üstü	Evli	27	12.15	3.37
		Bekar	5	11	2
Çalışmayan	35 yaş altı	Evli	8	14.5	3.46
		Bekar	23	13.48	2.35
	35 yaş üstü	Evli	28	11.64	3.28
		Bekar	5	12.6	0.89

Tablo 36. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Yapısal Stil	Çalışma Durumu (A)	41.415	1	41.415	4.670*	.033
	Yaş (B)	20.266	1	20.266	2.285	.133
	Medeni Durum (C)	7.951	1	7.951	0.897	.346
	AxB	15.655	1	15.655	1.765	.187
	AxC	7.147	1	7.147	0.806	.371
	BxC	5.699	1	5.699	0.643	.424
	AxBXC	4.384	1	4.384	0.494	.483
	Hata	1046.386	118	8.868		
	Toplam	20111	126			

* $p<.05$

Çalışma durumu, medeni durum ve yaş bağımsız değişkenin Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 37 ve Tablo 38’de gösterilmiştir. Tablo 38 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ($F_{1-118}=4.170$, $p<.05$), çalışma durumu ve yaş değişkenlerinin ($F_{1-118}=4.925$, $p<.05$), çalışma durumu ve medeni durum değişkenlerinin ($F_{1-118}=4.068$, $p<.05$), Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan kadınlar (Ort.=12.12±0.56), çalışmayan kadınlardan (Ort.=13.76±0.58) anlamlı olarak daha düşük Gelecek Kaygısı alt ölçek puanı almıştır. Çalışan ve 35 yaş altı olan kadınlar (Ort.=11.76±0.68), hem çalışmayan ve 35 yaş altı kadınlardan (Ort.=15.19±0.75) hem de çalışmayan ve 35 yaş üstü olan kadınlardan (Ort.=12.34±0.88) anlamlı olarak daha düşük Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve 35 yaş altı olan kadınlar (Ort.=15.19±0.75) ise çalışmayan ve 35 yaş üstü (Ort.=12.34±0.88) anlamlı olarak daha yüksek Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları almıştır. Çalışan ve evli olan kadınlar (Ort.=13.31±0.63) çalışan ve bekarolan kadınlardan (Ort.=10.94±0.92) anlamlı olarak daha yüksek Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve bekar olan kadınlar ise (Ort.=14.20±0.90) hem çalışan ve bekar (Ort.=10.94±0.92), hem de çalışmayan ve evli kadınlardan (Ort.=13.33±0.73) anlamlı olarak daha yüksek Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları almıştır.

Tablo 37. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Medeni Durum	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	Evli	12	12.25	3.79
		Bekar	18	11.28	1.96
	35 yaş üstü	Evli	27	14.37	4.43
		Bekar	5	10.60	1.52
Çalışmayan	35 yaş altı	Evli	8	14.38	4.21
		Bekar	23	16	3.94
	35 yaş üstü	Evli	28	12.29	3.53
		Bekar	5	12.40	2.07

Tablo 38.Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Gelecek Kaygısı	Çalışma Durumu (A)	55.206	1	55.206	4.170*	.043
	Yaş (B)	23.118	1	23.118	1.746	.189
	Medeni Durum (C)	11.562	1	11.562	0.873	.352
	AxB	65.200	1	65.200	4.925*	.028
	AxC	53.857	1	53.857	4.068*	.046
	BxC	23.799	1	23.799	1.798	.183
	AxBXC	2.125	1	2.125	0.160	.689
	Hata	1562.147	118	13.239		
	Toplam	24326	126			

*p<.05

Çalışma durumu, medeni durum ve yaş bağımsız değişkenin Aile Uyumu alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 39 ve Tablo 40'da gösterilmiştir. Tablo 40 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden yaş ($F_{1-116}=4.053$, $p<.05$), medeni durum ($F_{1-116}=6.149$, $p<.05$) ve çalışma durumu ile yaş değişkenlerinin ortak etkisi ($F_{1-116}=4.637$, $p<.05$) açısından anlamlı bir fark olduğu diğer bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Aile Uyumu alt ölçek puanlarında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. 35 yaş altı kadınlar (Ort.=20.27±0.61), 35 yaş üstü kadınlardan (Ort.=18.34±0.74), benzer şekilde evli kadınlar (Ort.=20.50±0.59), bekar kadınlardan (Ort.=18.12±0.76) anlamlı olarak daha yüksek Aile Uyumu alt ölçek puanı almışlardır. Çalışma durumu ve yaş değişkenlerinin ortak etkisine ait Post-Hoc analizi ise anlamlı çıkmamıştır.

Tablo 39. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Medeni Durum	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	Evli	12	18.58	6.11
		Bekar	18	18.44	3.22
	35 yaş üstü	Evli	27	21.30	4.70
		Bekar	5	16	4.90
Çalışmayan	35 yaş altı	Evli	7	23.43	4.54
		Bekar	22	20.64	3.32
	35 yaş üstü	Evli	28	18.68	4.13
		Bekar	5	17.40	3.78

Tablo 40.Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Aile Uyumu	Çalışma Durumu (A)	42.335	1	42.335	2.304	.132
	Yaş (B)	74.461	1	74.461	4.053*	.046
	Medeni Durum (C)	112.961	1	112.961	6.149*	.015
	AxB	85.184	1	85.184	4.637*	.033
	AxC	2.327	1	2.327	0.127	.723
	BxC	16.597	1	16.597	0.903	.344
	AxBXC	55.632	1	55.632	3.028	.084
	Hata	2131.103	116	18.372		
	Toplam	50418	124			

*p<.05

Çalışma durumu, medeni durum ve yaş bağımsız değişkenin Kendilik Algısı alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 41 ve Tablo 42’de gösterilmiştir. Tablo 42 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve yaş değişkenlerinin ($F_{1-118}=6.392$, $p<.05$), çalışma durumu ve medeni durum değişkenlerinin ($F_{1-118}=9.940$, $p<.01$), Kendilik Algısı alt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı

bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hocanalizi sonucuna göre çalışan ve 35 yaş altı olan kadınlar (Ort.=18.94±0.77), hem çalışan ve 35 yaş üstü kadınlardan (Ort.=20.28±1) hem de çalışmayan ve 35 yaş altı olan kadınlardan (Ort.=23.03±0.84) anlamlı olarak daha düşük Kendilik Algısı alt ölçek puanları almıştır. Çalışan ve evli olan kadınlar (Ort.=21.60±0.71) çalışan ve bekar olan kadınlardan (Ort.=17.63±1.04) anlamlı olarak daha yüksek Kendilik Algısı alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve bekar olan kadınlar ise (Ort.=22.28±1.01) hem çalışan ve bekar (Ort.=17.63±1.04), hem de çalışmayan ve evli kadınlardan (Ort.=20.54±0.82) anlamlı olarak daha yüksek Kendilik Algısı alt ölçek puanları almıştır.

Tablo 41. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Medeni Durum	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	Evli	12	19.83	3.97
		Bekar	18	18.06	2.56
	35 yaş üstü	Evli	27	23.37	4.99
		Bekar	5	17.20	0.84
Çalışmayan	35 yaş altı	Evli	8	22.50	4.47
		Bekar	23	23.56	4.07
	35 yaş üstü	Evli	28	18.57	4.02
		Bekar	5	21	5.38

Tablo 42.Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Aile Uyumu	Çalışma Durumu (A)	66.035	1	66.035	3.911	.050
	Yaş (B)	18.630	1	18.630	1.103	.296
	Medeni Durum (C)	25.434	1	25.434	1.506	.222
	AxB	107.914	1	107.914	6.392*	.013
	AxC	167.818	1	167.818	9.940**	.002
	BxC	11.763	1	11.763	0.697	.406
	AxBXC	42.469	1	42.469	2.515	.115
	Hata	1992.217	118	16.883		
	Toplam	57491	126			

*p<.05,**p<.01

Çalışma durumu, medeni durum ve yaş bağımsız değişkenin Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 43 ve Tablo 44’de gösterilmiştir. Tablo 44 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu değişkeni ($F_{1-117}=5.521$, $p<.05$), çalışma durumu ve medeni durum değişkenlerinin ($F_{1-117}=11.529$, $p<.01$), Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan kadınlar (Ort.=19.22±0.68), çalışmayan kadınlardan (Ort.=21.61±0.75) anlamlı olarak daha düşük Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve bekar olan kadınlar (Ort.=23.64±1.21), çalışan ve evli olan kadınlardan (Ort.=20.64±0.77), çalışan ve bekar olan kadınlardan (Ort.=17.80±1.13) ve çalışmayan ve evli kadınlardan (Ort.=19.58±0.90) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları almıştır.

Tablo 43. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Medeni Durum	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	Evli	12	19.58	4.83
		Bekar	18	18	2.42
	35 yaş üstü	Evli	27	21.70	5.19
		Bekar	5	17.60	2.19
Çalışmayan	35 yaş altı	Evli	8	21.38	5.55
		Bekar	23	24.78	5.12
	35 yaş üstü	Evli	28	17.79	3.72
		Bekar	4	22.50	5.45

Tablo 44. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Sosyal Yeterlilik	Çalışma Durumu (A)	110.012	1	110.012	5.521*	.020
	Yaş (B)	20.762	1	20.762	1.042	.309
	Medeni Durum (C)	7.142	1	7.142	0.358	.551
	AxB	69.439	1	69.439	3.485	.064
	AxC	229.710	1	229.710	11.529**	.001
	BxC	1.775	1	1.775	0.089	.766
	AxBXC	17.644	1	17.644	0.885	.349
	Hata	2331.249	117	19.925		
	Toplam	55696	125			

*p<.05,**p<.01

Çalışma durumu, medeni durum ve yaş bağımsız değişkenin Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 45 ve Tablo 46'da gösterilmiştir. Tablo 46 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve medeni durum ($F_{1-118}=10.422$, $p<.01$), çalışma durumu ve yaş değişkenlerinin ($F_{1-118}=11.639$, $p<.01$), Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı

bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan ve 35 yaş altı olan kadınlar (Ort.=20.49±0.90), hem çalışmayan ve 35 yaş altı kadınlardan (Ort.=25.24±0.99) hem de çalışan ve 35 yaş üstü olan kadınlardan (Ort.=23±1.18) anlamlı olarak daha düşük Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve 35 yaş üstü olan kadınlar (Ort.=20.46±1.18) ise hem çalışan ve 35 yaş üstü (Ort.=23±1.18) hem de çalışmayan 35 yaş altı kadınlardan (Ort.=25.24±0.99) anlamlı olarak daha düşük Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır. Çalışan ve evli olan kadınlar (Ort.=23.24±0.84) hem çalışan ve bekar olan kadınlardan (Ort.=20.24±1.22) hem de çalışmayan ve evli olan kadınlardan (Ort.=20.90±0.97) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve bekar olan kadınlar ise (Ort.=24.80±1.20) hem çalışan ve bekar (Ort.=20.24±1.22), hem de çalışmayan ve evli kadınlardan (Ort.=20.90±0.97) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır.

