

**T.C.**

**SAKARYA ÜNİVERSİTESİ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER ANABİLİM DALI**

**PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ve REHBERLİK BİLİM DALI**

**EVLİ BİREYLERİN CİNSEL ÖZGÜVEN DÜZEYLERİ İLE  
CİNSEL ÖZ-YETERLİK, EVLİLİK YAŞAM DOYUMU VE  
CİNSEL UTANGAÇLIKLARININ İNCELENMESİ**

**DOKTORA TEZİ**

**EYÜP ÇELİK**

**ARALIK 2012**

**T.C.**

**SAKARYA ÜNİVERSİTESİ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER ANABİLİM DALI**

**PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ve REHBERLİK BİLİM DALI**

**EVLİ BİREYLERİN CİNSEL ÖZGÜVEN DÜZEYLERİ İLE  
CİNSEL ÖZ-YETERLİK, EVLİLİK YAŞAM DOYUMU VE  
CİNSEL UTANGAÇLIKLARININ İNCELENMESİ**

**DOKTORA TEZİ**

**EYÜP ÇELİK**

**DANIŞMAN**

**PROF. DR. ERSİN ALTINTAŞ**

**ARALIK 2012**

## BİLDİRİM

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

  
Eyüp ÇELİK

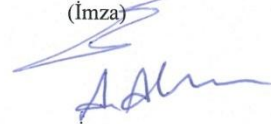
21/12/2012

## JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI

Bu doktora tezi, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim/bilim Dalında jürimiz tarafından kabul edilmiştir.

Başkan Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ

(İmza)

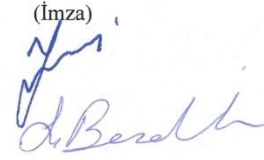


Üye Doç. Dr. Ahmet AKIN

(İmza)

Üye Doç. Dr. Jale ELDELEKLİOĞLU

(İmza)



Üye Doç. Dr. Şenol BEŞOLUK (İmza)

Üye Yard. Doç. Dr. Mustafa ALTUN

(İmza)



Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.

21.12.2012

(İmza)



Enstitü Müdürü  
**Doç. Dr. İsmail GÜLEÇ**  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

## ÖNSÖZ

Toplumsal yaşamın devamı ve insanların toplum içinde yaşamını devam ettirebilmesi evlilik bağlarının kurulması ve sürdürülebilmesine bağlı olduğu düşünülebilir. Evlilik ilişkisinin kurulması ve sürdürülebilmesi toplumsal kurallara bağlı olduğu kadar bireylerin sahip oldukları kişilik özelliklerine ve özel yaşam koşullarına da bağlı olabilir. Günümüzde sürekli gelişen ve değişen yaşam koşullarında evliliklerin ve ilişkilerin gittikçe daha fazla zorlanmaya ve bozulmaya başladığı görülmektedir. Evlilik sürecinde eşler arasında artan huzursuzluklar ve yaşanan sorunlardan dolayı bazı evlilikler boşanma ile sonlanabilmektedir. Evlilik ilişkisinde yaşanan sorunların büyük çoğunluğu cinsel paylaşımlarla ilgili sorunlardan kaynaklanıyor olabilir.

Bireylerin evlilik ilişkisindeki cinsel paylaşımlarından yeteri kadar doyum alamamaları ve mutlu olamamaları eşler arasındaki yaşanan birçok çatışmaya ve evlilik ilişkilerindeki bağların kopmasına zemin hazırlayabilir. Cinsel ilişkilerde yaşanan bu hoşnutsuzluğun evli bireylerde cinsel özgüven eksikliğinden ya da cinsel özgüvenin etkilediği diğer değişkenlerden kaynaklanıyor olabilir. Evli çiftlerin cinsel özgüven düzeylerinin artırılabilmesi için öncelikli olarak cinsel özgüven eksikliğine neden olan faktörlerin araştırılıp ortadan kaldırılması faydalı olabilir. Bireylerin cinsel özgüven eksikliğine sebep olan faktörlerin farkında olmaları, hem eş seçimi sürecinde olan bireylerin eş seçiminde sağlıklı karar almalarına yardımcı olabilir hem de evli olan çiftlerin evlilik ilişkisini olumsuz etkileyen çatışmaları çözmelerine katkı sağlayabilir.

Evli kişilerin birbirlerinden farklı özelliklere sahip olmaları evlilik ilişkisinde çatışmalara mutsuzluklara ve cinsel özgüven eksikliğine neden olabilir. Çünkü bireyler evlilik yaşantısına farklı ilişki tarzları, kişilik özellikleri, geçmiş deneyimler, etkileşim özellikleri, cinsel özellikler, cinsel öz-yeterlik, cinsel utangaçlık ve diğer kişilik özellikleri, sosyo-kültürel özellikleri ve de öğrenme yaşantılarıyla birlikte girmekte ve bu farklılıkların doğurduğu pek çok sorunla yüz yüze kalabilmektedir. Bu çalışma ile evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri ile cinsel öz yeterlik, evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık ve demografik özellikleri (cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi) arasındaki ilişkiler incelenmeye çalışılmıştır. Araştırma, evli bireylerin cinsel yaşantıları açısından sağlıklı ve dengeli bir ilişki sürdürebilmeleri, cinsel konularla

ilgili çatışmalarını yapıcı ve etkin olarak çözebilmeleri için gerekli olan şartların sağlanması konusunda bilgilendirilmesi açısından da önem taşımaktadır.

Bu araştırmanın planlanmasından raporlaştırılmasına kadar her aşamada bana derin bilgi ve deneyimlerinden yararlanma fırsatı veren, doğru çalışma ile doğru ve güvenilir bilgiye ulaşma yolunu bulmam konusunda bana yardımcı olan ve kendisi için önemli olduğumu hissettiren değerli sevgili hocam sayın Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ'a, Doç. Dr. Ahmet AKIN'a ve Yrd. Doç. Dr. Mustafa ALTUN'a katkılarından dolayı sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca Lisans, Yüksek Lisans ve Doktora eğitimim boyunca, alanla ilgili yeterlilikleri ile mesleki gelişimime, sıcak ve kabullenici tutumlarıyla da bireysel gelişimime katkıda bulunan bütün hocalarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tezimin her aşamasında bana destekçi olan, özellikle araştırmanın uygulama aşamasında bana yardımcı olan ablam Elif Yılmaz'a ve arkadaşlarıma teşekkür ederim. Yüksek lisans ve doktora eğitimim boyunca bana her konuda destekçi olan aileme ve özellikle sabırlı bir şekilde bana katlanan ablalarım Gönül ÖZSOY ve Müzeyyen UĞUR ile eşlerine çok teşekkür ederim. Ayrıca araştırma sürecinde duygusal açıdan desteğini esirgemeyen, ilgisiz kaldığım zamanlarda beni anlayışla karşılayan kendisini çok sevdiğim eşim Sema ÇELİK'e de çok teşekkür ederim.

Eyüp ÇELİK

Sakarya, 2012

## ÖZET

### EVLİ BİREYLERİN CİNSEL ÖZGÜVEN DÜZEYLERİ İLE CİNSEL ÖZ-YETERLİK, EVLİLİK YAŞAM DOYUMU VE CİNSEL UTANGAÇLIKLARININ İNCELENMESİ

Eyüp Çelik

Doktora Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik  
Bilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Programı

Danışman: Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ

ARALIK, 2012. 221 Sayfa

Bu araştırmada, evli bireylerin cinsel özgüvenlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada, evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri, cinsel öz-yeterlik, evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık ve demografik özellikleri (cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi, meslek türü, bir işte çalışıp çalışmama) açısından incelenmiştir.

Araştırmanın çalışma grubu İstanbul'da yaşayan 336 evli bireyden oluşmaktadır. Cinsel özgüven ile ilgili veriler "Cinsel Özgüven Ölçeği" (Çelik, 2012a), evlilik yaşam doyumu değişkeni verileri "Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği" (Çelik, 2012b), cinsel utangaçlık ile ilgili veriler "Cinsel Öz-bilinç Ölçeği" (Çelik ve Çakmak, 2012) ve cinsel öz-yeterlik ile ilgili veriler "Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği" (Çelik, 2012c) ile toplanmıştır. Demografik özelliklere (cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi, meslek türü, bir işte çalışıp çalışmama) ilişkin verileri toplamak için ise "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır.

Araştırmada toplanan verilerin çözümlenmesi "LISREL8.51 for windows ve SPSS 11.5 for windows" paket programıyla bilgisayar ortamında gerçekleştirilmiştir. Cinsel özgüveni yordayan değişkenlerin belirlenmesinde yapısal eşitlik modeli (YEM) kullanılmıştır. Verilerin analizi sırasında, betimleyici istatistiklerin yanı sıra evli bireylerin çocuk sayısına göre cinsel özgüven düzeyinin farklılaşp farklılaşmadığı Tek Yönlü Varyans analizi ile, eğitim düzeyine ve evlilik süresine göre cinsel özgüvenin farklılaşp farklılaşmadığı ise Welch testi ile incelenmiş ve

sonuçta çıkan farklılığın hangi değişkenden kaynaklandığının tespiti ise Scheffe testi ve Tamhane's T2 testi ile yapılmıştır. Evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık, evlenme biçimi, evlilik süresi ve çocuk sayısı ile cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerindeki ortak etkisini incelemek için İki Yönlü Varyans analizi kullanılmıştır. Ayrıca cinsel öz-yeterlik, cinsiyet, ek iş, meslek türü, çalışma durumu değişkenleri açısından evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için T-testi ile incelenmiştir. Değişkenler arasındaki korelasyonları incelemek için Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Etki büyüklüğünün belirlenmesi için de Eta Squared ( $\mu^2$ ) değerleri dikkate alınmıştır.

Yapısal eşitlik modelinde cinsel utangaçlığın, cinsel öz-yeterliliğin cinsel özgüveni negatif bir şekilde etkilediği, evlilik yaşam doyumunun ise cinsel özgüveni pozitif etkilediği ve cinsel utangaçlık, cinsel öz-yeterlik ve evlilik yaşam doyumu değişkenlerinin cinsel özgüveni doğrudan etki ile yordadığı bulunmuştur. Ayrıca cinsel utangaçlık ve cinsel öz-yeterlik değişkenlerinin cinsel özgüveni evlilik yaşam doyumu aracılığı ile dolaylı etki ile de yordadıkları sonucu elde edilmiştir. Evlilik yaşam doyumu düzeyi yüksek olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu, cinsel utangaçlık düzeyi ve cinsel öz-yeterlik düzeyi yüksek olan bireylerin ise cinsel özgüven düzeylerinin daha düşük olduğu sonucu elde edilmiştir.

Araştırma sonucunda erkeklerin kadınlardan, anlaşarak evlenen bireylerin görücü usulü ile evlenenlerden, çalışan bireylerin çalışmayan bireylerden daha yüksek cinsel özgüven düzeyine sahip olduğu bulunmuştur. Evliliğin ilk yıllarında cinsel özgüven düzeyinin yüksek olduğu fakat evliliğin ilerleyen yıllarında cinsel özgüvenin düştüğü sonucu elde edilmiştir. Çocuğu olmayan evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin çocuk olanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öğretmenlerin, ek işte çalışanların ve eğitim düzeyi yüksek olanların cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık, evlenme biçimi, evlilik süresi ve çocuk sayısı ile cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerinde ortak etkisinin olmadığı bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler: Cinsel Özgüven, Evlilik Yaşam Doyumu, Cinsel Utangaçlık, Cinsel Öz-yeterlik**



## **ABSTRACT**

### **AN INVESTIGATION OF SEXUAL SELF-EFFICACY, MARRIAGE LIFE SATISFACTION AND SEXUAL EMBARRASSMENT WITH SEXUAL SELF-CONFIDENCES LEVELS OF MARRIED INDIVIDUALS**

Eyüp Çelik

Doctoral Thesis, Department of Educational Sciences, Department of Psychological Counselling and Guidance, Psychological Services in Education Program

Supervisor: Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ

December, 2012. 221 Pages

The present study aimed to investigate the sexual self-confidences of married individuals through various variables. During the study, sexual self-confidence levels of married individuals were examined in terms of sexual self-efficacy, marriage life satisfaction, sexual embarrassment, and demographic characteristics (gender, style of marriage, duration of marriage, number of children, whether in extra job or not, educational level, type of profession, whether works or not).

The sample of the present study included 336 married individuals living in İstanbul. Level of sexual self-confidence was assessed by using “Sexual Self-confidences Scale” (Çelik, 2012a), data related to the marriage life satisfaction variable were collected through “Married Life Satisfaction Scale” (Çelik, 2012b), data related to the sexual self-efficacy were assessed by using “Sexual Self-efficacy Scale” (Çelik, 2012c), and the data corresponding to sexual embarrassment were collected by using “Sexual Self-consciousness Scale” (Çelik ve Çakmak, 2012). Finally, other characteristics (gender, style of marriage, duration of marriage, number of children, whether in extra job or not, educational level, type of profession, whether works or not) were assessed through “The Personal Information Questionnaire”, prepared by the author.

The statistical analyses of the data collected through the assessment tools were conducted on the computer, by using “LISREL for Windows, version 8.51, and SPSS for Windows, version 11.5” package program. Structural equation model was used to determine of predictors variables to sexual self-confidence. During the data analyses, besides descriptive statistics, One-Way Analysis of Variance was conducted in order to determine whether sexual self-confidence differed according to number of children, Welch test was conducted in order to determine whether sexual self-

confidence differed according to educational level and duration of marriage, and Scheffe test and Tamhane's T2 test were utilized in order to understand which variable played role in the resulted significant difference. Two-Way Analysis of Variance was conducted in order to examine combined effectson sexual self-confidence levels of married individuals of sex with married life satisfaction, sexual embarrassment, style of marriage, duration of marriage, number of children. Moreover, whether the sexual self-confidence significantly differed in terms of sexual self-efficacy, gender, extra job, type of profession, whether works or not was examined via T-test. Furthermore, Pearson Product-Moment Correlation Coefficient was used in order to investigate the relationship between variables. Finally, effect size was determined via Eta Squared ( $\mu^2$ ) values.

In the structural equation model was found that sexual embarrassment, sexual self-efficacy, and marriage life satisfaction variables were predicted with a direct effect of sexual self-confidence, and sexual embarrassment, sexual self-efficacy to affect sexual self-confidence in a negative way, and marriage life satisfaction to affect sexual self-confidence positive aspects. In addition, result of the study was obtained that sexual embarrassment and sexual self-efficacy variables predicted with a indirect effect to sexual self-confidence by means of, marriage life satisfaction. Individuals who had high level of married life satisfaction reported higher sexual self-confidence level, whereas Individuals had high level of sexual embarrassment, and sexual self-efficacy reported lower sexual self confidence level.

Result of the study sexual self-confidence level is found higher for man than women, for individuals married with an agreement than married with arrangement, and for individuals have a job than not a job. Furthermore, the results indicated that as the duration of marriage increased, sexual self-confidence level tended to decrease. Sexualself-confidence levels of married individuals without children were found to behigher than marriedindividuals who have children. Sexual self-confidence level was found individuals who are teachers, worked inextra job and higher levels ofeducation. It is found that there wasn't any combined effecton sexual self-confidence levels of married individuals of sex with married life satisfaction, sexual embarrassment, style of marriage, duration of marriage, number of children.

**Keyword: Sexual Self-confidence, Married Life Satisfaction, Sexual Embarrassment, Sexual Self-efficacy**

## İÇİNDEKİLER

Bildirim.....	ii
Jüri Üyelerinin İmza Sayfası.....	iii
Önsöz.....	iv
Türkçe Özet.....	vi
İngilizce Özet.....	viii
İçindekiler.....	x
Tablolar Listesi.....	xv
Şekiller Listesi.....	xvii
<b>1.Bölüm, Giriş.....</b>	<b>1</b>
1.1.Yapısal Eşitlik Modelinin Geliştirilmesi.....	10
1.2. Problem Cümlesi.....	17
1.3. Alt Problemler.....	17
1.3.1. Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeyine İlişkin Alt Problemler.....	17
1.3.2. Evlilik Yaşam Doyumuna İlişkin Alt Problem.....	17
1.3.3. Cinsel Utangaçlığa İlişkin Alt Problem.....	17
1.3.4. Cinsel Öz-yeterliğe İlişkin Alt Problem.....	18
1.3.5. Demografik Değişkenlere İlişkin Alt Problem.....	18
1.4. Önem.....	18
1.5. Varsayımlar.....	20
1.6. Sınırlılıklar.....	20
1.7. Tanımlar.....	21
<b>2. Bölüm, Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi ve İlgili Araştırmalar.....</b>	<b>22</b>
2.1. Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi.....	22
2.1.1. Evlilik ve Cinsellik.....	22

2.1.2. Cinsel Özgüven.....	24
2.1.2.1. Cinsel Farkındalık.....	32
2.1.2.2. Cinsel Açıdan Kendini Açığa Vurma.....	34
2.1.2.3. Cinsel Cesaret.....	39
2.1.3. Cinsel Utangaçlık.....	43
2.1.4. Cinsel Öz-yeterlik.....	46
2.1.5. Cinsellik ve Evlilik Yaşam Doyumu.....	50
2.2. İlgili Araştırmalar.....	53
2.2.1. Cinsellik ve Özgüven İle İlgili Araştırmalar.....	53
2.2.2. Evlilik Yaşam Doyumu İle İlgili Araştırmalar.....	58
2.2.3. Öz-yeterlik ve Cinsel Öz-yeterlik İle İlgili Araştırmalar.....	65
2.2.4. Utangaçlık ve Cinsel Utangaçlık İle İlgili Araştırmalar.....	70
2.3. Alanyazın Taramasının Sonucu.....	73
<b>3. Bölüm, Yöntem.....</b>	<b>78</b>
3.1. Araştırma Modeli.....	78
3.2. Çalışma Grubu.....	79
3.3. Veri Toplama Araçları.....	79
3.3.1. Cinsel Özgüven Ölçeği.....	79
3.3.1.1. Cinsel Özgüven Ölçeğinin Geçerliliği.....	81
3.3.1.2. Cinsel Özgüven Ölçeğinin Güvenirliği.....	84
3.3.2. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği.....	84
3.3.2.1. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geçerliliği.....	86
3.3.2.2. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeğinin Güvenirliği.....	87
3.3.3. Cinsel Öz-bilinç Ölçeği.....	88
3.3.3.1. Cinsel Öz-bilinç Ölçeğinin Geçerliliği.....	89

3.3.3.2. Cinsel Öz-bilinç Ölçeğinin Güvenirliği.....	90
3.3.4. Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği.....	91
3.3.4.1. Cinsel Öz-yeterlik Ölçeğinin Geçerliliği.....	92
3.3.4.2. Cinsel Öz-yeterlik Ölçeğinin Güvenirliği.....	93
3.3.5. Kişisel Bilgi Formu.....	94
3.4. Verilerin Toplanması.....	94
3.5. Verilerin Analizi.....	95
<b>4. Bölüm, Bulgular ve Yorum.....</b>	<b>98</b>
4.1. Cinsel Özgüvenin Açıklanmasına Yönelik Yapısal Eşitlik Modeline İlişkin Bulgular ve Yorum.....	98
4.1.1. Modelin Belirlenmesi.....	100
4.2. Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Puanların Dağılımı.....	104
4.3. Evlilik Yaşam Doyumuna İlişkin Bulgular ve Yorum.....	106
4.3.1. Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumuna Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum.....	106
4.4. Cinsel Utangaçlığa İlişkin Bulgular ve Yorum.....	110
4.4.1. Evli Bireylerin Cinsel Utangaçlık Özelliklerine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum.....	110
4.5. Cinsel Öz-yeterlik ile İlgili Bulgular ve Yorum.....	115
4.5.1. Evli Bireylerin Cinsel Öz-yeterlik Özelliklerine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum.....	115
4.6. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular ve Yorum.....	119
4.6.1. Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum.....	119

4.6.2. Evli Bireylerin Evlenme Biçimine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine	
İlişkin Bulgular ve Yorum.....	120
4.6.3. Evli Bireylerin Evlilik Süresine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine	
İlişkin Bulgular ve Yorum.....	124
4.6.4. Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine	
İlişkin Bulgular ve Yorum.....	128
4.6.5. Evli Bireylerin Ek İşte Çalışıp Çalışmamasına Göre Cinsel Özgüven	
Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum.....	133
4.6.6. Evli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine	
İlişkin Bulgular ve Yorum.....	135
4.6.7. Öğretmenlik Mesleğine Sahip Evli Bireyler ile Diğer Mesleklere Sahip	
Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin	
Bulgular ve Yorum.....	138
4.6.8. Çalışan ve Çalışmayan Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeylerine	
İlişkin Bulgular ve Yorum.....	139
<b>5. Bölüm, Sonuç, Tartışma ve Öneriler.....</b>	<b>142</b>
5.1.Sonuç ve Tartışma.....	142
5.1.1. Cinsel Özgüven ile Evlilik Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiler.....	142
5.1.2. Cinsel Özgüven ile Cinsel Utangaçlık Arasındaki İlişkiler.....	144
5.1.3. Cinsel Özgüven ile Cinsel Öz-yeterlik Arasındaki İlişkiler.....	147
5.1.4. Cinsel Özgüven ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler.....	148
5.2. Öneriler.....	156
5.2.1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler.....	156
5.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler.....	159
<b>Kaynakça.....</b>	<b>162</b>

<b>Ekler.....</b>	<b>198</b>
<b>Özgeçmiş ve İletişim Bilgileri.....</b>	<b>203</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Cinsel özgüven, cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel cesaret, cinsel farkındalık evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık ve cinsel öz-yeterlik değişkenlerine ilişkin korelasyon analizi .....	100
Tablo 2. Evli bireylerin cinsel özgüven ölçeği puanlarına ilişkin dağılım.....	104
Tablo 3. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumu ve cinsiyete göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları.....	106
Tablo 4. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumu ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları.....	107
Tablo 5. Evli bireylerin cinsel utangaçlık ve cinsiyete göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları.....	111
Tablo 6. Evli bireylerin cinsel utangaçlık ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları.....	112
Tablo 7. Evli bireylerin cinsel öz-yeterlik düzeylerine göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve t değeri.....	116
Tablo 8. Evli bireylerin cinsiyetlerine göre cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve t değeri.....	119
Tablo 9. Evli bireylerin evlenme biçimi ve cinsiyete göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları.....	121
Tablo 10. Evli bireylerin evlenme biçimi ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları.....	122
Tablo 11. Evli bireylerin evlilik süresine göre cinsel özgüven puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları.....	124



Tablo 12. Evli bireylerin evlilik süresine göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin Tamhane's T2 testi sonuçları.....	125
Tablo 13. Evli bireylerin evlilik süresine ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları.....	126
Tablo 14. Evli bireylerin çocuk sayısına ve cinsiyete göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları.....	128
Tablo 15. Evli bireylerin çocuk sayısına göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları.....	129
Tablo 16. Evli bireylerin çocuk sayısı ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları.....	130
Tablo 17. Evli bireylerin ek işte çalışıp çalışmamasına göre cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve t değeri.....	133
Tablo 18. Evli bireylerin eğitim düzeyine göre cinsel özgüven puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları.....	135
Tablo 19. Evli bireylerin eğitim düzeyine göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin Tamhane's T2 testi sonuçları.....	136
Tablo 20. Öğretmenlik mesleğine sahip evli bireyler ile diğer mesleklere sahip evli bireylerin cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve t değeri.....	138
Tablo 21. Çalışan ve çalışmayan evli bireylerin cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve t değeri.....	140

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Hipotez Model.....	16
Şekil 2. Cesaret, Davranış, Biliş ve Çevre Etkileşimine İlişkin Model.....	41
Şekil 3. Cinsel Özgüven Ölçeğine İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi.....	83
Şekil 4. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği'ne İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri.....	87
Şekil 5. Cinsel Öz-bilinç Ölçeği'ne İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri.....	90
Şekil 6. Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği'ne İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri.....	93
Şekil 7. Cinsel Özgüven, Evlilik Yaşam Doyumu, Cinsel Utangaçlık ve Cinsel Öz-yeterlik Değişkenlerine İlişkin Yapısal Eşitlik Modeli.....	102
Şekil 8. Cinsel Özgüven, Evlilik Yaşam Doyumu, Cinsel Utangaçlık ve Cinsel Öz-yeterlik Değişkenlerine İlişkin Yapısal Model.....	103

# BÖLÜM I

## GİRİŞ

Toplumun birey ve çeşitli kurumlardan oluşan örgütlenmiş bir sistemdir. Toplumdaki her kurum gibi aile de belli bir toplumsal düzenin bir parçasıdır. Toplumsal yaşamda bazı değişim ve gelişmeler olurken, ailelerin yapısı ve işleyişinde de bir takım değişim ve gelişmeler olmaktadır. Bu değişimleri belirleyici etkenlerden biri toplumsal ilişkilerin niteliğidir. Toplumsal ilişkilerin niteliğini de aile içinde yetişen bireylerin sahip olduğu nitelikler ve bu bireylerin aile içinde kurmuş oldukları ilişkilerin niteliği belirler; çünkü toplumdaki bireyler aile içinde gelişimini sürdürür ve olgunlaşırlar. Aile içinde bireyler kendilerini nasıl geliştirirlerse, toplumun gelişmesine ya da gerilemesine katkıda bulunacak ilişkileri de o biçimde kurmakta ve geliştirebilmektedir.

Ailenin, toplumun düzeninin, sürekliliğinin ve kültürünün gelecek nesillere aktarılmasını sağlayan en önemli kurum olduğu belirtilmektedir (Ertuğrul, 2001; Yalom, 2006). Bu kurumun toplumsal açıdan çok çeşitli işlevleri olabilir. Bu işlevlerin; üremek, ekonomik gereksinimleri karşılamak, statü sağlamak, çocukların eğitimini planlamak, dini eğitimi vermek, boş zaman etkinliklerini gerçekleştirmek, aile üyelerinin birbirlerini korumalarını sağlamak, karşılıklı sevgi ortamı yaratmak ve cinsel doyum sağlamak gibi işlevler olduğu belirtilmektedir (Özguven, 2001'den Akt. Yavuzer, 2004).

Bireyin sosyalleşmesini sağlamak da ailenin işlevlerinden biridir. Bireyin topluluk halinde yaşama alışkanlığı ve ilişki kurma becerisi önce aile içinde kazanılır ve geliştirilir. İnsanın kazandığı duygu, düşünce, inanç ve davranışlarının kökleri aile kurumundadır. Değişen sosyal ve kültürel şartlar içinde ailenin, hem bireyleri

sosyalleştirerek topluma kazandırdığı hem de nesillerin devamını sağladığı belirtilmektedir (Kuzgun, 2003; Nirun, 1994).

Aile kurumunun işlevlerinden bir diğeri ise bireyin kimlik gelişimine yardımcı olmasıdır. Bireyin, hem ev işini paylaştığı ve sosyalleştiği ailede, hem de ev dışında yer alan eğitim sürecinde, toplumsal iş bölümünde, pazar ilişkilerinde, ayrıca politik ilişkilerin yaşandığı kamu alanında kazandığı becerilere ve kurallara göre kişiliğinin biçimlendiği belirtilmektedir. Öte yandan kadınların, erkeklerin, gençlerin ve çocukların aile içinde gelişen kimlik örüntüsünün de ailedeki ve kamu alanındaki yaşamın kaynağını teşkil ettiği ifade edilmektedir; çünkü bireylerin karar ve tutumlarına göre katıldıkları kollektif çabaların, toplumsal değişimin ve gelişimin koşullarını hazırlamakta olduğu düşünülmektedir (Berkem, 1993).

Birey, aile içinde diğeri insanlarla kurulan ilişkiler sonucu aile yaşamından doyum alabileceği ilişki deneyimlerini yaşayabilir. Bireyin kendi ailesi içinde diğeri kişilik özelliklerinin geliştiği gibi cinsel özgüven, cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel cesaret, cinsel farkındalık, cinsel utangaçlık, cinsel öz-yeterlilik gibi özelliklerin de gelişmesi beklenir. Bu yüzden aile yapısı, bireyin gelecekte kendi kuracağı aile ve evlilik yaşamından doyum sağlayabilmesine yönelik kişilik özelliklerini, olumlu alışkanlıklarını ve tutumlarını geliştirebileceği bir şekilde düzenlenmelidir.

Sağlıklı ailelerde yetişkinler kendi özelliklerini korurlar, şefkatli, sempatik, sıcak ve sorumluluk sahibidirler. Yaratıcı, üretken, gerçekçidirler ve başarılarından dolayı kendilerinden hoşnuturlar. Psikolojik olarak sağlıklı aile üyeleri özerk bir benlik geliştirirler ve ego sınırlarını geliştirme kapasitesine sahiptirler. Sağlıklı aile üyeleri birbirlerine karşı dürüst, güvenilir ve sevgi ile yaklaşır. Başkalarının özerkliğini bozmadan etkileşim kurarlar ve böylece kendi problemlerini diğeri aile üyelerine sıkıntı vermeden çözebilirler (Nazlı, 2001).

Sonuç olarak, toplum ve bireyin var olabilmesi ve gelişimini sürdürebilmesi için toplumun temelini oluşturan, devamlılığını sağlayan ve gelişmesine katkıda bulunan ailenin öncelikle sağlıklı olması gerekir. Böyle ailelerde sağlıklı, mutlu, toplum içindeki sosyal hayatında uyumlu ve mesleğinde başarılı bireyler yetiştirilebilir. Ayrıca, bireyler ailenin temel sosyal sistemi içinden geçerek toplumsal veya sosyal grup hayatına başlayabilirler.

İnsanların duygusal hayatlarının beslenmesi, terbiye edilmesi, kişilik özelliklerinin gelişmesi ailede gerçekleştiği belirtilmektedir. Bireyin aile içinde geliştirdiği bu kişilik özellikleri toplum içinde gösterdiği mesleki ve diğer alanlardaki etkinliklerinde ortaya çıkabilir ve çevreyi etkileyebilir (Nirun, 1994). Böylece aile kurumu toplumun bünyesini ve karakterini belirleyen rolünü gerçekleştirebilir.

Aile ve evlilik kavramları genel olarak değerlendirildiğinde her iki kavram birbirleriyle ilgili kavramlar olarak görülse bile birbirinden farklı özellikleri olan kavramlar olduğu görülmektedir. Yavuzer'e (2004) göre aile bir grup ya da örgüt, evlilik ise karşı cinsten iki kişinin birlikte yaşamak, yaşantılarını paylaşmak, çocuk yapmak ve yetiştirmek gibi amaçlarla yaptıkları bir sözleşmedir. Evlilik, kurumsallaşmış bir yol, bir ilişkiler sistemi, kadınla erkeği karı-koca olarak birbirine bağlayan, doğacak çocuklara belli bir statü sağlayan ve toplumsal yönden üzerinde devletin kontrol, hak ve yetki iddiası bulunan yasal bir ilişki biçimidir. Hocaogulları'na (2007) göre ise evliliğin bir ihtiyaç olduğu fakat ailenin ise evlilik sonucu gerçekleşen bir kazanım olduğu belirtilmektedir. Aile kurmak, hayata yeni bir erkek veya kız çocuk dünyaya getirmek değil, bu çocuğa nasıl bir dünya bırakıldığı ile ilgilidir. Bu da evli çiftlerin sadece birbirlerine değil, topluma karşı da sorumluluğunun olduğunu gösterir. Dolayısıyla evlilik bir yuva kurma, bir eşleme, bir soy devamı ve karşı cinsin varlığı ile karşılayabileceğimiz ihtiyaçların giderilmesi için kurulan bir bağ olabilir.

Evlilik, eş seçiminde ve ilişkide özgürlüğün, cinsellikte eşitlik ve yakın ilişki gibi özelliklerin arandığı resmi, duygusal, davranışsal ve biyolojik yönleri olan bir sosyal sistemdir (Kışlak, 1999). Günay'a (2000) göre ise evlilik kavramı, iki farklı cinsten insanın kurumsal olarak birleşmesinin yanı sıra, düşüncelerinin, inançlarının, kültür seviyelerinin, görüşlerinin, zeka ve akıllarının, yaşam görüşlerinin, beklentilerinin de birleşmesini içerir. Dokur ve Profeta (2006) ise evliliği, iki yabancı bir araya gelerek kendilerini yeniden tanımladıkları ve karşı cinsle kurdukları bu ilişki ile güven ihtiyaçlarını karşıladıkları bir süreç olarak ifade etmektedirler. Ayrıca kişinin bu ilişki sürecinde sürekli başkalaştığını ve değiştiğini belirtmektedirler. Bu bağlamda bakıldığında, evlilik, ilişki enstitüsü olarak görülebilir.

İnsanlar evliliğe çeşitli nedenlerle karar verebilmektedirler. Bu nedenlerden biri kadın ve erkeğin beraberliklerinin daha kabul gören ve toplum tarafından onaylanan

bir hale gelmesi için, ilişkilerini evlilik kurallarıyla onaylatmalarıdır. Ayrıca, evliliği toplumsal yaşamın bir gereği olarak düşünerek, bu tür bir beraberliğin çok doğal ve gerekli olduğunu kabul ederek evlenenler de vardır. Bunun dışında başka nedenlerle evlenenlerin de olduğu belirtilmektedir. Bunlar: Yalnızlıktan kurtulmak, ekonomik ihtiyaçlarını karşılamak, çocuk sahibi olabilmek, cinsel ihtiyaçlarını karşılayabilmek gibi amaçlarına ulaşmak için bireylerin evlilik ilişkisini kurdukları belirtilmektedir (Crow, 1967; Çaplı, 1992). Evlilik ilişkisi hangi amaçla ve nasıl kurulursa kurulsun sonuçta bireyin mutlu olabileceği, topluma sağlıklı, uyumlu ve faydalı bireyler yetiştirebileceği bir aile ortamının oluşturulabileceği, başarılı bir evlilik ilişkisinin sürdürülebileceği bir ilişkinin kurulması oldukça önemlidir.

Başarılı bir evliliğin kurulması ve sürdürülmesi de çeşitli faktörlere bağlı olabilir. Sosyal ilgiler, kültürel alt yapı, inanç ve zihinsel özellikler açısından bireylerin benzer özelliklere sahip olması başarılı bir evlilik ilişkisinin kurulması ve sürdürülmesi için gerekmektedir. Modern kültürlerde bunların yanında cinsel yaşam ve romantik aşkı başarılı evlilikte etkili olduğu belirtilmektedir. Duygusal faktör de eş seçiminde önemli olabilir; ama eşlerin, evlilik ilişkilerinin başarılı, sürekli ve uyumlu olabilmesinin evlilik sorumluluklarının yerine getirilmesiyle mümkün olabileceği belirtilmektedir. Ayrıca, bireylerin kendi ailelerindeki geçirmiş oldukları yaşam deneyimleri ve geliştirdikleri davranış örüntülerinin de onun eş seçimindeki tutumunu ve evlilik ilişkisindeki başarılarını belirleyebilmektedir. Bu nedenle eş seçiminde benzer kişilik özelliklerine sahip olma, ekonomik statü ve sosyal sınıf etkili olmaktadır (Crow, 1967).

Öte yandan evlilik yaşamının başarılı olup olmaması, söz konusu evliliğin mevcut ölçütlere uygun olup olmamasıyla da ilgili olduğu belirtilmektedir. Bu ölçütler, ailenin, içinde oluşup geliştiği kültüre, coğrafi özelliklere ve evlilik kurumu üyelerinin kişilik özelliklerine göre biçimlenmektedir. Bu yüzden evlilikte kesin bir başarı ölçütünün düşünülmemeyeceği de ileri sürülmektedir (Bilen, 1996'dan Akt. Yavuzer, 2004). Özetle evlilik başarısının bireylerin, ailenin ve çevrenin sahip olduğu özelliklerine göre değişebilen göreceli bir yargı olduğu sonucuna ulaşılabilir.

İki insan birlikte olmaya başladıkları andan itibaren, daha önceki veya bireysel yaşam biçimlerini değiştirmeye ve yeni etkileşim biçimleri denemeye başlarlar. Ancak bunların “tutması” oranında, bir çift, iki kişilik bir psikolojik sistem oluşturur

(Gülerce, 1996). Bradbury ve Karney'e (2004) göre de eşlerin evliliklerine getirdikleri bireysel güçlülükler ile evlenir evlenmez karşılaştıkları stresli olaylar ve evlilikteki kişiler arası ilişkinin niteliği, evlilik kalitesinin çizdiği yörüngeyi etkileme ihtimali olan faktörlerdir.

Evlilik sürecinde bireylerin kendi üstlerine düşen rolün gereklerini yerine getirirken bilincinde ve farkında olmadıkları duygu ve ihtiyaçları olabilir. Kişinin geçmiş deneyimlerinden ve toplumsal yaşamın oluşturduğu bir yapıdan kaynaklanan bu duygu ve ihtiyaçlarını eşine karşı açık bir şekilde ifade edebilmesinde cinsel özgüvenin önemli rol oynayabileceği düşünülebilir. Bu bağlamda eşlerin evlilik ilişkisinde yaşadıkları bir olayın perde arkasında yer alan kendileriyle ilgili duygu ve düşüncelerini karşı tarafa dürüstçe anlatabilmelerinin ilişkilerinin ahenk içerisinde devam etmesini sağlayabilir.

Araştırmacılar evlilikle ilgili son zamanlarda yapılan çalışmaların daha çok boşanma üzerinde yoğunlaştığını ve boşanmanın evliliğin ilk yıllarında daha fazla gerçekleştiğini belirtmektedirler (Schramm, 2003). Alanyazın incelendiğinde boşanmanın akademik ilerlemedeki olumsuzluklardan, psikolojik uyumsuzluktan, benlik saygısı ve sosyal ilişkilerden, kişilik özelliklerinden, iletişim tarzlarından, cinsel doyumsuzluktan, cinsel davranış biçimlerinden ve bunların hepsinin neden olduğu evlilik yaşamından doyum alamamaktan kaynaklandığı belirtilebilir. Bu nedenle de bu araştırmada evliliğin devamı ve eşlerin mutlu bir evlilik yaşantısı sürdürmelerinde önemli bir kişilik özelliği olan cinsel özgüven ve bununla ilişkili olduğu düşünülen faktörler araştırılmıştır.

İnsan yaşamının pek çok yönünü etkileyen evlilik, uyum sorunlarını, mutluluğu, sıkıntıları, sevinçleri ve üzüntüleri beraberinde getirirse de insanların büyük bir çoğunluğu için ulaşılması istenen bir amaçtır. Yaşamın her alanında farklı sorunlar yaşayan birey, evlilik alanında da sorunlarla karşılaşabilmekte, bu sorunlarını çözümede farklı başa çıkma yöntemleri kullanabilmektedir. Kimi zaman bu sorunlardan dolayı ilgisini tamamen kendisine çevirmekte ve kendisini suçlamaktadır. Kimi zaman da çatışmaların artmasına sebep olacak davranışlar sergilemekte veya soruna ilgisiz kalmaktadır. Bu durum, evlilik ilişkisinden doyum alamamaya neden olarak ilişkinin bozulmasına ve boşanmalara sebep olabilir. Bunun

temelde evli bireylerdeki cinsel özgüven eksikliğinden kaynaklanabileceği düşünülebilir.

Evlilik ile ilgili alanyazın incelendiğinde evlilik sürecinde eşler arasındaki ilişkinin niteliğini konu alan psikoloji alanındaki araştırmaların geç başladığı görülmektedir. İkili ilişkiler özellikle 1970'li yıllardan itibaren psikoloji araştırmalarının en önemli konularından biri olmuştur. Bu araştırmalar incelendiğinde, daha çok eşlerin ev içinde paylaştıklarına ve ilişkilerinde yaşadıklarına odaklanıldığı görülmektedir. Bradbury ve Karney (2004) evlilik ilişkisinin araştırılması ile ilgili olarak evliliklerin içine yerleştiği bağlamları ve ekolojik mekanlara dikkat çekerek; eşlerin ve çiftin gelişimsel dönemleri, durumları, olayları ve kronik koşulları içeren bir bakış açısı ile ilişkilerin araştırılması gerektiğini savunmaktadır. Kabakçı ve diğerleri (1993)'e göre ise evlilik ilişkilerinin değerlendirilmesi, her iki eşin kişilik özelliklerinin, eşlerin birbirlerine karşı tutumlarının ve eşler arasındaki etkileşimin araştırılmasını içermektedir.

Yapılan araştırmalarda ilişkilerle ilgili şu soruların cevaplarının arandığı görülmektedir: Olası bir ilişkiyi eşler için istenir yapan şey nedir? Bir ilişki nasıl biçimlenir ve nasıl gelişir? İlişkiler nasıl korunur ya da sürdürülür, onları doyurucu ve kalıcı kılan şey nedir? İlişkiler niçin ve nasıl çözülüp koparlar? İlişkilerin bozulmasına tepkiler neler olabilir? (Hazan ve Shaver, 2000). Bu çerçevede, alanyazında cinsel doyumun, cinsel isteksizliğin, cinsel sorunların, cinsel işlev bozukluğunun, evlilik ilişkisinde yaşanan problemleri eşlerin çözme yöntemlerinin, evlilik kalitesinin, evlilik doyumunun ve evlilik uyumunun araştırıldığı görülmektedir. Ancak cinsel özgüvenin evli bireylerin evlilik yaşantılarını nasıl etkilediği ile ilgili araştırmaların olmadığı görülmektedir. Dolayısıyla bu araştırmada evlilik ilişkisinin devamı ve bireylerin bu ilişki sürecinde mutlu olabilmesi için önemli olan evli bireylerin cinsel özgüvenleri ve bununla ilişkili olan faktörler araştırılmaktadır. Çünkü toplumun devamı, bireylerin ruh sağlığının iyi olabilmesi ve sağlıklı çocukların yetiştirilebilmesi için ailenin yapısı ve evlilik ilişkilerinin devamının sağlanması gerekmektedir. Bu nedenle bireylerin evlilik ilişkisinden aldıkları doyum, cinsel doyum, mutluluğu, ilişkilerindeki başarılarını arttırabilecek, cinsel sorunların çözümünü kolaylaştırabilecek olan cinsel özgüven özelliklerinin araştırılmasının alana büyük katkılar sağlayabileceği düşünülmektedir.



Bu yüzden bu araştırmada eşlerin evlilik yaşamından aldıkları mutluluğu arttırmaya yönelik yardım çalışmalarına katkı sağlayabilmek amacıyla eşlerin cinsel özgüven özellikleri ve ilişki olabilecek bazı faktörler belirlenmeye çalışılmaktadır.

Toplumun varlığı ve insanların toplum içinde yaşamını devam ettirebilmesi toplumun temel taşı olan ailenin varlığına bağlıdır. Ailenin oluşması ve varlığının devam ettirilmesi için de evlilik ilişkisinin kurulması ve sürdürülmesi gerekmektedir. Ancak günümüz koşullarında evlilikler ve ilişkiler gittikçe daha fazla zorlanmaya ve bozulmaya başlamaktadır. Zaman içinde artan huzursuzluklar ve yaşanan sorunlardan dolayı bazı evlilikler boşanma ile sonlanmaktadır. Her ne kadar evliliklerde sorunların yaşanması yeni bir olgu olmasa da değişen toplumsal yapı bu sorunlara çare aranmasını oldukça önemli hale getirmiştir. Evlilik içinde yaşanan sorunların çoğunun cinsel sorunlardan kaynaklanabileceği de düşünülebilir.

Cinsel ilişki ile ilgili problemlerin birçok sebebi ve boyutu vardır ve insanların yakın ilişkilerini birçok yönden etkileyebilir. Cinsel içgüdü, yaşam içgüdüleri arasında en önemli olanlarından biridir. Canlı varlıkların yaşantılarını ve türlerini kuşaktan kuşağa nakletmesi açısından, bir bakıma evren yapısı içinde ölümsüz bir enerjidir. Cinsellik, sinirsel, fizyolojik, hormonal, psikolojik yönleriyle, insan cinsel yaşamının topluluğunu ifade eden bir fonksiyondur (Poroy, 2000). Cinsellik, insanın varoluşunun kaynağı ve doğumdan ölüme kadar yaşamı içinde önemli yer tutan bir parçasıdır. İnsan, aktif bir biçimde cinsel ilişki içinde olsun ya da olmasın, cinsellik günlük düşünce ve duygularının bir parçasıdır. Rüyaların, hayallerin, korku ve kaygıların temelinde yer alan önemli etkenlerden biridir (Şentürk, 2006).

Biyolojik açıdan, cinselliğin temel işlevi üremeyi sağlamak ve dolayısıyla insan neslinin devam etmesine imkan vermektir. Psikolojik düzeyde ise cinsellik, cinsel ilişkiden haz alma, sevgi, sevme ve sevilme gibi bireyin temel ihtiyaçlarının doyurulmasını amaçlamakta, bunlarla ilişkili olarak çeşitli bireysel davranışları ve insan ilişkilerini içermektedir. Toplumsal düzeyde ise cinsellik, insan yaşamının pek çok yönü ile ilişkilidir: Toplumun işleyişi, özelliği, değer yargıları, yasalar, sanat, tarih, cinslere verilen roller, üretim, eş seçme ve evlenme tercihleri gibi pek çok alan ile ilişki içindedir (Özgüven, 1997).

Cinsel yönden sağlıklı kişinin ve toplumun özelliklerini Taşçı (2001, s: 26-27) şu şekilde sıralamıştır; Sevme, sevgisini sunabilme ve sunulan sevgiyi algılayabilme kapasitesine sahiptir. Saygı, güven, hoşgörü duygularına sahip olup, bunları davranış haline getirmiştir. Kendine ve başkalarına olan sorumluluklarını bilir ve bunları yerine getirmeye gayret eder. Cinsel arzularını uygun tarzda gidermeyi ister ve gerektiği zaman cinsel arzularını baskılayabilirler. Kendi ve karşı cinsin temel bedensel yapı ve özelliklerini bilir. Bu konularda yanlış kanaatlere sahip değildir. Cinsellikle ilgili sorunlarını nasıl çözmesi gerektiğinin bilincindedir. Kendine ve yakınlarına yönelik cinsellikle ilgili tehlikeleri bilir ve bunları önlemek için tedbirler alır. Gençler, sağlıklı cinsel duygularla yetişmiştir. Enerjisini, cinsel tatmin arayışları yerine; gelişmek, ilerlemek ve üretmek için harcar. Cinsel ihtiyaçları için ahlaki değerler hakimdir. Sevgi, saygı, hoşgörü ortamıyla örülü kendilerine ve çocuklarına karşı sorumluluklarını bilen, sağlıklı aile yapısı mevcuttur.

Evliliğin, kadın ve erkek arasındaki ilişkinin ekonomik, sosyal, cinsel ve yasal yönlerini içinde barındıran bir birliktelik olduğu belirtilmektedir (Kudiaki, 2002). Evlilikte cinselliğin temel fonksiyonunun, hazzın paylaşılması, yakınlığın pekiştirilmesi ve derinleşmesi, yaşamın ve evliliğin güçlüklerine karşı baş etmede gerilimi azaltması olduğu düşünülmektedir. Cinsel işlevlerin sorunsuz olması durumunda, evliliğe olumlu katkısının olduğu ancak, cinsel işlevlerde sorun yaşandığında bunun evlilik üzerinde oldukça güçlü ve olumsuz bir etkisinin bulunduğu, olumlu duyguları ve evlilik içerisindeki yakınlığı tükettiği öne sürülmektedir (McCarthy, 1997).

Cinsellik ve cinsel ilişki sonucu çoğalmanın insanların neden evlendikleri sorusunun ana yanıtlarından biri olabilir. Diğer taraftan evlilik sadece cinsel bir birliktelik olmamasına karşın eşlerin yaşadıkları cinsel sorunlar nedeniyle boşanmalarına yasal olarak izin verildiği görülmektedir. Dunn, Croft ve Hackett, (2000) cinsel problemlerin toplumun genelinde oldukça yaygın olarak görüldüğünü ve bunun kişilerin sosyal işlevleri, psikolojik durumları ve fiziksel sağlıkları ile ilişkili olduğunu belirtmektedir.

Bireylerin sorun olarak algıladığı pek çok yaşantı, bilgisizlikten kaynaklanan çoğunlukla yardım alındığında çözümlenebilen durumlar olabilir. Bu bağlamda toplumda görülen cinsel sorunların, cinsel işlev bozukluğundan daha fazla yaygın

olabileceği düşünülebilir. Bunun en önemli nedeni, şaşırtıcı boyutlardaki cinsel bilgisizlik, daha da önemlisi yanlış bilgilendirme ve yanlış inanışlar olabilir.

Ekşi'nin yürüttüğü bir araştırmada kadınların %20'si, erkeklerin %29'u evliliğin amacının cinsel gereksinimleri sağlamak olduğunu belirtmişlerdir (Ekşi, 2005). Aktif cinsel yaşamları olmayan çiftlerin evlilik ilişkilerinin mutsuz olduğu, boşanma olasılıklarının yüksek olduğu ve paylaşımlarının daha az olduğu belirtilmektedir (Donnelly, 1993). Boşanmanın ve evlilikte yaşanan sorunların fiziksel sağlık, mantıklı düşünme, iş üretkenliği ve çocuklar üzerinde negatif etkileri ortaya çıkarabileceği düşünülmektedir (Emery ve Coiro, 1995; Sandstrom, 2004).

Evlilik ilişkisinde yaşanan problemlerin çözümünde kullanılan etkili tedavi yaklaşımlarının başarısının bile, problemleri çiftler üzerinde sınırlı olabileceği belirtilmektedir. Diğer taraftan evlilik sürecinde eşlere sunulan danışmanlık hizmeti, genellikle çok önemli sorunlar yaşandıktan sonra yapılmakta ve bundan dolayı sorunların çözüm süreci uzayabilmekte ve maddi manevi çeşitli güçlüklerin ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Günay, 1995; Sullivan, Pasch ve Cornelius, 2004). Bu nedenle çiftlerin ilişkilerinde önemli sorunlar ortaya çıkmadan önce, önleme girişimlerinin uygulanmasının daha işlevsel olabileceği düşünülmektedir (Sullivan, Pasch ve Cornelius, 2004).

İngiltere, Avustralya, Avusturya, Kanada, ABD'de evliliğin başında olan çiftlere, uyumlu ve doyum sağlayan evlilik yaşantısı amacıyla evlilik öncesi hazırlık programları ile önleyici girişimler uygulanmaktadır. Bu programlarda, evlilik ilişkisini geliştirmek, ortaya çıkabilecek boşanmayı önleyebilmek, ev içi şiddet ve çocuk suistimalini önlemek, böylece boşanmalardaki azalmalarla tarafların zihinsel ve fiziksel sağlığını korumak amaçlanmaktadır (Stahmann, 2000). Türkiye'de ise evlilik ve aile danışmanlığı alanının, evli bireylere bu hizmetin sunulabilmesi için yeterli düzeyde gelişmediği görülmektedir. Bu konudaki akademik çalışmaların özellikle son yıllarda yapılmaya başlandığı görülmektedir. Evli bireylere ya da evlilik hazırlığı yapan bireylere bu hizmetlerin profesyonelce sunulabilmesi ve faydalı olabilmesi için evlilik ilişkisini etkileyebileceği düşünülen evliliğin cinsel yönünü etkileyebilen cinsel özgüven gibi değişkenlerin araştırılmasının gerekli olduğu ve alana büyük katkılar sağlayabileceği düşünülmektedir.

Evlilikte yaşanan çoğu sorunların kaynağı evli bireylerin cinsel özgüven eksikliğinden dolayı yaşadığı sorunların varlığı olabilir. Evlilik yaşamından doyumun alınabilmesi için öncelikli olarak doyumsuzluğa neden olabilecek cinsel özgüven eksikliğinin araştırılıp ortadan kaldırılması gerekmektedir. Bireylerin cinsel özgüven eksikliğine sebep olabilecek faktörlerin farkında olmaları, hem eş seçimi sürecinde olan bireylerin eş seçiminde sağlıklı karar almalarına yardımcı olabilecek hem de evli olan çiftlerin evlilik ilişkisini olumsuz etkileyen cinsel kökenli çatışmaları çözmelerine katkı sağlayacaktır.

Evli kişilerin birbirlerinden farklı cinsel özgüven özelliklerine sahip olmaları evlilik ilişkisinde çatışmalara ve bunların sonucunda da evlilik yaşamında doyumsuzluğun yaşanmasına neden olabilir. Çünkü bireyler evlilik yaşantısına farklı cinsel özgüven düzeyleri, cinsel cesaret cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel farkındalık, cinsel utangaçlık, cinsel öz yeterlilik, ilişki ve etkileşim özellikleri ve diğer kişilik özellikleri, sosyo-kültürel özellikleri ve de öğrenme yaşantılarıyla birlikte girmekte ve bu farklılıkların doğurduğu pek çok sorunla yüz yüze kalabilirler. Bu nedenle bu araştırma, evli bireylerin cinsel yaşantıları ile ilgili sağlıklı ve dengeli bir ilişki sürdürebilmeleri, çatışmalarını yapıcı ve etkin olarak çözebilmeleri için gerekli olan şartların sağlanması konusunda bilgilendirilmesi açısından önem taşımaktadır.

### **1.1.YAPISAL EŞİTLİK MODELİNİN GELİŞTİRİLMESİ**

Bireysel ve toplumsal açıdan düşünüldüğünde cinsellik ve cinsel ihtiyaçların hem toplumun kültürel özelliklerine hem de bireyin öznel yaşantısına uygun bir şekilde karşılanmasının bireyin hem ruhsal hem de biyolojik sağlığının sürdürülebilmesi açısından önemli olduğu düşünülebilir. Cinsellik ve karşı cinsle cinsel paylaşımların gerçekleştirilebilmesi, bazı kişilik özelliklerine ve toplumsal kurallara uygun bir şekilde yaşam koşullarının oluşturulabilmesine bağlı olabilir. Toplum ve insan sağlığı açısından düşünüldüğünde, cinsel ihtiyaçların karşılanabilmesi ve cinsel paylaşımların sürekli ve düzenli bir şekilde gerçekleşebilmesi evlilik ilişkisinin kurulması ve sürdürülmesine bağlı olabilir. Hem evlilik içinde hem de evlilik dışı ilişkilerde cinselliğin sağlıklı bir şekilde yaşanabilmesi, bireylerin cinsel özgüven özelliklerine ve cinsel özgüvenlerini etkileyen diğer faktörlere bağlı olabileceği

düşünülebilir. Bu nedenle bu araştırmada öncelikle cinsel özgüven ile onu etkileyebileceği düşünülen evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık ve cinsel öz-yeterlik değişkenleri ele alınarak bir hipotez model oluşturulmaya ve oluşturulan bu modelin doğruluğu test edilmeye çalışılmıştır.

Cinsel özgüven ile cinsel utangaçlık kavramları ele alınırken ve aralarındaki ilişki değerlendirilirken özgüven ve utangaçlık kavramlarının ele alınmasının gerekir. Özgüvenin, kendimiz ve yeteneklerimiz hakkında pozitif ve gerçekçi bir anlayışa sahip olduğumuz anlamına geldiği belirtilmektedir. Diğer taraftan, özgüven eksikliğinin ise, kendinden şüphe duymak pasiflik, boyun eğme, aşırı uyum gösterme, yalnızlık, eleştirilere karşı hassas olma, güvensizlik, depresyon, aşağılık duygusu ve sevilmediğini hissetme gibi kavramlarla tanımlandığı görülmektedir. Özgüveni düşük kişilerin, kendilerini başarısız ve değersiz görebildiği; reddedilme korkusu ile sevgi alışverişine giremediği ifade edilmektedir (Kurtuldu, 2007). Özgüveni yüksek olan bireylerin ise genelde, kendilerine güvenen, başarıya isteği olan, iyimser, zorluklardan yılmayan, yeni düşüncelere ve deneyimlere açık ve araştırmacı, insan ilişkilerinde rahat ve sevecen, sorumluluk yüklenen ve atılgan bir kişilik özelliğine sahip oldukları belirtilmektedir. Kendilerini saygı ve kabul edilmeye değer, yararlı, önemli kişiler olarak algılama eğiliminde olabilecekleri ifade edilmektedir (Mağden ve Aksoy, 1993, s.136). Utangaç bireylerin ise, bütün deneyimlerinin olumsuz olacağı, dışlanacağı ve reddedileceği gibi sabit düşüncelerle donatılmış olabilecekleri belirtilmektedir (Kozanoğlu, 2006).

Utangaç kişilerin kendileriyle ilgili endişe yaşayabileceği ve kendileri hakkında olumsuz düşüncelere sahip olabileceği düşünülmektedir. Utangaç kişilerin sosyal ortamlardaki hoşnutsuzluğu abartma eğiliminde olabileceği ve başkalarının göstermiş olduğu olumsuz tepkilerden kolaylıkla etkilenebileceği ifade edilmektedir. Kendileriyle ilgili olumsuz yargılar utangaç bireyin düşük özsaygı geliştirmesine neden olabilir. Utangaç kişiler, sosyal ortamlarda kaygıdan ziyade bilişsel anlamda bir rahatsızlık yaşıyor olabilirler. Utangaçlıkla ilgili ciddi sorunu olan bireylerin, sosyal ortamlara katılmama eğilimi gösterebileceği, konuşmakta zorlanabileceği ve diğer insanlara karşı ilgisiz olabileceği belirtilmektedir. Bu da onların yalnızlığa itilmelerine ve kendilerini yalnız hissetmelerine neden olabilir (Henderson ve Zimbardo, 1988).

Utangaçlığın kronik ya da dönemsel olarak ve farklı düzeylerde ortaya çıkabileceği, özellikle de cinsel girişimlerde, mahrem konularda utangaçlığa sık olarak rastlandığı ifade edilmektedir (Zimbardo, 1986). Utanma duygusu kişilerin özgüvenini yitirmesine ve bunun sonucunda yaratıcılıktan uzaklaşmasına, başarısızlığa, yeniliklerden korkmaya ve bu korkunun zamanla kişiliğe yerleşmesine yol açabileceği ifade edilmektedir (Eunsen ve Henderson, 1987).

Alanyazında cinsel utangaçlığın, cinsel konuları konuşamamanın, cinsel açıdan kendini ifade edememenin çeşitli cinsel bozukluklara sebep olabileceği ve bunların çoğunun çocukluk yıllarındaki geçirilen deneyimlerden ve bireyin yaşadığı çevredeki cinselliğe yönelik geliştirilen olumsuz tutum ve inançlardan kaynaklanabileceği belirtilmektedir (Charlton, 2007; Storr, 1992). Bu çerçevede cinselliğin bastırılması ya da cinsellikle olumsuz tutumların varlığı bireylerde cinsel duyguların tamamen deneyime ve gelişime açık olması yerine utanç ve yabancılaşma duygularına dönüşebileceği hatta bu duyguların bir şekilde önlenmeye çalışılıyor olabileceği düşünülebilir. Bu durum bireylerin evlilik yaşamının bir yönünü oluşturan cinsel yaşamlarında cinsel utangaçlığın olması eşlerin evlilik ilişkilerinin, cinsel ilişkilerinin ve paylaşımlarının olumsuz etkilenmesine sebep olabilir. Utangaçlık ve özgüven kavramları genel olarak değerlendirildiğinde utangaçlığın özgüveni negatif açıdan yordayabileceği düşünülebilir. Bu bağlamda utangaçlığın bir alt boyutu olabileceği düşünülen cinsel utangaçlığın, özgüvenin bir alt boyutu olabileceği düşünülen cinsel özgüveni negatif bir şekilde yordayabileceği savunulabilir.

Cinsel utangaçlık gibi cinsel öz-yeterlik de cinsel özgüveni yordayabilir. İnsanların farklı durumlardaki sergiledikleri davranışlarını öz-yeterlik inançlarının etkilediği gibi cinsellik alanındaki davranışlarını da cinsel öz-yeterlik inançları etkileyebilir. Bandura (1997)'nin cinselliğin yönetilmesinde öz-yeterliğin önemli olduğunu savunduğu belirtilmektedir (Coulter, 2007). Cinsel öz-yeterliğin bireylerin bir cinsel bağlamda başarılı bir şekilde davranışlarını gerçekleştirme ve etkileyici tepkiler verme konusunda kendi yeteneklerine olan inancını ifade ettiği belirtilmektedir (Bailes, Creti, Fichten, Libman, Brender ve Amsel, 1998).

Pozitif cinsel öz-yeterliğin hem kadın hem de erkeklerde daha iyi cinsel uyum ve cinsel aktivitelerin sıklığındaki artış ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Creti ve Libman, 1989). Cinsellik hakkındaki pozitif ve negatif geribildirimlerin cinsel öz-

yeterliği etkilediği belirtilmektedir (Bach, Brown ve Barlow, 1999; Palace, 1995). Alanyazında cinsel öz-yeterliğin genellikle güvenli cinsel ilişki uygulamaları ile ilgili araştırmalarda ele alındığı görülmektedir (Basen-Engquist, 1992; Devieux ve diğerleri, 2002). Bu araştırmalarda genellikle düşük cinsel öz-yeterliliğin riskli cinsel davranışların yordayıcısı olduğu belirtilmektedir (Basen-Engquist, 1992; Cohen ve Fromme, 2002; Dilorio, Dudley, Soet, Watkins ve Maibach, 2000; Wulfert ve Wan, 1993).

Olumlu cinsel öz-yeterliğin hem kadın hem de erkeklerde daha iyi cinsel uyumun ve cinsel ilişki sıklığının arttırılmasıyla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Creti ve Libman, 1989). Bazı araştırmacılar (Reissing, Laliberte ve Davis, 2005; Devieux ve diğerleri, 2002) tarafından cinsel öz-yeterliğin güvenli cinsel ilişkinin deneyimleşmesine bağlı olduğu savunulmaktadır. Diğer taraftan düşük cinsel öz-yeterliğe sahip olan bireylerin ise riskli cinsel ilişki deneyimleri olduğu belirtilmektedir (Basen-Engquist, 1992; Cohen ve Fromme, 2002; Dilorio, Dudley, Soet, Watkins ve Maibach, 2000; Wulfert ve Wan, 1993). Cinsel öz-yeterlik kavramı genel olarak değerlendirildiğinde cinsel özgüveni etkileyen önemli bir faktör olabilir.

z-yeterliğin yüksek olmasının zamanla insanların zorlayıcı ortamlar seğermesine, çevrelerini araştırmasına ya da yeni çevreler yaratmasına olanak verdiği belirtilmektedir (Bandura, 1977 - 1994; Scholz, Dona, Sud ve Schwarzer, 2002). z yeterlilik düzeyi, harekete geçmek için güdüleri engelleyebilir ya da artırabilir. z yeterlilik yüksek olan bireyler daha karmaşık ve riskli görevleri seğerebilirler (Andrew ve Vialle, 1998). Bu erevde cinsel öz-yeterliği yüksek olan bireyler cinsel açıdan daha fazla riskli ve karmaşık olan davranışları gerçekleştirmeye çalışacakları için başarısızlık ya da cinsel doyumсуuzluk yaşama ihtimalleri yüksek olabilir. Bu nedenle cinsel öz-yeterliği yüksek olan bireylerin cinsel zgven düzeyleri düşebilir. Diğer bir ifadeyle cinsel öz-yeterlik cinsel özgüveni negatif açıdan etkileyebilir.

Bireyin sahip olduğu gerçek cinsel performansı ile idealindeki cinsel performansı arasında fark olması cinsel özgüvenin düşmesine sebep olabilir. Cinsel öz-yeterliği yüksek olan bireyler kendilerinin olumlu ve olumsuz cinsel özelliklerinin daha fazla farkında olabilirler. Olumsuz cinsel özelliklerinin daha fazla farkında olunması cinsel özgüvenin negatif açıdan etkilenmesine sebep olabilir. Cinsel öz-yeterliği yüksek olan bireyler cinsel ilişkilerinde çok aşırı kontrol ve yönlendirici olmaya

çalışabilirler. Bu nedenle cinsel ilişkilerinde rahat olamayabilirler, içlerinden geldiği gibi doğal davranışlar sergileyemiyor olabilirler. Bu durum onların yeterli cinsel doyum almalarını engelleyebilir ve cinsel özgüvenlerinin düşük olduğunu algılamalarına sebep olabilir.

Cinsel öz-yeterliği yüksek olan bireylerin kendileri, cinsel özellikleri ve cinsel ilişkileri hakkında daha fazla bilgi sahibi olabilecekleri düşünülebilir. Bu durum bazen bireylerde kaygıya ya da çeşitli cinsel durumlardan kaçınmaya sebep olabilir. Bu nedenle cinsel özgüvenlerinin düşük olduğunu algılayabilirler. Diğer taraftan cinsel öz-yeterliği düşük olan bireylerin yüksek olanlara oranla cinsel yaşantılarında daha fazla rahat hareket ediyor olabilirler. Çünkü öz-yeterlik düzeyleri düşük olduğu için başarısızlık kaygısını daha az yaşayabilirler. Bu bağlamda düşünüldüğünde cinsel öz-yeterlik düzeyleri düşük olan bireyler daha az başarısızlık kaygısı yaşayacakları için cinsel özgüvenleri daha yüksek olabilir. Ayrıca bireyin cinsel öz-yeterlilik algısı her ne kadar yüksek olsa bile cinsel açıdan hem fiziksel hem de ruhsal açıdan cinsel performansı düşük olabilir. Bu durumda birey kendini cinsel performansı açısından değerlendirdiği için cinsel özgüveninin düşük olduğunu algılayabilir. Özetle cinsel öz-yeterliğin cinsel özgüveni negatif bir şekilde yordayabileceği düşünülmektedir.

