

**T.C.**

**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**

**LİSANSÜSTÜ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**EVLİ BİREYLERDE ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ,  
EVLİLİK DOYUMU VE CİNSEL YAŞAM DOYUMU  
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Sümeyye KARTAL**

**İstanbul**

**Eylül - 2020**

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**EVLİ BİREYLERDE ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ,  
EVLİLİK DOYUMU VE CİNSEL YAŞAM DOYUMU  
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Sümeyye KARTAL**

**Tez Danışmanı**

**Dr. Öğr.Üyesi Esra TÖRE**

**İstanbul**

**Eylül - 2020**

## TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Dr. Öğr. Üyesi Esra TÖRE (İmza)

Üye Prof. Dr. Ali ERYILMAZ (İmza)

Üye Doç. Dr İbrahim TAŞ (İmza)

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

İmza

Prof. Dr. Ali Güneş

Enstitü Müdürü

## BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Evli Bireylerde Çatışma Çözme Becerileri, Evlilik Doyumu ve Cinsel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.



İmza  
Sümeyye Kartal

## ÖNSÖZ

Öğrencisi olmaktan gurur duyduğum, bilgilerini deneyimlerini paylaşma noktasında cömert, görüşlerine, yol haritasına ve hayat neşesine hayran olduğum ve iyi ki tanıdım dediğim sevgili danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Esra TÖRE'ye sonsuz sevgi ve saygılarımı sunarım. Bu zorlu süreçte zaman zaman kaybolduğumda, ne yapacağımı bilemediğimde hep yanımda olduğunu bildiğim, bana tekrar ve tekrar güvenen ve destek veren saygıdeğer Esra Hocam, bu süreçte bana rehber olduğunuz için çok teşekkür ederim.

Emeklerini ödemenin pek mümkün olmadığını bilerek ancak teşekkür etmeyi çoğu zaman ertelediğim sevgili babam Mehmet KARTAL ve annem Fatma KARTAL'a, ailecek yaşadığımız zor zamanlarda, tüm sorumluluğu üstüne alıp bana tez yazmam için vakit oluşturan ve desteğini esirgemeyen ablam Ayşenur KARTAL'a, desteklerini hep arkamda hissettiğim abilerim Arif KARTAL ve Ömer Faruk KARTAL'a, ve bu hayatı bana daha çok sevdiren, en mutsuz anlarımda bile yüzümü güldüren, halalığı tattıran yeğenlerim Teoman KARTAL ve Elif KARTAL'a çok teşekkür ederim.

Hayatıma girdiği andan itibaren varlığı ile sınırsız destek ve güven veren, varlığı ile güç bulduğum, bulacağım, her daim hayatımda olmasını umut ettiğim sevgili Ahmet Ali DEDE'ye teşekkür ederim.

Sümeyye Kartal

İstanbul - 2020

**ÖZET**  
**EVLİ BİREYLERDE ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ,**  
**EVLİLİK DOYUMU VE CİNSEL YAŞAM DOYUMU**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

Sümeyye KARTAL

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Esra TÖRE

Eylül 2020, 110+XII Sayfa

Çalışmanın amacı evli bireylerde çatışma çözme becerileri, evlilik doyumu ve cinsel yaşam doyumu arasındaki ilişkilerini incelemektir. Bu araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini İstanbul İli, örneklemini ise Silivri, Avcılar, Beylikdüzü, Başakşehir, Büyükçekmece ve Bahçeşehir ilçelerinden gönüllü 272 evli birey oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Çatışma Çözme Stilleri Ölçeği (ÇÇSÖ), Yeni Cinsel Doyum Ölçeği (YCDÖ), ve Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ) kullanılmıştır.

Örneklem grubundan toplanan veriler, SPSS-22 paket programına girilerek analiz edilmiştir. Evlilik doyumu, çatışma çözme becerisi ve cinsel yaşam doyumu düzeyleri için katılımcı sayısı, standart sapma ve aritmetik ortalama gibi betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Evli bireylerin evlilik doyumlarının karşılaştırılmasında, cinsiyet ve çalışma durumu gibi iki değişken içeren parametreler bağımsız gruplar t testi; yaş ve evlilik süresi gibi ikiden fazla değişken içeren parametreler ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak analiz edilmiştir. Ek olarak, araştırma hipotezlerini test edebilmek için değişkenlerin aralındaki ilişki korelasyon; birbirlerine olan etkisi ise regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Ayrıca katılımcıların demografik özellikleri ve evliliğe ilişkin bilgileri frekans ve yüzde analizi kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırma sonucunda evli bireylerin çatışma çözme becerilerinin, cinsel yaşam doyumu ve evlilik doyumu düzeylerinin yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Evli bireylerin evlilik doyumları yaş gruplarına dayalı olarak karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilmiştir. Evli bireylerin evlilik doyumları cinsiyete, evlilik süresine ve çalışma durumuna dayalı olarak

karşılaştırıldığında ise gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilememiştir.

Evli bireylerin çatışma çözme becerileri ile evlilik doyumu arasında anlamlı düzeyde pozitif ilişkisi olduğu, çatışma çözme becerilerinin evlilik doyumunu anlamlı düzeyde pozitif yönde etkilediği bulunmuştur. Çatışma çözme becerileri ve cinsel yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Cinsel yaşam doyumunun ise evlilik doyumu anlamlı düzeyde pozitif ilişkisi olduğu bulunmuştur.

Evli bireylerin evlilik doyumu ile çatışma çözme becerileri ve bu becerilere ait olumlu çatışma çözünürlük stili ve olumsuz çatışma çözünürlük stili arasında pozitif anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Fakat evli bireylerin evlilik doyumu ile çatışma çözme becerilerine ait geri çekilme ve itaat boyutlarında anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilememiştir. Evli bireylerin evlilik doyumları, olumlu çatışma çözme becerilerine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etki ettiği tespit edilmiştir. Evli bireylerin cinsel yaşam doyumları, olumlu çatışma çözme becerilerine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etki etmektedir. Evli bireylerin evlilik doyumları, cinsel yaşam doyumuna istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ettiği tespit edilmiştir.

Araştırma sonuçları literatürdeki diğer bulgular ile birlikte tartışılmış ve araştırmacılara öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Evlilik Doyumu, Cinsel Yaşam Doyumu, Çatışma Çözme Becerileri

## **ABSTRACT**

### **INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN CONFLICT RESOLUTION SKILLS, MARITAL SATISFACTION AND SEXUAL SATISFACTION IN MARRIED INDIVIDUALS**

Sümeyye KARTAL

Master, Guidance and Psychological Counseling

Thesis advisor: Asst. Prof. Dr. Esra TÖRE

September-2020, 110+XII Pages

The aim of the study is to investigation of the relationship between conflict resolution skills, marital satisfaction and sexual satisfaction in married individuals. Relational screening model, which is one of the Quantitative Research models, was used in this study. The population of the research is 272 married individuals from the province of Istanbul and its sample from Silivri, Avcılar, Beylikdüzü, Başakşehir, Büyükçekmece and Bahçeşehir districts. Personal Information Form, Conflict Resolution Styles Scale (CRSS), New Sexual Satisfaction Scale (NSSS), and Marriage Life Scale (MLS) were used to collect the data.

The data collected from the sample group were analyzed by entering the SPSS-22 package program. Descriptive statistics such as number of participants, standard deviation and arithmetic mean were calculated for marriage satisfaction, conflict resolution skills and sexual life satisfaction levels. In comparison of marital satisfaction of married individuals, parameters including two variables such as gender and working status are independent groups t test; Parameters containing more than two variables, such as age and duration of marriage, were analyzed using one-way analysis of variance (ANOVA). In addition, the correlation between variables to test research hypotheses; their effect on each other was analyzed using regression analysis. In addition, demographic characteristics and marriage information of the participants were analyzed using frequency and percentage analysis.

Result of the research, it was determined that married individuals' conflict resolution skills, sexual life satisfaction and their marriage satisfaction levels were high. When the marriage satisfaction of married individuals is compared based on age groups, a

significant difference has been detected between the groups. When the marriage satisfaction of married individuals is based on gender, duration of marriage and employment status, no significant difference was detected between the groups.

It was found that married individuals had a significant positive relationship between conflict resolution skills and marital satisfaction, and conflict resolution skills significantly affected marriage satisfaction. No significant relationship was found between conflict resolution skills and sexual life satisfaction. Sexual satisfaction was found to have a significant positive relationship with marriage satisfaction, and sexual satisfaction had a positive effect on marriage satisfaction.

A positive relationship was found between marital satisfaction and conflict resolution skills of married individuals and positive conflict resolution style and negative conflict resolution style of these skills. However, no significant relationship was found in the withdrawal and obedience dimensions of marital satisfaction and conflict resolution skills of married individuals. It was determined that marital satisfaction of married individuals had a statistically significant effect on their positive conflict resolution skills. The sexual satisfaction of married individuals has a statistically significant effect on their positive conflict resolution skills. It was determined that married individuals had a statistically significant level of marital satisfaction and sexual satisfaction.

The results of the research were discussed together with other findings in the literature and suggestions were presented to the researchers.

**Keywords:** Marital Satisfaction, Sexual Satisfaction, Conflict Resolution Skills

## İÇİNDEKİLER

<b>TEZ ONAYI</b> .....	<b>i</b>
<b>BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>viii</b>
<b>TABLO LİSTESİ</b> .....	<b>xi</b>
<b>KISALTMALAR LİSTESİ</b> .....	<b>xii</b>
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1.Problem .....	2
1.2. Amaç .....	3
1.3. Araştırmanın Önemi .....	4
1.4. Varsayımlar .....	5
1.5 Sınırlılıklar.....	5
1.6 Tanımlar .....	6
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>7</b>
<b>KURUMSAL TEMEL VE İLGİLİ LİTERATÜR</b> .....	<b>7</b>
2.1. EVLİLİK DOYUMU .....	7
2.1.1. Evlilik Doyumu ile İlgili Kavramlar.....	9
2.1.2. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler.....	14
2.1.3. Evlilik Doyumu İle İlgili Kuramsal Açıklamalar .....	18
2.2. ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ .....	21
2.2.1. Çatışma Çözme ile İlgili Kavramlar .....	21
2.2.2. Çatışma Türleri .....	21
2.2.3. Çatışma Nedenleri.....	23
2.2.5. Romantik İlişkilerde Çatışma Çözme .....	27
2.2.6. Evlilikte Çatışma.....	29
2.3. CİNSEL YAŞAM DOYUMU.....	34
2.3.1. Cinsel Yaşam Doyumu ile İlgili Kavramlar .....	34
2.3.2. Cinselliğin Boyutları.....	35

2.3.3. Psikolojik Olarak Cinsellik.....	37
2.3.4. Toplumsal Olarak Cinsellik.....	38
2.3.5. Cinselliği Etkileyen Faktörler.....	38
2.3.6 Cinsel İşlev Bozuklukları.....	40
2.3.8. EVLİLİK VE CİNSELLİK.....	49
2.4. İlgili Araştırmalar.....	52
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>55</b>
<b>YÖNTEM.....</b>	<b>55</b>
3.1.Araştırmanın Modeli .....	55
3.2.Evren ve Örneklem.....	55
3.3. Veri Toplama Araçları.....	57
3.3.1.Kişisel Bilgi Formu.....	57
3.3.2. Çatışma Çözüm Stilleri Ölçeği .....	58
3.3.3. Yeni Cinsel Doyum Ölçeği.....	59
3.3.4. Evlilik Yaşam Ölçeği.....	59
3.4. Verilerin Toplanması.....	60
3.5. Verilerin Analizi.....	61
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>62</b>
<b>ARAŞTIRMA BULGULARI.....</b>	<b>62</b>
4.1. Birinci Araştırma Problemine Yönelik Bulgular.....	62
4.2. İkinci Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular.....	64
4.3.Üçüncü Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular.....	65
4.4.Dördüncü Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular .....	66
4.5. Beşinci Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular .....	68
4.6. Altıncı Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular .....	70
4.7. Yedinci Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular .....	71
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM .....</b>	<b>72</b>
<b>TARTIŞMA VE YORUM.....</b>	<b>72</b>
5.1. Sonuç ve Tartışma .....	72
5.1.1. Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeylerine ilişkin tartışma ve değerlendirme .....	72
5.1.2. Evli bireylerin cinsel yaşam doyumu düzeylerine ilişkin tartışma ve değerlendirme .....	73
5.1.3. Evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerine ilişkin tartışma ve değerlendirme .....	73

5.1.4. Evli bireylerin evlilik doyumu yaşı, cinsiyete, evlilik süresine ve çalışıp çalışmama durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin değerlendirme ve tartışma.....	74
5.1.5. Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeyleri ile evlilik doyum düzeyleri arasındaki ilişkiye ait değerlendirme ve tartışma.....	77
5.1.6. Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeyleri ile cinsel yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiye ait değerlendirme ve tartışma.....	77
5.1.7. Evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri ile cinsel yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiye ait değerlendirme ve tartışma .....	78
5.2. Öneriler.....	79
5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler .....	79
5.2.2. Uygulamacılara Yönelik Öneriler.....	79
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>80</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>102</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>109</b>

## TABLO LİSTESİ

Tablo 3.1: Katılımcıların Demografik Özelliklerine Yönelik Frekans ve Yüzde Analizi Sonuçları.....	55
Tablo 3.2: Katılımcıların Evlilik Bilgilerine Yönelik Frekans ve Yüzde Analizi Sonuçları.....	56
Tablo 4.1: Çatışma Çözme Stilleri Ölçeği'nin Betimsel İstatistikleri.....	62
Tablo 4.2: Yeni Cinsel Doyum Ölçeği'nin Betimsel İstatistikleri.....	64
Tablo 4.3: Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin Betimsel İstatistikleri.....	65
Tablo 4.4: Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin Normallik Dağılımı.....	66
Tablo 4.5: Evli Bireylerin Evlilik Yaşam Doyumları ve Yaş Değişkenine Yönelik ANOVA Test Sonuçları.....	67
Tablo 4.6: Evli Bireylerin Evlilik Doyum Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Farklılaşma Durumu.....	67
Tablo 4.7: Evli Bireylerin Evlilik Doyumları ve Evlilik Süresi Değişkenine Yönelik ANOVA Test Sonuçları.....	68
Tablo 4.8: Evli Bireylerin Evlilik Doyum Düzeylerinin Çalışma Durumlarına Göre Farklılaşma Durumu.....	68
Tablo 4.9: Evlilik Doyumu, Cinsel Yaşam Doyum ve Çatışma Çözme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi.....	69
Tablo 4.10: Evlilik Doyumunun Olumlu Çatışma Çözme Becerisi Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi.....	70
Tablo 4.11: Cinsel Yaşam Doyumunun Olumlu Çatışma Çözme Becerisi Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi.....	70
Tablo 4.12: Evlilik Doyumunun Cinsel Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi.....	71

## KISALTMALAR LİSTESİ

**SPSS:** Sosyal Araştırmalar için İstatistiksel Program Paketi

**APA:** Amerikan Psikoloji Derneği

**DSM:** Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı veya Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

**TÜİK:** Türkiye İstatistik Kurumu

**CETAD:** Cinsel Eğitim, Tedavi ve Araştırma Derneği



# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

İnsan sürekli çevresiyle iletişim halinde olan sosyal bir varlıktır. Çevresiyle kurduğu bu ilişkilerden birisi de yakın ilişkilerdir. Evlilik kurumu, iki bireyin yakın ilişki kurması ve bu ilişkiyi kanunlara bağlı hale getirmeleri olarak açıklanabilir (Jacobson ve Gurman, 1995). Evlilik kurumuna adım attıktan sonra kişiler bekarlık rollerinden çıkıp evlilik rollerine geçiş sağlar. Bu geçiş de beraberinde farklı sorumluluklar getirir.

Evlilik doyumu, kişilerin sürdürdükleri sağlıklı ve güçlü evlilikten dolayı yaşadıkları tatmin duygusudur. Buna göre, evlilik doyumu aynı zamanda çiftlerin yaşamlarının diğer alanlarını da olumlu yönden etkilemektedir. Evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin, ilişki içerisinde daha az stres yaşadıkları, hayattan aldıkları tatmin duygusu daha fazla olduğu bulunmuştur (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000: 964-980).

Farklı ailelerde ve çevrelerde yetişmiş bireylerin bir hayat kurmasıyla beraber evlilikte fikir ayrılıklarına düşülebilir ve tartışmalar yaşanabilir (Gladding, 2017). Bu konuda Gottman uzun yıllar boyunca araştırmalar yapmıştır. Yaptığı bu araştırmaların sonucunda, önemli olanın çiftlerin ne sıklıkla ve düzeyde tartışma yaşadığı değil bu yaşanan tartışmaları nasıl karşıladıkları ve nasıl çözmeye çalıştıkları olduğunu bulmuştur (Gottmann, 2015).

Evlilik kurumunun temel yapı taşlarından biri de cinsel yaşam doyumudur. Cinsel yaşam doyumu kişiler arasında ayrı bir bağ oluşturmaktadır. Sağlıklı veya sağlıksız bir cinsel yaşama sahip çiftlerin evlilikten aldıkları doyum düzeyi de değişmektedir. Evlilik yaşantısında bireyin aldığı doyumun genel yaşantısından aldığı doyum düzeyini etkilediği bilinmektedir. Yapılan araştırmalarda evlilik doyumunu etkileyen bazı faktörler tespit edilmiştir. Bu faktörler arasında cinsel yaşam doyumu da bulunmaktadır (Çağ vd., 2009). Bu sebeple tezimin konusu, çatışma çözme becerilerinin evlilik doyumu üzerindeki etkisinde cinsel yaşam doyumunun aracılık rolünü bulmaya çalışmaktır.

Bu bölümde; problem durumu, araştırmanın amacı, problem cümlesi, alt problemler, sayıltılar, sınırlılıklar, tanımlar ve araştırmanın önemi bölümlerine yer verilmiştir.

## 1.1.Problem

Evlilik kavramı geçmişten günümüze birçok araştırmacının yanı sıra toplumların da ilgisini çekmiş bir konudur. Günümüzde boşanmaların artmasıyla evlilik kavramı daha çok araştırılmaya başlanmış ve evliliği etkileyen birçok faktör bulunmuştur (Yıldırım, 1992). Fakat bu faktörlerin evli kişilere göre değişkenlik gösterdiği de belirtilmiştir (Yıldırım, 1992).

Evlilik kurumların ne şekilde işlediği veya evlilik içerisinde kişilerin sorumlulukları toplumlar arasında değişkenlik gösterebilir. Fakat, aile kurmak, çocuk sahibi olmak, evine ve ailene karşı sorumluluklarını yerine getirmek gibi görevler toplumdan topluma değişmez ve evrenseldir (Saxton, 1982). Bu yüzden evlilik her toplumda kendine özgü değişkenleri olsa da evrensel bir kurum olarak tanımlanabilir.

Aile kavramı birçok disiplin (sosyoloji, antropoloji, psikoloji vs.) tarafından incelenmiştir. Bu inceleme sırasında aile hakkındaki araştırma biçimleri ve verileri bilinçli bir şekilde geliştirilmektedir (Miller, 1986). Evlenen her çiftin üç parçası vardır: Sen, ben ve biz. Her parça diğerini mümkün kılmaktadır. Çiftler arasındaki sevgi bağının sürmesi, bu üç parçadan oluşan sürecin ne kadar iyi işlediğine bağlıdır. Kişiler daha önceki hayatlarında yaptığı maddi kazanç sağlama, temizlik yapma gibi şeyleri artık bir başkasıyla paylaşma ya da bir başkası için de yapma kararı almışlardır. Evlilikleri başlatan ilk duygu sevgidir. Fakat evliliklerin nasıl devam edeceğini gösteren yaşam ve süreçtir (Satir, 1988/2001:156). Her insan sağlıklı bir evlilik yaşamak ister. Bunun için gerekli olanlardan biri ise çiftlerin ilişkilerinden yani evliliklerinden tatmin olmasıdır. Bu doyum, bireyin evlilik ilişkisinden aldığı tatmin ve mutluluk duygusu ile açıklanır (Nichols, 2005: 35-36). Kişilerin yüksek evlilik doyumunu, güçlü bir evliliğinin olduğunu göstermektedir (Kirby, 2005). Bunun yanı sıra bu kişilerin yaşam doyumları yüksek stres seviyeleri de düşük bulunmuştur (Bradbury, Fincham ve Beach, 2000: 964-980).