Tablo 45. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Medeni Durum	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	Evli	12	21.08	4.38
		Bekar	18	19.89	1.97
	35 yaş üstü	Evli	27	25.41	6.06
		Bekar	5	20.60	1.52
Çalışmayan	35 yaş altı	Evli	8	22.88	6.79
		Bekar	23	27.61	5.31
	35 yaş üstü	Evli	28	18.93	4.44
		Bekar	5	22	3.61

Tablo 46.Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Medeni Durum ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Sosyal Kaynaklar	Çalışma Durumu (A)	25.186	1	25.186	1.074	.302
	Yaş (B)	26.188	1	26.188	1.117	.293
	Medeni Durum (C)	4.168	1	4.168	0.178	.674
	AxB	272.878	1	272.878	11.639*	.001
	AxC	244.364	1	244.364	10.422*	.002
	BxC	35.672	1	35.672	1.521	.220
	AxBXC	4.878	1	4.878	0.208	.649
	Hata	2766.623	118	23.446		
Toplam		68942	126			

*p<.01

Çalışma durumu, eğitim durum ve yaş bağımsız değişkenin UCLA ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 47 ve Tablo 48’de gösterilmiştir. Tablo 48 incelendiğinde bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından UCLA ölçek puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 47. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Eğitim Durumu	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	İlkokul	0	-	-
		Ortaokul	2	41.50	9.19
		Lise	6	47.33	6.12
		Üniversite	22	54.18	5.83
	35 yaş üstü	İlkokul	10	46	8.10
		Ortaokul	9	44.67	7.92
		Lise	6	46.33	12.31
		Üniversite	7	54.29	4.54
Çalışmayan	35 yaş altı	İlkokul	1	62	-
		Ortaokul	1	47	-
		Lise	4	49.5	1.73
		Üniversite	26	48.08	6.24
	35 yaş üstü	İlkokul	11	49.09	8.38
		Ortaokul	11	49.09	6.74
		Lise	9	47.67	11.28
		Üniversite	2	49	2.83

Tablo 48. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin UCLA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
UCLA Toplam	Çalışma Durumu (A)	11.103	1	11.103	0.203	.653
	Yaş (B)	47.753	1	47.753	0.764	.384
	Eğitim Durumu (C)	345.037	3	115.012	2.104	.104
	AxB	0.380	1	0.380	0.007	.934
	AxC	251.224	3	83.741	1.532	.210
	BxC	150.492	3	50.164	0.918	.435
	AxBxC	2.457	2	1.229	0.022	.978
	Hata	6122.532	112	54.665		
	Toplam	314439	127			

Çalışma durumu, eğitim durum ve yaş bağımsız değişkenin BA ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 49 ve Tablo 50’de gösterilmiştir. Tablo 50 incelendiğinde bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından BA ölçek puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 49. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Eğitim Durumu	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	İlkokul	0	-	-
		Ortaokul	2	13	8.48
		Lise	6	9.67	7.45
		Üniversite	22	14.23	9.34
	35 yaş üstü	İlkokul	10	18	11.94
		Ortaokul	9	9.89	11.71
		Lise	6	12.33	10.98
		Üniversite	7	12.71	9.94
Çalışmayan	35 yaş altı	İlkokul	1	21	-
		Ortaokul	1	15	-
		Lise	4	20.5	17.71
		Üniversite	26	5.04	5.32
	35 yaş üstü	İlkokul	11	15.82	15.22
		Ortaokul	11	20.82	13.25
		Lise	9	18.22	14.15
		Üniversite	2	13.5	13.44

Tablo 50.Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin BA Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
BA Toplam	Çalışma Durumu (A)	63.066	1	63.066	0.533	.467
	Yaş (B)	0.14	1	0.014	0.000	.991
	Eğitim Durumu (C)	322.885	3	107.628	0.909	.439
	AxB	62.392	1	62.392	0.527	.469
	AxC	848.080	3	282.693	2.388	.073
	BxC	93.611	3	31.204	0.264	.852
	AxBXC	177.681	2	88.841	0.750	.475
	Hata	13260.138	112	118.394		
	Toplam		38656	127		

Çalışma durumu, eğitim durumu ve yaş bağımsız değişkenin YİDO alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 51 ve Tablo 52’de gösterilmiştir. Tablo 52 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve eğitim durumu değişkenlerinin ($F_{1-112}=7.404$, $p<.001$) YİDOalt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan ve ilkokul mezunu olan kadınlar (Ort.=119.60±5.52), çalışan ve lise mezunu olan kadınlardan (Ort.=108.83±5.04), çalışan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=94.51±3.79), çalışmayan ve ilkokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=107±9.12), çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=100.64±9.12), çalışmayan ve lise mezunu olan kadınlardan (Ort.=90.06±5.24) anlamlı olarak daha yüksek YİDOalt ölçek puanları almıştır. Çalışan ve ortaokul mezunu olan kadınlar (Ort.=112.47±6.82), çalışan ve üniversite mezunu kadınlardan (Ort.=94.51±3.79), çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=100.64±9.12) ve çalışmayan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=90.06±5.24) anlamlı olarak daha yüksek YİDOalt ölçek puanları almıştır. Çalışan ve lise mezunu olan kadınlar (Ort.=108.83±5.04), çalışmayan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=122.83±6.40) anlamlı olarak daha düşük YİDOalt ölçek puanı

almıştır. Çalışan ve üniversite mezunu olan kadınlar (Ort.=94.51±3.79), çalışmayan ve ilkokul mezunu kadınlardan (Ort.=107±9.12) anlamlı olarak daha düşük YİDO alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve üniversite mezunu olan kadınlar (Ort.=122.83±6.40), çalışan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=94.51±3.79), çalışmayan ve ilkokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=107±9.12), çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=100.64±9.12) ve çalışmayan ve lise mezunu olan kadınlardan (Ort.=90.06±5.24) anlamlı olarak daha yüksek YİDOalt ölçek puanları almıştır.

Tablo 51. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin YİDO Toplam Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Eğitim Durumu	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	İlkokul	0	-	-
		Ortaokul	2	93.50	26.16
		Lise	6	112.17	22.85
		Üniversite	22	98.59	7.04
	35 yaş üstü	İlkokul	10	119.60	11.99
		Ortaokul	9	131.44	29.46
		Lise	6	105.50	21.80
		Üniversite	7	92.43	7
Çalışmayan	35 yaş altı	İlkokul	1	109	-
		Ortaokul	1	103	-
		Lise	4	91	31.72
		Üniversite	26	127.15	24.75
	35 yaş üstü	İlkokul	11	105	16.28
		Ortaokul	11	98.27	7.81
		Lise	9	89.11	16.74
		Üniversite	2	118.5	24.75

Tablo 52.Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin YIDO Toplam Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
YIDO Toplam	Çalışma Durumu (A)	80.333	1	80.333	0.264	.609
	Yaş (B)	36.742	1	36.742	0.121	.729
	Eğitim Durumu (C)	1163.085	3	387.695	1.273	.287
	AxB	575.213	1	575.213	1.888	.172
	AxC	6767.212	3	2255.737	7.404*	.000
	BxC	971.029	3	323.676	1.062	.368
	AxBxC	955.946	2	477.973	1.589	.213
	Hata	34121.443	112	304.656		
	Toplam		1560517	127		

*p<.001

Çalışma durumu, eğitim durum ve yaş bağımsız değişkenin Yapısal Stil alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 53 ve Tablo 54'te gösterilmiştir. Tablo 54 incelendiğinde bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Yapısal Stil alt ölçek puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 53. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Eğitim Durumu	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	İlkokul	0	-	-
		Ortaokul	2	11	4.24
		Lise	6	12.5	1.87
		Üniversite	22	11.36	3.12
	35 yaş üstü	İlkokul	10	12.20	3.55
		Ortaokul	9	13.11	3.79
		Lise	6	11.67	2.73
		Üniversite	7	10.43	1.90
Çalışmayan	35 yaş altı	İlkokul	1	16	-
		Ortaokul	1	14	-
		Lise	3	14	4.36
		Üniversite	26	13.62	2.59
	35 yaş üstü	İlkokul	11	12.27	2.07
		Ortaokul	11	11.09	2.98
		Lise	9	11.78	3.56
		Üniversite	2	13	1.41

Tablo 54. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Yapısal Stil Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Yapısal Stil	Çalışma Durumu (A)	18.333	1	18.333	1.993	.161
	Yaş (B)	17.868	1	17.868	1.943	.166
	Eğitim Durumu (C)	7.521	3	2.507	0.273	.845
	AxB	11.564	1	11.564	1.257	.265
	AxC	9.530	3	3.177	0.345	.793
	BxC	4.622	3	1.541	0.167	.918
	AxBXC	11.750	2	5.875	0.639	.530
	Hata	1020.928	111	9.198		
	Toplam	20111	126			

Çalışma durumu, eğitim durumu ve yaş bağımsız değişkenin Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 55 ve Tablo 56’da gösterilmiştir. Tablo 56 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve yaş değişkenlerinin ($F_{1-111}=4.109$, $p<.05$) Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan ve 35 yaş altı olan kadınlar (Ort.=11.10±1), hem çalışmayan ve 35 yaş altı kadınlardan (Ort.=13.73±1.37) hem de çalışmayan ve 35 yaş üstü olan kadınlardan (Ort.=12.50±0.79) anlamlı olarak daha düşük Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve 35 yaş altı olan kadınlar (Ort.=13.73±1.37) ise çalışmayan ve 35 yaş üstü (Ort.=12.50±0.79) anlamlı olarak daha yüksek Gelecek Kaygısı alt ölçek puanları almıştır.