Cinsel özgüveni etkileyebileceği düşünülen diğer bir kavram ise evlilik yaşam doyumudur. Cinsel ilişkinin sıklığının ve kalitesinin eşlerin beklentilerine uygun olup olmaması, evlilik doyumunu yakından ilgilendiren faktörler arasında yer aldığı belirtilmektedir. Evlilik ilişkisini doyumsuz algılayan bireylerin cinsel ilişkiyi doyumsuz olarak algıladıkları, eşlerin cinsel ilişkiye isteksiz olması, cinsel beklentilerin eş tarafından yeterince karşılanamaması gibi durumların ortaya çıkmasına sebep olabileceği düşünülmektedir (Synder, 1997). Bu durum evlilik yaşam doyumunu yüksek olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin de yüksek olmasına sebep olabilir. Diğer bir ifadeyle evlilik yaşam doyumunu cinsel özgüveni pozitif açıdan yordayabilir.

Alanyazında doyum bir mutluluk düzeyi olarak tanımlanmaktadır (Collard, 2006). Evlilik ve aile ile ilgili alanyazında evlilik doyumunu dolaylı olarak ilişkilerde stresin olmadığı bir durum olarak tanımlanmaktadır (Bradbury ve diğerleri., 2000; Busby ve diğerleri., 1995; Kinnunen ve Feldt, 2004; Spanier, 1976). Evlilik doyumları yüksek



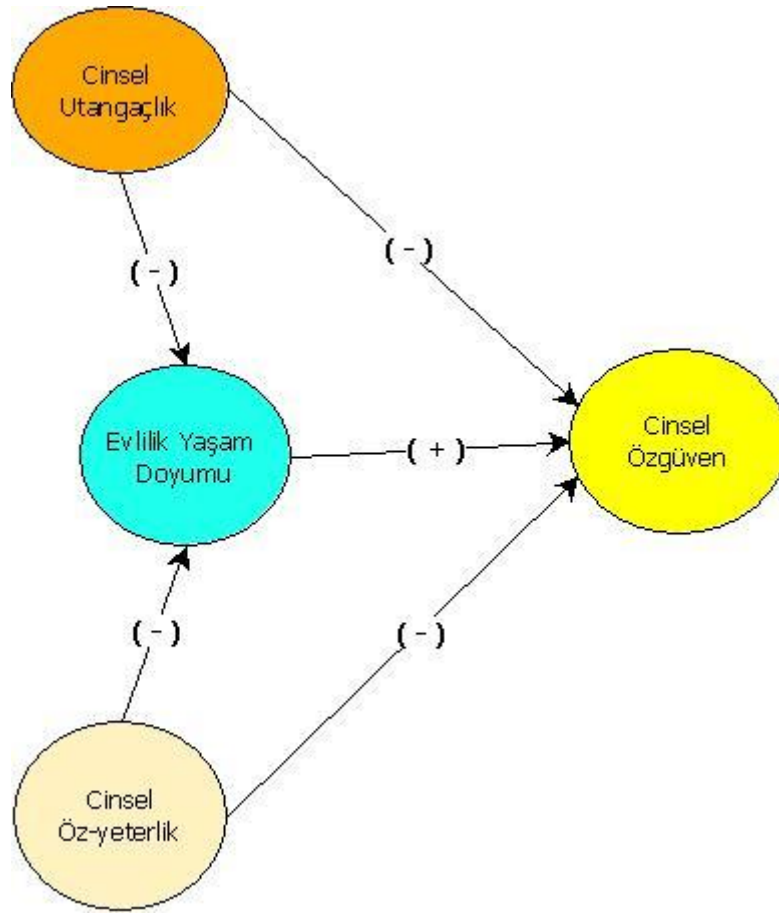
çiftlerin stres seviyelerinin düşük, mutluluk düzeylerinin yüksek ve olumsuz yaşam koşullarına karşı dayanıklılıklarının daha fazla olduğu ifade edilmektedir (Kirby, 2005; Bradbury, Fincham, 2000). Evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin evlilik ilişkilerindeki stres seviyesinin düşük, mutluluk düzeyinin yüksek olması cinsel ilişkilerinde de başarılarının ve aldıkları doyumun yüksek olmasına sebep olabilir. Bu durumda cinsel özgüven düzeylerinin yükselmesine neden olabilir.

Evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin eşlerine daha çok kabullenici ve cinsel açıdan istekli tutum ve davranışlar sergileyebilir. Bu durum eşlerin cinsel yaşantılarını ve cinsel ilişki performanslarını olumlu yönde etkileyebilir. Diğer taraftan evlilik yaşam doyumu düşük olan evli bireyler ise eşlerine karşı cinsel açıdan reddedici tutum ve davranışlar sergileme ihtimalleri yüksek olacağından evlilik ilişkisindeki cinsel paylaşımları olumsuz etkilenebilir. Ayrıca evlilik yaşam doyumunu olumsuz yönde etkileyebileceği düşünülen evli eşler arasındaki yaşanan çatışmaların bir kısmı cinsel ilişkileri üzerinde yaşanabilir. Bu çatışmalar ve diğer olumsuz faktörlerden dolayı evlilik yaşam doyumu düşük olan bireyler eşleriyle cinsel ilişkiye girmekten kaçınabilirler ve cinsel yaşantıları ile ilgili anlaşmazlıkların bir kısmı zaman içinde çözülemez bir hal alabilir. Bu bağlamda evlilik yaşam doyumu ve bunu belirleyen faktörler cinsel özgüveni yordayabilir.

Eşlerin birbirlerine yönelik sergiledikleri davranışları nasıl ise cinsel ilişki sırasında da o şekilde davrandıkları belirtilmektedir (Dokur ve Profeta, 2006). Bu bağlamda evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin evlilik ilişkisinde birbirlerine olumlu ve güzel davranışlar sergileyebilirler. Bu davranışlar zaman içinde alışkanlık haline gelebilir, hatta kişiliğin bir parçası olabilir. Cinsel ilişkilerde de farkında olunmadan alışkın olunan bu davranış tarzının sergilenmesi evlilik yaşam doyumunun etkisiyle cinsel özgüveni arttırabilir.

Evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık, cinsel öz-yeterlik genel olarak değerlendirildiğinde bu değişkenlerin her birinin cinsel özgüveni doğrudan yordayabileceği düşünülebilir. Ayrıca evlilik yaşam doyumu cinsel öz-yeterlik ve cinsel utangaçlığın cinsel özgüveni yordamasında aracı bir etkiye de sahip olabilir; çünkü genel olarak değerlendirildiğinde cinsel utangaçlığı ve cinsel öz-yeterliği gösteren davranış ve tutumların, evlilik yaşam doyumunu belirleyen kişisel ve ilişki nitelikleri etkileyebileceği sonucu çıkarılabilir. Bu nedenle bu araştırmada

oluşturulan Yapısal Eşitlik Modelinde evlilik yaşam doyumunun, cinsel utangaçlığın ve cinsel öz-yeterliğin cinsel özgüveni doğrudan yordayabileceğine yönelik araştırmanın hipotez modeli geliştirilmeye çalışılmıştır. Ayrıca ilk defa bu araştırmada geliştirilmeye çalışan modelde cinsel utangaçlık ile cinsel öz-yeterliğin cinsel özgüveni evlilik yaşam doymu aracılığı ile yordayabileceğine ilişkin hipotezlere de yer verilmiştir. Araştırmada Yapısal Eşitlik Modeli için geliştirilen hipotez model Şekil 1.'de sunulmuştur.



Şekil 1. Hipotez Model

## 1.2.PROBLEM CÜMLESİ

Bu araştırmada, evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri, cinsel öz-yeterlik, evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık ve demografik özellikleri (cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi, meslek türü, bir işte çalışıp çalışmama) açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

## 1.3.ALT PROBLEMLER

Araştırmanın temel amacı kapsamında ele alınan değişkenlere göre belirlenen alt amaçlar başlıklar halinde aşağıda verilmiştir:

### 1.3.1. Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeyine İlişkin Alt Problemler

1.3.1.1. Evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri nasıldır?

1.3.1.2. Evli bireylerin cinsel özgüvenini evlilik yaşam doyumu nasıl yordamaktadır?

1.3.1.3. Evli bireylerin cinsel özgüvenini cinsel utangaçlık nasıl yordamaktadır?

1.3.1.4. Evli bireylerin cinsel özgüveni evlilik yaşam doyumu aracılığı ile cinsel utangaçlık tarafından nasıl yordanmaktadır?

1.3.1.5. Evli bireylerin cinsel özgüvenini cinsel öz-yeterlik nasıl yordamaktadır?

1.3.1.6. Evli bireylerin cinsel özgüveni evlilik yaşam doyumu aracılığı ile cinsel öz-yeterlik tarafından nasıl yordanmaktadır?

### 1.3.2. Evlilik Yaşam Doyumuna İlişkin Alt Problemler

1.3.2.1. Evlilik yaşam doyumu yüksek ve düşük olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

1.3.2.2. Evlilik yaşam doyumunun ve cinsiyetin, evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerindeki ortak etkisi nasıldır?

### 1.3.3. Cinsel Utangaçlığa İlişkin Alt Problemler

1.3.3.1. Cinsel utangaçlık düzeyleri yüksek ve düşük olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

1.3.3.2. Cinsel utangaçlığın ve cinsiyetin, evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerindeki ortak etkisi nasıldır?

### **1.3.4. Cinsel Öz-yeterliğe İlişkin Alt Problem**

1.3.4.1. Cinsel öz-yeterlilik düzeyleri yüksek ve düşük olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

### **1.3.5. Demografik Değişkenlere İlişkin Alt Problemler**

1.3.5.1. Evli bireylerin cinsiyete göre cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

1.3.5.2. Evli bireylerin evlenme biçimine göre cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

1.3.5.3. Evlenme biçiminin ve cinsiyetin, evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerindeki ortak etkisi nasıldır?

1.3.5.4. Evli bireylerin evlilik süresine göre cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

1.3.5.5. Evlilik süresinin ve cinsiyetin, evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerindeki ortak etkisi nasıldır?

1.3.5.6. Evli bireylerin çocuk sayısına göre cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

1.3.5.7. Çocuk sayısının ve cinsiyetin, evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerindeki ortak etkisi nasıldır?

1.3.5.8. Evli bireylerin ek işte çalışıp çalışmamasına göre cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

1.3.5.9. Evli bireylerin eğitim düzeyine göre cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

1.3.5.10. Evli bireylerin meslek türüne göre cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

1.3.5.11. Evli bireylerin bir işte çalışıp çalışmamasına göre cinsel özgüven düzeyleri önemli bir biçimde farklılık göstermekte midir?

## **1.4.ÖNEM**

Evli bireylerin ruh sağlığının iyi olması ve evlilik ilişkisinin devamı için cinsel özgüven özelliklerinin önemli bir faktör olduğu söylenebilir. Hem çocukların yetiştirilmesi, hem de kültürel özelliklerin kuşaktan kuşağa aktarılmasında temel araç durumunda olan evlilik kurumunun, gelecek kuşakların sağlıklı yetiştirilmesinde

yaşamsal öneme sahip olduğu düşünülebilir. Gelecek nesillerin sağlıklı olabilmesi ve başarılı bir evlilik ilişkisi kurabilmesinin evli bireylerin çocuklarına aktardığı bilgilere ve sergilemiş oldukları örnek davranışlara bağlı olduğu söylenebilir. Bu da evli bireylerin evlilik ilişkilerinde ne kadar başarılı ve mutlu olduklarına bağlı olabilir.

Evli bireylerin evlilik sürecinde görev ve sorumluluklarını yeteri kadar yerine getirebilmeleri, yetiştirdikleri çocukların gelecekte kuracakları evlilik ilişkilerinin niteliğini etkileyebilir. Diğer taraftan evlilik ilişkisinde çatışma ve doyumsuzluk yaşayan evli bir birey zamanını ve enerjisini toplumsal ve mesleki yaşamdaki verimliliğine harcamak yerine kendi evlilik ilişkisinde yaşadığı sorunları çözmeye harcayacaktır. Bu nedenle yaşamdaki verimliliği ve mutluluk düzeyi düşecektir. Bu araştırma evli bireylerin evlilik ilişkisinde yaşadıkları sorunların çözüm şekli ile ilgili çocuklarına sunabilecekleri örneklerin nasıl bir öneme sahip olduğu konusunda bilinçlenmelerini sağlayacağı için oldukça önemlidir. Ayrıca bu araştırma evlilik ilişkisinde doyumsuzluğa ve mutsuzluğa sebep olan cinsel sorunlardan kaynaklanan çatışmaların çözümüne yönelik evli bireylere yönelik yardım çalışmalarını içeren programların geliştirilmesine ve eğitim-öğretim programlarında evlilik ilişkisini geliştirmeye yönelik konulara yer verilmesinin önemine dikkat çekeceği için de önemlidir.

Bu çalışmada evli bireylerin cinsel özgüven özelliklerinin ilişkili olduğu faktörlerin incelenmesi konusunda elde edilecek bulguların Türkiye'deki evlilik ve aile danışmanlığı hizmetlerine yönelik bilimsel düşünme ve araştırma olanaklarının yaratılmasına, evlilik yaşamındaki cinsel konulara ek bilgi sağlanmasına, evlilik ilişkisinde yaşanabilecek cinsel sorunları önleme çalışmalarının daha etkili yapılmasına ve evlilikteki cinsel yaşantılarının daha sağlıklı olmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu araştırmadan elde edilecek bulgular, çeşitli özel ve resmi psikolojik danışmanlık merkezlerinde, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde ve hastanelerde aile danışmanlığı alanında hazırlanan evlilik ilişkisini geliştirme programlarının geliştirilmesine katkı sağlayacaktır. Ayrıca bu çalışma evlilik ilişkisini geliştirme programlarında eşlerin cinsel özgüvenlerinin ve evlilik yaşam doyumlarının artırılmasına yönelik çalışmalara da yer verilmesine dikkat çekeceği için büyük bir öneme sahiptir.

Eşler arasında sağlıklı ilişkilerin oluşturulmasında önemli olan cinsel doyumun sağlanabilmesi eşlerin cinsel özgüven düzeylerine bağlı olabilir. Bireylerin cinsel özgüvenlerini arttırmaya yönelik evlilik öncesi ve evlilik sürecinde eğitim ve danışmanlık almaları, evli çiftlerde oluşabilecek korku ve yanlışlıkları, bunların getirebileceği cinsel isteksizlikleri ve problemleri ortadan kaldırabilir. Bu bağlamda cinsel özgüvenin araştırılması alana büyük katkılar sağlayacağı için oldukça önemli olduğu düşünülebilir.

### **1.5.VARSAYIMLAR**

Araştırmacılar genellikle çalışmalarına ilişkin bazı varsayımlarda bulunurlar. Bu çalışmanın kavramsallaştırılması ve uygulanmasıyla ilişkili temel varsayımlar aşağıda belirtilmektedir:

1. Bu araştırma, kullanılan ölçme araçları ve ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güveniliridir.
2. Araştırmaya katılan bireyler uygulanan ölçekleri içten ve objektif olarak doldurmuşlardır.
3. Araştırmanın çalışma grubu evreni temsil edici niteliktedir.

### **1.6.SINIRLILIKLAR**

Araştırmacılar tarafından yaygın biçimde kullanılan metotlarla ilişkili bazı sınırlılıklar vardır. Aşağıda bu çalışmada kullanılan araştırma metoduyla ilişkili sınırlılıklar sıralanmıştır:

1. Araştırma verileri, İstanbul'da yaşayan 336 evli bireyle sınırlıdır.
2. Cinsel özgüvene, evlilik yaşam doyumuna, cinsel utangaçlığa, cinsel öz-yeterliğe yönelik bulgular; Cinsel Özgüven Ölçeği, Evlilik Yaşam Doyumu, Cinsel Öz-bilinç Ölçeği, Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği'nden elde edilen verilerle sınırlıdır.

## 1.7.TANIMLAR

Araştırmada yer alan temel kavramlara ilişkin tanımlar aşağıda verilmiştir.

**Cinsel Özgüven:** Cinsel özgüven bireylerin cinsel istek ve duygularını rahatça yaşayabilmeleri, bu konuda cinsel farkındalıklarının olması, cinsel açıdan kendilerini yeterli düzeyde açabilmeleri ve karşı cinsle ya da evli olduğu bireyle cinsel birliktelik yaşayabilme cesaretini gösterebilmesi olarak tanımlanabilir.

**Cinsel Utangaçlık:** Cinsel utangaçlığın cinsel durumlarda rahat olamamak ve çekingenlik hissi yaşamak olduğu belirtilmektedir (van Lankveld, Geijen ve Sykora, 2007).

**Cinsel Öz-yeterlik:** Bireylerin cinsel bağlamdaki duygusal tepkilerini ve davranışlarını başarılı bir şekilde gerçekleştirebileceklerine yönelik inançlarıdır (Bailes, Creti, Fichten, Libman, Brender ve Amsel, 1998).

**Evlilik:** Evlilik, eş seçiminde ve ilişkide özgürlüğün, cinsellikte eşitlik ve yakın ilişki gibi özelliklerin arandığı resmi, duygusal, davranışsal ve biyolojik yönleri olan bir sosyal sistemdir (Tutarel-Kışlak, 1999).

**Evlilik Doyumu:** Evlilik doyumu evli bireylerin etkileşimlerini, deneyimlerini ve evlilik yaşamından beklentilerini kapsayan duygusal olarak yaşanan bir durum olarak tanımlanmaktadır (Collard, 2006).

## BÖLÜM II

### ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde sırasıyla evlilik ve cinsellik, cinsel özgüven, cinsel farkındalık, cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel cesaret, cinsel utangaçlık, cinsel öz-yeterlik, cinsellik ve evlilik yaşam doyumuna ilişkin kuramsal bilgilere ve bunlarla ilgili alanyazında yer alan araştırmalara yer verilmiştir.

#### 2.1. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ

##### 2.1.1. Evlilik ve Cinsellik

Cinsellik, insanın varoluşunun kaynağı ve doğumdan ölüme kadar yaşamın önemli bir parçasıdır. İnsan aktif bir biçimde cinsel ilişki içinde olsun ya da olmasın, cinselliğin günlük düşünce ve duyguların bir parçası olan, rüyaların, hayallerin, korku ve kaygıların temelinde yer alan önemli etkenlerden biri olduğu düşünülmektedir (Şentürk, 2006).

Biyolojik açıdan, cinselliğin temel işlevi üremeyi sağlayarak insan neslinin devam etmesine sağlamaktır. Psikolojik düzeyde ise cinselliğin, cinsel ilişkiden haz almayı, sevme ve sevilme gibi bireyin temel ihtiyaçlarının doyurulmasını amaçladığı, bunlarla ilişkili olarak çeşitli bireysel davranışları ve insan ilişkilerini içerdiği belirtilmektedir. Ayrıca toplumsal açıdan da cinselliğin, insan yaşamının pek çok yönü ile ilişkili olduğu düşünülebilir. Cinselliğin toplumun işleyişi, özelliği, değer yargıları, yasaları, sanatsal faaliyetleri, tarihi, cinslere verilen rolleri, üretim faaliyetleri, eş seçme ve evlenme tercihleri gibi çeşitli değişkenlerle ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Özgüven, 1997, s: 2).



Sentilhes'e (1972) göre cinsellik kavramının gerçek anlamını bulabilmesi için duyguların ve aklın birlikte kullanılması gereklidir. İnsanın cinsellik anlayışı, ancak o zaman hayvanlarda bulunan cinsel içgüdüden farklı olarak duygu ve düşüncelerin ortaklaşa yer aldığı bir hale gelir (Akt. Şentürk, 2006). Cinselliğin kişinin kendi ruhsal sağlığını olduğu kadar, kurulan evlilikleri ve toplumsal yaşamı da ilgilendiren bir konu olduğu belirtilmektedir (Şentürk, 2006).

Son yıllarda toplumsal değişim ve teknolojik gelişmeler sonucunda kültürümüzde pornografinin ve cinsel içerikli materyallerin yaygınlaştığı ve kötüye kullanımının arttığı görülmektedir. Abramson ve Pinkerton (1995) bu tür materyallerin kullanımının sosyal ve tıbbi açıdan tehlikeli sonuçlarının olabileceğini belirtmektedir. Bu konudaki çalışmaların 19. yüzyılın ikinci yarısında batı kültüründe bu materyallerin kullanımından kaynaklanan tıbbi rahatsızlıklara odaklandığı ve 20. yüzyılın ikinci yarısında ise sosyal açıdan ortaya çıkan cinsel taciz gibi sosyal zararlarına odaklanıldığı için yapıldığı görülmektedir (Dines, Jensen ve Russo, 1998; McKee, 2005; Russell, 1997).

Araştırmacılar günümüzde ulaşılabilir pornografik malzemelerin çağdaş yaşamın bir parçası olduğunu belirtmektedir (Cooper ve Griffin-Shelley,2002; Paul, 2005; Traen, Sorheim Nilsen ve Stigum, 2006). Bu durumun geniş çapta tüm toplumu etkileyebileceği savunulmaktadır (McNair, 2002). Bunun çelişkili olarak gençlerde daha fazla yaygınlaştığı ve kullanıldığı görülmektedir (Flood, 2007; Wolak, Mitchell ve Finkelhor, 2007). Zillmann (2000), "bunun yaygınlaşmasının sonuçlarının ne olacağını bilinmediğini belirtmektedir" (p. 41). Bu durumun sosyal açıdan olumsuz sonuçlarının araştırılması ve toplumun bilgilendirilmesinde sosyal araştırmaların büyük rol oynayabileceği savunulmaktadır (Manning, 2006; Paul, 2005).

Pornografinin toplumsal açıdan olumsuz etkilerinin önlenmesi için cinsel senaryo kuramına (sexual scripting theory) dayanan cinsel doyumun öncelikle araştırılması gerektiği savunulmaktadır (Gagnon ve Simon, 1973). Yapılan bir araştırmada sadece gençlerde, açık cinsel materyalleri kullanımı ile cinsel doyum arasında ilişki bulunmuştur (Stulhofer, Matkovic ve Elias, 2004). Bu durumun toplumda yaygınlaşmasının sebebi bireylerde cinsel özgüven eksikliğinden kaynaklanabileceği düşünülebilir. Diğer bir ifade ile bireyler yeterli cinsel özgüvene sahip olmadıkları için cinsel ihtiyaçlarını karşılayabilmek için karşı cinsle cinsel ilişki birlikteliği

kurmakta güçlükler yaşadıkları için pornografi gibi diğer araçlara başvurdukları düşünülebilir.

### **2.1.2. Cinsel Özgüven**

Bireyin cinsel içgüdüleriyle uyumlu olsun ya da olmasın, davranış biçimi, başta diğer insanlarla ilişki kurabilme becerisi ve özgüveni olmak üzere, özyapısını birçok yönden etkileyebileceği belirtilmektedir (Storr, 1992). Charlton (2007) de cinselliğin insan hayatının bir parçası olduğunu ve kişiliğin temellerini oluşturduğunu savunmaktadır. Dolayısıyla insanların cinsel doğası konusunda, genel olarak dönüklük ya da sapma olarak adlandırılan davranış biçimleri de içinde olmak üzere, her yönden bilgi sahibi olunması önemlidir; çünkü cinselliğin bireylerin toplumsal ve evlilik ilişkilerindeki etkileşimlerinin niteliğini etkileyebilen önemli bir etken olduğu düşünülebilir. İnsanlarla doğrudan toplumsal ve kişisel ilişkilere girdiğimizde, hem kendi cinselliğimiz hem de başkalarının cinselliği, büyük bir önem kazanabilir.

Bir ilişkideki cinsel paylaşımların bireyi mutlu edebilmesi ve ilişki bağlarının güçlenebilmesi için cinsel ilişkiden alınan doyumun önemli olduğu düşünülebilir. Daha sık cinsel ilişkinin, orgazmların tutarlılığının, cinsel paylaşım ve benzerlerinin de içinde olduğu, özgül cinsel davranışların sayısının daha büyük cinsel doyumla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Cinsellikten alınan doyumun bazen cinsel heyecan ve yeniliğin bir işlevi olduğu düşünülebilir ve cinselliğin bu yönleri çok önemli olabilir (Dönmez, Büyükşahin, Taluy, Başer ve Güler, 2009). Bu bağlamda bireylerin ilişkilerinden cinsel doyum alabilmeleri ve sağlıklı cinsel yaşamlarının devamı için cinsel bozuklukların tedavi edilmesi ya da bireylerin cinsel işlev sorunları yaşamamaları için önleyici çalışmaların yapılması gerekir.

Köroğlu (2004) cinsel işlevlerin, biyolojik, psikolojik ve sosyolojik etkenlerden etkilenebileceğini ifade etmektedir. İç ve dış genital organların, hormonların ve nörohormonların, intrapsişik dinamiklerin, kişiler arası ilişkilerin, sosyo-ekonomik durumun ve kültürel değerlerin hepsinin cinselliğin dışavurumunu etkilediğini belirtmektedir. Ayrıca bireydeki güven eksikliğinin de cinsel bozukluklara sebep olabileceğini belirtmektedir. Bu alanlardan bir ya da birkaçında görülen bozukluklar cinsel işlev bozukluğuyla sonuçlanabilir. DSM-IV-TR'de cinsel işlev bozuklukları başlıca yedi başlıkta ele alınmıştır: (1) Cinsel istek bozuklukları, (2) cinsel uyarılma

bozuklukları, (3) orgazmla ilgili bozukluklar, (4) cinsel ağrı bozuklukları, (5) genel tıbbi bir duruma bağlı cinsel işlev bozukluğu, (6) madde kullanımının yol açtığı cinsel işlev bozukluğu ve (7) başka türlü adlandırılmayan cinsel işlev bozukluğu. Bireylerin yaşayabilecekleri bu cinsel işlev bozuklukların temelinde cinsel özgüven eksikliği de olabilir.

Alanyazında cinsel özgüven kavramı ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmaların olmadığı görülmektedir. Ancak cinsel özgüvenin evli ya da evli olmayan bireylerin yaşamlarında mutlu olmalarını sağlayabilen faktörlerin en önemlilerinden biri olan cinsel yaşantılarının kalitesini etkileyen önemli bir unsur olabilir. Bu nedenle araştırılması gereken bu önemli kavram ya da faktörün öncelikle bir tanımının yapılması gerekmektedir. Cinsel özgüven kavramı genel olarak değerlendirildiğinde cinsellik ve özgüven ile ilişkili bir kavram olduğu düşünülebilir. Bu nedenle cinsel özgüven kavramı tanımlanmadan önce cinsellik ve özgüven kavramlarının incelenmesi ve genel tanımlarının yapılması gerektiği öngörülmektedir.

Cinsel uyarılma ve onun son noktası olan cinsel davranış fizyolojik, psikolojik ve kültürel etkenlerin bir ağıdır (Rowland, 1995). Bu çerçevede cinselliğin, biyo-psiko-sosyal bir varlık olan insanın tüm yönleriyle etkileşim içinde olduğu söylenebilir. Bu alanların birinde yaşanan sorun, genellikle cinselliğe de yansarak cinsel işlev bozukluklarına yol açabilir. Cinsel işlev bozuklukları organik ya da psikojenik olsun psikolojik öğeleri de içerebilmektedir. Psikolojik düzeyde cinsellik, cinsel ilişkiden haz alma, sevgi, sevme ve sevilme gibi bireyin temel ihtiyaçlarının doyurulmasını amaçlamakta, bunlarla ilişkili olarak çeşitli bireysel davranışları ve insan ilişkilerini içermektedir (Geçici, 2011, Taşkent, Ertuğun, Top, Çetin ve Şahin, 2003).

Cinsellik, bireyin cinsel alanları dışındaki alanları da içine almakta, bu anlamda sorun organik olarak başlamış olsa bile uyum güçlüklerine ve psikolojik değişmelere yol açabilmektedir (Bozkurt, 1996; Özgen, Gülçat, Özşahin, Aydın ve Işıklı, 1993). Bu çerçevede evlilik yaşamının önemli bir yönünü kapsayan cinsel işlevler ve bu konudaki bozukluklar ele alınırken bireyin biyolojik özelliklerinin yanında psikolojik ve sosyal yönünün de değerlendirilmesi gerektiği düşünülebilir. Ayrıca kişilik özellikleri ile cinsel yaşantılar arasında bir ilişkinin olduğu savunulmaktadır. Yapılan araştırmalarda sosyal, impulsif, aktif, konuşkan, ümitli kişilerin cinsel istek ve

doyumlarının daha fazla olduğu; ciddi, daha az sosyal, kuralcı, davranışlarını kontrol eden bireylerde ise daha az istek ve doyum yaşadıkları belirtilmektedir (Eysenck, 1971; Sadock, 1989).

Cinsellik ve cinsel konular, çoğu insan için konuşulması zor, kaçınılan, utanılan bir konu, adeta bir tabudur. Hemen hemen her konuda özgür olarak ve rahatça konuşabilen insanların çoğunluğu, varoluşunun doğal bir boyutu olan cinsellik konusunda çekingenlik duymakta ve kendilerini en yakın arkadaşlarına, akrabalarına bile açmakta zorlanmaktadır. Oysa cinsel yaşantı, insanların yaşamlarında çok önemli bir yer tutan doğal bir güdü ve yaşamın doğal bir parçasıdır. Buna karşın, cinsel düşünceler çoğu kez korku, kaygı, suçluluk gibi duygular eşlik etmektedir (Özgüven, 1997; Uzun, Yıldız, Yıldırım, Coşkun, Ertaş ve Ünal, 2005).

Cinselliğin kültürden kültüre hatta zaman içinde aynı kültürde de ve her insanın yaşam dönemi içerisinde de değişebildiği belirtilmektedir (Fracher ve Kimmel, 1987, Gölge, 2005). Bazı toplumlarda üreme, bazılarında erotizm olarak algılanabilir. Cinsellik kavramı insanın; cinsiyetinin farkında olması, üreme yeteneğinin bulunması ve erotik zevk duyması gibi faktörlerden oluştuğu belirtilmektedir (Johnson, 1997, Sert, 2006, Şentürk, 2006). Kültürel yapının kadına ve erkeğe verdiği cinsiyet rolleri kadın ve erkek cinsel davranışlarında ve tutumlarında farklılık yaratır. Örneğin ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada kızların romantik anlamlar yükledikleri hareketleri, erkekler aşka davet olarak algıladıkları görülmüştür (Zellman ve Goodchilds, 1983).

Amerikan ve İsveç üniversite öğrencilerinin cinsellikle ilgili tutumlarına yönelik yapılan çalışmada; kız ve erkek Amerikan öğrencileri arasında farklılık bulunurken, İsveç kız ve erkek öğrencilerinin birbirlerine yakın tutumlara sahip oldukları saptanmıştır (Weinberg, Lottes ve Shaver, 1995). Bu çerçevede cinselliğin salt biyolojik dürtülerin ürünü olmaktan çok bir sosyalizasyon süreci olduğu ve cinselliğin nerede ne zaman, kiminle ve neden yaşandığı kültürel çevre içinde öğrenme ile oluştuğu belirtilebilir (Fracher ve Kimmel, 1987).

Cinsel davranışlarda hem fiziksel fonksiyonlarımız hem de kognisyonlarımız etkili olabilir. Bu nedenle cinsel motivasyonun belirleyici öğelerini kesin kategoriler içerisine sokmanın zor ve imkansız olabileceği belirtilmektedir (Gölge, 2005,

O'Donohue ve Plaud, 1994). Erkeklerde cinsel davranışta hormonların temel bir rol oynadığı ancak tek başına yeterli düzeyde etkili olmadığı, başka faktörlerinde etkili olduğu belirtilmektedir (Leger, 1992, Meston ve Frohlich, 2000).

Cinselliğin yanında özgüven kavramının da anlaşılmasının cinsel özgüven kavramının doğru bir şekilde tanımlanabilmesi ve açıklanabilmesi için faydalı olabileceği düşünülebilir. Özgüvenin hayatın zorluklarıyla başa çıkabilmek için yeteneklerimize duyduğumuz güven olduğu ifade edilmektedir. Aynı zamanda mutlu olma, değerli hissetme ve değerli görülme ile ilgili olan güven duygusunu da içerdiği belirtilmektedir (Branden, 1969). Yaşamın ve bireyin birbirinden karşılıklı beklentileri olabilir. Beklentiler kaygıyı doğurabilir, özgüven ise kaygıyla başa çıkabilmeyi sağlayan bir kaynak niteliği taşıyabilir (Merey, 2010). Özgüven “yüreklik, cesaret” olarak tanımlanır; ancak özgüven kavramı aynı zamanda kişinin kendi yeteneklerine kesin inancını da kapsayabilir. Bir zihin durumu olduğu gibi fiziksel yanı da olan bir kavram olabileceği belirtilmektedir (Hambly,2001). Özgüven (self-confidence), kişinin kendisini değerlendirmesi (self-esteem) ile kendisinden memnun olup olmaması (self-satisfaction) sonucu ortaya çıkan öznel bir olgu olarak da düşünülebilir. Özgüvenin olumlu ya da olumsuz (yüksek veya düşük özgüven) olabileceği gibi, statik değildir ve koşullara, içinde bulunulan şartlara göre de değişim gösterebileceği belirtilmektedir (Kugle ve diğerleri, 1983; Soner, 1995).

Her bireyin sahip olduğu, özgüven ve öz değer sahibi olma ve başkaları tarafından takdir edilme ihtiyaçları birbirine bağlı iki alt gruba ayrılabilir. Birincisi güç, başarı, beceri sahibi olarak insanların güven duyduğu bir kişi olmak; ikincisi ise, önemli olma, takdir edilme, saygı görme ihtiyaçlarıdır. Kendini değerlendirme ihtiyaçlarının tatmini, bireyin kendine güvenmesini, kendini değerli, yararlı bir kişi olarak görmesini sağlayabilir. Psikolojik sorunları olan bireyler üzerinde yapılan araştırmalar, özgüven eksikliğinin, insanları yetersizlik duygusuna ve köklü bir cesaretsizliğe ittiğini göstermektedir (Kasatura,1998).

Özgüven, kendimiz ve yeteneklerimiz hakkında pozitif ve gerçekçi bir anlayışa sahip olduğumuz anlamına gelebilir. Diğer taraftan, özgüven eksikliği ise, kendinden şüphe duymak pasiflik, boyun eğme, aşırı uyum gösterme, yalnızlık, eleştirilere karşı hassas olma, güvensizlik, depresyon, aşağılık duygusu ve sevilmediğini hissetme gibi kavramlarla tanımlanabilir. Özgüveni düşük kişiler, kendilerini başarısız ve değersiz

görebilir; reddedilme korkusu ile sevgi alışverişine giremeyebilirler. Günlük yaşamdaki problemleri çözemeyeceklerine inanabilir, devamlı çaresizliğin stres ve kaygısını yaşayabilir. Çabuk etkilenebilirler ve başkalarına bağımlı bir yaşantı sergileyebilirler (Kurtuldu, 2007). Özgüveni yüksek olan bireyler ise genelde, kendilerine güvenen, başarıya isteği olan, iyimser, zorluklardan yılmayan, yeni düşüncelere ve deneyimlere açık ve araştırmacı, insan ilişkilerinde rahat ve sevecen, sorumluluk yüklenen ve atılımcı bir kişilik özelliğine sahip olabilirler. Kendilerini saygı ve kabul edilmeye değer, yararlı, önemli kişiler olarak algılama eğiliminde oldukları belirtilmektedir (Mağden ve Aksoy, 1993, s.136).

Horney (1885-1952), insanlar arasındaki ilişkilerin özgüvenle ilintisini ve kişinin kendisini tehdit eden hislerden korunmasının önemini vurgular. Çaresizlik ve yalnızlık hislerini doğuran nedenleri araştırır, “temel kaygı” diye isimlendirdiği bu hislerin mutsuzluğa ve kişisel etkinliğin ve verimin azalmasına yol açtığına inanır. Horney’e göre kaygıyı doğuran nedenler, kişinin baskı altında olması ilgi ve saygı görmemesi, takdir edilmemesi gibi çevresel davranışlardır. Horney’e göre bu his, güvenlik hissinden yoksun olmanın bir sonucudur. Güvenlik hissini ise özgüven kavramı ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Kaygı ile başa çıkmanın yolu, bireyin kapasitesinin, imajının idealize edilmesi olduğunu ileri sürer. Horney’e göre, hem çevresi tarafından yüceltilmek, hem de kendisini değerli görmek kişinin temel ihtiyacıdır. Temel düşünce, bireyin kendine değer vermesi ve diğerleri tarafından değer verilmesidir (Akt. Erzen, 1981).

Coopersmith’in (1967) kendini değerli, saygın hisseden yüksek özgüven ve kendini değersiz hisseden fakat bu hissi kabul edemediği için savunma yöntemlerine başvuran, savunmacı özgüveni irdelediği görülmektedir. Özgüvenin oluşumunu etkileyen dört etken olabileceğini belirtmektedir. Kişinin yaşamındaki önemli insanlar tarafından saygı ile kabul edilmesi ve ilgi görmesi, bu etkenlerin en önde geleni olabilir. Kişi kendisini, başkalarının kendisini değerlendirdiği ölçüde değerlendirebilir. Diğer etkenlerin ise başarı, değer yargıları, beklentiler ve savunmalar olabileceğini belirtmektedir. Gökner’a (2007) göre özgüvene sahip olan kişiler kendi huzurlu dünyaları içinde daha yaratıcı, üretken ve verimlidirler. Benliklerini daha iyi tanıdıklarından neye gücünün yetip yetmeyeceğinin, neleri yapıp yapamayacağını bilinci ile hedeflerini ona göre belirlediklerinden

mücadelelerini sürdürmede başarılıdırlar. Sorunlardan kaçmazlar; bunlarla yüzleşerek sorunların olduğundan daha büyük görünmesine izin vermezler. Görev ve sınırlarının ne olduğunun bilinci ile yaptıkları işlerde bir suçlu aramak yerine kendilerini sorumlu tutarlar. Bağımsız bireyler olarak karar verme ve tercih etme hakları kendilerine aittir.

Kurtuldu (2007) özgüvenin önemli bir kişisel özellik olduğunu belirtmektedir; çünkü yaşamla baş etmemizi ve sorunlarla gerçekçi bir şekilde mücadele etmemizi sağlayabilir ve zorluklara dayanmamızı kolaylaştırabilir. Özgüven insana güç verebilir, enerjisini arttırabilir ve daha fazla çaba göstermeye özendirilebilir. Başarı için ilham kaynağı olabilir. Başarılarımızla gurur duymamızı ve onlardan keyif almamızı sağlayabilir. Özgüven, kişinin bedeni ve davranışıyla kendi dünyası üzerinde denetim ve egemenlik kurduğunu bilmesi olabilir. Bu egemenlik ruhunun varlığı ya da yokluğu, kişinin dış dünya ile olan ilişkisinde belirleyici rol oynayan önemli etkenlerden biri olabilir.

Hayatın iniş ve çıkışlarla, sorun ve mücadelelerle, başarı ve başarısızlıklarla dolu olduğu görülmektedir. Bunlar yaşamın olağan bir parçası olabilir, ancak bireyler olayların peşinden sürüklenip, gitmek yerine, olayları kendilerine yönetebilirler. İhtiyaç duyulduğunda hayatın akışına değişik biçimlerde yön verebilirler. Bireylerin yaşam üzerinde etkili olabilmelerinin, diğer bir ifade ile yaşamlarına istedikleri yönde yön verebilmelerinin özgüven düzeylerine bağlı olabileceği düşünülebilir. Alanyazında özgüvene sahip olan ve olmayan bireylerin belirtilen özellikleri genel olarak değerlendirildiğinde özgüvene sahip olan kişilerin yaşamdaki olumsuz gelişmelerle mücadele edebilmeye hazır olan bireyler olduğu düşünülebilir. Bu kişiler başarısız olduklarında, başarısızlıklarını değiştirilebilir, bir nedene bağlayabilirler ve bir sonraki denemelerinde başarılı olacaklarına inanıyor olabilirler. Hayatın açmazları, tatsız sürprizleri ya da terslikleri ile karşılaştıklarında, büyük bir çöküntüye düşmeyerek, umutlarını yitirmeden aşılamayan sorunları olduğu gibi kabul ederek, hayatın akışına göre, kendilerine yeni hedefler belirlemek ve onlara ulaşmak için çaba göstermekte fazla gecikmedikleri görülebilir. Özgüvenden yoksun olan kişiler ise başarısızlıklarının nedeninin kendilerinden kaynaklandığını düşünebilir ve değiştiremeyecekleri sabit bir özelliğe atfedebilirler. Hayatın

çıkamazları ve zorlukları karşısında kolayca umutlarını yitirip, büyük bir çöküntü içine girebilirler, kaderlerine boyun eğerek, çaresizlik içinde sızlanabilirler.

Araştırmalar özgüvenin ölçülmesinin sağlıklı davranış değişimi, akademik başarı ve özdüzenleme gibi eğitimle ilişkili birçok değişken üzerinde pozitif etkiye sahip olduğunu kanıtlamıştır (Andrew, 1998; Hayes, 1998; Lenney, 1977, 1981; Lent, Brown ve Larkin, 1986; Multon, Brown ve Lent, 1991; Pajares, 1996; Popovich ve Rogers, 1987; Schunk, 1984, 1985; Stankov ve Crawford, 1997; Zimmerman, 2000). Aynı zamanda bu araştırmaların çoğu, özgüvenin öğrenme ve başarının önemli bir yordayıcısı olduğunu ileri sürmektedir. Örneğin, Ranelli ve Nelson (1998) eczacılık fakültesi öğrencilerinin özgüven düzeyleri ile yazma başarıları arasındaki ilişkiyi araştırmış ve sonuçlar her iki değişken arasında yüksek düzeyde ve anlamlı pozitif ilişkiler olduğunu kanıtlamıştır.

From (2007) cinsel sevgide başka bir insanla kaynaşma bir olma arzusu olduğu için bu sevginin genel değil özel bir sevgi olduğunu belirtmektedir. Cinsel arzunun amacının birleşme olduğunu, kesinlikle sadece bedensel bir istek ya da ıstırap veren bir gerginliğin giderilmesi olmadığını belirtmektedir. Ama cinsel arzu sevgiden doğabileceği gibi yalnız kalma korkusundan, birini ele geçirme ya da ele geçirilme isteğinden de doğabilir. Cinsel arzu sevgi ile harekete geçebileceği gibi her tür güçlü duyguyla da karışabilir. Cinsel arzu, genelde kafalarda sevgi düşüncesiyle ilintili kılındığından, insanların çoğu fiziksel olarak birbirlerini sevdikleri yanılığısına kapılıyor olabilirler.

Lauster (2005) bireylerin cinsel isteklerini karşılayabilmeleri için yeterli düzeyde özgüvene sahip olmaları gerektiğini belirtmektedir. Yeterli özgüveni olmayan bireylerin karşı cinsle konuşmaktan kaçındıklarını ve cinsel isteklerini erteleme eğilimi gösterdiklerini ifade etmektedir. Dolayısıyla bu bireylerin kendilerini mutlu ve özgür hissedebilecekleri bir cinsel hayatı tanıyamadıkları düşünülmektedir. Hatta birçok evlilik bireylerin mutsuz olmasına rağmen devam ettirilmeye çalışılmaktadır. Çünkü eşlerden birisinin ya da her ikisinin özgüven eksikliğinden dolayı cinsel hayatları bastırılmıştır.

Göknar (2011) de kişinin cinsel açıdan kendine güveninin hem kadını hem de erkeği tahrik eden bir unsur olduğunu açıklamaktadır. Ancak buna karşılık bireyin cinsel



açından kendisine aşırı güvenmesinin eşini ürkütebileceğini belirtmektedir. Uyumlu bir cinsel birliktelik için eşlerin birbirlerine karşı açık olmalarında yarar olduğu, cinsel ilişkinin belli bir formülünün olmadığı ve çoğu zaman eşlerin birlikte keşfedebilecekleri bir yaşam olduğu belirtilmektedir. Bunun sağlanabilmesi için de eşler cinsel ilişki ile ilgili konularda istek, duygu, düşünce ve beklentilerini paylaşabilmeli ve bunları paylaşım cesaretini gösterebilmelidir. Bu çerçevede cinsel özgüvenin ve bununla ilgili olabileceği düşünülen cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel cesaret ve cinsel farkındalık gibi faktörlerin insanların cinsel yaşamında önemli bir yere sahip olduğu düşünülebilir. Sonuç olarak cinsel özgüven bireylerin cinsel istek ve duygularını rahatça yaşayabilmeleri, bu konuda cinsel farkındalıklarının olması, cinsel açıdan kendilerini yeterli düzeyde açabilmeleri ve karşı cinsle ya da evli olduğu bireyle cinsel birliktelik yaşayabilme cesaretini gösterebilmesi olarak tanımlanabilir.

Meyer (2010) özgüvenin doğuştan kazanılan bir özellik olmadığını, çocukluktan itibaren yavaş yavaş gelişen merkezi bir özellik olduğunu ve hayat boyunca yaşanan düş kırıklıklarının ve ruhsal yaralanmaların sistematik olarak insanın özgüvenini etkilediğini belirtmektedir. Branden (1969) ise özgüvenin hem hayatın zorluklarıyla başa çıkabilmek için yeteneklerimize olan güvenimiz hem de kendimizi mutlu, değerli hissetme ve değerli görülme ile ilgili olduğunu belirtmektedir. Bu çerçevede cinsel özgüvenin de yaşamın ilk yıllarından itibaren bireyin yaşadığı deneyimler sonucunda şekillendiği ve bireyin cinsel yaşantılarında karşılaştıkları sorunlarla baş edebilme konusundaki yeteneklerine ve kendine güvenine, cinsel yaşantısındaki mutluluğuna, kendini değerli ve başarılı hissedebilmesine bağlı olabileceği düşünülebilir.

Cinsel özgüvenin de özgüven gibi güven duygusuyla ilişkili olabileceği düşünülebilir. Güven duygusunun umuda, güvensizlik duygusunun da umutsuzluğa eşlik etmesinden dolayı güven duygusunun, kişilerin umutsuzluğa düşmemesi için ruhsal dengeyi sağlayan başlıca unsur olabileceği belirtilmektedir (Öner, 1989, s. 36). Güven duygusunun yerini güvensizlik alırsa, ruhsal dengenin bozulup umutsuzluğun ortaya çıkabileceği ifade edilmektedir. Diğer bir ifadeyle bireyin kendine olan güvenini ve kendi gelişmesine olan güvenini yitirmesi, umutsuzluğa düşmesi olarak ifade edilmektedir (Horney, 1993, s. 147). Dolayısıyla kişi kendisine,

insanlara, yaşama karşı güven sayesinde umutlu, güvensizliği nedeniyle de umutsuz olabilmektedir. Mutluer (2006) güvensizlik veya güven duygusuna sahip olmanın bireyin kendisine bağlı olduğunu ve her ikisinin de kişinin düşünce tarzından kaynaklandığını belirtmektedir. Bu bağlamda cinsel yaşantımız hakkındaki olumsuz düşüncelerimizin cinsel özgüvenimizi düşürebileceği olumlu düşüncelerimizin ise cinsel özgüvenimizi arttırabileceği sonucuna ulaşılabilir.

### **2.1.2.1. Cinsel Farkındalık**

Bilişsel ve duyuşsal bir etkinlik olan farkındalık, büyüme ve gelişmenin temelini oluşturabilir. Farkındalığın artırılması bireyin birçok alandaki gelişimiyle ilgili bir süreç olabilir. Farkındalık sürecinde birey, duygularına, isteklerine, düşlerine ve davranışlarına ilişkin olarak içinde oluşan yaşantıyı kendiliğinden hissedebilir (Adams ve Bond, 2000; Akkoyun, 2001). Farkındalık gerçekleştiğinde, bireyin zihninde bir takım yeni bilişsel şemalar oluşabilir. Davranışları yönlendiren düşünce ve duygular hakkındaki farkındalık düzeyinin artırılması birçok yöntemle gerçekleştirilebilir. Farkındalık düzeyinin artması, bireyin yaşadığı durumlar karşısında tepki verme biçimlerinin zenginleşmesi, başka bir anlatımla ilişkilerinde ve yaşamında farklı yolları keşfetmesi anlamına gelebilir. Sağlıklı ilişkilerin kurulması ve sürdürülmesi yine karşılıklı olarak bireylerin düşünce, duygu ve davranışlarının farkında olmaları ile sağlanabilir (Bandura, Pastorelli, Barbanelli ve Caprara, 1999; Beck, Rawlins, Williams ve Louis, 1984).

Gestalt yaklaşımına göre farkındalık kişinin kendi duyumu, duygu, düşünce ve davranışlarıyla, yani kendi varlığıyla ve çevresiyle temas içinde olması şeklinde açıklanmaktadır. Farkında olmak, sadece zihinsel değil, kişinin yaşadığının, kim olduğunun ve dünyada nasıl var olduğunun göstergesidir. Polster ve Polster farkındalığı üzerine düştüğü her şeyi aydınlığa kavuşturan bir güneş ışığına benzetmiştir. Farkına varılanlar, kişinin rahatsız ve mutsuz olmasına ya da acı çekmesine yol açabilir. Bununla birlikte kişi farkında olduklarını bütünleştirip yeniden organize ettikçe, farklı seçeneklerin olduğunu gördükçe ve seçimlerini değiştirdikçe yaşamına neşe, farklılık, heyecan ve yenilik getirdiğini fark ettiği belirtilmektedir. Tam bir farkındalığın sağlanabilmesi için, kişinin hem zihinsel, duygusal, bedensel yaşantılarının, hem çevresinin, hem de içsel yaşantıları ile çevresi arasındaki ilişkilerin farkına varması gerektiği belirtilmektedir. Ayrıca farkındalığın

harekete geçebilmenin ön koşulu olduğu ifade edilmektedir (Daş, 2009). Rohrer (2002) farkındalığı bireylerin tüm yeteneklerinin toplamı olarak tanımlamaktadır. Bireylerin kendi duygu, düşünce ve davranışlarının farkında oluğu sürece sağlıklı ilişkiler oluşturabilecekleri ve bu ilişkilerini sürdürebilecekleri belirtilmektedir (Hanem, Ahmed ve Elmasri, 2011; Rohrer, 2002).

Farkındalık kavramı genel olarak düşünüldüğünde şimdiye odaklanmak ve anlık yaşantılara yönelmekle ilgili olduğu düşünülebilir. Basit gibi görünen bu açıklamaya karşın, farkındalık çok yönlü bir kavramdır. Bu sebeple alanyazında farkındalığı farklı yönleriyle ele alan tanımlar bulunduğu görülmektedir. Dunn ve diğerleri (1999) farkındalığı, uyarıcıların değerlendirilmediği, sınıflandırılmadığı ve analiz edilmediği, kendine özgü açık ve alıcı (receptive) bir bilinç formu olarak tanımlamaktadır. Benzer bir diğer görüş de farkındalığı zihnin alıcı bir durumu olarak tarif etmektedir (Brown, Ryan ve Creswell, 2007).

Kabat-Zinn (2003) farkındalığı, dikkatin istemli bir şekilde ve yargısızca anlık deneyimlerin akışına yöneltilmesi olarak görmektedir. Bir başka tanıma göre farkındalık, bilincin anlık gerçekliğe yönelmesidir (Hanh, 1991). Baer (2003)'e göre farkındalık, içsel ve dışsal uyarıcıların akışının yargısız bir şekilde gözlemlenmesidir. Bu çerçevede farkındalığın ana odaklanma, kabullenme, yargısızlık ve gözlemlene gibi çeşitli bileşenlerden oluştuğu görülmektedir. Diğer taraftan Snell (1991) cinsel farkındalık kavramının cinsel bilinç (sexual consciousness), cinsel dalgınlık (sexual preoccupation), cinsel baskınlık (sexual-assertiveness) cinsel izlenim (sexual monitoring) olmak üzere dört kişisel yatkınlığı içerdiğini belirtmektedir. Cinsel bilinç kişinin cinselliğinin doğasını düşünme ve yansıtma eğilimi olarak tanımlanmaktadır. Cinsel dalgınlık, cinsellik hakkında aşırı düşünme eğilimi olarak ifade edilmektedir. Cinsel izlenim, kişinin cinsel davranışları hakkında hissettiği toplumsal baskı olarak açıklanmaktadır. Cinsel baskınlık ise bir kişinin cinsel yaşama bakış açısının baskın olması şeklinde tanımlanmaktadır (Akt. Salisbury, 2004).

Bishop (2004) farkındalık için iki bileşenden meydana gelen bir operasyonel tanım önermiştir. Bu tanımın ilk bileşeni “dikkat düzenlenmesi”, ikinci bileşeni ise “deneyime yönelim”dir (orientation to experience). Deneyime yönelim, merak, açıklık ve kabullenme özellikleri içermektedir. Shapiro ve diğerleri (2006) tarafından önerilen bir diğer operasyonel tanımda, farkındalık niyet (intention), dikkat ve tutum

bileşenlerinden oluşan üç parçalı bir modelde ele alındığı görülmektedir. Tanımdaki niyet bileşeni, şimdi ve burada yaşantısına odaklanma istemini, dikkat bileşeni dikkatin sürekli şekilde anlık yaşantıları gözlemlemek üzere düzenlenmesini, tutum bileşeni ise anlık yaşantılara yaklaşımın açıklık, kabullenme, yansızlık gibi niteliklerini ifade etmektedir. Bu modele göre, farkındalık, “yeniden algılama” olarak adlandırılan bir meta-mekanizma aracılığı ile benlik düzenlemesi, değerlerin netleşmesi, bilişsel ve davranışsal esneklik ve maruz kalma gibi değişikliklere neden olmaktadır (Çatak ve Ögel, 2010).

### **2.1.2.2. Cinsel Açıdan Kendini Açığa Vurma**

Kendini açığa vurma kuramına ve yapılan araştırmalara göre, iki insan özel bilgilerini paylaştığında benzer deneyimleri yaşayabileceği düşünülebilir. Burger (2006) kendini açığa vurmaya bireylerin kendileriyle ilgili gizli bir bilgiyi bir başkasına açıklaması şeklinde açıklamaktadır. İnsancıl psikologların çoğu, kendini açığa vurmanın kişisel gelişim ve mutluluk konusunda önemli bir adım olduğunu düşündüğü görülmektedir. Jourard (1971), kendini açığa vurma ile kendini iyi hissetme arasında neden-sonuç ilişkisi olduğunu ve insanın kendisini gerçek anlamda tanımmasının tek yolunun kendisini açığa vurma olduğunu belirtmektedir. Derlega, Margulis ve Winstead (1987) de kendini açığa vurmanın psikoterapi süreci açısından da çok önemli olduğunu belirtmektedir. Ayrıca bazı araştırmalar (Hill, Helms, Tichenor, Spiegel, O’Grady ve Perry, 1988; Hill, Mahalik ve Thompson, 1989) terapistin kendini açığa vurmasıyla danışanın ilerleme göstermesi arasında, olumlu bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

Jourard (1971) kendini açığa vurmada karşılıklılık ilkesinin olduğunu belirtmektedir. Diğer bir ifadeyle bir birey, karşısındaki kişi kendini açtığı sürece, kendini açabilmektedir. Kendini açığa vurmanın ardından hoşlanma ve güven duygularının geldiğini öne sürmüştür. Bir insan kendisiyle ilgili özel bir bilgiyi açığa vurduğunda, önce o insandan hoşlanırsınız sonra da aramızda bir güven duygusu oluşur. Kendimizle ilgili kişisel bilgileri biz de o insana açıklayarak bu duygularımızı yansıtmış ve karşılıklılık ilkesine uymuş oluruz. Yapılan çalışmalar da hoşlandığımız insanlara açıldığımızı ve bize açılan insanlardan hoşlandığımızı gösterdiği için bu açıklamayı doğrulamaktadır (Burger, 2006; Collins ve Miller, 1994). Araştırmacılar, karşılıklılık ilkesinin iyi arkadaşlar arasında her zaman geçerli olmadığını bulmuşlardır. Bir

ilişkide belirli bir yakınlık ve güven düzeyine ulaşıldığında, arkadaşlar karşısındaki kişinin kendilerini kabul edeceği düşüncesiyle yaklaşır (Altman ve Taylor 1973; Derlega, Wilson ve Chaikin, 1976). Bir başka araştırmada da, birbirini az tanıyan ve ilişkisini geliştirme aşamasında olan insanlar arasında, karşılıklılık ilkesi en üst düzeyde yaşandığı sonucuna ulaşılmıştır (Won-Doornink, 1985).

Arkadaşlık ilişkisi içinde olan bireylerin yaşadıkları ilişkiler, kendileriyle ilgili düşünceleri ve cinsel deneyimleri gibi özel konular üzerine daha fazla konuştukları belirtilmektedir (Rubin ve Shenker, 1978). Uzun süredir romantik ilişki yaşayan çiftler üzerinde yapılan araştırmalar da benzer kalıplar bulunmuştur. Evlilikte kendini açığa vurma düzeyi, sadakatinde önemli bir göstergesi olarak kabul edilir (Harvey ve Omarzu, 1997; Hendrick, 1981). Çiftler kendileri için özel ve önemli konular üzerine ne kadar sık konuşuyorsa, evliliklerini algılayış biçimleri de o kadar olumlu olmaktadır. Evli çiftlerin evlilikleri hakkında olumlu görüşleri olduğu için, kendilerini daha sık açığa vuruyor olabilirler; ancak birbiriyle özel konuları konuşan çiftlerin evliliklerinin daha başarılı olduğu söylenemez. Hatta araştırmacılar iyi ilişki içindeki çiftlerin, birbirleriyle sürekli olarak özel konuları konuşmak yerine, bu tip konuları konuşurken oldukça seçici davrandıklarını göstermiştir (Burger, 2006; Prager, 1986).

Dindia ve Allen (1992) kendini açığa vurmanın cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini araştırmış ve kadınların erkeklere göre kendilerini daha fazla açığa vurdukları sonucuna ulaşmıştır. Jourard'a (1971) göre erkeklerin gelişme sürecinde kendini açığa vurmanın uygun olmadığını öğreniyor olabileceklerini belirtmektedir. Öte yandan kadınların erkeklere oranla daha rahat kendilerini açığa vurabildikleri söylenebilir; ama kadınların kendilerini açığa vurmadaki özgürlükleri, ne hakkında konuştuklarıyla kısıtlanabilir. Bir araştırmada deneklerin anne babaları ya da cinsel tavırları hakkında kendilerini açığa vuran kadınlardan hoşlandıkları; ama kişisel saldırganlıkları hakkında konuşan kadınlardan hoşlanmadıkları ortaya çıkmıştır (Kleinke ve Kahn, 1980). Benzer şekilde kendilerini açığa vuran erkekler de erkeksi konular hakkında konuştukları sürece uyumlu kabul edilmiştir (Burger, 2006; Cunningham, Strassberg ve Haan, 1986).

Bireylerin yaşadıkları ilişkilerinde kendilerini açmalarının faydası olabileceği konulardan birinin de cinsel durumlar olabileceği düşünülebilir. Bireylerin cinsel

açından kendilerini açmaları için eşleriyle ya da karşı cinsle iletişim kurabilmeleri, cinsellik ve cinsel ilişki hakkında duygu ve düşüncelerini, beklentilerini, tercihlerini karşı tarafa aktarabilmelerinin ilişkilerinin devamı için önemli oldu düşünülebilir. Ayrıca Çelik (2011) tarafından cinsel açıdan kendini açmanın cinsel özgüven ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Cinsel açıdan kendini ifade edebilme eşlerin kurmuş oldukları iletişimin içeriğine, cinsel paylaşımlarına göre şekillenebilir ve bu durum da evlilik ilişkisinin en önemli bir parçasını oluşturan cinsel doyumunu etkileyebilir. Storr (1992) cinselliğin kişiliğin her yönüyle bağlantılı olduğunu ve en yüzeysel ilişkileri bile gözden uzak tutmaksızın cinselliği kişiliğin bütününden ayırmanın olanaksız olduğunu savunmaktadır. Öte yandan birçok kimsenin, yaşamının cinsel yönünü, başkalarının giremeyeceği bir mahzene gizlercesine saklamaktan, bu konuları tartışmamaktan bir tür haz alıp rahatlık duyabileceğini belirtmektedir; ama bu tür bireylerin, çevrelerine karşı duyarsız ve donuk bir kişilik sunduklarını düşünmektedir. Dolayısıyla cinsel açıdan kendini açığa vurmanın bireylerin evlilik ilişkilerinin yanında toplumsal ilişkileri açısından da önemli olabileceği söylenebilir.

Evlilik bir iletişim ve etkileşim sistemidir. Bu sistemin canlılığı karı-koca olarak sözlü-sözsüz uygun iletişim ve mesajların alınıp verilmesine bağlıdır. Eşlerin evlilik ilişkilerinde zaman zaman ruhsal, toplumsal ve cinsel beklentilerini ortaya koymaları, dile getirebilmeleri gerekebilir. Cinsel ifade ve davranış insan yaşamının ayrılmaz parçasıdır. Cinselliğin çağrıştırdıkları ise, haz, arzu, üreme, aşk, ilişki veya yakınlıktır; ancak evlilik kurumunun yaygın olduğu ülkemizde cinsellik konuşulması ayıp sayılan toplumsal yasaklardan, tabulardan biri olarak görülmektedir. Hatta bireylerin çoğu ilk cinsel yakınlığı yaşadığı bireyle evlenmekte, cinselliği onunla öğrenip geliştirme fırsatı bulabilmektedir.

Cinsel yakınlık, düşünsel, duygusal ve davranışsal boyutlarıyla iki insan arasında bir etkileşimdir. Düşünsel (bilişsel) boyut, kendini bir başkasına açma kararını vermektir. Duygusal boyutta, bir başkasına sevgi duyma, onu koruma, ona güvenme, onu çok düşünme ve merak etme, benzerlik ve farklılıklarını keşfetme arzusu vardır. Davranışsal boyutta, fiziksel yakınlaşma, dokunma, bakma, gülümseme, gibi yüz iletişimi, sarılma, öpme ve sevişme isteği öne çıkar. Görüldüğü gibi, yakınlık kurmak insanın kendisini, duygu, düşünce ve hatta bedenini, iç dünyasını bir başkasına açmasıdır. İlişkiler ve cinsellik, insana sevilmeye değer olduğu duygusunu yaşatır

(Kayır, 1998). Kendi cinselliklerinden rahatsız olan insanların, başkalarıyla ilişki kurmaktan kaçındıkları, herkesten uzak durdukları; çünkü cinsel benliklerinin kendilerini dışı vurmasına izin vermedikleri; böylece de hem fiziksel hem de ruhsal açıdan yakın ilişki kurma fırsatlarını değerlendiremedikleri belirtilmektedir. Öte yandan, cinsel mutluluğu bulmuş kişilerin, genellikle cinsel ilişkiye girmekten korkmadıkları; böylece de bu kimselerin, toplumsal ilişkilerinde de kendilerini daha az sınırladıkları, deneyimlerini başkalarıyla daha çok paylaştıkları ifade edilmektedir (Storr, 1992).

Karşılıklı olarak istenen ve yanıtlanan her temas, cinsellikte mutluluğu yaratabilir. Duygusal açıdan sağlıklı cinsellik; bireylerin kendilerini ve başkalarını zorlamadan isteklerine göre cinselliklerini yaşamalarıdır. Bir eşle yaşanan cinsellikte, tarafların aynı duyguları paylaşması ve yaşananları onaylaması gerekir. Karşılıklı olarak istenen ve yanıtlanan her temas, cinsellikte doyumunu yaratabilir. Bir ilişkide bunların olabilmesi için de eşlerin birbirlerine cinsel açıdan kendilerini ifade edebilmeleri gerekmektedir.

İletişimle ilgili davranışları içeren cinsel davranışlar, yakın ilişkilerin önemli bir bileşenidir. İlişki içinde gelişen bu belirsiz öz cinsel davranışlar cinsel doyumla ilişkilidir. Cinsel doyum kişilerarası ilişkilerin cinsel görünüşüne temel olmasına rağmen, cinsel doyumun genellikle ilişkilerin içinde de olduğu ifade edilir (France, 2010). Nitekim araştırmalar cinsel doyum ile ilişki doyumunu arasında ilişkinin olduğunu göstermektedir (Byers, 2001; Byers ve Demmons, 1999; Cupach ve Comstock, 1990; Lawrance ve Byers, 1995; Peck, Shaffer ve Williamson, 2004). Michael, Gagnon, Laumann ve Kolata (1994) bireylerin %88'inin cinsel ilişkilerinden büyük fiziksel haz aldıklarını ifade ettiklerini, %85'inin de ilişkilerinden çok aşırı düzeyde duygusal doyum aldıklarını açığa vurduklarını belirtmektedir.

“Cinsel doyum bireylerin ilişkilerinin cinsel görünümünden aldıkları mutluluk veya hoşnutluk düzeyi olarak tanımlanmaktadır” (Sprecher ve Cate, 2004, p. 236). Cupach ve Metts (1991) ilişkideki iletişimin kalitesinin ilişkinin kalitesini yansıttığını savunmaktadır. Ayrıca cinsel durumlarla ilgili anlaşabilmek için iletişimin zorunlu olduğunu belirtmektedirler. Cinsel durumların içerdiği parçaların tanımlanmasında, cinsel durumlarda ne tür cinsel aktiviteler olacak, ne tür cinsel tercihler ilişkiye

katılacak, cinsel ilişki ile ilgili konuşmalar ve cinsel konuşmalarda anlaşılmanın yer aldığı belirtilmektedir (Metts ve Spitzberg, 1996). Cinsel doyumun tahmin edilmesiyle ilgili bilim adamları farklı bakış açıları öne sürmüşlerdir. Bunlardan biri Luft'un (1969) öz farkındalık modeli ile Metts ve arkadaşlarının yakın ilişkilerde cinsellik ve iletişimle ilgili çalışmalarının birleştirildiği bakış açılarıdır. Bir diğeri ise ilişkide cinsel davranışların nasıl olması gerektiğini ile ilgili sosyal değişim bakış açılarıdır (Herold ve Way, 1988; Yelsma, 1986).