Evlilik doyumunu etkileyen, böylece çiftlerin bireysel yaşam doyumlarını da etkileyen önemli faktörlerden biri de çatışma çözme becerileridir. Boşanma oranları incelendiğinde çiftlerin çatışma çözme becerileri ile aralarında yüksek bir korelasyon bulunmuştur (Hünler ve Gençöz, 2003; Üncü, 2007). Boşanmaların çoğunda çiftlerin çatışmaları çözemedikleri için bu kararı aldığı tespit edilmiştir (Askari, Noah, Hassan ve Baba, 2012: 182-195).

Araştırmalara göre çatışma düzeyleri yüksek evliliklerde çiftlerin çok ufak sorunlara takılarak ilişkilerini yıprattıkları görülmektedir (Özguven, 2014). Tartışılan konular genelde önemsizdir. Çoğu tartışma ise daha önce tartışılan fakat çözüme kavuşamayan bu yüzden de süreç ile birlikte birikip büyüyen konulardır (Cummings ve Davies, 2014). Çatışmalar çiftlerin tartışma sırasında birbirlerine olan davranış biçimleri ve diğer tarafa verdikleri tepkilerle sürdürülmektedir (Folger, Poole ve Stutman, 2013).

Çiftlerin evlilik doyumlarının sağlanması için ilişkilerindeki çatışmaları fark etmeleri ve doğru bir şekilde ele almaları gerekmektedir. Yaşanan çatışmalarda önemli olan herhangi bir sonuca varmak değil, yaşanan tartışmayı etkili bir biçimde yönetebilmektir. Kişilerin evlilik sürecinde birbirlerine sergiledikleri davranışlar ve tutum sorunun içeriğinden daha önemlidir. Bu yüzden evliliklerde çatışmaların çiftler tarafından nasıl değerlendirildiği eşlerin evlilikten sağladıkları doyum düzeyi ile oldukça ilişkilidir (Sprey, 1979).

Evliliklerde önemli olan konulardan biri de cinsel yaşam ve cinsel yaşam doyumudur. Birçok toplumda cinsellik kavramı evlilik ile birlikte yasal hale gelmektedir. Ülkemizde de evlilik kurumu hakkında çok sık konuşulmasına rağmen evliliğin ayrılmaz parçası olan cinsellik hala bir tabu olarak görülmektedir. Cinsel yaşam çiftler açısından hem biyolojik bir gerekliliktir hem de birbirleri ile olan paylaşımları en üst düzeyde sağlayan bir konudur. Yapılan pek çok araştırmada, evlilik doyumunda olduğu gibi cinsel yaşam doyumunu da yüksek olan kişilerin yaşamdan aldıkları memnuniyetin daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Uzel, 2015).

Bu çalışmada genel olarak evlilik, evlilik uyumu, çatışma çözme becerileri, cinsellik ve cinsel uyum hakkında açıklamalarda bulunulmuş, bu konular üzerine yapılmış olan araştırmalardan bahsedilmiş, bununla birlikte evli bireylerde çatışma çözme becerileri, evlilik doyumunu ve cinsel yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerine yer verilmiştir.

## **1.2. Amaç**

Aile kurumunun yapı taşlarından biri olan iletişim bireylerin evlilik yaşamı içerisindeki mutluluğunu etkilemektedir. Alınan sorumluluklarla beraber bireyler farklı düşünebilmekte, bu da ilişkiye çatışma olarak yansımaktadır. Evlilik birliğinin sağlıklı bir şekilde devam etmesi için ortaya çıkan bu çatışmaların doğru stratejilerle çiftler arasında çözülmesi beklenmektedir. Bunun yanı sıra, cinsel yaşam doyumunun

da bireyler arasındaki genel iletişimden farklı bir konumda düşünmek olanaksızdır. Bu çalışmanın amacı evli bireylerde çatışma çözme becerileri, evlilik doyumu ve cinsel yaşam doyumu arasındaki ilişkilerini incelemektir.

Bu araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

- 1- Evli bireylerin çatışma çözme becerileri hangi düzeydedir?
- 2- Evli bireylerin cinsel yaşam doyumu hangi düzeydedir?
- 3- Evli bireylerin evlilik doyumu hangi düzeydedir?
- 4- Evli bireylerin evlilik doyumu yaşa, cinsiyete, evlilik süresine ve çalışıp çalışmama durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
- 5- Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeyleri ile evlilik doyum düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
- 6- Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeyleri ile cinsel yaşam doyum düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?
- 7- Evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri ile cinsel yaşam doyum düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

Cinsel yaşam evlilik kurumunun büyük bir parçasını oluşturmaktadır. Toplumdan topluma değişmekle beraber Türkiye gibi birçok ülkeye göre cinsel yaşam evlilik ile beraber başlamalıdır. Bu çalışmaya özgün değer katan en önemli husus, bu çalışmanın Türk toplumu ile çalışılması zor bir konu olmasıdır. Türk toplumu her ne kadar evlilik kurumuna sahip çıkan ve destekleyen bir toplum olsa da cinsellik ve cinsel yaşam hala bir tabu şeklini korumaktadır.

Evli bireylerin hayatlarının büyük bir parçası olan evlilik hayatı kişinin sosyal hayatını ve yaşam kalitesini de etkilemektedir. Kişi fiziksel ve ruhsal olarak çoğu vaktini evde veya ailesiyle geçirdiği için evlilik hayatının etkileri kişinin yaşamında geniş olmaktadır.

Kişinin evlilikte hissettiği memnuniyeti tanımlayan evlilik doyumu, kişinin çatışmalar ve uyumla beraber evliliğindeki sıcak alanlardan soğuk alanlara uzanan geniş bir yer

kaplar (Buunk ve Vanyperen, 1991: 709-717; Suitor, 1991: 221-239; Akt. Ergin, 2000).

Yapılan çalışmalar ele alındığında evlilik doyumunun, evlilikte eşler arasındaki paylaşımı ve desteği etkilediği görülmektedir. Evlilik doyumunun bireylerin evlilik kalitelerini arttırması hakkında olumlu etkisi olduğu sebebiyle bu kavram araştırmacıların uzun süredir ilgisini çekmiş ve araştırılmıştır.

Günümüze kadar birçok araştırmacı evlilik doyumu hakkında araştırma yapmıştır (Güven 2005; Canel 2007; Güngör 2007; Yaşar 2009; Çetin 2010). Fakat bu araştırmacılardan şuna kadar sadece beş tanesi cinsel yaşam hakkında araştırma yaparak bilim hayatına katkıda bulunmuştur ( Basat 2004, Hasdemir 2014; Uzel 2015; Bildirici 2016; Erdinç 2018). Diğer yapılan araştırmalarda ise cinsel yaşam hakkında sadece “evliliği etkileyen faktör”lerden biri olarak bahsedilmiştir. Evli bireylerde çatışma çözme becerileri, evlilik doyumu ve cinsel yaşam doyumu arasındaki ilişkilerini inceleyen bu çalışma alanında bir ilk ve özgün bir değere sahip olduğu düşünülmektedir.

#### **1.4. Varsayımlar**

1. Yapılan araştırmada ölçeklerin katılımcılar tarafından içtenlikle cevaplanacağı varsayılmıştır.
2. Araştırmadaki örneklem grubunun ele alınan evreni temsil edeceği ve evrenin düşüncelerini aktaracağı varsayılmıştır.

#### **1.5 Sınırlılıklar**

1. Araştırma 2020 yılı itibariyle İstanbul’da ikamet eden ve araştırmaya gönüllü olarak katılan evli bireylerden toplanan verilerle sınırlıdır.
2. Araştırmaya katılan bireylerin çoğunluğunu lisans ve lisansüstü öğrenim seviyesine sahip bireyler oluşturmaktadır.
3. Araştırmada evli bireylerin demografik özelliklerine ilişkin veriler Kişisel Bilgi Formu’nda yer alan sorularla sınırlıdır.
4. Araştırmada incelenen evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerine ilişkin veriler Evlilik Yaşamı Ölçeği’nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

5. Araştırmada incelenen evli bireylerin çatışma çözüme stillerine ilişkin veriler Çatışma Çözüme Stilleri Ölçeği'nin ölçtüğü maddelerle sınırlıdır.

6. Araştırmada incelenen evli bireylerin cinsel yaşam doyum düzeylerine ilişkin veriler Yeni Cinsel Doyum Ölçeği'nin ölçtüğü maddelerle sınırlıdır.

## 1.6 Tanımlar

**Evlilik:** Evlilik, birbirlerinden ayrı özelliklere sahip iki kişinin ortak bir hayat kurmasına olanak sağlayan, aynı sorumlulukları üstlenmelerini gerektiren ve çocuk büyütme gibi amaçların olduğu ilişki sistemidir (Yeşiltepe, 2011).

**Evlilik Doyumu:** Evlilik doyumunu, evli olan çiftlerin evliliklerindeki her durumdan ve duygudan psikolojik açıdan tatmin ve mutlu olma düzeyidir (Hawkins, 1968).

**Evlilikte Çatışma:** Evlilik çatışması, bireyler arasında yaşanan huzursuzluklar, problemler ve iletişim bozukluğu olarak tanımlanabilmektedir (Profeta, 2002, Akt;Doğan,2010).

**Evlilikte Çatışma Çözüme Becerisi:** Evlilik içinde ortaya çıkan olumsuz durumlar ve sıkıntılıların bireyler tarafından çözüme erişmesi ve huzur ortamı sağlanması için gösterilen çabalara çatışma çözüme becerisi denmektedir (Öğülmüş,2004).

**Cinsel Doyum:** Bireylerin ilişkilerindeki cinsel hayatlarından memnun ve tatmin olma duygusudur (Sprecher, Cate, Harvey ve Wenzel, 2004: 235-256).

## İKİNCİ BÖLÜM

### KURUMSAL TEMEL VE İLGİLİ LİTERATÜR

#### 2.1. EVLİLİK DOYUMU

İnsan sürekli çevresiyle iletişim halinde olan sosyal bir varlıktır. Çevresiyle kurduğu bu ilişkilerden birisi de yakın ilişkilerdir. Bu ilişkilerden evlilik insanın hayatında büyük bir yer kaplamaktadır.

Evlilik kavramı geçmişten günümüze çoğu kişinin dikkatini çeken, üzerinde çalışmalar yaptığı bir konudur. Geleneksel toplum anlayışının yasal olarak kabul ettiği birliktelik şeklindedir. Evlilikler, toplum yapılarının temellerini oluşturmakta ve toplumların devamlılığında önemli bir rol oynamaktadırlar. Eşleşme biyolojiktir. Kadın ve erkek birbirlerine karşı cinsel açıdan çekim hissederler, buna yatkınlıkları vardır. Bu yatkınlık içgüdüsel ve gereklidir (Tarhan,2010).

Araştırmacıların ilgisini çeken evlilik kavramının literatürde birçok tanımı bulunmaktadır. Evlilik kurumu, iki bireyin yakın ilişki kurması ve bu ilişkiyi kanunlara bağlı hale getirmeleri olarak açıklanabilir. (Jacobson ve Gurman, 1995) Evlilik kurumuna adım attıktan sonra kişiler bekarlık rollerinden çıkıp evlilik rollerine geçiş sağlar. Bu geçiş de beraberinde farklı sorumluluklar getirir.

Aile sosyolojisi evlilik kavramının çeşitleri üzerinde çalışma yapan bilim dallarından bir tanesidir. İşlevsel olarak toplumlarda aynı özellikleri taşıyan evlilik kurumu, bir o kadar da toplumlara bağlı olarak farklılıklar gösterir. Bunlara rağmen genel bir sınıflandırma yapılması gerekirse üç kategoriye ayrılabilir. (Bağlı ve Sever, 2005: 9-22):

##### 1. Oturulan Yere Göre;

a) Matrilokal: Erkek bireyin kadın bireyin evinde ikamet etmesi,

b) Patrilokal: Kadın bireyin erkek bireyin evinde ikamet etmesi ve

c) Neolokal: Kadın ve erkek bireylerin iki tarafından da ailelerinden ayrılarak ayrı bir evde ikamet etmeleri.

##### 2. Eş Sayısına Göre;

- a) Monogami: Bireyin tek kişi ile evlenmesi,
- b) Poligami: Bireyin birden fazla kişiyle evlenmesidir. İki farklı çeşit içermektedir:
  - b.1) Poliandri: Bir kadın bireyin aynı anda birden fazla erkekle evlenmesi,
  - b.2) Polijini: Bir erkek bireyin aynı anda birden fazla kadınla evlenmesi.

### 3. Eşin Seçildiği Gruba Göre Yapılan Evlilikler:

- a) Endogami: Bireyin eşini kendi akraba çevresinden seçerek yaptığı evlilik.
- b) Egzogami: Bireyin eşini kendi akraba çevresi dışından seçerek yaptığı evlilik.

Yaptığımız bu genel sınıflandırmanın yanı sıra toplumlarda geçerli olan bir sınıflandırma türü daha mevcuttur. Bu sınıflandırma ikiye ayrılmakta olup, geleneksel ve geleneksel olmayan evliliklerdir. Geleneksel evlilikler evlilikten beklentiler ve getirdiği işlevler ile ilgilidir, tarih ve formlarla ilgili değildir. (Bağlı ve Sever, 2005).

Evlilik, bireyin hayatındaki en önemli yakınlıklardan biri olarak ortaya çıkmaktadır. Bazı insanlar için evlilik mutluluk getirirken, bazı insanların hayatlarına mutsuzluk getirmektedir. Evlilik doyumu, insanın hayatını, özellikle psikolojik sağlığını mühim bir şekilde etkilemektedir. Evlilikte yaşanan uyumda çatlaklar oluşmaya başladığında bunun sonucu olarak aile içi krizler yaşanmaktadır. Bu ise mutlu veya mutsuz evlilik kavramlarının ortaya çıkmasına sebep oluşturmaktadır. Kişinin yaşam doyumu, genel mutluluğu ve benlik saygısı, yaşadığı mutsuz evlilikten olumsuz bir yönde etkilenebilmektedir (Hawkins, 2005: 445-465).

Son yıllarda evlilik doyumu hakkında yurt içinde ve yurt dışında birçok araştırmalar yapılmıştır. Bu araştırmalar sadece psikoloji değil birçok farklı bilim dalları tarafından yapılmış ve yapılmaya devam edilmektedir. (Karney ve Bradbury, 1995: 3-34).

Literatürde evlilik doyumunun anlam ve kapsamı hakkında bir karışıklık mevcuttur. Birçok araştırmada evlilik doyumu yerine kalite ve uyum gibi benzer kavramlar kullanılmıştır (Karney ve Bradbury, 1995: 3-34). Bu sebeple evlilik doyumunu daha iyi anlatabilmek adına birçok tanım yapılmıştır. Tezer (1986) bireyin evlilik ilişkisindeki gereksinimlerini karşılama düzeyine ilişkin algısı şeklinde ifade etmiştir. Bir başka araştırmacı da bireyin evlilik hakkındaki hisleri, perspektifi ve evliliği algılayış biçimi olduğunu belirtmektedir (Kirby, 2005).

## **2.1.1. Evlilik Doyumu ile İlgili Kavramlar**

### **2.1.1.1. Evlilik Gereksinimi**

Evlilikte amaçlanan çiftlerin birbirlerini biyolojik, sosyal ve psikolojik ihtiyaç ve güdülerini doymasdır. Farklı iki cinsin, kadın ve erkeğin beraberliğinin temeli bu ihtiyaçların karşılanmasıdır.

1) Evliliğin en önemli rollerinden biri “biyolojik” bir gereksinim olan cinsel isteği tatmin etmektir. Evlilikte bireylerin cinsel yönden birbirleri ile uyum halinde olmaları, birbirlerinin cinsel arzu ve gereksinimlerini karşılamaları ve cinsel arzularının tatmin edilmesi evliliğin esas görevlerinden biri olarak ele alınmaktadır.

2) Evlilikte eşler “sosyal” ihtiyaç olarak, birlikte güven ilişkisi kurmak, dayanışma halinde olmak, toplumda bir yer edinebilmek, birbirlerinden onur duyabilmek gibi destek ve yaşam ihtiyaçlarını da doyurma fırsatı bulurlar.

3) Evlilikte pek çok “psikolojik” ihtiyaçlar da giderilmektedir. İnsan açısından hayati önem taşıyan sevgi ihtiyacı evlilik kurumu için de önemli bir yere sahiptir. Evliliklerde bireyler eşleri ile iyi ve kötü anlarını paylaşabilmeli ve bundan mutluluk duyabilmelidirler. Bireyler birbirlerini şartsız sevdiklerinde psikolojik ihtiyaçları açısından doyum sağlayacaktırlar.

Bu ihtiyaçların önem sırası kişiden kişiye değişebilir. Ancak kadın ve erkek birbirinin bütün bu ihtiyaçlarını karşılama çabası içinde olmalıdır. Evlilikte denge ve uyumun gerçekleşmesi için bu çaba gereklidir.(Özgüven,2012 : 98)

### **2.1.1.2. Evliliğin Genel İşlevleri**

Evli çiftlerin ilişkilerindeki gelişimsel görevleri Nichols (2005. 35-36) tarafından incelenmiştir. Bu incelemeye göre, çiftlerin evlilik içerisindeki yapmaları gereken vazifeleri aşağıdaki şekilde tanımlanmaktadır:

1. Bağlılık: Bağlılık, çiftin evlilikte kıymet verdikleri konuların neler olduğu ve evliliklerini devam ettirme konusundaki verdikleri emekleri ve bu emeklerdeki kararlılıkları anlamına gelmektedir. Evli çiftin bağlılıktaki görevleri ilk andan itibaren aralarında oluşturdukları bağlılık duygusunu güçlendirmeleridir.

2. İhtimam: İhtimam, eşler arasında oluşan duygusal bir bağlanma türüdür. Bireylerin eşlerine ihtimam göstermelerinin ilişkilerindeki rolü büyüktür. Birbirlerine ve ilişkilerine yeterli özeni göstermeleri bireylerin evliliklerinin devamlılığı için önemlidir.

3. İletişim: Evli kişilerin arasında yaşanan sözlü, sözsüz ve simgesel mesajların ortak anlamlar içermesidir. İletişim anlamında çiftin yapması gereken aralarındaki iletişim bağının yapılandırılmasıdır.

4. Çatışma ve Uzlaşma: Çatışma ve uzlaşma tüm kısa ve uzun süreli ilişkilerde olan kişilerin aralarındaki anlaşma düzeyleri ve bu anlaşmazlıklarla nasıl baş ettikleri ile ilgilidir. Çatışma ve uzlaşma da evli bireyler yaşadıkları çatışmaları yapıcı olarak nasıl çözebileceklerini ve orta yol bulabileceklerini keşfetmelidirler.

5. Anlaşma: Anlaşma, bireyin eşinin tüm sözlü veya sözsüz mesajlarını, beklentilerini anlaması ve bunları karşılamaıdır. Bunun yapılabilmesi için çift olarak beklentilerini konuşmaları ve netleştirebilmelidirler.