Tablo 55. Örneklemeye Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Eğitim Durumu	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	İlkokul	0	-	-
		Ortaokul	2	9	7.07
		Lise	6	12.67	3.98
		Üniversite	22	11.64	1.96
	35 yaş üstü	İlkokul	10	14.6	3.78
		Ortaokul	9	16.11	5.64
		Lise	6	12.83	3.06
		Üniversite	7	10.43	1.27
Çalışmayan	35 yaş altı	İlkokul	1	12	-
		Ortaokul	1	12	-
		Lise	3	15	1
		Üniversite	26	15.92	4.24
	35 yaş üstü	İlkokul	11	13.91	3.73
		Ortaokul	11	11.36	1.36
		Lise	9	11.22	4.06
		Üniversite	2	13.5	3.54

Tablo 56. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Gelecek Kaygısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Gelecek Kaygısı	Çalışma Durumu (A)	14.479	1	14.479	1.145	.287
	Yaş (B)	3.436	1	3.436	0.272	.603
	Eğitim Durumu (C)	4.777	3	1.592	0.126	.945
	AxB	51.955	1	51.955	4.109*	.045
	AxC	50.726	3	16.909	1.337	.266
	BxC	69.485	3	23.162	1.832	.146
	AxBXC	18.034	2	9.017	0.713	.492
	Hata	1403.617	111	12.645		
	Toplam		24326	126		

*p<.05

Çalışma durumu, eğitim durum ve yaş bağımsız değişkenin Aile Uyumu alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 57 ve Tablo 58’de gösterilmiştir. Tablo 58 incelendiğinde bağımsız değişkenlerin hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından Aile Uyumu alt ölçek puanlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 57. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Eğitim Durumu	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	İlkokul	0	-	-
		Ortaokul	2	14.5	3.54
		Lise	6	20.67	5.35
		Üniversite	22	18.27	4.20
	35 yaş üstü	İlkokul	10	20.90	3.93
		Ortaokul	9	22.44	5.79
		Lise	6	21.17	4.83
		Üniversite	7	16.71	4.61
Çalışmayan	35 yaş altı	İlkokul	1	27	-
		Ortaokul	1	18	-
		Lise	3	20.67	2.52
		Üniversite	24	21.29	3.84
	35 yaş üstü	İlkokul	11	19.91	3.51
		Ortaokul	11	19.27	4.03
		Lise	9	15.89	4.04
		Üniversite	2	18	4.24

Tablo 58 Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Aile Uyumu Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Aile Uyumu	Çalışma Durumu (A)	0.034	1	0.034	0.002	.965
	Yaş (B)	10.941	1	10.941	0.607	.437
	Eğitim Durumu (C)	71.909	3	23.970	1.331	.268
	AxB	58.327	1	58.327	3.238	.075
	AxC	76.305	3	25.435	1.412	.243
	BxC	101.218	3	33.739	1.873	.138
	AxBXC	13.328	2	6.664	0.370	.692
	Hata	1963.186	109	18.011		
	Toplam	50418	124			

Çalışma durumu, eğitim durumu ve yaş bağımsız değişkenin Kendilik Algısı alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 59 ve Tablo 60'da gösterilmiştir. Tablo 60 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve eğitim durumu değişkenlerinin ($F_{1-111}=5.126$, $p<.01$) Kendilik Algısı alt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan ve ilkokul mezunu olan kadınlar (Ort.=24.40±1.20), çalışan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=20.83±1.10), çalışan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=17.84±0.83), çalışmayan ve ilkokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=18.41±1.99), çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=20.36±1.99) ve çalışmayan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=18.39±1.27) anlamlı olarak daha yüksek Kendilik Algısı alt ölçek puanları almıştır. Çalışan ve ortaokul mezunu olan kadınlar (Ort.=22.33±1.49), çalışan ve üniversite mezunu kadınlardan (Ort.=17.84±0.83) ve çalışmayan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=18.39±1.27) anlamlı olarak daha yüksek Kendilik Algısı alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve üniversite mezunu olan kadınlar (Ort.=23.75±1.40), çalışan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=20.83±1.10), çalışan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=17.84±0.83), çalışmayan ve ilkokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=18.41±1.99), çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=20.36±1.99) ve çalışmayan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=18.39±1.27) anlamlı olarak daha yüksek Kendilik Algısı alt ölçek puanları almıştır.

Tablo 59. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Eğitim Durumu	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	İlkokul	0	-	-
		Ortaokul	2	19	4.24
		Lise	6	22.17	3.97
		Üniversite	22	17.82	2.40
	35 yaş üstü	İlkokul	10	24.40	3.03
		Ortaokul	9	25.67	5.83
		Lise	6	19.50	4.85
		Üniversite	7	17.86	1.22
Çalışmayan	35 yaş altı	İlkokul	1	17	-
		Ortaokul	1	22	-
		Lise	3	19.67	1.53
		Üniversite	26	24	4.06
	35 yaş üstü	İlkokul	11	19.82	4.88
		Ortaokul	11	18.73	1.68
		Lise	9	17.11	4.28
		Üniversite	2	23.50	9.19

Tablo 60. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Kendilik Algısı Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Kendilik Algısı	Çalışma Durumu (A)	0.670	1	0.670	0.046	.830
	Yaş (B)	2.405	1	2.405	0.166	.685
	Eğitim Durumu (C)	25.603	3	8.534	0.587	.625
	AxB	33.519	1	33.519	2.307	.132
	AxC	223.422	3	74.474	5.126*	.002
	BxC	57.541	3	19.180	1.320	.271
	AxBXC	45.701	2	22.850	1.573	.212
	Hata	1612.737	111	14.529		
	Toplam	57491	126			

*p<.01

Çalışma durumu, eğitim durumu ve yaş bağımsız değişkenin Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 61 ve Tablo 62’de gösterilmiştir. Tablo 62 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve eğitim durumu değişkenlerinin ($F_{1-110}=7.542$, $p<.001$) Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan ve ilkokul mezunu olan kadınlar (Ort.=21.10±1.32), çalışan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=17.76±0.90) ve çalışmayan ve lise mezunu olan kadınlardan (Ort.=16.94±1.39) anlamlı olarak daha yüksek, çalışmayan ve üniversite mezunu kadınlardan (Ort.=25.29±1.52) ise anlamlı olarak daha düşük Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları almıştır. Çalışan ve ortaokul mezunu olan kadınlar (Ort.=22.56±1.62), çalışan ve üniversite mezunu kadınlardan (Ort.=17.76±0.90), çalışmayan ve ilkokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=18.86±2.17), çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=17.75±2.18) ve çalışmayan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=16.94±1.39) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve üniversite mezunu olan kadınlar (Ort.=25.29±1.52), çalışan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=19.83±1.20), çalışan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=17.76±0.90), çalışmayan ve ilkokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=18.86±2.17), çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=17.75±2.18) ve çalışmayan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=16.94±1.39) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Yeterlilik alt ölçek puanları almıştır.

Tablo 61. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Eğitim Durumu	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	İlkokul	0	-	-
		Ortaokul	2	20	0
		Lise	6	20.67	7.15
		Üniversite	22	17.95	1.96
	35 yaş üstü	İlkokul	10	21.10	3.41
		Ortaokul	9	25.11	6.23
		Lise	6	19	3.90
		Üniversite	7	17.57	2.57
Çalışmayan	35 yaş altı	İlkokul	1	19	-
		Ortaokul	1	17	-
		Lise	3	17.67	0.58
		Üniversite	26	25.08	5.05
	35 yaş üstü	İlkokul	11	18.73	3.29
		Ortaokul	10	18.5	3.41
		Lise	9	16.22	4.21
		Üniversite	2	18.38	4.17

Tablo 62. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Yeterlilik Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Sosyal Yeterlilik	Çalışma Durumu (A)	2.590	1	2.590	0.150	.699
	Yaş (B)	2.529	1	2.529	0.146	.703
	Eğitim Durumu (C)	106.145	3	35.382	2.047	.111
	AxB	2.074	1	2.074	0.120	.730
	AxC	391.018	3	130.339	7.542*	.000
	BxC	38.122	3	12.707	0.735	.533
	AxBxC	8.421	2	4.210	0.244	.784
	Hata	1901.041	110	17.282		
	Toplam	55696	125			

*p<.001

Son olarak, çalışma durumu, eğitim durumu ve yaş bağımsız değişkenin Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları üzerindeki ortak etkisine bakılmış ve sonuçlar Tablo 63 ve Tablo 64'de gösterilmiştir. Tablo 64 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden çalışma durumu ve eğitim durumu değişkenlerinin ($F_{1-111}=7.119$, $p<.001$) Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları üzerinde ortak etkisi anlamlı bulunmuş, diğer değişkenlerin ise hem tek etkileri, hem ikili hem de üçlü ortak etkileri açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ortaya çıkan farkın kaynağını belirlemek için yapılan Post-Hoc analizi sonucuna göre çalışan ve ilkokul mezunu olan kadınlar (Ort.=18±4.34), çalışan ve lise mezunu olan kadınlardan (Ort.=21.58±1.54), çalışan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=23.64±0.63), çalışmayan ve ilkokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=23.38±0.95), çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=24.23±0.98), çalışmayan ve lise mezunu olan kadınlardan (Ort.=19.11±1.14) anlamlı olarak daha düşük Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır. Çalışan ve ortaokul mezunu olan kadınlar (Ort.=20±2.66), çalışan ve üniversite mezunu kadınlardan (Ort.=23.64±0.63), çalışmayan ve ilkokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=23.38±0.95), çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=24.23±0.98) ve çalışmayan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=22.21±1.74) anlamlı olarak daha düşük Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır. Çalışan ve lise mezunu olan kadınlar (Ort.=21.58±1.54), çalışan ve üniversite mezunu kadınlardan (Ort.=23.64±0.63) ve çalışmayan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=22.21±1.74) anlamlı olarak daha düşük, çalışmayan ve lise mezunu olan kadınlardan ise (Ort.=19.11±1.14) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanı almıştır. Çalışan ve üniversite mezunu olan kadınlar (Ort.=23.64±0.63), çalışmayan ve lise mezunu kadınlardan (Ort.=19.11±1.14), çalışmayan ve üniversite mezunu olan kadınlardan (Ort.=22.21±1.74) anlamlı olarak daha yüksek Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır. Çalışmayan ve üniversite mezunu olan kadınlar (Ort.=22.21±1.74), çalışmayan ve lise mezunu olan kadınlardan (Ort.=19.11±1.14) anlamlı olarak daha yüksek, çalışmayan ve ilkokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=23.38±0.95) ve çalışmayan ve ortaokul mezunu olan kadınlardan (Ort.=24.23±0.98) anlamlı olarak daha düşük Sosyal Kaynaklar alt ölçek puanları almıştır.