Alanyazında cinsel iletişimle ilgili deneysel olarak keşfedilmiş birkaç çalışmanın olduğu görülmektedir. Yelsma (1986) Cinsel iletişimin sıklığı ile ilgili genç evli çiftler ile birlikte yaşayan geç çiftlerin diğer çiftlere göre daha fazla cinsel iletişim içinde olduklarını bulmuştur. Herold ve Way (1988) kadınların cinsellikle ilgili özel konuları aile ve arkadaşlarından çok yakın ilişki içinde olduğu eşi ile daha fazla konuşabildiğini belirtmektedir. Quina, Harlow, Morokoff ve Burkholder (2000) tarafından kadınların cinsel partnerleri ile kurdukları iletişimde HIV gibi cinsel yolla bulaşan hastalıklar hakkında partnerlerinden bilgi almaya çalıştıkları bulunmuştur. Geismar (1984) yaptığı çalışmada sözel iletişim ile cinsel doyum, cinsel ilişkinin sıklığı ve cinsel ilişkiye verilen önem arasında pozitif bir ilişki bulmuştur. Metts ve Cupach (1989) cinsel ilişki içinde iletişim aracılığı ile cinsel ilişki hakkında konuşarak eşler birbirleri hakkında aldıkları cinsel haz, cinsel tercihleri ve korkuları hakkında paylaşımlarda bulunma fırsatı bulabildikleri belirtilmektedir. Böylece eşler bir çift olabilmeleri için gerekli olan bir koşulu tamamlayabilirler. Bu iletişimlerin içeriğinin genelde eşlerin cinsel ilişki hakkında hoşlanıp hoşlanmadıkları konuları içerdiği görülmektedir (France, 2012). Cupach ve Metts (1995) cinsel iletişimden elde edilen doyumun eşlerin cinsel tutumlarındaki benzerlik ile cinsel doyum arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini belirtmektedir. Ayrıca bu ilişkinin kadınlarda erkeklerden daha güçlü olduğu bulunmuştur.

Cinsel doyum üzerinde kendini açmanın (self-disclosure) etkililiğini araştıran araştırmaların cinsel iletişimin yararlı olduğunun savunulduğu bakış açısıyla tutarlı olduğu görülmektedir. Byers ve Demmons (1999) sosyal müdahale değişkenlerinin cinsel doyum ile cinsel açıdan kendini açma arasındaki aracı etkisini araştırdıkları araştırmalarında cinsel açıdan kendini açmanın cinsel doyumunu hem doğrudan yordadığı hem de sosyal müdahale değişkeni aracılığı ile de dolaylı olarak yordadığı



bulunmuştur. Cupach ve Metts (1991) kendini açmanın yakın ilişkideki güveni ve doyumunu arttırdığı için cinsel doyumunu arttırdığını belirtmektedir. Eşler birbirlerine kendilerini açmaları pozitif cinsel etkileşimi en üst düzeye çıkarırken negatif cinsel çatışmaları en aza indirmektedir. Bu araştırmalar kadınların bu yollardan her ikisini kullandıkları ama erkeklerin ise yararlı olan yolu kullandıklarını belirtmektedirler. Byers ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmalarda cinsel ilişki içinde sevilen ya da sevilmeyen şeylerin paylaşılmasının kendini açma ile cinsel doyum arasındaki ilişkide çok önemli olduğu belirtilmektedir (Byers ve Demmons, 1999; MacNeil ve Byers, 2005).

Gönüllü iletişim kurmanın bir kişilik özelliği olduğu belirtilmektedir (McCroskey, 1992; McCroskey ve Richmond, 1987; Zakahi ve McCroskey, 1989). Morgan ve Miller (2001) tarafından istekli olarak iletişim kurabilmenin bilgi, beceri, bencil olmama ve tutum ile pozitif ilişkili olduğu belirtilmektedir. France (2012) sağlıkla ilgili konularda gönüllü olarak iletişim kurmanın faydalı olması gibi cinsel konularda da istekli iletişim kurmanın benzer şekilde faydalı olduğunu belirtmektedir. Cupach ve Metts (1991) cinsel iletişimin cinsel doyumla pozitif ilişki olduğunu iddia etmektedir. Byers (2005) de iletişimin cinsel doyumunu yordadığını belirtmektedir; ayrıca uzun süreli ilişkilerde iletişimin hem cinsel doyumunu hem de ilişki doyumunu etkilediğini değiştirdiğini belirtmektedir. Sonuç olarak insanların cinsel ilişkilerinde istekli iletişim kurmalarının ilişki ve cinsel doyumunu arttırdığı söylenebilir.

Cupach ve Metts (1991) cinsel açıdan bilgili olmanın cinsel iletişimi cesaretlendirdiğini belirtmektedir. Cinsel bilinçliliği araştıran araştırmacılar (Perlman ve Abramson 1982; Snell, Fisher, Miller ve Rowland, 1991; Snell ve Wooldridge, 1998) cinsel bilinç ile cinsel doyum arasında pozitif bir ilişkinin olduğunu bulmuşlardır.

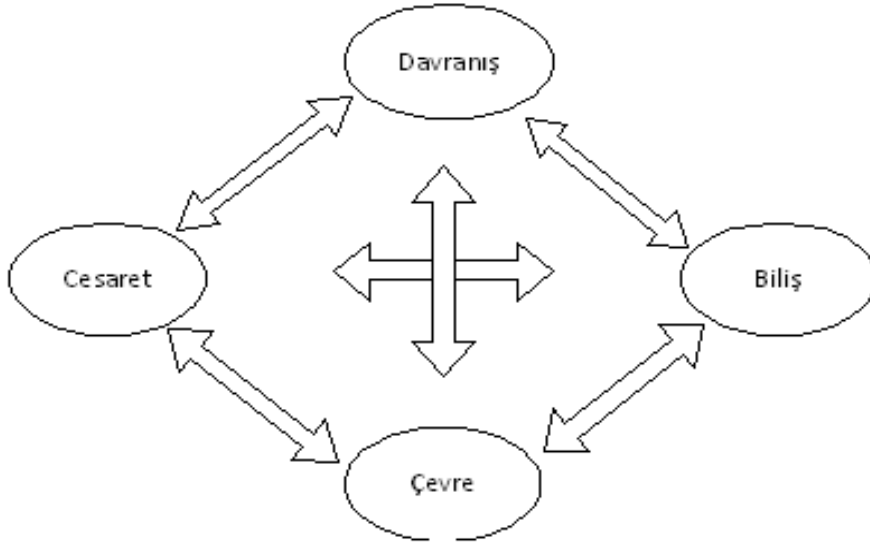
### **2.1.2.3. Cinsel Cesaret**

Bireylerin hem ruh sağlığı hem de biyolojik sağlığı için bir takım sorunlarla baş edebilmesi için bazı durumlarda olağan ya da olağandışı davranışları sergilemesi gerekebilir. Bu durumlarda yaşamın devamlılığının sağlanabilmesi için gerekli olan davranış ve tutumların gerçekleştirilebilmesi için bireylerin cesaretli olabilmelerinin

önemli olduğu düşünülebilir. Evlilik yaşamının bir parçasını teşkil eden cinsel yaşamı ya da eşler arasındaki ilişkiyi etkileyebileceği düşünülen cinsel özgüven değişkeninin de bireyin cesareti ya da cinsel cesareti ile ilişkili olabilir. Bu nedenle cinsel özgüven kavramının açıklanabilmesi ve anlaşılabilmesi için cinsel cesaretin kavramsal çerçevesinin tanımlanması gerekebilir. Cinsel cesaret kavramının açıklanabilmesi için de öncelikle cesaret kavramının açıklanmasının daha uygun olabileceği düşünülmektedir.

Psikoloji alanyazını incelendiğinde cesaret ile ilgili araştırma ve yazılara pek rastlanmadığı görülmektedir. Cesaret (courage) sözcüğü, “kalp” anlamına gelen Fransızca sözcük coeur ile aynı kökten geldiği belirtilmektedir. Kalbin kollara, bacaklara ve beyne pompaladığı kan ile tüm diğer organlara kazandırdığı işlev gibi, cesaretinde tüm psikolojik erdemleri olanaklı kıldığı düşünülmektedir (May, 2008). İlgili alanyazında cesaret bir yönetme erdemi olarak tanımlanmaktadır (Srivastva ve Cooperrider, 1998). Peterson ve Seligman, (2004) ise cesareti coşku, özgünlük, azim gibi fiziksel ve psikolojik gücün değişik formlarında tanımlamaktadır.

Gruber (2011) cesaretin ağırbaşlılık veya atılganlıktan tamamen farklı bir yapıya sahip olduğunu belirtmektedir. Gruber’ e göre cesaret bir kişinin davranışında, düşüncelerinde ve çevresinde değişiklikler yapabilme yeteneğidir. Diğer bir ifadeyle bireyin olumlu değişimler gerçekleştirebilmesi için davranışa girişebilmesidir. Şekil 2’deki yapıda da görüldüğü gibi cesaretin davranış, biliş, çevre gibi bileşenleri ile etkileşim halindedir. Bu etkileşimin sistemin dengesini sağlama işlevi gördüğünü belirtmektedir. Cesaretin bu bileşenlerinin yanında fiziksel, ahlak ve canlılık (Lopez, et al. 2003), ahlaki cesaret (Walton, 1986), sosyal açıdan dışlanma karşısında ahlaki ve etik bütünlük (Putman, 1997), sosyal cesaret (Larsen ve Giles 1976), varoluşsal cesaret (Maddi, 2004), psikolojik cesaret (Putman, 1997) gibi bileşenlerinin de olduğu belirtilmektedir. Woodard (2004) de cesareti korku veya endişeye rağmen azim ve kararlılık olarak tanımlamaktadır. Benzer şekilde Cox, Hallam, O’Connor ve Rachman (1983) ve O’Connor, Hallam, Rachman (1985) de cesareti korku deneyimi olmasına rağmen davranışsal yaklaşım olarak tanımlamaktadırlar. TDK (2012)’de ise cesaret kavramı bir işe girişirken bireyin kendinde bulduğu güven şeklinde tanımlanmaktadır.



Şekil 2. Cesaret, Davranış, Biliş ve Çevre Etkileşimine İlişkin Model (Gruber, 2011)

Cesaret ile ilgili araştırmalar incelendiğinde genelde cesaret ile anksiyete belirtileri (Mark, 1987; Muris, Mayer ve Schubert, 2010; Norton ve Weiss, 2009), cinsiyet rolleri (Muris, Mayer ve Schubert, 2010), otantik liderlik, etik ve toplumsal davranış (Hanna, Avoli ve Walumbw, 2011), liderlik (Voyer, 2011), hemşirelik uygulamaları (Lindh, da Silva, Berg ve Severinsson, 2010), korku (Cox, Hallam, O'Connor ve Rachman, 1983; Muris, 2009), korkusuzluk (O'Connor, Hallam ve Rachman, 1985), ahlaki eylem (Raffel, 2011) arasındaki ilişkilerin araştırıldığı görülmektedir.

Klinik çalışmalarda cesaretin davranışsal yönü üzerinde durulduğu görülmektedir. Cesaretli davranışların canlılığı, bütünlüğü, sürekliliği ve yiğitliği içeren karakter özelliklerinin bir birleşimi olduğu düşünülmektedir (Peterson ve Seligman, 2004). Mark (1987) cesaretli davranışların anksiyete bozukluklarının tedavisinde çok önemli olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle cesaret açısından bireysel farklılıkların olması anksiyete ile ilgili rahatsızlıkların tedavisinde etkili olabilir. Bu düşünceye delil olarak Norton ve Weiss (2009) tarafından yapılan çalışma gösterilebilir. Bu araştırmacılar cesaret ölçeği geliştirmişlerdir ve örümcek korkusu olan kadınlar üzerinde yaptıkları araştırmada korku ile davranışa geçme arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırma sonucunda cesaret ile örümceğe yaklaşma mesafesi arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur.

Verschoor (2003) de cesaret davranışlarının örgüt, organizasyon ya da kurum üyeleri için önemli bir eğilim olduğunu belirtmektedir. Bunu destekler nitelikte van Hooft (2006) cesaretin insan toplumlarının genel çıkarları ve kişisel çıkarların gelişmesine katkı sağlayan korkuyla yüzleşme mizacı olduğunu belirtmektedir (Akt. Lindh, da Silva, Berg ve Severinsson, 2010). Cesaret kavramı bu çerçevede ele alındığında, toplumsal yaşam içinde bir evlilik ilişkisinin ya da ailenin de küçük bir kurum ya da örgüt olabileceği için eşlerin evlilik yaşamında başarılı ve mutlu olabilmesi, evlilik ve aile kurumunun sürekliliğinin sağlanabilmesi için bireylerin cesaretli davranışlar sergilemeleri önemli olabilir. Özellikle evlilik ilişkisinin önemli bir yönünü teşkil eden cinsel paylaşımlarda eşlerin cesaretli olabilmeleri oldukça önemlidir. Eşlerin cinsel paylaşımları konusunda cesaretli olabilmeleri ilişkide yaşanan ya da gelecekte yaşanma ihtimali olan bir takım cinsel sorunlar önlenebilir ya da tedavi edilebilir. Aksi takdirde bu cinsel sorunlar evlilik ilişkisini bireyler için yaşanmaz hale getirebilir ya da aile içinde büyük çatışmaların farkına varılamayan sebebi olabilir. Çünkü bireyin cinsel sorunları ya da istekleri dile getirilebilmesi birey açısından zor olabilir. Bu durumlarda bireylerin kendilerini ifade edebilmeleri cinsel cesaretlerine bağlı olabileceği düşünülebilir.

May (2008) cesareti fiziksel cesaret, moral cesaret, toplumsal cesaret, yaratıcı cesaret gibi türlere ayırarak açıklamaya çalışmıştır. Bu cesaret türlerinden toplumsal cesaretin diğer insanlarla ilişkiye girme, kişinin diğer insanlarla anlamlı bir yakınlık kurma umuduyla tehlikeye atılabilme yetisi olduğu belirtilmektedir. Bu bağlamda alanyazında ilk defa bu araştırmada açıklanmaya çalışılan cinsel cesaret kavramı toplumsal cesaret kavramıyla bağlantılı olarak açıklanabilir. Dolayısıyla cinsel cesaret bireyin karşı cinsle ya da çevresindeki diğer bireylerle yaşamış olduğu ilişkilerinde cinsel açıdan atılgan olabilme, kendini ortaya koyabilme, yakınlık kurabilme şeklinde tanımlanabilir. Bununda temelde cinsel özgüven ile ilişkili olabileceği düşünülebilir.

### 2.1.3. Cinsel Utangaçlık

Bireylerin, kendini engelleme stratejisi olarak çoğunlukla utangaçlığı kullanabildikleri belirtilmektedir (Snyder, Smith, Augeli ve Ingram, 1985). Utangaçlık, toplumsal etkileşimden kaçınma, toplumsal konulara gereğince katılmakta başarısız olma eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Smith ve Briggs, 1986). Zimbardo (1986) ise utangaçlığı, kişisel ve profesyonel hedefleri gerçekleştirmede duraklama veya huzursuzluk hissi, duygu, düşünce ve fiziksel tepkilere aşırı odaklanma durumu olarak açıklamıştır. Utanma duygusu kişilerin özgüvenini yitirmesine ve bunun sonucunda yaratıcılıktan uzaklaşmasına, başarısızlığa, yeniliklerden korkmaya ve bu korkunun zamanla kişiliğe yerleşmesine yol açabileceği ifade edilmektedir (Eunsen ve Henderson, 1987). Utangaçlığın bedensel, bilişsel ve davranışsal olmak üzere üç temel öğeden oluştuğu savunulmaktadır (Cheek ve Melchior, 1990). İlk öğe olan bedensel yansımalar; mide bulantısı, kalp atışının hızlanması, terleme, yüz kızarması gibi fiziksel tepkileri, bilişsel öğeler; başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme, küçük görülme ve aşağılanma konusundaki kaygıların olduğu, diğer bir öğe olan davranışsal öğeler ise sosyal yetersizliğin davranışlara yansımalarıyla oluşan sessizlik, çekimserlik, kaçma ve kaçınma davranışlarını içerdiği belirtilmektedir.

Erikson'un kuramına göre utangaçlığın bireyde çocukluk yıllarında anne babanın çocuğa sergilediği yaklaşım tarzı sonucu geliştiği savunulmaktadır (Burger, 2006; Ekşi, 1990). Benzer şekilde Öz (2002) bazı hatalı anne-baba tutumlarının, çocuğun utangaçlık duygusunu ve davranışını pekiştirip, davranış bozukluğu boyutuna gelmesine neden olabileceğini belirtmektedir. Utangaçlığın nedenleri konusunda çeşitli yaklaşımlar olmasına rağmen, anne baba ve çocuk etkileşiminin önemli olduğu konusunda genel bir düşünce birliğinin olduğu görülmektedir. Ebeveyni tarafından sürekli azarlanan, aşırı korunup kollanan, inisiyatif kullanmasına izin verilmeyen, yetersiz ya da beceriksiz olduğu kendilerine hissettirilen çocukların ilerideki yaşamlarında utangaç, çekingen, ürkek, kendi başlarına karar veremeyen, sosyal ilişkiler kurmakta zorluk çeken yetişkinler olabileceği belirtilmektedir (Wayland, 1997).

Utangaçlığın kronik ya da dönemsel olarak ve farklı düzeylerde ortaya çıkabileceği, özellikle de cinsel girişimlerde, mahrem konularda utangaçlığa sık olarak rastlandığı

ifade edilmektedir (Zimbardo, 1986). Ayrıca kişinin değerlendirilme kaygısı yaşadığı durumlarda ya da bireyin yeni katıldığı ortamlarda da sıklıkla meydana gelebilmektedir (Buss, 1986; Crozier, 2001). Birey zayıf ve yetersiz benlik kavramına sahipse, yaşadığı engellenmelerin ve başarısızlıkların, onun kendini utangaç, güvensiz, beceriksiz hissetmesine neden olabileceği düşünülmektedir (Yavuz, 1993). Utangaçlık ile beraber kişide yalnızlık, toplumsal yalıtım ve depresyon baş göstermektedir ve süregelenleştikçe insanların tüm aktivitelerine yerleşebilmektedir (Zimbardo, 1986).

Utangaç bireylerin, bütün deneyimlerinin olumsuz olacağı, dışlanacağı ve reddedileceği gibi sabit düşüncelerle donatılmış olabilecekleri belirtilmektedir (Kozanoğlu, 2006). Utangaç kişiler kendileriyle ilgili endişe yaşarlar ve kendileri hakkında olumsuz düşüncelere sahiptirler. Utangaç kişiler sosyal ortamlardaki hoşnutsuzluğu abartma eğilimindedirler ve başkalarının göstermiş olduğu olumsuz tepkilerden kolaylıkla etkilenirler. Kendileriyle ilgili olumsuz yargılar utangaç bireyin düşük özsaygı geliştirmesine neden olmaktadır. Utangaç kişiler, sosyal ortamlarda kaygıdan ziyade bilişsel anlamda bir rahatsızlık yaşamaktadırlar. Utangaçlıkla ilgili ciddi sorunu olan bireyler, sosyal ortamlara katılamazlar, konuşmakta zorlanırlar ve diğer insanlara az ilgi gösterirler. Bu da onların yalnızlığa itilmelerine ve kendilerini yalnız hissetmelerine neden olur (Henderson ve Zimbardo, 1988).

Utangaçlık ve kendini ifade etme bireylerin kendini ifade etme şekilleri, girilen sosyal durumların çeşitliliğine göre şekillenmektedir. Utangaç bireyler, farklı sosyal ortamlara katılmadıkları ve sosyal becerileri alanında yetersiz olduklarını düşündükleri için duruma uygun kendini ifade etme becerisi geliştirmede zorlanmaktadır (Shepperd ve Arkin, 1990). Kişilerin özsaygı ve güvenlerinin gelişimlerinde, kendileri ve çevreleri ile ilgili olumlu yaşantılarının etkisi olmakta ve bu durum aynı zamanda da kendilerini daha rahat ifade eden bireyler olmalarını sağlamaktadır. Utangaç kişilerin sahip oldukları olumsuz deneyimler ise kendileri ile ilgili yetersizlik duygusu yaşamaları üzerinde etkili olmakta ve bu durum da onları kısıtlamaktadır. Buna benzer olumsuz yargılar sosyal performansı etkilemekte ve durdurmaktadır. Yani bu kişiler için sosyal girişimlerde bulunmak risk taşımaktadır (Shepperd ve Arkin, 1990). Page (1989) de utangaç bireylerin düşük özsaygı

geliştirme olasılıklarının utangaç olmayan bireylere göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Kemple (1995) ise düşük özsaygı ile utangaçlık arasında döngüsel bağ olduğunu ve bu döngüsellikte birbirlerini etkilediklerini savunmaktadır.

Utangaçlık bireylerin sosyal ilişkilerini ve yaşamın diğer çoğu alanını etkilediği gibi cinsel yaşantıları ve cinsel ilişkileri de olumsuz etkileyebilir. Utangaçlık kişilik özelliği gelişmiş olan bireylerin cinsel utangaçlık özellikleri de gelişebilir ve bu durum yaşadıkları cinsel ilişkilerini ve cinsel paylaşımlarını olumsuz etkileyebilir. Ayrıca cinsel utangaçlığı olan bireylerin cinsel duygularını ve düşüncelerini paylaşmak yerine sessiz kalıp yaşantılarını ve cinsel sorunlarını gizleme eğilimleri ortaya çıkabilir. Charlton (2007) sessizlik ve gizliliğin, ortamın cinselliğe tamamen kapalı olması ya da ortamda tehlikeli derecede cinsellik olup olmamasına bakmaksızın insanların tecrübelerinde geniş yer tuttuğunu belirtmektedir. Dolayısıyla böyle ortamlarda doğru ne olursa olsun, cinsellikten söz edilmez. Ama cinselliğin var olabilmesi için cinsel konuların konuşulabilmesinin gerekli olduğu düşünülebilir. Dönmez, Büyükşahin, Taluy, Başer ve Güler (2009) ilişkilerde cinselliğin doyurucu olmasının olası bir nedeninin, eşlerin kendilerini birbirlerinin yanında hem duygusal hem de fiziksel olarak rahat hissetmeleri ve ilişkilerinde cinsellikle ilgili iletişim kurabilmelerinin olduğunu belirtmektedir. Benzer şekilde MacNeil ve Byers (2005) ve Montesi, Fauber, Gordon ve Heimberg (2011) tarafından bir ilişkide eşlerin cinsel görüşlerini eşleriyle konuşabilmelerinin cinsel doyum açısından çok önemli olduğu savunulmaktadır.

Alanyazında cinsel utangaçlığın, cinsel konuları konuşamamanın, cinsel açıdan kendini ifade edememenin çeşitli cinsel bozukluklara sebep olabileceği ve bunların çoğunun çocukluk yıllarındaki geçirilen deneyimlerden ve bireyin yaşadığı çevredeki cinselliğe yönelik geliştirilen olumsuz tutum ve inançlardan kaynaklanabileceği belirtilmektedir (Charlton, 2007; Storr, 1992). Bu çerçevede cinselliğin bastırılması ya da cinsellikle olumsuz tutumların varlığı bireylerde cinsel duyguların tamamen deneyime ve gelişime açık olması yerine utanç ve yabancılaşma duygularına dönüşebileceği hatta bu duyguların bir şekilde önlenmeye çalışılıyor olabileceği düşünülebilir. Bu durum bireylerin evlilik yaşamının bir yönünü oluşturan cinsel yaşamlarında cinsel utangaçlığın olması eşlerin evlilik ilişkilerini, cinsel ilişkilerini ve paylaşımlarını olumsuz etkilenmesine sebep olabilir.

#### 2.1.4. Cinsel Öz-yeterlik

İnsan yaşamında, mutluluğunda ve özellikle aile hayatında en önemli faktörlerden biri cinsellik ve cinsel ilişkidir. Toplum için de cinsellik ve cinsel yaşam, neslin devamı işlevi ötesinde de önem taşımaktadır. Cinsler arası ilişkiler ve aile yaşamının biçimi, toplum yapısının temel taşlarıdır. Cinsellik, üreme ve bunu sağlayan güçlü dürtüler, o toplumun kültürünü ve insanların yaşamlarını biçimlendirmektedir. Cinsellik çok boyutlu bir kavram olarak dinsel, sanatsal, sosyal ve ekonomik yaşamda görülmekte ve toplumun yasal ve ahlak kuralları olarak değişik biçimlerde ortaya çıkmaktadır (Arat, 1995). Cinsel yaşamdaki fiziksel doyum, ilişkinin yoğunluğu, güçlü cinsel doyum ve birbirini seven iki insanın birleşmesinin yarattığı derin duygular insan yaşamında önemli olan ve taraflarca arzu edilen bir yaşantı olmaktadır. İnsanın doğasında yer alan cinsellikten zevk almayı bilmesi ve yarattığı olumlu değerler nedeni ile de bu olayı geliştirerek paylaşılabilen bir yaşama dönüştürmesi gerekmektedir (Abalı, 2006; Farrag, 1945).

Cinsellik, cinsel ifadenin ve cinsel davranışın insan yaşamının en önemli bir parçası olduğu söylenebilir. Doğumdan ölüme kadar yaşamın bir parçası olarak süren insan cinselliği ve cinsel davranışını birçok faktörün etkileyebileceği düşünülebilir. Bireyin toplum içindeki ilişkileri, yaşam koşulları, içinde bulunduğu kültür ortamı, kadın veya erkek oluşu, kişilik özellikleri yaşı, yaşamı boyunca cinsel deneyimlerini ne kadar geliştirdiği, medeni durumu gibi çeşitli faktörler cinsel davranışların niteliğini belirleyebilir (Kayır, 1995).

Cinsel uyarılma ve onun son noktası olan cinsel davranış fizyolojik, psikolojik ve kültürel etkenlerin bir ağıdır (Rowland, 1995). Bu çerçevede cinselliğin, biyo-psiko-sosyal bir varlık olan insanın tüm yönleriyle etkileşim içinde olduğu söylenebilir. Bu alanların birinde yaşanan sorun, genellikle cinselliğe de yansarak cinsel işlev bozukluklarına yol açabilir. Cinsel işlev bozuklukları organik ya da psikojenik olsun psikolojik öğeleri de içerebilmektedir. Psikolojik düzeyde cinsellik, cinsel ilişkiden haz alma, sevgi, sevme ve sevilme gibi bireyin temel ihtiyaçlarının doyurulmasını amaçlamakta, bunlarla ilişkili olarak çeşitli bireysel davranışları ve insan ilişkilerini içermektedir (Geçici, 2011, Taşkent, Ertuğun, Top, Çetin ve Şahin, 2003).



Cinsellik, bireyin cinsel alanları dışındaki alanları da içine almakta, bu anlamda sorun organik olarak başlamış olsa bile uyum güçlüklerine ve psikolojik değişmelere yol açmaktadır (Bozkurt, 1996; Özgen, Gülçat, Özşahin, Aydın ve Işıklı, 1993). Bu çerçevede evlilik yaşamının önemli bir yönünü kapsayan cinsel işlevler ve bu konudaki bozukluklar ele alınırken bireyin biyolojik özelliklerinin yanında psikolojik ve sosyal yönünün de değerlendirilmesi gerektiği düşünülebilir. Bu bağlamda evlilik yaşamının en önemli faktörlerinden biri olan cinsel yaşantıyla, cinsel özgüven ve cinsel işlev bozuklukları ile cinsel öz-yeterlik arasında da bir ilişkinin olduğu düşünülebilir. Araştırmacılar (Eden, 1996; Gardner ve Pierce, 1998; Judge, Locke ve Durham, 1997; Judge, Erez ve Bono, 1998) öz-yeterlik inancının belirli bir göreve özgü olabileceği gibi, bir kişilik özelliği gibi çok farklı ortamlara genellenebilir bir inanç olarak da incelenebileceğini vurgulamaktadır.

Birey bir sonuca ulaşabileceğine inanması sonucu, daha etkin davranması ve yaşamının gidişini kendisinin belirlemeye çalışması bireyin içinde bulunduğu koşulları kontrol altına alma duygusunu yansıttığı ifade edilmektedir (Armeli, Gunthert ve Lawrence, 2001). Alanyazında bu durum genel olarak öz-yeterlik kavramı ile açıklanmaya çalışılmaktadır. Öz-yeterlik bireyin bir görevi başarılı bir şekilde gerçekleştirip gerçekleştiremeyeceğine yönelik inancını ifade eder (Miller, 2001). Öz-yeterliği yüksek olan insanların bazı görev veya sorumluluklarını yerine getirebilme konusunda kendilerine daha fazla güven duydukları düşünülmektedir (Brafford ve Beck, 1991). Bandura'nın (1997) öz-yeterliğin bireyin bir görevi yapmaktan kaçınma ve görevi yerine getirme motivasyonu ile ilişkili olabileceğini önerdiği ve araştırmaların çoğunun bu görüşü desteklediği görülmektedir (Arch, 1992; Lent, Brown ve Larkin, 1986; Miller, 2001; Nevill ve Schlesker, 1988; Phillips, 2000). Öz-yeterlilik düzeyi, harekete geçmek için güdülerini engelleyebilir ya da artırabilir. Öz-yeterlilik yüksek olan bireyler daha karmaşık ve riskli görevleri seçebilirler, hedefleri yüksektir ve bu hedeflere ulaşmak için azimle çalışırlar. Bununla birlikte öz yeterlilik, gerçekçi olmayan iyimserlikle ve hayallerle aynı değildir. Aksine, deneyime dayanır, mantıklı olmayan riski almaya yol açmaz ve bireyin yeteneklerini geliştirmesiyle atak davranışlara öncülük eder. Bireyin kendi yeteneklerini, kapasitesini daha objektif bir şekilde değerlendirmesini sağlar (Andrew ve Vialle, 1998). Öz-yeterlilik, bireyin nasıl hissedeceği, düşüneceği ve davranacağını belirleyen önemli bir özelliğidir. Düşük öz-yeterlilik duygusu

depresyon, anksiyete ve çaresizlik ile birlikte. Ayrıca böyle bireyler düşük öz güvene sahiptirler ve bireysel başarıları ve gelişimleri hakkında kötümser düşünceler beslerler. Güçlü bir bitirme hissi ise, işlemleri kavramayı kolaylaştırır ve akademik performansı artırır (Marcus, Selby, Niaura ve Rossi, 1992).

Bandura (1977-1994) öz-yeterlik inancını, birbiri ile etkileşim hâlinde olan başlıca dört bilgi kaynağına dayandırmaktadır. Bunlardan ilki bireyin giriştiği işlerdeki başarısını gösteren ve daha sonraki işlerde de başarılı olabileceğine yönelik inanç geliştirmesini sağlayan performans başarılarıdır. Burada yapılan işler ve ulaşılan hedefler önemlidir. Dolayısıyla yaşanan başarı ödül etkisi yapmakta ve bireyi gelecekte de benzer davranışlara güdülemektedir. İkinci bilgi kaynağı diğer kişilerin deneyimlerinden kaynaklanan başkalarının başarıları gözlemlenerek, kişinin kendisinin de başarılı olabileceği beklentisine girmesini sağlayabilen dolaylı yaşantılardır. Üçüncü bilgi kaynağı ise bir davranışın başarıyla yapılabileceğine ilişkin teşvik ve öğütlerle bireyin cesaretlendirilmesi içeren sözel iknadır. Sözlü ikna, davranışın faydasını kabul eden kuvvetli sözlü cesaretlendirme ve bireyin davranışı başarmakta yaptığı ilerlemeyi kapsamaktadır. Dördüncü ve son bilgi kaynağı ise duygusal durumdur. Bireyin davranışa girişeceği sırada bedensel ve duygusal olarak iyi durumda olması, o davranışı yapmaya çalışma olasılığını artırır.

İnsanların davranışı gerçekleştirmeden önce, öz-yeterlik düzeylerine bağlı olarak, davranışla ilgili iyimser ya da kötümser düşüncelere sahip oldukları; bunun da davranışa hazırlanmalarını etkilediği belirtilmektedir. Ayrıca, öz-yeterliği yüksek insanların davranış yapıldıktan sonra öz-yeterliği düşük insanlara oranla daha fazla çaba gösterdiği ve bu çabalarını uzun süre sürdürdükleri bildirilmektedir. Buna bağlı olarak, öz-yeterliği yüksek olan kişilerin engellerle karşılaştıklarında daha hızlı toparlanabildikleri ve hedeflerine bağlılıklarını sürdürdükleri belirtilmekte ve öz-yeterliğin yüksek olmasının aynı zamanda insanların zorlayıcı ortamlar seçmesine, çevrelerini araştırmasına ya da yeni çevreler yaratmasına olanak verdiği de söylenmektedir (Bandura, 1977; 1994; Scholz, Dona, Sud ve Schwarzer, 2002). İnsanların farklı durumlardaki sergiledikleri davranışlarını öz-yeterlik inançlarının etkilediği gibi cinsellik alanındaki davranışlarını da cinsel öz-yeterlik inançları etkileyebilir. Bandura'nın (1997) cinselliğin yönetilmesinde öz-yeterliğin önemli olduğunu savunduğu belirtilmektedir (Coulter, 2007).

Cinsel öz-yeterliğin bireylerin bir cinsel bağlamda başarılı bir şekilde davranışlarını gerçekleştirme ve etkileyici tepkiler verme konusunda kendi yeteneklerine olan inancını ifade ettiği belirtilmektedir (Bailes, Creti, Fichten, Libman, Brender ve Amsel, 1998). Pozitif cinsel öz-yeterliğin hem kadın hem de erkeklerde daha iyi cinsel uyum ve cinsel aktivitelerin sıklığındaki artış ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Creti ve Libman, 1989). Cinsel hakkındaki pozitif ve negatif geribildirimlerin cinsel öz-yeterliği etkilediği belirtilmektedir (Bach, Brown ve Barlow, 1999; Palace, 1995). Alanyazında cinsel öz-yeterliğin genellikle güvenli cinsel ilişki uygulamaları ile ilgili araştırmalarda ele alındığı görülmektedir (Basen-Engquist, 1992; Devieux ve diğerleri, 2002). Bu araştırmalarda genellikle düşük cinsel öz-yeterliliğin riskli cinsel davranışların yordayıcısı olduğu belirtilmektedir ((Basen-Engquist, 1992; Cohen ve Fromme, 2002; Dilorio, Dudley, Soet, Watkins ve Maibach, 2000; Wulfert ve Wan, 1993).

Cinsel yaşamdan alınan doyumun ruhsal ve fiziksel sağlığın yanında ilişkilerdeki uyum ve yaşam kalitesinin yüksek olmasıyla da ilişkili olduğu belirtilmektedir (Fugl-Meyer ve Sjogren Fugl-Meyer, 1999; Leiblum ve Rosen, 2000; Stevenson, 2004; Ventegodt, 1998). Cinsellikle ilgili yapılan araştırmaların cinsel öz-şemaların, cinsel öz-yeterliğin, cinsel isteksizliğin ve beden algısının bireylerin cinsel uyumu üzerindeki rolüne odaklandığı ifade edilmektedir (Reissing, Laliberte ve Davis, 2005). Cinsel öz-yeterlik bireylerin cinsel bağlamdaki duygusal tepkilerini ve davranışlarını başarılı bir şekilde gerçekleştirebilmeleriyle ilgili inançlarıdır (Bailes, Creti, Fichten, Libman, Brender ve Amsel, 1998).

Olumlu cinsel öz-yeterliğin hem kadın hem de erkeklerde daha iyi cinsel uyumun ve cinsel ilişki sıklığının artırılmasıyla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Creti ve Libman, 1989). Cinselliği teşvik edici negatif veya pozitif geri bildirim cinsel öz-yeterliği etkileyeceği ifade edilmektedir (Bach, Brown ve Barlow, 1999; Palace, 1995). Bazı araştırmacı (Reissing, Laliberte ve Davis, 2005; Devieux ve diğerleri, 2002) tarafından cinsel öz-yeterliğin güvenli cinsel ilişkinin deneyimleşmesine bağlı olduğunu savunulmaktadır. Diğer taraftan düşük cinsel öz-yeterliğe sahip olan bireylerinse riskli cinsel ilişki deneyimleri olduğu görülmektedir (Basen-Engquist, 1992; Cohen ve Fromme, 2002; Dilorio, Dudley, Soet, Watkins ve Maibach, 2000; Wulfert ve Wan, 1993). Reissing, Laliberte ve Davis, (2005) tarafından yapılan bir

araştırmada cinsel öz-yeterliğin cinsel öz-şemaları ile cinsel uyum arasında aracı bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Ancak benden imajı, cinsel öz-yeterlik ve cinsel uyum arasında doğrudan bir etki bulunamamıştır. Öte yandan olumsuz benden imajının cinsel isteksizliğin artmasıyla ilişkili olduğu, cinsel uyumla ve cinsel öz-yeterlikle anlamlı bir şekilde ilişkili olmadı bulunmuştur.

Sieving, Bearinger, Resnick, Pettingell ve Skay (2007) cinsel risk konusunda gebeliği önleyici araçların kullanımının cinsel öz-yeterlik ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Benzer şekilde prezervatif kullanımının da öz-yeterlik ile ilişkili görölmektedir (Kalichman ve diğerleri 2002, Rostosky, Dekhtyar, Cupp ve Anderman, 2000) ve yeterlik direncinin az sayıda cinsel partnerle ilişkiye girmeye bağlı olduğu belirtilmektedir (Mitchell, Kaufman ve Beals, 2005).

#### **2.1.5. Cinsellik ve Evlilik Yaşam Doyumu**

Cinsel ilişkinin evlilik doyumu üzerinde doğrudan ve dolaylı olarak pek çok önemli etkileri bulunmaktadır. Cinsel ilişkinin istenilen düzeyde olması çiftleri anksiyeteden uzaklaştıran, birbirlerine yakınlaştıran, sıcaklık, sevgi ve koruma hisleri doğuran bir duygulanım oluşturabilmektedir. Cinsel ilişkide meydana gelebilecek aksaklıklar ise, doyum eksikliği, sevilmemeye korkusu, güçsüzlük deneyimi, erkeklik/kadınlık rollerini algılamada değersizlik hissi, çekilme, izolasyon, anksiyete, gerginlik, sıkılganlık veya radikal olma gibi sonuçlar doğurabilmektedir (Dokur ve Profeta, 2006).

Cinsel ilişkinin sıklığının ve kalitesinin eşlerin beklentilerine uygun olup olmaması, evlilik doyumunu yakından ilgilendiren faktörler arasında yer almaktadır. Cinsel ilişkiyi doyumsuz olarak algılama, eşlerden birinin cinsel ilişkiye isteksiz olması, cinsel beklentilerin eş tarafından yeterince karşılanmaması, evlilikte doyumsuzluk algısına yol açaabilmektedir (Synder, 1997).

Cinsellik ve mahrem ilişki, evlilik ilişkisinin en önemli malzemeleri arasında yer almaktadır. Cinselliğin evlilik ilişkisi içerisinde çok can alıcı ve bağlayıcı bir gücü bulunmaktadır. Cinsellik ve mahremiyet ilişkileri gelişmiş olan çiftler, aralarında aşk ilişkisi olan, birbirlerine değer veren ve birbirlerini etkileyebilen çiftlerdir. Cinsellik eşler arasında derin bir kişisel bağ yaratabilmektedir. Evlilik ilişkisi içerisinde

cinselliğin yeterli kalite ve sıklıkta yer almaması, kişinin eşini kişisel olarak reddettiğini yansıtan bir unsur da olabilmektedir (Rosen-Grandon, 1999). Üstelik eşler arasındaki çatışmaların bir kısmı cinsel ilişkileri üzerinden yaşanabilmektedir. Cinsel anlaşmazlıklar ilişkiden bağımsız olarak değil, ilişki bütünü içerisinde ele alınmalıdır. Eşlerin birbirlerine davranışları, cinsel ilişkilerindeki davranışlarında da gözlenmektedir. Eşler arasında cinsel çatışmalar çeşitli şekillerde gelişmektedir. Karı koca isteklerini açıkça ifade edebiliyorlarsa çatışmaların çözümü kolaylaşmaktadır. Ancak eşlerin isteklerini birbirlerine açıkça ifade edememeleri, çatışmaların çözümünü güçleştirmektedir. Eşler ilişkilerinin tanımlanması sorununu çözüp, isteklerini birbirlerine açıkça söyleyebilme yürekliliğini kazandıklarında, ilişkiden aldıkları doyum artmaktadır (Dokur ve Profeta, 2006).

Evlilik doyumunu kavramı evlilik ile ilgili en çok çalışılan kavramlarda biridir. Evlilik doyumları yüksek çiftlerin stres seviyelerinin düşük, mutluluk düzeylerinin yüksek ve olumsuz yaşam koşullarına karşı dayanıklılıklarının daha fazla olduğu ifade edilmektedir. Stresli evlilik yaşantısı içerisinde doyum seviyesi düşük olan eşlerin, zihinsel ve fiziksel sağlıklarının risk altında olduğu, hatta aynı riski çocuklarının bile taşıdığı düşünülebilir (Kirby, 2005; Bradbury, Fincham, 2000). Evlilik ve aile ile ilgili alanyazında evlilik doyumunun evlilik ilişkisinde stresin olmaması şeklinde tanımlanmadığı görülmektedir (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000; Busby, Christensen, Crane ve Larson, 1995; Kinnunen ve Feldt, 2004; Spanier, 1976). Alan yazında doyum bir mutluluk düzeyi olarak tanımlanmaktadır (Collard, 2006). Doyum iyi oluş halinin sürekli olarak devam etmesi olarak da tanımlanmaktadır (Ward, Lundberg, Zabriskie ve Berrett, 2009). Kararlı bir doyumun oluşmasının bireyler arasında farklılık gösterdiği belirtilmektedir (Deiner, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985; Warr, 1990).

Geniş bir bakış açısından bakıldığında evlilik doyumunu da doyumun bir türüdür. Evlilik ve aile ile ilgili alanyazında evlilik doyumunu dolaylı olarak ilişkilerde stresin olmadığı bir durum olarak tanımlanmaktadır (Bradbury ve diğerleri, 2000; Busby ve diğerleri, 1995; Kinnunen ve Feldt, 2004; Spanier, 1976). Collard (2006) evlilik doyumunu bireylerin etkileşimlerini, deneyimlerini ve evlilik yaşamından beklentilerini kapsayan duygusal olarak yaşanan bir durum olarak tanımlamaktadır. Evlilik doyumunun tanımının ilk parçasının duygusal durumdan elde edilen doyuma

odaklandığı, ikinci parçasının ise eşler arasındaki etkileşime odaklandığı görülmektedir. Bu etkileşimin bütün deneyimleri etkilemeyi, ilişkileri ve bireyin duygularını hem kendisiyle hem de eşiyile paylaşmasını içerdiği belirtilmektedir. Duygusal durumların ise evliliğin yaşantısının çoğu yönünde diğer insanlara ihtiyaç duyulmaksızın içsel özelliklere dayalı olarak kendi kendine yetebilme olduğu düşünülmektedir (Collard, 2006). Evlilik doyumunun duygusal boyutu bireylerin hem kendileriyle hem de eşleriyle etkileşimini içerdiği belirtilmektedir. Özetle evlilik doyumunun çoğunlukla eşler arasındaki etkileşime odaklanarak incelendiği görülmektedir.

Eşler arasında yeterli miktarda karşılıklı sevginin, eşlerin yeterli derecede birbirlerine bağlılıklarının, eşlerin ebeveyn olmak ve taşıdıkları inançlar konusunda tatminkar bir ilişki içerisinde olmalarının evlilik doyumu üzerinde etkili olduğu belirtilmektedir (Rosen-Grandon, 1999). Eşlerin daha fazla pozitif sözsüz mesaj kullanmalarının, daha fazla fikir birliği içinde olmalarının ve karşısındakini onayladığını belli etmelerinin, anlaşmazlıklar üzerinde daha fazla tartışmalarının, çatışmaktan kaçınmalarının, birbirlerine karşı destekleyici davranışlar sergilemelerinin, karşılıklı uzlaşmalarının, kullanılan sözsüz mesajlarda tutarlılığın, birbirlerine karşı daha az eleştirici olmalarının, evlilik ilişkisindeki memnuniyet oranının memnuniyetsizlikten daha yüksek olmasının da evlilik doyumu üzerinde etkili olduğu belirtilmektedir (Fitzpatrick, 1988). Ayrıca evliliklerinde doyuma ulaşmış başarılı çiftlerin birbirleriyle daha iyi arkadaş olabilen, boş zamanlarını beraberce paylaşabilen ve bu konuda birbirlerine zaman ayıran, tartışmalarında ılımlı, ortak fikir paylaşımları olan ve sıkı dostluk ve tutkunun önemini kendileri de vurgulayan çiftler olduklarını ifade edilmektedir. Ayrıca iletişim becerileri yüksek olan çiftlerin evlilik doyumlarının da yüksek olduğu belirtilmektedir (Chapin, Chapin ve Sattler, 2001).

Evli çiftlerin yaşadıkları problemlerle başa çıkma konusundaki yetersizliklerinin, evlilik doyumsuzluğunun en önemli etkeni olduğu ifade edilmektedir. Hem kadınlar hem de erkekler açısından en fazla sorun yaşanan problem alanlarının ise para, iletişim, cinsellik ve akrabalar olduğu ifade edilmektedir. Ayrıca aile gelişim dönemleri içerisinde yaşanan değişimler, problemlerin en çok ortaya çıktığı dönemler olarak görülebilmektedir (Storaasli ve Markman, 1990). Evlilik doyumu üzerinde etkili olan faktörlerden bir diğerinin de ilişkiye dair geliştirilen bilişsel

süreçler olduğu belirtilmektedir. İlişkiye dair geliştirilen algısal süreçler ve ilişki hakkındaki fonksiyonel olmayan inanışların, ilişkinin doğası ve ilişki standartları üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir. Genelde doyum düzeyleri düşük olan çiftlerin, eşlerinin negatif davranışlarına karşı daha hassas davrandıkları ve bu davranışları doğrudan özümleyerek hafızalarında tutma, pozitif yaşantıları ise unutma ya da reddetme eğiliminde oldukları belirtilmektedir.

Diğer taraftan eşlerinin daha pozitif özelliklerini dikkate alan bireylerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Whisman ve Delinsky, 2002). Pek çok araştırmacı (Synder, 1997; Rosen-Grandon, 1999; Chapin, Chapin, Sattler, 2001; Storaasli ve Markman, 1990; Feeney, 2002; Bradbury, Fincham, 2000; Fitzpatrick, 1988) evlilikte sevginin, aşkın ve duygusal bağın, problem çözücü iletişim tarzının, evlilik ilişkisinde çatışma çözme becerilerinin varlığının, evlilikte şiddetin, eşlerin birlikte zaman geçirmelerinin, maddi konulardan kaynaklanan anlaşmazlıkların, cinsel doyumsuzluğun, evlilikte cinsiyet rollerinin ve rol beklentilerinin karşılanmasının evlilik doyumunu üzerinde etkili olduğunu belirtmektedir.

## **2.2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR**

### **2.2.1. Cinsellik ve Özgüven İle İlgili Araştırmalar**

Evlilikte yaşanan mutluluk bireylerin ruh sağlığı için önemli bir faktör olarak değerlendirilebilir. Evlilikte yaşanan sorunlar, bireylerin psikolojik yardım istemelerinde temel problem olarak görülmekte ve sorunların yıkıcı etkileri fiziksel ve psikolojik sağlık üzerinde son derece önemli olmaktadır. Bu etkiler nedeniyle evliliğe yönelik araştırmalarda evlilikte cinsel yaşam, cinsel fantezi, iyi ve kötü evliliklerin nasıl olduğu, boşanma, evlilik sorunları, yüklemeler, cinsiyet, cinsiyet rolü, bağlanma stilleri, mizaç ve karakter özellikleri, psikiyatrik rahatsızlıklar, bilişsel çarpıtmalar, mutluluk, çatışma, problem çözme becerileri, mükemmeliyetçilik, uyum ve doyum gibi kavramların ele alındığı görülmektedir. Diğer taraftan evlilik ilişkisinin önemli bir boyutunu oluşturan cinsel ilişki ile ilgili değişkenlerden olan cinsel özgüven değişkeni ile ilgili araştırmaların yapılmadığı gözlenmektedir. Bu nedenle bu bölümde cinsel özgüven ile ilişkili olduğu düşünülen cinsellik ve özgüven ile ilgili yapılan araştırmalara yer verilecektir. Ayrıca cinsel

özgüvenin birer alt boyutu olduğu düşünölen cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel farkındalık ve cinsel cesaret ile ilgili araştırmalara da yer verilecektir.

Alanyazındaki cinsellikle ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde cinsel doyum ve evlilik uyumu arasındaki ilişki (Kudiaki, 2002), evlilik ilişkisinin cinsel işlev bozukluğu bağlamında incelenmesi (Gölsün, 2003), gebelik ve cinsel doyum (Tunç, 2005), evlilik öncesi cinsel danışmanlık programının yeni evli çiftlerin cinsel doyumuna etkisi (Vural, 2007), cinsel doyum, evlilik doyumunu, kontrol odağı ve kendilik değeri (Başat, 2004) gibi değişkenlerin incelendiği görölmektedir.

Kudiaki (2002) tarafından cinsel doyum ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi ve cinsel doyumun yordanmasında rol oynayan çeşitli değişkenleri belirlemek amacıyla yapılmış olan araştırmada evlilik uyumu “yüksek” ve “düşük” olarak belirlenen iki grubun puanları karşılaştırılmış ve evlilik uyumu yüksek olan grubun cinsel doyumunun yüksek olduğu bulunmuştur. Bu araştırmada cinsel doyumun yordanmasında evlilik süresi ve eğitim değişkenlerinin de rolünün olduğu gözlenmiştir. Bu araştırmada da diğer demografik değişkenlerle ilgili yapılan araştırmalara (Demiray, 2006; Kudiaki, 2002) benzer şekilde evlilik süresinin evlilik ilişkisi üzerinde önemli etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gölsün, Aydın ve Gülçat (2005), evlilik ilişkisi ve erkek cinsel işlev bozukluğu üzerine yaptıkları çalışmada, cinsel işlev ve evlilik doyumunun ilişkili olduğu, erkek cinsel işlev bozukluğu olgularının eşleri ile arkadaşlık boyutunun etkilenmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Storaasli ve Markman’ın (1990) 131 evli eşle yaptığı boylamsal çalışmada ise erken evlilik, erken ebeveynlik, evlilik öncesi periyotların uyumlu ve problemle ilişkisini araştırmışlardır. Para, cinsel yaşam, iletişim, akraba ilişkisi, ocuk yetiştirme, kıskançlık, alkol-ilaç alımı gibi alanların problem oluşturduğunu belirterek kadın ve erkek için her durumdaki evlilik ilişkisi ve problem yoğunluğu arasında orta güçte bir bağlantı olduğunu açıklamıştır. Uyum ilişkisi ve kişisel problem alanları arasındaki ilişki incelenmiş, iletişim ve cinselliğin güçlü bağ oluşturduğu görölmüştür. Kıskançlığın evlilik uyumuyla ilişkisinin güçlü olduğu, fakat erkeklerin uyumlarıyla her durumda zayıf bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bunlara ek olarak kıskançlık, din, cinsellik, iletişim, alanlarındaki problem yoğunluğunun durumlar



arasında önemli ölçüde değiştiği, evlilik öncesi ve evliliğin ilk zamanlarında din ve kıskançlık alanlarındaki problem yoğunluğunun azaldığı, cinsel problemin arttığı, parasal sorunlarında azalma eğiliminde olduğu dikkat çekmiştir.

Cinsellikle ilgili bazı çalışmalarda (Buunk ve VanYperen, 1989; Drigotas ve Rusbult, 1992; Esterberg, Moen ve Demster-McCain, 1994; Rusbult, Johnson ve Morrow, 1986) ise, mevcut ilişki için seçeneğe olabilecek bireylerin çekicilik düzeylerinin, elde edilen doyumun yordanmasında önemli olduğu tespit edilmiştir. Bu konu ile ilgili diğer bir çalışma da Drigotas ve Rusbult (1993) tarafından yapılmıştır. Yapılan çalışmada, mevcut ilişki için seçeneğe olan birey yüksek çekiciliğe sahip olduğu halde bireyin önemli kabul ettiği sonuçları sağlama açısından yetersiz durumda ise bireyin mevcut ilişkisine daha fazla bağlanmakta olduğu ve seçeneğe olan bireyin çekiciliğinin azaldığı görülmüştür (Akt. Hovardaoğlu, 1996).

Alanyazında, bu araştırmada ele alınan cinsel özgüven değişkeninin alt boyutu olan ve cinsel özgüveni etkileyebileceği düşünülen cinsel açıdan kendini açığa vurma değişkeni ile ilgili araştırmaların olmadığı ama kendini açığa vurma ile ilgili araştırmaların olduğu görülmektedir. Yılmaz (2010) üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ile kendini açma düzeylerinin cinsiyet, öğrenim görülen bölüm, öğretim durumu, sınıf düzeyi, yaşanılan yer, sosyo-ekonomik düzey ve ebeveyn tutumları açısından incelemiştir. Araştırmada, kişilerarası ilişki tarzlarına ilişkin cinsiyetler arasında yapılan karşılaştırmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre dışadönüklük ve dengelilik alt boyutlarında daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca araştırmada, kendini açmaya ilişkin kişiye açılma alt boyutlarında, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre anneye, aynı cins arkadaşına ve psikolojik danışmana açılma alt boyutlarında daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür. Kendini açma envanterinin konulara göre açılma bağlamında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre okul, aile, düşünce ve görüşler alt boyutlarında daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca kişilerarası ilişki tarzları ile kendini açma arasındaki korelasyon sonuçlarında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür.

Diğer bir araştırma ise Dizmen (2006) tarafından cinsiyet, sınıf, okul türü, açılan bireyler ve açılan konular ile kendini açma arasındaki ilişkiyi araştırmak için yapılmıştır. Araştırma sonucunda kız öğrencilerin kendilerini erkeklerden daha fazla

açtıkları, öğrencilerin en çok açıldıkları bireylerin aynı cins yakın arkadaş, en az açıldıkları bireylerin ise kızlarda öğretmen, erkeklerde psikolojik danışman olduğu bulunmuştur. Ayrıca genel olarak en çok açılan konunun zevkler ve ilgiler, en az açılan konunun ise cinsellik olduğu görülmüştür.

Şahin (2011) yaptığı araştırmada üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeyleri; cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, en çok yaşadıkları yer, ailenin ekonomik durumu, anne-babanın öğrenim durumu ve anne-baba tutumlarına göre incelenmiştir. Araştırma sonucunda, katılımcıların cinsiyetine göre kendini açma puanlarının farklılaştığı, öznel iyi oluş ve algılanan sosyal destek puanlarının farklılaşmadığı saptanmıştır. Katılımcıların yaşlarına, kardeş sayılarına, en çok yaşadıkları yerlere göre kendini açma, öznel iyi oluş ve algılanan sosyal destek puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ailenin ekonomik durumuna göre öğrencilerin öznel iyi oluş ve algılanan sosyal destek puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı, kendini açmanın babaya açılma puanlarında önemli bir farklılık olduğu saptanmıştır. Gelir durumu iyileştikçe babaya açılma puanları da yükselmektedir. Anne-babanın öğrenim düzeyine göre öğrencilerin kendini açma puanları arasında anlamlı farklılıklar görülmüş, öznel iyi oluş puanlarında görülmemiştir. Algılanan sosyal desteğin öğrencilerin annelerinin öğrenim durumuna göre farklılaştığı, babalarının öğrenim durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Anne- baba tutumlarına göre öğrencilerin kendini açma, öznel iyi oluş ve algılanan sosyal destek puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu anlaşılmıştır. Algılanan sosyal destek puanları ile öznel iyi oluş puanları ve kendini açma puanları arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde ve öznel iyi oluş puanları ile kendini açma puanları arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir.

Ataşar (1996) empatik eğilim düzeyleri farklı üniversite öğrencilerinin cinsiyete ve yaşa göre kendini açma davranış düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda kız üniversite öğrencilerinin okul konusunda erkeklere göre daha fazla açıldıkları bulunmuştur. Açılan kişiler boyutunda ise kız üniversite öğrencileri erkeklere göre psikolojik danışmana kendilerini daha fazla açmaktadır. Ayrıca yaşları ve empatik eğilim düzeyleri farklı üniversite öğrencilerinin toplam, konulara ve bireylere göre açılma düzeyleri arasında ortak etki açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Yaşları 20'den fazla olan üniversite öğrencilerinin düşünce ve görüşler konusunda açılma düzeyleri, yaşları 17-19 arasında olan üniversite öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Diğer taraftan yaşları 20-23 arasında olan üniversite öğrencilerinin cinsellik konusunda açılma düzeyleri, yaşları 17-19 arasında olan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek bulunmuştur.

Cupach ve Metts (1995) cinsel tutumlarda ortaklar arası benzerlikler, cinsel doyum, ilişkisel doyum, bağlanma ve cinsel iletişimle ilgili doyum arasındaki karmaşık ilişkileri araştırmışlardır. Bu araştırmacılar, doyurucu cinsel iletişimin, her iki ortak için de, cinsel doyum ve erkekler için ilişkisel doyum üzerindeki cinsel tutum benzerliği etkisine aracılık ettiğini göstermişlerdir (Akt. Dönmez diğerleri, 2009). Cupach ve Comstock (2011) evlilik ilişkisinde cinsel iletişimden alınan doyum ile cinsel doyum ve cinsel uyum arasındaki ilişkiyi araştırdıkları araştırma sonucunda cinsel iletişimden elde edilen doyumun cinsel doyum, evlilik uyumu, evlilik doyumunu, eşler arasındaki bağlılık, sevgi ifadesi ve çift uzlaşması ile pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Theiss (2011) tarafından evlilik ilişkisinde cinsel doyum ve cinsel yakınlık hakkındaki dolaylı iletişim ile ilişkisel belirsizlik arasındaki ilişkiler araştırılmaya çalışılmıştır. Araştırma sonucundan hem kadın hem erkek için cinsel yakınlık hakkındaki dolaylı iletişimin ilişkisel belirsizlik ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Hem kadın hem de erkekler için dolaylı cinsel iletişim ile cinsel doyum arasında ise negatif yönde bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Dolaylı cinsel yakınlık ile cinsel doyum arasında ise pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca cinsel yakınlık hakkındaki dolaylı iletişim evli bireylerin eşlerinin cinsel doyumları ile negatif ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kamo (1993) çalışmasında, ilişki eşit olarak algılandığında ve sıcaklık, kendini açma gibi algılanan ödüller arttığında ilişkiye ait doyumun da arttığı sonucuna ulaşmıştır. Kurdek (1992) ve Lenthall'ın (1977) çalışmalarında ise kişiler mevcut ilişkilerindeki ödül ve bedelleri başka alternatif ilişkilerdeki ödül ve bedellerle karşılaştırıyorlarsa bu durumun doyum üzerinde etkili olduğunu bulmuşlardır. Bu araştırmaya benzer bir araştırmada Buunk ve VanYperen (1991) tarafından yapılmıştır. Yapılan araştırmada özellikle ödül ve bedelin karşılaştırılması temel alınmaya çalışılmıştır. Araştırma sonucunda evli bireylerin, kendi sonuçlarını eşleriyle karşılaştırarak ilişkisel;

evliliklerine ait sonuçları ise benzer evli çiftlerin sonuçlarıyla karşılaştırarak referans türü karşılaştırma yaptıklarını bulmuştur (Akt. Binici-Azizoğlu, 2000).

Montesi, Fauber, Gordon ve Heimberg (2011) tarafından cinsel ilişki hakkında konuşmanın eşlerin cinsellik ve genel ilişki doyumu üzerindeki öneminin araştırıldığı çalışmada cinsel iletişimin açılmasının cinsel doyum ve genel ilişki doyumu için önemli bir faktör olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca cinsellik dışındaki genel konularla ilgili kurulan iletişimin ise ilişkideki genel doyum üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde MacNeil ve Byers (2009)'un cinsel açıdan kendini açığa vurmanın cinsel doyum üzerindeki rolünü araştırdığı çalışmada kendini açığa vuran bireylerin cinsel doyumlarının yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Chiou (2006) ergenlik dönemindeki bireylerin internet ortamında cinsel açıdan kendilerini açığa vurmalarını araştırdığı çalışmada erkeklerin kızlara göre daha fazla cinsel açıdan kendini açığa vurduğu sonucunu elde etmiştir. Öte yandan araştırma sonucunda ergenlik dönemindeki bireylerin kimliklerini gizleyerek kendilerini cinsel açıdan açığa vurduğu bulunmuştur. Bireylerin internet ortamındaki partnerlerine cinsel açıdan kendilerini açma konusunda daha fazla yakınlık hissettikleri sonucuna da ulaşılmıştır. Ayrıca cinsel açıdan kendini açma ile ilgili kadınların daha fazla muhafazakar stratejiler kullandıklarını, erkeklerin ise daha fazla karşılıklılık stratejisi kullandıkları bulunmuştur.

### **2.2.2. Evlilik Yaşam Doyumu İle İlgili Araştırmalar**

Türkiye’de evlilik doyumu ile ilgili çalışmalara bakıldığında; ev işi paylaşımı ve ev işi paylaşımında hakkaniyet algısı (Hasta, 1996), sosyal mübadele kuramının temel belirleyicilerinin evlilikle ilgili değerlendirmelere etkisi (Binici-Azizoğlu, 2000; Hovardaoğlu, 1996), demografik değişkenler ve evlilik çatışması (Hatipoğlu, 1993), çocuk yetiştirme konusunda ebeveynler arasındaki uzlaşma (Çelik, 1997), çalışan ve çalışmayan kadınlarla eşlerinin nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri (Akfirat, 1995), yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi (Curun, 2006), eşler arası şiddeti mazur görme, ilişki yüklemeleri (Güven, 2010), ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar (Çetin, 2010; Güven, 2005), evlilikte problem çözme becerileri (Güven, 2005; Nilgin-Canel, 2007), erkeksilik, kadınsılık, cinsel fantezi

sıklığı, mastürbasyon sıklığı (Soyer, 2006), toplumsal cinsiyet rolleri ve profesyonel psikolojik yardım arama tutumları (Çınar, 2008), evliliğe hazır oluş düzeyi, evlilikte öz-yetkinlik, psikolojik belirtiler, stresle basa çıkma tarzlarından olan aktif planlama ve gelişime açıklık, duygusal tutarsızlık, özdenetim ve yumuşak başlılık kişilik özellikleri (Cihan-Güngör, 2007) değişkenleri ile evlilik doyumu arasındaki ilişkilerin araştırıldığı görülmektedir.

Evlilik doyumu ile ilgili diğer araştırmalar incelendiğinde, medeni durum (ilk evli, boşandıktan sonra yeniden evlenmiş, eşi vefat ettikten sonra yeniden evlenmiş) ve cinsiyet (Bir-Aktürk, 2006), evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler (Günay, 2007), gestalt temas biçimleri, bağlanma stilleri ve başa çıkma tarzları (Kuyumcu, 2005), eşlerin bireysel özellikleri, evlilik yaşamlarına ait durumlar (Acar, 1998), evli çiftlerde kontrolcülük, bağımlılık algıları (Gökmen, 2001), mesleki tükenmişlik (Çelik, 2006), ilköğretime devam eden 4., 5. ve 6. sınıf öğrencilerinin anne çocuk ilişkisini kabul ve reddedici algılama düzeyleri (Yaşar, 2009), mizaç ve karakter özellikleri (Kansız ve Arkar, 2011), bağlanma stilleri (Çetin, 2010; Ertan, 2002; Sığırcı, 2010), kadınların evlilikteki bağlanma kaygı ve kaçınmaları, eşlerine bakım verme stilleri, görücü usulü veya aşk evliliği yapmış olmaları ve demokratik veya geleneksel evliliğe sahip olmaları (Aktürk, 2010), evliliğe dair inançlar (Sığırcı, 2010) ve son olarak dindarlık düzeyi (Hünler, 2002) ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların olduğu gözlenmektedir.

Rusbult ve diğerleri (1985a), değişik yaştaki evli ve bekar çiftlerde, kişilerin ilişkilerinden elde ettikleri olumlu ve olumsuz sonuçların doyumlarıyla ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Berg ve McQuinn (1986) ise, ilişki ilerledikçe özel (kişiye özgü) ve sembolik (sevgi, saygı) ödüllerin önem kazandığını, devam eden ilişkilerde başlangıçta kadınların, biten ilişkilerde ise başlangıçta erkeklerin daha fazla ödül verdiklerini bulmuşlardır (Akt. Günay, 2007).

Çelik (2006) okul yöneticilerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile evlilik doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmada yapılan analizler sonucunda okul yöneticilerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile evlilik doyum düzeyleri arasında ters yönde güçlü bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca mesleki statü de

evlilik doyumuyla ilişkili görülmektedir. Meslek statüsü yüksek bireyler, orta ya da düşük bireylerden daha iyi yaşam standardı sergilemektedirler. Mesleki statüleri yüksek bireyler ile eşlerinin, mesleki statüleri düşük bireyler ve eşlerinin daha fazla evlilik doyumuna sahip olabilecekleri belirtilmektedir (Cooper, Chassin ve Zeiss, 1985). Kadınların mesleki statülerinin, kocalarının evlilik doyumuna üzerine etkili olmadığı ifade edilmektedir. Bununla birlikte çalışan kadınların kocalarının, çalışmayan kadınların kocalarına oranla daha az evlilik doyumuna sahip oldukları belirtilmektedir (Lye ve Biblarz, 1993). Ayrıca erkeklerin mesleki doyumunu ile eşlerinin evlilik doyumunu arasında doğrusal bir ilişki olabileceği düşünülebilir (Barling, 1984). Dolayısıyla erkeğin mesleki doyumunu azaldıkça, eşinin de evlilik doyumununun azalabileceği söylenebilir.