### **2.1.1.3. Sağlıklı ve Sağlıksız Evlilik**

Güçlü ilişkiler, güçlü evlilikleri böylece güçlü aileleri oluşturmaktadır. Çiftler arasındaki sağlıklı ilişki de güçlü bir aile için en önemli kaynaktır. Virginia Satir (1967; Durairaj, 2003'den aktarma), eşlerin ailenin mimarları olduğunu ve evlilik ilişkisinin aile içinde meydana gelen her türlü ilişki ve iletişiminin temelinde olduğunu belirtmiştir. Evlilikte çiftlerin yaşadıkları stresli doyumsuz ilişki mutsuzluğa sebep olmakta ve aileye de stres olarak yansımaktadır. Evliliğin en önemli görev ve sorumluluklarından biri olan çocuk yetiştirme konusunda anne ve baba sevgi ile birbirlerine bağlı oldukları takdirde aralarındaki bu bağ çocuklarının yetişkinlik hayatlarına kadar yansımaktadır. Sağlıklı bir aile ilişkisinde yetişen bir çocuğun yetişkinlik hayatında kuracağı ailede de sağlıklı iletişimini devam ettireceği öngörülmektedir. Fakat yapılan bazı çalışmalara göre sağlıksız iletişime sahip bir ilişkide yetişen bazı çocukların da ileride yetiştikleri aile yapılarına ters olarak sağlıklı aile iletişimleri kurabileceklerini göstermektedir. Bu nedenle evli bireylerin aile ilişkilerini geliştirmek için aldıkları yardımlar kendilerini olduğu kadar çocuklarla olan iletişimlerininide geliştirecektir (DeFrain, Cook, Gonzales-Kruege, 2005: 8-12; Durairaj, 2003).

Sağlıklı evliliğin birçok faktörü bulunmaktadır. Bu faktörler arasında en çok dikkat çeken özellikler, çatışma çözme stilleri, çiftlerin duygusal yakınlık ve ihtiyaçlarının karşılama dereceleridir. Bazı araştırmalara göre sağlıklı evliliklerdeki çatışma yaşama oranları düşüktür. Fakat bu evliliklerde asla çatışma olmamalıdır anlamına gelmemektedir. Çoğu sağlıklı evliliklerde de çatışmalar yaşanmaktadır ancak çiftler olumlu ve yapıcı çatışma çözme becerileriyle bu çatışmaları çözebilmektedir. Bu sebeple çiftlerin çatışma çözme hakkında daha bilinçli hareket etmeleri için desteklemek, duygusal yakınlıkları için desteklemekten daha etkilidir (Vaughan, 2001).

Sağlıklı evlilikleri destekleyen bir diğer özellik ise, sağlıklı evliliklerde çiftlerin bireysel amaçlarının karşılıklı olarak desteklenmesidir. Çünkü birey bu amaçlar için eşinden destek görürse mutluluk duymaktadır. Bunun yanı sıra yapılan çalışmalara göre çiftler arasında ortak olan konularda (ev almak, çocuk yetiştirmek vs.) iş birliği yapılması evlilik doyumlarını arttırmaktadır. Kişisel amaçlarını karşılıklı olarak desteklemeleridir (Huggins, 2002: 157-164). Olson ve Fowers (1993: 176-185)'e göre beş tip çift ilişki biçimi vardır:

1. Canlı, hayat dolu çiftler.
2. Uyumlu çiftler.
3. Geleneksel çiftler.
4. Çatışmalı çiftler.
5. Cansız, enerjisiz çiftler.

1. Canlı, Hayat Dolu Çiftler: Evlilik doyum puanları en yüksek olan gruptur. Bu grupta çiftler arasında yaşanan çatışma oranları az, çatışmaları çözme başarıları ise yüksektir. Bu grubun demografik özelliklerine bakıldığında diğer çift gruplarından daha yaşlı ve evlilik sürelerinin daha uzun olduğu görülmektedir.

2. Uyumlu Çiftler: Bireyler arası etkileşim içeren ölçümlerde çoğunlukla yüksek puanlar almaktadırlar. Bu grubun demografik özelliklerine bakıldığında ise diğer çift gruplarından daha yaşlı olduğu görülmektedir. Çocuk sayısında ise en az çocuğa sahip olan gruptur. Bu grupta bulunan evli kadınların diğer gruplardaki kadınlara oranla daha fazla iş hayatında oldukları görülmektedir. Bunun yanı sıra yapılan bu araştırmada tek çocuğu olan çiftlerin evlilik doyum düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur.

3. Geleneksel Çiftler: Bireyler arası etkileşim içeren ölçümlerde çoğunlukla ortalamanın altında puanlar almaktadırlar. Bu grubun diğer gruplardan en önemli farkı, ebevenylik ve çocuk yetiştirme konusunda karşılaşılabilecek problemlerle baş etme düzeyi çok yüksek olmasıdır. Bunun yanı sıra çiftler arasında dini konuların uyumunda en yüksek seviyededirler. Bu grubun demografik özelliklerine bakıldığında yaş açısından genç olsalar bile, evlilik sürelerinin uzun olduğu görülebilmektedir. Aynı zamanda çiftlerin çocuk sayıları da fazla olabilmektedir. Kadının nadiren tam gün çalıştığı görülmektedir.

4. Çatışmalı Çiftler: Evlilik ilişkilerini içeren ölçümlerde çoğunlukla düşük puanlar almaktadırlar. Çiftler arası iletişim ve problemleri çözme açısından zorluk yaşamaktadırlar. Bu gruptaki çiftler çoğunlukla evlilik doyum ölçeğinin tüm alt boyutlarından düşük puanlar almaktadırlar. Diğer gruplara göre boşanma fikrine ve evlilik dışı ilişki yaşamaya daha eğilimlidirler. Bu yüzden sık sık ayrı yaşama düşünceleri ortaya atılmaktadır. Bu grupta daha çok genç ve yeni evli çiftlere rastlanmaktadır.

5. Cansız, Enerjisiz Çiftler: Bu grupta bulunan çiftlerin evlilik doyum ölçekleri puanları en düşük seviyededir. Bu grubun demografik özelliklerine bakıldığında yaş olarak genç olan, eğitim ve gelir seviyeleri düşük, kültürel ve dini açıdan farklı kişilere daha sık rastlanmaktadır. Bu grupta olan çiftlerin evliliğe karar verme süresinin diğer gruplara göre daha kısa olduğu görülmektedir.

#### **2.1.1.4. Evlilikte Eş Seçimi**

İnsanoğlu varolduğundan beri seçimler yapar. Bu seçimlerden önemli ve etkili olanlardan bir tanesi de eş seçimidir. Günümüzde bireylerin eş seçerken eski zamanlara göre daha farklı özelliklere önem verdikleri görülmektedir (Eagly ve Wood, 1999: 408-423). Bu konu birçok kuramca ele alınmıştır. Bunlardan bazıları;

- Evrim Kuramı : Eş seçiminin biyolojik yanına vurgu yapar.
- Sosyal Değiş Tokuş Kuramı : Eş seçiminin sosyal yanını vurgular.
- Sosyal Rol Kuramı : Eş seçiminde kültürel rollerin önemini vurgular.
- Benzerlik Kuramı : Eş seçiminde benzerliğin önemini vurgular.
- Farklılık Kuramı : Eş seçiminde farklılığın rolünü vurgular.

Kültürden kültüre farklılık gösteren bir süreç olan eş seçimi batı toplumlarında iki kişinin özgürce verdiği ortak bir kararken, bazı toplumlarda daha çok aileler tarafından belirlenen, bazı toplumlarda ise çifte düşünceleri sorulmaksızın aileler tarafından karar verilen bir süreçtir (Nicholas, 2005).

Eş seçimi üzerinde etkili olan birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler içerisinde, ırk, din, eğitim, kültür, akrabalık ve sosyo-ekonomik statü sayılabilmektedir. Ancak yapılan çalışmalara göre eş seçimi öncelikle fiziksel temellidir. Kişi kendi isteğiyle eş seçim sürecine girdiğinde, kişiyi karşıdaki bireye çeken sebeplerin kaynağının kişisel dinamikler ve karşılıklı etkileşim olduğu belirtilmiştir (Nicholas, 2005; Botwin, Buss, Shackelford, 1997: 107-136).

Yapılan bir araştırmaya göre eş seçiminde kadınların erkeklere oranla daha fazla kıstasları bulunmaktadır. Bunun yanı sıra kadınların eş seçerken daha çok baskın karakterli erkekleri tercih ettikleri ortaya çıkmaktadır (Botwin, Buss, ve Shackelford, 1997- 107-136). Her iki cinsiyette de bulunan iki ortak ihtiyaç ise dikkat çekmektedir. Bunlar Freud'un çalışmalarında bahsettiği tamamlayıcılık ve benzerlik ihtiyaçlarıdır (Nicholas, 2005).

Edinilen bilgiler doğrultusunda Türkiye'de eş seçim kriterleri Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü'nün 2006 yılı verileri incelenerek değerlendirilmiştir. İncelenen veriler göre evlenecekleri kadınların güzel olması gerektiğini belirtenler (%59), önemli olmadığını belirtenlere göre (%40.2) daha fazladır. Güzellik konusunda eşlerinin güzel olmamasını isteyen erkekler de bulunmaktadır (%0.8). Bunun yanı sıra erkeklerin ilk eş olma (%85.8) ve benzer aile yapılarına sahip olma (%80.8) isteğinin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Erkekler eşlerinin kendilerine aşık olmalarının önemli olduğunu belirtmektedir (%90.1). Bazı erkekler ise eşlerinin kendilerinden daha yüksek gelire sahip olmalarının (%71.6), daha eğitilmiş olmalarının (%70.7), bir işinin olmamasının (%57.2) önemli olmadığını belirtmektedir.

Türkiye'de kadınlar ise evleneceği erkeğin bir işinin olmasının önemli olduğunu (%95) ve kendisinden daha yüksek gelire sahip olmalarının önemli olduğunu belirtmektedirler (%56.7). Kadınların %90.4'ü eşlerinin kendilerine aşık olmalarını istemektedirler. Bunun yanı sıra benzer aile yapılarına sahip olmak isteyenlerin oranı %87'dir. Kadınlar eşlerinin ilk kez evlenecek olmasının (%79.4) ve yakışıklı

olmasının (%43.7) önemli olduğunu belirtmişlerdir (Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2006).

### **2.1.2. Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler**

Evlilik doyumunun daha iyi anlaşılması üzerine birçok değişken üzerinden araştırılmış ve önemli verilere ulaşılmıştır. Ülkemizde evlilik üzerine yapılan çalışmalardan biri de Yıldırım(1992) tarafından yapılan demografik bilgilerle evlilik uyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen 1100 evli katılımcılı çalışmasıdır. Yapılan bu araştırmaya göre evlilik uyumunu etkileyen faktörler kişiye ve ailesine ait sosyo-demografik değişkenlerdir. Kişiye ait olan değişkenler yaş, evlenme yaşı, cinsiyet, sağlık durumu, sosyo-ekonomik düzey, eğitim durumu ve aylık kazanç durumudur. Aileye ait olanlar ise evlilik şekli, ev ile ilgili sorumlulukları paylaşma durumu, aile tarafından sağlanan destek, eşler arasındaki kan bağı derecesi ve cinsel yaşam doyumlarıdır. Birkaç değişkenin ise evlilik uyumunda bir etkisi olmadığını belirtmiştir. Bunlar evli bireylerin daha önce yaptıkları evlilik sayıları, bireyler arasında olan yaş farkı ve sahip oldukları çocuk sayısıdır (Akt, Bıyıkoglu, 2012).

#### **2.1.2.1. Evlilik Yaşı**

Aile gelişim teorisine göre kadınlarda 20 yaşın altında olanlar uyum ve denge içinde bir evlilik için maddi ve manevi olarak hazır değillerdir. Bundan dolayı bir problemle karşılaştığında diğer yaş gruplarına göre problemi çözmektense boşanmayı seçmeye daha eğilimlidir. Diğer bir sebep ise, genç yaşta evlenme kararı evlilik öncesi yaşanan cinsellik yüzünden ya da hamile kalındığı için alınabilmektedir. Bu sebepten bireyler okullarını yarıda bırakmakta ve tüm bu sorumluların altından kalkmada zorlanmaktadırlar. Bunlar da boşanma oranlarını arttırmaktadır (Arıkan, 1992: 31).

Aktaş (2009) tarafından yapılan bir çalışmada demografik değişkenlerden olan yaşın evlilik uyumunu ve doyumunu etkilemediği bulunmuştur. Bunun yanı sıra evlenen çiftler arasındaki yaş farkının uyumlu olması, bireylerin kendi yaşlarına denk sayılabilecek kişilerle hayatlarını birleştirmeleri evliliklerini olumlu yönde etkilediği ortaya çıkmıştır. Bir diğer çalışmaya göre ise eşler arasındaki yaş farkı 15 ve üzeri olduğunda evliliklerindeki uyum ve doyum seviyelerinin azaldığı gözlemlenmiştir. (Kublay, 2013).

### **2.1.2.2. Evlilik Süresi**

Evlilik doyumuna etki eden faktörlerden birisi de bireylerin evlilik süresidir. Yapılan araştırmalara göre yeni evlenen çiftlerin evlilik doyum düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte çiftlerin evli kalma süresi uzadıkça ve çocuklarının evden ayrılmasından sonra doyum düzeylerinin arttığı bulunmuştur (Anderson, Russel & Schumm, 1983: 127-139).

Birkaç araştırmada ise evli bireylerin evli kalma süreleri arttıkça bireylerin birbirlerine olan bağlılığının azaldığı tespit edilmiştir (Bildirici, 2016 Uluyol, 2014, Özaydınlık, 2014). Bu tespite paralel olarak Çelik (2009) tarafından yapılan bir çalışmada evli öğretmenlerin evli kalma süreleri arttıkça evlilik uyum düzeylerinin düştüğü sonucu elde edilmiştir.

Yapılan birkaç çalışmaya göre ise evlilik doyumunu ve evlilik uyumunun bireylerin evlilik süresine bağlı olarak önemli bir değişiklik göstermediği tespit edilmiştir (Çelik, 2006; Çınar,2008; Şentürk, 2013; Yüksel,2013; Hasdemir, 2014; İlericiler, 2015; Kahveci, 2016, Hoşgör,2013; Fidanoglu, 2006).

### **2.1.2.3. Ekonomik Düzey ve Meslek**

Yapılan bazı araştırmalarda ekonomik düzey ve mesleğinevlilik doyumunu ve uyumu üzerinde önemli bir etkisi olduğu görülmüştür. Bu çalışmalardan birini gerçekleştiren Hoşgör (2013) mesleki olarak yüksek statüde olan kişilerin, orta ve düşük statüde bulunan kişilerden daha yüksek yaşam standardı ve evlilik uyumuna sahip olduğunu ortaya çıkartmıştır. Buna paralel olarak Şentürk (2013) ise maddi kazançları iyi bir seviyede olan bireylerin, maddi kazançları orta olan bireylere göre evliliklerinde daha uyumlu olduklarını gözlemlemiştir.

Son zamanlarda tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de yaşam şartları zorlaşmıştır. Bu sebeple kadınlar çalışma hayatlarına daha fazla katılmış evin gelirin katkısında bulunmaya başlamıştır. Bu sebeple çalışma yaşamı kavramı araştırmaların dikkatini çekmeye başlamıştır. Git gide artan boşanma oranlarının artışı çalışma hayatı ve evlilik uyumu arasında ilişkiyi ve çalışma yaşamının evlilik uyumu üzerindeki etkisini incelemeye değer hale getirmiştir (Erbil, 2016). Bu incelemeler sonucunda birçok çalışmaya göre farklı sonuçlar elde edilmiştir. Bunlardan biri olan Fışiloğlu’nun (1992: 16-23) araştırmasına göre evli çiftlerde kadının çalışma hayatında olması erkek bireyin

evlilik doyumunu azaltmaktadır. Bunun yanı sıra Glenn ve Weaver'in (1978: 269-282) yaptığı araştırmaya göre ise kadının çalışma hayatında olması ile eşlerin evlilik doyumunu arasında bir ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir.

Bazı araştırmalara göre çiftlerin aylık gelir düzeyleri arttıkça evlilik doyum düzeylerinde de bir yükselme tespit edilmiştir (Şener, 2002). Aynı zamanda meslek, çalışma durumu ve sosyo-ekonomik düzeylerinin evlilik uyumu ve doyumunu üzerinde etkisi olmadığını belirten araştırmalar da bulunmaktadır (Süataç,2010; Özaydınlık, 2014; İlericiler, 2015; Kahveci,2016).

#### **2.1.2.4. Çocuk Sayısı**

Yapılan çalışmalar sonucunda evlilik doyumunun evlilikteki çocuk sayısından etkilenmediği tespit edilmiştir. Fakat çocukların yaşlarının küçük olmasının ebeveynlerin evlilikleri için daha çok çabalamasını desteklerken bu sırada da yaşadıkları evlilik ilişkisi kalitesini azaltmak gibi bir ikilem oluşturduğu bulunmuştur (Huston vd., 1991: 721).

Türk toplumunda evlilik kurumu kutsal olarak görülmekte ve günümüzde hala boşanma fikrine soğuk bakılmaktadır. Evliliğin kurtarılması için çiftler tüm çözüm yollarını denemeye zorlanmaktadır. Bunların arasındaki en çok baskı yapılan çözüm yolu ise yeni bir çocuktur. Doğacak yeni çocuğun evliliği kurtaracağına inanmaktadırlar. Aynı zamanda aileye katılacak olan yeni çocuğun erkeği yani babayı eve ve eşine sadık bir hale getireceği inancı bulunmaktadır. Ancak eğer eşler arasında sağlıklı bir şekilde iletişim kurulmamışsa aileye katılacak yeni çocuk, ailedeki sorunları perçinleyebilir ve büyütebilir (Baltaş, 1998).

Evlilik doyum düzeyi yüksek olarak çiftlerde çocuk sahibi olma oranının, evlilik doyum düzeyi düşük olan çiftlere oranla daha az olduğu bulunmuştur. Bu bulguya bakarak çalışmacılar evlilikte çocuk sahibi olmanın evliliğin devamlılığı için bir etkisi olmadığını belirtmişlerdir (Açık,2008; Lafcı,2014).

Doğan (2014) tarafından yapılan çalışmaya göre evli çiftlerin çocuk sayısı ve evlilik uyumu ters orantılıdır. Çocuk sayısı azaldıkça evli çiftlerin evlilik uyumu artmaktadır. Kublay (2013)'e göre ise çiftlerin evlilik uyumu çocuk sayılarına bağlı olarak farklılaşmaktadır. Çiftlerin çocuk sayısı 4'ten az olduğunda evlilik uyumlarında düşüş,

4 ve daha fazla çocuğa sahip bireylerin ise evlilik uyumlarında artış görüldüğünü belirtmektedir.

Bazı çalışmalarda ise Türk toplumunun düşünme biçimini destekler sonuçlar çıkmaktadır. Evlilikte çocuk sahibi olmanın evlilik uyumunu etkileyen olumlu faktörlerden biri olduğu belirtilmektedir. Yapılan bu çalışmalara göre çocuğa aileyi bir arada tutma görevi verilmektedir. Bunun sonucunda ise eşler arasındaki çatışma azalabilmekte ve eşler arasındaki uyum etkilenebilmektedir. Bunun sebeplerinden biri ise çocuk hakkında verilecek kararlar için eşlerin ortak bir karara varması adına iletişim kurmalarıdır (Aktaş, 2009; Kahveci, 2016).

Yapılan bazı araştırma ve çalışmalara göre de çocuk sayısı ve evlilik uyumu ve doyumunu arasında ilişki bulunamamıştır (İlketenci, 2004; Fidanoğlu, 2006; Şentürk, 2013, İlericiler, 2015).