Tablo 63. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Çalışma Durumu	Yaş	Eğitim Durumu	N	Ortalama	ss
Çalışan	35 yaş altı	İlkokul	0	-	-
		Ortaokul	2	20	7.07
		Lise	6	23.50	3.83
		Üniversite	22	19.54	2.06
	35 yaş üstü	İlkokul	10	26.40	4.72
		Ortaokul	9	29	5.52
		Lise	6	21.33	5.09
		Üniversite	7	19.43	2.22
Çalışmayan	35 yaş altı	İlkokul	1	18	-
		Ortaokul	1	20	-
		Lise	3	19.67	2.08
		Üniversite	26	27.73	5.56
	35 yaş üstü	İlkokul	11	20.36	5.50
		Ortaokul	11	19.45	2.11
		Lise	9	16.89	4.17
		Üniversite	2	25	2.83

Tablo 64. Örnekleme Ait Çalışma Durumu, Eğitim Durumu ve Yaş Değişkenlerinin Sosyal Kaynaklar Puanları Üzerindeki Çok Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Ölçümler	Değişim Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	p
Sosyal Kaynaklar	Çalışma Durumu (A)	26.528	1	26.528	1.407	.238
	Yaş (B)	7.594	1	7.594	0.403	.527
	Eğitim Durumu (C)	73.797	3	24.559	1.305	.276
	AxB	50.859	1	50.859	2.698	.103
	AxC	402.568	3	134.189	7.119*	.000
	BxC	100.066	3	33.355	1.770	.157
	AxBxC	32.696	2	16.348	0.867	.423
	Hata	2092.346	111	18.850		
	Toplam	68942	126			

*p<.001

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

5.1. TARTIŞMA

Araştırmadan elde edilen başlıca bulgulara göre; çalışan ve çalışmayan kadınların yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri karşılaştığında gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Çalışan kadınlarda yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık puanlarının birbirleriyle ilişkileri incelendiğinde psikolojik dayanıklılığın sosyal yeterlilik ve yapısal stil boyutlarının yalnızlık ile negatif yönde anlamlı ilişki içinde olduğu ancak diğer alt testlerin anlamlı ilişki göstermediği belirlenmiştir. Ayrıca çalışmayan kadınlarda anksiyete düzeyi arttıkça, psikolojik dayanıklılık düzeyi azalmakta, gelecek ve kendilik algısı düşmekte, sosyal kaynaklar ve sosyal yeterlilik duygusu da azalmaktadır. Çalışan ve çalışmayan kadınlarda yaş, eğitim durumu, medeni durum, çocuk sahibi olup olmama değişkenlerinin de bazen temel bazen ortak etkiler göstererek yalnızlık, psikolojik dayanıklılık ve anksiyete düzeylerini etkilediği yönünde bulgular elde edilmiştir.

Çalışan ve çalışmayan kadınların yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri karşılaştığında gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Bu bulguyla paralel olarak Barut ve arkadaşları da (2010) çalışan ve çalışmayan kadınlarda stresle başa çıkma puanları arasında farklılık olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulgu literatürdeki bazı bulgularla çelişik görünmektedir. Çilli ve arkadaşları (2004) ev kadınlarında psikopatolojik bulguların daha fazla olduğunu, anksiyete, fobi, paranoid ve somatizasyon belirtileri açısından anlamlı olarak daha yüksek puan aldığını belirlemişlerdir. Ancak gelir düzeyi, çocuk sayısı ve ev işi sayısı değişkenleri eşitlendiğinde bu psikopatolojik belirti farklılığının azaldığı bulgusu bu araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Dökmen (1997) çalışmayan kadınların depresyon düzeylerinin daha yüksek olduğu, Dökmen (2003) çalışan kadınların psikolojik belirti düzeylerinin diğerlerine göre daha düşük olduğu ve içsel kontrol inançlarının daha yüksek olduğu yönündeki bulgular, bu araştırmadan elde edilen bulgularla uyuşmamaktadır. Diğer yandan Dökmen (2003) pazarcı kadınların ev kadınlarından

daha fazla psikopatolojik belirti gösterdiği, bunun da iş olanaklarının kadına sağladığı kaynaklardan çok, ekonomik durumla ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Çalışan kadınlarda yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık puanlarının birbirleriyle ilişkileri incelendiğinde psikolojik dayanıklılığın sosyal yeterlilik ve yapısal stil boyutlarının yalnızlık ile negatif yönde anlamlı ilişki içinde olduğu, diğer alt testlerin anlamlı ilişki göstermediği belirlenmiştir. Buna göre çalışan kadınlarda bireyin sosyal yeterliliği ve yapısal stil düzeyi arttıkça, yalnızlıklarının azaldığı izlenmiştir. Literatürde psikolojik dayanıklılık ile yalnızlık ve sosyal destek arasındaki anlamlı ilişkiler bu sonucu destekler niteliktedir. Kobasa ve arkadaşlarına (1982) göre aile ve sosyal çevresi, iş yaşamı, kişilerarası ilişkiler, çeşitli inanç ve değerlere bağlılığı olan bireylerin çeşitli yaşam alanlarıyla aktif ilişki içinde olması bireyin travmatik yaşam olaylarını atlatmasında kaynak görevi görebilmektedir. Güloğlu ve Kararımak (2010) üniversite öğrencilerinde yalnızlık, psikolojik sağlamlık ve benlik saygısını inceledikleri çalışmalarında; yalnızlık ile psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Jowkarb ve Hosseini (2013) olumlu aile içi iletişimin olduğu durumda dayanıklılık düzeyinin daha artış gösterdiği, olumsuz aile iletişim durumunda psikolojik dayanıklılığının düştüğü izlenmiştir.

Çalışan kadınların yaşları ile yalnızlık, anksiyete ve dayanıklılık puanlarının ilişkisine bakıldığında; yaşları arttıkça yalnızlık düzeyleri azalmakta bununla birlikte psikolojik dayanıklılıkları, gelecek algıları, kendilik algıları, sosyal yeterlilikleri ve sosyal kaynaklarının arttığı izlenmiştir. Yaşla birlikte olgunlaşan ve ev içi sorumlulukların azalması ile kendi kaynaklarına yönelen çalışan kadınların, psikolojik dayanıklılığının artması, sosyal kaynaklarını daha etkin ve verimli kullanması, kendini ve geleceği de daha olumlu ve yeterli algılaması söz konusu olabilir. Daha genç yaştaki kadınların kariyerleri, ev ve iş sorumlulukları, çocuk ve aile konusundaki geleneksel görevleri nedeniyle çevresindeki sosyal kaynakları etkin kullanmasının engellenmesi, bireyin kendini sosyal açıdan yetersiz algılamasına ve psikolojik dayanıklılığını ve gelecek algısını da olumsuz etkilemesi söz konusu olabilmektedir.

Çalışan kadınların medeni durumlarına göre yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri incelendiğinde; bekar kadınlar evli olanlara göre anlamlı olarak daha yalnız hissetmektedir. Bununla birlikte evli olanlar bekar çalışan kadınlara göre

psikolojik olarak daha dayanıklılık göstermektedir. Evli çalışan kadınların bekarlara göre gelecek ve kendilik algılarının daha yüksek olduğu, aile uyumlarının daha iyi olduğu, sosyal yeterliliklerinin ve sosyal kaynaklarının daha fazla olduğu izlenmektedir. Bu bulguyla paralel bir şekilde hemşirelerin tükenmişlik ve depresyon düzeylerinin incelendiği bir çalışmada, bekar hemşirelerin evlilere göre kişisel başarı algısının daha düşük olduğu, bununla birlikte depresyon düzeyleri arasında fark bulunmadığı izlenmiştir (Taycan ve ark.; 2006). Bu bulgu evlilik kurumunun kadına sağladığı aile ve sosyal destek sistemlerinin kadının yalnızlık yaşamasını engellediği ve psikolojik dayanıklılığa olumlu etkileyen deneyimleri barındırdığından bahsedilebilir.

Çalışan kadınların çocukları olup olmamasına göre yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri incelendiğinde; çocuğu olanların olmayanlara göre daha az yalnızlık hissettiğini, daha fazla psikolojik dayanıklılığa sahip olduğunu, dayanıklılık yapısal stiline daha fazla olduğu, gelecek ve kendilik algılarının daha olumlu olduğu, sosyal olarak daha yeterli ve sosyal kaynaklara daha fazla sahip olduğu görülmektedir. Taycan ve arkadaşları (2006) çocuk sahibi olan hemşirelerin olmayanlara göre kişisel başarı puanlarının daha fazla olduğunu, bunun da kadının aile içindeki önemli bir görevi olan anneliği konusunda toplumun çok fazla takdir etmesi ve toplumda kabul gören bir işlevinin olmasının kadında başarı duygusunu arttıran ve tükenmişliği azaltan bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır.

Çalışan kadınların eğitim düzeylerine göre; yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri incelendiğinde, üniversite mezunu kadınlar diğer eğitim düzeylerindeki kadınlardan daha fazla yalnızlık hissetmektedir. Üniversite mezunları, diğerlerine göre daha az psikolojik dayanıklılık göstermektedir; ayrıca gelecek algısı ve sosyal yeterliliği daha düşük bulunmuştur. Üniversite ve lise mezunları kendinden daha düşük eğitim düzeyindeki kadınlara göre daha düşük kendilik algısına ve daha az sosyal kaynaklara sahiptir. Bu bulgular eğitim düzeyinin artması ile paralel olarak bireylerin farkındalıklarının yükselmesinden ve kendi durumları ile ideal koşullar arasındaki farkın bilinçliliğinden kaynaklanan bir kendini olumsuz ve yetersiz değerlendirme eğiliminden kaynaklanıyor olabilir. Diğer yandan bu bulgular dayanıklılığın eğitimle olan pozitif ilişkisini gösteren çalışmalarla çelişik görünmektedir. Bektaş ve Özben (2015) öğrenim durumu, eşlerin öğrenim durumu ve ekonomik durum algısına göre

psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değiştiğini belirtmektedir. Diğer bir ifadeyle, evli bireylerin öğrenim düzeyi, eşlerin öğrenim düzeyi ve ekonomik düzeyleri arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de arttığđı görölmektedir. Eğitim durumu yükseldikçe bireylerin kendilerine çeşitli kaynaklar sağlayabildikleri, eğitimi bireylerin daha nitelikli işlere sahip olduğu ve bunun sonucu olarak da aile geliri daha tatmin edici olduğu, ekonomik gücün artmasının da psikolojik dayanıklılığı arttırdığđı da düşünölmektedir.