Evlilik ilişkisini sürdürmeye çalışan farklı bireyin, iki farklı kişilik yapısına sahip olabileceği düşünülebilir. Birbirinden farklı, her biri kendine özgü nitelikler taşıyan insanların nasıl olup da yaşamlarını birlikte sürdürebildiği, hangi kişilik yapılarındaki bireylerin daha uyumlu birliktelikler yaşayabildiği veya çiftlerin birbirinin kişilik özelliklerini nasıl etkilediği ve değiştirdiği gibi sorulara verilecek yanıtlar kişilik ile evlilik doyumunu arasındaki ilişkiyi anlamak açısından çok anlamlıdır. Bu bağlamda Kansız ve Arkar (2011) mizaç ve karakter özelliklerinin evlilik doyumunu üzerindeki etkisini araştırdıkları araştırmada eşlerin memnuniyet-doyum, fikir birliği ve genel olarak evlilik doyumları ile ödül bağımlılığı mizaç boyutu arasında tutarlı bir ilişki saptamışlardır. Araştırma sonucunda ödül bağımlılığı mizaç özelliğinin yüksek oluşunun eşler arasındaki memnuniyet-doyum, fikir birliği, bağlılık ve genel evlilik uyum düzeylerini doğrudan yordadığı görülmüştür.

Curun (2006) evli çiftlerin yüklemeleri, iletişim çatışmaları ve cinsiyet rolü yönelimlerinin evlilik doyumunu ile ilişkilerini incelemek için yaptığı çalışmasında çiftlerin, Evlilik İçin Karşılaştırma Düzeyi Ölçeği'nden alınan toplam puan ve onun alt boyutları açısından ve İlişki Yükleme Ölçeğinin toplam puanı ve tüm alt boyutları açısından benzer bulmuşlardır. Ayrıca, nedensel yüklemeler, odak ve güdü, yaklaşma/kaçınma ve erkeksi ve kadınsı kişilik özellikleri boyutları açısından kadın ve erkek katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur. Ayrıca, tüm katılımcılar için, uyum alt boyutu için sırasıyla niyet, kadınsılık, erkeksilik ve istikrar değişkenleri, çatışma alt boyutu için kadınsılık ve genellik

değişkenleri ve evlilik doyumu için de niyet ve kadınsılık değişkenleri anlamlı yordayıcılar olarak bulunmuştur. Yalnızca, erkek katılımcılar için, sırasıyla uyum için niyet, kadınsılık, istikrar, erkeksilik, duyguları ifade etme anlamlı yordayıcılar olarak bulunmuş ancak çatışma alt boyutu için hiçbir anlamlı yordayıcı bulunmamıştır. Yine toplam puan için yapılan analizlerde ise, niyet, kadınsılık ve istikrar değişkenleri anlamlı yordayıcılar olarak bulunmuşlardır. Son olarak kadınlar için, analizlerde uyum alt boyutu için niyet, çatışma alt boyutu için güdü ve kadınsılık ve toplam puan için niyet ve kadınsılık değişkenleri yordayıcı bulunmuştur.

Evlilik doyumu ile ilişkisi araştırılan diğer bir konuda eşler arası şiddeti mazur görme, ilişki yüklemeleridir. Güven (2010) tarafından yapılan araştırmaya göre, Eşler Arası Şiddeti Mazur Görme Ölçeği ile Evlilik Yaşamı Ölçeği arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu; İlişkilerde Yükleme Ölçeği ile Evlilik Yaşamı Ölçeği arasında negatif yönde bir ilişki olduğu; Eşler Arası Şiddeti Mazur Görme Ölçeği ile İlişkilerde Yükleme Ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. İlişkilerde yükleme ölçeği suçlama ve genellik alt boyutlarının eşler arası şiddeti mazur görmeyi en yüksek yordama düzeyine sahip değişkenler olduğu bulunmuştur. Ayrıca eşler arası şiddeti mazur görme ölçeğinin evlilik doyumu düzeyi üzerinde anlamlı yordayıcı olduğu belirlenmiştir.

Çetin (2010) ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların ve bağlanma stillerinin evlilik doyumunu yordama gücünü ortaya koymak için yaptıkları araştırma sonuçlarına göre; cinsiyet, yas, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi, zihin okuma, kaçınmalı bağlanma ve kaygılı bağlanma evlilik doyumunun anlamlı birer yordayıcısı değildir. Toplam varyansın çok az bir kısmını açıklamış olmakla birlikte, yakınlıktan kaçınmanın evlilik doyumunu negatif yönde anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur. Sığırcı'nın (2010) da evli bireylerin bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançların evlilik doyumu ile ilişkisini incelediği araştırmada bağlanma tarzlarından yalnız "kaçınmalı bağlanma" tarzının evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı; ilişkilere dair inançlardan ise yalnızca "eşler değişmez" şeklindeki inançların evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordayıcı güce sahip olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte, "eşler değişmez" değişkeni kontrol altına alındığında dahi, "kaçınmalı

bağlanma”nın evlilik doyumu puanlarındaki varyansı açıklamadaki katkısının anlamlı düzeyde olduğu bulunmuştur.

Evlilik doyumu ile bağlanma arasındaki ilişkinin araştırıldığı diğer bir araştırma da Aktürk (2010) tarafından yapılmıştır. Yapılan araştırmada kadınların evlilikteki bağlanma kaygı ve kaçınmalarının, eşlerine bakım verme stillerinin, görücü usulü veya aşk evliliği yapmış olmalarının ve demokratik veya geleneksel evliliğe sahip olmalarının evlilik doyumlarına ve eşlerine bağlanma figürü aktarımına olan etkileri incelenmiştir. Araştırma sonuçları bağlanmanın temel bileşenlerinin aktarımı, aktarım gücü ve zamanı bakımından anlamlı farklılık olmadığını göstermiştir. Her iki evlilik tipinde de kadınların duyarlı ve uyumlu bakım verme stilleri ve düşük kaçınma düzeyleri eşe bağlanma gücüyle ve eşe bağlanma figürü aktarımıyla olumlu yönde ilişkili bulunmuştur. Evliliğin gelenekselden ziyade demokratik bir yapıya sahip olması her iki evlilik grubunda da evlilik doyumunu olumlu yönde etkilerken, gruplar arasında hem aşk evliliği yapmış hem de demokratik evlilik yapısına sahip olan kadınların en yüksek evlilik doyumunu rapor ettikleri gözlenmiştir.

Nilgün-Canel (2007) tarafından ailede problem çözme becerilerinin geliştirilmesi yoluyla evlilikten elde edilen psikolojik doyumun artırılmasına yönelik olarak kurgulanmış grup çalışmasının, çiftlerin evlilik doyumlarının artırılmasında etkisinin olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan araştırma sonrasında, “ailede problem çözme becerisini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışması”nın, evli bireylerin evlilik doyumlarını, evlilik uyumlarını, evlilik ilişkilerinden duydukları mutluluğu, eşlerine duydukları yakınlığı arttırmakta, eşle yaşanan çatışmalarını ve eşlerine karşı öfkelerini azaltmakta etkili olduğu belirlenmiş, stresle başa çıkma tarzları açısından kendilerine güvenlerini arttırmakta da etkili olduğu saptanmıştır. Ancak uygulanan çalışmanın evli bireylerin eşlerinin ailelerinden kaynaklanan problemler, evlilik ilişkilerine yansıyan maddi kaynaklı problemler ve ebeveynlik anlayışlarıyla ilgili problemler konusunda etkili bir rol oynamadığı belirlenmiştir.

Soyer (2006) erkeksilik, kadınsılık, cinsel fantezi sıklığı, mastürbasyon sıklığı ve evlilik doyumu üzerinde gruplar arasında anlamlı fark olup olmadığının belirlenmesi; ayrıca cinsel fantezi sıklığı, mastürbasyon sıklığı ve evlilik doyumu üzerindeki varyansı anlamlı bir şekilde yordayan değişkenlerin tespit edilmesi amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyetin erkeksilik, kadınsılık, cinsel



fantezi sıklığı ve mastürbasyon sıklığı üzerinde anlamlı fark yarattığını görülmüştür; ancak evlilik doyumu için böyle bir fark bulunamamıştır. Bunun yanı sıra, cinsiyet, cinsel ilişki sıklığı ve yaşın cinsel fantezi sıklığını anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur. Ayrıca sonuçlar, cinsiyet, mastürbasyonun ayıp olduğu düşüncesi, evlilik doyumu ve kadınsılığın mastürbasyonu anlamı bir biçimde yordadığını göstermiştir. Son olarak, bu çalışmada cinsel ilişki ve mastürbasyon sıklığının evlilik doyumunu anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur.

Çınar (2008) bireylerin evlilik doyumlarının toplumsal cinsiyet rolleri ve profesyonel psikolojik yardım arama tutumları ile bazı demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, evlilik süresi ve çocuk sayısı) açısından incelemiştir. Araştırma sonucunda; bireylerin evlilik doyumları ile cinsiyet, yaş, eğitim durumu, evlilik süresi ve çocuk sayısı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Evlilik doyumu ile cinsiyet rolleri arasında anlamlı bir farklılık söz konusudur, cinsiyet rolü kadınsı ve androjen bireylerin evlilik doyumları cinsiyet rolü belirsiz ve erkeksi bireylere oranla daha yüksektir. Kadınların evlilik doyumları cinsiyet rollerine göre anlamlı farklılıklar göstermiştir. Cinsiyet rolü “androjen” olan kadınların evlilik doyumları cinsiyet rolü “erkeksi” olan kadınların evlilik doyumlarından yüksek bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet rolü “kadınsı” ve “erkeksi” olan kadınların evlilik doyumları cinsiyet rolü “belirsiz” olan kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Araştırmada ele alınan bağımsız değişkenlerin evlilik doyumunu yordayıp yordamadığı çoklu regresyon analizi ile hesaplanmış, tüm değişkenler içinde cinsiyet ve cinsiyet rollerinin evlilik doyumunu yordadığı bulunmuştur.

Cihan-Güngör (2007) evlilik doyumunu açıklayan evliliğe hazır oluş düzeyi, evlilikte öz-yetkinlik, psikolojik belirtiler, stresle başa çıkma tarzlarından olan aktif planlama ve gelişime açıklık, duygusal tutarsızlık, özdenetim ve yumuşak başlılık kişilik özellikleri arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkileri incelemeye yönelik bir model geliştirilerek test edilmiştir. Araştırma sonucunda geliştirilen modelin bir bütün olarak evlilik doyumunu açıkladığı görülmüştür. Bir kişilik özelliği olan özdenetim evlilik doyumunu doğrudan etkilerken, duygusal tutarsızlık ve yumuşak başlılık evlilik doyumunu doğrudan etkilemediği bulunmuştur. Evlilik doyumu ile duygusal tutarsızlık arasındaki ilişkide evlilikteki öz-yetkinliğin dolaylı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Evlilik doyumu ile özdenetim arasındaki ilişkide stresle başa çıkma

tarzlarından aktif planlamanın dolaylı bir etkisi vardır. Evlilik doyumu ile yumuşak başlılık arasındaki ilişkide evlilikteki öz-yetkinliğin dolaylı bir etkisi vardır. Evlilik doyumu ile gelişime açıklık arasındaki ilişkide evlilikteki öz-yetkinliğin dolaylı bir etkisi varken, evlilik doyumu ile gelişime açıklık arasındaki ilişkide aktif planlamanın dolaylı bir etkisi olmadığı bulunmuştur. Stresle başa çıkma tarzlarından olan aktif planlamanın, psikolojik belirtilerin, evliliğe hazır oluşun ve evlilikteki öz-yetkinliğin evlilik doyumu üzerinde doğrudan bir etkisi olduğu bulunmuştur. Evlilik doyumu ile evliliğe hazır oluş arasındaki ilişkide evlilikteki öz-yetkinliğin dolaylı bir etkisi vardır. Evlilik doyumu ile evlilikteki öz-yetkinlik arasındaki ilişkide aktif planlamanın dolaylı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, arkadaş onayı evlilikten sağlanan doyumu artırırken, aile onayının evlilikten sağlanan doyum üzerinde bir etkisi olmadığı bulunmuştur. İçsel baskı evlilikten sağlanan doyumu negatif yönde yordamaktadır. Evlilik yaşının artması evlilikten sağlanan doyumu etkilememektedir. Eş benzerliği ve kök aile ile ilişkileri evlilik doyumunu en fazla yordayan değişkenlerdir. Ayrıca erkeklerin evlilik doyumlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Alanyazın incelendiğinde evlilik süresinin evlilik doyumunu etkilediği görülmektedir. Evliliğin ilk yıllarında evlilik doyumunun düşük olduğuna ancak, evlilik süresi ilerleyip çocuklar evden ayrıldıktan sonra daha yükseldiğine ilişkin bulgular elde edilmiştir (Anderson, Russel ve Schumm, 1983). Benzer şekilde, Spainer, Lewis ve Cole (1975) yaptıkları araştırmada evliliğin ilk yıllarında evlilik doyumunun daha düşük olduğunu, ilerleyen yıllarda ise yükseldiğini saptamışlardır. Yapılan bazı araştırmada da (Houseknecht ve Macke, 1981; Filsinger ve Wilson, 1984; Gaesser ve Whitboure, 1985) kadınlarda evlilik doyumunun evlilik süresi arttıkça düştüğü, erkeklerde ise yükseldiği saptanmıştır. Diğer taraftan ülkemizde Fışiloğlu (1992) tarafından yüksek lisans öğrencilerinin, evlilik süreleri ile evlilik doyumları arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada, bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Turan (1997) tarafından aynı konu üzerinde yapılan bir çalışmada ise erkekler için evlilik süresi anlamlı bulunurken, kadınlar için anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Evlilik doyumu üzerine yapılan bazı araştırmalarda ise, evlilikten alınan doyumun kadınlar ve erkekler tarafından farklı algılandığı ortaya çıkmıştır (Schuum, 1985). Ancak, evlilik doyumu konusunda yapılmış hemen

hemen bütün araştırmalarda evlilik ilişkisinden kadın ve erkeğin aynı oranda doyum ve yarar sağlamadıkları ortaya çıkmıştır (Kiecolt, Glaser ve Newton, 2001).

Batıda yapılan araştırmaların çoğunda evlilik, erkekler için kadınlara oranla daha yararlı ve önemli bir ilişki olarak saptanmıştır (Steil ve Turetsky, 1987; Umberson, 1992; Kiecolt, Glaser ve Newton, 2001). Evlilik doyumuyla ilişkili görünen bir başka değişkenin de eğitim olduğu görölmektedir. Tynes (1990) çalışmasında, eğitim düzeyi yüksek kadın ve eşlerinin, eğitim düzeyi düşük erkek ve eşlerinden daha fazla evlilik doyumuna sahip olduklarını bulmuştur.

### **2.2.3. Öz-yeterlik ve Cinsel Öz-yeterlik İle İlgili Araştırmalar**

Alanyazın incelendiğinde yurt içinde cinsel öz-yeterlik ile ilgili araştırmaların olmadığı ancak öz-yeterlik ile sağlıklı yaşam biçimi (Akgül, 2008), yaşam kalitesi (Akın, 2007), genel yeterlik inancı ile rol yeterliği inancı (Işık, 2001), sosyo ekonomik düzey (Koçoğlu, 2009), çatışma çözme stilleri (Tarakcı, 2009) ve başa çıkma stratejileri (Ünal Keskin ve Orgun, 2006), problem çözme becerileri (Arkan, 2011), probleme dayalı öğrenme (Erdem, (2006), umut ve kaygı (Kemer, 2006), algılanan sosyal destek (Yardımcı, 2007), durumluk kaygı ve yaşam doyumunu (Sahranç, 2007), akademik erteleme (Aydoğan, 2008), iş doyumunu (Gençtürk, 2008), kimlik, sosyal karşılaştırma eğilimi (Güven, 2008), yaratıcı düşünme becerileri (Ercivan Zencirci, 2008), tükenmişlik (Karahan, 2008), güvenli iş davranışı (Akıncı, 2008), üst bilişsel farkındalıkları (Yavuz, 2009), duygu düzenleme stratejileri (Güçlü, 2009), mesleki kaygı (Yıldırım, 2011), özerklik algısı (Ilgaz, 2011) gibi değişkenler arasındaki ilişkilerin araştırıldığı araştırmaların olduğu görölmektedir. Cinsellik konularında yapılan araştırmalar incelendiğinde ise cinsel heyecan arayışında cinsel açıdan riskli davranışlar yapma (Coulter, 2007), HIV ve hepatit C gibi kan yolu ile bulaşan hastalıklardan korunmada kadın erkek arasındaki farklılıklar (Lee, Chen ve Chang, 2011), beden imajı (Plybon, Holmer, Hunter, Sheffield, Stephens ve Cavolo, 2009), cinsel uyum (Reissing, Laliberte ve Davis, 2005), benlik kavramı (Rostosky, Dekhtyar, Cupp ve Anderman, 2008), gibi değişkenler ile öz-yeterlik arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Cinsel öz-yeterlik ile ilgili ise cinsel risk alma (Rosenthal, Moore ve Flynn, 1991), kadınların HIV/AIDS hastalıklarından korunmaları (Bowleg, Belgrave ve Reisen, 2000) gibi değişkenlerle ilişkisinin araştırıldığı araştırmaların

olduğu görülmektedir. Ancak cinsel öz-yeterlilik ile cinsel özgüven arasındaki ilişkinin araştırıldığı araştırmaların olmadığı gözlenmektedir.

Rosenthal, Moore ve Flynn (1991) 18 yaşındaki kadın ve erkekler üzerinde yaptığı araştırmada cinsel benlik saygısı ve cinsel öz-yeterliliği de kapsayan benlik algısı ile cinsel risk alma davranışları arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırma sonucunda prezervatif kullanma, satın alma ve cinsel korunma gerçekleşene kadar cinsel ilişkiyi geciktirmeyi de kapsayan cinsel davranışların çoğunda bireylerin kendine güvenlerinin az olduğu bulunmuştur. Diğer taraftan bu bireylerin prezervatif ve diğer doğum kontrol yöntemleri ya da korunma yöntemleri hakkında tartışma da kendilerine güven düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur (Akt. Coulter, 2007). Cinsel risk alma davranışı ile ilgili yapılan diğer bir araştırma da Plybon, Holmer, Hunter, Sheffield, Stephens ve Cavolo (2009) tarafından yapılmıştır. Beden imajı ve Afrikalı görünüş ile cinsel kaçınmada öz-yeterlilik arasındaki ilişkinin araştırıldığı araştırmada beden imajı ile cinsel kaçınmada öz-yeterlilik arasında önemli bir ilişki bulunmamıştır. Ancak yapısal eşitlik modelinde Afrikalı görünüşün cinsel kaçınmada öz-yeterliliği pozitif açıdan etkilediği görülmüştür.

Reissing, Laliberte ve Davis (2005) cinsel benlik-şemalarının cinsel öz-yeterlilik, cinsel isteksizlik ve beden imajı üzerindeki rolünü yaşları 18 ile 29 arasında değişen 80 bayan üzerinde araştırmıştır. Araştırma sonucunda cinsel öz-yeterliliğin cinsel uyum ile cinsel benlik şeması arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur. Diğer taraftan beden imajının ise cinsel öz-yeterlilik, cinsel uyum ve cinsel benlik şeması ile ilişkisinin olmadığı görülmüştür. Ancak yüksek negatif beden imajının cinsel isteksizliğin artmasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu da negatif cinsel uyumla ilişkili bulunmuştur. Rostosky, Dekhtyar, Cupp ve Anderman (2008) de çalışma grubunu 388 lise öğrencinin oluşturduğu cinsel öz-yeterlilik ile cinsel benlik kavramı (cinsel saygı ve cinsel kaygı) arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırma sonucunda erkeklerin cinsel öz-yeterlilik ve cinsel benlik kavramı puanlarının kızlardan daha düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin cinsel anksiyete ve öz-yeterlilik dirençlerinin kızlardan daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan regresyon analizi sonucunda ise cinsel özsaygı düzeyleri yüksek olan bireylerin cinsel öz-yeterlilik düzeylerinin de yüksek olduğu görülmektedir. Son olarak araştırma

sonucunda cinsel özsaygının cinsel öz-yeterlik ile cinsel risk ile ilgili bilgi arasındaki ilişkide aracılık etkisinin olduğu bulunmuştur.

Akgül (2008) birinci basamak sağlık kurumlarında çalışan sağlık personelinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve öz-etkililik-yeterlilik düzeylerini belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak bir çalışma yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile öz-etkililik yeterlilik düzeyi arasında önemsiz ve küçük bir ilişki bulunmuştur. Öz-yeterlik ile ilgili diğer bir araştırmada Işık (2001) tarafından yapılmıştır. Yapılan araştırmada yöneticilerin genel yeterlik inancı ile rol yeterliği inançları arasındaki ilişki araştırılmış ve iki inanç düzeyi arasında manidar bir ilişki elde edilmiştir.

Saylam Kırcıoğlu (2009) sınıf öğretmenlerinin müzik dersi öğretimine ilişkin bilgi düzeyleri, öz-yeterlilik algıları ile tutumlarının belirlenmesi üzerine yaptığı araştırmadan elde edilen öz yeterlik algılarına ilişkin bulgular incelendiğinde de cinsiyet,mesleki hizmet süresi, en son mezun olunan eğitim basamağı özellikleri açısından anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Bununla birlikte öğretim sırasında müzik eğitimi alan ve almayan sınıf öğretmenlerinin Müzik dersi öğretimine ilişkin öz-yeterlilik algılarının değiştiği sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak sınıf öğretmenlerinin müzik dersi öğretimine ilişkin tutum ölçeğinden aldıkları puanlar incelendiğinde; cinsiyet, meslekteki hizmet yılı değişkenleri açısından anlamlı farklılık olmadığı, ancak mezun olunan eğitim basamağı açısından sınıf öğretmenlerinin Müzik dersi öğretimine ilişkin tutumlarının farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Tarakcı'nın (2009) çatışma çözme stilleri ile öz-yeterlik arasındaki ilişkiyi araştırdığı araştırma sonucunda yöneticilerin, çatışmayı yönetmede ağırlıklı olarak, bütünleştirme ve uzlaşma stilini tercih ettikleri, kendilerini oldukça yeterli algıladıkları (öz-yeterliklerinin yüksek olduğu), öz-yeterlilikleri arttıkça bütünleştirme stilini, öz-yeterlilikleri azaldıkça kaçınma stilini kullandıkları bulunmuştur. Ayrıca, yöneticilerin öz yeterlilik algılamaları ve çatışma yönetim stilleri ile yaşları, eğitim düzeyleri, ilgili alanda kursa katılma durumları ve yabancı bir ülkede kalma durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmazken; yöneticilik pozisyonu ile hükmetme stili, çalışma süresi ile hükmetme

ve uzlaşma stili, yabancı dil bilgisi ile ödün verme stili arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Akın'ın (2007) meme kanseri tanısı ile kemoterapi alan hastaların tedavi sırasındaki yaşam kalitesi ve öz-yeterlik düzeyini belirlemek amacıyla yaptığı çalışmasında; öz-yeterlik düzeyinin eğitim düzeyi, meslek, beden kitle indeksi ve kemoterapi protokolü değişkenlerinden etkilendiği belirlenmiştir. Öz-yeterlik algısı, AC/EC tedavi protokolü alan hastalarda daha olumsuz etkilenmiştir.

Diğer bir çalışma ise eğitim alanında gerçekleştirilmiştir. Sahranç (2007) de üniversite öğrencilerinin genel öz-yeterlik algısı, durumluk kaygı, stres kontrol değerlendirmesinin ekzojen değişkenleri ve yaşam aracı (mediator) değişken olarak ele alınıp akış deneyimiyle ilişkisini betimleyen bir model tanımlamaya çalışmıştır. Araştırma sonucunda genel öz-yeterlik değişkeni, yaşam doyumu ve akış deneyimini doğrudan ve olumlu yönde etkilemekte olduğu görülmüştür. Genel öz-yeterlik değişkeninin, akış deneyimini yaşam doyumu üzerinden dolaylı ve olumlu yönde etkilediği görülmüştür. Ayrıca genel öz-yeterlik ve stres kontrol değerlendirmesi değişkenleri arasında olumlu yönde bir ilişki bulunmuştur.

Ünal Keskin ve Orgun (2006) öğrencilerin öz etkililik-yeterlilik düzeylerinin belirlenmesi ve başa çıkma stratejilerini karşılaştırılması amacıyla yaptıkları araştırma sonucunda; öğrencilerin genel olarak Öz Etkililik-Yeterlilik Ölçeği'nin alt boyutlarından yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Basa Çıkma Stratejisi Ölçeği'nden alınan puanlar cinsiyetlere göre anlamlı farklılık göstermiştir. araştırmada, Öz Etkililik-yeterlilik Ölçeği tüm alt boyutlarından alınan puanlar ile basa çıkma ölçeğinin alt boyutlarından alınan puanlar arasında pozitif yönde bir korelasyon olduğu saptanmıştır.

Arkan (2011) sınıf öğretmenlerinin sosyal bilgiler dersinde problem çözme becerisini kazandırmaya yönelik öz-yeterlik düzeyleri ile ilköğretim 4. ve 5. Sınıf öğrencilerinin problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi araştırdığı araştırma sonucunda sınıf öğretmenlerinin sosyal bilgiler dersinde problem çözme becerisini kazandırmaya yönelik öz-yeterliklerinin yüksek olduğu ve cinsiyete, okuttukları sınıf düzeyine, mesleki kıdeme göre anlamlı olarak farklılaşmazken; öğrenim durumuna, probleme dayalı öğrenmeye yönelik teorik bilgisi olma durumuna ve probleme dayalı

öğrenmeyi derslerinde kullanma durumlarına göre anlamlı olarak farklılaşmakta olduğu bulunmuştur. Gençtürk (2008) ilköğretim okulu öğretmenlerinin öğretmenlik mesleğine yönelik öz-yeterlik algıları ve iş doyumları arasındaki ilişkiyi araştırdığı araştırmada ilişki düşük de olsa öğretmenlerin öz-yeterlik algıları arttığı sürece işlerinden aldıkları doyumun da arttığı ya da öz-yeterlik algıları azaldığı sürece işlerinden aldıkları doyumun da azaldığı ortaya çıkmıştır.

Karahan (2008) özel eğitim okullarında çalışan eğitimcilerin tükenmişlik düzeyleri ile öz-yeterlik algıları arasındaki ilişkiyi incelemiş ve eğitimcilerin öz-yeterlik algı düzeyleri ile tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yavuz (2009) tarafından yapılan çalışmada ise öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik öz-yeterlik algıları ile üst bilişsel farkındalıkları arasındaki ilişki incelenmiş ve araştırma sonucunda orta düzeyde bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Yardımcı (2007) ilköğretim öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile öz-yeterlik arasındaki ilişkiyi incelemiş ve ilköğretim öğrencilerinde cinsiyet, sınıf, ailenin ekonomik durumu, öğrencinin algıladığı sağlık durumu ve başarı durumu değişkenlerinin algılanan sosyal destek ile öz-yeterliği etkilediği, algılanan sosyal destek ile öz-yeterlik arasında pozitif yönlü, zayıf bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Ergenlerde algılanan sosyal desteğin ergenin öz-yeterlik becerilerini etkilediği belirlenmiştir. Aydoğan (2008) ise üniversite sınavına hazırlanan lise son sınıf öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının öz-yeterlik inançları açısından açıklanabilirliğini incelemek amacıyla yaptığı çalışmada akademik erteleme davranışı ile öz-yeterlilik inançları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır.

Güven (2008) çıraklık eğitimi kapsamında çalışan ergenlerin öz-yeterlik inançlarının kimlik, sosyal karşılaştırma eğilimi ve ilgili demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, çalışılan bölüm, çalışma süresi, örgütsel aidiyet, ailenin aylık geliri, çalışma nedeni, anne-babanın eğitim durumu ve yaşam yeri) bağlamında incelemeye çalışmıştır. Araştırmada kolektif kimlik yöneliminin öz-yeterlik inançları açısından anlamlı bir yordayıcı olduğu gözlenmiştir. Sosyal karşılaştırma eğiliminin ise performans boyutunun çalışan ergenlerin genel öz-yeterlik inançlarını anlamlı olarak yordadığı gözlenmiştir. Ercivan Zencirci (2008) de Resim-iş eğitimi öğrencilerinin, öz-yeterlik algılarını ve yaratıcı düşünce becerilerini geliştirmede etkisinin olup olmadığını

saptayabilmek için bir çalışma yapmıştır. Yapılan analizler sonucunda, özgün baskı resim eğitiminin görsel sanatlar öğretmen adaylarının öz-yeterlilik algıları ve yaratıcı düşünme becerileri üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi olduğu tespit edilmiştir. Yine bu analizlerin sonucunda, öz-yeterlilik algıları ile yaratıcı düşünce ve akıcılık, esneklik, özgünlük alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

#### **2.2.4. Utangaçlık ve Cinsel Utangaçlık İle İlgili Araştırmalar**

Utangaçlığın sebepleriyle ilgili araştırmaların çoğu bireylerin diğer insanlar karşısında sergilenen imajdaki başarısızlığa vurgu yapıldığını vurguladığı belirtilmektedir (Bennett ve Dewberry, 1988; Marcus, Wilson ve Miller, 1996; Thornton, 2003). Alanyazındaki utangaçlık ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde sosyal beceri eğitiminin utangaçlık üzerindeki etkisi (Hasdemir, 2005; Kozanoğlu, 2006, Yıldırım, 2006), stresle başa çıkma stratejileri (Epli Koç, 2006), başa çıkma stratejileri (Altıok, 2011), fonksiyonel olmayan tutumlar (Demirbaş, 2009), prososyal davranışlar (Özdemir, 2010), cinsel uyarılma (Karafa ve Cozzarelli, 1997) ile ilişkisinin araştırıldığı araştırmaların olduğu görülmektedir. Diğer taraftan cinsel utangaçlık ile ilgili araştırmaların olmadığı görülmektedir.

Hasdemir (2005) yaptığı deneysel çalışmada sosyal beceri eğitimi programının lise öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini azalttığını bulmuştur. Benzer şekilde Kozanoğlu'nun (2006) yaptığı çalışmada da sosyal beceri eğitiminin utangaçlık üzerinde anlamlı etkisinin olduğu bulunmuştur. Yıldırım (2006) da yaptığı çalışmada bu araştırmaları destekler nitelikte bulgular elde etmiştir. Özdemir (2010) ise lise öğrencilerinin prososyal davranışları ile utangaçlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda prososyal davranışlar ile utangaçlık arasında düşük düzeyde, pozitif yönde ve anlamlı ilişkinin olduğunu gözlenmiştir. Cinsiyet, yaş, anne öğrenim düzeyi, kardeş sayısı ve doğum sırası ile utangaçlık arasında ilişkinin olmadığı saptanmıştır.

Epli Koç (2006) tarafından yapılan çalışmada lisans öğrencilerinin utangaçlık düzeylerine göre stresle başa çıkma stratejilerinin farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Çalışma sonucunda utangaçlık düzeyi düşük olan öğrencilerin stresle başa çıkmada kendine güvenli, iyimser ve sosyal desteğe başvurma yaklaşım stratejilerini daha çok kullandıkları saptanmıştır. Utangaçlık düzeyi yüksek olan



öğrencilerin ise stresle basa çıkmada çaresiz ve boyun eğici yaklaşım stratejilerini daha çok kullandıkları saptanmıştır. Başa çıkma stratejileri ile ilgili diğer bir araştırma da Altıok (2011) tarafından yapılmıştır. Çalışma sonucunda, üniversite öğrencilerinin utangaçlık puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Başa çıkma stratejileri alt ölçeği olan sosyal destek alma stratejisinde ise kızlarla erkekler arasında erkekler lehine önemli bir fark tespit edilmiştir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin yaşadığı yere göre utangaçlık puanlarının farklılaştığı sonucuna varılmıştır. Utangaçlık ve başa çıkma stratejileri ilişkilerine bakıldığında ise utangaçlık ile problem çözme arasında anlamlı bir ilişki olduğu, yine utangaçlık ile kaçınma arasında ise ters yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Demirbaş (2009) ise lise öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini fonksiyonel olmayan tutumlar açısından incelemiştir. Araştırma sonucunda Kız ve erkek öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Anne-baba eğitim düzeyi değişkenine göre ise öğrencilerin utangaçlık puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlenmiştir. Ayrıca araştırma sonucunda benlik saygısı puanları yüksek olan öğrencilerin utangaçlık puanları düşükken, benlik saygısı puanları düşük olan öğrencilerin utangaçlık puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Utangaçlık ile fonksiyonel olmayan tutumların mükemmeliyetçilik alt boyutu arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmazken; utangaçlık ile onaylanma ihtiyacı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu ve onaylanma ihtiyacının utangaçlığı yordayan bir unsur olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Thornton (2003) yaptığı bir çalışmada flört ilişkisi yaşayan çiftlere, eşlerden birinin utangaç bir şekilde dans ettiği bir video izletmiştir. Katılımcılardan dans eden çiftlerin yerinde kendilerinin olduklarını varsaymaları istenerek dans ederken ne düzeyde utanabileceklerini puanlamaları istenmiştir. Araştırma sonucunda katılımcıların orta düzeyde utangaçlık hissettikleri bulunmuştur. Cinsiyet açısından farklılıklar değerlendirildiğinde ise kadınların erkeklerden daha fazla utandıkları görülmüştür. Olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek olan erkeklerin utangaçlık düzeylerinin de yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Kadınlarda ise korkunun yüksek olması utangaçlık oranını etkilemediği görülmüştür.

Petronio, Olson ve Dollar'ın (1989) romantik ilişki bağlamında utangaçlığı araştırdığı araştırmasında bireylerin romantik partnerlerinden kaynaklanan bir

utangaçlığa sahip olduklarını belirtmişlerdir. Araştırma sonucunda ilişki süresi uzun olan bireylerin utangaçlık düzeylerinin düşük olduğu, ilişki hakkında konuşmadan alınan doyum gibi ilişki kalitesinin de yüksek olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada utangaçlığın artması ilişki doyumu ve kalitesi ile iletişimin azalması arasında ilişkinin olduğu bulunmuştur. Toplum tarafından belirlenen bir ilişkide bulunması gereken ilişkinin özel kuralları hakkındaki beklentilerin ihlal edilmesi sonucu utangaçlığın yaşanabileceği düşünülmektedir. İnsanlar bir ilişkiye girdiklerinde katı özel kuralların etkili olabileceğini varsayarlar. Çünkü onlar bunu geçmişte deneyimlemişlerdir ya da onlar ilişkilerinde sahip oldukları özel kuralların miktarını kontrol etmeye çabalayarak kendi ilişkilerine ait özel kuralları geliştirmeye çalışıyor olabilirler. Diğer taraftan ilişkilerde yaşanan utangaçlığın olmamasının ise diğer insanların da görebileceği şekilde uygunsuz ve biçimsiz cinsel içerikli davranışların gerçekleştirilmesine sebep olabileceği düşünülmektedir.

Alanyazındaki cinsellik ve utangaçlık ile ilgili araştırmalar incelendiğinde utangaçlık ile prezervatif kullanımı arasındaki ilişkinin araştırıldığı görülmektedir. Örneğin Patrick, (1994) tarafından prezervatif utangaçlığı ile öz-yeterlik, demografik değişkenler ve inanç arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Prezervatif kullanımı ile ilgili yapılan diğer araştırmalar incelendiğinde prezervatif utangaçlığının onun kullanılmamasının önemli nedenlerinden biri olduğu görülmektedir (Higson, Strunin, Berlin ve Heeren, 1990; Patrick, 1994; Pleck, Sonenstein ve Ku, 1991; Pleck, Sonenstein ve Ku, 1990). Prezervatif alma konusundaki utangaçlık az sayıda birey tarafından prezervatif alınmasına sebep olabileceği belirtilmektedir (Patrick, 1994). Ayrıca cinsiyet, prezervatif hakkındaki bilgi, cinsel aktivite ve prezervatif satın alma deneyiminin de prezervatif utangaçlığı ile ilişki olduğu belirtilmektedir (Vail-Smith, Durham ve Howard, 1992). Bunu destekler nitelikte Miller (1992)'de kadınların erkeklerden daha fazla utangaçlık yaşadığını ifade etmektedir. Ayrıca Miller lise öğrencilerinin üniversite öğrencilerinden daha fazla utangaç olduğunu belirtmektedir. Cinsellik ve utangaçlığın birlikte araştırıldığı diğer bir araştırmada Karafa ve Cozzarelli (1997) tarafından yapılmıştır. Karafa ve Cozzarelli'nin erkeklerde utangaçlık, bilişsel müdahale ve azalan cinsel uyarılmayı araştırdıkları araştırmada sadece utangaç bireylerde bilişsel müdahalenin azalan cinsel uyarılma ve sosyal etkileşim arasında aracılık etkisine sahip olduğu bulunmuştur.

### 2.3. ALANYAZIN TARAMASININ SONUCU

Araştırmada ele alınan değişkenlerle ilgili olabilecek daha önceki yapılan araştırmalar incelenmiştir. Yapılan incelemeler sonucu bu araştırmada incelenmeye çalışılan cinsel özgüven değişkeni ile ilgili herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak alanyazında cinsellik, özgüven, cinsel öz-yeterlik, cinsel utangaçlık ve evlilik yaşam doyumu ile cinsel özgüven arasındaki ilişkilerin araştırıldığı araştırmaların olmadığı tespit edilmiştir. Diğer taraftan araştırmanın diğer değişkenlerinden olan cinsel öz-yeterlik, cinsel utangaçlık, evlilik yaşam doyumu ile ilgili yapılmış araştırmaların olduğu görülmektedir. Ayrıca cinsellik, özgüven, farkındalık, utangaçlık, kendini açığa vurma ile ilgili araştırmaların da olduğu görülmektedir. Cinsellik ile ilgili evlilik ve aile danışmanlığı alanında yapılan çalışmalarda çoğunlukla cinsel doyum, cinsel işlev bozukluğu, gebelik, cinsel danışmanlık, evlilik doyumu, kontrol odağı, kendilik değeri, evlilik uyumu, cinsel yaşam gibi değişkenler üzerine odaklandığı görülmektedir.

Alanyazında, bu araştırmada ele alınan cinsel özgüven değişkeninin alt boyutu olan ve cinsel özgüveni etkileyebileceği düşünülen cinsel açıdan kendini açığa vurma değişkeni ile ilgili araştırmaların olduğu görülmektedir. Ayrıca kendini açığa vurma ile ilgili araştırmaların da olduğu gözlenmektedir. Kendini açığa vurma ile ilgili araştırmalarda cinsiyet, öğrenim görülen bölüm, öğretim durumu, sınıf düzeyi, yaşanılan yer, sosyo ekonomik düzey, ebeveyn tutumları, okul türü, açılan bireyler ve açılan konular, yaş, kardeş sayısı, en çok yaşadıkları yer, anne-babanın öğrenim durumu, empatik eğilim düzeyi ile kendini açığa vurma arasındaki ilişkilerin araştırıldığı tespit edilmiştir. Cinsel açıdan kendini açığa vurma ile ilgili yapılan araştırmalarda ise cinsel tutumlarda ortaklar arası benzerlikler, cinsel doyum, ilişkisel doyum, bağlanma ve cinsel iletişimle ilgili doyum arasındaki karmaşık ilişkiler, evlilik ilişkisinde cinsel iletişimden alınan doyum ile cinsel doyum ve cinsel uyum arasındaki ilişki, cinsel doyum ve cinsel yakınlık hakkındaki dolaylı iletişim ile ilişkisel belirsizlik arasındaki ilişkiler, cinsel ilişki hakkında konuşmanın eşlerin cinsellik ve genel ilişki doyumu üzerindeki önemini, cinsel açıdan kendini açığa vurma'nın cinsel doyum üzerindeki rolü, bireylerin internet ortamında cinsel açıdan kendilerini açığa vurmaları gibi konularda araştırmaların yapıldığı görülmektedir.

Evlilik doyumu ile ilgili araştırmalarda sosyal mübadele kuramının temel belirleyicilerinin evlilikle ilgili değerlendirmelere etkisi, demografik değişkenler evlilik çatışması, çocuk yetiştirme konusunda ebeveynler arasındaki uzlaşma, çalışan ve çalışmayan kadınlarla eşlerinin nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri, iletişim çatışmaları, cinsiyet, cinsiyet rolü yönelimi, eşler arası şiddeti mazur görme, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar, evlilikte problem çözme becerileri, erkeksilik, kadınsılık, cinsel fantezi sıklığı, mastürbasyon sıklığı, toplumsal cinsiyet rolleri ve profesyonel psikolojik yardım arama tutumları, evliliğe hazır oluş düzeyi, evlilikte öz-yetkinlik, psikolojik belirtiler, stresle basa çıkma tarzlarından olan aktif planlama ve gelişime açıklık, duygusal tutarsızlık, öz-denetim, yumuşak başlılık kişilik özellikleri, medeni durum, evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, gestalt temas biçimleri, bağlanma stilleri, başa çıkma tarzları, eşlerin bireysel özellikleri, evli çiftlerde kontrolclk, bağımlılık algıları, mesleki tükenmişlik, mizaç ve karakter özellikleri, kadınların evlilikteki bağlanma kaygı ve kaçınmaları, eşlerine bakım verme stilleri, görücü usulü veya aşk evliliği yapmış olmaları ve demokratik veya geleneksel evliliğe sahip olmaları, evliliğe dair inançlar ve dindarlık düzeyi gibi değişkenlerin incelendiği görülmektedir.

Evlilik doyumu ile ilgili yapılan araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde mesleki tükenmişlik düzeyleri ve mesleki statü ile evlilik doyumu arasında ilişkinin olduğu görülmektedir. Mesleki statüleri yüksek bireyler ile eşlerinin, mesleki statüleri düşük bireyler ve eşlerinin daha fazla evlilik doyumuna sahip olabilecekleri düşünmektedir. Bu değişken cinsiyet açısından değerlendirildiğinde ise kadınların mesleki statülerinin, kocalarının evlilik doyumu üzerine etkili olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte çalışan kadınların kocalarının, çalışmayan kadınların kocalarına oranla daha az evlilik doyumuna sahip oldukları belirtilebilir. Ayrıca erkeklerin mesleki doyumu ile eşlerinin evlilik doyumu arasında doğrusal bir ilişki olabileceği düşünülebilir. Dolayısıyla erkeğin mesleki doyumu azaldıkça, eşinin de evlilik doyumunun azalabileceği söylenebilir.

Evlilik doyumu için ödül bağımlılığının, mizacın, niyetin, istikrarın, eşler arasındaki şiddeti mazur görmenin, yakınlıktan kaçınmanın, ilişkilere dair inançlardan ise yalnızca “eşler değişmez” şeklindeki inançların, özdenetimin, evlilik süresinin, cinsel ilişki ve mastürbasyon sıklığının ve kadınsılığın anlamlı yordayıcılar olduğu

gözlenmektedir. Diğer taraftan cinsiyetin, yaşın, gerçekçi olmayan ilişki beklentisinin, zihin okumanın, kaçınılmalı bağlanmanın, duygusal tutarsızlığın, yumuşak başlılığın ve kaygılı bağlanmanın evlilik doyumunun anlamlı birer yordayıcısı olmadığı görülmektedir. Eğitim düzeyi yüksek kadın ve eşlerinin, eğitim düzeyi düşük erkek ve eşlerinden daha fazla evlilik doyumuna sahip oldukları, kadınlarda evlilik doyumunun evlilik süresi arttıkça düştüğü, erkeklerde ise yükseldiği, evliliğin ilk yıllarında evlilik doyumunun daha düşük olduğu, ilerleyen yıllarda ise yükseldiği görülmektedir. Ayrıca cinsiyet rolü “androjen” olan kadınların evlilik doyumları cinsiyet rolü “erkeksi” olan kadınların evlilik doyumlarından yüksek olduğu, cinsiyet rolü kadınsı ve androjen bireylerin evlilik doyumları cinsiyet rolü belirsiz ve erkeksi bireylere oranla daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Son olarak ailede problem çözme becerisini geliştirme yoluyla evlilik doyumunu artırma grup çalışmasının, evli bireylerin evlilik doyumlarını arttırdığı tespit edilmiştir.

Alanyazında cinsel öz-yeterliğin cinsel özgüveni yordayıp yordamadığı ile ilgili yapılan çalışmaların olmadığı görülmektedir. Ancak alanyazında cinsel öz-yeterlik ile cinsel risk alma ve HIV/AIDS hastalıklarından korunma arasındaki ilişkilerin incelendiği gözlenmektedir. Cinsel öz-yeterliğin dışında öz-yeterlik ile cinsel heyecan arayışında cinsel açıdan riskli davranışlar yapma, HIV ve hepatit C gibi kan yolu ile bulaşan hastalıklardan korunmada, beden imajı, cinsel uyum, benlik kavramı arasındaki ilişkilerinde araştırıldığı araştırmalar bulunmaktadır. Ayrıca öz-yeterlik ile çeşitli değişkenlerin incelendiği araştırmaların da olduğu görülmektedir. Yapılan incelemeler sonucu öz-yeterliğin sağlıklı yaşam biçimi, yaşam kalitesi, genel yeterlik inancı ile rol yeterliği inancı, sosyo ekonomik düzey, çatışma çözme stilleri, başa çıkma stratejileri, problem çözme becerileri, probleme dayalı öğrenme, umut ve kaygı, algılanan sosyal destek, durumluk kaygı ve yaşam doyumunu, akademik erteleme, iş doyumunu, kimlik, sosyal karşılaştırma eğilimi, yaratıcı düşünme becerileri, tükenmişlik, güvenli iş davranışı, üst bilişsel farkındalıkları, duygu düzenleme stratejileri, mesleki kaygı, özerklik algısı gibi değişkenler açısından incelendiği tespit edilmiştir.

Öz-yeterlik ve cinsel öz-yeterlik ile ilgili çalışmalar genel olarak değerlendirildiğinde cinsel öz-yeterliğin cinsel uyum ile cinsel benlik şaması arasındaki ilişkiye aracılık ettiği, yüksek negatif beden imajının cinsel isteksizliğin artmasıyla ilişkili olduğu ve

erkeklerin cinsel öz-yeterlilik ve cinsel benlik kavramı puanlarının kızlardan daha düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin cinsel anksiyete ve öz-yeterlilik dirençlerinin kızlardan daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cinsel özsaygı düzeyleri yüksek olan bireylerin cinsel öz-yeterlilik düzeylerinin de yüksek olduğu görülmektedir. Cinsel özsaygının cinsel öz-yeterlilik ile cinsel risk ile ilgili bilgi arasındaki ilişkide aracılık etkisinin olduğu bulunmuştur. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile öz-etkililik yeterlilik düzeyi arasında önemsiz ve küçük bir ilişki bulunmuştur. Son olarak beden imajı ile cinsel kaçınmada öz-yeterlilik arasında önemli bir ilişkinin olduğu ve prezervatif kullanma, satın alma ve cinsel korunma gerçekleşene kadar cinsel ilişkiyi geciktirmeyi de kapsayan cinsel davranışların çoğunda bireylerin kendine güvenlerinin az olduğu bulunmuştur.

Alanyazındaki utangaçlık ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde sosyal beceri eğitiminin utangaçlık üzerindeki, etkisi stresle başa çıkma stratejileri, başa çıkma stratejileri, fonksiyonel olmayan tutumlar, prososyal davranışlar, cinsel uyarılma gibi değişkenler açısından utangaçlığın incelendiği görülmektedir. Diğer taraftan cinsel utangaçlık ile ilgili araştırmaların olmadığı görülmektedir.

Utangaçlık ile ilgili araştırmalar incelendiğinde sosyal beceri eğitimi programının utangaçlık düzeyini azalttığı, prososyal davranışlar ile utangaçlık arasında düşük düzeyde, pozitif yönde ve anlamlı ilişkinin olduğu, utangaçlık düzeyi düşük olan öğrencilerin stresle başa çıkmada kendine güvenli, iyimser ve sosyal desteğe başvurma yaklaşım stratejilerini daha çok kullandıkları, utangaçlık düzeyi yüksek olan öğrencilerin ise stresle başa çıkmada çaresiz ve boyun eğici yaklaşım stratejilerini daha çok kullandıkları, yaşanan yere göre utangaçlık puanlarının farklılaştığı, utangaçlık ile problem çözme arasında anlamlı bir ilişki olduğu, yine utangaçlık ile kaçınma arasında ise ters yönde anlamlı bir ilişki olduğu, benlik saygısı puanları yüksek olan öğrencilerin utangaçlık puanlarının düşük olduğu, utangaçlık ile onaylanma ihtiyacı arasında anlamlı düzeyde bir ilişkinin olduğu, olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek olan erkeklerin utangaçlık düzeylerinin de yüksek olduğu görülmektedir. Kadınlarda ise korkunun yüksek olması utangaçlık oranını etkilemediği görülmüştür. Ayrıca ilişki süresi uzun olan bireylerin utangaçlık düzeylerinin düşük olduğu, ilişki hakkında konuşmadan alınan doyum gibi ilişki

kalitesinin de yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak utangaçlığın artması ilişki doyumu ve kalitesi ile iletişimin azalması ile ilişkili görölmektedir.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmada kullanılan yöntem ele alınmıştır. Bu bağlamda; araştırma modeline, çalışma grubuna, veri toplama araçlarına, verilerin toplanmasına, elde edilen verilerin çözümlenmesine ve yorumlanmasına ilişkin bilgilere verilmiştir.

#### 3.1. ARAŞTIRMA MODELİ

Araştırma ilişkisel tarama modeli ve yapısal eşitlik modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Karasar (2003) iki ve daha çok sayıdaki değişken arasındaki birlikte değişimin varlığının ve/veya derecesinin ilişkisel tarama modeli ile yapılan araştırmalarda belirlenebileceğini belirtmektedir. Araştırmada evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri ile cinsel öz-yeterlik, evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık ve demografik özellikleri (cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi, meslek türü, bir işte çalışıp çalışmama) arasındaki ilişkiler ilişkisel tarama modeliyle incelenmiştir.

Çalışmada cinsel öz-yeterliğin, evlilik yaşam doyumunun ve cinsel utangaçlığın cinsel özgüveni nasıl yordadığı yapısal eşitlik modeli ile incelenmiştir. Yapısal eşitlik modelinde, önceden belirlenen ilişki örüntülerinin veri tarafından doğrulanıp doğrulanmadığı incelenmektedir. Bu modelin kullanıldığı araştırmalarda genel olarak çok özel hipotezlerin test edilmeye çalışılmaktadır. Yapısal eşitlik çalışmalarının özü itibari ile doğrulayıcı bir karaktere sahip olduğu belirtilmektedir (Şimşek, 2007). Jöreskog ve Sörbom (1993) yapısal eşitlik modeliyle, gizil yapıların gözlenen değişkenler aracılığıyla incelemeye çalışıldığını belirtmektedir (Akt. Çokluk, Şekercioğlu, Büyükoztürk, 2010).



### 3.2. ÇALIŞMA GRUBU

Bu araştırmanın çalışma grubu İstanbul'un bazı ilçelerinde yaşayan evli bireylerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan 336 evli bireyin 105'i (%31) erkek, 231'i (%69) kadındır. Çalışma grubunun 136'sı (%41) öğretmen, 15'i (%5) İstanbul'da Deniz İşletmesinde çalışan personel, 14'ü (%4) doktor ve hemşire, 171'i (%50) ev hanımı ve diğer meslek alanlarında çalışan bireylerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan bireylerin yaşları 22 ile 60 arasında, evlilik süreleri ise 2 ay ile 40 yıl arasında değişmektedir. Araştırmanın çalışma grubu 118'i (%35) ilköğretim, 51'i (%15) ortaöğretim, 143'ü (%42) lisans ve 16'sı (%5) yüksek lisans eğitim düzeyine sahip bireylerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan evli bireylerin 61'inin(%18) çocuğu bulunmamakta, 75'inin (%22) bir çocuğu, 136'sının (%40) iki çocuğu, 37'sinin (%11) üç çocuğu, 9'unun (%3) dört çocuğu, 3'ünün (%0.9) beş çocuğu ve 1'inin (%0.3) de altı çocuğu bulunmaktadır. Çalışma grubu 228'i (%68) anlaşarak evlenen, 108'i (%32) görücü usulü ile evlenen bireylerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan bireylerden 32'si (%9) ek iş yapmakta ve 304'ü (%91) ek iş yapmamaktadır.

### 3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri ile ilgili veriler "Cinsel Özgüven Ölçeği" (EK-1), evlilik yaşam doyumu ile ilgili veriler "Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği" (EK-2), cinsel utangaçlık ile ilgili veriler "Cinsel Öz-bilinç Ölçeği" (EK-3), cinsel öz-yeterlik ile ilgili veriler "Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği" (EK-4) ve demografik özelliklerine ilişkin bilgiler ise "Kişisel Bilgi Formu" (EK-5) ile toplanmıştır. Veri toplama araçlarına ilişkin açıklamalara aşağıda yer verilmiştir.

#### 3.3.1. Cinsel Özgüven Ölçeği

Cinsel özgüveni ölçmek için Çelik, (2012a) tarafından geliştirilen Cinsel Özgüven Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 4'lü likert tipi, 13 maddeden oluşmakta ve cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel cesaret ve cinsel farkındalık olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin 1-7. maddeleri cinsel açıdan kendini açığa vurma alt boyutu,

8-10. maddeler cinsel cesaret alt boyutu, 11-13. maddeler ise cinsel farkındalık boyutu ile ilgilidir. Ölçek hem alt ölçeklere ilişkin ayrı ayrı puan vermekte, hem de cinsel özgüven düzeyini gösteren toplam bir puan vermektedir. Ölçeğin olası puan aralığı 13 ile 52 puan arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir (Çelik, 2012a).

Cinsel Özgüven Ölçeğinin geliştirilmesinde araştırmacı tarafından ilgili alanyazın taranmış, yurt içi ve yurt dışında konu ile ilgili yapılan çalışmalar incelenmiş, uzmanlar ve evli bireylerle yapılan görüşmelerden edinilen bilgiler doğrultusunda 55 maddelik bir madde havuzu oluşturulmuştur. Ölçek geliştirme çalışmalarında madde havuzu oluşturulması aşamasında hedeflenen ölçeğin madde sayısının üç katı kadar madde yazılması gerektiği belirtilmektedir (Şeker ve Gençdoğan, 2006). Ölçeğin kapsam geçerliğini (Büyüköztürk, 2010) belirlemek için bu maddeler, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanındaki sekiz uzmanın, İstanbul'da Milli Eğitim Bakanlığına bağlı olan okullarda görev yapan evli üç Türkçe branşından ve diğer branşlardan dört öğretmenin görüşlerine başvurularak, maddelerin Cinsel Özgüven ile ilgili olup olmadığı değerlendirilmiş; bu uzmanların eleştirisi ve önerileri doğrultusunda bazı maddelerde dil ve içerik açısından değişiklikler yapılmış, bazı maddeler ise silinerek ölçeğin 35 maddelik deneme formu oluşturulmuştur.

Deneme formu oluşturulan ölçek, 63 tane evli bireye uygulanmıştır. Anketlerin uygulandığı evli bireylerin ölçek maddeleriyle ilgili düşüncelerini detaylı alabilmek için yüz yüze görüşme yapılarak ölçeğin sorularının anlaşılabilirliği, cevaplama şekli, niteliği, yönergesi, kullanılabilirliği, sorulardan ne anladıkları, amaca uygunluğu hakkındaki görüşleri ayrıntılı olarak alınmıştır. Bu görüşler ışığında ölçeğin ön deneme formuna gerekli düzeltmeler yapılarak son şekli oluşturulmuştur. Bu değişikliklerden sonra ölçek evli bireylere uygulanmıştır.

Ölçeğin geçerlik analizinde kapsam geçerliği belirlemek için uzman görüşleri alınmış ve yapı geçerliği içinde açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılmıştır. Ayrıca ölçüt geçerliği incelenmiştir. Güvenirlik analizi içinde Cronbach Alpha formülü, testi yarılama, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu ve t- testi kullanılmıştır.

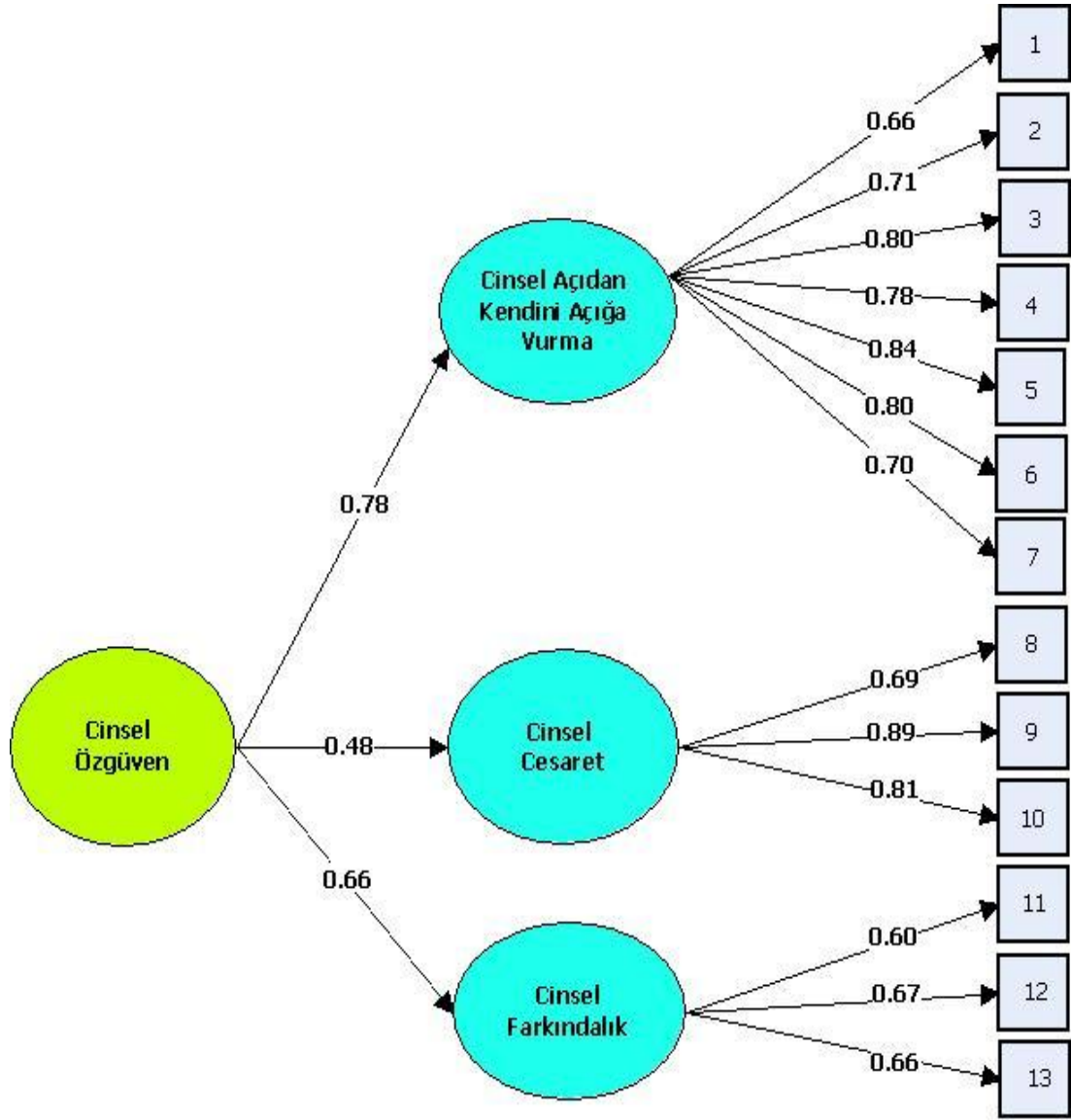
### 3.3.1.1. Cinsel Özgüven Ölçeğinin Geçerliliği

Ölçeğin geçerlik çalışmasında yapı geçerliğine bakılmıştır. Ölçek geliştirme çalışmalarında ölçeğin geçerli bir ölçme aracı olup olmadığını tespit etmek amacıyla geçerlik türlerinden yapı geçerliliğine bakılabileceği belirtilmektedir. Yapı geçerliğinin belirlenmesi için de açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinin yapılması gerektiği ifade edilmektedir. Ayrıca yapı geçerliğinin incelenmesi için öncelikle ölçek ile toplanan veri setinin faktör analizi yapmaya uygun olup olmadığına örnekleme yeterliliği değerlerine ve değişkenler arasındaki korelasyona bakılması gerektiği belirtilmektedir (Büyüköztürk, 2010; Spahi, Yurtkoru ve Çinko, 2008). Verilerin faktör analizine uygunluğu için KMO .60'dan yüksek ve Barlett testinin anlamlı çıkması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2010). Bu amaçla yapılan analiz sonucunda KMO örneklem uygunluk katsayısı .88, Barlett Sphericity testi  $\chi^2$  değeri ise 1941.598 ( $p < .001$ ) bulunmuş ve ölçek maddelerine verilen cevapların faktörlenebileceği görülmüştür. Bu sonuçlar dikkate alınarak açımlayıcı faktör analizi yapılmasına karar verilmiştir (Çelik, 2012a).

Açımlayıcı faktör analizi, birbiriyle ilişkili çok sayıda değişkeni bir araya getirecek, az sayıda kavramsal olarak anlamlı yeni değişkenler keşfetmeyi ya da faktörler ile göstergeleri arasında tanımlanan ilişkileri açıklayan ölçme modellerini test etmek amacıyla kullanılan çok değişkenli bir istatistiktir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010). Bu nedenle araştırmada yapı geçerliği için Açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Araştırmada yapılan ilk analizde faktör özdeğeri 1,18'in üzerinde olan ve toplam varyansın %59.65'ini açıklayan 5 faktör ortaya çıkmıştır. Araştırmacıların bir yapıyı daha az faktör ile açıklayabilmek için düşük faktör ağırlığına sahip olan soruları analizden çıkardıkları belirtilmektedir. Bununla ilgili uzlaşmış bir kriterin olmadığı ancak bazı araştırmacıların .50'nin altındaki faktör ağırlığına sahip soruları eledikleri, bazı araştırmacıların ise bu sınırı .70 olarak belirledikleri ifade edilmektedir (Spahi, Yurtkoru ve Çinko, 2008). Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk (2010) ise faktör yükü 32'nin altında olan maddelerin elenebileceğini belirtmektedir. Bu çerçevede faktör yük değerinin .50 olarak kabul edilmesi ile birden fazla faktörde yer alan, herhangi bir faktörle ilişkilendirilemeyen ve tek maddeden oluşan faktörlerin silinmesi sonucu yapılan son analizde toplam

varyansın %66.55'ini açıklayan 13 maddenin 3 faktörde toplandığı ortaya çıkmıştır (Çelik, 2012a).

Açımlayıcı faktör analizi ile belirlenen faktör yapılarının doğruluğunun doğrulayıcı faktör analizi ile test edilebileceği belirtilmektedir (Şimşek, 2007). Bu çerçevede 13 maddeye birinci ve ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış ve oluşturulan modelin uyumlu olduğu bulunmuştur. Birinci düzey doğrulayıcı faktör analizine ilişkin oluşturulan modelden elde edilen sonuçların yer aldığı çıktı dosyası incelendiğinde modelin tüm uyum iyiliği kriterleri ( $\chi^2/df = 2.72$ , RMSEA = .072, GFI = .93, AGFI = .90, CFI = .95, IFI = .95, NFI = .92, RFI = .90, SRMR= .05) açısından oldukça iyi değerler ürettiği ve modelin bu haliyle kolaylıkla kabul edilebileceği görülmektedir. Bunların yanı sıra modele ilişkin AIC (226.73) ve CAIC (366.43) değerlerinin, bağımsızlık modeli (sırasıyla 2111.91 ve 2174.53) değerlerinden daha düşük oldukları görülmektedir. İkinci düzey doğrulayıcı faktör analizine ilişkin oluşturulan modelden elde edilen sonuçların yer aldığı çıktı dosyası incelendiğinde de modelin tüm uyum iyiliği kriterleri ( $\chi^2/df = 2.72$ , RMSEA = .072, GFI = .93, AGFI = .90, CFI = .95, IFI = .95, NFI = .92, RFI = .90, SRMR= .05) açısından oldukça iyi değerler ürettiği ve modelin bu haliyle kolaylıkla kabul edilebileceği görülmektedir. Bunların yanı sıra modele ilişkin AIC (226.73) ve CAIC (366.43) değerlerinin, bağımsızlık modeli (sırasıyla 2111.91 ve 2174.53) değerlerinden daha düşük oldukları görülmektedir. Bu sonuçlardan hareketle ölçeğin 13 maddeli ve 3 faktörlü olarak kabul edilmesinin faktörlere isim verilmesi açısından da anlamlı olacağı uzman görüşleri de alınarak kararlaştırılmıştır. Bu faktörler sırasıyla “Kendini Açığa Vurma”, “Cinsel Cesaret”, “Cinsel Farkındalık” olarak adlandırılmıştır. Ölçeğin birinci faktörü olan “Kendini Açığa Vurma”nın toplam varyansın %33.40'ını açıkladığı ve faktör yüklerinin .67 ile .84 arasında değiştiği, ikinci faktör olan “cinsel cesaret” in toplam varyansın %18.04'ünü açıkladığı ve faktör yüklerinin .76 ile .88. arasında değiştiği, üçüncü faktör olan “Cinsel Farkındalık”ın toplam varyansın %15.09'unu açıkladığı ve faktör yüklerinin .73 ile .79 arasında değiştiği bulunmuştur(Çelik, 2012a). Modele ilişkin faktör yükleri Şekil 3'te sunulmuştur.