#### **2.1.2.5. Cinsiyet ve Cinsellik**

Kabasakal ve Soylu'nun (2016: 208-214) yaptığı çalışmada evlilik doyumunun cinsiyete bağlı olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Şener (2002), İlketenci (2004) ve Yıldız (2012) yaptığı çalışmalarda ise evlilik uyumunu cinsiyete göre ele almışlar ve erkeklerin evlilik uyumu düzeylerinin kadınlara oranla daha yüksek düzeyde olduğunu belirtmişlerdir. Şener (2002) yaptığı çalışmada kadınların evlilik uyumu düzeylerinin düşüklüğünün nedenlerini incelemiştir. İnceleme sonucunda kadınların toplumdaki ve ailedeki statüsünden, eşiyle arasındaki beklenti farklılığından veya aile içi yaşadığı sorunları eşinden daha fazla önemsemesinden kaynaklı olabileceğini düşünmektedir.

Evlilik ilişkilerinde yaşanan çatışmaları yönetme biçimleri de cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Kadınlar erkeklere oranla olumlu çatışma çözme becerisini daha fazla kullanmaktadırlar (Öner,2013). Öner'in bu çalışmasına paralel olarak Çakmak Tolun (2015) da kadınların daha yüksek evlilik uyumu ve doyumlarına sahip olduğunu belirtmektedir.

Cinsel ilişki memnuniyeti ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında yüksek düzeyde ilişki bulunduğu ve evlilikteki uyum düzeylerinin cinsel ilişkileri etkilediği ortaya konmaktadır (Huston ve ark., 1991). Evliliklerinde eşleriyle uyum sorunu

yaşayan kadınların aynı zamanda orgazm olamama, cinsel ilişki sırasında ağrı yaşama ve vajinal kuruluk gibi cinsel sorunlarda yaşadığı tespit edilmiştir.

Bazı araştırmalara göre de evlilik uyumu ve doyumunun cinsiyetten etkilenmediği gözlemlenmiştir (Güçlü Ergin, 2008; Turanlı, 2010; Şendil ve Korkut, 2012).

### **2.1.3. Evlilik Doyumu İle İlgili Kuramsal Açıklamalar**

#### **2.1.3.1. Sosyal Mübadele Kuramları - Thibaut ve Kelley'nin Değiş-Tokuş (Exchange) Kuramı (1959)**

Thibaut ve Kelley (1959) tarafından geliştirilen, insan ilişkilerini açıklamaya çalışan en önde gelen kuramlardan biridir. Çift ilişkilerini, bir çeşit ödül bedel mübadelesi olarak ele almaktadır. Sosyal mübadele kuramında kişinin ilişkisinden duyduğu haz veya doyum ödül olarak tanımlanmaktadır. Bireyin gösterdiği performansını ketleme yönündeki etkenler olarak ele alınan kavram ise bedeldir (Thibaut ve Kelley, 1959; Hovardaoğlu, 1996: 12-24).

Değiş-tokuş kuramı zamanla oluşan değişikliklerden etkilenir. Bu kuramı oluşturan faktörler, yaş ve deneyimler ve yaşam koşulları ile değişebileceği gibi, zaman içerisinde yeni ödül ve bedeller eklenebilir veya önceden bedel veya ödül olan şeylerde karşıt bir değer kazanabilir. Örneğin nişanlılık içerisinde sevgi belirtileri olarak görülebilen bazı kıskançlık durumları evlilik içerisinde çok farklı ve olumsuz algılanabilir. Değiş-tokuş kuramı temelinde ödül ve bedel kavramlarını ele aldığından bu kavramlar ile her bir birey içinde ayrı ayrı yorumlamalar getirmeye çalıştığından ve bu yorumlarında zaman içinde değişmeye uğraması ihtimallerinden dolayı tanımlanabilmesi zor bir hal alabilmektedir (Akt. Hortaçsu, 2012: 30-33)

#### **2.1.3.2. Sosyal Öğrenme Kuramı**

Sosyal öğrenme kuramı, çocukların kendi evlilik süreçlerinde, ebeveynlerin evliliklerinin niteliğinden ve boşanmalarından nasıl etkileyebileceğini açıklamaktadır. Yani, birey anne ve babasının evliliğini ve onların bu evliliklerindeki etkileşimlerini gözlemleyerek, kendi evliliğindeki davranışlarının çoğunu öğrendiğinden bahsedilmektedir. Bu kurama insan davranışının özünde öncelikle taklit ve gözlem olduğu ifade edilmektedir (Bandura, 1977).

### **2.1.3.3 Bağlamsal Model**

Bağlam, evlilik sürecinde davranışlarımızı etkileyebilecek psikolojik durumlar ve deneyimlerdir. Eşler birbirlerine karşı açık bir davranışta bulunursa diğerinde bilişsel ve duyuşsal anlamda tepkiler ortaya çıkar. Buradaki tepkiler ise eşlerin oluşturduğu bağlam ile ilgilidir. Yakın ve uzak olmak üzere iki bağlamdan bahsedebiliriz. Yakın bağlam, bireyin eşi tarafından açık bir davranışla karşılaştığı andaki duygu ve düşüncelerini içerir. Daha açık bir şekilde eşin davranışı göstermeden önceki yaşantı boyutu, bireyin öznel durumudur. Bundan dolayı bireylerin, yakın bağlama ilişkin elemanları hatırlama ve farkında olma durumları daha yüksektir. Uzak bağlam ise daha kalıcı bir kişilik özelliğini yansıtan belirgin bir kavramdır. Bu durumda, yakın bağlam duruma özgü ve ani gelişen şeylere karşı tepki iken, uzak bağlam daha ayrıntılı ve süreç odaklı bir yapıdadır (Bradbury ve Fincham, 1988: 713-721).

### **2.1.3.4. Yükleme Kuramı**

Birey belirgin bir olayın oluşma sebebini, kendi yargısı ya da algıladığı nedenle açıklamaktadır (Weiner, 1985: 548-573). Bir sonraki oluşacak davranışta, bireyin bir davranışın sonucuna ilişkin aldığı karar ya da algıladığı neden etkilidir. Olaya neyin sebep olduğu ile nedensellik ilkeleri ilgili olduğundan bahsedilmiştir. Sorumluluk yüklemeleri yaşanan olayda sorumlunun kim olduğu ile ilgilenmektedir. Bunun yanında niyet kapsamını da içermektedir. Bireyin davranışı bilinçli bir şekilde bilerek mi yoksa bilmeyerek mi gerçekleştirdiğini de kapsamaktadır. (Freedman, Sears ve Carlsmith, 2003: 713-721).

Kelly (1973: 133-140) ise yükleme kuramını kişilerin neden ile ilgili sorgulamayı nasıl gerçekleştirdikleri ve neden diye başlayan soruları nasıl cevaplandıkları ile ilgili görmüştür. Bu kuramda olaylardan elde edilen bilgiler ışığında nedensellik ile ilgili açıklamalar yapılmaktadır.

Yükleme kuramını evlilik doyumunu içerisinde inceleyecek olursak, nedensel yükleme ve sorumluluk yüklemesi kavramları ile karşılaşırız. Nedensellik yüklemeleri durumun nedeni ile ilişkiliyken, sorumluluk yüklemesi durumdan hangi bireyin sorumlu olduğu ile ilişkilidir. Sorumluluk yüklemesi niyet boyutunu da ele alır. Yani sorumluluk yüklemesi, kişinin davranışının istemli ve istemsiz olarak yapılmasını kapsar (Freedman, Sears ve Carlsmith, 2003: 713-721).

### **2.1.3.5. Biyolojik Kökenli Bağlanma Kuramı**

Erken dönem çocukluk yaşantılarından elde edilen deneyimlerin sonraki dönemlerde ilişkilerimizi etkileme durumunu en iyi açıklayabilecek yaklaşımlardan biri John Bowlby'nin "Bağlanma Kuramı"dır. Bowlby (1969) bağlanmayı, bebek ve bakım veren kişi arasında geçen; bebeğin bakım veren kişiye karşı onu arama ve ilgi alma isteği ile kendini gösteren, özellikle de stres veren olaylar karşısında kendisini gösteren devamlılığı olan bir bağ olarak tanımlamaktadır. Bakım veren kişinin yokluğunda bir huzursuzluk oluşurken, bakım verenin varlığında ise bir rahatlık gözlenmektedir. Burada tehdit veren şeylerden uzaklaşma da söz konusudur. Bowlby bağlanma kuramını daha çok çocuk ve bakıcısı arasında geçen ilişki düzeyleri ile açıklamıştır. Örnek olarak romantik eşlerin yan yana olduklarında daha rahat olduklarını, birbirinden uzaklaştıklarında ise huzursuz olduklarını ifade etmişlerdir. Araştırmacılar, romantik aşk ile bağlanmayı ilişkili bulmuş ve Ainsworth'un 1978'de bebeklerin bağlanma şekillerini ortaya koyduğu 3 stilin "güvenli ve kaygılı-kararsız ve kaçınan bağlanma stilleri" yetişkinler içinde geçerli olduğunu göstermişlerdir (Hazan ve Shaver, 1987: 511-524).

### **2.1.3.6. Sevginin Evrimi Kuramı**

Sternberg (1987) sevginin üç içgüdüden meydana geldiğini açıklamaktadır. Bu içgüdüler: "Koruma, korunma ve cinsel dürtü" dür. Bu içgüdülerden ilk ikisi sevgililerin birbirlerine hem çocuklarına davranır gibi davranmaları (yavrum demeleri) hem de birbirlerinden, ebeveynlerinden bekledikleri koruma ve güveni beklemeyi açıklamaktadır. Bu görüş çerçevesinde bakacak olursak erkeklerin neden annelerine benzeyen kadınlarla evlenmeyi seçtiklerini de anlayabiliriz. Cinsel dürtü ise kadın ve erkekte farklı amaçları yerine getirmektedir. Erkek mümkün olduğu kadar tohumlarını saçma peşinde olacak, kadın ise böyle bir olanağı olmadığından daha seçici bir rol içerisinde davranacaktır. Bu kurama göre insanlar tek eşli olmak için yaratılmamıştır. Bu durumda çocuklar yuvadan ayrıldığında karı-kocayı birlikte tutacak bir neden de kalmamış olacaktır. Görüldüğü gibi özellikle içgüdü kavramına önem verilen bu kuramda sosyal çevre önemsizdir (Akt.Hortaçsu,2012:45-47).

## **2.2. ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ**

### **2.2.1. Çatışma Çözme ile İlgili Kavramlar**

İnsan var olduğundan beri çevresi ile iletişim ve etkileşim halindedir. Bu etkileşim sırasında ortaya çıkacak sorunlara karşı kişi kendini hazırlamalıdır. Çatışmalar bireysel olarak boyut ve şekil değiştirmede ilişkinin olduğu her yerde çatışma görmek olasıdır. Kişinin tüm çatışmalardan kaçması olası değildir. Çatışmanın ortaya çıkmasını engellemek yerine kişilerin çatışmalarda baş etme becerilerini geliştirmeleri gerekmektedir (Öğülmüş, 2004).

Geçmişte de günümüzde de çatışma insanlar için olumsuz bir kavram olarak ele alınmaktadır. Buna sebep olarak insanların bu kavram hakkında yeterli bilgiye sahip olmaması ve daha önce yaşadıkları olaylardan dolayı olumsuz bir anlam yüklemesi olabilir. Araştırmacılar çatışma kavramı için ne olumlu ne de olumsuz olduğuna dair bir tanım yapamamaktadırlar. Çünkü çatışma kavramı değil sonuçları olumlu ya da olumsuzdur. Bu sonuçlar da yaşanan çatışmanın hangi şartlar altında gerçekleştiğine ve çatışmanın nasıl çözümlendiği ile ilişkilidir.

Karip (2003)'e göre çatışma sadece fiziksel şiddet içeren bir kavga değil bunun yanı sıra kişiler arası yaşanan herhangi bir anlaşmazlık veya sözel olarak karşılıklı atışma olarak da tanımlanabilir. Çatışma bireyler arasında oluşan rekabet veya çıkar, istek ve değerlerdeki farklılıklardır (Deutsch, 1973, Akt: Öner-Koruklu, 1998). Blakeway (1988)'e göre ise çatışma doğal bir süreç olarak ele alınmaktadır. Bu süreç içerisinde bireyler kendi kimliklerini bulmaya çalışırken bazı yapıcı ve yıkıcı sonuçlar ortaya çıkmaktadır (Akt: Taştan, 2004).

### **2.2.2. Çatışma Türleri**

Çatışma toplumsal bir kavram olduğu için alan yazımda çeşitli sınıflara ayrılmıştır. Çatışmaya taraf olarak ele alanlara göre çatışma beş türdür.

#### **2.2.2.1. Bireysel Çatışma**

Bireyler hayatları boyunca olumlu veya olumsuz durumlarla karşılaşılır. Bu durumlar karşısında seçim yaparken ikileme düşerler ve kendi içlerinde çatışmalar yaşarlar (Özkalp & Kırel, 2001: 149). Bu durumlarda üç tür çatışma ortaya çıkar.

Bunlar; yaklaşma-yaklaşma çatışması, kaçma-kaçma çatışması, yaklaşma-kaçma çatışmasıdır.

**a) Yaklaşma-Yaklaşma Çatışması (Approach - Approach Conflict):** Bireylerin iki olumlu seçenek ile karşılaşmaları durumunda ortaya çıkan çatışma türüdür. İki seçenek de bireyin arzu ettiği, istediği seçeneklerdir. Örneğin, yazın hem havuza gitmek hem de denize gitmek arasında kararsız kalmak. İki iyi iş teklifinden hangisine karar vereceğini bilememek bu çatışma türüne örnektir (Cüceloğlu,1991, Morgan,1991, Özkalp & Kirel, 2001: 149).

**b) Kaçınma-Kaçınma Çatışması (Avoidance-Avoidance Conflict):** Bireylerin iki veya daha fazla olumsuz seçenekle karşılaşmaları durumunda ortaya çıkan çatışma türüdür. Örneğin, sınavlara çalışmak istememek ama aynı zamanda çalışmadığında dersten kalacağını bilmek bu çatışmaya örnektir (Cüceloğlu,1991, Morgan,1991, Özkalp & Kirel, 2001).

**c) Yaklaşma-Kaçınma Çatışması (Approach-Avoidance Conflict):** Bu çatışmada bireyin vereceği kararın birey için hem olumlu hem de olumsuz yanları vardır. Örneğin, yemek yemeyi seven biri hep yemek yemek ister ama aynı zamanda kilo alacak diye üzülür (Cüceloğlu, 1991, Morgan,1991, Özkalp & Kirel, 2001: 149).

#### **2.2.2.2. Kişiler Arası Çatışma**

Birbirleriyle iletişim halinde olan iki ya da daha fazla bireyler arasında yaşanan çatışmalardır. Kişiler arası çatışma, bireylerin farklı kişiliklere ve algılara sahip olmaları doğrultusunda olayları, durumları ve konuları değerlendirmeleri sonucunda çıkabilmektedir (Koçel, 2001).

#### **2.2.2.3. Bireyler ve Gruplar Arası Çatışma**

Bu çatışma türünde, birey içinde bulunduğu grup ile çatışma yaşamaktadır. Grubun amaçları ve amaçlarına ulaşmak için kullandığı yöntemler birey tarafından benimsenmemekte ya da bireyin kendi fikirleri ile çelişmektedir (Şerif, Akgemici ve Çelik, 1998, Akt: Özkalp ve Kirel, 2001).

#### **2.2.2.4. Gruplar Arası Çatışma**

Gruplar arası çatışmalar insan grupları arasındaki zıtlaşmaları kapsar (Kılıç, 2006). Aynı yöneticiye bağlı olan birimler, gruplar arasındaki rekabet sonucu ortaya

çıkılmaktadır. Okullardaki sınıf ve branş öğretmenleri arasındaki rekabet bu çatışmaya örnek verilebilir.

#### **2.2.2.5. Örgütler Arası Çatışmalar**

Gruplar arası çatışma ile benzerlik göstermektedir. Bir örgütün kendisi dışındaki bir başka örgütle yaşadığı fikir ayrılıkları nedeniyle çatışma yaşamaktadır. Örneğin; iki rakip markanın birbirleriyle çatışmaları bu çatışma türünün bir örneğidir (Koçel, 2002:552 Akt: Öztaş, 2005 :38).

#### **2.2.3. Çatışma Nedenleri**

Karşılanmayan temel gereksinimler, sınırlı kaynaklar ve farklı değerler olarak çatışmanın nedenleri üç ana başlık altında ele alınmıştır (Schrumpf, Crawford & Bodine: 2007).

##### **2.2.3.1. Karşılanmamış Temel Psikolojik Gereksinimler**

İnsanlarda dört temel psikolojik gereksinim bulunmaktadır. Bunlar; güç elde etme, ait olma, özgürlük ve eğlenmektir.

###### **2.2.3.1.1. Ait Olma Gereksinimi**

İnsan kaç alında olursa olsun çevresi tarafından tanınmak ve kabul edilmek ister. Bu kişi için önemli bir psikolojik gereksinimdir. İnsanlar kendilerini bir gruba bağlı ve ait hissettiklerinde bu grupta sevmeye, sevilme, paylaşma ve işbirliği yapma gibi ihtiyaçlarını karşılayabilmektedirler. Bunun yanı sıra ait olduğu gruptan dışlandığında veya grup üyelerinden herhangi bir tanesiyle sorun yaşadığında ise bu gereksinimi karşılayamamış olmasından dolayı çatışmalar çıkmaktadır.

###### **2.2.3.1.2. Güç Gereksinimi**

Güç elde etme isteği insanlığın varoluşundan beri süregelen bir gereksinimdir. İnsanlar bu gereksinimi farklı yollarda karşılayabilirler. Bazı kişiler çok güç olan bir işi başardığında gördüğü takdir ve saygı ile bazı kişiler ise fiziksel ya da maddi olarak güçlü olarak bu gereksinimi karşılar. Bu tür gereksinimlerini karşılamaya çalışan biri engellenirse ya da çevresi tarafından güçsüz hissettirilirse, bu durum çevresiyle çatışma yaşamasına neden olabilir.

### **2.2.3.1.3. Özgürlük Gereksinimi**

İnsan kendi seçimlerini yapabilmek ve karar verebilmek ister. Eğer bu imkanları çevre tarafından engellenirse özgürlük gereksinimi karşılanamaz ve kişiler arası çatışma yaşanabilir.

### **2.2.3.1.4. Eğlenme Gereksinimi**

Bu gereksinim yapılan işten zevk almak, gülme, eğlenme ve oyun oynamayla karşılanmaktadır. Bu gereksinimi karşılama girişiminin engellenmesi de kişiler arasında çatışmaya neden olabilir.

### **2.2.3.2. Sınırlı Kaynakların Paylaşımı**

Sınırlı kaynakları paylaşmak kişiler arasında zor olabilir. Bu kaynaklar para, mal veya zaman olabilir. Eğer bu kaynakların paylaşımında işbirliği içinde kaynakların arttırılmaya çalışılması sağlanırsa kişiler arası yaşanacak çatışma engellenmesine olanak sağlar.

### **2.2.3.3. Farklı Değerlere Sahip Olma**

Her insan farklı inançlara, değerlere ve önceliklere sahiptir. Bu değerler farklı istekler doğurur. Bu sebeple kişiler arası çatışma çıkabilmektedir. Çünkü insanlar kendi özümstediklere değerleri diğer insanlara karşı koruma konusunda direnç göstermektedirler. Bu yüzden bu farklılıkların yol açtığı çatışmaların çözümü oldukça güçtür. Ancak kişiler farklılıklara rağmen karşısındaki insanı kabul etme eğilimi gösterirlerse çözüm yolunu bulmak daha kolay hale gelir.