Çalışmayan kadınların yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık puanlarının birbiriyle ilişkilerine bakıldığında yalnızlık puanları ile psikolojik dayanıklılık toplam puanları, gelecek algısı, kendilik algısı, aile uyumu, sosyal yeterlilik ve sosyal kaynak puanlarının negatif ve anlamlı yönde ilişki gösterdiği izlenmiştir. Yapısal stil puanları yalnızlıkla ilişkili bulunmamıştır. Çalışmayan kadınların yalnızlık düzeyi arttıkça, psikolojik dayanıklılık düzeyleri azalmaktadır. Kendilerini ve geleceklerini daha olumsuz değerlendirmekte; sosyal kaynakları azalmakta ve kendilerini sosyal açıdan ve aile uyumu açısından yetersiz algılamaktadır. Bu bulgu Güloğlu ve Kararımak (2010)'ın; yalnızlık ile psikolojik dayanıklılık ve benlik saygısı arasındaki negatif yönde anlamlı ilişki olduğu sonuçlarıyla uyumlu bulunmuştur. Bir kişilik özelliği olarak psikolojik dayanıklılık üzerinde sosyal ilişkilerin etkisinin incelendiği bir çalışmada; bireyin çeşitli sosyal destek sistemlerine sahip olmasının başına gelen stresli olaylardan sonra süreci daha iyi kontrol edebildikleri ve sorun yaşadıkları zaman yalnız olmadıkları duygusu ile birlikte geleceklerini daha olumlu düşleyebildikleri sonucuna ulaşılmıştır. Diğer yandan psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireyler çevresindeki sosyal destek sistemlerini daha verimli kullanıyor olabilir (Ganellen and Blaney, 1984).

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu; çalışmayan kadınlarda anksiyete düzeyi arttıkça, psikolojik dayanıklılık düzeyi azalmakta, gelecek ve kendilik algısı düşmekte, sosyal kaynaklar ve sosyal yeterlilik duygusu da azalmaktadır. Benzer olarak Ryff ve Singer (2003) psikolojik dayanıklılığı olan bireylerin psikolojik ve fiziksel sağlıklarının daha iyi olduğu, stresli durumlardan daha çabuk çıktıkları sonucuna varmışlardır. Terzi (2005); Köktaş ve Karacaoğlunun (2016) yaptıkları çalışmalarda psikolojik iyi olma ve öznel iyi olma değerkenlerinin psikolojik sağlıkla pozitif yönde anlamlı ilişki gösterdiği yönündeki veriler de bu bulguları destekler niteliktedir.

Beklendiği gibi psikolojik dayanıklılık arttıkça psikopatolojik belirtilerin azaldığı, dolayısı ile anksiyete belirtileri ile negatif ilişki gösterdiği söylenebilir.

Çalışmayan kadınlar medeni durumlarına göre yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılıkları karşılaştırıldığında; yalnızlık puanları arasında farklılık olmadığı, çalışmayan evli kadınların bekarlara göre daha fazla anksiyete belirtileri gösterdiği ve psikolojik dayanıklılıklarının daha düşük olduğu izlenmiştir. Evlilerin bekar kadınlara göre; gelecek ve kendilik algılarının daha olumsuz olduğu; sosyal yeterlilik ve kaynaklarının daha düşük olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar çalışan kadınlardan elde edilen verilerden farklılık göstermektedir. Bunun önemli bir nedeni evliliğin getirdiği geleneksel roller ve sorumluluklar nedeniyle, çalışmayan kadınların sosyal kaynaklarının sınırlı ve dolayısı ile kendilik ve gelecek algılarının daha olumsuz olması olabilir. Bekar kadınların ev içi sorumluluklarının daha az olması bu nedenle çeşitli sosyal kaynaklara daha fazla ulaşması; bunların sonucu olarak da dayanıklılık düzeylerinin artması ve anksiyetelerinin daha düşük olması söz konusu olabilir. Yalnızlık düzeylerinin değişmemesi de, evli olmanın yine de yalnızlığı azaltan bir faktör olduğu ancak psikolojik dayanıklılığı tek başına arttıran bir faktör olmadığı söylenebilir.

Çalışmayan kadınların çocukları olup olmaması durumuna göre yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini karşılaştırdığımızda; çocuğu olanların kendilerini daha az yalnız hissettiği, ancak anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir. Gelecek algılarının ve sosyal yeterliliğinin daha olumsuz olduğu, sosyal kaynaklarının daha az olduğu görülmüştür. Bu bulgunun da çalışan kadınlardan farklı olduğu göz önüne alındığında çalışmayan ve çocuğu olan kadınların çocuklarına kendilerinin baktığı varsayılırsa, çocuk bakımı konusunda yalnız olması durumunda çeşitli sosyal kaynaklara ulaşımı zorlaşacağı için sosyal yeterliliği düşmekte, etkin bir biçimde yaşamda varolamadığı için de psikolojik dayanıklılık düzeyi azalmakta olabilir. Bununla birlikte anksiyete düzeyinin yüksek olması da dayanıklılık düzeyi ve algısını olumsuz etkileyen bir faktör olabilmektedir. Çalışan kadınların çocukları olmasına rağmen dayanıklılıklarının fazla olması çalışma hayatının kadına sağladığı ruhsal ve sosyal olanaklardan kaynaklanıyor olabilir. Çalışmayan kadın bu kaynaklardan hem mahrum kalmakta, hem de çocuğun bakımından dolayı sosyal yaşamdan izole

olabilmektedir. Bu da çalışmayan kadınların dayanıklılığını azaltan ve anksiyetesini arttıran bir ortama neden olabilir.

Çalışmayan kadınların eğitim düzeylerine göre yalnızlık, anksiyete ve psikolojik dayanıklılıkları incelendiğinde, gruplar arasında anksiyete, psikolojik dayanıklılık, gelecek algısı, kendilik algısı, sosyal yeterlilik ve sosyal kaynaklar açısından farklılıklar izlenmiştir. Üniversite mezunu çalışmayan kadınlar, ortaokul ve lise mezunu çalışmayan kadınlardan anlamlı olarak daha az anksiyete hissetmektedir. Tersine üniversite mezunu çalışmayan kadınlar, ilkokul, lise ve ortaokul mezunu çalışmayan kadınlardan anlamlı olarak daha fazla psikolojik dayanıklılığa, sosyal yeterliliğe ve sosyal kaynaklara sahiptir. Üniversite mezunu çalışmayan kadınlar, ortaokul ve lise mezunu çalışmayan kadınlardan; ilkokul mezunu çalışmayan kadınlar ise ortaokul mezunu çalışmayan kadınlardan anlamlı olarak daha fazla olumlu gelecek algısına sahiptirler. Üniversite mezunu çalışmayan kadınlar, ilkokul, ortaokul ve lise mezunu çalışmayan kadınlardan anlamlı olarak daha fazla kendilik algısına sahiptirler. Bu bulgular dayanıklılığın eğitimle olan pozitif ilişkisini gösteren çalışmalarla uyumlu görünmektedir. Bektaş ve Özben (2015) öğrenim durumu, eşlerin öğrenim durumu ve ekonomik durum algısına göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değiştiğini belirtmektedir. Diğer bir ifadeyle, evli bireylerin öğrenim düzeyi, eşlerin öğrenim düzeyi ve ekonomik düzeyleri arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Eğitim durumu yükseldikçe bireylerin kendilerine çeşitli kaynaklar sağlayabildikleri, eğitilmiş bireylerin daha nitelikli işlere sahip olduğu ve bunun sonucu olarak da aile geliri daha tatmin edici olduğu, ekonomik gücün artmasının da psikolojik dayanıklılığı arttırdığı da düşünülmektedir.

Kadınların yaş, çalışma durumları ile çocuk sahibi olma değişkenlerinin ortak etkisi incelendiğinde yalnızlık düzeyleri üzerinde ortak etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Ancak gruplar arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Puan ortalamalarına bakıldığında; 35 yaşın altında olup, çocuk sahibi olan kadınların hem çalışanlarda hem de çalışmayan kadınlarda yalnızlığı arttıran bir koşul oluşturdukları görülmektedir. Bunun önemli bir nedeni çocuk bakımının ve sorumluluklarının kadının sosyal ilişkilerinin azalmasına neden olduğu ve bu nedenle sosyal destek sistemlerinin azalmasına ve yalnızlaşmasına yol açtığı düşünülebilir.

Bu ortak etki anksiyete puanları üzerinde izlenmemesine rağmen psikolojik dayanıklılık puanlarında yaş, çalışma ve çocuk sahibi olma değişkenlerinin üçlü ortak etki gösterdiği belirlenmiştir. Buna göre çalışan ve çocuğu olan kadınlar, hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan anlamlı olarak daha yüksek psikolojik dayanıklılık gösterir. Benzer şekilde, çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlar hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan anlamlı olarak daha fazla psikolojik dayanıklılık düzeylerine sahiptir. Bu durumda çalışma durumunun bireye sağladığı ruhsal ve sosyal kaynaklar nedeniyle kendilerine ve geleceklerine daha olumlu bir algı geliştirmelerini sağlaması hem de sosyal desteklerini ve yeterliliklerini arttırması yoluyla dayanıklılıklarını yükseltiyor olabilir. Çalışmayan ve çocuğu olan kadınların ise, hem bu kaynaklardan yoksun oldukları hem de çocuğun sorumlulukları nedeniyle sosyalleşemiyor olması nedeniyle psikolojik dayanıklılık düzeyi azalıyor olabilir. Dayanıklılık yapısal stil puanları da bu üçlü etkiye göre farklılık göstermektedir. Ancak burada yapısal stil puanları toplam dayanıklılık puanlarıyla farklı olarak çalışan kadınlarda daha düşük bulunmuştur. Çocuğu olan kadınlar olmayanlara göre; 35 yaş altı kadınlar, 35 yaş üstü kadınlardan anlamlı olarak daha fazla yapısal stil göstermektedir. Yapısal stil bireyin kendi güçlü yönlerine odaklanması ve kendi hayatını planla becerisi olarak ele alındığında; çocuk sahibi olmanın kadının toplumsal statü açısından güçlü yönlerinden biri olarak işlediği, daha genç olmanın da bireyin yaşamsal döngü içinde hala hayatını planlama ve yönetme becerilerini daha aktif kullanmasından, yaşamsal sorumlulukların nispeten daha az olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Çalışma durumu, çocuk sahibi olma ve yaş değişkenlerinin kendilik algısı, sosyal yeterlilik, sosyal kaynaklar alt boyutları üzerinde ortak etkilerinin anlamlı olduğu izlenmiştir. Çalışan ve çocuğu olan kadınlar; hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan kendilik algısı, sosyal yeterlilik ve sosyal kaynaklar konusunda anlamlı olarak daha yüksek puanlar almıştır. Benzer şekilde, çalışmayan ve çocuğu olmayan kadınlar; hem çalışan ve çocuğu olmayan kadınlardan hem de çalışmayan ve çocuğu olan kadınlardan kendilik algısı, sosyal yeterlilik ve sosyal kaynaklar konusunda anlamlı olarak daha fazla puan

almışlardır. Bu farklılık yine çalışma durumunun kadının hayatına sağladığı olanaklardan veya çalışmama durumunda da kadının olası sosyalleşme özgürlüğünden ve ekonomik refah düzeyinin kendisine sağladığı olanaklardan kaynaklanıyor olabilir. Çalışmayan kadınların sosyoekonomik düzeylerinin bilinmemesinden dolayı sınırlı bir yorum yapılabilmektedir.