Şekil 3. Cinsel Özgüven Ölçeğine İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri  
İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi

Cinsel Özgüven Ölçeği'nin ölçüt geçerliğini belirlemek için cinsel öz-bilinç ve cinsel öz-yeterlik ölçeği ile birlikte uygulanmış ve araştırmaya katılan bireylerin ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. Cinsel Özgüven Ölçeği'nin ölçüt geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan analizde Cinsel Öz-bilinç Ölçeği'nin alt boyutu olan cinsel utangaçlık ölçeği ile -.35, Cinsel Öz-yeterlik ölçeği ile -.26 şeklinde korelasyon katsayıları elde edilmiştir (Çelik, 2012a). Bu değerlere göre, ölçeğin bu araştırma için geçerli bir ölçek olduğu sonucuna varılmıştır

### 3.3.1.2. Cinsel Özgüven Ölçeğinin Güvenirliği

Ölçeğin güvenirliliğini belirlemek için ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı, Testi yarılama, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu ve testin toplam puanlarına göre oluşturulan alt %27 ve üst %27'lik grupların madde ortalama puanları arasındaki farkların sınanması için ilişkisiz t-testi kullanılmıştır. Ölçeğin tamamı için iç tutarlılık güvenirlilik katsayısı  $\alpha = .88$  olarak bulunmuştur. Düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının ölçeğin bütünü için .39 ile .71 arasında değiştiği, alt ölçeklerinden kendini açığa vurma için .62 ile .79 arasında, cinsel cesaret için .63 ile .76 arasında ve cinsel farkındalık için .48 ile .52 arasında değiştiği bulunmuştur. Ayrıca t-testine ilişkin sonuçların da anlamlı olduğu bulunmuştur ( $p < .0001$ ) (Çelik, 2012a). Bu değerlere göre, ölçeğin bu araştırma için güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna varılmıştır.

### 3.3.2. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği

Evlilik yaşam doyumu ölçeği 5 maddeden oluşan 7'li (kesinlikle katılmıyorum= 1, kesinlikle katılıyorum= 7) likert tipi ve tek boyutlu bir ölçektir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçeğin tüm maddelerinden alınan puanlar toplanarak evlilik yaşam doyumu puanı elde edilmektedir ve ölçekten alınabilecek olası puan aralığı 5 ile 35 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar evlilik yaşam doyumunun yüksek olduğunu göstermektedir (Çelik, 2012b).

Son yıllarda evlilik doyumunun tanımlanması ve etkili bir şekilde ölçülmesiyle ilgili zorlukların yaşandığı görülmektedir. Bu zorluklardan biri evlilik doyumunun tanımı ve psikometrik özellikleri ile ilgili tam bir fikir birliğinin olmamasından kaynaklandığı savunulmaktadır (Bradbury ve diğerleri, 2000; Jones, Adams, Monroe ve Berry, 1995; Patrick, Sells, Giordano ve Tollerud, 2007).

Alanyazında evlilikle ilgili yapılan araştırmalarda kullanılan çok sayıda ölçme aracı bulunmaktadır. Bu ölçeklerden en çok kullanılanların Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen Evlilik Değerlendirme Ölçeği (Marital Assessment Test) ve Spanier (1976) tarafından geliştirilen Çift uyum Ölçeği (Dyadic Adjustment Scale) olduğu görülmektedir. Bu araçların evlilik kalitesini ve doyumunu değerlendirmede

çok yaygın bir şekilde kullanıldığı belirtilmektedir (Snyder, Heyman ve Hayes, 2005). Öte yandan konu ile ilgili araştırmalarda kullanılan Kaliteli Evlilik İndeksi (Quality Marriage Index: Norton, 1983) ve Kansas Evlilik Doyumu Ölçeği (Marital Satisfaction Scale: Schumm, Nichols, Schectman ve Grigsby, 1983; Schumm ve diğerleri, 1985, 1986), gibi sadece evlilik doyumunu ölçmeye odaklanan ölçme araçlarının da olduğu görülmektedir (Renshaw, McKnight, Caska ve Blais, 2011).

Evlilik doyumunu ölçmeye yönelik geliştirilen ölçeklerin uzun olmasından dolayı kısa ve kullanışlı bir ölçme aracı geliştirmek için Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen yaşam doyumunu ölçeği Johnson, Zabriskie ve Hill (2006) tarafından evlilik yaşam doyumunu ölçeği olarak uyarlanmış ve evlilik yaşam doyumunu ölçen kısa ve kullanışlı bir ölçme aracı oluşturulmuştur. Bu nedenle araştırmada Johnson, Zabriskie ve Hill (2006) tarafından evlilik yaşam doyumunu ölçeği olarak uyarlanan ve Çelik (2012b) tarafından Türkçeye uyarlanan Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin orijinal formunun Ward, Lundberg, Zabriskie ve Berrett (2009) tarafından diğer evlilik doyumunu ve uyumunu ölçen ölçme araçlarıyla karşılaştırmaları yapılmış ve anlamlı sonuçlar elde edilmiştir.

Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği'nin uyarlama çalışması için ölçeğin psikometrik özellikleri ile ilgili çalışma yapan Ward, Lundberg, Zabriskie, & Berrett, (2009) ile e-mail yoluyla iletişim kurulmuş ve ölçeğin uyarlanabileceğine ilişkin gerekli izin alınmıştır. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği'nin Türkçeye çevrilme sürecinde öncelikle ölçek 4 uzman çevirmen tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar tekrar İngilizceye çevrilerek iki form arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Elde edilen Türkçe formlar İngilizce dilini iyi bilen Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanındaki 8 uzman kişinin görüşleri alınarak maddeler üzerinde gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Uzman görüşleri alındıktan sonra elde edilen ölçek formu Türk Dili ve Edebiyatı alanındaki 3 uzman kişi tarafından anlam ve gramer açısından incelenerek gerekli düzeltmeler yapılmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Bir sonraki aşamada denemelik Türkçe form 54 evli bireye uygulanmış ve net olmayan ifadeleri belirlemeleri istenmiştir. Bu uygulama sonucunda evli bireylerin anlaşılır olmadığını düşündüğü maddeler farklı biçimde ifadelendirilmiştir (Çelik, 2012b).

### 3.3.2.1. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geçerliliği

Ölçeğin uyarlama çalışmasında ölçeğin geçerliliğini belirlemek için yapı geçerliği, ölçüt geçerliği ve kapsam geçerliği tekniklerinin kullanılmıştır. Ölçeğin kapsam geçerliği için uzman görüşüne başvurulmuş, yapı geçerliği için de temel bileşenler faktör çözümlemesi ve varimax döndürülmüş faktör çözümlemesi kullanılmıştır. Ayrıca konu ile ilgili diğer ölçeklerle birlikte uygulanarak ölçüt geçerliğine bakılmıştır. Şimşek (2007) de teori ile “gerçeğin” birbirinden hangi noktalarda ayrıldığına anlaşılabilmesi için, yapı geçerliği kapsamında yapılan açımlayıcı faktör analizi ile belirlenmiş olan faktör yapılarının doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulabileceğini belirtmektedir. Bu çerçevede açımlayıcı faktör analizi ile elde edilen yapının doğrulanması için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır (Çelik, 2012b).

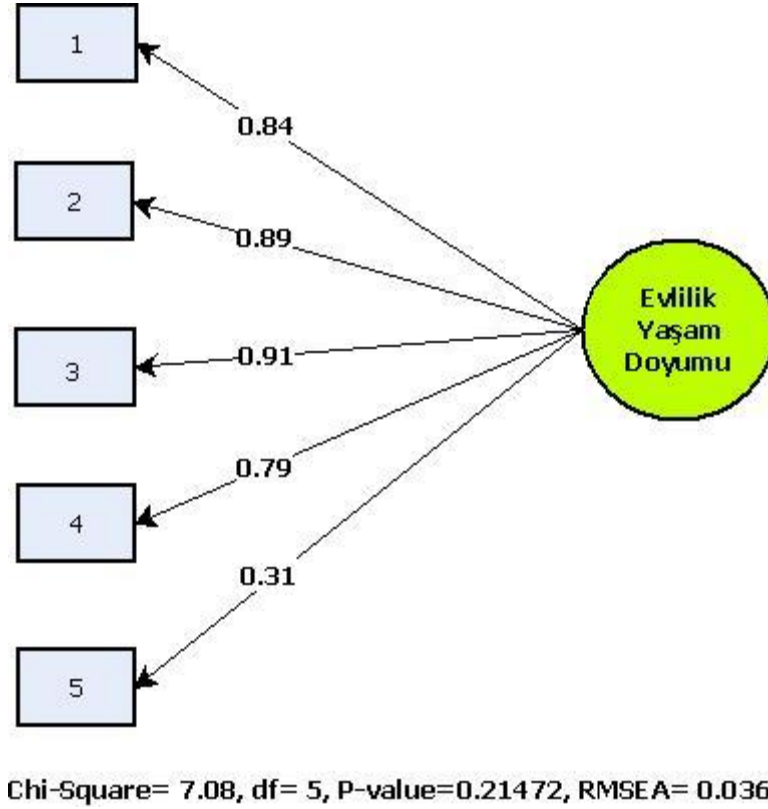
Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek için yapılan açımlayıcı faktör analizine verilerin uygun olup olmadığını tespit etmek için KMO .60'dan yüksek ve Barlett testinin anlamlı çıkması gerektiği belirtilmektedir (Büyüköztürk, 2010). Bu amaçla yapılan analiz sonucunda KMO örneklem uygunluk katsayısı .85, Barlett Sphericity testi  $\chi^2$  değeri ise 1076,16 ( $p < .001$ ) bulunmuş ve ölçek maddelerine verilen cevapların faktörlenebileceği görülmüştür. Araştırmada yapılan ilk analizde faktör özdeğeri 3,40'ın üzerinde olan ve toplam varyansın %68.07'sini açıklayan tek faktör ortaya çıkmıştır. Ayrıca ölçeğin faktör yüklerinin .41 ile .92 arasında değiştiği bulunmuştur (Çelik, 2012b).

Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği'nin ölçüt geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan analizde cinsel özgüven ölçeği ile .31 ve Cinsel Özgüven Ölçeği'nin alt boyutları (cinsel açıdan kendini açığa vurma ile .29, cinsel cesaret ile .12, cinsel farkındalık ile .29), Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği ile -.27, İlişki Değerlendirme Ölçeği ile .26 ve Evlilik Etkileşimsizliği Ölçeği ile -.44 şeklinde korelasyon katsayıları elde edilmiştir (Çelik, 2012b).

Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği'nin yapı geçerliği için ölçeğin orijinal formunda bulunan tek faktörlü yapının doğrulanması amacıyla doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiş ve Ki-kare değerinin ( $\chi^2 = 7,08$  N= 329,  $sd = 5$ ,  $p = 0.21$ ) anlamlı olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA= .036, AGFI= .97, NFI=



.99, NNFI= 1.00, CFI= 1.00, IFI= 1.00, RFI= .99, GFI= .99 ve SRMR= .013 olarak bulunmuştur. Bu uyum indeksi değerleri modelin uyumlu olduğunu göstermektedir. Modele ilişkin faktör yükleri Şekil 4’de gösterilmiştir (Çelik, 2012b).



Şekil 4. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği’ne İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri

### 3.3.2.2. Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeğinin Güvenirliği

Ölçeğin güvenirlliğini belirlemek için ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı, testi yarılama, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu analizi ve testin toplam puanlarına göre oluşturulan alt %27 ve üst %27’lik grupların madde ortalama puanları arasındaki farkların sınanması için ilişkisiz t-testi kullanılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlilik katsayısı  $\alpha = .85$  olarak bulunmuştur. Araştırmalarda kullanılabilen ölçme araçları için öngörülen güvenirlilik düzeyinin .60 olduğu (Büyüköztürk, 2010) dikkate alınrsa, ölçeğin güvenirlilik düzeyinin yeterli olduğu söylenebilir. Ölçeğin test yarılama güvenirliliği .76, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .30 ile .82

arasında değiştiği, toplam puanlara göre belirlenmiş %27'lik alt ve st grupların madde puanlarındaki farklılara ilişkin  $t$  ( $sd=174$ ) değerlerinin ise 10,80 ( $p<.001$ ) ile 23.98 ( $p<.001$ ) arasında sıralandığı görülmüştür. İç tutarlılık, testi yarılama, düzeltmiş madde-toplam korelasyonu ve t-testi sonuçlarına bakıldığında lğin güvenirlik açısından kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir ( $p<001$ ) (elik, 2012b).

### 3.3.3. Cinsel z-bilinç lği

Araştırmada cinsel utangaçlığı ölçmek için van Lankveld, Geijen ve Sykora, (2007) tarafından geliştirilen elik ve akmak (2012) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan Cinsel z-bilinç lği kullanılmıştır. Cinsel z-bilinç lği'nin Türkçeye evrilme sürecinde öncelikle ölçek 4 uzman çevirmen tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar tekrar İngilizceye çevrilerek iki form arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Elde edilen Türkçe formlar İngilizce dilini iyi bilen Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanındaki 8 uzman kişinin görüşleri alınarak maddeler üzerinde gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Uzman görüşleri alındıktan sonra elde edilen ölçek formu Türk Dili ve Edebiyatı alanındaki uzman kişiler tarafından anlam ve gramer açısından incelenerek gerekli düzeltmeler yapılmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Bir sonraki aşamada denemelik Türkçe form 54 evli bireye uygulanmış ve net olmayan ifadeleri belirlemeleri istenmiştir. Bu uygulama sonucunda evli bireylerin anlaşılır olmadığını düşündüğü maddeler üzerinde gerekli düzeltmeler yapılarak lğin son şekli oluşturulmuştur.

Ölçek 5'li likert (0 Hiç Katılmıyorum- 4 Tamamen katılıyorum) tipi cinsel utangaçlık ile cinsel öz-odaklanma olmak üzere iki alt faktörden oluşmaktadır. lğin cinsel utangaçlık alt boyutu 1-6. maddelerden cinsel öz-odaklanma 7-12. maddelerden oluşmaktadır. Ölçek hem bireylerin cinsel öz-bilinç hem de cinsel öz-odaklanma ve cinsel utangaçlık düzeylerini belirlemeye yönelik geliştirilen ve bireyin kendisi hakkında bilgi vermesi (self report) esasına dayalı olan bir lme aracıdır. Ölçek hem cinsel öz-bilinçliliğe ilişkin toplam puan hem de her iki alt boyuta (cinsel öz-odaklanma ve cinsel utangaçlık) ilişkin puan vermektedir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar cinsel öz-bilinçliliğin

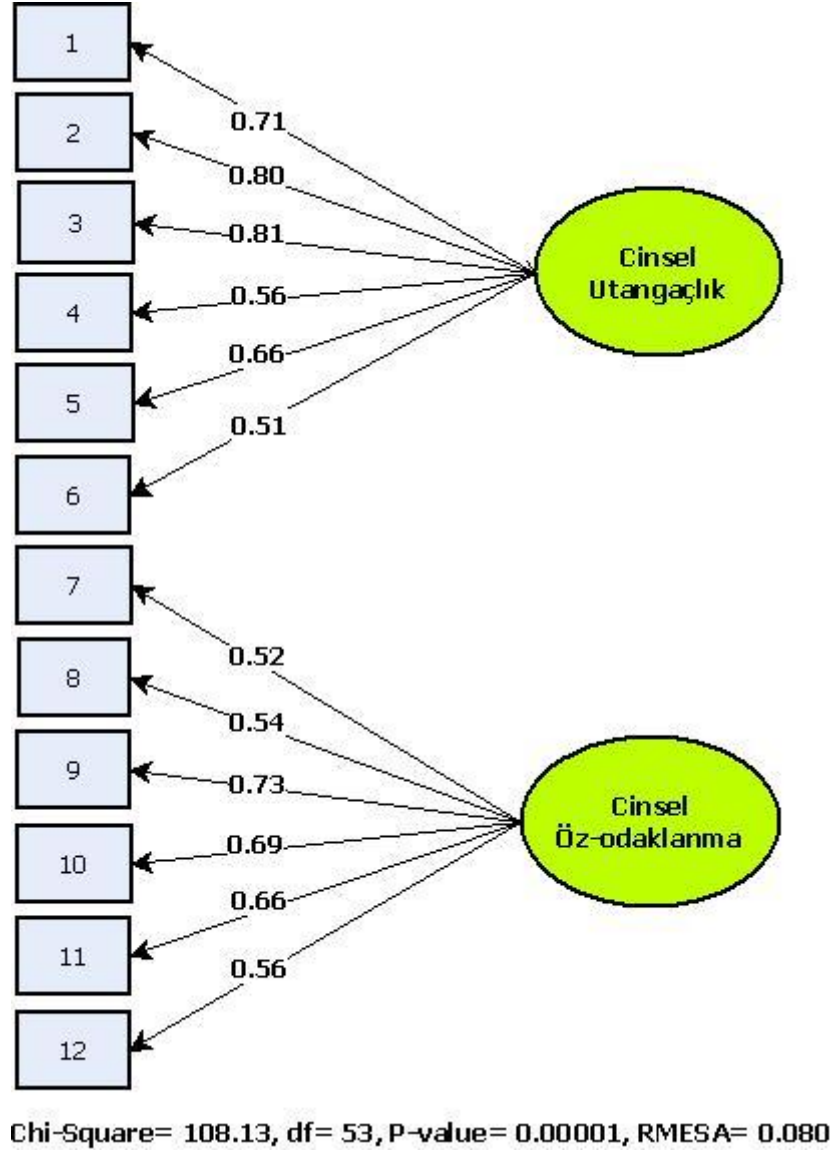
yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçekten alınabilecek olası puan aralığı 0 ile 42'dir.

### 3.3.3.1. Cinsel Öz-bilinç Ölçeğinin Geçerliliği

Ölçeğin geçerliliğini belirlemek için yapı geçerliliği, ölçüt geçerliliği ve kapsam geçerliliği tekniklerinin kullanılmıştır. Ölçeğin kapsam geçerliliği için uzman görüşüne başvurulmuş, yapı geçerliliği için de ölçeğin orijinal formu birbiriyle ilişkili iki faktörden oluştuğu için temel bileşenler faktör çözümlemesi ve oblik döndürülmüş faktör çözümlemesi kullanılmıştır. Cinsel Öz-bilinç Ölçeği'nin yapı geçerliliğini incelemek için yapılan AFA'da öncelikle bütün maddeler arasında korelasyon matrisi incelenerek önemli oranda manidar korelasyonların olup olmadığına bakılmış ve faktör analizinin yapılabilmesine uygunluk gösterir nitelikte manidar ilişkilerin olduğu görülmüştür. Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek için yapılan açıklayıcı faktör analizine verilerin uygun olup olmadığını tespit etmek için KMO .60'dan yüksek ve Barlett testinin anlamlı çıkması gerektiği belirtilmektedir (Büyüköztürk, 2010). Bu amaçla yapılan analiz sonucunda KMO örneklem uygunluk katsayısı .85, Barlett Sphericity testi  $\chi^2$  değeri ise 1434,74 ( $p < .001$ ) bulunmuş ve ölçek maddelerine verilen cevapların faktörlenebileceği görülmüştür. Araştırmada yapılan ilk analizde faktör özdeğeri 1,99'un üzerinde olan ve toplam varyansın %53.58'ini açıklayan iki faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Ayrıca ölçeğin cinsel utangaçlık alt boyutunun faktör yüklerinin .54 ile .83 arasında, cinsel öz-odaklanma alt boyutunun faktör yüklerinin ise .55 ile .73 arasında değiştiği bulunmuştur (Çelik ve Çakmak, 2012).

Şimşek (2007) de teori ile "gerçeğin" birbirinden hangi noktalarda ayrıldığıнын anlaşılabilmesi için, yapı geçerliliği kapsamında yapılan açıklayıcı faktör analizi ile belirlenmiş olan faktör yapıları doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulabileceğini belirtmektedir. Bu çerçevede açıklayıcı faktör analizi ile elde edilen yapının doğrulanması için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan DFA'da elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiş ve Ki-kare değerinin ( $\chi^2 = 108,13$   $N = 336$ ,  $sd = 53$ ,  $p = 0.00$ ) anlamlı olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA= .080, AGFI= .85, NFI= .85, CFI= .92, IFI= .92, RFI= .81, GFI= .90 ve SRMR= .079

olarak bulunmuştur. Bu uyum indeksi değerleri modelin bu şekilde kabul edilebileceğini göstermektedir. Modele ilişkin faktör yükleri Şekil 5'te gösterilmiştir (Çelik ve Çakmak, 2012).



Şekil 5. Cinsel Öz-bilinç Ölçeği'ne İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri

### 3.3.3.2. Cinsel Öz-bilinç Ölçeğinin Güvenirliği

Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı, testi yarılama, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu analizi ve testin toplam puanlarına göre oluşturulan alt %27 ve üst %27'lik grupların madde ortalama puanları

arasındaki farkların sınanması için ilişkisiz t-testi kullanılmıştır. Ölçeğin bütünü için iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı  $\alpha = .84$ , cinsel utangaçlık alt boyutu için  $.83$  ve cinsel öz-odaklanma alt boyutu için  $.79$  olarak bulunmuştur. Araştırmalarda kullanılabilir ölçme araçları için öngörülen güvenilirlik düzeyinin  $.60$  olduğu (Büyüköztürk, 2010) dikkate alınır, ölçeğin güvenilirlik düzeyinin yeterli olduğu söylenebilir. Ölçeğin test yarılama güvenilirliği cinsel utangaçlık alt boyutu için  $.77$  ve cinsel öz-odaklanma alt boyutu için  $.70$ , düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının ölçeğin bütünü için  $.46$  ile  $.70$  arasında değiştiği, cinsel utangaçlık alt faktörü için  $.47$  ile  $.70$ , cinsel öz-odaklanma alt faktörü için ise  $.46$  ile  $.62$  arasında değiştiği toplam puanlara göre belirlenmiş %27'lik alt ve üst grupların madde puanlarındaki farklara ilişkin  $t$  ( $sd=179$ ) değerlerinin ise  $6,49$  ( $p<.001$ ) ile  $21,07$  ( $p<.001$ ) arasında sıralandığı görülmüştür. İç tutarlılık, testi yarılama, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu ve t-testi sonuçlarına bakıldığında ölçeğin güvenilirlik açısından kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir ( $p<.001$ ) (Çelik ve Çakmak, 2012).

### 3.3.4. Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği

Araştırmada cinsel öz-yeterliği ölçmek için Humphreys ve Kennett (2010) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan Çelik (2012c) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği kullanılmıştır. Cinsel Öz-yeterlilik Ölçeği'nin Türkçeye çevrilme süreci belli aşamalardan oluşmaktadır. Öncelikle ölçek 5 uzman çevirmen tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar tekrar İngilizceye çevrilerek iki form arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Elde edilen Türkçe formlar İngilizce dilini iyi bilen Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanındaki 11 uzman kişinin görüşleri alınarak maddeler üzerinde gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Uzman görüşleri alındıktan sonra elde edilen ölçek formu Türk Dili ve Edebiyatı alanındaki 4 uzman kişi tarafından anlam ve gramer açısından incelenerek gerekli düzeltmeler yapılmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Bir sonraki aşamada denemelik Türkçe form 54 evli bireye uygulanmış ve net olmayan ifadeleri belirlemeleri istenmiştir. Bu uygulama sonucunda evli bireylerin yarıdan fazlasının anlaşılır olmadığını düşündüğü maddeler farklı biçimde ifadelendirilmiştir.

Ölçek 8'li likert (1 Kesinlikle katılmıyorum - 8 Kesinlikle katılıyorum) tipi tek faktörlü 5 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. Ölçek bireylerin cinsel öz-yeterlik düzeylerini belirlemeye yönelik geliştirilen ve bireyin kendisi hakkında bilgi vermesi (self report) esasına dayalı olan bir ölçme aracıdır. Ölçek toplam puan vermektedir. Ölçeğin 3 ve 4. maddeleri ters kodlanmaktadır. Yüksek puanlar cinsel öz-yeterlik düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçekten alınabilecek olası puan aralığı 5 ile 40'tır.

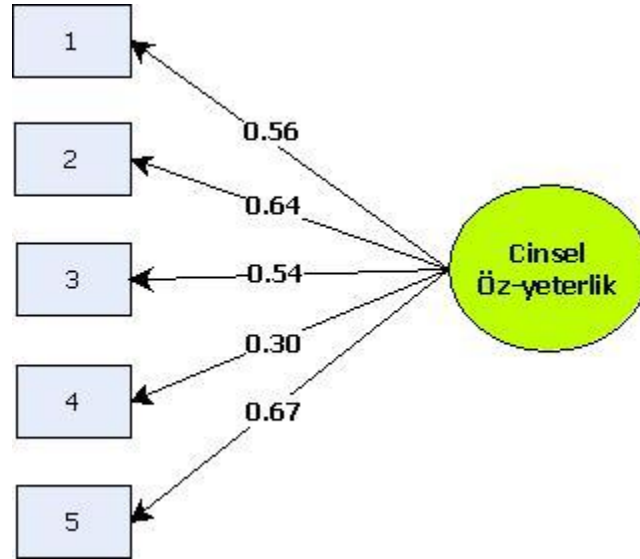
### **3.3.4.1. Cinsel Öz-yeterlik Ölçeğinin Geçerliği**

Ölçeğin geçerliliğini belirlemek için yapı geçerliği, ölçüt geçerliği ve kapsam geçerliği tekniklerinin kullanılmıştır. Ölçeğin kapsam geçerliği için uzman görüşüne başvurulmuş, yapı geçerliği için de temel bileşenler faktör çözümlemesi ve varimax döndürülmüş faktör çözümlemesi kullanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek için yapılan açımlayıcı faktör analizine verilerin uygun olup olmadığını tespit etmek için KMO .60'dan yüksek ve Barlett testinin anlamlı çıkması gerektiği belirtilmektedir (Büyüköztürk, 2010). Bu amaçla yapılan analiz sonucunda KMO örneklem uygunluk katsayısı .64, Barlett Sphericity testi  $\chi^2$  değeri ise 397,16 ( $p < .001$ ) bulunmuş ve ölçek maddelerine verilen cevapların faktörlenebileceği görülmüştür. Araştırmada yapılan ilk analizde faktör özdeğeri 2,33'ün üzerinde olan ve toplam varyansın %46.64'ünü açıklayan tek faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Ayrıca ölçeğin faktör yüklerinin .57 ile .76 arasında değiştiği bulunmuştur (Çelik, 2012c).

Cinsel öz-yeterlik ölçeğinin geçerlik analizi için ölçüt geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan analizde cinsel özgüven ölçeği ile -.26 ve cinsel özgüven ölçeğinin alt boyutları (cinsel açıdan kendini açığa vurma ile -.22, cinsel cesaret ile -.14, cinsel farkındalık ile -.21), evlilik yaşam doyumu ölçeği ile -.27 ve ilişki değerlendirme ölçeği ile -.12 şeklinde korelasyon katsayıları elde edilmiştir (Çelik, 2012c).

Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği'nin yapı geçerliği için ölçeğin orijinal formunda bulunan tek faktörlü yapının doğrulanması amacıyla doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiş ve Ki-kare değerinin ( $\chi^2 = 8,40$   $N = 336$ ,  $sd = 3$ ,  $p = 0.03$ ) anlamlı olduğu

görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA= .074, AGFI= .95, NFI= .98, CFI= .99, IFI= .99, RFI= .94, GFI= .99 ve SRMR= .027 olarak bulunmuştur. Bu uyum indeksi değerleri modelin uyumlu olduğunu göstermektedir. Modele ilişkin faktör yükleri Şekil 6’da gösterilmiştir (Çelik, 2012c).



Şekil 6. Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği'ne İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri

### 3.3.4.2. Cinsel Öz-yeterlik Ölçeğinin Güvenirliği

Ölçeğin güvenirliliğini belirlemek için ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı, testi yarılama, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu analizi ve testin toplam puanlarına göre oluşturulan alt %27 ve üst %27'lik grupların madde ortalama puanları arasındaki farkların sınanması için ilişkisiz t-testi kullanılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlilik katsayısı  $\alpha = .71$  olarak bulunmuştur. Araştırmalarda kullanılabilecek ölçme araçları için öngörülen güvenirlilik düzeyinin .60 olduğu (Büyüköztürk, 2010) dikkate alınır, ölçeğin güvenirlilik düzeyinin yeterli olduğu söylenebilir. Ölçeğin test yarılama güvenirliliği .70, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .35 ile .55 arasında değiştiği, toplam puanlara göre belirlenmiş %27'lik alt ve üst grupların madde puanlarındaki farklara ilişkin  $t$  ( $sd=175$ ) değerlerinin ise 10,71 ( $p<.001$ ) ile 24.82 ( $p<.001$ ) arasında sıralandığı görülmüştür. İç tutarlılık, testi yarılama, düzeltilmiş madde-toplam korelasyonu ve t-testi sonuçlarına bakıldığında ölçeğin

güvenirlik açısından kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir ( $p<001$ ) (Çelik, 2012c).

### 3.3.5. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın bazı demografik değişkenlerine ilişkin bilgiler Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Katılımcıların cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi, meslek türü, bir işte çalışıp çalışmamalarına ilişkin bilgiler Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Kişisel bilgi formunda yer alan değişkenlerden yaş, evlilik süresi, çocuk sayısı, meslek türü ve eğitim düzeyi değişkenleri katılımcının kendisi tarafından maddelerin önünde bırakılan boşluğa yazılabileceği şekilde düzenlenmiştir. Cinsiyet (kadın-erkek), evlenme biçimi (a= anlaşarak, b= görücü usulü, c= diğer), ek işte çalışıp çalışmama (evet-hayır) ve çocuk sahibi olup olmaması (evet-hayır) değişkenleri ile ilgili bilgiler ise katılımcıların kendilerine sunulan seçenekler arasından seçim yapabilmelerine olanak sağlayacak şekilde hazırlanmıştır.

## 3.4. VERİLERİN TOPLANMASI

Araştırmada evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri ile ilgili veriler Cinsel Özgüven Ölçeği, evlilik yaşam doyumu ile ilgili veriler Evlilik Yaşam Doyumu Ölçeği, cinsel utangaçlık ile ilgili veriler Cinsel Öz-bilinç Ölçeği, cinsel öz-yeterlik ile ilgili veriler Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği ve demografik özelliklerine (cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi, meslek türü, bir işte çalışıp çalışmama) ilişkin bilgiler ise Kişisel Bilgi formu ile toplanmıştır.

Uygulamalar araştırmacı tarafından yapılmıştır. Evli öğretmenlere araştırmanın veri toplama araçları uygulanırken ilgili okul müdürlerinden izin alınmış ve araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen evli öğretmenlere anketler uygulanmıştır. Diğer evli bireylere anketler uygulanırken ise araştırmacı tarafından bireylere yapılan araştırma ile ilgili açıklamalar yapılmış ve gönüllü olarak katılmak isteyenlere anketler uygulanmıştır. Her uygulamadan önce araştırmacı kendisini tanıtmış, daha sonra da



araştırmanın amacına, önemine, ölçeklerin nasıl yanıtlanacağına, verilerin gizli tutulacağına ilişkin açıklamalar yapılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin araştırma dışında herhangi bir amaçla kullanılmayacağı belirtilmiş ve katılımcıların isim ve başka tanıttıcı bilgi yazmalarının gerekli olmadığı anlatılmıştır. Anketler zarf içinde evli bireylere dağıtılmış ve anketleri dolduran evli bireyler tarafından zarflar kapatılıp araştırmacıya teslim edilmiştir. Ayrıca uygulama sırasında, isteyenlere araştırma sonrasında araştırma sonuçlarıyla ilgili bilgi verilebileceği açıklanmıştır. Katılımcılar, ölçme araçlarını cevaplamayı yaklaşık olarak 30-35 dakikada tamamlamışlardır.

Araştırma verilerinin toplanması için kullanılan Kişisel Bilgi Formu ve ölçekler kitapçık şeklinde hazırlanıp 1850 adet çoğaltılmış ve hedeflenen araştırma grubundaki bireylere Ocak 2012-Mart 2012 tarihleri arasında dağıtılarak uygulama gerçekleştirilmiştir. Dağıtılan 1850 kitapçıktan 723 tanesi araştırmacıya geri ulaşmıştır. Toplanan anket kitapçıkları araştırmacı tarafından incelenmiş ve eksik doldurulan 387 anket analiz dışında bırakılmıştır. Böylece araştırmacıya dönen 723 anketten 336 tanesine ilişkin elde edilen veriler araştırma kapsamında değerlendirilmiştir.

### **3.5. VERİLERİN ANALİZİ**

Araştırmada veri toplama araçları ile elde edilen verilerin çözümlenmesi “LISREL8.51 for windows ve SPSS11.5 for windows” paket programları kullanılarak bilgisayar ortamında gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizi için Yapısal Eşitlik Modeli, İki Yönlü Varyans Analizi, Tek Yönlü Varyans Analizi, T-testi, Welch testi, Scheffe testi, Tamhane’s T2 testi, Levene istatistiği ve Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Araştırmada cinsel özgüven değişkenini açıklayan değişkenlerin belirlenmesi için Yapısal Eşitlik Modeli kullanılmıştır. Araştırmada toplanan verilerin yapısal eşitlik modeli kapsamında çözümlenmesi üç aşamada gerçekleştirilmiştir. Bu aşamaların ilkinde, veri setinde yer alan değişkenlerin Yapısal Eşitlik Modeli sayıtlarını ne derece karşıladıkları araştırılmıştır. İkinci aşamada, önerilen model ve alternatif modeller (model modifikasyon) test edilmiş, son aşamada ise benimsenen modelde doğrudan ve dolaylı etkilere ilişkin parametre

tahminleri verilmiştir. Yapılan bu analizle evlilik yaşam doyumu, cinsel öz-yeterlik ve cinsel utangaçlık ile cinsel özgüven arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapısal Eşitlik Modeli ile bu değişkenlerin cinsel özgüveni yordayıp yordamadıkları ve ne düzeyde yordadıkları belirlenmeye çalışılmıştır.

Bağımsız değişken düzeyi iki olan değişkenlere göre cinsel özgüven puan ortalamaları arasındaki farkların önem kontrolü bağımsız gruplara uygulanan T-testi ile yapılmıştır. Varyansların homojen olup olmadığına göre ilgili *t* değeri dikkate alınmıştır. Bu bağlamda cinsel öz-yeterlik düzeyi (cinsel öz-yeterlik düzeyi yüksek ve cinsel öz-yeterlik düzeyi düşük bireyler), cinsiyet, ek iş (ek işte çalışan ve ek işte çalışmayan bireyler), meslek türü (öğretmenlik mesleğine sahip evli bireyler ile diğer mesleklere sahip evli bireyler), çalışma durumu (çalışan ve çalışmayan) değişkenleri açısından evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşp farklılaşmadığını incelemek için T-testi kullanılmıştır.

Verilerin analizinde bağımsız değişken düzeyi ikiden fazla olan değişkenlere ilişkin farkların önem kontrolü, varyansların homojenliği durumunda Tek Yönlü Varyans analizi ile, varyansların homojen olmadığı durumlarda ise Welch testi ile belirlenmiştir. Tek yönlü varyans analizi sonucunun önemli bulunduğu durumlarda farkın hangi ortalamalar arasındaki farklardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla varyansların homojen olduğu durumlarda Scheffe testi kullanılmıştır. Ancak varyansların homojen olmadığı durumlarda Welch test tekniği kullanıldığı zaman ikili karşılaştırmalar için Tamhane's T2 testi yapılmıştır. Bu çerçevede araştırmada evli bireylerin çocuk sayısına (çocuk sahibi olmayanlar, bir çocuk sahibi olanlar, iki ve daha çok çocuk sahibi olanlar) göre cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşp farklılaşmadığı Tek Yönlü Varyans analizi ile incelenmiştir. Analiz sonucu farklılığın anlamlı olması nedeniyle bu farklılığın hangi gruplar (çocuk sahibi olmayanlar, bir çocuk sahibi olanlar, iki ve daha çok çocuk sahibi olanlar) arasında olduğunu belirlemek için de Scheffe testi kullanılmıştır.

Araştırmada eğitim düzeyi (ilköğretim, ortaöğretim, üniversite) ve evlilik süresi (0-3 yıl arası, 4+ ile 7 yıl arası, 8+ ile 10 yıl arası, 11+ ile 16 yıl arası, 17+ ve yukarı) değişkenlerine ilişkin varyansların dağılımının homojen olmadığı tespit edildiği için bu değişkenlere göre evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için Tek Yönlü Varyans analizinin alternatifi

olan Welch testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucu gruplar arasındaki farklılığın anlamlı olduğu bulunmuş ve bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için de Tamhane's T2 testi yapılmıştır. Varyansların homojen olup olmadığı ise Levene istatistiği ile belirlenmiştir. Ayrıca iki bağımsız değişkenin bir bağımlı değişken üzerindeki ortak etkisini belirlemek için de iki yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Bu bağlamda evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık, evlenme biçimi, evlilik süresi ve çocuk sayısı ile cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerindeki ortak etkisini incelemek için İki Yönlü Varyans analizi kullanılmıştır.

Araştırmada ele alınan değişkenler arasındaki korelasyonlar Pearson Korelasyon Katsayısı ile belirlenmiştir. Etki büyüklüğünün belirlenmesi için ise Eta Squared ( $\mu^2$ ) değerleri dikkate alınmış ve bu değerler Cohen tarafından belirlenen değerler (.01 ise küçük, .06 ve üstü ise orta ve .14 ve üstü ise geniş) ölçüt alınarak yorumlanmıştır (Pallant, 2003; Sipahi, Yurtkoru ve Çinko, 2008).

## BÖLÜM IV

### BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde, araştırmanın amacına uygun olarak yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir. Bulguların ve yorumların sunulmasında araştırmanın alt amaçları sırası ile ele alınarak, her bir alt amaca ilişkin verilerin istatistiksel çözümlenmeleri doğrultusunda ulaşılan bulgularla, bunların yorumlarına yer verilmiştir. İlk aşamada, Evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık ve cinsel öz-yeterlik değişkenlerinin cinsel özgüveni yordamasına ilişkin yapısal eşitlik modeline yer verilmiştir. İkinci aşamada ise evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri betimlenmiş, daha sonra cinsel özgüven düzeylerinin evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık, cinsel öz-yeterlik ve demografik özelliklerine (cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi, meslek türü, bir işte çalışıp çalışmama) göre nasıl farklılaştığı ile ilgili bulgular sunulmuştur.

#### **4.1. Cinsel Özgüvenin Açıklanmasına Yönelik Yapısal eşitlik Modeline İlişkin Bulgular ve Yorum**

Yapısal eşitlik modelinin, son yıllarda popüler hale gelen bir istatistiksel analiz yöntemi olduğu görülmektedir. Yapısal eşitlik modeli ile araştırmacının zihnindeki, araştırma henüz yapılmadan önce var olan değişkenler arası ilişkilere ait bir modelin, araştırmadan elde edilen veriler aracılığı ile sınanmasına dayanmaktadır. Araştırmalarda kullanılan istatistiksel yöntemlerden en önemli avantajı çok sayıda değişken arasındaki ilişkiyi modeller şeklinde inceleyebilmesidir (Aydın, 2010; Şimşek, 2007; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010). Ayyıldız ve Cengiz (2006) yapısal eşitlik modeli ile araştırmacıların ilgilendiği değişkenlerin gerçek

dünyada birbirleriyle olan ilişkilerini ve bu ilişkilerin yönlerini tanımlayan bir fikre sahip olduklarını ve bu fikirlerini bir modelle ifade edebileceklerini belirtmektedir. Diğer bir ifadeyle araştırmacı ilgilendiği değişkenlerle ilişkili ölçekleri kullanarak topladığı verilerle ilgili analizleri daha önce zihninde tasarladığı şekilde yapabilmesine olanak sağlayan bir yöntem olduğu ifade edilmektedir (Akt. Aydın, 2010). Bu nedenle bu araştırmada da daha önceden araştırmacı tarafından evli bireylerin cinsel özgüven özelliğine ilişkin önceden tasarlanan model yapısal eşitlik modeli kullanılarak değerlendirilmiştir.

Yapısal eşitlik modelinde iki tür değişken vardır. Bunlar, gizil değişkenler ve gözlenen değişkenlerdir. Gözlenen değişken, yapısal eşitlik modeli dilinde göstergeler olarak ifade edildiği ve bunların araştırmacının doğrudan ölçtüğü ya da gözlediği değişkeni ifade ettiği belirtilmektedir. Gizil değişkenler doğrudan gözlenebilen değişkenler aracılığıyla ölçülebilir. Yapısal eşitlik modelleri iki tip gizil değişken içerir; içsel (endogenous) ve dışsal (exogenous) gizil değişkenler. Bu iki tür değişken model içindeki gizil yapıda bağımlı veya bağımsız değişken olma durumlarına göre ayrılırlar. Bir gizil değişken en az iki gösterge tarafından tanımlanır. Yapısal eşitlik modelinde model belirleme, gizil değişkenler arasındaki ya da bir gizil değişkenin göstergesi olmayan gözlenen değişkenlerle gizil değişkenler arasındaki ilişki ya da ilişkilerin açıklanması anlamına geldiği ifade edilmektedir (Aydın, 2010; Şimşek, 2007; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010).

Araştırmada cinsel özgüven değişkeninin açıklanmasına yönelik ilk defa araştırmacı tarafından tasarlanan yapısal modelin istatistiksel analizinin yapılabilmesi için araştırmacı tarafından öncelikle hipotez (önerilen) model oluşturulmuştur. Daha sonra oluşturulan model istatistiksel olarak değerlendirilmiş ve modelin uyum düzeylerine ilişkin katsayılar incelenmiştir. Son olarak da, araştırmacı tarafından geliştirilen hipotez doğrultusunda elde edilen modele ilişkin parametre tahminleri verilmiştir.

#### 4.1.1. Modelin Belirlenmesi

Araştırmada toplanan veriler yapısal eşitlik modeli kurulmadan önce korelasyon analizine tabi tutulmuştur. Korelasyon analizine ilişkin sonuçlar Tablo 1’de sunulmuştur. Yapılan korelasyon analizi sonuçları değerlendirilerek cinsel özgüven ile ilişkili olan değişkenler belirlenip yapısal eşitlik modeli kurularak modelin uyum indeksleri değerlendirilmiştir. Cinsel özgüveni açıklayan değişkenlerin yapısal eşitlik modeli ile değerlendirilmesine ilişkin araştırmacı tarafından oluşturulan modelde cinsel özgüven, evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık ve cinsel öz-yeterlik olmak üzere dört gizil (latent), değişken yer almaktadır.

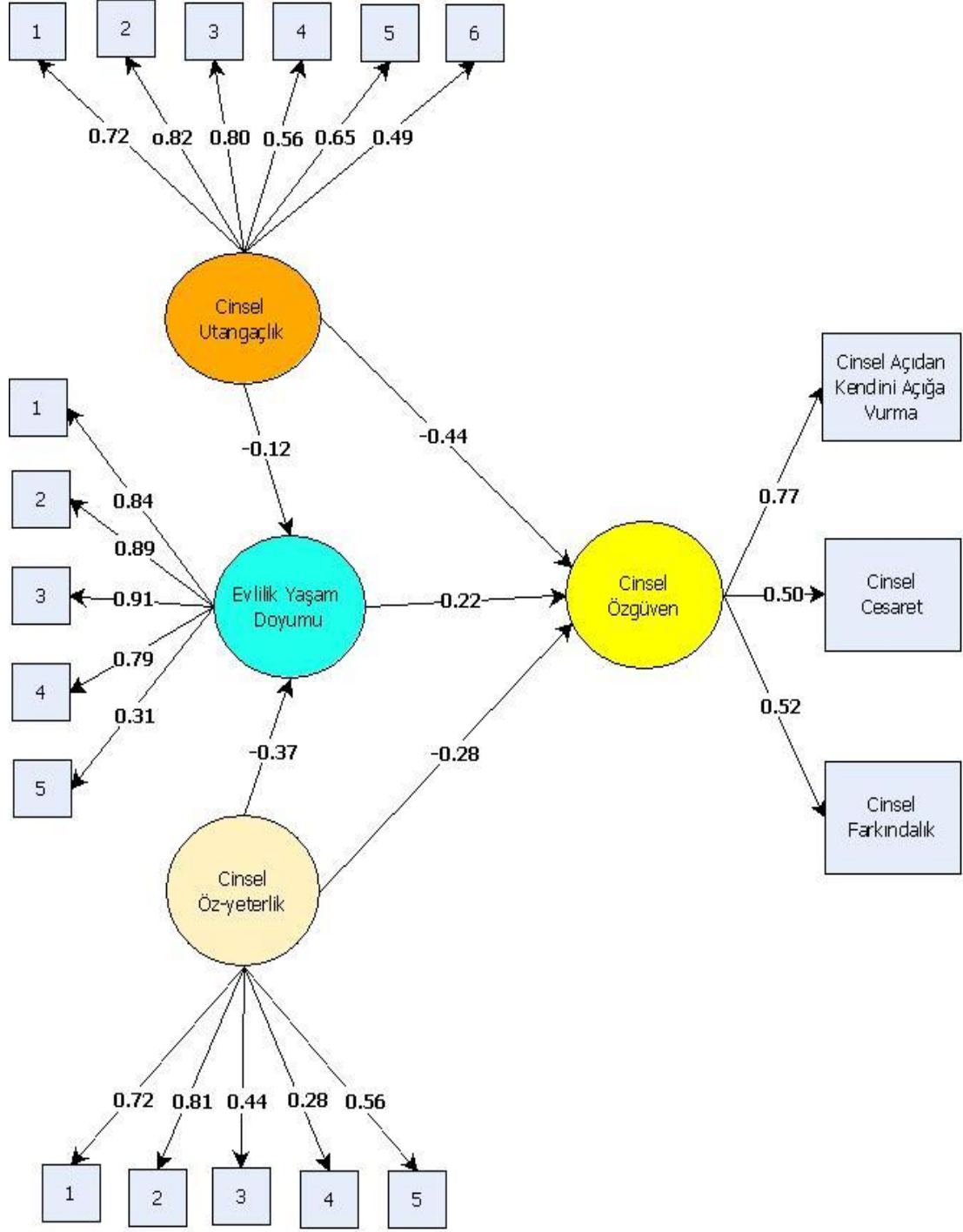
Tablo 1. Cinsel özgüven, cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel cesaret, cinsel farkındalık, evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık ve cinsel öz-yeterlik değişkenlerine ilişkin korelasyon analizi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	$\bar{X}$	S
Cinsel Özgüven	1							37.22	8.29
Cinsel Açıdan Kendini Açığa Vurma	.91**	1						21.37	5.52
Cinsel Cesaret	.66**	.38**	1					6.96	2.77
Cinsel Farkındalık	.64**	.43**	.26**	1				8.88	2.23
Evlilik Yaşam Doyumu	.31**	.29**	.12*	.28**	1			23.44	7.48
Cinsel Utangaçlık	-.35**	-.32**	-.25**	-.18**	-.09	1		9.96	6.37
Cinsel Öz-yeterlik	-.26**	-.15**	-.17**	-.14**	-.27**	-.07	1	23.31	6.26

Tablo 1 incelendiğinde cinsel özgüven değişkeninin cinsel açıdan kendini açığa vurma ile  $r = .91$ , cinsel cesaret ile  $r = .66$ , cinsel farkındalık ile  $r = .64$  evlilik yaşam doyumu ile  $r = .31$ , cinsel utangaçlık ile  $r = -.35$ , cinsel öz-yeterlik ile  $r = -.26$ , düzeyinde ilişkili olduğu gözlenmektedir. Cinsel açıdan kendini açığa vurma değişkeninin cinsel cesaret ile  $r = .38$ , cinsel farkındalık ile  $r = .43$ , evlilik yaşam doyumu ile  $r = .29$ , cinsel utangaçlık ile  $r = -.32$ , cinsel öz-yeterlik ile  $r = -.15$  düzeyinde ilişkili olduğu görülmektedir. Cinsel cesaret değişkeninin cinsel farkındalık ile  $r = .26$ , evlilik yaşam doyumu ile  $r = .12$ , cinsel utangaçlık ile  $r = -.25$ , cinsel öz-yeterlik ile  $r = -.17$  düzeyinde ilişkili olduğu bulunmuştur. Cinsel farkındalık değişkeninin evlilik yaşam doyumu ile  $r = .28$ , cinsel utangaçlık ile  $r = -$

.18, cinsel öz-yeterlik ile  $r = -.14$  düzeyinde ilişkili olduğu görülmektedir. Cinsel utangaçlık ile cinsel öz-yeterlik arasında ise  $r = -.27$  düzeyinde bir ilişki olduğu görülmektedir.

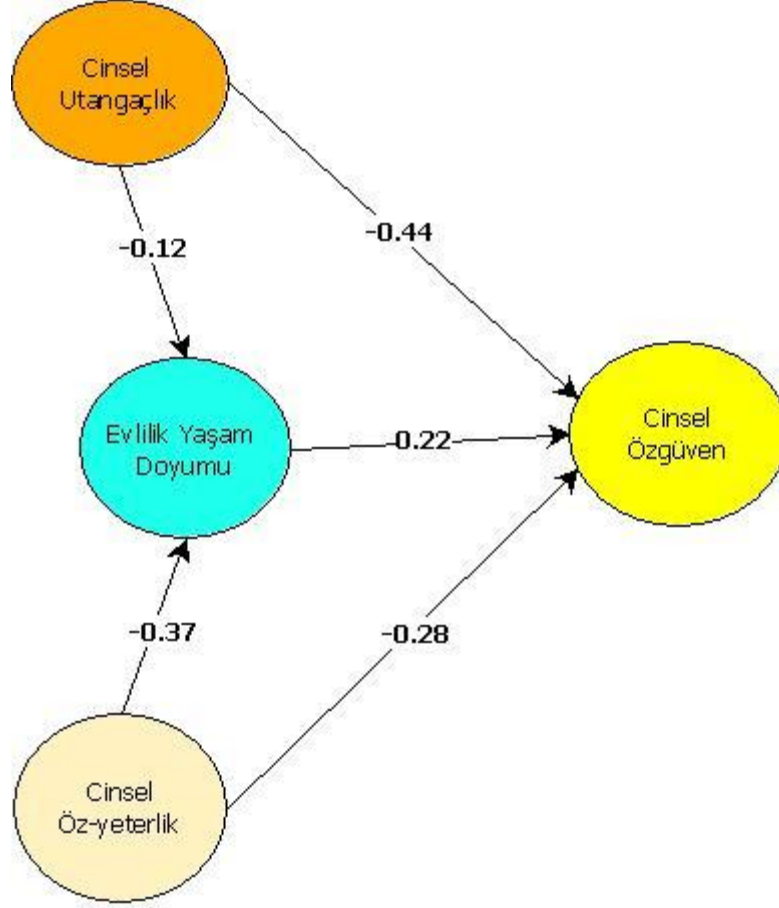
Tablo 1’de yer alan değişkenler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde cinsel özgüven, cinsel açıdan kendini açığa vurma, cinsel cesaret, cinsel farkındalık, evlilik yaşam doyumu değişkenlerinin kendi aralarındaki ilişkinin pozitif olduğu ancak bu değişkenlerin hepsinin cinsel utangaçlık ve cinsel öz-yeterlik değişkenleri ile negatif ilişkisinin olduğu görülmektedir. Araştırmada ele alınan değişkenler arasında korelasyon analizi sonuçları da dikkate alınarak cinsel özgüven değişkenini yordayan değişkenlerin belirlenebilmesi için araştırmacı tarafından belirlenen yapının doğrulanıp doğrulanmadığını tespit etmek için araştırma verileri yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Yapısal eşitlik modeline ilişkin elde edilen sonuçlar Şekil 8’de sunulmuştur. Ayrıca analiz sonucunda elde edilen yapısal model ise Şekil 9’da verilmiştir.



Chi-square= 260.07, df= 145, P-value= 0.00000, RMSEA= 0.049

Şekil 7. Cinsel Özgüven, Evlilik Yaşam Doymumu, Cinsel Utangaçlık ve Cinsel Öz-yeterlik Değişkenlerine İlişkin Yapısal Eşitlik Modeli





Chi-Square= 260.07, df= 145, P-value= 0.00000, RMSEA= 0.049

Şekil 8. Cinsel Özgüven, Evlilik Yaşam Doyumu, Cinsel Utangaçlık ve Cinsel Öz-yeterlik Değişkenlerine İlişkin Yapısal Model

Şekil 9’da görüldüğü gibi cinsel utangaçlığın cinsel özgüveni yordama katsayısının -.44, cinsel öz-yeterliğin cinsel özgüveni yordama katsayısının -.28, evlilik yaşam doyumunun cinsel özgüveni yordama katsayısının .22 olduğu görülmektedir. Cinsel utangaçlık ile evlilik yaşam doyumu arasındaki katsayısının -.12, cinsel öz-yeterlik ile evlilik yaşam doyumu arasındaki katsayısının -.37 olduğu gözlenmektedir. Ayrıca cinsel özgüvenin cinsel açıdan kendini açığa vurma gözlenen değişkenini .77, cinsel cesaret gözlenen değişkenini .50 ve cinsel farkındalık gözlenen değişkenini .52 düzeyinde yordadığı görülmektedir.

Cinsel öz-yeterliğin ve cinsel utangaçlığın cinsel özgüveni negatif açıdan yordadığı, evlilik yaşam doyumunun ise cinsel özgüveni pozitif açıdan yordadığı gözlenmektedir. Yapısal eşitlik modelinde yer alan cinsel utangaçlık, cinsel öz-

yeterlik ve evlilik yaşam doyumu değişkenlerinin cinsel özgüveni doğrudan etki ile yordadığı bulunmuştur. Ayrıca cinsel utangaçlık ve cinsel öz-yeterlik değişkenlerinin cinsel özgüveni evlilik yaşam doyumu değişkeni aracılığı ile dolaylı etki ile de yordadıkları sonucu elde edilmiştir. Diğer bir ifade ile cinsel utangaçlık ve cinsel öz-yeterlik değişkenlerinin cinsel özgüveni hem doğrudan hem de dolaylı etki ile yordadığı görülmektedir. Evlilik yaşam doyumu değişkeninin de cinsel özgüveni doğrudan yordamakta olduğu ve modelde aracılık etkisine sahip olduğu bulunmuştur. Ayrıca elde edilen modele ilişkin uyum indeksleri de incelenmiştir. Analiz sonucunda Ki-kare değerinin ( $\chi^2=260.07$ ,  $sd=145$ ,  $p=0.00$ ) anlamlı olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA= .049, GFI= .92, AGFI= .90, CFI= .95, IFI= .95, NFI= .92, RFI= .88, SRMR= .05 olarak bulunmuştur.

#### 4.2. Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Puanların Dağılımı

Araştırmada, evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla Cinsel Özgüven Ölçeği'nden alınan puanların ortalamalarına ve standart sapmalarına ilişkin bulgular Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Evli bireylerin cinsel özgüven ölçeği puanlarına ilişkin dağılım

Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Ölçeği Puanları	<i>n</i>	Min.	Maks.	$\bar{X}$	<i>S</i>	Yüzdelikler (%)		
		Puan	Puan			%25	%50	%75
	336	13	52	37.22	8.29	31	38	43

Tablo 2'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireylerin Cinsel Özgüven Ölçeği'nden aldıkları puanların dağılımı incelendiğinde alınan en düşük puanın 13 olduğu, en yüksek puanın ise 59 olduğu gözlenmiştir. Aritmetik ortalama 37.22 ve standart sapmada 8.29 olarak bulunmuştur. Puanların dağılımı yüzdelikler açısından incelendiğinde ise en yüksek puanları alan %25'lik grubun puanları, 43 ile 52 arasında değişmektedir. En düşük puanları alan %25'lik grubun puanlarının ise 13 ile 31 arasında değiştiği gözlenmektedir. Çalışma grubunun ikinci ve üçüncü

çeyreğinden oluşan orta grubun puanlarının ise 31 ile 43 arasında değiştiği gözlenmektedir. Cinsel Özgüven Ölçeği'nden alınacak minimum puanın 13, maksimum puanın 52 olduğu dikkate alınırsa araştırmaya katılan evli bireylerin çoğunlukla cinsel özgüven düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir.

Araştırmada yapılan analizler sonucu çalışma grubundaki bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin çoğunlukla yüksek çıkmasının sebebi sosyal istenirlikten kaynaklanıyor olabilir. Sosyal istenirlik “bireyin herhangi bir ölçme aracının maddelerini yanıtlarken, kendisiyle ilgili gerçekçi bilgiler vermek yerine kendini sosyal ve normatif anlamda olumlu biçimde sunması eğilimi” (Ellingson, Smith ve Sackett, 2001, s. 122) olarak tanımlanmaktadır. Diğer taraftan sosyal istenirliğin bir yanıtlama stili olduğunu öne süren araştırmacılara karşılık olarak, bir kişilik özelliği olduğunu savunan araştırmacılar da bulunmaktadır (Pauls ve Stemmler, 2003). Bireyin herhangi bir isim veya tanınmasına yardımcı olacak ipucu vermediği araştırmalarda da izlenim yönetiminin önemli olduğu belirtilmektedir (Mick, 1996). Bu çerçevede araştırmanın verilenin toplandığı çalışma grubundaki bireyler cinsel özellikleri açısından çevrelerine istedik ve olumlu bir imaj oluşturabilmek için cinsel özgüvenin ölçülmeye çalışıldığı ölçme aracına istedik yönde yanıtlar vermiş olabilirler. Bu nedenle araştırmanın çalışma grubundaki bireylerin cinsel özgüven düzeyleri genel olarak yüksek bulunmuş olabilir.

Bireylerin yaşadıkları çevrenin sahip olduğu şartlar cinsel yaşantıları, cinsel gelişimleri ve cinselliğe bakış açılarını etkileyebilir. Araştırmada evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin yüksek çıkmasının sebebi araştırmaya katılan bireylerin büyükşehirde yaşıyor olmalarından kaynaklanıyor olabilir. Bireylerin İstanbul gibi bir büyükşehirde yaşamaları sosyal kaygılarının daha az olmasına ve cinsel içerikli tutum ve davranışlarını daha özgür ve rahat bir şekilde sergilemelerine olanak sağlıyor olabilirler. Ayrıca yaşadıkları cinsel sorunların çözümünde yardım alabilecekleri kurum ve kuruluşlara ya da uzman bireylere ulaşma ve verilen hizmetlerden faydalanabilme şansları daha fazla olabilir. Dolayısıyla araştırmanın çalışma grubundaki bireylerin buldukları çevresel koşulların cinsel sorunların çözümü ve sağlıklı cinsel gelişime uygun bir ortam olmasından dolayı evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek bulunduğu düşünülebilir.

### 4.3. Evlilik Yaşam Doyumuna İlişkin Bulgular ve Yorum

#### 4.3.1. Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumuna Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum

Araştırmada evlilik yaşam doyum düzeyi farklı olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri açısından farklı olup olmadıklarını belirlemek amaçlanmıştır. Ayrıca evlilik yaşam doyum ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı da incelenmiştir. Bu amaçla araştırma grubundaki evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu açısından evlilik yaşam doyumunu yüksek ve evlilik yaşam doyumunu düşük olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Bunun için de uç gruplar dikkate alınmıştır. Uç grupları elde etmek için ilk önce verilerin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiş ve inceleme sonucunda normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Daha sonra evlilik yaşam doyum puanlarının aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları bulunmuştur ( $\bar{x} = 23.44$  ve  $s = 7,48$ ). Bu dağılım çerçevesinde çalışma grubunda yer alan bireylerden evlilik yaşam doyumunu aritmetik ortalamalarından bir standart sapma yukarıdaki puan (30.92) ile aşağıdaki puan (15.96) arasında kalan 230 birey analiz dışında bırakılmıştır. Böylece çalışma grubundaki evlilik yaşam doyumunu puanı 5 ile 16 arasında olan 57 birey (çalışma grubunun %16'sı) "evlilik yaşam doyumunu düşük" ve puanları 31 ile 35 arasında değişen 48 birey (çalışma grubunun %14'ü) "evlilik yaşam doyumunu yüksek" olmak üzere belirlenmiştir. Evlilik yaşam doyumunu ve cinsiyet gruplarına ilişkin cinsel özgüven puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu ve cinsiyete göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları

Evlilik Yaşam Doyumu	Kadın			Erkek			Toplam		
	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>S</i>
Düşük	36	31.17	9.65	18	35.65	8.25	54	32.66	9.37
Yüksek	34	39.68	9.10	14	44.67	5.46	48	39.68	8.46

Tablo 3 incelendiğinde evlilik yaşam doyumuna göre evli bireylerin cinsel özgüven puan ortalamaları arasında farklılık olduğu görülmektedir. Evlilik yaşam doyumunu yüksek olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyinin ( $\bar{X} = 39.68$ ) evlilik yaşam doyumunu düşük olan evli bireylerden ( $\bar{X} = 32.66$ ) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Gruplar arasındaki bu farklılığın önemli olup olmadığını belirlemek için, Levene testine ilişkin varyansların homojen olması [ $F(3,98) = 1.70, p = .17$ ] durumu dikkate alınarak yapılan iki yönlü varyans analizi sonucu evlilik yaşam doyumuna göre cinsel özgüvenin önemli bir biçimde farklılaştığı bulunmuştur [ $F(1,98) = 21.68, p < .001$ ]. Ayrıca bu sonucun cinsel özgüven değişkenindeki varyansın ne kadarını evlilik yaşam doyumunu değişkeninin açıkladığını gösteren etki büyüklüğü değeri ( $\mu^2$ ) de desteklemektedir; çünkü etki büyüklüğü değeri olan Eta Squared ( $\mu^2$ ) değeri 0.21 olarak elde edilmiş olup, bu değer etki büyüklüğünün büyük olduğunu göstermektedir. Yine tüm grubun ( $n = 336$ ) evlilik yaşam doyumunu puanları ile cinsel özgüven puanları arasındaki Pearson Korelasyon katsayısı incelendiğinde de korelasyonun önemli olduğu ( $r = .31, p = .001$ ) görülmekte ve elde edilen sonucu desteklemektedir.

Evlilik yaşam doyumunu ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerindeki ortak etkisi iki yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Yapılan iki yönlü varyans analizi sonucu Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Evli bireylerin evlilik yaşam doyumunu ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Evlilik Yaşam Doyumu	1668.956	1	1668.956	21.68	.000
Cinsiyet	487.459	1	487.459	6.33	.013
Evlilik Yaşam Doyumu X Cinsiyet	1.421	1	1.421	.01	.892
Hata	7542.211	98	76.961		
Toplam	9854.759	101			

Tablo 4'te görüldüğü gibi evlilik yaşam doyumu ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur [ $F(1,98) = .01, p > .05$ ]. Bu bulgular evlilik yaşam doyumu düşük ya da yüksek olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılık göstermesinin cinsiyete bağlı olmadığını göstermektedir. Diğer bir ifadeyle cinsiyetin ve evlilik yaşam doyumunun cinsel özgüven düzeyi üzerinde ortak bir etkisi görülmemektedir.

Araştırmada evlilik yaşam doyumunun cinsel özgüveni yordadığı yönündeki elde edilen sonuç genel olarak değerlendirildiğinde evlilik doyumunu belirleyen etkenlerin cinsel özgüven üzerinde de etkili olabileceği düşünülebilir. Cinsel ilişkinin sıklığının ve kalitesinin eşlerin beklentilerine uygun olup olmaması, evlilik doyumunu yakından ilgilendiren faktörler arasında yer aldığı belirtilmektedir. Evlilik ilişkisini doyumsuz algılayan bireylerin cinsel ilişkiyi doyumsuz olarak algıladıkları, eşlerin cinsel ilişkiye isteksiz olması, cinsel beklentilerin eş tarafından yeterince karşılanamaması gibi durumların ortaya çıkmasına sebep olabileceği düşünülmektedir (Synder, 1997). Bu durumun evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin de yüksek olmasına sebep olabilir.

Alanyazında doyum bir mutluluk düzeyi olarak tanımlanmaktadır (Collard, 2006). Evlilik ve aile ile ilgili alanyazında evlilik doyumunu dolaylı olarak ilişkilerde stresin olmadığı bir durum olarak tanımlanmaktadır (Bradbury ve diğerleri., 2000; Busby ve diğerleri., 1995; Kinnunen ve Feldt, 2004; Spanier, 1976). Evlilik doyumları yüksek çiftlerin stres seviyelerinin düşük, mutluluk düzeylerinin yüksek ve olumsuz yaşam koşullarına karşı dayanıklılıklarının daha fazla olduğu ifade edilmektedir (Kirby, 2005; Bradbury, Fincham, 2000). Evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin evlilik ilişkilerindeki stres seviyesinin düşük, mutluluk düzeyinin yüksek olması cinsel ilişkilerinde de başarılarının ve aldıkları doyumun yüksek olmasına sebep olabilir. Bu durumda cinsel özgüven düzeylerinin yükselmesine neden olabilir.

Eşlerin daha fazla pozitif sözsüz mesaj kullanmalarının, daha fazla fikir birliği içinde olmalarının ve karşısındakini onayladığını belli etmelerinin, anlaşmazlıklar üzerinde daha fazla tartışmalarının, çatışmaktan kaçınmalarının, birbirlerine karşı destekleyici davranışlar sergilemelerinin, karşılıklı uzlaşmalarının, kullanılan sözsüz mesajlarda tutarlılığın, birbirlerine karşı daha az eleştirici olmalarının, evlilik ilişkisindeki

memnuniyet oranının memnuniyetsizlikten daha yüksek olmasının da evlilik doyumu üzerinde etkili olduğunu belirtilmektedir (Fitzpatrick, 1988). Bu bağlamda eşlerin ilişkilerinde kurdukları olumlu iletişim tarzlarının cinsel ilişkilerine yansiyebileceği düşünülebilir. Bireylerin çoğu kişilik özelliğinin olumlu ya da olumsuz yönde gelişmesinde çevresel faktörlerin etkili olabileceği düşünüldüğünde, bireylerin evlilik ilişkilerinin cinsel yönü ile ilgili eşleriyle kurmuş oldukları paylaşımlarda olumlu dönütler vermeleri onların cinsel özgüven düzeylerinin yükselmesini sağlayabilir.

Pozitif özellikleri dikkate alan bireylerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Whisman ve Delinsky, 2002). Evlilik ilişkisinde bunun tam tersi bir durum da söz konusu olabilir. Diğer bir ifade ile evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin eşlerinin ve kendilerinin negatif özelliklerinden çok pozitif özelliklerini daha fazla ön plana çıkarabildikleri düşünülebilir. Bu bağlamda bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin yükselmesi için önemli olan pozitif geribildirimler ve pozitif bakış açısının evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerde görülme olasılığı daha yüksek olabilir. Bu nedenle evlilik yaşam doyumunun cinsel özgüveni etkilediği söylenebilir.

Evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin eşlerine daha çok kabullenici ve cinsel açıdan istekli tutum ve davranışlar sergileyebilir. Bu durum eşlerin cinsel yaşantılarını ve cinsel ilişki performanslarını olumlu yönde etkileyebilir. Diğer taraftan evlilik yaşam doyumu düşük olan evli bireyler ise eşlerine karşı cinsel açıdan reddedici tutum ve davranışlar sergileme ihtimalleri yüksek olacağından evlilik ilişkisindeki cinsel paylaşımları olumsuz etkilenebilir. Ayrıca evlilik yaşam doyumunu olumsuz yönde etkileyebileceği düşünülen evli eşler arasındaki yaşanan çatışmaların bir kısmı cinsel ilişkileri üzerinde yaşanabilir. Bu çatışmalar ve diğer olumsuz faktörlerden dolayı evlilik yaşam doyumu düşük olan bireyler eşleriyle cinsel ilişkiye girmekten kaçınabilirler ve cinsel yaşantıları ile ilgili anlaşmazlıkların bir kısmı zaman içinde çözülemez bir hal alabilir. Bu ve benzeri durumlar evli bireylerin cinsel ilişkilerinin ve cinselliği içeren diğer paylaşımlarının olumsuz bir yönde gelişmesine neden olabilir ve sonuçta cinsel aktiviteler bireye mutluluk vermek yerine acı verebilir, itici gelebilir. Bu nedenlerden dolayı evlilik yaşam doyumunun cinsel özgüveni pozitif bir şekilde yordadığı düşünülebilir.

Eşlerin birbirlerine yönelik sergiledikleri davranışları nasıl ise cinsel ilişki sırasında da o şekilde davrandıkları belirtilmektedir (Dokur ve Profeta, 2006). Bu bağlamda evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin evlilik ilişkisinde birbirlerine olumlu ve güzel davranışlar sergileyebilirler. Bu davranışlar zaman içinde alışkanlık haline gelebilir hatta kişiliklerinin bir parçası olabilir. Cinsel ilişkilerinde de farkında olunmadan alışkın olunan bu davranış tarzını sergileyebildikleri için evlilik yaşam doyumu cinsel özgüveni etkileyebileceği belirtilebilir.

Evlilik ilişkisinden alınan doyumun eşlerin istek ve beklentilerini, sorunlarını birbirlerine rahat ifade edebilmelerine bağlı olabilir. Bunu başarabilen çiftlerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğu görülebilir. Bu çerçevede evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin kendilerini ifade edebilme cinsellikle ve diğer durumlarla ilgili konuları eşleriyle paylaşabilme özellikleri geliştiği için cinsel sorunlarını, istek ve beklentilerini eşlerinde daha rahat bir şekilde ifade edebilirler. Bu durum evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin cinsel özgüvenlerinin de yüksek olmasına sebep olabilir.

#### **4.4. Cinsel Utangaçlığa İlişkin Bulgular ve Yorum**

##### **4.4.1. Evli Bireylerin Cinsel Utangaçlık Özelliklerine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum**

Araştırmada evli bireylerin cinsel utangaçlık düzeyi açısından cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılık gösterip göstermediği belirlenmeye çalışılmıştır. Ayrıca cinsel utangaçlığın ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı da incelenmiştir. Bu amaçla araştırma grubundaki evli bireyler cinsel utangaçlık açısından cinsel utangaçlık düzeyi yüksek ve cinsel utangaçlık düzeyi düşük olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Bunun için de uç gruplar dikkate alınmıştır. Uç grupları elde etmek için ilk önce verilerin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiş ve inceleme sonucunda normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Daha sonra cinsel utangaçlık puanlarının aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları bulunmuştur ( $\bar{X} = 9,96$  ve  $s = 6,37$ ). Bu dağılım çerçevesinde çalışma grubunda yer alan bireylerden cinsel utangaçlık aritmetik ortalamalarından bir standart sapma yukarısındaki puan (16,33) ile aşağısındaki puan



(3.59) arasında kalan 205 birey analiz dışında bırakılmıştır. Böylece çalışma grubundaki cinsel utangaçlık puanı 0 ile 3 arasında olan 49 birey (çalışma grubunun %14'ü) “cinsel utangaçlık düzeyi düşük” ve puanları 16 ile 24 arasında değişen 82 birey (çalışma grubunun %24'ü) “cinsel utangaçlık düzeyi yüksek” olmak üzere belirlenmiştir. Cinsel utangaçlık ve cinsiyet gruplarına ilişkin cinsel özgüven puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5. Evli bireylerin cinsel utangaçlık ve cinsiyete göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları

Cinsel Utangaçlık	Kadın			Erkek			Toplam		
	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>
Düşük	28	40.76	9.79	21	44.20	6.25	49	42.24	8.55
Yüksek	60	32.54	7.90	21	36.46	8.39	81	33.55	8.16

Tablo 5’te görüldüğü gibi cinsel utangaçlık düzeyi düşük ve yüksek olan bireylerin cinsel özgüven puan ortalamaları arasında farklılık bulunmuştur. Cinsel utangaçlık düzeyi yüksek olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyinin ( $\bar{X} = 33.55$ ) cinsel utangaçlık düzeyi düşük olan evli bireylerden ( $\bar{X} = 42.24$ ) daha düşük olduğu bulunmuştur. Gruplar arasındaki bu farklılığın önemli olup olmadığını belirlemek için, Levene testine ilişkin varyansların homojen olması [ $F(3,126) = 0,76, p = .51$ ] durumu dikkate alınarak yapılan iki yönlü varyans analizi sonucu cinsel utangaçlığa göre cinsel özgüvenin önemli bir biçimde farklılaştığı bulunmuştur [ $F(1,126) = 25.67, p < .001$ ].

Ayrıca bu sonucun cinsel özgüven değişkenindeki varyansın ne kadarını cinsel utangaçlık değişkeninin açıkladığını gösteren etki büyüklüğü değeri ( $\mu^2$ ) de desteklemektedir; çünkü etki büyüklüğü değeri olan Eta Squared ( $\mu^2$ ) değeri 0.20 olarak elde edilmiştir. Yine tüm grubun ( $n = 336$ ) cinsel utangaçlık puanları ile cinsel özgüven puanları arasındaki Pearson Korelasyon katsayısı incelendiğinde de korelasyonun önemli olduğu ( $r = -.35, p = .001$ ) görülmekte ve elde edilen sonucu desteklemektedir.

Evli bireylerin cinsel utangaçlık düzeylerine göre cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı ile cinsel utangaçlık ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerindeki ortak etkisi iki yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Yapılan iki yönlü varyans analizi sonucu Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. Evli bireylerin cinsel utangaçlık ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	<i>F</i>	<i>p</i>
Cinsel Utangaçlık	1726.270	1	1726.270	25.67	.000
Cinsiyet	366.724	1	366.724	5.45	.021
Cinsel Utangaçlık X Cinsiyet	1.600	1	1.600	.024	.878
Hata	8471.758	126	67.236		
Toplam	11153.171	129			

Tablo 6’da görüldüğü gibi cinsel utangaçlık ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur [ $F(1,126) = .02, p > .05$ ]. Bu bulgular cinsel utangaçlık düzeyi düşük ya da yüksek olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılık göstermesinin cinsiyete bağlı olmadığını göstermektedir. Diğer bir ifadeyle cinsiyetin ve cinsel utangaçlığın cinsel özgüven düzeyi üzerinde ortak bir etkisi görülmemektedir.

Utangaçlığın sebepleriyle ilgili araştırmaların çoğu bireylerin diğer insanlar karşısında sergilenen imajdaki başarısızlığa vurgu yapıldığını vurguladığı belirtilmektedir (Bennett ve Dewberry, 1988; Marcus, Wilson ve Miller, 1996; Thornton, 2003). Bireyin yaşamında evlilik sürecine kadar geliştirilen utangaçlık evlilik sürecinde ya da diğer cinsel yaşantılarında cinsel utangaçlığın gelişmesine sebep olabileceği düşünülebilir. Cinsel utangaçlık yaşayan bireyler eşleri karşısında

sergilenen imajdaki cinsel başarısızlık nedeniyle cinsel özgüvenleri olumsuz etkilenebilir. Ayrıca bireylerin, kendini engelleme stratejisi olarak çoğunlukla utangaçlığı kullanabildikleri belirtilmektedir (Snyder, Smith, Augeli ve Ingram, 1985). Bu bağlamda evlilik yaşamının önemli bir boyutunu oluşturan cinsel ilişkilerinde cinsel utangaçlıktan dolayı kendini engelleme stratejisine başvuran bireyin cinsel özgüveninin düşmesi beklenebilir.

Zimbardo (1986) utangaçlığı, kişisel ve profesyonel hedefleri gerçekleştirme duraklama veya huzursuzluk hissi, duygu, düşünce ve fiziksel tepkilere aşırı odaklanma durumu olarak açıklamıştır. Bireyin cinsel utangaçlık nedeniyle cinsel yaşantılarında da kişisel ve profesyonel hedefleri gerçekleştirme duraklama veya huzursuzluk hissini yaşayabilir. Bu durum bireyin cinsel utangaçlıktan dolayı cinsel özgüvenin negatif açıdan etkilenmesine sebep olabilir. Ayrıca utanma duygusu kişilerin özgüvenini yitirmesine ve bunun sonucunda yaratıcılıktan uzaklaşmasına, başarısızlığa, yeniliklerden korkmaya ve bu korkunun zamanla kişiliğe yerleşmesine yol açabileceği ifade edilmektedir (Eunsen ve Henderson,1987). Cinsel ilişkilerini de sürekli bu korku içinde yaşayan bireyin de utangaçlıktan dolayı cinsel özgüvenin düşebileceği düşünülebilir.

Cinsel utangaçlık özelliğine sahip olan bireylerin kendilerini cinsel açıdan eşlerine ifade etmekte güçlük yaşamaları, utangaçlık nedeniyle cinsel konularda yeterli bilgiye ulaşamadıkları için ihtiyaçları olan bilgiye sahip olamamaları, cinsel ilişki ve cinsellikle ilgili diğer yaşantılarından uzaklaşmaya çalışmaları, cinsel açıdan kendilerini yetersiz hissetmeleri, utangaçlıktan dolayı daha önce hiç cinsel deneyim yaşamamış olmaları, karşı cinsle iletişim kurabilme konusunda iletişim becerisinin gelişmemiş olması, utangaçlık nedeniyle olumsuz değerlendirilme kaygısı yaşamaları ve cinsel ilişkileri ile ilgili utangaçlıktan kaynaklanan başarısız deneyimlerinin olması cinsel utangaçlığın cinsel özgüveni negatif açıdan yordamasına sebep olabilir. Cinsel işlev bozukluğu, cinsel isteksizlik ve diğer cinsel açıdan rahatsızlığı olan birey cinsel ilişki yaşamaya utanabilir. Bireyin bedensel rahatsızlığının olması da cinsel yaşantısını etkileyebilir. Bunlar bireylerin cinsel utangaçlık yaşamalarına ve utangaçlık sonucu cinsel özgüvenlerinin düşmesine neden olabilir.

Utangaç kişilerin değerlendirilme kaygısı yaşadıkları belirtilmektedir (Buss, 1986; Crozier, 2001). Cinsel utangaçlık yaşayan bireyler değerlendirilme kaygısı nedeniyle

cinsel açıdan kendilerini yetersiz algılayabilirler, eşlerini cinsel açıdan yeterli doyuma ulaştıramayacaklarından kaygılanabilirler ve evlilik ilişkilerinin zarar görmesinden endişelenebilirler. Çatışma yaşamaktan kaygılanabilirler ya da çatışma yaşamaktan kaçınmaya çalıştıkları için eşlerinden uzaklaşmalar görülebilir. Bu nedenle eşleri ile yeterli düzeyde cinsel birliktelik yaşayamayan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinde azalmalar görülebilir.

Dönmez, Büyükaşahin, Taluy, Başer ve Güler (2009) ilişkilerde cinselliğin doyurucu olmasının olası bir nedeninin, eşlerin kendilerini birbirlerinin yanında hem duygusal hem de fiziksel olarak rahat hissetmeleri ve ilişkilerinde cinsellikle ilgili iletişim kurabilmelerinin olduğunu belirtmektedir. Benzer şekilde MacNeil ve Byers (2005) ve Montesi, Fauber, Gordon ve Heimberg (2011) tarafından bir ilişkide eşlerin cinsel görüşlerini eşleriyle konuşabilmelerinin cinsel doyum açısından çok önemli olduğu savunulmaktadır. Utangaçlığın toplumsal etkileşimden kaçınma, toplumsal konulara gereğince katılmakta başarısız olma eğilimi olduğu belirtilmektedir (Smith ve Briggs, 1986). Cinsel utangaçlığa da bu açıdan bakıldığında toplumda var olan örf, adet, gelenek ve görenekler ile ahlaki yargılar ve inançlar da bireylerin cinsel yaşantıları üzerinde zaman zaman belirleyici ve davranışlarını yönlendirici, utangaçlık özelliklerinin gelişmesine zemin hazırlayıcı olabilir.

Birey cinsel utangaçlığa sebep olabilecek olan olumsuz anne baba tutumlarının hakim olduğu bir ailede yetiştirilmiş olabilir. Bu durum bireylerde cinsel utangaçlık özelliğinin gelişmesine ve bunun da sonucunda cinsel utangaçlıktan dolayı cinsel özgüvenin düşmesine neden olmuş olabilir. Diğer taraftan sosyal kaygı düzeyi utangaç bireylerde daha fazla olabilir. Bu sosyal kaygı düzeyinin yüksek olması cinsel utangaçlık yaşayan bireylerin cinsel özgüvenlerinin düşmesine neden olabilir. Son olarak bireyin kendi cinsel performansı ve çevresinin bireylerin özellikle de eşlerinin beklentilerinin yüksek olması bireyde cinsel ilişkilerinde başarısızlık ya da yetersizlik algısına sebep olabilir. Bu başarısızlık ve yetersizlik algısı gittikçe bireyin cinsel davranışlarının sıklığının azalmasında etkili olabilir. cinsel davranış sıklığı azalan birey otomatik olarak cinsel konularda ya da ilişkilerinde çekingenlik ya da utangaçlık yaşayabilir. Bu durum onun cinsel yaşantılarını olumsuz etkileyerek cinsel özgüveninin düşmesine neden olabilir.

Utangaç kişiler kendileriyle ilgili endişe yaşarlar ve kendileri hakkında olumsuz düşüncelere sahiptirler. Kendileriyle ilgili olumsuz yargılar utangaç bireyin düşük özsaygı geliştirmesine neden olmaktadır. Utangaçlıkla ilgili ciddi sorunu olan bireyler, sosyal ortamlara katılamazlar, konuşmakta zorlanırlar ve diğer insanlara az ilgi gösterirler. Bu da onların yalnızlığa itilmelerine ve kendilerini yalnız hissetmelerine neden olur (Henderson ve Zimbardo, 1988). Utangaç bireylerin bu özellikleri dikkate alındığında bu özelliklerin evli bireyler tarafından cinsel ilişkilerine taşınması yaşayacakları olumsuz duygu ve düşüncelerden dolayı cinsel performanslarının düşmesine kendi cinsellikleri hakkında olumsuz düşüncelerin oluşmasına yol açarak cinsel özgüvenlerinin düşmesinde önemli bir rol oynayabilir.

#### **4.5.Cinsel Öz-yeterlik ile İlgili Bulgular ve Yorum**

##### **4.5.1. Evli Bireylerin Cinsel Öz-yeterlik Özelliklerine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum**

Araştırmada cinsel öz-yeterlik düzeyleri farklı olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri açısından farklı olup olmadıklarını belirlemek amaçlanmıştır. Bu amaçla araştırma grubundaki evli bireylerin cinsel öz-yeterlik özellikleri açısından cinsel öz-yeterlik düzeyleri yüksek ve düşük olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Bunun için de uç gruplar dikkate alınmıştır. Uç grupları elde etmek için ilk önce verilerin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiş ve inceleme sonucunda normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Daha sonra cinsel öz-yeterlik puanlarının aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları bulunmuştur ( $\bar{x} = 23,31$  ve  $s = 6,26$ ). Bu dağılım çerçevesinde çalışma grubunda yer alan bireylerden cinsel öz-yeterlik aritmetik ortalamalarından bir standart sapma yukarısındaki puan (29,57) ile aşağısındaki puan (17,05) arasında kalan 238 birey analiz dışında bırakılmıştır. Böylece çalışma grubundaki cinsel öz-yeterlik puanı 1 ile 17 arasında olan 40 birey (çalışma grubunun %12'si) "cinsel öz-yeterlik düzeyi düşük" ve puanları 29 ile 40 arasında değişen 58 birey (çalışma grubunun %17'si) "cinsel öz-yeterlik düzeyi yüksek" olmak üzere belirlenmiştir. Ayrıca cinsel öz-yeterlik düzeyi düşük ve yüksek olarak belirlenen iki grubun cinsel özgüven puanları bağımsız t-testi ile karşılaştırılmıştır. Yapılan analizlerin

sonucunda, Levene testine göre varyansların homojen olduğu ( $F= 1,30, p>.25$ ) duruma göre hesaplanan t-testi sonucu Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Evli bireylerin cinsel öz-yeterlik düzeylerine göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve t değeri

Cinsel Öz-yeterlik	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Cinsel Öz-yeterlik Düzeyi Düşük	40	38.25	7.76	2,23	.02
Cinsel Öz-yeterlik Düzeyi Yüksek	58	34.32	9.07		

*sd*= 96

Tablo 7’de görüldüğü gibi cinsel öz-yeterlik düzeyi düşük ve yüksek olan bireylerin cinsel özgüven puan ortalamaları arasında önemli bir farklılık ortaya çıkmıştır. Ayrıca bu sonucun cinsel özgüven değişkenindeki varyansın ne kadarını cinsel öz-yeterlik değişkeninin açıkladığını gösteren etki büyüklüğü değeri ( $\mu^2$ ) de desteklemektedir; çünkü etki büyüklüğü değeri olan Eta Squared ( $\mu^2$ ) değeri 0.04 olarak elde edilmiş olup, bu değer etki büyüklüğünün orta düzeye yakın olduğunu göstermektedir. Yine tüm grubun ( $n= 336$ ) cinsel öz-yeterlik puanları ile cinsel özgüven puanları arasındaki Pearson Korelasyon katsayısı incelendiğinde korelasyonun önemli olduğu ( $r = -.26, p= .001$ ) görülmekte ve elde edilen sonucu desteklemektedir.

Öz-yeterliğin yüksek olmasının aynı zamanda insanların zorlayıcı ortamlar seçmesine, çevrelerini araştırmasına ya da yeni çevreler yaratmasına olanak verdiği de belirtilmektedir (Bandura, 1977 - 1994; Scholz, Dona, Sud ve Schwarzer, 2002). Öz-yeterlilik düzeyi, harekete geçmek için güdülerini engelleyebilir ya da artırabilir. Öz-yeterlilik yüksek olan bireyler daha karmaşık ve riskli görevleri seçebilirler (Andrew ve Vialle, 1998). Bu çerçevede cinsel öz-yeterliliği yüksek olan bireyler cinsel açıdan daha fazla riskli ve karmaşık olan davranışları gerçekleştirmeye çalışacakları için başarısızlık ya da cinsel doyumsuzluk yaşama ihtimalleri daha yüksek olabileceği düşünülebilir. Bu nedenle cinsel öz-yeterliliği yüksek olan bireylerin cinsel özgüven düzeyleri düşebilir ya da cinsel öz-yeterlilik cinsel özgüveni negatif açıdan etkileyebilir.

Öz-yeterlik inancının dayandırıldığı bilgi kaynaklarından biri diğer kişilerin deneyimlerinden kaynaklanan başkalarının başarıları gözlemlenerek, kişinin kendisinin de başarılı olabileceği beklentisine girmesini sağlayabilen dolaylı yaşantılardır (Bandura, 1994). Bu durum bireylerin cinsel gelişim sürecini etkileyen toplumsal ve kültürel etkenler de ele alınarak daha iyi yorumlanabilir.

Araştırmanın çalışma grubundaki bireylerin yaşadığı toplumsal özellikler gereği evlilik öncesinde bireylerin cinsel ilişki yaşamaları ya da karşı cinsle romantik ilişki gibi yakın ilişkiler kurmaları kısıtlanıyor olabilir. Bu durum bireylerin cinsel gelişim sürecinde pornografi ve diğer medyanın insanlara sunmuş olduğu cinsel içerikli materyaller, uzman olmayan bireyler tarafından gençlere aktarılan bilgiler gibi araçlar aracılığı ile yanlış öğrenmeler sonucu evlilik yaşamına başlamaktadırlar. Bu bağlamda bireylerin öğrendikleri yanlış bilgi ve becerileri sonucu gelişen cinsel öz-yeterlik inançları evlilik sürecinde evlilik ilişkilerine özgü cinsel yaşantılarında bocalamalara neden olabilir. Dolayısıyla bireyin her ne kadar cinsel öz-yeterliği yüksek olsa bile cinsel özgüveni düşük olabilir. Diğer bir ifadeyle yanlış cinsel davranışlara ilişkin geliştirilen cinsel öz-yeterlik inancı doğru cinsel davranışlar üzerinde etkili olamayabilir. Bu nedenle cinsel öz-yeterlik cinsel özgüveni olumsuz etkiliyor olabilir.

Cinsel öz-yeterliğin cinsel özgüveni negatif açıdan etkilemesi bir takım etkenlerden kaynaklanabilir. Bireyin sahip olduğu gerçek cinsel performansı ile idealindeki cinsel performansı arasında fark olması cinsel özgüvenin düşmesine sebep olabilir. Cinsel öz-yeterliği yüksek olan bireyler kendilerinin olumlu ve olumsuz cinsel özelliklerinin daha fazla farkında olabilirler. Olumsuz cinsel özelliklerinin daha fazla farkında olması cinsel özgüvenlerinin negatif açıdan etkilenmesine sebep olabilir. Ayrıca çalışma grubundaki bireylerin cinsel açıdan mükemmeliyetçilik özellikleri olabilir. Bu özelliklerinden dolayı sahip oldukları cinsel becerilerinden hoşnut olmuyor ve yeterli görmüyor olabilirler. Bu nedenle cinsel öz-yeterlik cinsel özgüveni olumsuz etkileyebilir.

Cinsel öz-yeterliği yüksek olan bireyler cinsel ilişkilerinde çok aşırı kontrolcü ve yönlendirici olmaya çalışabilirler. Bu nedenle cinsel ilişkilerinde rahat olamayabilirler, içlerinden geldiği gibi doğal davranışlar sergileyemiyor olabilirler. Bu durum onların yeterli cinsel doyum almalarını engelleyebilir ve cinsel

özgüvenlerinin düşük olduğunu algılamalarına sebep olabilir. Cinsel öz-yeterliği yüksek olan bireylerin kendileri, cinsel özellikleri ve cinsel ilişkileri hakkında daha fazla bilgi sahibi olabilecekleri düşünülebilir. Bu durum bazen bireylerde kaygıya ya da çeşitli cinsel durumlardan kaçınmalarına sebep olabilir. Bu nedenle cinsel özgüvenlerinin düşük olduğunu algılayabilirler.

Diğer taraftan cinsel öz-yeterliği düşük olan bireylerin yüksek olanlara oranla cinsel yaşantılarında daha fazla rahat hareket ediyor olabilirler. Çünkü öz-yeterlilik düzeyleri düşük olduğu için başarısızlık kaygısını daha az yaşayabilirler. Bu bağlamda düşünüldüğünde cinsel öz-yeterlilik düzeyleri düşük olan bireyler daha az başarısızlık kaygısı yaşayacakları için cinsel özgüvenleri daha yüksek olabilir. Ayrıca bireyin cinsel öz-yeterlilik algısı her ne kadar yüksek olsa bile cinsel açıdan hem fiziksel hem de ruhsal açıdan cinsel performansı düşük olabilir. Bu durumda birey kendini cinsel performansı açısından değerlendirdiği için cinsel özgüveninin düşük olduğunu algılayabilir.

Cinsel öz-yeterliği yüksek olan kişiler cinsel sorunlar yaşadığında eşini tatmin edebilmek amacıyla aşırı kontrolcü davranmaya çalışması eşler arasında gerginliğe sebep olabilir. Eşler arasındaki bu gerginlik cinsel performansı düşürebilir. Bunun birey üzerindeki oluşturduğu kaygı artışı nedeniyle kişi tarafından cinsel özgüven düşük algılanabilir. Öz-yeterliği yüksek olan bireyler davranışa geçmede daha çok seçeneğe sahip olduklarını bildikleri için hangi davranışları seçecekleri konusunda cinsel açıdan daha fazla belirsizlik yaşayabilirler. Bu belirsizlik kişinin aktif davranışa geçmesini geciktirebilir ya da engelleyebilir. Bu durum cinsel birlikteliklerin sıklığını azaltabilir. Bu nedenle de birey cinsel açıdan özgüvenin düşük olduğunu algılayabilir. Ayrıca cinsel öz-yeterliği yüksek olan bireyler cinsel ilişkilerinde eksik olan özelliklerinin daha çok farkında oldukları için kendilerini cinsel özgüveni düşük olarak algılayabilirler. Bu bireyler diğer bireylere oranla cinsel açıdan yetersizliklerinin daha fazla farkına vardıkları için cinsel ilişkiden kaçınabilirler. Son olarak birey kendi cinsel öz-yeterliğinin yüksek olduğunu algılamasına rağmen cinsel ilişkilerinde başarısızlıklar, sorunlar yaşıyor olması da cinsel özgüveninin düşmesine neden olabilir.



## 4.6. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular ve Yorum

### 4.6.1. Evli Bireylerin Cinsiyetlerine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum

Araştırmada evli bireylerin cinsiyetlerine göre cinsel özgüven puanlarının farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla elde edilen cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve *t* değerine ilişkin bulgular Tablo 8'de sunulmuştur.

Tablo 8. Evli bireylerin cinsiyetlerine göre cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve *t* değeri

Cinsiyet	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Kadın	226	36.45	8.13	2.75	.006
Erkek	101	39.15	8.36		

*sd*= 325

Tablo 8'de görüldüğü gibi evli bireylerin cinsel özgüven puanları cinsiyetlerine göre karşılaştırıldığında önemli bir biçimde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Erkeklerin cinsel özgüven puan ortalaması ( $\bar{X} = 39.15$ ) kadınların cinsel özgüven puan ortalamasından ( $\bar{X} = 36.45$ ) yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonucu etki büyüklüğü değeri de desteklemektedir ( $\mu^2 = .02$ ).

Araştırmada evli bireylerin cinsiyet açısından cinsel özgüven düzeyleri karşılaştırıldığında erkeklerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek çıkmasının sebebi, erkek ve kadınların toplumsal cinsiyet özellikleri gereği farklı yetiştirilme tarzlarına sahip olmaları, erkeklerde sosyal istenirliğin daha yüksek olması, erkeklerin cinsellik hakkında daha fazla bilgi sahibi olması, erkeklerin cinsel ilişkilerinde daha aktif olmaları, cinsel açıdan erkeklerin kadınlara oranla kendilerini daha rahat ifade edebilmeleri, toplumsal açıdan cinsel konularda erkeklerin kadınlara oranla daha rahat ve serbest davranabilmeleri, erkeklerin cinsel dürtülerinin daha fazla olması olabilir. Ayrıca erkeklerin beden imajı algılarının cinsel yaşantılarını, isteklerini, çekiciliklerini kadınlar kadar etkilemiyor olması olabilir.

Karney ve Bradbury'nin (1995) evlilik kalitesinin zamanla değişiminin incelendiği çalışmada cinsiyet açısından farklı sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmada kadınların erkeklere göre evlilik kalitesinin zamanla daha fazla azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda evlilik ilişkilerinden kadınların erkeklerden daha fazla yıprandığı düşünülebilir. Bu süreç içinde sürekli sorun yaşayan ve başarısızlık yaşayan kadınların özgüvenleri düşebilir. Ayrıca toplumsal cinsiyet rolleri açısından düşünüldüğünde evlilik ve aile yaşamı ile ilgili kadın ve erkeğe cinsiyetlerine özgü verilen sorumluluk ve rollerin farklılığından dolayı da cinsiyet açısından cinsel zgven önemli bir biçimde farklılaşıyor olabilir. Çünkü toplumumuzdaki cinsiyet rolleri değerlendirildiğinde erkeklerin kadınlara oranla çoğu açıdan daha zgr olabildikleri görülmektedir. Bu özgürlükten dolayı erkeklerin rahat hareket edebilmeleri cinsel özgüvenlerinin kadınlara oranla daha fazla gelişmesine sebep olmuş olabilir. Erkeklerin cinsel açıdan daha rahat olmaları ve kadınlara oranla daha fazla aktif olmaları da cinsel zgven düzeylerinin kadınlara oranla daha fazla gelişmesine sebep olabilir.

Erkeklerin kadınlara oranla cinsellik açısından sosyal istenirlik düzeylerinin daha yüksek olması da cinsel özgüvenlerinin yüksek olmasına sebep olabilir. Çünkü bireyin yaşadığı toplumun özellikleri gereği erkeklerin cinsel performansların yüksek olması beklenebilir. Erkeklerde kendilerini iyi gösterebilmek için cinsel zgven düzeylerini yüksek gösterecek şekilde yanıtlar vermiş olabilirler. Toplumsal açıdan cinsel durumlarda erkekler kadınlardan daha rahat olabilirler ve daha çok özgürlük tanınmış olabilir. Bu çerçevede cinsel konularda erkekler kendilerini daha çok geliştirebilirler, kendilerini daha rahat ve zgr bir şekilde ifade edebilirler, cinsel sorunlarına daha kolay çözüm bulabilirler ve cinsel içerikli bilgi kaynaklarına daha kolay ulaşabilirler. Bu durum onların cinsel özelliklerinin kadınlardan daha fazla gelişmesini sağlayabilir.

#### **4.6.2. Evli Bireylerin Evlenme Biçimine Göre Cinsel zgven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum**

Araştırmada evli bireylerin evlenme biçimine göre cinsel zgven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılık gösterip göstermediği belirlenmeye çalışılmıştır. Ayrıca

evlenme biçimi ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı da incelenmiştir. Bu amaçla araştırma grubundaki evli bireyler evlenme biçimi açısından anlaşarak ve görücü usulü ile evlenenler olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Evlenme biçimi ve cinsiyet gruplarına ilişkin cinsel özgüven puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9. Evli bireylerin evlenme biçimi ve cinsiyete göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları

Evlenme Biçimi	Kadın			Erkek			Toplam		
	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>
Anlaşarak	150	36.97	7.80	76	40.07	8.04	226	38.01	8.00
Görücü Usulü	73	35.19	8.81	24	36.14	8.94	97	35.43	8.80

Tablo 9 incelendiğinde evlenme biçimine göre evli bireylerin cinsel özgüven puan ortalamaları arasında farklılık olduğu görülmektedir. Anlaşarak evlenen evli bireylerin cinsel özgüven düzeyinin ( $\bar{X} = 38.01$ ) görücü usulü ile evlenen evli bireylerden ( $\bar{X} = 35.43$ ) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca anlaşarak ya da görücü usulü ile evlenen erkeklerin cinsel özgüven düzeyinin kadınlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki bu farklılığın önemli olup olmadığını belirlemek için, Levene testine ilişkin varyansların homojen olması [ $F(3,319) = 1,15, p = .33$ ] durumu dikkate alınarak, yapılan iki yönlü varyans analizi sonucu, evlenme biçimine göre cinsel özgüvenin önemli bir biçimde farklılaştığı bulunmuştur [ $F(1,319) = 6.47, p < .05$ ]. Bu sonucu cinsel özgüven değişkenindeki varyansın ne kadarını evlenme biçimi değişkeninin açıkladığını gösteren etki büyüklüğü değeri ( $\mu^2 = 0.016$ ) de desteklemektedir. Ayrıca evlenme biçimi ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerindeki ortak etkisi de iki yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Yapılan analizlerin sonucunda Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10. Evli bireylerin evlenme biçimi ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestli Derecesi	Kareler Ortalaması	<i>F</i>	<i>p</i>
Evlenme Biçimi	433.505	1	433.505	6.47	.011
Cinsiyet	216.977	1	216.977	3.23	.073
Evlenme Biçimi X Cinsiyet	61.529	1	61.529	.91	.339
Hata	21336.97	319	66.981		
Toplam	22320.27	322			

Tablo 10’da görüldüğü gibi evlenme ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur [ $F(1,319)= .91$ ,  $p>.05$ ]. Bu bulgular anlaşarak evlenen evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılık göstermesinin cinsiyete bağlı olmadığını göstermektedir.

Evlenen bireyler sahip oldukları farklı geçmiş yaşantılarının bir birikimi ile ilişkiye başlar ve devam ederler. Bu farklılık evlilik ilişkisini ve evlilik sürecinde cinsel paylaşımları büyük ölçüde etkileyebilmektedir. İki ayrı aile ortamında yetişen bireylerin evlilik ilişkisine getirecekleri birtakım alışkanlıkların ve manevi değerlerin farklı olması nedeniyle eşlerin birliktelikleriyle ilgili amaçları belirlerken ortak bir noktada anlaşamamalarının, yaşantılarına ayrı görüş açılarından bakmalarının, evlilik beklentilerinin değişik olmasının, aralarında evlilik ilişkileri ile ilgili sorunlar yaşanmasına neden olabilir (Crow, 1967; Velidedeoğlu Kavuncu, 2006; Yeşilyaprak, 2003). Bu farklılıklar evli bireylerin cinsel ilişkilerini ve cinsel özgüvenlerini etkileyebilir. Bu bağlamda anlaşarak evlenen bireylerin evlilik öncesinde eşleriyle bu farklılıkları değerlendirip evlilik kararı alma ya da bu farklılıklardan kaynaklanabilecek ilişkisel ve cinsel sorunları çözme gibi fırsatları olabilir ve evlilik ilişkisine hazır ve güvenli bir şekilde başlayabilirler. Dolayısıyla cinsel sorunlarının da birçoğunu evlilik öncesinde çözmüş olacakları için cinsel özgüvenleri daha

yüksek olabilir. Anlaşarak evlenen bireyler evlilik öncesinde eşlerini cinsel açıdan da daha fazla tanıyabilirler ve ilişkilerinde daha fazla özgüvenli olabilirler. Görücü usulü ile evlenen bireyler ise evlilik öncesinde bu konuları eşleriyle paylaşma fırsatları olamayacağı ya da çok sınırlı paylaşımlarda bulunabilecekleri için evlendikten sonra daha fazla cinsel sorunlar yaşama ihtimalleri daha yüksek olabilir. Bu durum da görücü usulü ile evlenen bireylerin cinsel özgüvenlerinin düşük olmasına sebep olabilir.

Evlilik ilişkisi öncesinde ve evlilik süresince bireyler birbirlerinin ihtiyaçlarını iyi bilmelerinin ve evlilikle ilgili konular hakkında konuşup anlayabilmelerinin evlilik ilişkilerinin sağlıklı yürümesi için önemli olduğu belirtilmektedir (Crow, 1967; Dokur ve Profeta, 2006). Görücü usulü ile evlenen evli bireylerin evlenmeden önce birbirlerinin cinsel ihtiyaçlarını tam olarak öğrenme imkanlarının olmaması nedeniyle evlilik sürecinde cinsel sorun yaşama olasılıkları yüksek olabilir. Dolayısıyla bu durum görücü usulü ile evlenen eşlerin cinsel özgüvenlerinin düşük olmasına neden olabileceği düşünülebilir. Anlaşarak evlenen evli bireyler ise evlilik öncesinde birbirlerini daha fazla tanıma ve cinsel ihtiyaçlarını evleneceği kişi ile karşılayıp karşılayamama konusunda daha iyi değerlendirmeler yaparak evlilik kararı alabileceği için cinsel özgüven düzeylerinin yüksek olabileceği yargısına varılabilir.

Diğer taraftan, görücü usulü ile evlenen evli bireyler evlenmeden önce birbirlerini yeterince tanıma ve düşünme fırsatına sahip olamamaktadırlar. Anlaşarak evlenen evli bireyler ise cinsel açıdan birbirlerini evlenme kararı vermeden önce daha iyi tanıma ve ilişki sürecinde kendilerini ve birlikte olduğu kişiyi daha iyi değerlendirme fırsatı bulabildikleri söylenebilir. Bu nedenle anlaşarak evlenen evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri daha yüksek bulunmuş olabilir.

Anlaşarak evlenen evli bireyler bir aile ile ilgili ya da cinsellik ve evlilik ilişkisi ile ilgili sorumlulukları evleneceği kişiyle evlenmeden önce konuştukları ve bu sorumlulukların paylaşımlarını evlenmeden önce yaptıkları için evlilik sürecinde bu konulardan dolayı cinsel özgüveni düşürecek sorunlar ve çatışmalar yaşamamaktadırlar. Görücü usulü ile evlenen evli bireyler ise evlilik ilişkisi içinde cinsellikle ilgili sorumlulukların paylaşımını evliliğin ilk yıllarında yapmaya çalıştıkları için eşleriyle bu süreç içinde çatışma yaşıyor olabilirler. Ayrıca anlaşarak evlenen evli bireyler evlilik öncesinde evleneceği kişiyle inançlar, değerler, evlilik

beklentileri, birbirlerinin cinsel ve diğer ihtiyaçlarının ne olduğu konusunda yeterince konuşarak ortak bir nokta da anlaşabilirler. Bu konular evlenmeden önce konuşulup uzlaşıldığı için evlilik ilişkisinde tekrar gündeme gelmeyecek ve çatışmalara sebep olmayacaktır. Bu nedenlerden dolayı anlaşarak evlenen bireylerin cinsel özgüven düzeyleri daha yüksek olabilir.

#### 4.6.3. Evli Bireylerin Evlilik Süresine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum

Çalışmada evli bireylerin evlilik süresine göre cinsel özgüven düzeylerinin nasıl değiştiğini incelemek amacıyla, 2 ay ile 40 yıl arasında değişen evlilik süresi için, 3 yıl ve daha az olanlar “0-3 yıl arası”, 4 yıl ve daha fazla olan ve yedinci yılı tamamlayanlar “4+ ile 7 yıl arası”, 8 yıl ve daha fazla olan ve 10. yılı tamamlayanlar “8+ ile 10 yıl arası”, 11 yıl ve daha fazla olan ve 16. yılı tamamlayanlar “11+ ile 16 yıl arası”, 17 yıldan daha fazla olanlar “17+ ve yukarısı” olarak gruplandırılmıştır. Bu gruplara ilişkin evli bireylerin cinsel özgüven puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11. Evli bireylerin evlilik süresine göre cinsel özgüven puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları

Evlilik Süresi	Kadın			Erkek			Toplam		
	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>
0-3 yıl arası	36	40.31	7.21	30	42.96	5.59	66	41.51	6.61
4+ ile 7 yıl arası	39	37.41	6.07	22	38.45	8.57	61	37.79	7.02
8+ ile 10 yıl arası	58	36.61	6.45	21	36.46	10.10	79	36.57	7.52
11+ ile 16 yıl arası	48	35.06	9.29	12	37.75	7.80	60	35.60	9.01
17+ ve yukarısı	40	32.18	9.16	18	38.32	8.59	58	34.09	9.36

Tablo 11’de verilen gruplar arasında önemli bir farklılığın olup olmadığı, Levene testine ilişkin varyansların homojen olmaması [  $F(4,319)= 3.40, p= .01$ ] nedeniyle tek yönlü varyans analizi yerine alternatif olarak Welch testinin sonuçları dikkate alınmıştır. Bu testten elde edilen sonuçların önemli olduğu bulunmuştur [Welch testi:  $F(4,154) = 8,78, p < .001$ ]. Böylece evlilik süresine göre evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca evlilik süresinin cinsel özgüven üzerindeki etki büyüklüğünün de orta büyüklüğün üstünde ( $\mu^2 = .09$ ) olduğu bulunmuştur. Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere Tamhane’s T2 testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12. Evli bireylerin evlilik süresine göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin Tamhane’s T2 testi sonuçları

Evlilik Süresi	0-3 yıl arası	4+ ile 7 yıl arası	8+ ile 10 yıl arası	11+ ile 16 yıl arası	17+ ve yukarısı
0-3 yıl arası	-	3.72*	4.94*	5.91*	7.42*
4+ ile 7 yıl arası	-	-	1.21	2.18	3.69
8+ ile 10 yıl arası	-	-	-	.97	2.48
11+ ile 16 yıl arası	-	-	-	-	1.51
17+ ve yukarısı	-	-	-	-	-

\*  $p < .001$

Tablo 12’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik süresine göre evlilik süresi “0-3 yıl” olan evli bireylerin cinsel özgüven puanı ortalaması ile ( $\bar{X} = 41.51$ ), evlilik süresi 4+ ile 7 yıl arası ( $\bar{X} = 37.79$ ), 8+ ile 10 yıl arası ( $\bar{X} = 36.57$ ), 11+ ile 16 yıl arası ( $\bar{X} = 35.60$ ), 17 yıl ve yukarısı ( $\bar{X} = 34.09$ ), olan evli bireylerin cinsel özgüven puanı ortalamaları arasındaki fark önemli bulunmuştur. Diğer olası ikili karşılaştırmalarda ise önemli bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Bu bulgulardan genel olarak evliliğin ilk yıllarında evli bireylerin cinsel özgüven düzeyinin yüksek olduğu fakat evliliğin ilerleyen yıllarında cinsel özgüvenin düştüğü sonucuna

ulaşılabilir. Evlilik süresi ile bireylerin cinsel özgüven düzeyleri arasındaki ilişki ile ilgili elde edilen bu sonuçları Pearson Korelasyon katsayısı da desteklemektedir ( $r = -0.31, p = .001$ ). Yaş ile cinsel özgüven arasında ilişkinin olup olmadığını belirlemek için korelasyon analizi yapılmış ve  $r = .16$  düzeyinde Pearson Korelasyon katsayısı elde edilmiştir ( $p = .001$ ).

Tablo 11’de yer alan evlilik süresine göre cinsel özgüven puanı ortalamaları genel olarak incelendiğinde kadın ve erkekler arasında farklılıkların olduğu görülmektedir. Kadınların ve erkeklerin evlilik süresine göre cinsel özgüven puanı ortalamalarının farklı miktarlarda düştüğü, hatta evlilik süresi 17 yıl ve yukarısı olan grupta kadınların cinsel özgüven puanı ortalaması ( $\bar{X} = 32.18$ ) düşerken erkeklerin cinsel özgüven puanı ortalamasının ( $\bar{X} = 38.32$ ) arttığı görülmektedir. Bu nedenle araştırmada kadın ve erkeklerin cinsel özgüven düzeylerindeki değişimin, evlilik süresi ile cinsiyet faktörünün etkileşimine bağlı olup olmadığı da incelenmiştir. Bu çerçevede evlilik süresi ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı iki yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Yapılan iki yönlü varyans analizi sonucu Tablo 13’te verilmiştir.

Tablo 13. Evli bireylerin evlilik süresine ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Evlilik Süresi	1472.397	4	368.099	7.00	.043
Cinsiyet	368.812	1	368.812	6.99	.054
Evlilik Süresi X Cinsiyet	210.082	4	52.521	.85	.492
Hata	19009.695	309	61.520		



Tablo 13'te görüldüğü gibi evlilik süresi ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur [ $F(4,309) = .85, p > .05$ ]. Bu bulgular evlilik süresine göre evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılık göstermesinin cinsiyete bağlı olmadığını göstermektedir.

Cinsel özgüvenin evliliğin ilerleyen yıllarında düşüşe geçmesi cinsel açıdan orta yaş gelişim görevlerinin yerine getirilmesindeki başarısızlık ve çocuğun aileye getireceği yükü birlikte eşlerin ev içinde sorumluluklarının artması ve eşlerin cinsel paylaşımları konusunda birbirleriyle yeterli düzeyde ilgilenememeleriyle ilişkilendirilebilir. Evliliğin ilk yıllarında evli bireylere eşleriyle birlikte zaman geçirmek, cinsel paylaşımları ve cinsel birliktelikleri heyecan verici ve eğlendirici gelebilir. Ancak evliliğin ilerleyen yıllarında ortaklaşa yapılan etkinlikler, alışkanlık haline geldiği için evliliğin ilk yıllarında olduğu kadar heyecan verici olmayabilir. Eşyle birlikte etkinlikler yapmaktan ve zaman geçirmekten sıkılan evli bireyler kendisini daha fazla eğlendirici aktiviteler, eşi dışındaki karşı cinsten bireyler ve arkadaş ortamları arayışı içine girebilir. Bu nedenlerden dolayı zaman içinde evli bireyler arasında sorunlar ortaya çıkabilir ve eşlerin evlilik ilişkisinin cinsel yönünü olumsuz etkileyen çatışmalar yaşanma olasılığı artabilir. Bu durum cinsel özgüvenin evliliğin ilerleyen yıllarında cinsel özgüvenin düşmesine neden olabilir.

Evliliğin ilerleyen yıllarında çocuğun olması evli bireylerin ev ve aile yaşamı ile ilgili sorumluluğunu arttırabilir. Ev ve mesleki sorumlulukların yanında bir de çocuğun bakımı ile ilgili sorumluluğun ortaya çıkması eşlerin birbirlerine ve kendilerine ayıracakları zamanı azalttığı için eşlerin cinsel birliktelik sıklıkları zamanla azalabilir ve evlilik süresine bağlı olarak evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin düşmesine sebep olabilir. Sonuç olarak, evlilik süresine bağlı olarak eşlerin birbirlerine duydukları heyecanın zaman içerisinde azalmasının, evin sorumluluklarının artmasının, eşlerin birbirlerine ayırdıkları zamanın gittikçe azalmasının, ilişkinin rutinleşmesinin, çocuk sahibi olmanın veya yoğun çalışma temposunun evli bireylerin, cinsel birlikteliklerinin ve cinsel paylaşımlarının azalmasına bağlı olarak cinsel özgüvenlerinin düşmesine katkı sağlayabilir.

#### 4.6.4. Evli Bireylerin Çocuk Sayısına Göre Cinsel Özgüven düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum

Araştırmada evli bireylerin çocuk sayısı açısından cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılık gösterip göstermediği belirlenmeye çalışılmıştır. Ayrıca çocuk sayısının ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı da incelenmiştir. Bu amaçla, evli bireyler “çocuk sahibi olmayanlar”, “bir çocuk sahibi olanlar”, “iki ve daha fazla çocuk sahibi olanlar” şeklinde gruplandırılmıştır. Böylece çalışma grubundaki çocuğu olmayan 60 birey (çalışma grubunun %19’u) “çocuk sahibi olmayanlar”, bir çocuğu olan 76 birey (çalışma grubunun %24’ü) “bir çocuk sahibi olanlar” ve iki ve daha fazla çocuğu olan 181 birey (çalışma grubunun %57’si) “iki ve daha fazla çocuk sahibi olanlar” olmak üzere belirlenmiştir. Çocuk sayısı ve cinsiyet gruplarına ilişkin cinsel özgüven puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 14’te verilmiştir.

Tablo 14. Evli bireylerin çocuk sayısına ve cinsiyete göre cinsel özgüven ölçeği puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları

Çocuk Sayısı	Kadın			Erkek			Toplam		
	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>
Çocuk Sahibi Olmayanlar	35	40.19	7.24	25	40.84	7.10	60	40.46	7.13
Bir Çocuk Sahibi Olanlar	47	37.13	7.80	29	40.19	9.48	76	38.30	8.55
İki ve Daha Fazla Çocuk Sahibi Olanlar	140	35.44	8.23	41	37.24	8.47	181	35.85	8.30

Tablo 14 incelendiğinde çocuk sayısına göre evli bireylerin cinsel özgüven puan ortalamaları arasında farklılık olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki bu farklılığın önemli olup olmadığını belirlemek için, Levene testine ilişkin varyansların homojen olması [ $F(2,319)= 2.08, p> .05$ ] durumu dikkate alınarak, yapılan iki yönlü varyans analizi sonucu, çocuk sayısına göre cinsel özgüvenin önemli bir biçimde

farklılaştığı bulunmuştur [ $F(2,311)= 5.63, p< .01$ ]. Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere Scheffe testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 15’te sunulmuştur.

Tablo 15. Evli bireylerin çocuk sayısına göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları

Çocuk Sayısı	Çocuk sahibi olmayanlar	Bir çocuk sahibi olanlar	İki ve daha çok çocuk sahibi olanlar
Çocuk sahibi olmayanlar	-	2.16	4.55*
Bir çocuk sahibi olanlar	-	-	2.39
İki ve daha çok çocuk sahibi olanlar	-	-	-

\*  $p<.001$

Tablo 15’te görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireylerin çocuk sayısına göre çocuk sahibi olmayan evli bireylerin cinsel özgüven puanı ortalaması ile ( $\bar{X} = 40.46$ ) iki ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin cinsel özgüven puanı ortalamaları (iki ve daha çok çocuk sahibi olanlar için  $\bar{X} = 35.85$ ) arasındaki fark önemli bulunmuştur. Diğer olası ikili karşılaştırmalarda ise önemli bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Bu bulgulardan, çocuk sahibi olmayan evli bireylerin çocuk sahibi olan evli bireylere göre cinsel özgüven düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Tablo 14’te yer alan çocuk sayısına göre cinsel özgüven puanı ortalamaları kadın ve erkekler için ayrı ayrı değerlendirildiğinde kadınların çocuk sayısı arttıkça erkeklere oranla cinsel özgüven puanı ortalamalarının daha fazla düştüğü görülmektedir. Bu nedenle çocuk sayısının ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı iki yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Yapılan analizlerin sonucunda, Levene testine göre varyansların homojen olduğu ( $F(5,311)= 0,93, p= .46$ ) dikkate alınarak yapılan iki yönlü varyans analizi sonucu Tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16. Evli bireylerin çocuk sayısı ve cinsiyete göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin iki yönlü varyans analizi sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	<i>F</i>	<i>p</i>
Çocuk Sayısı	747.252	2	373.626	5.63	.004
Cinsiyet	194.221	1	194.221	2.92	.088
Çocuk Sayısı X Cinsiyet	47.678	2	23.839	.35	.698
Hata	20627.268	311	66.326		
Toplam	212959.213	316			

Tablo 16’da görüldüğü gibi çocuk sayısı ve cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur [ $F(2,311) = .35, p > .05$ ]. Bu bulgular çocuk sayısına göre evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılık göstermesinin cinsiyete bağlı olmadığını göstermektedir.

Bu bulgulardan, çocuk sahibi olmayan evli bireylerin çocuk sahibi olan evli bireylere göre cinsel özgüven düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Ayrıca çocuk sayısının cinsel özgüven üzerindeki etki büyüklüğünün de orta büyüklüğe ( $\mu^2 = .04$ ) yaklaştığı bulunmuştur. Çocuk sayısı ve cinsel özgüven ile ilgili elde edilen bu sonuçları Pearson Korelasyon katsayısı da desteklemektedir ( $r = -0.22, p = .001$ ).

Araştırmacılar (Bradbury ve Karney, 2004; Fidanoğlu, 2007; Juang ve Tucker, 1991; Kurdek, 1999; Tuncay, 2006; Twenge, Campbell ve Foster, 2003; White, Booth ve Edwards, 1986) ailenin çocuk sahibi olması ile eşlerin özellikle de kadınların evliliklerinde problem yaşadıklarını belirtmişlerdir. Evlilik ilişkisinde çocuk faktöründen kaynaklanan eşler arasında yaşanan sorunlar bireylerin cinsel ilişkilerine de yansiyabilir. Hatta evlilik ilişkisinde cinsel yönden başarısızlıklara da neden olabilir. Bu nedenle evli bireylerin çocuk sayısına ve çocuk sahibi olmaya bağlı olarak cinsel özgüvenleri düşebilir.

Çocuğu olmayan evli bireyler eşiyle birlikte daha fazla zaman geçirmekte, eşiine ve kendine daha çok vakit ayırabilmekte ve cinsel birliktelikleri daha sık yaşanabilmektedir. Sosyal aktivitelere katılma şansı daha fazla olmaktadır. Ancak çocuğu olan evli bireyler eğer eşleri de çalışıyorsa eşinin dışında kalan zamanını evde çocuğun bakımıyla geçirmek zorunda kaldığı için kendine ve sosyal aktivitelerine, cinsel yaşantılarına zaman ayırmakta güçlük yaşıyor olabilirler. Hatta evde geçirilen süre içinde dinlenebilmek için zaman bulamayabilirler. Ayrıca evli bir bireyin çocuğun bakımının yanında evin işleriyle ilgili sorumluluklarını da yerine getirmesi gerekmektedir. Dolayısıyla bu durum evli bireyin zamanla bu sorumluluğun altında ezilmesine ve zorlanmasına sebep olabilir. Bunlardan dolayı evli bireyler ilişkilerinde yeterince mutlu olamayabilir, zaman zaman eşleriyle sorunlar yaşayabilir, cinsel birliktelikleri azalabilir, cinsel aktivitelere ayrılan enerji azalabilir ve zamanla cinsel özgüvenleri düşebilir.

Türk toplumunun aile yapısına ve aile içindeki sorumlulukların paylaşımına bakıldığında, toplumumuzun daha çok geleneksel aile yapısına sahip olduğu görülebilir. Erkek ile kadının ev ile ilgili sorumlulukları toplum tarafından belirlenmiş görülmektedir. Bu çerçevede çocuğun evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerini nasıl etkilediği kadın ve erkek açısından farklı bakış açısıyla yorumlanabilir. Toplumumuzda çocuğun bakımı ve evin işleri daha çok kadınlara yüklenen bir sorumluluk olarak algılanıyor olabilir.

Evli bir kadının hem ev işleri, hem çocuk bakımını mesleğinde geçirdiği zamanın dışındaki zamanında üstlenmesinin ona yüklenen büyük bir sorumluluk olduğu düşünülebilir. Eşinden bu konuda yeteri kadar destek alamayan evli kadın hem mesleğinin hem de evde çocuk bakımı ile ilgili sorumluluklarını yerine getirmekte güçlük yaşadığı için eşiyle cinsel konularda çatışma yaşayabilir. Bu nedenle evli kadınlar evlilik ilişkisinde cinsel açıdan kendisini yetersiz olarak algılıyor olabilir. Benzer şekilde evli erkeklerde evlenmeden önce çocuk bakımı konusunda hazırlıklı olmadığı ve bu sorumluluk toplum tarafından kendi üzerine yüklenmediği için çocuk bakımı konusunda güçlük yaşayabilir ya da bu sorumluluğu üstlenmeyebilir. Bu nedenle evli erkekler eşleriyle cinsel açıdan çatışma yaşıyor olabilirler. Çünkü aile içinde erkeğin sorumluluğu bayandan daha az olacağı için erkeğin cinsel taleplerine kadın beklenen tepkileri zaman zaman veremeyebilir.

Çocuk bakımı konusunda eşiyle sorun yaşayan, çocuk nedeniyle cinsel yaşamları olumsuz etkilenen ve bu durumdan hoşnut olmayan evli erkekler de kadınlarda olduğu gibi cinsel ilişkilerinden eskisi gibi haz almamaya ve başarısızlıklar yaşamaya bağlı olarak cinsel özgüven düzeylerini düşük olarak algılıyor olabilirler. Bu nedenle çocuk sahibi olmayan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri çocuk sahibi olanlardan daha yüksek çıkmış olabilir.

Sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan kadınların çocuk sahibi olduklarında özgürlüklerinin kısıtlanması gibi nedenlerle evlilik ilişkilerinde sorunlar yaşadıkları belirtilmektedir (Jenkins, Rasbash ve O'Connor, 2003). Eğer evli bireylerin eşleri de çalışıyorsa çocuğun olması özgürlük alanlarını daraltacağı için evlilik ilişkilerinde yaşanan sorunlara bağlı olarak azalan cinsel birliktelikleri nedeniyle cinsel özgüvenleri düşebilir. Çünkü meslek ve ev ile ilgili sorumlulukların yanında çocuğun bakımı içinde ayrı bir emek ve zaman harcanması gerekmektedir. Dolayısıyla kendisinin özgürce hareket etmesi sınırlanmış olacaktır. Ayrıca, birçok çalışan kadının, eşinden yeteri kadar destek alamadığı düşünüldüğünde diğer sosyal rollere ek olarak ebeveyn olmanın getirdiği stres ve çatışmalara yol açabilecek problemlerle baş etmek zorunda kaldığı belirtilebilir. Bu durum ise kadınların ilişkilerinde cinsel özgüvenlerini düşük olarak algılamalarına sebep olabilir.

Ayrıca çocuk her iki eşin de çalıştığı bir aile için önemli sorumluluklar getirmektedir. Çocuğun ihtiyaçlarının karşılanması ve sağlıklı gelişimi için ona destek olunması için anne babanın sorumluluklarını yeteri kadar yerine getirmeleri gerekmektedir. Bu sorumlulukların yerine getirilmesi de evli bir birey için zaman zaman sorun olabilir. Bu nedenlerden dolayı cinsel özgüven çocuk sahibi olmanın getirdiği sorunlarla birlikte düşmekte olabilir. Sonuç olarak çağdaş toplumlarda kadının ev ve iş ile ilgili sorumluluklarının artmasının yanında erkeğinde kadının çalışma yaşamına atılması sonucu ev ve çocuk bakımı ile ilgili sorumlulukları artmaktadır. Dolayısıyla evlilik ilişkisinde çocuk her iki eş için de çalışma ve ev ile ilgili sorumluluklarını arttırmaktadır. Bu nedenle evli öğretmenlerin çocuk bakımından kaynaklanan aile içi sorumluluklarının artışı nedeniyle cinsel birlikteliklerin azalması cinsel özgüvenin düşmesine sebep olabilir.

#### 4.6.5. Evli Bireylerin Ek İşte Çalışıp Çalışmamasına Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum

Araştırmada evli bireylerin ek işte çalışıp çalışmamasına göre cinsel özgüven düzeylerinin farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla elde edilen cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve *t* değerine ilişkin bulgular Tablo 17’de sunulmuştur.

Tablo 17. Evli bireylerin ek işte çalışıp çalışmamasına göre cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve *t* değeri

Ek İşte Çalışıp Çalışmama	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Ek İşte Çalışan	32	40.07	6.82	2.02	.04
Ek İşte Çalışmayan	296	36.95	8.41		

*sd*= 326

Tablo 17’de görüldüğü gibi evli bireylerin cinsel özgüven puanları ek işte çalışıp çalışmamasına göre karşılaştırıldığında önemli bir biçimde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu sonucu etki büyüklüğü değeri de desteklemektedir ( $\mu^2= .012$ ).

Alanyazında evli bireylerin ek işte çalışıp çalışmamasına göre cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını araştıran araştırmalara rastlanmamaktadır. Bu araştırmada ise ek iş yapan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri puan ortalaması ( $\bar{X} = 40.07$ ) ile ek iş yapmayan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri puan ortalaması ( $\bar{X} = 36.95$ ) arasında önemli bir farklılaşma olduğu bulunmuştur. Ek işte çalışan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Ek iş yapan bireyler ek iş yapmayan bireylere oranla maddi açıdan sorunlar yaşamayacakları için ilişkilerinde sorunlar daha az yaşanıyor olabilir. Bu nedenle kendilerini evlilik ilişkilerinde ve cinsel yaşamlarında daha fazla güçlü ve güvenli hissedebilirler. Bu onların cinsel özgüven düzeylerinin yüksek algılanmasını sağlayabilir. Ek iş ile ailenin ekonomik gelir düzeyi arttığı için eşlerin özbakımları

için gerekli olan maddi kaynak da sağlanmış olmaktadır. Cinsel özgüvenin yüksek olması için bireylerin cinsel açıdan tercih ediliyor olması, cinsel açıdan kendilerini çekici algılamalarının önemli olduğu düşünülebilir. Bu çerçevede özbakımın cinsel çekicilik açısından önemli olduğu düşünülebilir. Ek iş yapan bireylerin hem kendilerinin hem de eşlerin özbakım ihtiyaçlarının ve cinsel sorunlarını çözebilmek için gerekli olan maddi kaynakların sağlanması daha fazla kolaylaşabilir. Cinsel açıdan sorunların yaşanmaması ve eşlerin cinsel açıdan kendilerini yeteri kadar çekici olarak algılamaları cinsel özgüveni arttıran önemli bir etken olabilir.

Türk toplumunun aile yapısı incelendiğinde çoğunlukla erkeğin çalıştığı görülmektedir. Bu nedenle ek iş yapan erkekler kendilerini hemcinsleri karşısında daha güçlü, daha becerikli ve karşı cins tarafından daha fazla tercih edilebilecek birey olarak algılayabilir. Ayrıca ekonomik açıdan çevresine karşı bir üstünlük kuracağı için kendini hem cinsel hem de diğer kişilik özellikleri açısından daha güvenli ve güçlü algılayabilir. Kendisini tercih edilen bir erkek olarak algıladığı için cinsel özgüveninin yüksek olduğunu algılayabilir. Ek iş yapan bireyler eşleriyle tartışmak, evlilik ilişkisinde ve cinsel ilişkilerinde gerilim yaşamak yerine sahip oldukları negatif enerjiyi, gerilimi, stresi iş yaşamında giderebilirler. Çünkü çalışmak bu bireylerin işleri aracılığı ile deşarj olmalarını sağlayabilir. Ev dışında stresini attığı için, ruhsal açıdan rahat bir şekilde evine gelebilir ve eşiyile daha az sorun yaşayabilir. Evlilik ilişkisinde daha az sorun yaşaması ek iş aracılığıyla zamanının çoğunu çalışarak geçirmesi ile sağlandığı için onun cinsel özgüvenini yükselten bir etken olabilir.

Ek iş yapan birey zamanının çoğunu eşiyile geçirip sorunlar yaşamak yerine zamanının çoğunu yaptığı işte harcamaktadır. Eşiyile görüştüğü süre azaldığı için onu daha çok özlüyor olabilir. Bu durum ilişkide var olan heyecanın canlı tutulmasına sebep olabilir. Dolayısıyla ek iş yapan biri eşiyile harcadığı sınırlı zamanı evlilik ilişkisi ve cinsel paylaşımı için çok verimli geçirebileceği düşünülebilir. Bu nedenle ek iş yapan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri yüksek bulunmuş olabilir. Ayrıca ek iş yapan birey birden fazla meslekte kendini başarılı olarak algıladığı için kendini iyi hissedebilir. Bu durum onun ruhsal yapısını olumlu etkileyebilir ve bu onun ilişkilerinde ve cinsel yaşamında daha başarılı olmasını sağlayabilir. Bu nedenle de ek iş yapan bireyler kendilerin cinsel özgüven algısı yüksek olabilir.



#### 4.6.6. Evli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum

Araştırmada evli bireylerin eğitim düzeylerine göre cinsel özgüven puanlarının farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla, bireyler eğitim düzeylerine göre ilköğretim, ortaöğretim, Üniversite olarak gruplandırılmıştır. Bu gruplara ilişkin cinsel özgüven puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 18’de sunulmuştur.

Tablo 18. Evli bireylerin eğitim düzeyine göre cinsel özgüven puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları

Eğitim Düzeyi	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>
İlköğretim	118	35.55	8.88
Ortaöğretim	51	36.72	6.86
Üniversite	159	38.54	8.05

Tablo 18’de verilen gruplar arasında önemli bir farklılığın olup olmadığı, Levene testine ilişkin varyansların homojen olmaması [ $F(2,325)= 3.72, p < .05$ ] nedeniyle tek yönlü varyans analizi yerine alternatif olarak Welch testinin sonuçları dikkate alınmıştır. Bu testten elde edilen sonuçların önemli olduğu bulunmuştur [Welch testi:  $F(2,146) = 4,49, p < .05$ ]. Ayrıca eğitim düzeyinin cinsel özgüven üzerindeki etki büyüklüğünün de orta büyüklüğe yakın ( $\mu^2 = .03$ ) olduğu bulunmuştur. Cohen’in ölçütleri çerçevesinde orta düzeye yakın bir etki büyüklüğüne sahip olduğu belirtilebilir. Evli bireylerin eğitim düzeyine ilişkin gruplar arasındaki ortaya çıkan önemli farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için ise varyansların homojenliği sayılıştısını dikkate almayan testlerden olan Tamhane’s T2 testi kullanılmıştır. Tamhane’s T2 testine ilişkin bulgular Tablo 19’da verilmektedir.

Tablo 19. Evli bireylerin eğitim düzeyine göre cinsel özgüven puanlarına ilişkin Tamhane's T2 testi sonuçları

Eğitim Düzeyi	İlköğretim	Ortaöğretim	Lisans
İlköğretim	-	1.17	3.04*
Ortaöğretim	-	-	1.86
Üniversite	-	-	-

\*  $p < .01$

Tablo 19'da görüldüğü gibi araştırmaya katılan evli bireylerin eğitim düzeylerine göre eğitim düzeyi ilköğretim olan bireylerin cinsel özgüven puanı ortalaması ile ( $\bar{X} = 35.55$ ) eğitim düzeyi üniversite olan bireylerin cinsel özgüven puanı ortalamaları ( $\bar{X} = 38.54$ ) arasındaki fark önemli bulunmuştur. Diğer olası ikili karşılaştırmalarda ise önemli bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Bu bulgulardan genel olarak eğitim düzeyi yüksek olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir. Eğitim düzeyi ile cinsel özgüven arasındaki ilişki ile ilgili elde edilen bu sonuçları Pearson Korelasyon katsayısı da desteklemektedir ( $r = 0.17, p = .01$ ).

Eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin eğitim düzeyi düşük olan bireylere göre sosyal istenirliğin daha yüksek olması, cinsellik hakkında daha fazla bilgi sahibi olması, cinsellik ve cinsel ilişki ve cinsel sorunlar hakkında daha çok bilgi sahibi olmaları, cinsel açıdan kendilerini daha rahat ifade edebilme becerilerin gelişmiş olması, toplumsal açıdan cinsel konularda daha rahat ve serbest davranabilmeleri gibi nedenlerden dolayı cinsel özgüven düzeyleri yüksek bulunmuş olabilir. Eğitim düzeyleri daha yüksek olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin yüksek olmasının sebebi beden imajı algılarının cinsel yaşantılarını, isteklerini, çekiciliklerini eğitim düzeyi düşük olanlar kadar etkilemiyor olması olabilir. Ayrıca bireyler toplumsal cinsiyet rolleri açısından düşünüldüğünde eğitim düzeyi yüksek olan bireyler evlilik ve aile yaşamı ile ilgili kadın ve erkeğe cinsiyetlerine özgü verilen sorumluluk ve rollerin daha fazla bilincinde olabilirler. Bu nedenle de evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri eğitim düzeyi açısından önemli bir biçimde farklılaşıyor olabilir.

Eğitim düzeyleri yüksek olan bireylerin eğitim düzeyleri düşük olan bireylere oranla cinsellik açısından sosyal istenirlik düzeylerinin daha yüksek olması da cinsel zɡvenlerinin yüksek algılanmasına sebep olabilir. Çünkü eğitim düzeyi yüksek olan bireyin cinsel konularda daha fazla bilgi ve beceri sahibi olması beklenebilir. Eğitim düzeyi yüksek olan evli bireylerde kendilerini iyi gösterebilmek için cinsel zɡven düzeylerini yüksek gösterecek şekilde yanıtlar vermiş olabilirler. Toplumsal açıdan cinsel durumlarda, eğitim düzeyi yüksek olan bireyler eğitim düzeyi düşük olan bireylerden daha rahat olabilirler ve kendilerini daha çok zgr, güçlü hissedebilirler. Ayrıca eğitim düzeyi yüksek olan bireyler cinsel konularda kendilerini daha çok geliştirebilirler, kendilerini daha rahat ve zgr bir şekilde ifade edebilirler, cinsel sorunlarına daha kolay çözüm bulabilirler ve cinsel içerikli bilgi kaynaklarına daha kolay ulaşabilirler. Bu durum onların cinsel özelliklerinin daha fazla gelişmesini sağlayabilir. Bu nedenle eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin cinsel zɡven düzeyleri daha yüksek olabilir.

Evlenen bireyler sahip oldukları farklı geçmiş yaşantılarının bir birikimi ile ilişkiye başlar ve devam ederler. Bu farklılık evlilik ilişkisini ve evlilik sürecinde cinsel paylaşımları büyük ölçüde etkileyebilmektedir. İki ayrı aile ortamında yetişen bireylerin evlilik ilişkisine getirecekleri birtakım alışkanlıkların ve manevi değerlerin farklı olması nedeniyle eşlerin birliktelikleriyle ilgili amaçları belirlerken ortak bir noktada anlaşamamalarının, yaşantılarına ayrı görüş açılarından bakmalarının, evlilik beklentilerinin değişik olmasının, aralarında evlilik ilişkileri ile ilgili sorunlar yaşanmasına neden olabilir (Crow, 1967; Velidedeoğlu Kavuncu, 2006; Yeşilyaprak, 2003). Bu farklılıklar evli bireylerin cinsel ilişkilerini ve cinsel zɡvenlerini etkileyebilir. Bu bağlamda eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin evlilik öncesinde eşleriyle bu farklılıkları değerlendirip evlilik kararı alma ya da bu farklılıklardan kaynaklanabilecek ilişkisel ve cinsel sorunları çözme becerileri daha fazla gelişmiş, daha bilinçli olabilir ve evlilik ilişkisine hazır ve güvenli bir şekilde başlayabilirler. Dolayısıyla cinsel sorunlarının da birçoğunu evlilik öncesinde zmş olacakları için cinsel zɡvenleri daha yüksek olabilir.

Eğitim düzeyi yüksek olan bireyler evlilik öncesinde eşlerini cinsel açıdan nasıl tanıyabileceklerinin de daha fazla bilincinde olabilirler ve ilişkilerinde daha fazla zɡven sahibi olabilirler. Eğitim düzeyi düşük olan bireyler ise evlilik öncesinde bu

konuları eşleriyle paylaşma konusunda bilinçsiz olacakları için ya da çok sınırlı paylaşımlarda bulunabilecekleri için evlendikten sonra daha fazla cinsel sorunlar yaşama ihtimalleri daha yüksek olabilir. Bu durum da eğitim düzeyi düşük olan evli bireylerin cinsel özgüvenlerinin düşük olmasına sebep olabilir.

Evlilik ilişkisi öncesinde ve evlilik süresince bireyler birbirlerinin ihtiyaçlarını iyi bilmelerinin ve evlilikle ilgili konular hakkında konuşup anlaşabilmelerinin evlilik ilişkilerinin sağlıklı yürümesi için önemli olduğu belirtilmektedir (Crow, 1967; Dokur ve Profeta, 2006). Eğitim düzeyi yüksek olan bireyler eğitim düzeyi düşük olanlara oranla bu durumun daha fazla farkında olacağı için ilişkilerin daha temkinli ve güvenli davranabilir. Böylece eşlerin cinsel ve diğer konularda evlilik sürecinde sorunlar yaşamaması önlenmiş olur. Bunu eğitim düzeyi yüksek olan bireyler eğitim düzeyi düşük olan bireylerden daha iyi başarabilecekleri için cinsel özgüven düzeyleri daha yüksek olabilir.

#### 4.6.7. Öğretmenlik Mesleğine Sahip Evli Bireyler ile Diğer Mesleklere Sahip evli bireylerin Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum

Araştırmada öğretmenlik mesleğine sahip evli bireyler ile diğer mesleklere sahip evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin anlamlı bir biçimde farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla elde edilen cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve *t* değerine ilişkin bulgular Tablo 20'de sunulmuştur.

Tablo 20. Öğretmenlik mesleğine sahip evli bireyler ile diğer mesleklere sahip evli bireylerin cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve *t* değeri

Meslek	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Öğretmen	169	38.59	8.05	2.96	.003
Diğer	159	35.90	8.32		

*sd*= 328

Tablo 20’de görüldüğü gibi evli bireylerin cinsel özgüven puanlarının sahip olunan mesleğe göre karşılaştırıldığında önemli bir biçimde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu sonucu etki büyüklüğü değeri de desteklemektedir ( $\mu^2 = .02$ ).

Alanyazında evli bireylerin mesleğine göre cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını araştıran araştırmalara rastlanmamaktadır. Bu araştırmada ise öğretmenlerin cinsel özgüven düzeyleri puan ortalaması ( $\bar{X} = 38.59$ ) ile diğer mesleklerde çalışan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri puan ortalaması ( $\bar{X} = 35.90$ ) arasında önemli bir farklılaşmanın olduğu bulunmuştur. Evli öğretmenlerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin yüksek olabilmesi kendilerini geliştirme, kendini ifade edebilme, farklılıkları ve yenilikleri kabullenebilme, farklılıklara ve yeniliklere açık olabilme ve çevresel dönütlere bağlı olabilir. Öğretmenlik mesleğine sahip olan bireylerin sahip oldukları mesleğin bireylere kazandırdığı kişilik özellikleri, diğer mesleklere sahip olan bireylere oranla çoğu zaman mesleki çevrede öğrencileri aracığı ile değişik kişilik özelliklerini tanımaları, karşı cinsten bireyleri tanımaları ve onlarla iletişim kurabilme fırsatlarının olması cinsel özgüven düzeylerinin yüksek olmasında etkili olabilir. Ayrıca toplumun öğretmenlik mesleğine yüklediği olumlu özellikler ve bu özelliklerin öğretmenlere yansıtılması öğretmenlerin cinsel özgüven düzeylerinin yükselmesinde etkili olabilir. Kişilik özellikleri açısından toplumun öğretmenlerden diğer meslek gruplarına oranla daha fazla olumlu kişilik özellikleri beklentisi içinde olmaları öğretmenlerin çevrenin beklentisine göre yaşantı ve tutumlarını şekillendirmelerine sebep oluyor olabilirler. Bu durum öğretmenlerin cinsel açıdan daha özgüvenli bir tutum içinde olmalarını sağlıyor olabilir.

#### **4.6.8. Çalışan ve Çalışmayan Evli Bireylerin Cinsel Özgüven Düzeylerine İlişkin Bulgular ve Yorum**

Araştırmada evli bireylerin çalışıp çalışmamasına göre cinsel özgüven düzeylerinin farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla elde edilen cinsel özgüven

puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve  $t$  değerine ilişkin bulgular Tablo 21’de sunulmuştur.

Tablo 21. Çalışan ve çalışmayan evli bireylerin cinsel özgüven puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve  $t$  değeri

Çalışma Durumu	$n$	$\bar{X}$	$S$	$t$	$p$
Çalışan	183	38.68	8.08	3.70	.000
Çalışmayan	141	35.31	8.17		

$sd= 322$

Tablo 21’de görüldüğü gibi evli bireylerin cinsel özgüven puanları çalışıp çalışmamalarına göre karşılaştırıldığında önemli bir biçimde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu sonucu etki büyüklüğü değeri de desteklemektedir ( $\mu^2= .04$ ).

Alanyazında evli bireylerin çalışıp çalışmamasına göre cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını araştıran araştırmalara rastlanmamaktadır. Bu araştırmada çalışan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri puan ortalaması ( $\bar{X} = 38.68$ ) ile çalışmayan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri puan ortalaması ( $\bar{X} = 35.31$ ) arasında önemli bir farklılaşma olduğu bulunmuştur. Çalışan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Çalışan evli bireyler çalışmayan evli bireylere oranla parasal sorunlardan dolayı ilişkilerinde sorunlar daha az yaşıyor, eşleri tarafından daha az olumsuz eleştirilere maruz kalıyor olabilirler. Bu nedenle kendilerini evlilik ilişkilerinde ve cinsel yaşamlarında daha başarılı hissedebilirler. Bu onların cinsel özgüven düzeylerinin yüksek algılanmasını sağlayabilir. Birey çalışmanın karşılığında elde ettiği gelir ile özbakım ihtiyaçlarını sorunsuz karşılayabilir, yaşam kalitesini yükseltebilir.

Cinsel özgüvenin yüksek olması için bireylerin cinsel açıdan tercih ediliyor olması, cinsel açıdan kendilerini çekici algılamalarının önemli olduğu düşünülebilir. Bu çerçevede cinsel açıdan sorunların yaşanmaması ve eşlerin cinsel açıdan kendilerini yeteri kadar çekici olarak algılamaları, yaşam standartlarının yüksek olması ve bireyin çalışma sonucu elde ettiği başarı duygusu cinsel özgüvenini arttıran önemli

bir etken olabilir. Ayrıca günümüzde sosyal yaşamdaki ve teknolojideki gelişmeler eşlerin birbirlerinden beklentilerini arttırmaktadır. Çalışan evli bir birey sahip olduğu ekonomik güç ile çalışmayan evli bireyden daha fazla eşinin beklentisini karşılayabilir. Bu durum eşlerin cinsel yaşamını da olumlu yönde etkileyebilir ve eşlerinden aldıkları olumlu tepkilerin etkisiyle özgüvenleri ve cinsel özgüvenleri artabilir. Bu nedenle çalışan evli bireylerin çalışmayanlara göre cinsel özgüven düzeyleri yüksek olabilir.

Çalışan bireyler eşleriyle tartışmak, evlilik ilişkisinde ve cinsel ilişkilerinde gerilim yaşamak yerine sahip oldukları negatif enerjiyi, gerilimi, stresi iş yaşamında giderebilirler. Evlilik ilişkisi dışında stresini attığı için, ruhsal açıdan rahat bir şekilde evine gelebilir ve eşiyile daha az sorun yaşayabilir. Evlilik ilişkisinde daha az sorun yaşaması bireyin cinsel özgüvenini yükselten bir etken olabilir. Ayrıca çalışan birey zamanının çoğunu eşiyile geçirip sorunlar yaşamak yerine zamanının çoğunu yaptığı işte harcamaktadır. Eşiyile görüştüğü süre azaldığı için onu daha çok özleyebilir. Bu durum ilişkide var olan heyecanın canlı tutulmasına sebep olabilir. Dolayısıyla çalışan birey eşiyile harcadığı sınırlı zamanı evlilik ilişkisi ve cinsel paylaşımı için çok verimli geçirebileceği düşünülebilir. Bu nedenle çalışan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri yüksek bulunmuş olabilir.

## BÖLÜM V

### SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgulara dayalı olarak ulaşılan sonuç, tartışma ve önerilere yer verilmiştir.

#### 5.1. SONUÇ ve TARTIŞMA

Araştırmada evli bireylerin evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlık, cinsel öz-yeterlik ve demografik özellikleri (cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi ve meslek türü, bir işte çalışıp çalışmama) ile cinsel özgüven düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmeye çalışılmıştır. Bu amaç doğrultusunda araştırmada şu sonuçlar elde edilmiştir:

##### 5.1.1. Cinsel Özgüven ile Evlilik Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiler

Çalışmada toplanan veriler üzerinde yapılan korelasyon analizi sonucu cinsel özgüven ile evlilik yaşam doyumu arasında pozitif bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Araştırmada cinsel özgüveni yordayan değişkenlerin belirlenmesi için yapılan yapısal eşitlik modeli incelendiğinde evlilik yaşam doyumunun doğrudan etki ile cinsel özgüveni pozitif bir şekilde yordadığı görülmektedir. Evlilik yaşam doyumunun cinsel utangaçlık ile cinsel öz-yeterlik değişkenlerinin cinsel özgüveni yordamasında aracılık etkisine sahip olduğu sonucu elde edilmiştir. Özetle evlilik yaşam doyumu cinsel özgüveni doğrudan yordarken, aynı zamanda kurulan model içinde aracılık etkisine de sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca araştırmada evlilik yaşam doyumu yüksek ve düşük olan bireylerin cinsel özgüvenlerinin önemli bir biçimde farklılaşp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Yapılan analiz sonucu evlilik yaşam doyumu düzeyi



yüksek olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaştığı bulunmuştur. Evlilik yaşam doyumu yüksek olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak evlilik yaşam doyumu ile cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı incelenmiş ve bu değişkenler arasındaki etkileşimin cinsel özgüveni etkilemediği bulunmuştur.

Alanyazın incelendiğinde evlilik yaşam doyumunun cinsel özgüveni nasıl etkilediğine ilişkin araştırmaların olmadığı görülmektedir. Diğer taraftan evlilik yaşam doyumunu yordayan ve evlilik yaşam doyumu ile ilişkili olan değişkenlerin araştırıldığı araştırmaların olduğu görülmektedir. Bu araştırmada elde edilen evlilik yaşam doyumunun cinsel özgüveni pozitif açıdan yordadığı ve evlilik yaşam doyumu yüksek olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin de yüksek olduğu sonucu doğrultusunda evlilik yaşam doyumunun yordayan değişkenlerin cinsel özgüveni de yordayabileceği düşünülebilir. Bu bağlamda cinsel özgüveni etkileyen değişkenlerin belirlenmesi ve değerlendirilebilmesi için evlilik yaşam doyumunu yordayan değişkenlerin de ele alınıp değerlendirilmesinin önemli olduğu düşünülebilir. Rusbult ve diğerleri (1985a) bireylerin ilişkilerinden elde ettikleri olumlu ve olumsuz sonuçların evlilik doyumlarıyla ilişkili olduğunu göstermişlerdir (Akt. Günay, 2007). Bu çerçevede evlilik doyumunu etkileyen ilişkilerdeki olumlu ve olumsuz dönütlerin cinsel özgüveni de etkileyebileceği düşünülebilir. Çünkü ilişkilerinden olumlu dönüt alan bireylerin cinsel özgüvenlerinin daha yüksek olabileceği söylenebilir.

Kansız ve Arkar (2011) eşlerin memnuniyet-doyum, fikir birliği ve genel olarak evlilik doyumları ile ödül bağımlılığı mizaç boyutu arasında tutarlı bir ilişki saptanmışlardır. Ödül bağımlılığı mizaç özelliğinin yüksek oluşunun eşler arasındaki memnuniyet-doyum, fikir birliği, bağlılık ve genel evlilik uyum düzeylerini doğrudan yordadığı görülmüştür. Bu kişilik özelliklerinin evlilik uyumunu ve doyumunu etkilediği gibi hem evlilik doyumunu aracılığıyla hem de doğrudan cinsel özgüveni yordayabileceği düşünülebilir.

Eşler arası şiddeti mazur görmeyenin evlilik doyumunu düzeyi üzerinde anlamlı yordayıcı olduğu belirtilmektedir (Güven, 2010). Şiddeti mazur gören bireylerin ilişkilerinde daha çok boyun eğici, kabullenici tutum sergileyen özgüveni düşük olan bireyler olabileceği düşünülebilir. Bu nedenle bu bireylerin cinsel özgüven düzeyleri düşük

olabilir. Ayrıca Çetin (2010) tarafından yapılan bir araştırmada da yakınlıktan kaçınmanın evlilik doyumunu negatif yönde anlamlı olarak yordadığı sonucu elde edilmiştir. Yakınlıktan kaçınma özgüven açısından değerlendirildiğinde cinsel özgüveni düşük olan bireylerin ilişkilerinde yakınlıktan kaçınma eğilimlerinin daha fazla olabileceği düşünülebilir. Dolayısıyla bu araştırma sonucu da genel olarak değerlendirildiğinde evlilik yaşam doyumunu etkileyen bu değişkenin cinsel özgüveni de belirleyebileceği düşünülebilir. Benzer şekilde Sığırcı (2010) tarafından yapılan araştırmada da “kaçınmalı bağlanma” tarzının evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı; ilişkilere dair inançlardan ise yalnızca “eşler değişmez” şeklindeki inançların evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordayıcı güce sahip olduğu bulunmuştur. Bu araştırmalardan elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde evlilik doyumunu etkileyen değişkenlerin cinsel özgüveni de hem evlilik doyumunu aracılığı ile hem de doğrudan etkiliyor olabilir.

Evliliğin gelenekselden ziyade demokratik bir yapıya sahip olması her iki evlilik grubunda da evlilik doyumunu olumlu yönde etkilerken, gruplar arasında hem aşk evliliği yapmış hem de demokratik evlilik yapısına sahip olan kadınların en yüksek evlilik doyumuna sahip oldukları görülmektedir (Aktürk, 2010). Bu araştırmada da görüldüğü gibi cinsel özgüveni etkileyebileceği düşünülen değişkenlerin evlilik doyumunu da etkilemektedir. Sonuç olarak bu araştırmadan elde edilen sonuç genel olarak değerlendirildiğinde evlilik yaşam doyumunun cinsel özgüveni etkilediği sonucunun diğer araştırma sonuçlarıyla tutarlılık gösterdiği söylenebilir.

### **5.1.2. Cinsel Özgüven ile Cinsel Utangaçlık Arasındaki İlişkiler**

Çalışmada toplanan veriler üzerinde yapılan korelasyon analizi sonucu cinsel özgüven ile cinsel utangaçlık arasında negatif bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Araştırmada cinsel özgüveni yordayan değişkenlerin belirlenmesi için yapılan yapısal eşitlik modeli incelendiğinde cinsel utangaçlığın doğrudan etki ile cinsel özgüveni negatif bir şekilde yordadığı görülmektedir. Analiz sonucunda elde edilen modelde cinsel utangaçlığın evlilik yaşam doyumunu da negatif yordadığı bulunmuştur. Yapısal eşitlik modeli incelendiğinde cinsel utangaçlığın cinsel özgüveni hem doğrudan hem de evlilik yaşam doyumunu aracılığı ile yordadığı

görülmektedir. Özetle cinsel utangaçlık cinsel özgüveni hem doğrudan hem de evlilik yaşam doyumu aracılığı ile yordamaktadır. Ayrıca araştırmada cinsel utangaçlık düzeyi yüksek ve düşük olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Yapılan analizler sonucu evli bireylerin cinsel utangaçlık düzeylerine göre cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaştığı bulunmuştur. Cinsel utangaçlık düzeyi yüksek olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak cinsel utangaçlık ile cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı incelenmiş ve bu değişkenler arasındaki etkileşimin cinsel özgüveni etkilemediği bulunmuştur.

Alanyazındaki utangaçlık ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde sosyal beceri eğitiminin utangaçlık üzerindeki etkisi (Hasdemir, 2005; Kozanoğlu, 2006, Yıldırım, 2006), stresle başa çıkma stratejileri (Epli Koç, 2006), başa çıkma stratejileri (Altıok, 2011), fonksiyonel olmayan tutumlar (Demirbaş, 2009), prososyal davranışlar (Özdemir, 2010), cinsel uyarılma (Karafa ve Cozzarelli, 1997) ile ilişkisinin araştırıldığı araştırmaların olduğu görülmektedir. Diğer taraftan cinsel utangaçlık ile ilgili araştırmaların olmadığı görülmektedir.

Hasdemir (2005) yaptığı deneysel çalışmada sosyal beceri eğitimi programının lise öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini azalttığını bulmuştur. Benzer şekilde Kozanoğlu (2006)'nın yaptığı çalışmada da sosyal beceri eğitiminin utangaçlık üzerinde anlamlı etkisinin olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda sosyal becerinin cinsel özgüven üzerinde de etkili olabileceği düşünülebilir. Sosyal becerisi yüksek olan bireylerin cinsel özgüvenleri de daha yüksek olabilir. Çünkü sosyal becerisi yüksek olan bireyler karşı cinsle daha rahat iletişim ve ilişki kurabilir, cinsel açıdan kendini daha rahat ifade edebilir, cinsel deneyimler ve başarılı cinsel deneyimler yaşayabilir. Bu etkenler sosyal becerisi yüksek olan bireylerin cinsel özgüvenlerinin yükselmesini sağlayabilir. Dolayısıyla utangaçlığın cinsel özgüveni yordayan önemli bir faktör olabileceği düşünülebilir.

Petronio, Olson ve Dollar'ın (1989) romantik ilişki bağlamında utangaçlığı araştırdığı araştırmasında bireylerin romantik partnerlerinden kaynaklanan bir utangaçlığa sahip olduklarını belirtmişlerdir. Araştırma sonucunda ilişki süresi uzun olan bireylerin utangaçlık düzeylerinin düşük olduğu, ilişki hakkında konuşmadan

alınan doyum gibi ilişki kalitesinin de yüksek olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada utangaçlığın artması ilişki doyumu ve kalitesi ile iletişimin azalması arasında ilişkinin olduğu bulunmuştur. Toplum tarafından belirlenen bir ilişkide bulunması gereken ilişkinin özel kuralları hakkındaki beklentilerin ihlal edilmesi sonucu utangaçlığın yaşanabileceği düşünülmektedir. İnsanlar bir ilişkiye girdiklerinde katı özel kuralların etkili olabileceğini varsayarlar. Çünkü onlar bunu geçmişte deneyimlemişlerdir ya da onlar ilişkilerinde sahip oldukları özel kuralların miktarını kontrol etmeye çabalayarak kendi ilişkilerine ait özel kuralları geliştirmeye çalışıyor olabilirler. Diğer taraftan ilişkilerde yaşanan utangaçlığın olmamasının ise diğer insanların da görebileceği şekilde uygunsuz ve biçimsiz cinsel içerikli davranışların gerçekleştirilmesine sebep olabileceği düşünülmektedir. Özetle utangaçlık ve cinsel utangaçlık gibi değişkenlerin bireylerin cinsel yaşamlarını, cinsel ilişkilerini ve diğer insanlarla kurmuş oldukları ilişkilerini etkileyen önemli bir değişken olduğu görülmektedir.

Alanyazın incelendiğinde utangaçlığının bireyleri cinsel yaşamlarının dışında da etkilediği görülmektedir. Epli Koç (2006) utangaçlık düzeyi düşük olan öğrencilerin stresle basa çıkmada kendine güvenli, iyimser ve sosyal desteğe başvurma yaklaşım stratejilerini daha çok kullandıklarını belirtmektedir. Utangaçlık düzeyi yüksek olan öğrencilerin ise stresle basa çıkmada çaresiz ve boyun eğici yaklaşım stratejilerini daha çok kullandıkları ifade edilmektedir. Altıok (2011) ise utangaçlık ile problem çözme arasında anlamlı bir ilişki olduğu, yine utangaçlık ile kaçınma arasında ise ters yönde anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Demirbaş (2009) ise benlik saygısı puanları yüksek olan bireylerin utangaçlık puanlarının düşük olduğunu, benlik saygısı puanları düşük olan bireylerin utangaçlık puanlarının daha yüksek olduğunu ifade etmektedir. Utangaçlık ile fonksiyonel olmayan tutumların mükemmelliyetçilik alt boyutu arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmazken; utangaçlık ile onaylanma ihtiyacı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu ve onaylanma ihtiyacının utangaçlığı yordayan bir unsur olduğu görülmektedir.

### 5.1.3. Cinsel Özgüven ile Cinsel Öz-yeterlik Arasındaki İlişkiler

Çalışmada toplanan veriler üzerinde yapılan korelasyon analizi sonucu cinsel özgüven ile cinsel öz-yeterlik arasında negatif bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Araştırmada cinsel özgüveni yordayan değişkenlerin belirlenmesi için yapılan yapısal eşitlik modeli incelendiğinde cinsel öz-yeterliğin doğrudan etki ile cinsel özgüveni negatif bir şekilde yordadığı görülmektedir. Analiz sonucunda elde edilen modelde cinsel öz-yeterliğin evlilik yaşam doyumunu da negatif yordadığı bulunmuştur. Yapısal eşitlik modeli incelendiğinde cinsel öz-yeterliğin cinsel özgüveni hem doğrudan hem de evlilik yaşam doyumunu aracılığı ile yordadığı görülmektedir. Özetle cinsel öz-yeterlik cinsel özgüveni hem doğrudan hem de evlilik yaşam doyumunu aracılığı ile yordamaktadır. Ayrıca araştırmada cinsel öz-yeterlik düzeyi yüksek ve düşük olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Yapılan analizler sonucu evli bireylerin cinsel öz-yeterlik düzeylerine göre cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaştığı bulunmuştur. Cinsel öz-yeterlik düzeyi yüksek olan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Alanyazın incelendiğinde cinsel öz-yeterlik ile özgüven değişkeni arasındaki ilişkilerin araştırıldığı çalışmaların olmadığı görülmektedir. Diğer taraftan Cinsel öz-yeterlik ile cinsel risk alma (Rosenthal, Moore ve Flynn, 1991), kadınların HIV/AIDS hastalıklarından korunmaları (Bowleg, Belgrave, Reisen, 2000) gibi değişkenler arasındaki ilişkinin araştırıldığı araştırmaların olduğu görülmektedir.

Rosenthal, Moore ve Flynn (1991) prezervatif kullanma, satın alma ve cinsel korunma gerçekleşene kadar cinsel ilişkiyi geciktirmeyi de kapsayan cinsel davranışların çoğunda bireylerin kendine güvenlerinin az olduğunu belirtmektedir. Diğer taraftan bu bireylerin prezervatif ve diğer doğum kontrol yöntemlerinin ya da korunma yöntemleri hakkında tartışma da kendilerine güven düzeylerinin yüksek olduğu düşünülmektedir (Akt. Coulter, 2007). Cinsel risk alma davranışı ile ilgili yapılan diğer bir araştırma da Plybon, Holmer, Hunter, Sheffield, Stephens ve Cavolo (2009) tarafından yapılmıştır. Beden imajı ve Afrikalı görünüş ile cinsel kaçınmada öz-yeterlik arasındaki ilişkinin araştırıldığı araştırmada beden imajı ile cinsel kaçınmada öz-yeterlik arasında önemli bir ilişki bulunmamıştır. Ancak yapısal eşitlik modelinde Afrikalı görünüşün cinsel kaçınmada öz-yeterliği pozitif açıdan

etkilediği görülmüştür. Bu çalışmalar gelen olarak değerlendirildiğinde cinsel öz-yeterliğin cinsel yaşamla ilişkili olduğu sonucuna varılabilir.

Reissing, Laliberte ve Davis (2005) cinsel öz-yeterliğin cinsel uyum ile cinsel benlik şeması arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur. Diğer taraftan beden imajının ise cinsel öz-yeterlik, cinsel uyum ve cinsel benlik şeması ile ilişkisinin olmadığı görülmüştür. Ancak yüksek negatif beden imajının cinsel isteksizliğin artmasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu da negatif cinsel uyumla ilişkili bulunmuştur. Rostosky, Dekhtyar, Cupp ve Anderman (2008) tarafından da erkeklerin cinsel öz-yeterlilik ve cinsel benlik kavramı puanlarının kızlardan daha düşük olduğunu bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin cinsel anksiyete ve öz-yeterlik dirençlerinin kızlardan daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan regresyon analizi sonucunda ise cinsel özsaygı düzeyleri yüksek olan bireylerin cinsel öz-yeterlik düzeylerinin de yüksek olduğu görülmektedir. Son olarak araştırma sonucunda cinsel özsaygının cinsel öz-yeterlik ile cinsel risk ile ilgili bilgi arasındaki ilişkide aracılık etkisinin olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak bu araştırmadan elde edilen sonuç genel olarak değerlendirildiğinde cinsel öz-yeterliğin cinsel özgüveni etkilediği sonucunun diğer araştırma sonuçlarıyla tutarlılık gösterdiği söylenebilir; çünkü diğer araştırmalarda da cinsel öz-yeterlik inancının bireylerin cinsel yaşamlarını ve ilişkilerini etkileyen önemli bir faktör olduğu görülmektedir.

#### **5.1.4. Cinsel Özgüven ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler**

Araştırmada cinsel özgüveni yordayan evlilik yaşam doyumu, cinsel öz-yeterlik, cinsel utangaçlık değişkenlerinin yanında bazı demografik değişkenlerle (cinsiyet, evlenme biçimi, evlilik süresi, çocuk sayısı, ek işte çalışıp çalışmama, eğitim düzeyi ve meslek ve bir işte çalışıp çalışmama) cinsel özgüven arasındaki ilişki de araştırılmaya çalışılmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin nasıl olduğu belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin Cinsel Özgüven Ölçeği'nden aldıkları puanların dağılımı genel olarak incelendiğinde cinsel özgüven düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir.

Cinsel özgüven düzeyleri cinsiyet açısından değerlendirildiğinde cinsel özgüvenin cinsiyete göre önemli bir biçimde farklılaştığı ve erkeklerin cinsel özgüven

düzeylerinin kadınların cinsel özgüven düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Alanyazından evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığını araştıran araştırma sonuçlarının olmadığı görülmektedir. Ancak evli bireyler üzerinde yapılan diğer araştırmalarda cinsiyet açısından evlilik doyumunun, evlilik uyumunun nasıl farklılaştığını araştıran araştırma sonuçlarının olduğu görülmektedir. Alanyazında araştırmanın bu bulgusuyla tutarlılık gösteren araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin, depresyon, bağımlılık ve kontrolçülük algısı, demografik değişkenler, cinsiyet ve cinsiyet rolü ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma bulguları (Bal, 2007; Crowther, 1985; Gökmen, 2001; Tutarel-Kışlak, 1995; Li ve Caldwell, 1987) bu araştırma bulgusunu desteklemektedir. Çünkü bu araştırmalarda evlilik uyumunun cinsiyete göre farklılaştığı bulunmuştur. Bradbury ve Karney'in (2004) evlilik kalitesinin zamanla değişiminin incelendiği çalışmada cinsiyet açısından farklı sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmada kadınların erkeklere göre evlilik kalitesinin zamanla daha fazla azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgunun da araştırmadan elde edilen sonucu desteklediği görülmektedir.

Diğer taraftan alanyazında demografik değişkenlerle evlilik uyumu arasındaki ilişkinin araştırıldığı araştırmalarda cinsiyet ile evlilik uyumu arasındaki ilişkiye ilişkin araştırma sonuçları (Çelik, 2009; Demiray, 2006; Fidanoğlu, 2007; Markowski ve Greenwood, 1984; Tutarel-Kışlak ve Çabukça, 2002) bu araştırma sonucunu desteklememektedir. Ayrıca, Gürsoy'un (2004) kaygı ve demografik değişkenlerle evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi araştırdığı araştırmasında, erkeğin ve kadının evlilik uyumunu benzer değişkenlerin yordadığı bulgusu da bu araştırmanın bulgusunu desteklememektedir. Alanyazında evlilik doyumu ile ilgili yapılan araştırma bulguları da (Çelik M., 2006; Çelik C., 2006; Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006) elde edilen bu bulguyu desteklememektedir. Ayrıca Soyer (2006) tarafından yapılan çalışmada cinsiyetin erkeksilik, kadınsılık, cinsel fantezi sıklığı ve mastürbasyon sıklığı üzerinde anlamlı fark yarattığı görülmüştür.

Cinsiyet ile ilgili diğer araştırmalarda ise Cinsiyet rolleri açısından evlilik doyumunun anlamlı bir biçimde farklılaşması söz konusudur, cinsiyet rolü kadınsı ve androjen bireylerin evlilik doyumları cinsiyet rolü belirsiz ve erkeksi bireylere oranla daha yüksektir. Kadınların evlilik doyumları cinsiyet rollerine göre anlamlı

farklılıklar göstermiştir. Cinsiyet rolü “androjen” olan kadınların evlilik doyumları cinsiyet rolü “erkeksi” olan kadınların evlilik doyumlarından yüksek bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet rolü “kadınsı” ve “erkeksi” olan kadınların evlilik doyumları cinsiyet rolü “belirsiz” olan kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur Çınar (2008). Thornton (2003) yaptığı bir çalışmada da flört ilişkisi yaşayan çiftlere, eşlerden birinin utangaç bir şekilde dans ettiği bir video izletmiştir. Katılımcılardan dans eden çiftlerin yerinde kendilerinin olduklarını varsaymaları istenerek dans ederken ne düzeyde utanabileceklerini puanlamaları istenmiştir. Araştırma sonucunda katılımcıların orta düzeyde utangaçlık hissettikleri bulunmuştur. Cinsiyet açısından farklılıklar değerlendirildiğinde ise kadınların erkeklerden daha fazla utandıkları görülmüştür. Olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek olan erkeklerin utangaçlık düzeylerinin de yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Kadınlarda ise korkunun yüksek olması utangaçlık oranını etkilemediği görülmüştür. Bu araştırmalarda da görüldüğü gibi evlilik yaşam doyumu, evlilik uyumu, cinsel yaşantılar, utangaçlık gibi evlilik ilişkisi ile ilgili birçok değişkenlerin cinsiyet tarafından yordanmaktadır. Diğer bir ifade ile evlilik ve cinsel yaşamda da kadın ve erkekler arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkabilmektedir. Hatta bireyin sahip olduğu cinsiyet özelliği evlilik ilişkisinin büyük bir bölümünü etkileyen sorunlar ya da mutluluk alanlarıyla ilişkili olabilmektedir.

Araştırmada cinsel özgüven ile ilişkisi incelenen diğer demografik değişkenler açısından elde edilen bulgular değerlendirildiğinde evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin evlenme biçimine, evlilik süresine, çocuk sayısına, ek işte çalışıp çalışmadıklarına, eğitim düzeyine, meslek ve bir işte çalışıp çalışmama göre önemli bir biçimde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri evlenme biçimine göre anlaşarak evlenen evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri görücü usulü ile evlenen bireylere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca evlenme biçimi ile cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı incelenmiş ve bu değişkenler arasındaki etkileşimin cinsel özgüveni etkilemediği bulunmuştur.

Alanyazındaki araştırmalar incelendiğinde evli bireylerin evlenme biçimleri ile cinsel özgüven düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların olmadığı görülmektedir. Ancak evli bireylerin evlilik ilişkilerinin önemli bir yönünü



ilgilendiren cinsel yaşamları ile ilgili bir değişken olan cinsel özgüven değişkenini etkileyen önemli faktörlerden biri evlenme biçimi olabilir. Diğer taraftan alanyazında evlenme biçimi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin incelendiği sınırlı sayıda araştırmanın (Çelik, 2009; Demiray, 2006; Gürsoy, 2004; Işıloğlu, 2006) olduğu görülmektedir. Işıloğlu (2006) evlilik uyumunun evlenme biçimine göre farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuç bu çalışmada elde edilen sonuç ile tutarlılık gösterir niteliktedir. Çünkü evlenme biçiminin evli bireylerin cinsel özgüvenlerini de etkileyen bir faktör olduğu görülmüştür. Ancak bazı araştırma bulguları (Demiray, 2006; Gürsoy, 2004) bu çalışmadan elde edilen sonuçla tutarlılık göstermemektedir. Çünkü bu çalışmalarda evlenme biçiminin evlilik uyumunu yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmaya katılan evli bireylerin evlilik süresine göre evlilik süresi “0-3 yıl” olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri ile evlilik süresi “8+ ile 10 yıl arası”, “11+ ile 16 yıl arası” ve 17 yıldan daha fazla olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaştığı bulunmuştur. Diğer olası ikili karşılaştırmalarda ise önemli bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Bu bulgulardan genel olarak evliliğin ilk yıllarında cinsel özgüven düzeyinin yüksek olduğu fakat evliliğin ilerleyen yıllarında cinsel özgüvenin düştüğü sonucuna ulaşılabılır. Evlilik süresi ve çocuk sayısı ile cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı incelenmiş ve bu değişkenler arasındaki etkileşimin cinsel özgüveni etkilemediği bulunmuştur.

Alanyazında yapılan çalışmalarda evliliğin ilk yıllarında evlilik doyumunun düşük olduğuna ancak, evlilik süresi ilerleyip çocuklar evden ayrıldıktan sonra daha yükseldiğine ilişkin bulgular elde edilmiştir (Anderson, Russel ve Schumm, 1983). Benzer şekilde, Spainer, Lewis ve Cole (1975) yaptıkları çalışmada evliliğin ilk yıllarında evlilik doyumunun daha düşük olduğunu, ilerleyen yıllarda ise yükseldiğini saptamışlardır (Akt. Çelik, 2009). Yapılan bazı çalışmada da (Houseknecht ve Macke, 1981; Filsinger ve Wilson, 1984; Gaesser ve Whitboure, 1985) kadınlarda evlilik doyumunun evlilik süresi arttıkça düştüğü, erkeklerde ise yükseldiği saptanmıştır. Benzer şekilde evlilik uyumu ile evlilik süresi arasındaki ilişkilerin araştırıldığı çalışmalarda da (Çelik, 2009; Demiray, 2006; Kudiaki, 2002; Fidanoğlu, 2007) evlilik süresi arttıkça uyumun düştüğü görülmektedir; ancak bazı

araştırma bulguları (Gürsoy, 2004; Kastro, 1998) bunu desteklememektedir. Bu araştırmalarda evlilik süresine göre evlilik uyumunun değişmediği bulgusu elde edilmiştir. Evlilik uyumuyla ilgili çalışmalarda uyumun on yıldan sonra azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmalar aile yaşam döngüsü evreleri dikkate alınarak yapılmıştır. Bu araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde evlilik uyumunun seviyesinin; çocuğun evden ayrılması (Paris ve Luckey, 1966), boş yuva (Gurin ve diğerleri, 1960) ve emeklilik (Blood ve Wolfe, 1960) evreleriyle bağlantılı olarak düştüğü görülmektedir (Akt. Demiray, 2006).

Evlilik doyumu ve evlilik kalitesinin evlilik süresine göre farklılaştığını gösteren araştırma bulgularının da (Kurdek, 1999; Karney ve Bradbury, 1997) olduğu görülmektedir. diğer taraftan evlilik doyumunun evlilik süresine göre farklılaşmadığını gösteren araştırma bulgularının da (Çelik M., 2006; Çelik C., 2006) olduğu görülmektedir. Bazı araştırmalarda ise evlilik süresi arttıkça, kadınların evlilik doyumunun düştüğü erkeklerin evlilik doyumunun ise arttığı sonucu ortaya çıkmıştır (Filsinger ve Wilson, 1984; Gaesser ve Whitboure, 1985; Houseknecht ve Macke, 1981;); ancak Alanyazında bu bulgularla çelişkili araştırma bulguları da (Gottman ve Krokoff, 1989) bulunmaktadır. Gottman ve Krokoff (1989) evliliğin ilk yıllarında eşler arasındaki olumsuz etkileşimin evlilik ilişkisine zarar verdiğini belirtmektedir; ancak evliliğin ilerleyen yıllarında bu çatışmaların ilişkiden daha fazla doyum almaya yönelik bir zemin hazırladığını belirtmektedir.

Araştırmaya katılan evli bireylerin çocuk sayısına göre cinsel özgüven düzeylerinin nasıl farklılaştığı değerlendirildiğinde çocuk sahibi olmayan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri ile iki ve daha fazla çocuk sahibi olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri arasındaki farkın önemli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer olası ikili karşılaştırmalarda ise önemli bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Bu bulgulardan, çocuk sahibi olmayan evli bireylerin çocuk sahibi olan evli bireylere göre cinsel özgüven düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılabilir. Çocuk sayısı ile cinsiyetin evli bireylerin cinsel özgüven düzeyi üzerinde ortak etkisinin olup olmadığı da incelenmiş ve bu değişkenler arasındaki etkileşimin cinsel özgüveni etkilemediği bulunmuştur.

Alanyazında evli bireylerin sahip oldukları çocuk sayısı ile cinsel özgüven düzeyleri arasındaki ilişkilerin araştırıldığı araştırmaların olmadığı görülmektedir; ancak evli

bireylerin çocuk sayısı ile evlilik doyumu ve evlilik uyumu arasındaki ilişkilerin araştırıldığı araştırmaların olduğu görülmektedir. Bu araştırmalar incelendiğinde çocuk sayısının evlilik uyumuyla ilişkisini inceleyen araştırma bulguları farklılık göstermektedir. Bazı araştırmalarda çocuk sayısının evlilik uyumunu değiştirmedini hatta uyumu arttırdığı (Demiray, 2006; Hoffman ve Levant, 1985; Tutarel-Kışlak ve çabukça, 2002), bazı araştırmalarda ise düşürdüğü (Bradbury ve Karney, 2004; elik, 2009; Fidanoğlu, 2007; Juang ve Tucker, 1991; Tuncay, 2006; White ve diğerleri, 1986) bulunmuştur. Ayrıca evlilik doyumu ile ilgili yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlarda da (Kurdek, 1999; Twenge ve diğerleri, 2003) çocuk sayısının artmasının evlilik doyumunu düşürdüğü gözlenmektedir. Bu araştırmacılar ailenin çocuk sahibi olması ile eşlerin özellikle de kadınların evliliklerinde problem yaşadıklarını belirtmişlerdir. Çocuğun varlığından kaynaklanan aile içi sorunlar eşlerin cinsel yaşamlarını da etkileyebilir. Dolayısıyla evli bireylerin çocuk sahibi olmaları ya da çocuk sayısının fazla olması evlilik doyumunu ve evlilik uyumunu etkilediği gibi cinsel özgüveni de etkileyebileceği söylenbilir.

Evli bireylerin çocuklarının olması ve sayısının fazla olması eşlerin birbirlerine ayırabilecekleri zamanı azaltabilir ya da birlikteliklerini sınırlıyor olabilir. Hatta eşlerin cinsel paylaşımlarını aşırı derecede azaltabilir. Çünkü evli bireylerin çocuklarının dünyaya gelmesi aile içi sorumlulukların artmasına ve dikkatlerin eş üzerine yoğunlaşması yerine çocuk üzerine yoğunlaşmasına sebep olabilir. ocukla ilgili yaşanan sorunlar da eşler arasında cindi sorunların kaynağı olabilecek gerginliklere ve çatışmalara sebep olabilir. Ayrıca bir bayanın hamilelik sürecinde aşırı kilo alması çocuk sahibi olmadan önceki çekiciliğini kaybetmesine ve beden imajının olumsuz etkilenmesine sebep olabilir. Bu durum hem kadının cinsel açıdan kendini çekici ve güzel algılamasını engelleyerek cinsel özgüveninin düşmesine neden olabilir hem de erkeğin eşini cinsel açıdan çekici algılamasını engelleyebilir. Bu nedenle evlilik ilişkisinde cinsel birliktelikler azalacağı için çocuk sahibi olan bireylerin özgüvenleri zamanla azalabilir. Bu çerçevede çocuk sayısı evli bireylerin cinsel zgven düzeylerinin düşmesinde önemli bir faktör olabileceği düşünülebilir.

Ek iş yapan evli bireylerin cinsel zgven düzeyleri ile ek iş yapmayan evli bireylerin cinsel zgven düzeyleri arasında önemli bir biçimde farklılaştığı ve ek

işte çalışan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Araştırmanın çalışma grubundaki öğretmenlik mesleğine sahip olan bireylerin diğer mesleklere sahip olan bireylerden daha yüksek düzeyde cinsel özgüvene sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca araştırmada çalışan ve çalışmayan bireylerin cinsel özgüven düzeyleri karşılaştırıldığında çalışan bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Cinsel özgüven ile evli bireylerin ek iş sahibi olmaları arasındaki ilişkilerin araştırıldığı araştırmaların olmadığı görülmektedir. Ancak mesleki statünün evlilik ilişkisi üzerindeki etkisinin araştırıldığı araştırmaların olduğu görülmektedir. bu araştırma sonuçlarında mesleki statünün evlilik doyumuyla ilişkili olduğu görülmektedir. Meslek statüsü yüksek bireyler, orta ya da düşük bireylerden daha iyi yaşam standardı sergilemektedirler. Mesleki statüleri yüksek bireyler ile eşlerinin, mesleki statüleri düşük bireyler ve eşlerinin daha fazla evlilik doyumuna sahip olabilecekleri belirtilmektedir (Cooper, Chassin ve Zeiss, 1985). Bunu destekler nitelikte çalışan kadınların kocalarının, çalışmayan kadınların kocalarına oranla daha az evlilik doyumuna sahip oldukları belirtilmektedir (Lye ve Biblarz, 1993).

Erkeklerin mesleki doyumunu ile eşlerinin evlilik doyumunu arasında doğrusal bir ilişki olabileceği düşünülmektedir (Barling, 1984). Dolayısıyla erkeğin mesleki doyumunu azaldıkça, eşinin de evlilik doyumunun azalabileceği söylenebilir. Çünkü bireylerin mesleki yaşamlarında yaşamış oldukları sorunların ya da güçlüklerin evlilik ilişkilerine olumsuz yansımaları olabilir. Mesleğinin dışında ek iş yapan bireyler asıl mesleklerinden memnun olmasalar ya da yeterli bir maddi kazanç elde edemeseler bile ek iş yaparak bu maddi eksikliği giderebilirler. Bu çerçevede sosyo-ekonomik durum ek iş aracılığı ile iyileştirileceği için evli bireylerin evlilik ilişkilerindeki maddi kaynaklı sorunlarının çoğu çözülmüş olur. Dolayısıyla kendini ekonomik açıdan güçlü olarak algılayan birey kendini diğer bireylere oranla daha güçlü ve güvenli algılayabilir. Bu nedenle evlilik ilişkisinde kendini cinsel özgüveni yüksek bir birey olarak algılayabilir.

Alanyazın incelendiğinde ailenin ekonomik düzeyinin eşlerin evlilik uyumunu büyük ölçüde etkilediği (Bielby ve Bielby, 1989; Demiray, 2006; Gürsoy, 2004; Işıloğlu, 2006) görülmektedir. Yapılan araştırmalarda (Demiray, 2006; Gürsoy, 2004; Işıloğlu, 2006) ailenin sosyo ekonomik düzeyinin ve eşin çalışma durumunun evlilik

uyumunu yordadığı ve çalışan kadınların evlilik uyum düzeylerinin çalışmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca aile kimliği ve çalışma durumu arasındaki ilişkiyi araştıran araştırma sonucu da (Bielby ve Bielby, 1989) bu araştırma sonuçlarını desteklememektedir.

Laawyer ve Risch (2001) evliliğin ilk beş yılında, özellikle de birinci yılında boşanmaların arttığı bulgusunu elde ettiği araştırmasında, boşanmanın sebeplerinden birinin erkeğin işi olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca erkeğin ekonomik statüsü, işteki konumu, işi ile aile yaşantısını dengelemedeki sıkıntılar evlilik uyumunu etkilediği belirtilmektedir (Akt. Gürsoy, 2004). Özellikle Türk toplumundaki ekonomik sıkıntılar, evi geçindiren aile reisi konumundaki erkek için sıkıntı kaynağı olarak düşünülebilir. Çünkü işsizlik ve ekonomik sıkıntının aile içindeki stresi arttırdığı ve bundan dolayı da uyumun bozulduğu düşünülebilir. Bu durum bireylerin cinsel yaşamlarını da etkileyerek cinsel özgüvenlerinin düşmesine neden olabilir. Diğer taraftan bazı araştırmalarda (Brinkerhoff ve White, 1978; Locksley, 1980; Sears ve Galambos, 1992) ise eşlerin sahip oldukları gelir düzeyinin, eşin çalışıp çalışmamasının evlilik ilişkisini çok az etkilediği ve evlilik ilişkisinden algılanan doyumu ve uyumu etkilemediği ifade edilmektedir.

Sears ve Galambos (1992) eşi çalışan erkeklerin evlilik uyumu algısını eşlerinin çalışıp çalışmamasının etkilemediğini ve kadınların evlilik uyumu algılarında ise işin dışında eşleriyle olan etkileşimlerinin önemli rol oynadığını belirtmektedir. Ayrıca Horchschilld (1989) çalışan kadınların eşlerinden yeterli düzeyde destek alamadıkları için diğer sosyal rollere ek olarak ebeveyn olmanın strese ve çatışmaya yol açabileceğini belirtmektedir (Akt. Demiray, 2006). Ayrıca Scanzoni (1990) evlilik ilişkisinde erkeğin sahip olduğu mesleğinin ve ekonomik gücün evlilik rollerini ve evlilik doyumunu etkilediğini ifade etmektedir. Geleneksel ailelerde erkeğin daha çok evin dışındaki işlerle ilgili sorumlulukları, kadınların ise evin işleri ve çocuk bakımı ile ilgili sorumlulukları üstlenmektedir. Bu ailelerde eşler arasındaki sorumlulukların paylaşımı evlilik ilişkisinin doğal gelişim sürecinde gerçekleştiği için sorunların ve çatışmaların fazla yaşanmadığını belirtmektedir (Akt. Brinkerhoff ve White, 1978).

Evli bireylerin eğitim düzeylerine göre eğitim düzeyi ilköğretim olan bireylerin cinsel özgüven düzeyleri ile eğitim düzeyi üniversite olan bireylerin cinsel özgüven

düzeylerinin önemli bir biçimde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer olası ikili karşılaştırmalarda ise önemli bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Bu sonuç genel olarak değerlendirildiğinde eğitim düzeyi yüksek olan evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir. Evlilik ve aile danışmanlığı alanında yapılan araştırmalarda cinsel özgüvenin eğitim düzeyine göre nasıl farklılaştığını araştıran araştırmaların olmadığı görülmektedir. Diğer taraftan evlilik doyumu ile eğitim düzeyi arasındaki ilişkileri araştıran araştırmaların olduğu gözlenmektedir. Tynes (1990) yaptığı çalışmasında, eğitim düzeyi yüksek kadın ve eşlerinin, eğitim düzeyi düşük erkek ve eşlerinden daha fazla evlilik doyumuna sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

#### **1.4.ÖNERİLER**

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara dayalı olarak bu araştırmada ulaşılan sonuçlara ve gelecekte yapılacak araştırmalara ilişkin çeşitli önerilerde bulunulabilir.

##### **5.2.1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler**

- Evli bireylerin cinsel özgüven, cinsel öz-yeterlik, evlilik yaşam doyumu düzeylerini artırıcı eğitim programları, psikolojik danışmanlık hizmetleri geliştirilebilir.
- Cinsel özgüvenin düşmesine sebep olan cinsel utangaçlığın giderilmesine yönelik grupla psikolojik danışma, bireysel psikolojik danışma ve diğer eğitim çalışmaları geliştirilerek evli ve evlilik hazırlığı içinde olan bireylerin bu hizmetlerden faydalanmaları için gerekli imkanlar sağlanabilir.
- Psikolojik belirtiler ve diğer bazı kişilik özellikleri cinsel özgüveni düşürebildiği için bu psikolojik belirtileri azaltıcı ve cinsel özgüveni düşürücü kişilik özelliklerini değiştirmeye yönelik psikolojik danışma hizmeti verilebilir.
- Araştırma sonucunda çocuk sayısı arttıkça cinsel özgüven düzeyinde azaldığı görülmektedir. Bu nedenle evli bireyler aile planlaması yapabilmeleri ya da

çeşitli kuruluşlar tarafından sağlanan bu hizmetlerden faydalanabilmeleri konusunda bilgilendirilebilir.

- Uzun süreli evliliklerde evlilik ilişkisinde yıpranmalar, evlilik bağlarında zedelenmeler görülebilir. Bunun önlenmesi için bireyler evlilik ilişkisi içindeki paylaşımların cinsel yaşamı nasıl etkileyebileceği konusunda bilgilendirilebilir.
- Yaşa bağlı olarak cinsel yaşantılardaki meydana gelebilecek değişimlerle ilgili bu alanda hizmet veren çeşitli kuruluşlar tarafından eğitici programlar hazırlanabilir.
- Evli erkeklerin eşlerinin cinsel özgüvenlerini nasıl arttırabilecekleri ve kendilerinin hangi davranış ve tutumlarının bunun üzerinde etkili olabileceği konusunda farkındalıklarını geliştirici eğitim programları düzenlenebilir.
- Kadınların cinsel özgüvenlerini arttırmak için, cinsel yaşam, cinsel ilişki ile ilgili konularda çeşitli çalışmalarla bilinçlendirilebilirler.
- Ayrıca anlaşarak evlenen bireylerin görücü usulü ile evlilik yapan bireylerden daha fazla cinsel özgüvene sahip olduğu görülmektedir. Özellikle kırsal kesim, sosyo-ekonomik düzeyi düşük ve eğitim düzeyi düşük ailelerde yaşayan bireylerin görücü usulü ile evlilik yapma ihtimallerinin yüksek olabileceği düşünüldüğünde aileler bu konuda bilinçlendirilerek evlenecek gençlerin anlaşarak evlilik yapmaları konusunda bilgilendirilebilir.
- Ek iş yapan bireylerin de cinsel özgüven düzeylerinin yüksek olması, sosyo-ekonomik düzeyin cinsel özgüven üzerindeki etkisini göstermektedir. Bu çerçevede bireylerin ekonomik durumlarını iyileştirmelerine yönelik yardım çalışmaları yapılabilir ya da ek iş olanakları sağlanabilir.
- Evlenmek üzere olan çiftlere, cinsellik ve evlilik ile ilgili sağlıklı bilgi vermek üzere, konu ile ilgili çeşitli kurum ve kuruluşlarla işbirliği yapılarak evlendirme dairelerinde ve birinci basamak sağlık hizmeti veren sağlık kuruluşlarında evlilik öncesi danışmanlık birimleri kurulabilir.
- Hastanelerde ve diğer sağlık kuruluşlarında cinsel sorunlar yaşayan bireylere yardım edilebilmesi için cinsel terapi ve aile terapisi alanında uzman bireyler görevlendirilebilir.
- Rehberlik ve psikolojik danışmanlık bölümünde öğrenim gören bireyler lisans ya da lisans üstü eğitimleri sürecinde evlilik ve aile danışmanlığı, eş

seçimi, kişilerarası iletişim, cinsellik, özgüven, cinsel özgüven, sağlıklı cinsel yaşam, cinsel sorunlarla baş edebilme gibi konular hakkında bilgi becerilerini arttırabilmelerine yönelik eğitim programları ve ders içerikleri düzenlenebilir.

- Milli eğitimde çalışan Rehber Öğretmenler cinsellik, cinsel özgüven, cinsel gelişim ile ilgili konularda grup rehberliği çalışmaları yaparak velileri ve öğrencileri bu konuda bilinçlendirebilirler.
- Anne Çocuk Eğitim Vakfı gibi kurumlarla iş birliği yapılarak evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerini arttırmaya yönelik çalışmalar planlanabilir.
- Aile ve sosyal politikalar bakanlığı tarafından yürütülen proje ve çalışmalara evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerini arttırmaya ve cinsel utangaçlığı azaltmaya yönelik çalışmalarda dahil edilebilir.
- Evli bireylerin cinsel yaşantılarının iyileştirilmesi ve cinsel özgüvenlerinin arttırılmasına ve cinsel sorunlarının çözümüne yönelik radyo ve TV programları düzenlenebilir.
- Belediyeler tarafından ailelere sunulan aile eğitim seminerleri çalışmalarına cinsel konularla ilgili içerikler eklenebilir.
- Aile sosyal politikalar bakanlığı tarafından evli bireylerin sağlıklı cinsel yaşantılarına devam edebilmeleri ve yaşadıkları cinsel sorunların çözümüne yönelik yardım alabilecekleri bir telefonla danışma hattı açılabilir.
- Bireylerin sağlıklı cinsel kimlik kazanması için örgün ve yaygın eğitim programlarına cinsel eğitim ile ilgili içerikler eklenebilir.
- Özellikle lise ve yüksekokul öğrenimine devam eden gençlere nişanlılık, evliliğe hazırlık, cinsellik, cinsel özgüven, evlilik ve aile yaşamı konularında eğitim programları düzenlenebilir.
- İlköğretim, ortaöğretim ve lisans eğitimi sürecinin her aşamasında öğrencilerin gelişim düzeylerine uygun cinsel eğitimin verilebileceği dersler ders programlarına konulabilir.
- Evlilik için hazırlık yapan bireylerin gereksinimleri doğrultusunda evlilik öncesinde cinsel utangaçlık, cinsel öz-yeterlik, evlilik yaşam doyumu ve cinsel özgüven gibi konuların da yer aldığı cinsel eğitim programları planlanmalı ve tüm ülke geneline yaygınlaştırılarak etkin bir şekilde yürütülmelidir.



- Evliliğe hazırlanan çiftler evlilik sürecinde karşılaşılan cinsel sorunlar ve çözüm yöntemleri ile ilgili eğitilebilir.
- Okul çağlarından başlayarak bireylere kendini tanıma, karşı cinsle sağlıklı ilişkiler kurma, cinsel ahlak gelişimi, öfke kontrolü, problem çözme, sağlıklı iletişim kurma, anne babalık eğitimi gibi konularda Milli Eğitim Bakanlığı kurumlarında ve diğer kurumlarda daha işlevsel eğitimler verilebilir.
- Toplumun kültürel özellikleri göz önüne alınarak, evlilik öncesi çiftlere verilecek cinsel danışmanlık ile bireylerin yanlış bilgi ve inanışlarını değiştirerek daha sorunsuz ve doyumlu cinsel yaşam ve mutlu bir evlilik sağlanabilir.
- Cinsel danışmanlık ve cinsel eğitim ile ilgili planlanacak olan çalışmaların farklı etnik ve sosyo-ekonomik yapı, farklı yerleşim yeri (kırsal, kentsel) özelliği gösteren gruplar üzerinde de yürütülmesi yararlı olacaktır.

### **5.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler**

- Evliliğe yönelik araştırmalarda evlilikte cinsel yaşam, cinsel fantezi, iyi ve kötü evliliklerin nasıl olduğu, boşanma, evlilik sorunları, yüklemeler, cinsiyet, cinsiyet rolü, bağlanma stilleri, mizaç ve karakter özellikleri, psikiyatrik rahatsızlıklar, bilişsel çarpıtmalar, mutluluk, çatışma, problem çözme becerileri, mükemmeliyetçilik, uyum ve doyum gibi kavramların ele alındığı görülmektedir. Cinsellik ile ilgili evlilik ve aile danışmanlığı alanında yapılan çalışmalarda ise çoğunlukla cinsel doyum, cinsel işlev bozukluğu, gebelik, cinsel danışmanlık, evlilik doyumu, kontrol odağı, kendilik değeri, evlilik uyumu, cinsel yaşam gibi değişkenler üzerine odaklanıldığı görülmektedir. Bu nedenle araştırmada ele alınan cinsel özgüven ile ilgili araştırmalar yapılarak bu araştırma desteklenebilir.
- İnsanların cinsel yönünün ve özelliklerinin araştırılarak bu araştırmada elde edilen bulguların desteklenmesi hem evlilik ve aile danışmanlığına hem de bu konudaki diğer yardım hizmetlerine büyük katkılar sağlayabilir.
- Araştırmada, evli bireylerin evlilik yaşam doyumu, cinsel utangaçlığı, cinsel öz-yeterliği ve demografik özellikleri açısından cinsel özgüven düzeyleri kesitsel olarak incelenmiştir. Ancak bu ilişkilerin zaman içerisindeki

değişiminin daha iyi anlaşılması için evli bireyler üzerinde yapılacak boylamsal çalışmalar oldukça önemli katkılar sağlayabilir.

- Bu araştırmanın çalışma grubu sadece büyükşehirde yaşayan evli bireylerden oluştuğu için bulguların genellenebilirliği açısından sınırlama getirmektedir. Bu nedenle farklı şehirlerde yaşayan, farklı mesleklere sahip olan ve farklı niteliklere sahip evli bireyler üzerinde bu çalışmaların yapılması, elde edilen bulguların genellenebilirliğini arttıracaktır.
- Betimsel bir çalışma olan bu araştırma, evli bireylerden oluşan daha geniş bir örneklem grubu seçilerek tekrar edilebilir.
- Cinsel özgüven, bireylerin sahip olduğu değişik sosyo-ekonomik düzeylere göre farklılaşabilir. Bu nedenle farklı sosyo-ekonomik koşullara sahip evli bireylerin cinsel özgüvenlerini etkileyen faktörler araştırılabilir.
- Yine evlilik sürecinin başı olan eş seçimi ve eş seçiminde dikkat edilmesi gereken konularla ilgili olarak yapılacak yeni çalışmaların, evlilik ve aile danışmanlığı alanına katkı sağlayabilir.
- Ayrıca bireylerin sahip oldukları mesleklerin özellikleri onların kişilik özelliklerini etkileyebilir. Bu nedenle mesleki farklılıkların dikkate alınarak evli bireylerin cinsel özgüven düzeylerinin araştırıldığı ve çeşitli meslekler arasında karşılaştırmaların yapılabileceği araştırmalar planlanıp uygulanabilir.
- Bireylerin evlilik ilişkilerini olumlu yönde geliştirilebilmelerine, evlilik ilişkisi içinde yaşadıkları problemleri etkili bir şekilde çözebilmelerine yardımcı olabilmek için özgüven geliştirme, cinsel paylaşım becerileri arttırmaya yönelik eğitsel çalışmalar, iletişim becerileri, problem çözme yöntemleri, empati kurma becerisi gibi konularda evlilik ilişkisini ve cinsel özgüveni geliştirmeye yönelik programlar geliştirilip evli bireylere ya da diğer bireylere uygulanarak cinsel özgüven düzeyinin deneysel çalışmalar ile araştırılması alana büyük katkılar sağlayabilir.
- Ayrıca bu çalışmada cinsel özgüven ile ilgili verileri toplamak için “Cinsel Özgüven Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek, eşlerin ilişkilerini ve cinsel yaşantılarını, cinsel paylaşımlarını genel olarak değerlendirmelerini içeren maddeleri içerdiğinden dolayı, sınırlı düzeyde veri toplanmasına olanak sağlamaktadır. Bu nedenle evlilik ilişkisini ve cinsel özgüveni inceleyen çok

boyutlu ölçeklerin kullanılmasının, bireylerin evlilik yaşantılarını ve cinsel özgüvenlerini etkileyen değişkenlerin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

- Araştırmanın değişkenleri incelendiğinde, gelecekte yapılacak araştırmalarda çiftlerin araştırma kapsamına birlikte katılmaları daha kapsamlı sonuçlar çıkarılabilmesi açısından önemli görülmektedir. Bu şekilde araştırmanın ilgili değişkenlerinde çiftlerin algıları arasındaki tutarlık incelenebilecektir.
- Bu araştırma betimsel çerçevede hazırlanmış bir çalışmadır. Yapılacak araştırmalar benzer değişkenler üzerinden deneysel araştırmalarla sınanabilir. Bu şekilde uygulayıcılara yönelik yeni veriler elde edilebilir.

## KAYNAKÇA

- Abalı, S. (2006). *Boşanmak için başvuran kadınların evlilikteki cinsel yaşamlarını boşanma nedeni olarak görme durumları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Abramson, P. R. ve Pinkerton, S. D. (1995). *With pleasure: Thoughts on the nature of human sexuality*. New York: Oxford University Press.
- Adams, A. ve Bond, S. (2000). Hospital Nurses' Job Satisfaction, Individual and Organizational Characteristics. *Journal of Advanced Nursing*, 32, 536-543.
- Acar, H. (1998). *Ankara'da Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü'ne Bağlı Sosyal Hizmet Kuruluşlarında Çalışan Üniversite Mezunu Evli Personelin Evlilik Doyumları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Akfiyat, F. (1995). *Çalışan ve Çalışmayan Kadınlarla Eşlerinin Nedensellik ve Sorumluluk Yüklemeleri ve Evlilik Doyumları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Akın, S. (2007) *Meme Kanserli Hastaların Yaşam Kaliteleri ve Öz- Yeterliliklerinin Değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü: İstanbul.
- Akıncı, M. B. (2008). *Güvenli İş Davranışı; Sosyal Destek, Öz-yeterlik ve Bazı Sosyo-psikolojik Değişkenler Tarafından Kestirilebilir mi?* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Akkoyun, F. (2001). *Gestalt Terapi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Akgül, N. (2008). *Sivas İl Merkezi Birinci Basamak Sağlık Kurumlarında Çalışan Sağlık Personelinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Öz-etkililik-yeterlilik Düzeylerinin Belirlenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Aktürk, E. G. (2010). *Görücü Usulü ve Aşk Evliliklerinde Bağlanma Figürü Aktarımı, Bakım Verme Stilleri ve Evlilik Doyumu*. Yayınlanmamış yüksek

lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Altman, I.ve Taylor, D. A. (1973). *Social Panetration: The Development of Interpersonal Relationships*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Altıok, S. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Utangaçlık ve Başa Çıkma Stratejileri İlişkilerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Anderson, S. A., Russel, C. S. ve Schumm, W. R. (1983). Perceived Marital Quality and Family Life-cycle Categories: A Further Analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 127-139.