### **2.2.4. Kişiler Arası Çatışma**

Genel anlamıyla kişilerarası çatışma kişiler arasında yaşanan uyumsuzlukların olduğu durumları ifade etmektedir (Deutsch, 1973). Bunun yanı sıra literatürde herkes tarafından onaylanmış bir tanım bulunmamaktadır. Yapılan araştırmalarda, atışmanın kaynakları olarak müdahaleler, uyumsuzluklar, çelişmeler, gerginlikler ve olumsuz dışavurumlar gibi kavramlar görülmektedir (Canary ve diğ., 1995: 4). Bunun yanı sıra bazı araştırmalarda ise kişilerarası çatışmaları, “belirli uyumsuzluklar” (belirli bir konu üzerine tartışmalar vb.), “problem çözme tartışmaları” (müzakere vb.) veya “mutsuz/sıkıntılı ilişkiler” (etkileşim örnekleri vb.) biçiminde çeşitli şekillerde ele almaktadır (Cahn, 1990).

Kişilerarası çatışma ile ilgili tehdit oluşturan ve kaçınılması gereken bir durum olduğu inancı birçok kişi tarafından kabul edilmektedir (Bahadır, 2006). Fakat çatışmanın kişiler arasındaki ilişkide bireyleri birbirlerine daha çok yaklaştıran işlevsel bir özelliği olduğunu savunanlarda vardır. (Gottman, 1993: 6). Bu çatışmalar kişinin psikolojik uyumunu zedelemesinin yanı sıra, kişisel gelişimine de olumlu katkıda bulunur. Çatışma, kişinin problemi doğru bir şekilde değerlendirmesine ve etkili karar alma becerilerini geliştirmesine imkan sağlar. Bu süreçte kişi, problemlerle baş etmeyi, karar almayı, seçim yapma ve yapıcı problem çözme becerilerine ilişkin kazanımlar kazanır. Bunun yanında yapıcı problem çözme becerisinin bir koşulu olan empatiyi de gerektiği gibi kullanmayı öğrenir. Bu sayede karşı tarafın probleme bakış açısını, isteklerini ve arzuları farkeder ve sorunu onlar açısından algılamaya çalışır. Bu süreç kişinin algılama becerisini geliştirir ve güçlendirir (Dökmen, 2002:61-64).

Çatışmanın birlikteliklerin gelişiminde çok önemli bir rol oynadığı savunulmaktadır (Acitelli, Douvan and Veroff,1993: 5-19). Çatışma çözme becerileri gelişmiş olan çiftlerin ilişkilerini uzun süredir sürdürdükleri ifade edilmiştir (Reese-Weber ve Bartle-Haring, 1998: 735-752). Uzun süreli ilişkilerin sırrının çatışma yaşamamak değil çiftlerin yaşadıkları çatışmaların üstesinden gelecek etkili çözüm yolları bulabilmeleridir. İdeal olan, eşlerin sorunlarını olumlu başa çıkma tarzları ile çözüp aralarındaki yakınlığı derinleştirebilmeleridir

#### **2.2.4.1. Kişiler Arası Çatışma Nedenleri**

Kişilerarası çatışmaların nedenleri olarak birçok durum kaynak gösterilebilir. Kişisel, ortamsal, kültürel veya ilişkisel boyutlarda oluşabilen bu çatışmalar birçok araştırmacının ilgisi çekmektedir. Dökmen (1996) tarafından kişiler arası yaşanan çatışmaların başlamalarına sebep olan 11 faktör tanımlanmıştır. Bu faktörler;

**1. Biliş:** Biliş bir süreçtir. Bu süreçte duyu organlarımıza gelen uyarıcılar organizmaya ulaşarak birey tarafından algılanır, hatırlanır ve kullanılır. Bu algılamalar, anlamlar, hatırladıklarımız, unuttuklarımız ve geliştirdiğimiz kalıp düşünceler kişiler ile kuracağımız ilişkileri etkiler.

**2. Algı:** Algı, duyu organlarından beynimize ulaşan verilerin örgütlenmesi, yorumlanması, anlamlandırılması sürecidir.

**3. Duygu:** Biliş ve algıdan farklı olarak duygu vücutta gözlenen değişiklik olarak ifade edilmektedir.

Duygular çatışmaların enerji kaynakları olarak tanımlanır. Kişiler duygularına kapılmadan mantıklı bir biçimde hareket edip karşısındaki kişiyi anlamaya odaklansa ve etkili iletişim kursa birçok çatışma doğmadan ortadan kaybolur. Ancak insanoğlu varoluşundan beri duygulara sahiptir. Bu duygular insanların davranışlarında onlara cesaret ve güç kaynağı olmaktadır (Dökmen, 1994: 100; Mayer, 2000: 10).

Duyguları olumlu yönde ifade eden bireyler çatışma ile baş etme sanatında da başarılı olurlar. Böylece kutuplaşmalar olmadan çatışmalar çözülür. Aksi takdirde zor çatışma durumları ortaya çıkar ve taraflar arabulucu olarak üçüncü bir tarafı çatışmaya dahil ederler (Moore, 2003: 161).

**4. Bilinçdışı:** Psikanalitik yaklaşım bilinçdışındaki duyguların ve çatışmaların bilinçteki düşünceleri etkilediğini savunur. Kişiler duyduğu kaygı duygusunu kontrol altına alabilmek için bazı savunma mekanizmaları kullanırlar. Bu kullanılan savunma mekanizmaları bazı zamanlarda iletişimde çatışma yaşamalarına neden olabilmektedir.

**5. İhtiyaçlar:** Güdü kavramı psikolojide kişinin istek, ihtiyaç ve dürtülerini kapsayan genel bir anlama sahiptir. Dürtü ve sosyal olmak üzere ikiye ayrılır. Dürtü fizyolojik kökenli, sosyal güdülerimiz ise duygusal kökenlidir. Organizma güdülerin etkisiyle davranışta bulunur. Bu yüzden kişiler arasında yaşayacağımız iletişim sorunları ve çatışmalarının bir nedeni ise güdülerimizdir.

**6. İletişim becerisi:** İletişim kişiler tarafından etkili ve uygun bir şekilde kullanıldığında çatışmalardan kaçınmak için bir yol olabilmektedir. Fakat kişiler iletişimde her zaman doğru adımlar atamayabilirler. Özellikle duygusal olarak zor durumlarda yaptıkları iletişim hataları ile çatışmaları daha karmaşık hale getirebilmektedirler.

Tüm bu problemlere rağmen kişiler, en yoğun çatışmalarda bile iletişim konusunda kendilerini geliştirebilirler. Bu açıdan iletişim, çatışmanın çözümü açısından da ümit beslenen, temel çatışma nedenlerinden birisi olmaktadır.

**7. Kişisel faktörler:** Araştırmalarda cinsiyete göre iletişim biçimleri ve iletişimi algılayışta belirgin farklılıklar olduğu ifade edilmektedir (Roloff,1987; akt.

Dökmen,1996). Bunun yanı sıra fiziksel görünüm de insanların birbirleriyle kuracakları iletişimi etkileyen bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Tanıdığımız insanlar için geçerli olmayan bu faktör yeni tanıştığımız insanlarla kuracağımız iletişimde önemli bir role sahiptir.

**8. Kültürel faktörler:** İnsanoğlu bulunduğu ortam ve çevreden etkilenen bir varlıktır. Bu yüzden bulunduğu kültür ve topluluktan da etkilenerek diğer kişilerle çatışma yaşayabilmektedir. Yapılan çalışmalara göre çatışma çözme becerilerinin kişiden kişiye olduğu gibi kültürden kültüre de farklılaştığı görülmektedir (Koan,1989; Avruch ve ark,1991; akt. Dökmen,1996).

**9. Roller:** Kişi hayatı boyunca birçok role sahiptir. Bunlardan bazıları eş, kardeş, evlat, çalışandır. Bu roller kişilerin çevresiyle çatışma yaşamasına önemli bir kaynak temin eder. Örneğin aynı görevi paylaşan iki kişiden biri diğerinden daha fazla iş yaptığını ve kalan işin diğer kişiye ait olduğunu savunabilir. Bunun sonucunda ise çatışma ortaya çıkabilir.

**10. Sosyal ve Fiziksel çevre:** İnsanoğlu varolduğundan beri bulunduğu ortamdan ve çevresindeki kişilerden etkilenmektedir. Yapılan bazı çalışmalara göre aynı kişinin farklı çevrelerde farklı davranışlar sergilediği gözlemlenmiştir (Barker ve Gump,1964; akt. Dökmen,1996).

**11. Mesajın niteliği:** Kişiye karşıdan gelen mesajın içeri uygun olmadığında, karşı taraftaki kişiyle bu nedenden çatışma başlatabilir.

### **2.2.5. Romantik İlişkilerde Çatışma Çözme**

Bütün ilişkilerde olduğu gibi romantik ilişkilerde de çatışmalar meydana gelmektedir. Bu çatışmalar kaçınılmazdır (Troupe, 2008). Gottman (1993: 6) göre de çatışmalar ilişkide gerçek yakınlığı sağlamaktadır. Bunun yanı sıra bu çatışmaların yapıcı bir çözüm yoluyla şekilde üstesinden gelindiğinde ilişkiyi olumlu yönde etkileyeceğini belirtmiştir. Bu yüzden kişilerin yaşadıkları ilişkilerde, gerçek yakınlığı sağlayabilmek için yapıcı bir şekilde çatışmaları çözebilmesi büyük önem taşımaktadır.

Her ilişkide çatışma nedenlerinin farklı farklı olması gibi çatışma tarzlarında çiftlere özgüdür. Bazı çiftler çatışma yaşamamak için bundan kaçınırken bazıları da çatışmayı büyütecek ve sürdürecektir tepkiler verir. Bunun yanı sıra bazı çiftler ise

karşılıklı olarak ses tonlarını yükseltmeden farklılıklar hakkında konuşarak orta yol bulabilir. Bazı araştırmacılar çiftlerin çatışma sıklığından daha çok bu çatışmaları nasıl çözdüklerinin ilişkideki önemi üzerine vurgu yapmışlardır (Adler, Baeder, Higginbotham ve Lamke, 2004: 537-546).

Çatışma çözmenin yanı sıra ilişkiyi etkileyen başka ya da pek çok etmenin olabileceğini düşünülmüştür. Bu nedenle araştırmacılar, ilişkiyi devam ettirme etmenlerinde önemli iki kavram tespit etmişlerdir bunlar; bağlanım ve karşılıklı bağımlılık kavramlarıdır (Rusbult, 1983: 101-117; Rusbult, Kumashiro, Coolsen ve Kirchner, 2004: 137-161).

Çatışma yönetiminde etkinlik/ edilgenlik (activity/ passivity) ve yapıcılık/ yıkıcılık (constructiveness/ destructiveness) boyutlarının varlığı tespit edilmiştir (Rusbult, Zembrodt and Gunn,1982: 1230-1242). Bu boyutların tespitinin ardından, Rusbult ve Zembrodt (1983: 274-293), çok boyutlu bir ölçeklendirme yöntemi kullanarak çatışmalı durumlar karşısında verilen tepkileri dört farklı yaklaşımda incelemişlerdir. Bu tepkileri belirlerken Hirschman'ın (1970) örgütsel tipolojisini kaynak olarak kullanmışlardır.

Hirschman'ın(1970) tipolojisinde de üç farklı tepkiden bahsedilmektedir. Bunlardan biri olan “çıkış” tepkisi var olan ilişkiyi sonlandırırken, “konuşma” tepkisi ilişkiyi kurtarmak adına yapıcı bir biçimde koşulları iyileştirmeye çalışır, son olarak “bağlılık” tepkisi ise konuşma gibi yapıcı olmasına rağmen edilgen bir yapıda olup koşulların kendiliğinden düzelmesini beklemek olarak tanımlanmıştır.

Hirschman'ın (1970) üç tepkisine ek olarak dördüncü bir tepkisel yaklaşımı ekleyen Rusbult ve Zembrodt (1983: 274-293) çatışma çözme tepkileri ölçeğini geliştirilmiştir. Başa çıkma tarzları olarak geliştirilen sistemde tepkiler ise şöyledir: etkinlik/ edilgenlik ve yapıcılık/ yıkıcılık boyutunu kesiştirerek oluşturulmuştur. Çatışma çözme tepkileri ölçeğine göre türler şu şekildedir:

- **Çıkış - Exit** : Çatışmayı ve partneri terk etme gibi yıkıcı davranışları içerir.
- **Konuşma – Voice** : Odak noktası problem çözmedir. Yapıcı konuşmalar ve davranışlar içerir.
- **Bağlılık – Loyalty** : Çatışma yaşamak istememe, çatışma durumunda sessiz kalarak çözümlenmesini bekleme ve partnerine bağlı kalmayı içerir. Yapıcı bir tarzdır

- **Yokmuş gibi davranma – Neglect** : Partnerini ve çatışmanın varlığını inkar etmeyi içeren yıkıcı davranışlar içerir.

Çatışmayı etkin biçimde yönetmenin öneminden bahseden Gottman ve Levenson (1992: 221-233) , eğer çiftler çatışmayı başarılı bir şekilde yönetemezse çatışmanın ilişkiye zarar vereceğini hatta bunun ilişkinin bitmesine yol açabileceğine vurgu yapmışlardır. Bunu göz önüne alarak çiftlerin yıkıcı eylemlerden (çıkış ve yokmuş gibi davranma) titizlikle kaçınmak, yapıcı eylemleri (konuşma ve bağlılık) en üst düzeye çıkartmaya çalışmaktan çok daha önemli olduğunu belirtmişlerdir (Rusbult ve Zembrodt, 1983).

Çatışma çözme becerilerinde cinsiyete göre farklılıklar görülmektedir. Kadınlar, ilişkiyi koruma ve devam ettirmek için yapıcı tarzları tercih ederken, erkekler ise yıkıcı tarzları kullanma eğilimi göstermektedirler (Rusbult ve ark., 1987: 293-303). Kadınlar çatışma konularında kendilerini ortaya koyarken erkekler geri çekilmektedir. Gottman (1993: 6) ‘a göre bu çatışmaya verilen tepkilerin biyolojik olarak cinsiyet farklılıkları olduğuna bir kanıtıdır.

Romantik ilişkide çatışma çözme tepkileri ile ilgili yapılan birçok yurtiçi çalışmalar bulunmaktadır. Sosyal öğrenmeye sebebi ile anne-baba tutumlarına dayandırılan kavramların bireye anne-babasından geçtiği varsayımıyla, çatışmalara karşı verilen tepkilerin de anne-baba ile benzeyeceği düşünülmüştür. Bu sebeple anne baba ve yetişkin çocuklar arasındaki çatışma çözme tepkileri benzerliğini incelemek amacıyla bu benzerliğin evliliği biten ya da evliliği devam eden anne-babalar ile arasındaki farklara bakılmıştır (Joakim, 2012).Çocukların verdiği tepkiler anne-babayla benzerken, evliliğin devam etmesi ya da bitmiş olmasının tepki benzerliklerinde bir fark oluşturmadığı görülmüştür.

### **2.2.6. Evlilikte Çatışma**

Yaşamın her döneminde ve yerinde olduğu gibi çatışma evlilik kurumunda da büyük bir yer kaplamaktadır. Kişiler Arasında yaşanan çatışma nedenleri daha çok ailevi boyutlara taşınmaktadır. Çiftlerin aileleri de ilişkiye katıldığı için çatışma konuları farklılaşmakta ve büyümektedir. Eşler arasındaki ilişkinin ve uyumun oluşan çatışma durumundan etkilenip zarar görmemesi için eşler çatışma sürecini yapıcı yönde yönetmelidir.

Literatüre bakıldığında evlilik ve çatışma bir arada pek çok araştırmaya konu olmuştur. Çeşitli araştırmacılar tarafından evlilik çatışması kavramı ele alınmıştır. Uğurlu (2003) tarafından yapılan bir çalışmada, evlilikte kişilerden birinin keyifsiz olarak davranmasıyla çatışmanın başlayabileceği, bunun sonucunda kişilerin ya tartışmaya gireceği ya da tartışmadan kaçacağı ortaya çıkartılmıştır. Evlilikte ortaya çıkan çatışmaların çiftlerin birbirlerinin farklılıklarını kabul etmede yaşadığı zorluklardan ve sorun çözme becerilerinin yapıcı olmamasından kaynaklanmaktadır.

Çiftlerin, evlilik çatışması yaşaması nasıl evliliklerinin olumsuz olarak sürdüğü anlamına gelmiyorsa, hiç çatışma yaşamayan çiftlerin de her zaman iyi bir evlilik hayatına sahip oldukları söylenemez. Buna örnek olarak literatürde olan bir araştırmada, çatışmalardan uzak duran çiftlerin çatışma yaşayan çiftlere oranla daha az mutlu oldukları ifade edilmiştir (Mackey ve O'Brien, 1998: 128-141; Akt: Öner, 2013).

Çatışmaların evlilikle ilgili problemleri büyütme yerine eşler arasındaki pozitif duyguları daha da güçlendirdiği belirtilmiştir (Şimşek, 2004: 130-132; Akt: Hacı, 2011). Sprey (1979) 'e göre her çift kendine göre bir sistem oluşturur ve çiftlerin bireysel olarak kendilerine ait amaçları bulunması nedeniyle evlilikte çatışma yaşanması muhtemeldir (Akt: Öner, 2013).

Peterson (1983) çatışma yapısı hakkında çalışmalar yapmıştır. Çatışmanın üç evreden oluştuğunu ifade etmiştir. Bu evreler başlangıç, orta ve sonuçtur. İlk olarak başlangıç evresinde çatışmayı başlatan olay veya davranış ortaya çıkar. Orta evrede ise kişiler çatışma üzerine yoğunlaşır veya çatışmadan kaçarlar. Son evre olan sonuçta ise kişiler ya baskın gelme, ya uzlaşma ya rehabilite etme ya da uzun vadeli değişiklik olur. Bireylerin boşanma durumları veya var olan ilişkilerini bitirme kararları bu evrede gerçekleşmektedir (Akt: Polat, 2012).

Her çiftin yaşadığı evlilik çatışması aynı değildir. Çatışmalar çatışmanın sıklığı, şiddeti, çözümü ve içeriği gibi açılardan birbirlerinden farklılık gösterirler. Kişiler arası ilişkilerde de olduğu gibi evlilikte de çatışmanın varlığından ziyade çiftlerin çatışmalar ve sorunlarla hangi şekilde baş ettiği önemlidir. Greef ve Bruyne (2000: 321-343)' e göre, çatışma ile yapıcı ve olumlu bir şekilde baş edildiğinde, ilişki mevcut durumundan daha çok gelişerek güçlenir. Fakat çift, çatışma ile yıkıcı ve olumsuz bir şekilde baş etmeye çalışır ise, doyum ve haz duymadıkları bir ilişkiyi devam ettirmeye

çalışırlar. Buna bağlı olarak çatışmaların çözümlenme çeşidine göre var olan ilişkiye yardım da edilebilir zarar da verilebilir (Akt: Polat, 2012).

Evlilikte yaşanan iletişimin kırılma noktaları hakkında birçok çalışma yapılmıştır. Araştırmacılar, çiftlerin arasındaki iletişim kopukluğunun ilişkilerindeki hangi aşamada ortaya çıktığı hakkında incelemeler yapmıştır. Bradbury ve Fincham (1992: 457)'e göre çiftlerin kendi zihinlerinde oluşan çerçeveler vardır. Eşlerden biri diğerinin davranışının bu çerçevelerin dışına çıktığını fark ettiği zaman çatışma yaşandığını dile getirmiştir (Aktaran: Ülker, 2011: 15). Greene, 750 evli kişi ile yürüttüğü çalışmasının sonucunda çiftler arasında çatışmaya sebep olan konuları sık görölenen az görölene göre aşağıdaki gibi sıralamıştır:

- 1) İletişimin eksik olması
- 2) Tartışmaların devamlı hale gelmesi
- 3) Karşılanmamış duygusal ihtiyaçlar
- 4) Doyurulmamış cinsel ihtiyaçlar
- 5) Maddi konularda yaşanan çatışmalar
- 6) Eşlerin birbirlerinin anne-babaları ile çatışma yaşaması
- 7) Eşlerin birbirine sadık kalmaması
- 8) Çocuk yetiştirmede farklı tutum sergileme
- 9) Baskıcı uygulama
- 10) Kuşkucu hareket etme
- 11) Alkolün fazla kullanılması
- 12) Bedensel şiddet (Aktaran: Tezer, 1986: 19).