Araştırmada incelenen başka bir üçlü etki çalışma durumu, medeni durum ve yaş değişkenlerinin ortak etkisidir. Yalnızlık üzerinde bu üçlünün bir ortak etkisi izlenmemiştir. Ancak anksiyete ve psikolojik dayanıklılık puanları üzerinde ortak etkiler bulgulanmıştır. Benzer şekilde yapısal stil, kendilik algısı, gelecek algısı, aile uyumu, sosyal kaynaklar ve sosyal yeterlilik alt boyutları üzerinde çalışma durumu, medeni durum ve yaşın ortak etkileri bulunmaktadır. Bu etkilerde dikkat çekici olan; çalışmayan ve bekar kadınların kendilik algılarının, gelecek algılarının, sosyal yeterlilik algılarının, sosyal kaynaklarının diğerlerine göre daha yüksek olmasıdır. Bunun önemli bir nedeni daha önce de bahsedilen, evliliğin ve çalışma hayatının getirdiği stresten ve sorumluluklardan muaf olmalarıyla birlikte çeşitli sosyalleşme kaynaklarına yönelebiliyor olmaları ayrıca olası yüksek sosyoekonomik refah seviyesinin olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmayan ve 35 yaş altı olan kadınlar, çalışmayan ve 35 yaş üstü olan kadınlardan anlamlı olarak daha düşük anksiyete puanları almıştır. Çalışmayan, 35 yaş altı ve bekar olan kadınlar diğer kadınlardan anlamlı olarak daha düşük anksiyete yaşamaktadır. Bu bulgular Dökmen (1997, 2003) in çalışan kadınlarda çalışmayan kadınlara göre psikolojik belirtilerinin daha az olduğu bulguları ile çelişmektedir. Bu verilerin nedeni yine çalışmayan grubun olası sosyoekonomik refah seviyesi olabileceği düşünülmektedir.

Çalışan ve evli kadınların diğer kadınlara göre psikolojik dayanıklılık kendilik algısı, sosyal yeterlilik ve sosyal kaynaklar alt boyutlarında daha yüksek puan alması, kadının çalışma hayatının ve evli olmasının getirdiği statü ve psikososyal kaynaklar nedeniyle psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu düşünülmektedir. Bu anlamda çalışma ve evli olma birlikte kadınların psikolojik dayanıklılığını arttıran faktörler olarak karşımıza çıkmaktadır.

Kadınların çalışma, eğitim durumu ve yaş değişkenlerinin üçlü ortak etkisine göre yalnızlık ve anksiyete düzeylerinin değişmediği, psikolojik dayanıklılık ve alt boyutlarının düzeylerinin ise değiştiği izlenmiştir. Buradaki etkilerde dikkat çekici olan; çalışan ilkökul ve ortaokul mezunu kadınların diğerlerine göre kendilik algılarının ve sosyal yeterliliklerinin daha yüksek olduğu, diğer yandan çalışmayan üniversite mezunu kadınların diğerlerine göre daha yüksek kendilik algılarının ve sosyal yeterliliklerinin olduğu izlenmektedir. Eğitim düzeyinin düşüklüğüne rağmen kadınlar kendilerini dayanıklılık ve sosyal yeterlilik konusunda daha iyi algılamaktadır. Bu farkındalık düzeyinin düşüklüğünden de kaynaklanıyor olabilir. Diğer yandan çalışmayan üniversite mezunlarının çalışanlara göre daha yüksek kendilik ve sosyal yeterlilik algısının olması, bu örneklemin sosyoekonomik düzeylerinin daha iyi olması ve çalışmak durumunda olmadan yaşamını sürdürebilecek olanaklara sahip olması durumundan da etkileniyor olabileceği düşünülmektedir. Ancak örneklem sayılarının yetersizliğinden dolayı da bu verinin güvenilirliği konusu tartışmalıdır.

Çalışan üniversite mezunu kadınlarla ilgili dikkat çeken bulgu, bu grubun psikolojik dayanıklılık toplam puanlarının, kendilik algısının, aile uyumunun, sosyal yeterliliğinin ve sosyal kaynaklarının diğer eğitim düzeyindeki kadınlardan daha düşük algılamasıdır. Bu bulgu eğitilmiş bireylerin farkındalıklarının yüksekliği ile kendilerini daha olumsuz değerlendirmeleri ile açıklanabileceği gibi; eğitilmiş bireylerin dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu araştırma sonuçlarıyla (Bektaş ve Özben, 2015) çelişir görünmektedir. Öte yandan eğitim durumlarına göre grupların örneklem sayısının dengeli olmamasından dolayı verilerin güvenilirliği konusu göz önünde bulundurulmalıdır. Örneklem sayılarının eğitimleri açısından dengelenerek yapılacak başka çalışmaların konuya ışık tutacağı düşünülmektedir. Son olarak bu değişkenlerin katılımcıların sosyoekonomik özelliklerini de dikkate alan çalışmalarla araştırılmasının konuyu aydınlatıcı veriler sağlayacağı düşünülmektedir.

5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak; kadınların çalışmalarından bağımsız olarak psikolojik dayanıklılıklarını etkileyen önemli bir faktörün sosyalleşme içinde olup olmadığı ve bireyin kendini yalnız hissedip hissetmediği olduğu söylenebilir. Kadınların bazen kariyerlerinin bazen ev sorumluluklarının sosyal kaynaklarını sınırlayabildiği bu koşulların kadınları destekleyici çalışmalarda göz önünde tutulmasının önemli olacağı düşünülmektedir. Gelecek çalışmalarda hangi sosyal kaynakların ve ne türde sosyal etkileşimlerin kadınların ruhsal açıdan daha güçlü olmasını etkilediğini araştırmak konuya ışık tutacaktır. Evliliğin, çocuk sahibi olmasının ve çalışma durumunun hangi durumlarda kadının gereksinimlerini engellediği ve bu konuda kadınların hangi başa çıkma yollarının işe yaradığını araştırmak koruyucu ruh sağlığı çalışmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Son olarak bekar kadınların genel olarak hem yalnızlık çekmeleri hem anksiyetelerinin yüksek olması hem de psikolojik dayanıklılıklarının düşüklüğü göz önünde tutularak, riskli bir grup olarak ele alınıp sosyal destek açısından iyileştirici ve destekleyici çalışmalara odaklanılabilir. Benzer olarak evli, çalışmayan ve çocuk sahibi kadınların psikolojik dayanıklılıklarının düşük, anksiyetelerinin ve yalnızlık duygularının yüksekliği nedeniyle riskli bir grup olduğu ve yine bu grup kadınların koşulları üzerinde araştırmaların ayrıntılandırılması, özellikle sosyal destek kaynaklarının güçlendirilmesi konusunda destekleyici çalışmalara odaklanılmasının bu konudaki gereksinimlere karşılık geleceği düşünülmektedir.

6. KAYNAKLAR

- Avcı, S. (2013). Farklı Mesleklerde Çalışan Kadınların Yaşam Doyumu, İş Doyumu, Tükenmişlik ve Algılanan Cinsiyet Ayrımcılığı Düzeylerinin Depresyon ile İlişkinin incelenmesi. Haliç Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul
- Bartholomew, K., Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Barut, Y., Özkamalı, E. Tıngır, S. (2010). Çalışan Kadınlarla Çalışmayan Kadınların Stresle Başa Çıkma Yolları. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(14), 120-130
- Basım, H.N., Çetin, F. (2011). Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-116
- Batıgün, A.D. Hasta, D. (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki Tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11, 213-219
- Bektaş, M., Özben, Ş. (2016). Evli Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 216-240
- Berksun, O. (2014). Anksiyete ve Anksiyete Bozuklukları. İstanbul: Türk Psikiyatri Derneği Yayınları
- Bolton, R. (1986). *People Skills: How to Assert Yourself, Listen to Others, and Resolve Conflicts*. New York, Touchstone Book

- Bowlby, J (1980). Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). A securebase: Parent-childattachment and healthyhumandevlopment. New York: Basic Books.
- Bucholz, S. (1999). Adolescents' perception of aloneness and loneliness. Adolescence, 34(133), 203-214.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A.A. (2011). Üniversite Psikolojik Danışma Merkezine Başvuran Öğrencilerin Yalnızlık ve Depresyon. Eğitim ve Bilim, 36(160), 81-92
- Çeçen, A.R. (2008). Öğrencilerin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 6 (3), 415-431
- Çilli, A. Ç., Kaya, N., Bodur, S., Özkan, İ., Kucur, R. (2004). Ev kadınlarında ve çalışan evli kadınlarda psikolojik belirtilerin karşılaştırılması. Genel Tıp Dergisi. 14(1), 1-5
- Derdiyok, E.B. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Alkol Kullanmaları Arasındaki İlişki. Beykent Üniversitesi. Sosyal Bilimler Üniversitesi. Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Tezi
- Dökmen, Z. Y. (1997). Çalışma, cinsiyet ve cinsiyet rolleri ile evişleri ve depresyon ilişkisi. Türk Psikoloji Dergisi, 1(39), 39-56
- Dökmen, Z.Y. (2003). Çalışma Durumları Farklı Üç Grup Kadında Ruh Sağlığı, Kontrol İnancı ve Cinsiyet Rolü. Türk Psikoloji Dergisi, 18 (51), 111-124
- Ergüner-Tekinalp, B. (2016). Adleryen Kuramın Pozitif Psikoloji Bağlamında Değerlendirilmesi. The Journal of Happiness&Well-Being, 4(1), 34-49
- Fidan, F. Özdemir, Ç. (2011). Ev Hizmetlerinde Çalışan Kadınlar ya da Evlerin Kadınları. Çalışma İlişkileri Dergisi, 2(2), 79-89