Andrew, S.ve Vialle, W. (1998). Nursing Students Self-efficacy, Self Regulated Learning and Academic Performance in Science, *Nursing Times*, 76, 427-435.

Arat, N. (1995). *Türkiye’de Kadın Olgusu*. İstanbul: Say Yayınları.

Arch, E. C. (1992). Affective Control Efficacy as A Factor in Willingness to Participate in A Public Performance Situation. *Psychological Reports*, 71, 1247-1250.

Arkan, K. (2011). *Sınıf Öğretmenlerinin Problem Çözme Becerisini Kazandırmaya Yönelik Öz-yeterlikleri ile İlköğretim Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Armeli, S., Gunthert, K.ve Lawrence, C. (2001). Stress or Appraisals, Coping and Post-Event Outcomes: Thedimens J Soc Clin Psycholionality and Antecedents of Stress-Related Growth. *Journal of Social and Clinical Psychol*, 20, 366-395.

Ataşalar, J. (1996). *Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilim Düzeylerine Cinsiyet ve Yaşlarına Göre Kendini Açma Davranışları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Aydın, B.(2010). *Motivasyonu Etkileyen Faktörlerin Yapısal Eşitlik Modeli ile Belirlenmesi: Bir Tekstil İşletmesi Örneği*.Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Aydoğan, D. (2008). *Akademik Erteleme Davranışının Benlik Saygısı, Durumluluk Kaygı ve Öz-yeterlik ile Açıklanabilirliği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ayyıldız, H., Cengiz, E. ve Ustasüleyman, T. (2006). Üretim ve Pazarlama Bölüm Çalışanları Arası Davranışsal Değişkenlerin Firma Performansı Üzerine Etkisine İlişkin Yapısal Bir Model Önerisi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17, 17.
- Bach, A. K., Brown, T. A. ve Barlow, D. H. (1999). The Effects of False Negative Feedback on Efficacy Expectancies and Sexual Arousal in Sexually Functional Males. *Behavior Therapy*, 30,79-95.
- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10,125-43.
- Bailes, S., Creti, L., Fichten, C. S., Libman, E., Brender, W. ve Amsel, R. (1998). Sexual Self-efficacy Scale for Female Functioning. In CM. Davis, W.L. Yarber, R. Bauserman, G. Shreer ve S. L. Davis (Eds.), *Handbook of Sexuality-Related Measures*.s.531-534. London: Sage.
- Bal, H. (2007). *Bağlanma Stilleri, Cinsiyet Roller ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward A Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84 (2), 191-215.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy, In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior*. (4), 71-81. Newyork: Academic Press.

- Bandura, A., Pastorelli, C., Barbanelli, C. ve Caprara, G. V. (1999). Self-efficacy Pathways to Childhood Depression. *Journal Personality Social Psychology*, 76(2), 258-269.
- Barling, J. (1984). Effects of Husbands' Work Experiences on Wives' Marital Satisfaction. *The Journal of Social Psychology*, 124, 219-225.
- Basen-Engquist, K. (1992). Psychosocial Predictors of "Safer-sex" Behaviors in Young Adults. *AIDS Education and Prevention*, 53, 120-134.
- Başat, Ç. (2004). *Cinsel doyumu, Evlilik Doyumu, Kontrol Odağı ve Kendilik Değeri Üzerinden Yordanması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Beck, J. G. ve Barlow, D. H. (1984). Current Conceptualizations of Sexual Dysfunction: A Review and An Alternative Perspective. *Clinical Psychology Review*, 4, 363-378.
- Beck, M. C., Rawlins, R. P., Williams, S. R. ve Louis, C. V. (1984). *Mental Health Psychiatric Nursing: A Holistic Life- Cycle Approach*. Toronto: Mosby.
- Bennett, M. ve Dewberry, C. (1989). Embarrassment at Others' Failures: A Test of The Semin and Manstead Model. *The Journal of Social Psychology*, 129, 557-559.
- Binici-Azizoğlu, S. (2000). *Psikolojik Yardım İçin Başvuruda Bulunan ve Bulunmayan Evli Çiftlerin Evlilik İlişkilerini Değerlendirmelerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Ankara.
- Bielby, W. T. ve Bielby, D. D. (1989). Family Ties: Balancing Commitments to Work and Family in Dual Earner Households. *American Sociological Review*, 54(5), 776-789.
- Bishop, S. R. (2004). Mindfulness: A Proposed Operational Definition. *Clinical Psychology Science Practice*[Abstract]. 11, 230.

- Bir-Aktürk, E. (2006). *Yeniden Evlenen Türk Ailelerde Evlilik Doyumu: Medeni Duruma Göre Karşılaştırma, Üvey Çocukların Etkisi ve Yordayan Faktörler*.Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bozkurt, A. (1996). *Erkek Cinsel İşlev Bozukluklarında Psikopatolojinin Araştırılması*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi. Gülhane Askeri Tıp Akademisi Askeri Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Başkanlığı, Ankara.
- Bowleg, L., Belgrave, F. Z. ve Reisen, C. A. (2000). Gender Roles, Power Strategies, and Precautionary Sexual Self-efficacy: Implications for Black and Latina Women's HIV/AIDS Protective Behaviors. *Sex Roles*, 42 (7/8), 613- 635.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. ve Beach, S. R. H. (2000). Research on The Nature and Determinants of Marital Satisfaction: A Decade in Review. *Journal of Marriage and the Family*, 62 (4), 964–980.
- Bradbury, T. N. ve Karney, B. R. (2004). Understanding and Altering The Longitudinal Course of Marriage. *Journal of Marriage and The Family*,66, 862-879.
- Brafford, L. ve Beck, K. (1991). Development and Validation of A Condom Self-efficacy Scale for College Students. *Journal of American College Health*. 39 (5), 219-225.
- Branden, N. (1969). *The Psychology of Self-Esteem: A Revolutionary Approach to Self Understanding*, California:Bantam Books.
- Brown, K. W., Ryan, R. M. ve Creswell, J. D. (2007). Mindfulness: Theoretical Foundations and Evidence for Its Salutary Effects. *Psychological Inquiry*, 18, 211-37.
- Busby, D. M., Christensen, C., Crane, D. R. ve Larson, J. H. (1995). A Revision of The Dyadic Adjustment Scale for Use with Distressed and Nondistressed Couples: Construct Hierarchy and Multidimensional Scales. *Journal of Marital and Family Therapy*, 21(3), 289–308.



- Buss, A. H. (1986). *Social Behavior and Personality*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (Çev. İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınevi.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: PegemA Akademi Yayınevi.
- Byers, E. S. (2001). Evidence for the Importance of Relationship Satisfaction for Women's Sexual Functioning. In E. Kaschak ve L. Tiefer's (Eds.), *A New View of Women's Sexual Problems*, s. 23–26. Binghamton, N.Y: The Haworth Press.
- Byers, E. S. (2005). Relationship Satisfaction and Sexual Satisfaction: A Longitudinal Study of Individuals in Long-term Relationships. *The Journal of Sex Research*, 42, 113–118.
- Byers, E. S. ve Demmons, S. (1999). Sexual Satisfaction and Sexual Self-disclosure Within Dating Relationships. *The Journal of Sex Research*, 36, 180–189.
- Byers, E. S. ve Wang, A. (2004). Understanding Sexuality in Close Relationships from The Social Exchange Perspective. In J. H. Harvey, A. Wenzel ve S. Sprecher (Ed.), *The Handbook of Sexuality in Close Relationships* (s. 203–234). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Chadwick-Jones, J. K. (1976). *Social Exchange Theory: It's Structure and Influence in Social Psychology*. London: Academic Press.
- Chapin, L. R., Chapin, T. J. ve Sattler, L.G. (2001). The Relationship of Conflict Resolution Styles and Certain Marital Satisfaction Factors to Marital Distress. *Family Journal*, 9 (3), 259-265.
- Cheek, J. M. ve Melchior, A. L. (1990). *Shyness, Self-esteem and Self-consciousness: Handbook of Social and Evaluation Anxiety*. Newyork: Plenum Publishing Corporation.
- Chiou, Wen-Bin. (2006). Adolescents' Sexual Self-disclosure on The Internet: Deindividuation and Impression Management. *Adolescence*, 41 (163),

- Cihan-Güngör, H. (2007). *Evlilik Doyumunu Açıklamaya Yönelik Bir Model Geliştirme*. Yayınlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: Ankara.
- Cohen, E. S. ve Fromme, K. (2002). Differential Determinants of Young Adult Substance Use and High-risk Sexual Behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 36,1124-1150.
- Collard, D. (2006). Research on Well-being: Some Advice From Jeremy Bentham. *Philosophy of the Social Sciences*, 36 (3), 330–354.
- Collins, N. L. ve Miller, L. C. (1994). Self-disclosure and Linking: A Meta-analytic Review. *Psychological Bulletin*, 116, 457-475.
- Cooper, K., Chassin, L. ve Zeiss, A. (1985). The Relation of Sex Role, Self Concept and Sex Role Attitudes to The Marital Satisfaction and Personal Adjustment of Dual Worker Couples With Preschool Children. *Sex Roles*, 12(1/2), 227-241.
- Cooper, A.ve Griffin-Shelley, E. (2002). The Internet: The Next Sexual Revolution. In A. Cooper (Ed.), *Sex and The Internet: A Guidebook for Clinicians* (s. 1–15). New York: Brunner-Routledge.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-esteem*. San Francisco: Freeman.
- Coulter, A. (2007). *Sexual Sensation Seeking and Self-efficacy's Relationship to Sexual Risk Taking Behavior*. Unpublished master dissertation, Humboldt State University
- Cox, D., Hallam, R. S., O'Connor, K. ve Rachman, S. J. (1983). An Experimental Analysis of Fearfulness and Courage. *British Journal of Psychology*, 74 (1), 107–117.
- Creti, L. ve Libman, E. (1989). Cognitions and Sexual Expression in The Aging. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 15, 83-101.
- Crozier, W. R. (2001). *Understanding Shyness: Psychological Perspectives*. Newyork: Palgrave Press.

- Crow, L. D. (1967). *Psychology of Human Adjustment*. New York: Alfred. A. Knopf.
- Crowther, J. H. (1985). The Relationship Between Depression and Marital Adjustment: A Descriptive Study. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 173, 227-231.
- Cunningham, J. A., Strassberg, D. S. ve Haan, B. (1986). Effects of Intimacy and Sex-role Congruency of Self-disclosure. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 4, 393-401.
- Cupach, W. R. ve Comstock, J. (1990). Satisfaction With Sexual Communication in Marriage: Links to Sexual Satisfaction and Dyadic Adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 179–186.
- Cupach, W. R. ve Metts, S. (1991). Sexuality and Communication in Close Relationships. In K. McKinney ve S. Sprecher's (Ed.), *Sexuality in Close Relationships* (s. 93–110). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Cupach, W. R. ve Metts, S. (1995). The Role of Sexual Attitude Similarity in Romantic Heterosexual Relationships. *Personal Relationships*, 2, 287–300.
- Curun, F. (2006). *Yüklemeler, İletişim Çatışmaları, Cinsiyet ve Cinsiyet Rolü Yönelimi İle Evlilik Doyumu Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Ankara.
- Çelik, E. (4-7 Mayıs 2012a). Sexual Self-confidence: The Study of Scale Development, Reliability and Validity. *IV. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi Bildiri Kitapçığı*. Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Çelik, E. (4-7 Mayıs 2012b). Marital Life Satisfaction Scale: Validity and Reliability study. *IV. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi Bildiri Kitapçığı*. Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Çelik, E. (26-28 Nisan 2012c). Cinsel Öz-yeterlik Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *3. International Conference on New Trends in Education and Their Implications*. Antalya.

- Çelik, E. ve Çakmak, V. (26-28 Nisan 2012). Cinsel Öz-bilinçlilik Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. 3. *International Conference on New Trends in Education and Their Implications*. Antalya.
- Çelik, M. (1997). *Evlilikten Sağlanan Doyum, Çocuk Yetiştirme Konusunda Ebeveynler Arasındaki Uzlaşma ve Çocuğun Uyumunun Ebeveynler Tarafından Algılanması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Çelik, M. (2006). *Evlilik Doyum Ölçeği Geliştirme Çalışması*. Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi: Adana.
- Çelik, C. K. (2006). *Eğitim Yöneticilerinin Mesleki Tükenmişlikleri ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.
- Çetin, B. T. (2010). *Evlilik Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre Yordanması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Çınar, L. (2008). *Evlilik Doyumu: Cinsiyet Roller ve Yardım Arama Tutumu*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik SPSS ve LISREL Uygulamaları*. Ankara: PegemA Akademi Yayınevi.
- Daş, C. (2009). Gestalt Terapi. *Psikoterapi Yöntemleri*. E. Köroğlu ve H. Türkçapar (Ed.). Ankara: HYB Basın Yayın.
- Demiray, Ö. (2006). *Evlilikte Uyumun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.
- Demirbaş, E. (2009). *Lise Öğrencilerinin Utangaçlık ve Benlik Saygılarının Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Derlega, V. J., Wilson, M. ve Chaikin, A. L. (1976). Friendship and Disclosure Reciprocity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 578-582.
- Derlega, V. J., Margulis, S. T. ve Winstead, B. A. (1987). A Social-psychological Analysis of Self-disclosure in Psychotherapy. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 5, 205-215.
- Devieux, J., Malow, R., Stein, J. A., Jennings, T. E., Lucenko, B. A., Averhart, C. ve Kalichman, S. (2002). Impulsivity and HIV Risk Among Adjudicated Alcohol and Other Drug-abusing Adolescent Offenders. *AIDS Education and Prevention*, 14,24-35.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71–75.
- Dilorio, C, Dudley, W. N., Soet, J., Watkins, J. ve Maibach, E. (2000). A Social Cognitive-based Model for Condom Use Among College Students. *Nursing Research*, 49, 208-214.
- Dindia, K. ve Allen, M. (1992). Sex Differences in Self-disclosure: A Meta-analysis[Abstract]. *Psychological Bulletin*, 112, 106-124.
- Dines, G., Jensen, R. ve Russo, A. (1998). *Pornography: The Production and Consumption of Inequality*. New York: Routledge.
- Dizmen, F. (2006). *Farklı Okul Programlarındaki Lise Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Dokur, M. ve Profeta, Y. (2006). *Aile ve Çift Terapisi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Donnelly, D. A. (1993). Sexually Inactive Marriages. *The Journal of Sex Research*, 30(2), 171-179.
- Dönmez, A., Büyükşahin, A., Taluy, N., Başer, I. ve Güler, M. (2009). *Yakın İlişkiler Psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım

- Drigotas, S. M. ve Rusbult, C.E. (1992). Should I Stay or Should I Go? A Dependence Model of Breakups[Abstract]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 62-87.
- Dunn, B. R., Hartigan, J. A. ve Mikulas, W. L. (1999). Concentration and Mindfulness Meditations: Unique Forms of Consciousness? *Applied Psychophysiology Biofeedback*, 24 (3),147-65.
- Dunn, K. M., Croft, P. R. ve Hackett, G. I. (2000). Satisfaction in The Sex Life of A General Population Sample. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 26,141-151.
- Eden, D. (1996). From Self-efficacy to Means Efficacy: Internal and External Sources General and Specific Efficacy. *Presented at the 56th Annual Meeting of the Academy of Management (Organizational Behavior Division)*, Cincinnati, OH.
- Ekşi, A. (1990). *Çocuk Genç ve Anne-Babalar*. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Ekşi, B. (2005). Evliliğe Hazırlık Aşamasındaki Karı-koca Adaylarının Evlilik ve Anne-baba Olma Üzerine Düşünceleri, *Aile ve Toplum Dergisi*, 2 (8), 75-84.
- Ellingson, J. E., Smith, D. B. ve Sackett, P. R. (2001). Investigating the Influence of Social Desirability on Personality Factor Structure. *Journal of Applied Psychology*, 86, 122–133.
- Emery, R. E. ve Coiro, M. J. (1995). Divorce: Consequences for Children. *Pediatrics in Review*, 16, 306-310.
- Epli Koç, H. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerine Göre Stresle Basa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Erdem, E. (2006). *Probleme Dayalı Öğrenmenin Öğrenme Ürünlerine, Problem Çözme Becerisine ve Öz-yeterlik Algı Düzeyine Etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Ankara.

- Ertan, Ö. (2002). *Bağlanma Stillerinin Eş Seçimi ile Kritik ve Kritik Olmayan Evlilik Dönemlerindeki Doyum Üzerindeki Rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Erzen, O. (1981). *Self-esteem in Children and It's Antecedents*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Eunsen, K. ve Henderson, L. (1987). *Shyness & loneliness*. Edinburg: W & R Chambers Ltd.
- Eysenck, H. J. (1971). Hysterical Personality and Sexual Adjustment, Attitudes and Behavior. *Journal Sex Research*, 7, 274-281.
- Farrag, O. (1945). *The Psychanalytic Theory of Neuroses*. New York.
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, Marital Interaction and Relationship Satisfaction: A Diary Study. *Personal Relationships*, 9(1), 39-55.
- Fidanoğlu, O. (2007). *Evlilik Uyumu ile Eşlerin Somatizasyon Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Diğer Sosyodemografik Değişkenler Açısından Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Filsinger, E. E. ve Wilson, M. R. (1984). Religiosity, Socioeconomic Rewards and Family Development: Predictors of Marital Adjustment. *Journal of Marriage and the Family*, 46 (3), 663-670.
- Fitzpatrick, M. A. (1988). "Marital Interaction: What Do We Know?" *Between Husbands and Wives: Communication in Marriage*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Fışiloğlu, H. (1992). Lisansüstü Öğrencilerin Evlilik Uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7, 16-23.
- Fracher, C. J. ve Kimmel, S. M. (1987). Hard Issues and Soft Sports: Counseling Men About Sexuality. Scher, M., Steves, M., Good, G., Eichenfield, G. A.: (ed). *Handbook of Counseling and Psychotherapy with Men*, s. 83-96. London. Sage Pub.

- Fromm, E. (2007). *Sevme Sanatı*. (Çev. Özden Saatçi-Karadana). İzmir: İlyas Yayınevi
- Fugl-Meyer, A. R. ve Sjogren Fugl-Meyer, K. (1999). Sexual Disabilities, Problems, and Satisfaction in 18-74 Year Old Swedes. *Scandinavian Journal of Sexology*, 3,79-105.
- Flood, M. (2007). Exposure to Pornography Among Youth in Australia. *Journal of Sociology*, 43, 45–60.
- Gaesser, L. D. ve Whitboure, K. S. (1985). Work Identity and Marital Adjustment in Blue Colour Men. *Journal of Marriage and the Family*, 47(3), 747-751.
- Gagnon, J. H. ve Simon, W. (1973). *Sexual Conduct*. Chicago: Aldine.
- Gardner, D. G. ve Pierce, J. L. (1998). Self-esteem and Self-efficacy Within The Organizational Context: An Empirical Examination. *Group & Organization Management*, 23 (1),48-70.
- Geçici, F. (2011). *Gaziantep Üniversitesi Öğrencilerinin Cinsellik ve Üreme Sağlığı Hakkındaki Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Geismar, L. L. (1984). Contextual Aspects of Sexual Communication Marriage. *Journal of Comparative Family Studies*, 15, 345–353.
- Gençtürk, A. (2008). *İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Öz-yeterlik Algıları ve İş Doyumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.
- Gottman, J. M. ve Krokoff, L. J. (1989). Marital Interaction and Satisfaction: A Longitudinal View. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 47-52.
- Gökmen, A. (2001). *Evli Eşlerin Birbirlerine Yönelik Kontrolçülük ve Bağımlılık Algılarının Evlilik Doyumu Üzerindeki Rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.



- Göknar, Ö. (2007). *Özgüven Kazanmak*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Göknar, Ö. (2011). *Aşk ve Evlilik*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Gölge, Z. B. (2005). *Cinsel Saldırıda Etkili Faktörler ve Suçlu Profili*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.
- Güçlü, A. (2009). *Eighth Grade Students' Emotion Regulation Strategies During Test Taking: The Role of Gender, Cognitive Appraisal Processes, Academic Self-efficacy, and Test Anxiety*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gülsün, M. (2003). *Evlilik İlişkisinin Cinsel İşlev Bozukluğu Bağlamında İncelenmesi*. Yayınlanmamış tıpta uzmanlık tezi, GATA Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
- Gülsün, M., Aydın, H. ve Gülçat, Z. (2005), A Study on Marital Relationship and Male Sexual Dysfunction. *Türkiye'de Psikiyatri*, 7 (3), 98-102.
- Günay, O. (1995). *Aile ve Sağlık, Aile Sağlığı El Kitabı*. Yusuf Öztürk, Osman Günay (Ed.). s. 1-5. Kayseri.
- Günay, S. (2007). *Evlilik Çatışması, Nedensellik-Sorumluluk Yüklemeleri, Eşlerin Evlilik İlişkisinden Sağladıkları Genel Doyuma İlişkin Görüşleri ve Evliliğe İlişkin Değerlendirmeler Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gürsoy, F. Ç. (2004). *Kaygı ve Demografik Değişkenlerin Evlilik Uyumu ile İlişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Güven, T. (2010). *Eşler Arası Şiddete Yönelik Nedensellik-Sorumluluk Yüklemeleri ve Evlilik Doyumu*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güven, E. D. (2008). *Bir Hazır Giyim İşletmesinde Çıracılık Eğitimi Kapsamında Çalışan Ergenlerin Öz-yeterlik İnançlarının Kimlik, Sosyal Karşılaştırma Eğilimi ve Demografik Değişkenler Bağlamında İncelenmesi*. Yayınlanmamış

yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.

Güven, N. (2005). *İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ve Evlilikte Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumu ile İlişkisi*.Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Hambly, K. (2001). *Özgüven*. (Çev. Barış Bıçakçı). İstanbul: Rota Yayınları.

Hanem A. A. Ahmed, H. A. A. ve Elmasri, Y. M. (2011). Effect of Self Awareness Education on The Self-efficacy and Sociotropy Autonomy Characteristics of Nurses in A Psychiatry Clinic. *Life Science Journal*, 8 (2), 853-863.

Hanh, T. N. (1991). *Farkındalığın Mucizesi*. (Çev. Gülfidan F.). İstanbul: Kuraldışı Yayınevi.

Hannah, S. T., Avolio, B. J.ve Walumbwa, F. O. (2011). Relationships Between Authentic Leadership, Moral Courage, and Ethical and Pro-social Behaviors. *Business Ethics Quarterly*, 21 (4), 555-578.

Harvey, J. H. ve Omarzu, J. (1997). Minding The Close Relationship. *Personality and Social Psychology Review*, 1, 224-240.

Hasdemir, A. (2005). *Sosyal Beceri Eğitiminin Lise Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Hasta, H. (1996). *Ev İşi Paylaşımı ve Ev İşi Paylaşımında Hakkaniyet Algısı ile Evlilik Doyumu İlişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Hatipoğlu, Z. (1993). *Bazı Demografik Değişkenlerin ve Evlilik Çatışmasının Evli Eşlerin Evlilik Doyumundaki Rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Henderson, L. ve Zimbardo, F. G. (1998). *Shyness Encyclopedia of Mental Health*. San Diego: Academic Pres.

- Hendrick, S. S. (1981). Self-disclosure and Marital Satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 1150-1159.
- Hendrick, S. S., Dicke, A. ve Hendrick, C. (1998). The Relationship Assessment Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 137-142.
- Herold, E. S. ve Way, L. (1988). Sexual Self-disclosure Among University Women. *The Journal of Sex Research*, 24, 1-14.
- Higson, R., Strunin, L. Berlin, B. ve Heeren, T. (1990). Beliefs About AIDS, Use of Alcohol and Drugs, and Unprotected Sex Among Massachusetts Adolescents. *American Journal of Public Health*, 80(3), 295-299.
- Hill, E. H., Helms, J. E., Tichenor, V., Spiegel, S. B., O'Grady, K. E. ve Perry, E. S. (1988). Effect of Therapist Response Modes in Brief Psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 35, 222-223.
- Hill, E. H., Mahalik, J. R. ve Thompson, B. J. (1989). Therapist Self-disclosure. *Psychotherapy*, 26, 290-295.
- Hoffman, S. R. ve Levant, R. F. (1985). A Comparison of Childfree and Child-anticipated Marriage Couples. *Family Relations*, 34 (2),197-203.
- Horney, K. (1993). *Ruhsal Çatışmalarımız*.(Çev: Selçuk Budak). İstanbul: Öteki Yayınevi.
- Houseknecht, S. K. ve Macke, A. S. (1981). Combining Marriage and Career: The Marital Adjustment of Professional Women. *Journal of Marriage and the Family*, 43, 651-661.
- Hovardaoğlu, S. (1996). Sosyal Mübadele: Evlilikle İlgili Değerlendirmelere Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(36), 12-24.
- Humphreys, T. P. ve Kennett, D. J. (2010). The Reliability and Validity of Instruments Supporting the Sexual Self-control Model. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 19 (1-2).

- Hünler, O. S. (2002). *Dindarlığın Evlilik Doyumu Üzerindeki Etkileri ve Algılanan Evlilik Sorunları Çözümü Becerilerinin, Dindarlık ve Evlilik Doyumu İlişkisi Üzerindeki Arabulucu Rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- İlgaz, G. (2011). *İlköğretim Öğrencilerinin Fen ve Teknoloji Dersi Öz-düzenlemeli Öğrenme Stratejileri, Öz-yeterlik ve Özerklik Algularının İncelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: Ankara.
- Işık, İ. (2001). *Öz-yeterlilik İnancı: Yönetici Rollerini Açısından Bir İnceleme*. Yayınlanmamış doktora tezi. Marmara Üniversitesi İşletme Anabilim Dalı: İstanbul.
- İşiloğlu, B. (2006). *Anksiyete ve Depresyon Tanısı ile İzlenen Evli Kadınlarda Aile İçi Şiddetin Sosyo-demografik Faktörler, Çift Uyumu ve Hastalıkla İlişkisi*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mahzar Osman Ruh Sağlığı Ve Sinir Hastalıkları Eğitim Ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi, İstanbul.
- Jekins, J. M., Rasbash, J. ve O'Connor, T. G. (2003). The Role of The Shared Family Context in Differential Parenting. *Developmental Psychology*, 39 (1), 99-113.
- Johnson, K. M. (1997). *Human Sexual Motivation*. California State University, Northridge.
- Juang, Shwu-Hueyve Tucker, C. M. (1991). Factors in Marital Adjustment and Their Interrelationships: A Comparison of Taiwanese Couples in America and Caucasian American Couples. *Journal of Multicultural Counseling & Development*, 19 (1), 22-31.
- Jourard, S. M. (1971). *The Transparent Self (2nd ed.)*. New York: Van Nostrand.
- Judge, T. A., Locke, E. A. ve Durham, C. C. (1997). The Dispositional Causes of Job Satisfaction: A Core Evaluations Approach. *Research in Organizational Behavior*, 19, 151-188.

- Judge, T. A., Erez, A. ve Bono, J. A. (1998). The Power of Being Positive: The Relation Between Positive Self-concept and Job Performance. *Human Performance*, 11, 167-187.
- Kalichman, S., Stein, J. A., Malow, R., Averhart, C., Devieux, J., Jennings, T., Prado, G. ve Feaster, D. J. (2002). Predicting Protected Sexual Behaviour Using the Information-Motivation-Behaviour Skills Model Among Adolescent Substance Abusers in Court-ordered Treatment. *Psychology, Health, and Medicine*, 7 (3), 327-338.
- Kansız, M. ve Arkar, H. (2011). Mizaç ve Karakter Özelliklerinin Evlilik Doyumu Üzerine Etkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 12, 24-29.
- Karafa, J. A. ve Cozzarelli, C. (1997). Shyness and Reduced Sexual Arousal in Males: The Transference of Cognitive Interference. *Basic and Applied Social Psychology*, 79 (3), 329-344.
- Karahan, Ş. (2008). *Özel Eğitim Okullarında Çalışan Eğitimcilerin Özyeterlik Algılarının ve Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Karasar, N. (2003). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karney, B. R. ve Bradbury, T.N. (1995). The Longitudinal Course of Marital Quality and Stability: A Review of Theory, Method and Research. *Psychological Bulletin*, 118 (1), 3-34.
- Karney, B. R. ve Bradbury, T. N. (1997). Neuroticism, Marital Interaction, and The Trajectory of Marital Satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72 (5), 1075-1092.
- Kasatura İ. (1998). *Kişilik ve Özgüven*, İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kastro, R. (1998). *Evlilik İçi Uyum ve Depresyon*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

- Kayır, A. (1995). Cinsellik ve Cinsel İşlev Bozuklukları. *Psikiyatri*. Adam, E. Tükel, R. M., Yazıcı, O. (Ed.). s. 228-239. İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi, İstanbul.
- Kayır, A. (1998). *Cinsellik Kavramı ve Cinsel Mitler, Cinsel İşlev Bozuklukları Monograf Serisi (1): Cinsel Sorunlara Genel Yaklaşım*, İstanbul: Roche Müstahzarları Sanayi A.Ş.
- Kayser, K. (1993). *When Love Dies: The Process of Marital Disaffection*. New York: Guilford Press. <http://books.google.com.tr/books?> Adresinden 11 Şubat 2012 tarihinde edinilmiştir.
- Kemer, G. (2006). *The Role of Self-efficacy, Hope, and Anxiety in Predicting University Entrance Examination Scores of Eleventh Grade Students*. Yayınlanmamış doktora tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Ankara.
- Kempe, K. M. (1995). Shyness and Self-esteem in Early Childhood. *Journal of Humanistic Education and Development*, 33, 173-182.
- Kiecolt, W., Glaser, J. K. ve Newton, T. L. (2001). Marriage and Health: His and Hers. *Psychological Bulletin*, 127 (4), 472-503.
- Kimmel, D. ve Weiner, I. (1985). Adolescence A Developmental Transition. *University of South Florida*. ss. 318–321.
- Kinnunen, U. ve Feldt, T. (2004). Economic Stress and Marital Adjustment Among Couples: Analyses at The Dyadic Level. *European Journal of Social Psychology*, 34 (5), 519–532.
- Kirby, J. S. (2005). *A Study of The Marital Satisfaction Levels of Participants in a Marriage Education Course*. Unpublished doctoral dissertation, Department of Educational Leadership and Counseling Department, University of Louisiana: Monroe.
- Kleinke, C. L. ve Kahn, M. L. (1980). Perceptions of Self-disclosures: Effects of Sex and Physical Attractiveness. *Journal of Personality*, 48, 190-205.

- Koçoğlu, F. (2009). *Sağlığı Geliştirici Yaşam Tarzı ve Öz Etkinlik-Yeterlik Durumunun Sosyo-Ekonomik Durum ile İlişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kozanoğlu, T. (2006). *Utangaçlıkla baş edebilme sosyal beceri eğitim Programının ergenlerin utangaçlık düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi Çukurova üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Köroğlu, E. (2004). *Psikonozoloji Tanımlayıcı Klinik Psikiyatri*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Kudiaki, Ç. (2002). *Cinsel Doyum ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kugle, C. L., Clements, C. O., Powell, P. M. ve Philip, M. (1983). Level and Stability of Self-esteem in Relation to Academic Behavior of Second Graders. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44 (1), 201-207.
- Kurdek, L. A. (1999). The Nature and Predictors of The Trajectory of Change in Marital Quality for Husbands and Wives Over The First 10 Years of Marriage. *Developmental Psychology*, 35 (5), 1283-1296.
- Kuyumcu, B. (2005). *Evli Çiftlerin Evlilik Doyumu İle Gestalt Temas Biçimleri, Bağlanma Sitilleri ve Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- La France, B. H. (2010). Predicting Sexual Satisfaction in Interpersonal Relationships. *Southern Communication Journal*, 75 (3), 195-214.
- Larsen, K. S. ve Giles, H. (1976). Survival or Courage as Human Motivation: Development of An Attitude Scale. *Psychological Reports*, 299-302.
- Lauster, P. (2005). *Özgüven Öğrenilebilir*. (Çev. Lütfi Yarbaş). İzmir: İlya yayınevi.

- Lawrance, K. ve Byers, E. S. (1995). Sexual Satisfaction in Long-term Heterosexual Relationships: The Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. *Personal Relationships*, 2, 267–285.
- Lee, T. S., Chena, Y. ve Changa, C. (2011). Gender Differences in The Perceived Self-efficacy of Safer HIV Practices Among Polydrug Abusers in Taiwan. *Comprehensive Psychiatry*, 52, 763-768.
- Leger, D. W. (1992). *Biological Foundations of Behavior: An Integrative Approach*. NY: Harper Collins Publisher Inc.
- Leiblum, S. R. ve Rosen, R. C. (2000). *Principles and Practice of Sex Therapy*. New York: Guilford Press.
- Lent, R. W., Brown, S. D. ve Larkin, K. C. (1986). Self-efficacy in The Prediction of Academic Performance and Perceived Career Options. *Journal of Counselling Psychology*, 33, 265-269.
- Lindh, I., da Silva, A. B., Berg, A. ve Severinsson, E. (2010). Courage and Nursing Practice: A Theoretical Analysis. *Nursing Ethics*, 17 (5), 551–565.
- Li, J. T. ve Caldwell, R. A. (1987). Magnitude and Directional Effects of Marital Sex-role Incongruence on Marital Adjustment. *Journal of Family Issues*, 8 (1), 97-110.
- Locksley, A. (1980). On The Effects of Wives' Employment on Marital Adjustment and Companionship. *Journal of Marriage and The Family*, 42 (2), 337-346.
- Lopez, S. J., O'Byrne, K. K. ve Peterson, S. (2003). Profiling Courage. In S. Lopez ve C. Snyder (Eds.), *Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures* (pp. 185–197). Washington: American Psychological Association.
- Luft, J. (1969). *Of Human Interaction*. Palo Alto, CA: National Press.
- Lye, D. N. ve Biblarz, T. J. (1993). The Effects of Attitudes Toward Family Life and Gender Roles on Marital Satisfaction. *Journal of Family Issues*, 14 (2), 157-188.



- MacNeil, S. ve Byers, E. S. (2005). Dyadic Assessment of Sexual Self-disclosure and Sexual Satisfaction in Heterosexual Dating Couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22, 169–181.
- Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An Operationalization of Existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 279–298.
- Mağden, D. ve Aksoy, A. (1987). Anne-Babaların Çocuklarına Karşı Tutumlarını Etkileyen Etmenler. *Eğitim ve Bilim*, 12 (65), 45.
- Manning, J. C. (2006). The Impact of Internet Pornography on Marriage and The Family: A Review of Research. *Sexual Addiction and Compulsivity*, 13, 131–165.
- Marcus, B. H., Selby, V. C., Niaura, R. S. ve Rossi, J. S. (1992). Self-efficacy and The Stages of Exercise Behavior Change. *Research Quarterly for Exercise & Sport*, 63, 60-66.
- Marcus, D. K., Wilson, J. R. ve Miller, R. S. (1996). Are Perceptions of Emotion in The Eye of The Beholder? A Social Relations Analysis of Judgments of Embarrassment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 1220-1228.
- Markowski, E. M. ve Greenwood, P. D. (1984). Marital Adjustment as A Correlate of Social Interest. *Individual Psychology*, 40 (3), 300-308.
- Marks, I. M. (1987). *Fears, Phobias, and Rituals. Panic, Anxiety, and Their Disorders*. New York: Oxford University Press.
- May, R. (1975/2008). *Yaratma Cesareti*. (Çev. Alper Oysal). İstanbul: Metis Yayıncılık.
- McCarthy, B. (1997). Strategies and Techniques for Revitalizing a Nonsexual Marriage. *Journal of Sex & Therapy*, 23 (3), 231-240.
- McCroskey, J. C. ve Richmond, V. P. (1987). Willingness to Communicate. In J. C. McCroskey ve J. A. Daly (Eds.), *Personality and Interpersonal Communication* (pp. 129–156). Newbury Park, CA: Sage.

- McCroskey, J. C. (1992). Reliability and Validity of The Willingness to Communicate Scale. *Communication Quarterly*, 40, 16–25.
- McKee, A. (2005). The Objectification of Women in Mainstream Pornographic Videos in Australia. *Journal of Sex Research*, 42, 277–290.
- McNair, B. (2002). *Striptease Culture: Sex, Media, and The Democratization of Desire*. London: Routledge.
- Meston, C. M. ve Frohlich, P. F. (2000). The Neurobiology of Sexual Function. *Arch. General Psychiatry*, 57, 1012 – 1030.
- Metts, S. ve Cupach, W. R. (1989). The Role of Communication in Human Sexuality. In K. McKinney ve S. Sprecher (Eds.), *Human Sexuality: The Societal and Interpersonal Context* (pp. 139–161). Norwood, NJ: Ablex Publishing Corporation.
- Metts, S. ve Spitzberg, B. H. (1996). Sexual Communication in Interpersonal Contexts: A Script-based Approach. In B. R. Burleson (Ed.), *Communication Yearbook 19* (pp. 49–91). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Merey, B. (2010). *Yetişkinlerde Özgüven Duygusu ile Anksiyete Düzeyi Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması ve Kültürlerarası Bir Yaklaşım*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Michael Patrick, K. (1994). Embarrassment About Condoms: Contributing Factors. Unpublished doctoral dissertation. The Texas A & M Üniversitesi: Texas.
- Michael, R. T., Gagnon, J. H., Laumann, E. O. ve Kolata, G. (1994). *Sex in America: A Definitive Survey*. Boston, MA: Little, Brown and Company.
- Mick, D. G. (1996). Are Studies of Dark Side Variables Confounded by Socially Desirable Responding? The Case of Materialism. *The Journal of Consumer Research*, 23 (2), 106–119.
- Miller, R. (1992). The Nature and Severity of Self-reported Embarrassing Circumstances. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18 (2), 190-198.

- Miller, S. A. (2001). *Training Psychologist to Address Clients' Sexual Concerns and Problems*. Unpublished doctoral dissertation. The University of New Brunswick: Canada.
- Mitchell, C. M., Kaufman, C. E. ve Beals, J. (2005). Resistive Efficacy and Multiple Sexual Partners Among American Indian Young Adults: A Parallel-process Latent Growth Curve Model. *Applied Developmental Science, 9*,160-171.
- Montesi, J. L., Fauber, R. L., Gordon, E. A. ve Heimberg, R. G. (2010). The Specific Importance of Communicating About Sex to Couples' Sexual and Overall Relationship Satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 28* (5), 591–609
- Morgan, S. E. ve Miller, J. K. (2001). Beyond The Organ Donor Card: The Effect of Knowledge, Attitudes, and Values on Willingness to Communicate About Organ Donation to Family Members. *Health Communication, 14*, 121–134.
- Muris, P. (2009). Fear and Courage in Children: Two Sides of The Same Coin?. *Journal of Child and Family Study, 18*, 486–490.
- Muris, P., Mayer, B. ve Schubert, T. (2010). “You Might Belong in Gryffindor”?: Children's Courage and Its Relationships to Anxiety Symptoms, Big Five Personality Traits, and Sex Roles. *Child Psychiatry Human Development, 41*, 204–213.
- Nevill, D. D. ve Schlecker, D. I. (1988). The Relation of Self-efficacy and Assertiveness to Willingness to Engage in Traditional/non-traditional Career Activities. *Psychology of Women Quarterly, 12*, 91-98.
- Nilgün-Canel, A. (2007). *Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının sınanması*. Yayınlanmamış doktora tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: İstanbul.
- Norton, P. J. ve Weiss, B. J. (2009). The Role of Courage on Behavioral Approach in A Fear-eliciting Situation: A Proof-of-concept Pilot Study. *Journal of Anxiety Disorders, 23*, 212–217.

- O'Connor, K., Hallam, R. S. ve Rachman, S. J. (1985). Fearlessness and Courage: A Replication Experiment. *British Journal of Psychology*, 76 (2),187–197.
- O'Donohue, W. ve Plaud, J. J. (1994). The Conditioning of Human Sexual Arousal. *Archives of Sexual Behavior*, 23 (3), 321-344.
- Öner, N. (1989). *Stres ve Dini İnanç*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yay.
- Özgen, F., Gülçat, Z., Özşahin, A., Aydın, H. ve Işıklı, H. (1993). Erkek Cinsel İşlev Bozukluklarında Sorun Alanları Üzerine Bir Araştırma. *GATA Bülteni*, 35,701-710.
- Özdemir, Z. (2010). *Lise Öğrencilerinin Prososyal Davranışlarının; Mizah, Öfke ve Utangaçlık Düzeylerine Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özgüven, İ. E. (1997). *Cinsellik ve Cinsel Yaşam*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Öz, İ. (2002). *Çocukta Uyum ve Davranış Bozuklukları*. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Page, M. R. (1989). Shyness as ARisk Factor for Adolescent Substance Use. *Journal of School Health*, 59, 432-435.
- Palace, E. M. (1995). Modification of Dysfunctional Patterns of Sexual Response Through Autonomic Arousal and False Physiological Feedback. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63, 604-615.
- Paul, P. (2005). *Pornified: How Pornography is Transforming Our Lives, Our Relationships, and Our Families*. New York: Times Books.
- Pauls, C. A. ve Stemmler, G. (2003). Substance and Bias in Social Desirability Responding. *Personality and Individual Differences*, 35, 263–275.
- Peck, S. R., Shaffer, D. R. ve Williamson, G. M. (2004). Sexual Satisfaction and Relationship Satisfaction in Dating Couples: The Contributions of Relationship Communalıty and Favorability of Sexual Exchanges. *Journal of Psychology and Human Sexuality*, 16, 17–37.

- Perlman, S. D. ve Abramson, P. R. (1982). Sexual Satisfaction Among Married and Cohabiting Individuals. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 458–460.
- Peterson, C. ve Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Classification and Handbook*. Washington: American Psychological Association.
- Petronio, S., Olson, C. ve Dollar, N. (1989). Privacy Issues in Relational Embarrassment: Impact on Relational Quality and Communication Satisfaction. *Communication Research Reports*, 6 (1),21-27.
- Phillips, J. M. (2000). The Role of Decision Influence and Team Performance in Member Self-efficacy, Withdrawal, Satisfaction With the Leader and Willingness to Return. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 84, 122-147.
- Pleck, J., Sonenstein, F. ve Ku, L. (1990). Contraceptive Attitudes and Intention to Use Condoms in Sexually Experienced and Inexperienced Males. *Journal of Family Issues*, 11 (3), 294-312.
- Pleck, J., Sonenstein, F. ve Ku, L. (1990). Adolescent Males' Condom Use: Relationships Between Perceived Cost-benefits and Consistency. *Journal of Marriage and the Family*, 53 (3), 733-745.
- Poroy, A. (2000). *Cinsel Öğreti*. İstanbul: Akpomed Tıbbi Hizmetler Ltd. Şti.
- Prager, K. J. (1986). Intimacy Status: Its Relationship to Locus of Control, Self-Disclosure, and Anxiety in Adults. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12, 91-109.
- Plybon, L. E., Holmer, H., Hunter, A., Sheffield, C., Stephens, C. ve Cavolo, L. (2009). The Impact of Body Image and Afrocentric Appearance on Sexual Refusal Self-efficacy in Early Adolescent African American Girls. *Sex Education*, 9 (4), 437–448.

- Putman, D. (1997). Psychological Courage. *Philosophy, Psychiatry and Psychology*, 1–11.
- Quina, K., Harlow, L. L., Morokoff, P. J. ve Burkolder, G. (2000). Sexual Communication in Relationships: When Words Speak Louder Than Actions. *Sex Roles*, 42, 523–549.
- Raffel, S. (2011). The Interplay of Courage and Reason in Moral Action. *History of the Human Sciences*, 24 (5), 89–102.
- Reissing, E. D., Laliberte, G. M. ve Davis, H. J. (2005). Young Women's Sexual Adjustment: The Role of Sexual Self-schema, Sexual Self-efficacy, Sexual Aversion and Body Attitudes. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 14 (3-4), 77-85.
- Renshaw, K. D., McKnight, P., Caska, C. M. ve Blais, R. K. (2011). The Utility of The Relationship Assessment Scale in Multiple Types of Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28 (4), 435–447.
- Rohrer, J. (2002). ABC of Awareness: Personal Development as The Meaning of Life (Trans.). In R. Curtis (Ed.), *Utd. Media Book Series: Time for Change*. Switzerland: Oberurnen.
- Rosenthal, D., Moore, S. ve Flynn, I. (1991). Adolescent Self-efficacy, Self esteem and Sexual Risk Taking. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 1, 77-88.
- Rosen-Grandon, J. R. (1999). *The Relationship Between Marital Characteristics, Marital Interaction Process and Marital Satisfaction*. Unpublished doctoral dissertation, University of North Carolina.
- Rostosky, S. S., Galliher, R. V., Welsh, D. P. ve Kawaguchi, M. C. (2000). Sexual Behaviors and Relationship Qualities in Late Adolescent Couples. *Journal of Adolescence*, 23, 583-597.

- Rowland, L. D. (1995). The Psychobiology of Sexual Arousal and Behavior. In Daiman, L. ve Mc Anulty R. D. (ed) *The Psychology of Sexual Orientation. Behavior and Identity*. London: Greenwood Pres.
- Rostosky, S. S., Dekhtyar, O., Cupp, P. K. ve Anderman, E. M. (2008). Sexual Self-Concept and Sexual Self-efficacy in Adolescents: A Possible Clue to Promoting Sexual Health?. *Journal of Sex Research*, 45 (3), 277–286.
- Rubin, Z. ve Shenker, S. (1978). Friendships, Proximity, and Self-disclosure. *Journal of Personality*, 46, 1-22.
- Russell, D. E. H. (1997). Pornography Causes Harm to Women. In M. R. Walsh (Ed.), *Women, Men and Gender: Ongoing Debates* (pp. 158–169). New Haven, CT: Yale University Press.
- Sadock, V. A. (1989). Psychosexual Dysfunctions and Treatment. H. I. Kaplan, B. J. Sadock (Eds.), *Comprehensive Textbook of Psychiatry – V*. Baltimore, Williams and Wilkins.
- Sahranç, Ü. (2007). *Stres Kontrolü, Genel Öz-yeterlik, Durumluluk Kaygı ve Yaşam Doyumuyla İlişkili Bir Akış Modeli*. Yayınlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: Ankara.
- Salisbury, M. L. (2004). *Sexual Awareness, Body Image, and Self-esteem of Individuals Who Have Ostomies*. Unpublished master of science in nursing, Medical College of Ohio.
- Sandstrom, G.D. (2004). The Effect of Marriage Mentoring When Utilized in a Premarital Program, Capella University, <http://wwwlib.umi.com/dissertations> 16.06.2005 tarihinde adresinden erişilmiştir.
- Saylam Kırıcıoğlu, Ç. (2009). *Sınıf Öğretmenlerinin Müzik Dersi Öğretimine İlişkin Bilgi Düzeyleri, Öz-yeterlik Algıları ile Tutumlarının Belirlenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.

- Sears, H. A. ve Galambos, N. L. (1992). Women's Work conditions and Marital Adjustment in Two-earner Couples: A Structural Model. *Journal of Marriage and The Family*, 54 (4), 789-797.
- Scanzoni, J. ve Arnett, C. (1987). Enlarging The Understanding of Marital Commitment Via Religious Devoutness, Gender Role Preferences, and Locus of Marital Control. *Journal of Family Issues*, 8 (1), 136-156.
- Scholz, U., Dona, B. G., Sud, A. ve Schwarzer, R., (2002) Is General Self-efficacy A Universal Construct?. *European Journal of Psychological Assessment*, 18 (3), 242-251.
- Schuun, W. R. (1985). His and Her Marriage Revisited. *Journal of Family Issues*, 2 (6), 222-227.
- Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A. ve Freedman B. (2006). Mechanisms of Mindfulness [Abstract]. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 373-86.
- Shepperd, J. A. ve Arkin, R. M. (1990). Strategic Self-presentation: An Overview. *The Psychology of Tactical Communication*, Der.: M. J. Cody ve M. L. McLaughlin. s. 175-193. Clevedon, England: Multilingual Matters Ltd.
- Sieving, R. E., Bearinger, L. H., Resnick, M. D., Pettingell, S. ve Skay, C. (2007). Adolescent Dual Method Use: Relevant Attitudes, Normative Beliefs and Self-efficacy. *Journal of Adolescent Health*, 40, 15-22.
- Srivastva, S. ve Cooperrider, D. L. (1998). *Organizational Wisdom and Executive Courage*. San Francisco: The New Lexington Press.
- Sığırcı, A. (2010). *Evli Bireylerde Bağlanma Biçimleri ve Evliliğe Dair İnançların Evlilik Doyumu ile İlişkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Smith, T. G., Jones, W. ve Briggs, S. (1986). Shyness: Conceptualization and Measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 629-639.



- Snell, W. E., Fisher, T. D. ve Miller, R. S. (1991). Development of The Sexual Awareness Questionnaire: Components, Reliability, and Validity. *Annals of Sex Research*, 4, 65–92.
- Snell, W. E. ve Wooldridge, D. G. (1998). Sexual Awareness: Contraception, Sexual Behaviors and Sexual Attitudes. *Sexual and Marital Therapy*, 13, 191–199.
- Snyder, C. R., Smith, T. W., Augeli, R. W. ve Ingram, R. E (1985). On The Self-serving Function of Social Anxiety: Shyness as A Self-handicapping Strategy. *Journal of Personality*, 4, 970-980.
- Soner, O. (1995). Aile Uyumu, Öğrenci Özgüveni ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiler. Yayınlanmamış doktora tezi. Marmara Üniversitesi: İstanbul.
- Soyer, A. (2006). *Evlilik Doyumunun Erkeklik, Kadınlık, Cinsel Fantezi ve Mastürbasyon Üzerinden Yordanması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Spanier, G. B., Lewis, R. A. ve Cole, C. L. (1975). Marital Adjustment Over The Family Life Cycle: The Issue of Curvilinearity. *Journal of Marriage and the Family*, 37, 263-275.
- Spanier, G. B. (1976). Measure Dyadic Adjustment: New Scales for Assessing The Quality of Marriage and Similar Dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38 (1), 15–28.
- Spahi, B. Yurtkoru, E. S. ve Çinko, M. (2008). *Sosyal Bilimlerde SPSS'le Veri Analizi*. İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım.
- Sprecher, S. ve Cate, R. M. (2004). Sexual Satisfaction and Sexual Expression as Predictors of Relationship Satisfaction and Stability. In J. H. Harvey, A. Wenzel ve S. Sprecher (Eds.), *The Handbook of Sexuality in Close Relationships* (s. 235–256). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Stahmann, R. F. (2000). Premarital Counselling: *A Focus for Family Therapy*, the Association for Family Therapy. Oxford: Published by Blackwell Publishers, 22, 104-116.

- Steil, J. M. ve Turetsky, B. A. (1987). Is Equal Beter? Relationship Between Marital Equality and Psychological Symptomatology. *Applied Social Psychology Annual*, 7, 73-97.
- Stevenson, R. W. D. (2004). Sexual Medicine: Why Psychiatrists Need to Talk to Their Patients About Sex. *Canadian Journal of Psychiatry*, 49, 673-676.
- Storaasl, R. D. ve Markman, H. J. (1990). Relationship Problems in the Early Stages of Marriage: A Longitudinal Investigation. *Journal of Family Psychology*, 4 (1),80-98.
- Stulhofer, A. ve Miladinov, K. (2004). Kraj Intimnosti? Suvremenost, Globalizacija I Intimne Veze (The End of Intimacy? Contemporaneity, globalization, and Intimate Relationships). *Sociologija*, 46, 1–18.
- Sullivan, T. K., Pasch, L., Cornelius, T. ve Cirigliano, E.(2004). Predicting Participation in Premarital Prevention Programs: The Health Belief Model and Social Norms, Family Process. *Health & Medical Complete*, 43 (2),175-193.
- Synder, D. K. (1997). *Marital Satisfaction Inventory, Revised (MSI-R) Manual*. Los Angeles: Published by Western Psychological Services.
- Şahin, G. N. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma, Öznel İyi Oluş ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: İzmir.
- Şentürk, G. E. (2006). *Ortaöğretim Kurumlarına Devam Eden Öğrenciler İle Bu Kurumda Çalışan Öğretmenler ve Yöneticilerin Cinsellikle İlgili Yanlış İnanışla Bilgi ve İnanışlarının Belirlenmesi ve Bir Uygulama*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş Temel İlkeler ve LISREL Uygulamaları*. Ankara: Ekinoks.

- Tarakcı, U. A. (2009). *Türk Özel Sektör Yöneticilerinin Çatışmaları Çözmede Kullandıkları Stiller ve Bu Stillerin Öz Yeterlilik Algılamasıyla İlişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Taşçı, A. İ. (2001). *Cinsel Eğitim*. İstanbul: Yedirenk Kitaplık.
- Taşkent, N., Ertuğun, Z., Top, A., Çetin, S. ve Şahin, A. (2003). *Lise Öğrencilerinin Cinsel Eğitime Bakış Açılarının ve Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi*. Manisa.
- Theiss, J. A. (2011). Modeling Dyadic Effects in The Associations Between Relational Uncertainty, Sexual Communication, and Sexual Satisfaction for Husbands and Wives. *Communication Research*, 38 (4), 565–584.
- Thibaut, J. W. ve Kelley, H. H. (1959). *Social Psychology of Groups*. New York: Willey.
- Thornton, K. C. (2003). When The Source of Embarrassment is A Close Other. *Individual Differences Research*, 1, 189–200.
- Traen, B., Sorheim Nilsen, T. ve Stigum, H. (2006). Use of Pornography in Traditional Media and on The Internet in Norway. *Journal of Sex Research*, 43, 245–254.
- Turan, M. (1997). *Erzurum'daki Evli Çiftlerin Evlilik İlişkilerinin Değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Tunç, S. (2005). *Gebelik ve Cinsel Doyum*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tuncay, E. (2006). *Predictive Tole of Perfectionism on Marital Adjustment*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Tutarel-Kışlak, Ş. (1995). *Cinsiyet, Evlilik Uyumu, Depresyon ile Nedensel ve Sorumluluk Yüklemeleri Arası İlişkiler Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi: Ankara.

- Tutarel-Kışlak, Ş ve Çabukça, F. (2002). Empati ve Demografik Değişkenlerin Evlilik Uyumu ile İlişkisi. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 5 (2), 35-41. <http://www.aile.gov.tr>. Adresinden 17 Mayıs 2008 tarihinde edinilmiştir.
- Tutarel-Kışlak, Ş. ve Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3 (9), 61-68.
- Türk Dil Kurumu. (2012, 26 Mart). *Büyük Türkçe Sözlük*. <http://tdkterim.gov.tr/bts/> adresinden erişilmiştir.
- Twenge, M. J., Campbell, K. W. ve Foster, A. C. (2003). Parenthood and Marital Satisfaction: A Meta Analytic Review. *Journal Of Marriage And Family*, 65 (3), 574-583.
- Tynes, S. R. (1990). Educational Heterogamy and Marital Satisfaction Between Spouses. *Social Science Research*, 19, 153-174.
- Umberson, D. (1992). Gender Marital Status and The Social Control of Health Behavior. *Social Science and Medicine*, 24, 907-917.
- Uzuner, A., Yıldız, G., Yıldırım, N. E., Coşkun, Z., Ertaş, S. ve Ünal, P. (2005). *Üniversite Öğrencilerinde Cinsel Sağlık/Üreme Sağlığı Konularına Bakış Açısı*. İstanbul.
- Ünal Keskin, G. ve Orgun, F. (2006). Öğrencilerin Öz Etkililik- yeterlilik Düzeyleri İle Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 7, 92-99.
- Vail-Smith, K., Durham, T. ve Howard, A. (1992). A Scale to Measure Embarrassment Associated With Condom Use. *Journal of Health Education*, 23 (4), 209-214.
- Velidedeoğlu Kavuncu, N. (2006). *Kadın Erkek İlişkilerinde Sorunlar ve Çözümleri*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

- Ventegodt, S. (1998). Sex and The Quality of Life in Denmark. *Archives of Sexual Behavior*, 27, 295-307.
- Verschoor, C. C. (2004). Toward a Corporation with Conscience. *Strategic Finance* 85 (7), 20.
- Voyer, P. (2011). Courage in Leadership: From The Battlefield to The Boardroom. *Ivey Business Journal*.
- Walton, D. (1986). *Courage: A philosophical Investigation*. Berkeley: University of California Press.
- Ward, P. J., Lundberg, N. R., Zabriskie, R. B. ve Berrett, K. (2009). Measuring Marital Satisfaction: A Comparison of the Revised Dyadic Adjustment Scale and The Satisfaction with Married Life Scale. *Marriage & Family Review*, 45, 412–429.
- Warr, P. (1990). The Measurement of Well-being and Other Aspects of Mental Health. *Journal of Occupational Psychology*, 63, 193–210.
- Wayland, M. (1997). *Nonviolent Communication*. San Diego: PuddleDancer Press
- Weinberg, M. S., Lottes, I. L. ve Shaver, F. M. (1995). Swedish or American Heterosexual College Youth Who is More Permissive? *Archives of Sexual Behavior*, 24 (4), 409-437.
- Whisman, M. A. ve Delisky, S. S. (2002). Marital Satisfaction and an Information-Processing: Measure of Partner-Schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 26 (5), 617–627.
- White, L. K., Booth, A. ve Edwards, J. N. (1986). Children and Marital Happiness: Why The Negative Correlation?. *Journal Of Family*, 7 (2), 131–147.
- Wolak, J., Mitchell, K. ve Finkelhor, D. (2007). Unwanted and Wanted Exposure to Online Pornography in ANational Sample of Young Internet Users. *Pediatrics*, 119, 247–257.

- Woodard, C. R. (2004). Hardiness and The Concept of Courage. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 173–185.
- Wulfert, E. ve Wan, C. (1993). Condom Use: A Self-efficacy Model. *Health Psychology*, 12, 346-353.
- Won-Doornink, M. J. (1985). Self-disclosure and Reciprocity in Conversation: A Cross-national Study. *Social Psychology Quarterly*, 48, 97-107.
- Kayhan Yardımcı, F. (2007). *İlköğretim Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek ile Öz-yeterlik İlişkisi ve Etkileyen Değişkenlerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yaşar, F. (2009). *İlköğretime Devam Eden Öğrencilerin Anne-Çocuk İlişkisini Kabul ve Reddedici Algılama Düzeyinin Annenin Evlilik Doyumu ve Evlilik Uyumu Düzeyiyle İlişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yavuz, D. (2009). *Öğretmen Adaylarının Öz-yeterlik Algıları ve Üstbilişsel Farkındalıklarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.
- Yavuzer, H. (1993). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Yelsma, P. (1986). Marriage vs. Cohabitation: Couples' Communication Practices and Satisfaction. *Journal of Communication*, 36, 94–107.
- Yeşilyaprak, B. (2003). *Çalışan Anne ve Çocuk*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yılmaz, M. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendini Açma Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Muğla Üniversitesi, Sosyol Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Yıldırım, M. (2006). *Sosyal Beceri Eğitiminin Lise 2. Sınıf Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Yıldırım, A. (2011). *Sınıf Öğretmeni Adaylarının Mesleki Öz-yeterlik Algıları ile Mesleki Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Zakahi, W. R. ve McCroskey, J. C. (1989). Willingness to Communicate: A Potential Confounding Variable in Communication Research. *Communication Reports*, 2, 96–104.
- Zellman, G. ve Goodchilds, J. (1983). Becoming Sexual in Adolescence. In Algeier, E. R., McCormick, N. B.(Eds). *Changing Boundaries: Gender Roles and Sexual Behaviors*. Palo Alto, CA: Mayfield.
- Ercivan Zencirci, D. (2008). *Görsel Sanatlar Öğretmeni Adaylarında Özgün Baskının Yaratıcı Düşünme Becerileri ve Öz-yeterlik Algısı Üzerindeki Yansımaları*. Yayınlanmamış doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: İzmir.
- Zillmann, D. (2000). Influence of Unrestrained Access to Erotica on Adolescents' and Young Adults' Dispositions Toward Sexuality. *Journal of Adolescent Health*, 27, 41–44.
- Zimbardo, P. G., (1977). *Shyness: What is It and What to do About It Reading*. MA: Addison-Wesley Publishing Company.
- Zimbardo, P. G. (1986). *The Stanford Shyness Project*. New York: Plenum.

## EKLER

### EK 1. CİNSEL ÖZGÜVEN ÖLÇEĞİ

#### (Seçilmiş Örnek Maddeler)

		Hiçbir zaman	Nadiren	Sıklıkla	Her zaman
2	Cinsel fantezilerimi eşimle paylaşabilirim.	1	2	3	4
3	Cinsel duygularımı eşimle paylaşabilirim.	1	2	3	4
5	Cinsel isteklerimi eşime yansıtabilirim.	1	2	3	4
6	Eşime cinsel sinyaller gönderebilirim.	1	2	3	4
7	Eşimle cinsel duygularımı paylaşırken gözlerine bakabilirim.	1	2	3	4
9	Karşı cinsle yakın ilişki kurabilirim.	1	2	3	4
10	Karşı cinsle yakın ilişkilerim bana eğlenceli gelir.	1	2	3	4
12	Cinsel ilişkiye girdiğim kişinin eleştirilerini anlayışla karşılarım.	1	2	3	4
13	Cinsel sorunlar yaşadığımda olumlu şeyler düşünürüm.	1	2	3	4



## EK 2. EVLİLİK YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

(Seçilmiş Örnek Maddeler)

1	2	3	4	5	6	7
Kesinlikle						Kesinlikle
katılmıyorum						Katılıyorum

1	Evlilik hayatım çoğu açıdan ideale yakın bir hayattır.	1	2	3	4	5	6	7
2	Evlilik hayatımın şartları mükemmeldir.	1	2	3	4	5	6	7
4	Şu ana kadar evlilik hayatımdan beklediğim en önemli şeyleri elde ettim.	1	2	3	4	5	6	7
5	Eğer evlilik hayatımı bitirirsem, hemem hemen hiçbir şeyi değiştirmem.	1	2	3	4	5	6	7

### EK 3. CİNSEL ÖZ-BİLİNÇ ÖLÇEĞİ

(Seçilmiş Örnek Maddeler)

		Hiç Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Kararsızım	Biraz katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1	Cinsel durumlarda utangaçlığımınla baş etmek oldukça uzun zaman alıyor.	0	1	2	3	4
2	Cinsel durumlarda çabuk utanırım.	0	1	2	3	4
3	Cinsel durumlarda rahatsızlık hissederim.	0	1	2	3	4
7	Cinsel ilişki sırasında karşı tarafta bıraktığım izlenimin farkında olurum.	0	1	2	3	4
8	Cinsel düşünce ve hislerime çok dikkat ederim.	0	1	2	3	4
10	Cinsel içerikli davranırken endişeli olurum.	0	1	2	3	4
12	Cinsel ilişki boyunca genellikle nasıl davrandığımı hayal ederim.	0	1	2	3	4

## EK 4. CİNSEL ÖZ-YETERLİK ÖLÇEĞİ

(Seçilmiş Örnek Maddeler)

1 2 3 4 5 6 7 8

Kesinlikle

Kesinlikle

katılmıyorum

Katılıyorum

2	İstemediğim cinsel yaklaşımlarla/ilişkilerle rahatlıkla başa çıkabilirim.	1	2	3	4	5	6	7	8
3	İstemediğim cinsel yaklaşımlara karşı kontrolüm yoktur.	1	2	3	4	5	6	7	8
4	İstemediğim cinsel yaklaşımları/ilişkileri engellemek için yeterince iyi başa çıkamam.	1	2	3	4	5	6	7	8
5	İstemediğim cinsel yaklaşımlarla/ilişkilerle başa çıkmak için kullandığım yöntemlerime güvenirim.	1	2	3	4	5	6	7	8

## EK 5. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

**Açıklama:** Bu araştırma, doktora programı kapsamında yürütülen bir tez çalışmasıdır. Araştırmanın amacı, evli bireylerin cinsel özgüven düzeyleri hakkında bilgi toplamaktır. Bu kitapçıkta 5 tane anket vardır. Anketlerdeki soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sizin dürüst ve içten cevaplar vermeniz, geçerli ve güvenilir sonuçlar elde etmek açısından önemlidir.

Çalışmada kimlik belirleyici, bilgiler istenmemektedir. Sorulara vereceğiniz yanıtlar yalnızca bir genel çalışma olarak tez kapsamında değerlendirilecektir.

Bu ankete katıldığınız için teşekkür ederim.

Eyüp ÇELİK

Sakarya Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Doktora Programı

1) Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek

2) Yaşınız .....

3) Eğitim Düzeyiniz .....

4) Kaç yıldır evlisiniz?.....

5) Çocuğunuz var mı ?

( ) Evet ise sayısı..... ( ) Hayır

8. Nasıl evlendiniz?

a) Anlaşarak ( ) b) Görücü usulü ( )

c) Diğer(Belirtiniz).....

9. Mesleğiniz.....

10) Mesleğiniz dışında ek iş yapıyor musunuz?

Evet ( ) Hayır ( )

## ÖZGEÇMİŞ ve İLETİŞİM BİLGİLERİ

Eyüp ÇELİK

Eğitimde Psikolojik Hizmetler (Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık)

Anabilim Dalı

Doktora

### Eğitim

Yüksek Lisans	2009 Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programı
Lisans	2005 Uludağ Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü

### İş

2005	Rehber Öğretmen, Cebeci Sultançiftliği İlköğretim Okulu, İstanbul/Sultangazi
------	--

### Kişisel Bilgiler

Doğum Yeri ve Yılı: Ordu/Ulubey, 28 Ekim 1983, Cinsiyet: Erkek

Yabancı Dil: İngilizce

E-mail: eyupcldr@hotmail.com