#### **2.2.6.1. Evlilikte Çatışma Çözme Becerisi**

Evlilikte çatışmaların yaşanması normaldir. Fakat yaşanan çatışmaların olumsuz etkilerini ortadan kaldırmak için kişiler kendilerini ve duygularını ifade etmeyi ve eşini anlayabilme becerilerini geliştirmelidir. Çatışmalar ya yıkıcı ya da yapıcı bir şekilde sonuçlanır. Bu sonuçların çiftlerin çatışmayı nasıl ele aldığı ve nasıl çözmeye çalıştığı ile doğrudan ilgilidir (Akt: Hacı, 2011). Beckman (1979)'a göre açık iletişim,

çatışmanın doğru algılanması ve çatışmayı çözmek için bireylerin çabaları evlilikteki çatışmaları çözmek için gereklidir (Akt: Öner, 2013).

Evlilikte yaşanan çatışmaların sonucu olumlu ya da olumsuz olabilir. Eğer evlilikte beraber yaşanan çatışmalar da yoğun olarak devam ediyorsa, kişiler kendilerini önemsiz hissedebilir ve evliliğin sonlanmasına karşı istekli olabilirler. Önemli olan çatışma yaşansa bile yaşadığı çatışmayı çözmeyi de bilmektir. Bunu bilen ve uygulayan çiftlerin evlilikleri diğer evli çiftlere göre daha uyumlu olacaktır. (Öner, 2013).

Evliliğin sürdürülmesindeki en önemli faktörlerden biri çatışma çözüm stillerini belirlemektir. Mutlu ve huzurlu bir evlilik hayatı isteyen kişilerin çatışma durumlarını yönetmeyi öğrenmeleri gerekmektedir. Eşlerin kullandıkları çatışma çözme stilleri evliliklerinin uyumu üzerinde belirleyicidir (Özgüven, 2014).

Çatışma çözme stillerini olumlu ve yapıcı bir şekilde kullanmak kişiler arası ilişkilerde de evlilik ilişkisindeki kadar önemlidir. Evlilik ilişkisini ele alarak, anlaşma, uzlaşma ve mizahı kullanma gibi olumlu ve yapıcı olan stratejiler ya da çatışmayı devam ettirme, geri çekilme ve savunucu olma gibi olumsuz ve yıkıcı stratejiler kullanılabilir (Kurdek, 1995: 153-164). Thomas (1976) beş türlü çatışma çözme türünden bahsetmiştir. Bunlar:

1. Rekabet Stili: Çıkarıcı ve işbirliğine yanaşmayan davranışları içerir. Rekabet stilini kullanan birey, sonuç ne olursa olsun kendi çıkarları yolunda hareket eder (Baksı, 1998: 51).
2. Uyma Stili: Uyma stili işbirliğini içerir. Bu stili kullanan bireyler çatışma durumunda kendi düşünce ve isteklerinden karşı taraf için taviz verir. Uyma stilinde rekabet stilinde olduğu gibi çıkarıcı bir yaklaşım söz konusu değildir.
3. Uzlaşma Stili: Rekabet ile uyma stili arasında yer alan uzlaşma stilinde taraflar karşılıklı fedakârlıkta bulunarak orta yolu bulmayı amaçlar.
4. Kaçınma Stili: Bu stili kullanan kişiler hem çıkarıcı değildir hem de işbirliğine sıcak bakmaz. Kişiler bu stili çatışmadan uzak kalmak ve çatışmada bir taraf olmamak için kullanırlar. Çatışmaya duyarsız kalan bu stilin sürekli kullanımı çatışmayı daha da büyütecektir.

5. İşbirliği Stili: Yaşanan çatışmalarda her iki tarafın da kazançlı çıkmasını amaçlayan çatışma çözme stilidir.

Evlilikte çiftlerin bireysel olarak kullandıkları çatışma çözme stilleri farklı olabilmektedir. Kimisi çatışmanın üzerine giderek tartışmayı büyütür, kimisi de çatışma ortamından uzak durarak karşı tarafın sakinleşmesini ve konunun kapanmasını tercih eder. Çiftlerin seçtikleri iletişim tarzları da farklı olabilir. Bazı kişiler tüm duyguları karşı tarafa yansıtılabiriken, bazıları ise duygulardan bahsetmekten hoşlanmaz. Eğer kişiler yaşadıkları çatışmayı olumlu yöntemlerle ele alırsa evlilikleri güçlenir, fakat olumsuz yöntemlerle ele alırsa evlilik doyumları azalır ve zarar görür. Çatışma çözme stili ile ilgili farklı sınıflandırmalar yapılmıştır. Vuchunic (1987: 591-601), eşlerin çatışmayı sonlandırmak için bazı yöntemlere başvurduklarını belirtmiştir.

1.İtaat: Bu yöntemde eşlerden biri kendi görüşünü savunmayı bırakıp karşı tarafın sözünü dinler. Çatışma taraflardan birinin karşı görüşü onaylamasıyla son bulur.

2.Uzlaşma: Taraflar mevcut seçenekleri arasında herkesin onay verebileceği ortak bir çözüm yolu belirlerler. Uzlaşımın sağlanabilmesi için tarafların karşılıklı olarak ödün vermesi gerekir. Uzlaşma talebini hem taraflar hem de destek istenen diğer kişiler teklif edilebilir.

3.Sonraya Bırakma: Çatışmanın herhangi bir sonuca ulaşmadan bitirilmesi yöntemidir. Taraflar açıkça söylemeden farklı fikirde olduklarını kabul ederler. Sonraya bırakmada kazanan veya kaybeden yoktur.

4.Geri Çekilme: Çatışma halindeyken taraflardan birinin ortamı terk etmesi ya da sessiz kalması yöntemidir. Geri çekilme, eşler arası iletişiminin işleyişini olumsuz etkiler.

Bu araştırmada da ele alınan çözüm stilleri Özen (2006) tarafından dört farklı çatışma çözüm stili olarak ele alınmışlardır. Bunlar;

1. Olumlu Çatışma Çözüm Stili: Eşlerin yapıcı yöntemler kullanarak çatışmayı sonlandırmasıdır.

2. Olumsuz Çatışma Çözüm Stili: Yapıcı yöntemlerin aksine fiziksel ve sözel şiddet kullanarak çatışmanın sonlandırılmasıdır.

3. Geri Çekilme: Eşlerin çatışmayı kabul etmemesi ya da ileri bir zamana ertelemesidir.

4. Boyun Eğme: Taraflardan birinin kendi düşüncesini dile getirmeyip karşı tarafın düşüncelerini benimseyip, karşı tarafa uymasındır.

Kısacası, araştırmalar tarafından belirlenen birçok çatışma çözüm stilleri vardır. Çatışmaların yıkıcı ya da yapıcı olmalarını belirleyen çiftlerin seçtiği çatışma çözüm stilleridir (Cummings ve Davies, 2014). Çatışma yönetimi, ilişki doyumunun önemli belirleyicilerinden olup eşler arasındaki anlaşmazlıklarla baş etme olarak tanımlanabilir (Buhrmester, Furman, Wittenberg ve Reis, 1988: 991-1008 ). Bir başka söyleyişle, evlilikte çatışma yönetimi uzun ve doyumlu ilişkinin sırrıdır. Araştırmalar pek çok çiftin bu konuda destek alarak ve gerekli çaba göstererek evliliklerini ve aile yaşamlarını doyumlu bir noktaya taşıyabildiklerini göstermektedir.

## **2.3. CİNSEL YAŞAM DOYUMU**

### **2.3.1. Cinsel Yaşam Doyumu ile İlgili Kavramlar**

Cinsellik, birey dünyaya gelmeden başlayan ve yaşam boyu devam eden bir kavramdır. Cinsellik denildiğinde akla ilk gelen tutku ve şehvet olmasına rağmen aslında cinsellik kişinin tüm cinsel organlarını, cinsel işlevler ile ilgili görüşlerini, ifade ediş tarzını ve cinsel tercihini kapsamaktadır (Bozdemir ve Özcan, 2011:37-46; Uysal ve Çakırcalı, 2015). Bu kapsam genişliği nedeniyle cinsellik birçok unsurdan etkilenerek şekillenmektedir. Değerler, tutumlar, davranışlar, bireyin içinde yaşadığı toplum ve kültür bu unsurlardan bazılarıdır (Parrinder 2003: 355-367, Taylor 2007: 69-105, Moseley 2010: 55-58). Cinsellik kavramı, kişinin hayatını devam ettirmesi için bir koşul olmasa da hayatın kalitesini artırma konusunda önemli bir yerdedir.

Bir bütün olarak cinsellik, biyolojik, sosyolojik, psikolojik, ahlaki, dini ve kültürel olarak parçalara ayrılmaktadır. Bu yüzden cinsellik, farklı bakış açılarıyla ele alınması gereken bir kavramdır (CETAD, 2007). Biyolojik bakış açısı, cinselliği insanın temel içgüdülerinden biri olarak ele almaktadır. Psikolojik bakış açısına göre cinsellik, bireyin kişilik özelliklerini, duygularını, bilişsel işlevlerini, geçmiş yaşantılarını, travmalarını, cinselliğe bakış açısını ve yaklaşımını yansıtmaktadır. Sosyo-kültürel

açıya göre ise cinsellik bireyin içerisinde yaşadığı çevre, gelenekler, tutum ve davranışları ile günlük yaşantısı ve cinsel davranışlarını etkilemektedir (CETAD, 2007).

Cinsellik kavramı insanın yaşadığı kültüre ve insanın yaşadığı döneme göre değişiklik gösterebilmektedir (Fracher ve Kimmel, 1995: 365-374; Gölge, 2005). Bazı toplumlarda cinsellik erotizm, bazılarında ise üreme anlamına gelmektedir. Cinsellik, toplumlara, algılara göre değişmesine rağmen tarih boyunca hep var olan ve önemini asla kaybetmeyen bir kavramdır.

Gelişmiş toplumlarda insanlar cinsellik hakkında birbirleriyle rahatlıkla konuşabilmektedirler. Henüz gelişmiş bir toplum düzeyine gelmeyen yerlerde ise bu kavram hala tabu olarak görülmektedir. Cinsel yaşam, bu toplumlarda özellikle hamilelik sürecinde, anne ve baba adaylarının cinsel yaşam hayatlarının nasıl devam etmesi gerektiği hakkında doktorlarına soru sormadıkları bu yüzden de bilgilerinin yetersiz kaldığı bir konudur (Gökyıldız ve Beji 2005: 201-215, Fok ve ark 2005: 934-938).

İki insanın arasında gerçekleşen etkileşimlerden biri de cinsel yakınlıktır. Bu etkileşimin düşünsel, duygusal ve davranışsal olarak üç ayrı boyutu vardır. Bireyin kendisini karşısındaki insana açmaya karar vermesi düşünsel boyutu oluşturur. Duygusal boyutta ise bireyin karşısındaki insan ile benzerliklerini, farklılıklarını merak etmesi, ona güvenmesi, onu koruması ve ona sevgi duyması yer alır. Bakma, sarılma ve öpme gibi fiziksel yakınlaşmalar ise davranışsal boyutun içerisinde yer alır (Kayır, 2001: 34-39).

### **2.3.2. Cinselliğin Boyutları**

Masters ve Johnson, cinsel yanıt döngüsünü cinsel arzu, plato, orgazm ve çözülme olarak dört bölümde incelemişlerdir. Bu evreler cinsiyete göre farklılık göstermediği, neredeyse birebir birbirlerine benzediği görülmüştür.

#### **2.3.2.1 Cinsel Arzu/İstek**

Cinsellik ele alındığında en önemli organ olarak vajina ve penis görülmektedir. Aslında cinsellikte en önemli organ beyindir. Cinsel istek olmadan cinsel hayat

yaşamak zordur. Bu isteği de beyin sağlamaktadır. Beyin gerekli ve özel sistemleri uyurarak bireydeki cinsel istek dürtüsünü ortaya çıkarmaktadır (İncesu, 2004: 3-13).

Cinsel aktiviteyi başlatmak için gerekli olan motivasyon ve eğilime cinsel istek veya arzu denir. Her bireyin cinsel istek seviyesi farklıdır. Bunun sebebi yaş, dini inançlar, eş ile ilişkiler, cinsel yaşam tecrübeleri, kişisel kaygılar gibi değişkenlerin cinsel isteği etkilemesidir (Shabsigh, 2005).

Bireyin cinsel olarak uyarılması cinselliğin ilk evresidir. Uyarılar fizyolojik olabileceği gibi psikolojik de olabilir. Uyarılma evresi kişiye göre değişkenlik gösterebilir. Eğer kişi kendine uygun bir şekilde, yeterli sürede uyarıldığı takdirde uyarılma süresi kısa sürebilir, aynı zamanda kişiye uygun olmayan ve aralıklarla devam eden uyarıldığı takdirde uyarılma süresi artabilir hatta kaybolabilir (Bilgin,2009).

#### **2.3.2.2 Plato**

Heyecanın en üst seviyede olduğu evredir. Bu evrede kan yoğun bir şekilde genital organlarda toplanır. Cinsiyete göre farklılık gösteren plato evresinde, erkeklerde en sert ereksiyon hali oluşurken, kadınlarda ise genital bölgenin şişliği ve kayganlığı en yüksek seviyeye ulaşır (Erdoğan,2015).

#### **2.3.2.3 Orgazm**

Cinsel zevkin en üst seviyede olduğu evredir. Fiziksel orgazm, kişinin genital bölgesinin etrafındaki kasların istemsizce düzenli olarak kasılmasına denir. Orgazm evresinde çoğunlukla erkeklerde boşalma meydana gelir. Zevk duygusu cinsel organlarda oluşmasına rağmen birçok kişiye göre tüm vücutta hissedilmektedir.Süre bakımından dört evre içerisindeki en kısasıdır. Fakat cinsel hazzın en yoğun olduğu evredir.

#### **2.3.2.4 Çözülme**

Çözülme en son evredir. Bu evrede kişi kendini iyi hisseder ve rahatlar. Gerilen kaslar gevşer ve yüksek kan akışı normale döner. Genital organlar ilk hallerini alır. Bu evrede cinsiyete göre bazı farklılıklar yaşanır. Bunlardan biri erkekler bu evredeyken herhangi bir cinsel uyarılma alsalar dahi uyarılamazlar ve sertleşme meydana gelmez. Kadınlar

ise kısa sürede tekrar seksüel bir dönüt verebilirler (Mete, 2008; Köken, 2015: 356-381).

### **2.3.3. Psikolojik Olarak Cinsellik**

Biyoloji, sosyoloji ve psikoloji gibi disiplinler cinsellik ve cinselliğin işlevlerini tanımlamak, cinsel gelişim ve farklılıkları anlamlandırmak için çeşitli yaklaşımlar ortaya atmıştır (Hogben ve Byrne, 1998: 58-71; Andrews, 2005).

Cinselliği ele alan ilk kişi, psikanalitik kuramın kurucusu Sigmund Freud'dur. Cinselliği psikolojik açıdan ele alan Freud, kuramında insanın çeşitli gelişim dönemleri olduğundan bahsetmiştir. Freud çocukların 3-5 yaş arasındaki dönemin cinsel kimlik gelişimleri için çok önemli olduğunu savunmuştur. Freud'un cinsellik için önemli olan bu yaklaşımı uzun yıllar etkisini sürdürmüş, 1960'lı yıllardan sonra yerini sosyal, davranışsal ve bilişsel öğrenme kuramlarına bırakmıştır (Hogben ve Byrne 1998; Barut, 2004; Aydın, 2000: 332). Freud'un psikoseksüel gelişim evreleri oral, anal, fallik, gizli ve genital dönemden oluşmaktadır.

Erik Erikson da kişilik gelişimini dönemler halinde ele almaktadır. Freud cinsel gelişimi üzerinde çalışırken, Erikson bireyin sosyal gelişimi üzerinde durur. Bu nedenle kuramı, psikososyal kuram olarak adlandırılmıştır. Freud'un kişilik gelişimi beş dönemden oluşmakta ve on sekiz yaşında son bulmaktadır. Freud'a göre çocuk altı yaşlarında yetişkinlik kişiliğinin temel özellikleri son halini almaktadır. Fakat Erikson'a göre ise kişinin kişilik gelişimi ömür boyu devam etmektedir (Boeree, 2014). Bireyin kişilik gelişimi, belirli zaman dilimi içerisinde ve kademeli bir şekilde meydana gelir (Fleming, 2014).

Erikson'a göre insanın hayatı, temel güvene karşı güvensizlik, özerkliğe karşı kuşku ve utanç, girişimciliğe karşı suçluluk, çalışmaya ve başarılı olmaya karşı aşağılık duygusu, kimliğe karşı kimlik bocalaması, yakınlığa karşı yalıtılmışlık, üretkenliğe karşı durgunluk ve bütünlüğe karşı umutsuzluk olarak dönüm noktalarına sahip sekiz dönemden oluşmaktadır. Her dönemde bireyin atlatması gereken bir çatışma ve kriz vardır. Birey bu krizlerle iyi bir şekilde baş edebilirse sağlıklı bir kişilik geliştirebileceği vurgulanır. Buna göre birey, her dönemde bir sonraki dönemdeki sorunlarla baş edebilmek için gerekli donanımı kazanması gerekmektedir (Öztürk, 2006)

### **2.3.4. Toplumsal Olarak Cinsellik**

Cinsellik toplumsal düzeyde ele alındığında yaşanan toplumun değer yargıları, kuralları, cinsiyetlere yüklediği sorumluluklar, insanların yaşam biçimleri, cinselliğe bakış açıları, eş seçimleri ile ilişkili olduğu görülmektedir (Schuiling ve Likis, 2011; Barut, 2004).

Birey yaşamı boyunca cinselliği farklı şekillerde ifade etmektedir. Bu farklılıklara sebep olarak etik, kültürel, ahlaki ve manevi etkenler verilebilir (Schuiling ve Likis, 2011).

### **2.3.5. Cinselliği Etkileyen Faktörler**

Cinselliği etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörlerden bedensel olanlar bireyin vücudunda yaşadığı değişikliklerle ilgilidir. Bu değişiklikler bireyin yaşını, üreme durumunu, cinsel işlev düzeyini, hastalık geçmişi gibi konuları içerir. Psikolojik faktörler ise kişinin vücut imajı, cinsellik hakkında bilgisi, cinsiyet rollerine bakış açısı ve cinsel eş tercihlerini kapsar. Irk, etnik köken, sosyal statü, evlilik durumu, aile ve sosyal destek grupları, meslek ve eğitim düzeyi, aile planlaması bilinci ise bireyin sosyo-kültürel faktörlerin içerisinde yer alır.

#### **2.3.5.1. Yaş**

Cinsel gelişim hayat boyu devam eden bir süreçtir. Bireylerin her yaş döneminde cinsel özellikleri fizyolojik, duygusal ve sosyal yönleri ile ilişkili olarak değişim göstermektedir. Cinsel yaşam; bireylerin ergenlik döneminde kendini keşfetmesi, cinsel kimlik ve rollerinin gelişmesi ile başlamaktadır. Belli bir yaştan sonra kadınlarda menopoz ve menopoz sonrası dönemde bazı fizyolojik değişimler yaşanmaktadır. Bu değişimler kadın bireylerin cinsel yaşamlarını olumsuz bir şekilde etkilemektedir. Bununla birlikte yaşlanma ile kadınlarda cinsel istekte azalma, orgazma geç ulaşma ya da orgazm olamama, dispareni gibi durumlar yaşanırken erkekler de cinsel ilgide, erektil fonksiyonlarda ve libido da azalma ile erken ejakülasyon görülebilmektedir (Uysal ve Çakırcalı, 2015; Açıkgoz, 2007).