- Friborg, O.,Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H. ve Martinussen, M.(2003). A newratingscaleforadultresilience: Whatarethecentralprotectiveresourcesbehindhealthyadjustment? International Journal of Methods in Psychiatric Research, 12(2), 65-76.
- Funk, S.C.(1992). Hardiness: A review of theory and research. HealthPsychology, 11, 335-345.
- Ganellen, R. J. Blaney, P. H. (1984). Hardiness and socialsupport as moderators of theeffects of life stress. Journal of Personality and SocialPsychology, 47, 156-163.
- Gelegen, D. (2001). Çalışma Yaşamında Kadın Olmak. Türk Tabipleri Birliği. Mesleki Sağlık ve Güvenlik Dergisi.
- Güloğlu, B.,Kararımak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık. Ege Eğitim Dergisi, 11(2), 73-88
- Holt, P.,Fine, M. Tollefson, N. (1987). Mediatingstress: Survival of thehardy. PsychologyInThe Schools, 24(1), 51-58.
- İmamoğlu, S. (2008). Genç yetişkinlikte kişilerarası ilişkilerin cinsiyet, cinsiyet rolleri ve yalnızlık algısı açısından incelenmesi. Marmara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı. Doktora Tezi. İstanbul
- Kabakçı, E. (2003). Panik ve Yaygın Anksiyete Bozukluklarında Bilişsel – Davranışçı Tedaviler. (Ed: I. Savaşır, G. Soygüt ve E. Kabakçı). Bilişsel Davranışçı Terapiler. Türk Psikologlar Derneği Yayınları. 3. Baskı. Ankara
- Kamya, H. (2000). Hardiness and spiritualwell-beingamongsocialworkstudents. Journal of SocialEducation, 36(2), 231-241.

- Karairmak, Ö., Güloğlu, B. (2014). Deprem deneyimi yaşamış yetişkinlerde bağlanma modeline göre psikolojik sağlamlığın açıklanması. ukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 43(2), 1-18
- Kayacı, .,zbay, Y. (2016). nivresite ğrencilerinin Travmatik Yaşantı, Psikolojik Doğum Sıraları ve Sosyal İlgilerinin Psikolojik Dayanıklılıklarını Yordaması. The Journal of Happiness&Well-Being, 4(1), 128-142
- Kobasa, S., Maddi, S. R.,Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospectivestudy. Journal of Personality and SocialPsychology, 42, 168-177.
- Kosaka, M. (1996). Relationsbetweenhardiness and psychologicalstressresponse. Journal of PerformanceStudies, 3, 35-40.
- Lipowski Z.J. (1987). Somatization: Medicine'sunsolved problem. Psychosomatics , 28, 294-297.
- Long, C.,Averill, J.R. (2003). Solitude: An exploration of benefits of beingalone. Journal fortheTheory of SocialBehaviour, 33(1), 21–44.
- Mahon, N. E.,Yarcheski, A. Yarcheski, T. J. (1998). Socialsupport and positivehealthpractices in youngadults: Loneliness as a mediatingvariable. ClinicalNursing Research, 7(3), 292 (17).
- Mijuskovic, B. (1987). Loneliness. San Diago, LibraPublishers.
- Nolen-Hoeksema, S. (2004).TheResponseStylesTheory. DepressiveRumination. Jhon-Wiley, England
- Noorafshan, L.,Jowkarb, B., Hosseini, F. S. (2013). Effect of familycommunicationpatterns of resilienceamongIranianadolescents. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 84, 900-904.
- Önen, R., Kaptanoğlu, C., Seber, G. (1995). Kadınlarda depresyonun yaygınlığı ve risk faktörlerle ilişkisi. Kriz Dergisi, 3(1-2), 88-103.

- Öztürk, O. (2004). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. 10. Basım. Nobel Tıp Kitapevleri. Ankara
- Peplau, L. A., Miceli, M. Morasch, B. (1982). Loneliness and Self-Evaluation. Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy. In L. A. Peplau and D. Perlman (Eds): 135-151. New York
- Peplau, L.A., Perlman, D. (1982). Perspective on loneliness. In L.A. Peplau ve D. Perlman (Eds), Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy: 1-8. New York: Wiley Interscience.
- Rook, K.S. (1984). Research on social support, loneliness, and social isolation: Toward an integration. Review of Personality and Social Psychology, 5: 239-264.
- Ryff, C.D., Singer, B. (2003). Flourishing under fire: Resilience as a prototype of challenged thriving. C. L. M. Keyes ve J. Haidt (Eds.), Positive psychology and the life well-livediçinde Washington, DC: APA, 15-36.
- Sungur, M.Z. (1997). Fobik Bozukluklar. Psikiyatri Dünyası, 1, 5-11
- Sümer, N., Güngör, S. (1999) Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. Türk Psikoloji Dergisi 1999, 14(43), 71-106
- Taycan, O., Kutlu, L., Çimen, S., Aydın, N. (2006). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerde depresyon ve tükenmişlik düzeyinin sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. Anatolian Journal of Psychiatry, 7, 100-108.
- Tekin, M., Tekin, A. (2014). Anksiyete Bozukluklarında Disosiyatif Belirtiler. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 6 (4), 330-339
- Terzi, Ş. (2005). Öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik dayanıklılık modeli. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, Ankara.

- Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki ilişki. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(29), 1-11.
- Tiedje, L. B., Wortman, C. B., Downey, G., Emmons, C., Biernat, M., & Lang, E. (1990). Women with multiple roles: Role-compatibility perceptions, satisfaction, and mental health. Journal of Marriage and the Family, 52, 63-72.
- Tümlü, G.Ü., Receptoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. Yüksek Öğretim ve Bilim Dergisi. 3(3), 205-213
- Um, C.C., Dancy, B.L. (1999) Relationship between coping strategies and depression among employed Korean immigrant wives. Issues in Mental Health Nursing, 20, 485-494.
- Weiss, R.S. (1973). Loneliness: The experience of emotion and social isolation. Cambridge: MIT Pres.
- Wittchen, H. U., Beesdo, K., Bittner, A., et al. (2003). Depressive episodes--evidence for a causal role of primary anxiety disorders? European Psychiatry, 18, 384-393.
- Yalom, I. (1999). Varoluşçu Psikoterapi (Çev. Z. İyidoğan Babayiğit). Kabalıcı Yayınevi, İstanbul.
- Yıldırım, İ. (2000). Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Yalnızlık, Sınav Kaygısı ve Sosyal Destek. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18, 167-176
- Young, J.E. (1982). Loneliness, Depression And Cognitive Therapy: Theory And Application. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), Loneliness: A Sourcebook Of Current Theory, Research And Therapy New York: Wiley, 379-406.

Yüksel, Ö. (2013). Kadınlarda Evlilik Uyumu ve Psikolojik Belirti Arasındaki İlişki: Stresle Başetme Biçimleri ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Tutumlarının Aracı Rollerini. Hacetepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji (Klinik Psikoloji) Anabilim Dalı. Ankara



EKLER:

Ek-1:

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU (BGOF)

Değerli katılımcı.

Aşağıda bilgileri yer almakta olan bir araştırma çalışmasına katılmanız istenmektedir. Çalışmaya katılıp katılmama kararı tamamen size aittir. Katılmak isteyip istemediğinize karar vermeden önce araştırmanın neden yapıldığını, bilgilerinizin nasıl kullanılacağını, çalışmanın neleri içerdiğini, olası yararları ve risklerini ya da rahatsızlık verebilecek yönlerini anlamanız önemlidir. Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırınız. Eğer çalışmaya katılma kararı verirseniz, Çalışmaya Katılma Onayı Formu' nu imzalayınız. Çalışmadan herhangi bir zamanda ayrılmakta özgürsünüz. Çalışmaya katıldığınız için size herhangi bir ödeme yapılmayacak ya da sizden herhangi bir maddi katkı/malzeme katkısı istenmeyecektir

Bu çalışma Ev hanımlarının çalışan kadınlara göre yalnızlık duygusu ,strese dayanıklılık ve Anksiyete düzeylerini incelemek amacıyla Yrd.Doç.Dr. Oğuz TAN danışmanlığında, Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Dilara YILMAZ tarafından yürütülmektedir. Yaklaşık 15 dakika süren bu çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır.

Ankette sizin kim olduğunuza dair hiçbir kişisel bilgi istenmemektedir. Verdiğiniz cevaplar gizlilik ilkeleri gereğince başkalarıyla paylaşılmayacak, sadece araştırmadan sorumlu kişi tarafından değerlendirilecektir; elde edilen bilgiler bilimsel yayınlarda kullanılacaktır. Soru ve problemler için dilara_yilmaz_89@windowslive.com adresinden ulaşabilirsiniz.

Çalışmaya katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Ek-2:

Demografik Bilgi Formu

Sayın katılımcı;

Yüksek Lisans tezim için sizlere bir dizi anket veriliyor. Bu anketleri cevaplandırırken lütfen, maddeleri dikkatlice okuyup size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz ve anketin başındaki yönergelerde belirtildiği şekilde değerlendiriniz. Sizlerden elde edilen bilgiler bilimsel amaçlar dışında kullanılmayacak ve kesinlikle gizli tutulacaktır. Sonuçların güvenilirliği için tüm sorulara cevap vermeniz oldukça önemlidir.

Çalışmamıza katıldığınız ve zaman ayırdığınız için teşekkür ederim.

Dilara YILMAZ

• **Medeni durumunuz :** Evli () Bekar ()

• **Doğum Tarihinizi yazınız:**

(Gün ,Ay ,Yıl)

• **Çocuğunuz var mı :** Evet () Hayır ()

• **Eğitim durumunuz:** İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()

• **Mesleğiniz nedir?**

• **Çalışıyor musunuz? :** Evet() Hayır ()

EK-3:

BECK ANKSİYETE ÖLÇEĞİ

Aşağıda insanların kaygılı ya da endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin BUGÜN DAHİL SON BİR HAFTADIR sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandaki uygun yere (x) işareti koyarak belirleyiniz.