### **2.3.5.2. Cinsiyet**

Kadın ve erkeklerin cinsel ilişki talebi ve sıklığı ile konularda farklılık gösterdikleri bilinmektedir. Bu farklılıkların sebepleri olarak sahip oldukları cinsel organlar, baskın olan hormonlar ve fizyolojik özellikler olduğu belirtilmektedir. Araştırmalara göre erkeklerin cinsel isteklerinin kadınlara oranla daha fazla olduğu ve cinsel yaşamlarına daha uzun süre devam ettikleri bulunmuştur. Bunun yanı sıra kadınların cinsel yaşamlarının sosyal ve kültürel etmenlerden erkeklere göre daha fazla etkilendiği bildirilmektedir (Açıkgöz, 2007; Uysal ve Çakırcalı, 2015).

### **2.3.5.3. Benlik Saygısı**

Benlik saygısı bireyin kendine ne kadar değer verdiğinin göstergesi olarak tanımlanmaktadır. Bireyin kendine verdiği değer benlik saygısıdır (Uçar, 2008). Araştırmalara göre bireylerin benlik saygıları ile cinsel yaşamları arasında kuvvetli bir ilişki vardır. Benlik saygısı yüksek olan bireylerin cinsel yaşamlarında daha mutlu oldukları belirtilirken, benlik saygısı düşük olan bireylerde cinsel işlev bozuklukları ve cinsel isteksizlik gibi durumlar görülmektedir (Uysal ve Çakırcalı, 2015).

### **2.3.5.4. Psikolojik Sorunlar**

Fiziksel olduğu kadar psikolojik sorunlarda bireylerin cinsel yaşamlarını etkilemektedir. Depresyon gibi psikolojik sorunlar yaşayan bireylerde cinsel isteksizlik görülmektedir. Bunun yanı sıra bu psikolojik sorunlar eşler arasındaki iletişimi bozmakta ve cinsel hayatlarını etkileyebilmektedir (Açıkgöz, 2007; Ovayolu, 2017).

### **2.3.5.5 Kronik Hastalıklar**

Bireylerin hayatlarını olumsuz yönde etkileyen bir konu da kronik hastalıklardır. Bu hastalıklar bireylerin cinsel yaşamlarını da etkilemektedir (Tanrıverdi, 2017: 436-446). Kronik hastalıklar bireylerin cinsel işlev yeteneklerine etki ederek, bireyin cinsel ilişkiye girmesi hakkında korku hissine kapılmasına neden olmaktadır. Bununla birlikte bireyi tedavi etmek amacıyla kullanılan ilaçlar ve cerrahi operasyonlar bireylerin beden imajlarına zarar verebilmektedir. Bu zararın sonucunda ise bireylerin cinsel isteklerinde azalma meydana gelebilmektedir (Uysal ve Çakırcalı, 2015; Tanrıverdi, 2017: 436-446).

### 2.3.6 Cinsel İşlev Bozuklukları

Cinsel işlev bozuklukları kişilerin en sık karşılaştığı sorunlardan biridir. Yapılan araştırmalara göre her üç kişiden birinin hayatlarının bir döneminde cinsel işlev bozukluğu ile karşılaştığı bilinmektedir (CETAD, 2007).

Cinsel işlev bozukluğu, bireylerin cinsel yaşamlarında hissettikleri cinsel arzuda azalmalar ile ortaya çıkan ve birçok psikolojik ve fizyolojik farklılıklardan etkilenen bir problemdir (Karakoyunlu, 2007).

Cinsel işlev bozukluklarının genellikle psikososyal, kültürel ve fizyolojik etkilerin karşılıklı etkileşimi ile oluştuğu düşünülmektedir (Tanrıverdi, 2017). Bu bozukluklar cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Cinsel işlev bozukluğu erkeklerde erken boşalma, cinsel arzuda azalma, ereksiyon bozukluğu gibi problemlerle kendini gösterir. Kadınlarda ise orgazm bozukluğu, cinsel arzuda azalma, disparoni gibi problemler görülebilmektedir (Ayaz, 2007).

Dünya çapında yapılan birçok araştırma cinsel işlev bozukluklarının nedenlerini araştırmıştır. Birkaç nedene ulaşılsa da bireyde aniden ortaya çıkan bu bozuklukların neden kaynaklandığı kesin olarak bulunamamıştır (Poroy, 2010).

Cinsel işlev bozuklukları ile ilk kez karşılaşan bireylerin hayatlarında bazı neden olacak konular saptanmıştır. Bunlar; bireyin partneriyle yaşadığı uyumsuzluk, cinsel hayatlarında yaşanan iletişim problemi, cinsel bir sağlık sorunu, fiziksel veya ruhsal rahatsızlıklar, stres, evlilik öncesi yaşantı ve çocuk sahibi olma korkusu gibi konulardır (Kankaya, 2015).

Gelişmemiş ve gelişmekte olan çoğu toplumda karşılaşılan cinsel hayat hakkında doğru olmayan inanışlar, cinsel mitler vardır. Bu inanışlar bireyin kendisini cinsel yaşamında yetersiz hissetmesine, kendini suçlamasına, anksiyete problemi yaşamasına neden olmaktadır. Bu yaşanan problemler ise bireyin cinsel işlev bozukluğu yaşamasına temel hazırlamaktadır (Kayır, 2001; Yaşan ve Gürgen, 2004: 72-76).

Cinsel işlev bozukluğu, bireyin cinsel yanıt ve istek döngüsünü meydana getiren psikolojik ve fizyolojik farklılıklarda, kişiler arası zorluklara sebep olacak seviyede bozulmasıdır (DSM-V, 2013). Bireyin cinsel işlev bozukluğu tanısı alabilmesi için “yineleyici ve sürekli” olması gerekmektedir.

DSM-V'de (2013) cinsel işlev bozukluğu için alt belirleyenler belirtilmiştir. Bireyin partnerinin yaşadığı cinsel sağlık sorunları, partneriyle arasında iletişim problemi, cinsel istek konusunda uyumsuzluk, bireyin yaşadığı depresyon, kaygı veya düşük beden imajı ve toplumdaki cinselliğe yönelik yasaklardan dolayı bireyin isteklerine ket vurması cinsel işlev bozukluğuna sebep oluşturan etkenler olarak ele alınabilir. Ve bu etkenler iç içe geçmiş olabilirler.

Psiko-sosyolojik etkenlerin içerisinde hazırlayıcı etkenler olarak bireyin tutucu bir ortamda yetişmesi, travmatik cinsel deneyimler yaşaması, cinsel bilgi eksikliğinin olması, patolojik aile içi ilişkilere sahip olması, stresli bir yaşam biçimi olması, ve cinsellik hakkında gerçek dışı ve olumsuz beklentileri olması vardır. Başlatıcı etkenler de ise bireyin bedensel hastalıkları, cinsel bilgi eksikliği, sadakatsizliği, gerçekçi olmayan beklentileri, psikiyatrik bozuklukları ve eş kaybı sayılabilir. Bireyin performans anksiyetesi, eşinin çekiciliğini yitirmesi, cinsel bilgi eksikliği, ilişkide iletişim güçlükleri ve sorunun çözümü ile ilgili yanlış uygulamalar gibi etkenler cinsel işlev bozukluğunun sürdürücü etkenleri olarak ele alınmaktadır (Çeri vd., 2008 :75).

### **2.3.6.1 Kadınlarda Cinsel İşlev Bozuklukları**

Kadınlarda görülen cinsel işlev bozuklukları çok yönlü olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımın içinde kadınların psikolojik, biyolojik, tıbbi, kişisel ve sosyal yönleri girmektedir.

#### **2.3.6.1.1 Cinsel İstek Bozuklukları**

Cinsel istek bozuklukları, cinsel istekte azalma bozukluğu ve cinsel tikslenme bozukluğu alt başlıkları halinde ele alınmaktadır.

**Cinsel İstek Azalma Bozuklukları:** Bireyin hayatındaki bazı olumsuz etkenlerle birlikte sürekli ya da tekrarlayıcı olarak cinsel yaşamındaki isteğin azalması veya tamamen kaybolması olarak tanımlanmaktadır. Kadın partneriyle arasındaki cinselliği başlatmak için kendisinde yeterli enerjiyi bulamaz. Bu yüzden kadında vajinal bir ıslanma ya da göğüslerde uyarılmalar azalmış veya yok olmuştur.

Kadınlar erkeklere oranla cinsel arzu konusunda daha kırılığandır. Cinsellik yaşamlarında psikolojik sorunlardan etkilenirler. Cinsellikle ilgili sorunlar yaşandığında kadının partneriyle olan ilişkisi gözden geçirilmelidir. Bu yüzden cinsel

istek bozukluklarının tedavisinde sadece fiziksel olan sorunlarla değil, ruhsal sorunlarla da ilgilenilmelidir.

**a- Hipoaktif Cinsel İstek Bozuklukları:** Kişinin cinsel fantezilerinde ya da cinsel aktivitede bulunma isteğinde, sürekli veya tekrarlayıcı bir şekilde azalma yaşanması ya da isteğinin yok olmasıdır.

**b- Cinsel Tikslenme Bozuklukları:** Kişinin partneriyle, sürekli ve tekrarlayıcı bir biçimde cinsel ilişki kurmaktan aşırı tiksinti duyması veya cinsel ilişki yaşamaktan kaçınmasıdır. Kişinin çocukluğunda yaşadığı fiziksel veya cinsel taciz nedeniyle görülebilir. Bu bozukluk kişilerarası problemlere neden olur.

#### **2.3.6.1.2. Cinsel Uyarılma Bozuklukları**

Kişide devamlı veya tekrarlayıcı olarak, cinsel uyarılmanın, ıslanma ve kabarmanın yeterli bir düzeyde olmaması ve bunu ilişki bitene kadar devam ettirememesi cinsel uyarılma bozukluğu olarak tanımlanmaktadır. Türkiye'deki cinsel uyarılma bozukluğunun temelinde yatan sebep ise eğitimin eksik olmasıdır. Bir diğer nedeni ise eşi cinsel yönden iyi tanımamak veya cinsel yaşam deneyiminin az olmasıdır. Birçok kadın cinsel ilişkiye istekli bir biçimde başladığını fakat eşinin cinsel açıdan uyarılmasının yetersiz olduğunu belirtmektedir.

Günümüzde hala cinselliğin erkekler için daha önemli olduğunu düşünenler vardır. Cinselliğin amacının kadının kocasını ya da partnerini memnun etmek olduğuna inanılmaktadır. Bu bazı toplumlarda kabul edilen yanlış cinsel inanışlar arasındadır. Kadın cinsel hayatında eşini veya partnerini değil kendini düşünmelidir. Cinselliği kendisi için istemeli ve bunun için emek harcamalıdır. Evliliğin her alanında olduğu gibi cinsel yaşamda da bireyler arası iletişim çok önemlidir. Çiftler arasında yaşanan iletişim eksikliği veya problemleri cinsel yaşamı etkilemektedir.

**Orgazm Bozukluğu:** DSM-IV'e tanımına göre orgazm bozukluğu, kişinin sürekli veya tekrarlayıcı olarak orgazmda gecikme yaşaması veya orgazm olamama durumudur. Bu durumun ortaya çıkmasında ameliyatlar, travma veya hormonal yetersizlikler etkili olabilmektedir. Ülkemizde orgazm bozukluğu yüksek oranlarda görülmektedir. Bunun nedeni olarak yeteri kadar cinsel eğitim, deneyimin olmaması ve cinsel mitlerin yaygınlığını belirtilmektedir.

Orgazm olma kadınlar arasında kişiden kişiye göre farklılık göstermektedir. Buna rağmen, orgazm öncesi ön sevişmenin ve klitoral uyarının yeterli olmaması kişinin orgazm olmasını zorlaştırır. Kadın yeterince haz alamadığı ve orgazm olamadığı bir aktiviteyi istemeyebilir ve bunun sonucu tabloya istek bozukluğu eklenebilir.

Orgazm olamama durumu gençler ve cinsel olarak deneyimsiz kişiler arasında daha çok ortaya çıkmaktadır. Ülkemizde orgazm olamama ile başvuran kişi sayısı çok azdır. Bunun sebebi olarak kadınların bu durumu sorun olarak görmemeleri, eşleri yada partnerlerinin mutluluğuna odaklanmaları ve bu konuda ne yapacaklarını, kiminle görüşmeleri gerektiğini bilmemesidir.

### **2.3.6.1.3. Cinsel Ağrı Bozukluğu**

Cinsel ağrı bozuklukları disparoni ve vajinismus olmak üzere iki kategoriye ayrılmaktadır.

**Disparoni:** Fiziksel nedenlerin en sık rastlandığı cinsel bozukluktur. Kadında sürekli bir şekilde cinsel ilişki sırasında yaşanan genital ağrı olarak tanımlanmaktadır. Cinsel birleşmede ağrı yaşayan kadının ilk olarak fiziksel olarak kontrol edilmesi gerekmektedir.

Disparoninin ortaya çıkmasında cinsel veya idrar yollarına aile enfeksiyon, doğum sırasında ortaya çıkan yırtılmalar, tümörler ve bağırsakla ilgili hastalıklar gibi birçok rahatsızlık sebep olabilir. Bunların yanı sıra psikolojik sorunlara bağlı olarak da disparoni meydana gelebilir. Travmatik durumlar (tecavüz, cinsel saldırı vs.) yaşayan kadınlar cinsellikten korkar ve kaçınmaya başlar, bu da disparoniye sebep olur.

**Vajinismus:** Vajinanın dış kaslarının sürekli ve tekrarlayan bir şekilde istem dışı kasılması olarak tanımlanmaktadır. Toplumlarda insanların inandıkları cinsellik hakkındaki yanlış inanışlar vajinismusun ortaya çıkmasında büyük rol oynamaktadır. Sadece gelişmemiş veya gelişmekte olan toplumlarda değil gelişmiş toplumlarda bile cinsel eğitim doğru ve uygun bir şekilde verilmemektedir.

Türkiye’de kız çocuklarına ergenlikten itibaren anlatılmaya başlanan ilk gece kabusu vajinismus için önemli bir taban oluşturmaktadır. Bunun yanında toplum olarak bekarete verilen önem o geceye ait kaygıları arttırarak, vajinismus gelişimine etki etmektedir.

#### **2.3.6.1.4. Genel Tıbbi Bir Duruma Bağlı CİB**

DSM 4'e göre fizik muayene ya da laboratuvar bulgularından elde edilen verilerde CİB'nin genel tıbbi bir durumun doğrudan fizyolojik etkileri ile tam olarak açıklanabileceğine ilişkin kanıtların olduğu durumlarda bu kategori kullanılır.

Bu kategori DSM 5'te çıkarılmıştır.

#### **2.3.6.1.5. Madde Kullanımının Yol Açtığı CİB**

CİB'nin madde kullanımı ile tam olarak açıklanabileceğine ilişkin kanıtlar hastanın cinsel yakınma öyküsü, fizik muayene ya da laboratuvar bulgularından elde edilen verilerdir. Bu bulgular doğrultusunda CİB'nin madde kullanımı ile tam olarak açıklanabiliyorsa bu kategori kullanılır.

#### **2.3.6.1.6. Başka Türü Adlandırılmayan CİB**

Cinsel fobiler, cinsel doyum eksikliği ve maskelenmiş bozukluklar gibi başka türlü adlandırılmayan ve başka herhangi özgül bir CİB için tanı ölçütlerini karşılamayan bozukluklar için bu kategori kullanılır.

#### **2.3.6.2. Erkeklerde Cinsel İşlev Bozuklukları**

Kadınlar gibi erkeklerde yaşadığı toplum tarafından etkilenecek büyütülürler. Kadınlar erkekler için ele geçirilecek ve cinsel olarak kendilerini tatmin edecek kişiler olarak görülürler. Bu öğretilere dikkate alarak erkek, cinsellik yaşayacağı ve evleneceği kadını birbirinden ayırmış olur. Bu yüzden evlendikleri kadınla cinsel anlamda yakınlaşmakta zorluk yaşamaktadırlar.

DSM IV'de (1994) erkek cinsel işlev bozuklukları aşağıdaki gibidir:

##### **1. Cinsel İstek Bozuklukları**

A- Cinsel İsteksizlik

B- Cinsel Tiksinti Bozukluğu

##### **2. Cinsel Uyarılma/Sertleşme Bozuklukları**

##### **3. Cinsel Orgazm Bozuklukları**

A- Anorgazmi (İnhibe Erkek Orgazmı)

B- Erken Boşalma (Prematür Ejakülasyon)

C- Geç Boşalma (Retarde Ejakülasyon)

D- Fizyolojik (Anhedonik Orgazm)

E- Doyumsuzluk

4. Cinsel Ağrı Bozuklukları

A- Disparoni

B- Ağrılı Ejakülasyon

5. Genel Tıbbi Duruma Bağlı Cinsel İstek Bozukluğu

6. Madde Kullanımının Yol Açtığı Cinsel İşlev Bozukluğu

7. Başka Türü Adlandırılmayan Cinsel İstek Bozukluğu

### **2.3.6.2.1. Cinsel İstek Bozuklukları**

Erkeklerde görülen cinsel istek bozukluğu erkeğin eşine duyduğu isteğin azlığı değildir. Erkeğin hem cinsel fantezi kurmak için hem de cinsel birliktelik yaşamak için az istek duymasıdır.

Araştırmalara göre, erkekler cinsel istek konusunda sorun yaşadıklarında gerekli yerlere başvurmaktan kaçınmaktadırlar. Bu davranışın sebepleri vardır. İlk olarak bu istek bozukluğunun erkekte erektil işlev bozukluğuna neden olması ve yapılan muayenelerin fiziksel olarak yapılması. Bir diğeri ise toplumlarda yer alan yanlış cinsel inanışlardan biri olan “erkeğin her an her şartta cinsellik için hazır bulunduğu” dur. (Ziya, 2015).

**A- Cinsel İsteksizlik:** Cinsel istek bozukluğu, sürekli ve tekrar eden cinsel fantezilerin ve cinsel aktivitede bulunma isteğinin azalmış olması ya da tamamen kaybolma durumudur. (CETAD,2007)

**B- Cinsel Tiksinti Bozukluğu:** Sürekli ya da tekrar eden, kişinin eği yada partneriyle cinsel iliğki kurmaktan ağırı tiksinti duyması veya cinsel iliğki yaşamaktan kaçınmasıdır. Erkeklerde kadınlara oranla daha az görülür. (CETAD,2007)

#### **2.3.6.2.2. Cinsel Uyarılma/Sertleşme Bozuklukları**

Kişide devamlı veya tekrarlayıcı olarak, cinsel uyarılmanın, ereksiyonun yeterli bir düzeyde olmaması ve bunu iliğki bitene kadar devam ettirememesi cinsel uyarılma veya cinsel sertleşme bozukluğu olarak tanımlanmaktadır.

Cinsel uyarılma/sertleşme bozukluğu, erkeklerde en çok görülen cinsel işlev bozukluklarında ikinci sırada yer almaktadır. Bu sorunun nedenleri psikolojik veya organik olabilmektedir (Ziya, 2015).

Erkek cinsel birliktelik esnasında stresli veya kaygılı bir ortam yerine daha sakin bir ortam ve durumda olursa, erektil reflekslerini sorun yaşama olasılığı daha düşüktür (Kankaya, 2015).