		Hiç	Hafif Düzeyde /Beni Pek Etkilemedi	Orta Düzeyde / Hoş değildi ama katlanabildim	Ciddi Düzeyde / Dayanmakta çok zorlandım
1.	Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karıncalanma	0	1	2	3
2.	Sıcak / ateş basmaları	0	1	2	3
3.	Bacaklarda halsizlik, titreme	0	1	2	3
4.	Gevşeyememe	0	1	2	3
5.	Çok kötü şeyler olacaktı korkusu	0	1	2	3
6.	Baş dönmesi veya sersemlik	0	1	2	3
7.	Kalp çarpıntısı	0	1	2	3
8.	Dengeyi kaybetme korkusu	0	1	2	3
9.	Dehşete kapılma	0	1	2	3
10.	Sinirlilik	0	1	2	3
11.	Boğuluyormuş gibi olma duygusu	0	1	2	3
12.	Ellerde titreme	0	1	2	3
13.	Titreklilik	0	1	2	3
14.	Kontrolü kaybetme korkusu	0	1	2	3
15.	Nefes almada güçlük	0	1	2	3
16.	Ölüm korkusu	0	1	2	3
17.	Korkuya kapılma	0	1	2	3
18.	Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi	0	1	2	3
19.	Baygınlık	0	1	2	3
20.	Yüzün kızarması	0	1	2	3
21.	Terleme (sıcaklığa bağlı olmayan)	0	1	2	3

YETİŞKİNLER İÇİN DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği psikolojik dayanıklılığı kişisel uyumu destekleyen pozitif bir kişilik özelliği olarak ele almaktadır. Böylece özellikle ruhsal sağlığın tekrar kazanılması ve sürdürülmesinde temel koruyucu faktörlerin neler olduğunu belirlemeyi amaçlamaktadır. Aşağıda doldurulmalı gruplar halinde cümleler verilmektedir ve yanlarında 5 kutucuk bulunmaktadır. Bu cümlelerden kendinizi hangi boyuta yakın olarak görüyorsanız, yakınlık derecesine göre cevapların yanındaki kutucuklara yalnızca "x" işareti koyunuz.

1. Beklenmedik bir olay olduğunda...				
Her zaman bir çözüm bulurum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Çoğu kez ne yapacağımı kestiremem
2. Gelecek için yaptığım planların...				
Başarılması zordur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Başarılması mümkündür
3. En iyi olduğum durumlar şu durumlardır...				
Ulaşmak istediğim açık bir hedefim olduğunda	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Tam bir günlük boş bir vaktim olduğunda
4. ...olmaktan hoşlanıyorum				
Diğer kişilerle birlikte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kendi başıma
5. Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı...				
Benimkinden farklıdır	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Benimkiyle aynıdır
6. Kişisel konuları...				
Hiç kimseyle tartışmam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Arkadaşlarımla/Aile-üyeleriyle
7. Kişisel problemlerimi...				
Çözmem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Nasıl çözebileceğimi bilirim
8. Gelecekteki hedeflerimi...				
Nasıl başaracağımı bilirim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Nasıl başaracağımdan emin değilim
9. Yeni bir iş/projeye başladığımda...				
İleriye dönük planlama yapmam derhal işe başlarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ayrıntılı bir plan yapmayı tercih ederim

10. Benim için sosyal ortamlarda rahat/esnek olmak	
Önemli değildir	Çok önemlidir
11. Ailemle birlikteyken kendimi... hissedirim	
Çok mutlu	Çok mutsuz
12. Beni ...	
Bazı yakın arkadaşlarım/aile üyelerim cesaretlendirebilir	Hiç kimse cesaretlendiremez
13. Yeteneklerim...	
Olduğuna çok inanırım	Konusunda emin değilim
14. Geleceğimin... olduğunu hissediyorum	
Ümit verici	Belirsiz
15. Şu konuda iyiyimdir...	
Zamanımı planlama	Zamanımı harcama
16. Yeni arkadaşlık konusu... bir şeydir	
Kolayca yapabildiğim	Yapmakta zorlandığım
17. Ailem şöyle tanımlanabilir...	
Birbirinden bağımsız	Birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş
18. Arkadaşlarımın arasındaki ilişkiler...	
Zayıftır	Güçlüdür
19. Yargılarıma ve kararlarıma...	
Çok fazla güvenmem	Tamamen güvenirim
20. Geleceğe dönük amaçlarım...	
Belirsizdir	İyi düşünülmüştür
21. Kurallar ve düzenli alışkanlıklar...	
Günlük yaşamımda yoktur	Günlük yaşamımı kolaylaştırır
22. Yeni insanlarla tanışmak...	
Benim için zordur	Benim iyi olduğum bir konudur
23. Zor zamanlarda, ailem...	
Geleceğe pozitif bakar	Geleceği umutsuz görür

24. Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında...					
Bana hemen haber verilir					Bana söylenmesi bir hayli zaman alır
25. Diğerleriyle beraberken					
Kolayca gülerim					Nadiren gülerim
26. Başka kişiler söz konusu olduğunda, ailem şöyle davranır:					
Birbirlerini desteklemez biçimde					Birbirlerine bağlı biçimde
27. Destek alırım					
Arkadaşımdan/aile üyelerinden					Hiç kimseden
28. Zor zamanlarda... eğilimim vardır					
Her şeyi umutsuzca gören bir					Beni başarıya götürebilecek iyi bir şey bulma
29. Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için...					
Zordur					Kolaydır
30. İhtiyacım olduğunda...					
Bana yardım edebilecek kimse yoktur					Her zaman bana yardım edebilen birisi vardır
31. Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar (ile) ...					
Başa çıkmaya çalışırım					Sürekli bir endişe/kaygı kaynağıdır
32. Ailemde şunu severiz...					
İşleri bağımsız olarak yapmayı					İşleri hep beraber yapmayı
33. Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri...					
Yeteneklerimi beğenirler					Yeteneklerimi beğenmezler

UCLA-LS

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşünceyi ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü her biri için tek bir rakamı daire içine alarak belirtmeniz.

Ben bu durumu...	Hiç yaşamadım	Nadiren yaşarım	Bazen yaşarım	Sık sık yaşarım
1. Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.				
2. Arkadaşım yok.				
3. Başvurabileceğim hiç kimse yok.				
4. Kendimi tek başınaymışım gibi hissetmiyorum.				
5. Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum.				
6. Çevremdeki insanlarla bir ortak yönüm var.				
7. Artık hiç kimseyle samimi değilim.				
8. İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşıyor.				
9. Dışa dönük bir insanım.				
10. Kendime yakın hissettiğim insanlar var.				
11. Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum.				
12. Sosyal ilişkilerim.				
13. Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor.				
14. Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.				
15. İstedğim zaman arkadaş bulabilirim.				
16. Beni gerçekten anlayan insanlar var.				
17. Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum.				
18. Çevremde insanlar var ama benimle değil.				
19. Konuşabileceğim insanlar var.				
20. Derdimi anlatabileceğim insanlar var.				

ÖZGEÇMİŞ

UNVAN/AD SOYAD: Psikolog Dilara YILMAZ

DOĞUM YERİ VE TARİHİ: Osmangazi / 26.11.1988

E-POSTA: dilara_yilmaz_89@windowslive.com

YABANCI DİL: İngilizce (orta)

EĞİTİM: 2014-2017 Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans

Uludağ Üniversitesi Pedagojik formasyon 2017

2008-2013 Maltepe Üniversitesi Psikoloji Lisans

İŞ DENEYİMİ:

Değişim Özel Eğitim Ve Rehabilitasyon Merkezi

İstanbul NP Nöropsikiyatri Hastanesi Uzmanlık Stajı

Özel Nadide ATAMER Anaokulu

Özel ilgim Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi

Maltepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Gönüllü Staj

SERTİFİKALAR:

8. Aile Danışmanlığı 450 saat PETAD (Süleyman Demirel Üniversitesi işbirliği ile

YÖK Onaylı Süleyman Demirel Üniversitesi Sertifikası) 2013

PETAD Etkin İletişim Becerileri Sertifikası : Etkin iletişim becerileri, Etkili ve düzgün konuşma, Etkili beden dili.2013

Türk Psikologlar Derneği Wechsler (WISC-R) testi uygulama sertifikası 2013

Ruh sağlığı Derneği Psikoloji Kariyer İstihdam Merkezi (Frostig,Gessel,Agte,Good

Enough) Gelişim testleri uygulama sertifikası

Maltepe Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi İstanbul Marmara Eğitim Vakfı Aile

Okulu 11(Aile İçi Şiddet: Nedenleri ve Başa Çıkma Yöntemleri) katılım sertifikası

Maltepe Üniversitesi Soyaç(Change For Traumatished Children: Therapeutic

Approaches That Work For Street Children) katılım sertifikası

İstanbul Kültür Üniversitesi Okul Öncesi Eğitim Semineri YA-PA (Sınıfta Bloom'un

Uygulanması ve Bloom'un Sınıflandırma Biçimi)seminer katılım belgesi 2010

İstanbul Kültür Üniversitesi Okul Öncesi Eğitim Semineri YA-PA (Öğretmenler İçin

Öğrenme Ve Öğrenme Metotları) seminer katılım belgesi 2010

İstanbul Kültür Üniversitesi Okul Öncesi Eğitim Semineri YA-PA (Garner'in Çoklu

Zeka Yöntemi Uygulamaları Ve Bireysel Farklılıklara Göre Çoklu Zeka ile Bloom'un Taksonomisi) seminer katılım belgesi 2010

İstanbul Kültür Üniversitesi Okul Öncesi Eğitim Semineri YA-PA (Sınıftaki Üstünler

Bireysel Farklılıklara Göre Eğitimde Maksimum Verimlilik Uygulama Örnekleri) katılım belgesi 2010

İstanbul Kültür Üniversitesi Okul Öncesi Eğitim Semineri YA-PA (Müzik ve Ritim

Algısı Çocuk Şarkıları Öğretim Yöntemleri) seminer katılım sertifikası 2010

İstanbul Kültür Üniversitesi Okul Öncesi Eğitim Semineri YA-PA (Çoklu Zeka Ve

Sınıflandırma Kuramlarının Eğitime Yansıması) katılım belgesi