#### **2.3.6.2.3. Cinsel Orgazm Bozuklukları (CETAD, 2007)**

**A- Anorgazmi (İnhibe Erkek Orgazmı):** Kişinin sürekli veya tekrarlayıcı olarak orgazmda gecikme yaşaması veya orgazm olamama durumudur (CETAD, 2007)

**B- Erken Boşalma (Prematür Ejakülasyon):** Kişinin sürekli veya tekrarlayıcı olarak çok az bir cinsel uyarılma ile ve kişinin istemesinden önce, vajinaya girme öncesi, girer girmez ya da hemen sonra ejakülasyonun olmasıdır (CETAD,2007).

**C- Geç Boşalma (Retarde Ejakülasyon):** Erkek hiç orgazm olamaz ya da orgazm olabilmesi için uzun ve yoğun bir uyarılma sürecine gereksinim duyar. (CETAD, 2007)

**D- Fizyolojik (Anhedonik) Orgazm:** Erkekte duygusal olarak orgazm zevki yaşamadan boşalma olur. Geç boşalmadan farkı fizyolojik olarak rahatlama gerçekleşse de erkek birey orgazm zevki alamamaktadır (CETAD, 2007)

**E- Doyumsuzluk:** Bazı erkekler orgazm konusunda bir problem yaşamazlar. Fakat başarılı bir şekilde orgazm olduktan sonra bile yeterli tatmin duygusu yaşayamazlar. (CETAD, 2007)

#### 2.3.6.2.4. Cinsel Ağrı Bozuklukları

**A- Disparoni:** Erkeklerde sürekli ve tekrarlayıcı bir şekilde cinsel ilişki sırasında yaşanan genital ağrı olarak tanımlanmaktadır. Ağrı cinsel birliktelik öncesinde, sırasında veya sonrasında gerçekleşebilir. (CETAD, 2007)

**B- Ağrılı Ejakülasyon:** Genellikle üretra, prostat ve mesane enfeksiyonu gibi durumlara bağlı oluşur. Bu tür sorunu olan erkekler boşalma sonrası peniste yanma hissinden yakınır. (CETAD, 2007)

#### 2.3.7. Cinsel Yaşam Doyumu

Cinsellik evlilik kavramında bağlayıcı güç olarak bulunmaktadır. Sağlıklı cinsel yaşam, eşler arasındaki iletişime özel bir bağ olarak eklenmektedir. Bu bağ eşler arasındaki bağı ve yakınlığı arttırarak ilişkilerinde gerçekleşen gerilimleri de azaltmaktadır (Canel, 2012).

Sağlıklı bir cinsel yaşam ise eşlerin cinsel yaşamlarını yaşadıkları ortam, cinsel ilişki sıklığı gibi etkenlerle ilişkilidir. Cinsel yaşamlarında sorun yaşamaması çiftlerin hayat ve evlilik doyumu düzeylerini de olumsuz bir yönde etkilemektedir. Bunun yanı sıra sağlıklı cinsel yaşamları olan çiftlerin birbirlerine olan sevgileri yenilenmekte ve aralarındaki bağ giderek güçlenmektedir (Canel, 2012).

Duygusal bakımdan sağlıklı bir cinsel ilişki, kişinin kendini veya eşini/partnerini zorlamadan kişisel isteklerine göre cinselliği yaşamasıdır. Cinsel ilişkide her iki taraf da yaşananları istemeli ve kabul etmelidir. Bunu sağlamak için ise çiftlerin cinsel yönden birbirlerine kendilerini ifade etmeleri gerekmektedir ( La France ve Betty, 2010).

Literatüre bakıldığında doyum ve cinsel doyum ile ilgili birçok tanım bulunmaktadır. “Doyum bir mutluluk düzeyidir” (Collard, 2006: 330-354). “Doyum iyi oluş halinin sürekli olarak devam etmesidir” (Ward, Lundberg, Zabriskie ve Berrett, 2009: 412-429). Duygusal bir reaksiyon olarak ele alınan cinsel doyum, bireyin cinsellikle ilgili pozitif ve negatif yönlerini öznel biçimde değerlendirmesidir. Cinsel doyum, evliliğin devam etmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Turan, 2013).

### **2.3.7.1 Cinsel Yaşam Doyumunun Etkileri**

Cinsellik ve evlilik ilişkisi birçok araştırmacı tarafından ilgi çekici bulunmuştur. Huston ile Vangelisti, evliliğinin ilk iki yılında olan 106 çiftle uzun zamanlı çalışmalar yapmıştır. bu çalışmalar sonucunda kadınların cinsel doyumlarının eşlerinin cinsel tatminleri ile bağlantılı olduğu ortaya çıkmıştır. Bunun yanı sıra cinsel doyumun erkek ve kadınlar için de evlilik mutluluklarına olumlu bir katkısı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmacılara göre cinselliğin evlilikteki rolü ilk iki seneden sonra yavaş yavaş ortaya çıkmaktadır (Gülsün ve ark, 2009: 68-79).

### **2.3.7.2 Cinsel Yaşam Doyumunun Boyutları**

Cinsel doyum, kişinin duyguları, düşünceleri, kişisel tutum ve inançları gibi birçok ögeyi kapsamaktadır. Önceki cinsel tecrübeleri, kişinin güncel beklentileri ve gelecek hayalleri ile cinsel doyum arasında bağlantı bulunmaktadır. Literatürde cinsel doyumun boyutları olarak sıklık, iletişim, doyum, kaçınma, dokunma ele alınmaktadır.

#### **2.3.7.2.1. Sıklık**

Cinsel ilişki sıklığı kadın ve erkeklere göre farklı anlamlar içermektedir. Erkeklerin sevgilerini gösterme ve cinsel ilişki sıklığı arasında yüksek düzeyde ilişki saptanırken, kadınların evlilik doyumunu ile cinsel ilişki arasındaki ilişkinin zayıf olduğu bulunmuştur.

#### **2.3.7.2.2. İletişim**

Çiftlerin bağlılık düzeyleri ile birlikte geçirdikleri zaman arasında ilişki saptanmıştır. Evli çiftler arasındaki bağın zayıflaması cinsel ilişkideki iletişimi de olumsuz bir yönde etkilemektedir. Litzinger ve Gordon (2005: 409-424) yaptıkları çalışmalarda ise evlilik doyumunda cinsel doyum ve iletişim ayrı ayrı etkili olduklarını fakat cinsel doyum ve iletişim arasında bir bağlantı bulamadıklarını rapor etmişlerdir (Öztürk ve Arkar, 2014: 16-24).

#### **2.3.7.2.3. Doyum**

Cinsel doyum bireyin yaşadığı cinsel ilişkiden aldığı haz olarak tanımlanmaktadır. Kişinin doyum düzeyi, kişinin cinsiyeti, yaşı, cinsel tecrübeleri, yaşam koşulları ve yaşadığı kültür gibi birçok ögeden etkilenmektedir. (Varma ve ark, 2006: 183).

#### **2.3.7.2.4. Kaçınma**

Cinsel tiksinti duyma bozukluğu (CTDB), sürekli ya da tekrar eden, kişinin eşi yada partneriyle cinsel ilişki kurmaktan aşırı tiksinti duyması veya cinsel ilişki yaşamaktan kaçınması olarak tanımlanmaktadır. CTDB, cinsel isteksizlik, vajinismus gibi bozukluklarla birlikte veya cinsel taciz ve tecavüzün sonucu olarak görülmektedir. Tedavisi zor olan bir bozukluktur (Doğan, 2006: 192).

#### **2.3.7.2.5. Dokunma**

Bireylerin cinsel açıdan kendilerine veya başkalarına yaptıkları her şey cinsel davranış olarak tanımlanmaktadır. Cinsel yakınlık kurmak karşındaki kişi ile cinsel ilişkiye girmesi değildir. Cinsel yaşantı ya da yakınlık, kişinin partnerini öpmesi, ona dokunması, sarılması, erotik sohbet etmesi, masaj yapması, öpüşmesi ve yalnızca bakışması gibi aktiviteleri kapsamaktadır (Bozdemir ve Özcan, 2011: 39).

### **2.3.8. EVLİLİK VE CİNSELLİK**

Kişinin karşı cins ile ilişkileri ve kurduğu ailenin hayat biçimi, toplumun temel taşlarından. Cinsellik ve cinselliği yaşama biçimi, yaşanılan toplumun kültürünü ve insanların yaşayış biçimlerini etkilemektedir. Çok boyutlu olan cinsellik kavramı, din, sanat, sosyal ve ekonomik alanlarda da görülmektedir.

Kişinin kişilerarası ilişkilerindeki yerini koruyan ve bu ilişkilerinin devam etmesine destek olan cinsellik kavramı kişinin hayatında önemli bir role sahiptir (Maner, 2001; akt. Alkan, 2008). Cinsellik ve cinsel yaşam kişinin hayatından ayrı düşünülemez. Bu yüzden bireyin cinsel hayatında yaşadığı herhangi bir sıkıntı çiftin evlilik uyumunu ve eşi ile arasındaki uyumu etkilemektedir (İncesu, 2006).

Evlilik kurumunun toplum açısından birçok işlevi bulunmaktadır. Bunlardan bir tanesi ise cinsel isteğin evlilik ilişkisi ile karşılanması ve bunun toplum tarafından da kabul görmesidir (Aktaş, 2009). İki kişiyi birbirlerine yakınlaştıran, aralarında yoğun bir etkileşim oluşmasına neden olan kavram cinsel davranış olarak tanımlanmaktadır. Bu yoğun etkileşimin olduğu yerde kişi kendini ya mutlu ya da mutsuz hisseder. Cinsel birliktelikle beraber kişiye ayrı bir sorumluluk yüklenir. Beraber sinemaya giden iki insan birbirlerinden bir beklenti içerisinde olmazken, cinsel ilişki yaşayan iki kişi bazı sorumluluklar üstlenirler. Bu sebepten ötürü dünyanın varoluşundan itibaren cinsel

birlikteliğin olduğu aile kurumunda cinsel ilişkiyi düzene sokan kurallar getirilmiştir (Cüceloğlu, 1998).

Evlilik kurumu birbirleri ile bağlantılı olan birçok ilişkiyi kapsamaktadır. Bu bağlantılar nedeniyle bir ilişki bozulduğunda diğerine de yan sımaktadır. Bu sebeple çiftlerin duygularını ve düşüncelerini paylaşımlarında, bazı vakitlerini beraber geçirmelerinde, birbirleriyle anlaşmaları gereken ortak konularında (çocuk gibi) ve cinsel hayatlarında uyum içinde olmaları gerekmektedir. Bahsedilen tüm ilişkilerin her biri evlilik kurumu içerisinde aynı önem seviyesine sahiptir.

Evlilikte yaşanan cinsellik kişilerin evlilik hayatlarında yaşadıkları zorluklar karşısında baş etmede gerilimi azaltmaktadır (Erbek ve ark.,2005: 39-47). Bu yüzden evlilikte kişilerin cinsel anlamda anlaşmaları mutlu bir evlilik hayatı için gerekli olduğu ifade edilmektedir.

Evlilik hayatında uyumlu bir cinsel hayatın yanı sıra cinsel bazı sorunlar da görülebilmektedir. Kişilerin bu problemleri çözmek için karşılıklı bir şekilde konuşabilmeleri, özellikle cinsellik hakkında paylaşımlar yapabilmelidirler (Kankaya, 2015).

Evlilikte yaşanan cinsel sorunların temelinde kadın ve erkeğin kendi ve karşı cinsin fizyolojilerini bilmemesi vardır. Kadın fizyolojisi sebebiyle eşine oranla daha geç uyarılmaktadır. Bu sebeple çiftin aynı zamanda ruhsal olarak bir cinsel birlikteliğe başlayabilmeleri için kadının önceden eşi tarafından cinsel birlikteliğe hazır hale getirilmelidir (Özüğurlu, 2013).

Eş desteği, evlilik hayatında önemli bir yere sahip olup çiftlerin evlilik doyum seviyelerini yükseltmektedir. Evlilik doyumunda önemli bir rol oynayan bir diğer faktör ise cinsel memnuniyettir. Çiftin cinsel yaşamındaki iletişim kalitesi kişilerin evlilik hayatlarındaki mutluluğu da etkilemektedir. Bu sebeple eşlerin yaşadıkları tatminkar bir cinsel hayat evliliklerinden de doyum almalarını sağlamaktadır (Çağ ve Yıldırım, 2013: 13-23).

“Şimdi ve burada” ilkesi kişilerin evliliklerinin uyumlu bir şekilde devam etmesi için gerekli bir şarttır. Eğer çiftler anı yaşayamazlarsa ve birbirlerini destekleyemezlerse cinsel hayatlarından tatmin olmazlar. Kişilerin geçmişleri ve gelecekleri hakkında

duydıkları kaygılar da çiftlerin cinsel hayatlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Bunun sonucunda çiftler sağlıklı ve olumlu bir cinsel hayat yaşayamamaktadırlar. Birlikte oldukları anları bir bütün olarak yaşayan çiftler mutlu ve uyumlu bir ilişkiye sahiptirler. Bunun yanı sıra eğer çiftler birbirlerini sadece cinsel nesne olarak görüyorlarsa aralarında uyum problemleri yaşanmaya başlar ve bu problemler uyumsuz ve mutsuz bir evliliği beraberinde getirir ( Özkan, 2008)

Toplumlarda cinselliğin güç göstergesi olduğuna dair yanlış bir algı bulunmaktadır. Cinsel güdü çoğunlukla erkeğin gücü ya da güçsüzlüğünü belirten bir gösterge olabilmektedir. Erkek ne kendinin ne de karşı cinsin fizyolojisini, uyarılma aşamalarını bazen bilememektedir. Bunun sonucunda ise kendini erkek olarak kanıtlayamama durumu ortaya çıkmakta ve erkek kendini güçsüz hissedebilmektedir. Bazen kişi bu duygusunu eşinden saklayıp, ona karşı olumsuz davranışlar gösterebilir. Eşini tatmin edemediğini gören erkek için karısı güçlü bir dişi olarak algılanmaktadır. Bu şekilde devam eden süreç zamanla erkeğin kadına karşı olan duygu birikimi ile birlikte olumsuz davranışlara neden olabilir. Kadın eşi tarafından sindirilmeye çalışılabilir ve aşağılanabilir (Özüğurlu, 2013).

Cinsellik doyumunu evlilikte çok önemli bir yere sahip olmasına rağmen bazen ikinci plana atılabilmektedir. Erkekler cinsel ilişkide boşalım yaşadıkdan sonra uyku haline geçebilir. Bu rahatlama ve uyku ise eşi tarafından hoş karşılanmayabilir. Kadın boşalım yaşamadığı için kendini kullanılmış hisseder. Aslında burada iki taraf için beklentiler ve doyum hali farklıdır. Kadın cinsel birleşme öncesi erkek tarafından ilgi beklerken, erkek cinsel birleşme ve boşalma ile ilgilenmektedir. Bu durum, erkeğe anlık bir haz verse de kadına kendini engellenmiş hissettirmektedir. Bu yaşanan ilişki kişinin canlı bir nesneyle mastürbasyon yapması ile aynı anlamı taşımaktadır. Bu yaşananların sonucu ise kişiler için yalnızlık ve boşluktur (Gençtan,1996).

Kadınlar tarafından hoş karşılanmayan erkeğin uyku durumu aslında erkeğin biyolojik yapısı nedeniyle oluşmaktadır. Erkeklerin cinsel birliktelik sonrası yaşadıkları narkolepsi durumu oksitosin hormonunun etkisiyle oluşmaktadır. Cinsel birleşme sırasında kişilere haz veren ve güven yartan oksitosin hormonu, kadınlarda boşalım sonrası konuşma isteğini, erkekler de ise uyuma halini arttırmaktadır (Brizendine, 2014).

Kadınlarda evlilik doyumu düzeyi cinsel ilişkideki doyumu da etkiler. Kişi evlilikten yeterli doyumu almıyorsa cinsel yaşam doyum düzeylerinde de azalma olmaktadır. Bu sebeple karşı cinse olan dokunma davranışları da azalmaktadır. Bu da kadının cinsel birliktelikten kaçınmasına , orgazm olamamasına ve cinsel işlev bozukluklarının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Erkeklerde de bu durum görülebilmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014).

Türkiye’de evli kadınların %90’nı eşleri ile duygusal açıdan iletişim kuramamaktadırlar (Özüğurlu, 2013). Kadının cinsel birleşmeden haz duyma konusunda eşine de sorumluluklar düşmektedir. Eşyle birlikte orgazm olamayan erkek, bu sorun için önlemler almalı, eşini doyuma ulaştırmak için kendi noksanlıklarını tamamlamalıdır (Bilen ve Topçuoğlu, 2008).

Uluslararası Nüfus Kalkınma Konferansı Eylem Programı Türkiye'nin de içinde bulunduğu 180’den fazla ülke tarafından onaylanmıştır. Program kişilerin aktif cinsel yaşamlarının başlangıcından önce cinsellik ve üreme konularını içeren yetişkin eğitimlerine katılması önerisiyle cinsel sağlık eğitimi için bürokratik zemin oluşturmuştur. Bu zemin doğrultusunda Sağlık Bakanlığı ve Milli Eğitim Bakanlığı İşbirliği ile bir çok proje ve cinsel eğitim programları gerçekleştirilmiştir. Fakat buna rağmen ülkemizde evlilik danışmanlığı hizmeti sunan yeterli sayıda kuruluş bulunmamaktadır. Bununla birlikte toplumda yaşanan değişimle birlikte ülkemizde evlilik danışmanlığına olan ihtiyaç ve talep artmaktadır (Akin, vd., 1994; Vakfi, İ. K. G.,2000).

#### **2.4. İlgili Araştırmalar**

Öner (2013)’ün yaptığı çalışmaya göre evli bireylerin evlilik çatışmaları, çatışma çözüm stilleri ve evlilik uyumlarında cinsiyet gruplarına bağlı olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Çatışma çözüm stillerinin alt boyutu olan olumlu çatışma çözüm ve çatışmanın yaygınlığında ise kadın bireylerin çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık bulunurken, sadece olumlu çatışma çözüm stilinde ise eğitim durumlarına göre anlamlı farklılık bulunmuştur. Bunun yanı sıra araştırmada kişilerin çocuk sahibi olma durumlarına göre olumlu ve olumsuz çatışma çözüm stilleri alanında, çocuk sayısı durumlarına göre ise evlilik uyumunda anlamlı bir farklılık tespit gözlenmiştir.

Yapılan bir araştırma sonuçlarına göre evlilik doyum düzeyleri düşük katılımcılarda en sık görülen çatışmalara başlama biçimleri sert iken, çatışma yönetim biçimleri düşmancadır. Evlilik doyum düzeyleri düşük olan bireylerin söylemlerine göre eşlerinin büyük çoğunluğunun yönetim biçimleri düşmancadır. Evlilik doyum düzeyleri yüksek olan katılımcılarda en sık görülen çatışmalara başlama biçimleri yumuşak olup, çatışma yönetim biçimleri onaylayandır. Evlilik doyum düzeyleri yüksek olan katılımcıların söylemlerine göre eşlerinin büyük çoğunluğunun çatışma yönetim biçimi onaylayandır (Kavak, 2018).

Taşköprü (2013) yaptığı çalışmada 323 katılımcının evlilik doyumunu ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan analizlere göre evlilik doyumunu ve problem çözme becerileri arasında zayıf olsa bile pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

155 evli çiftin katıldığı Ünal(2016) tarafından yapılan çalışmaya göre olumlu çatışma çözüm stiline cinsiyet grubu ayırt etmeksizin kişilerin evlilikteki uyumları ile birlikte evlilikten duydukları doyumları yordamıştır. Ayrıca erkeklerin olumlu ve olumsuz problem çözme stili hem kendilerinin hem de eşlerinin evlilik doyumunu evlilik uyumu aracılığıyla yordamıştır.

Turgut (2018) 'un yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre evlilik çatışma sıklığı cinsiyet grubuna bağlı olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Evlilikte bireyler arasındaki çatışma sıklığı arttıkça evlilik doyumunun azaldığı tespit edilmiştir.

Yapılan başka bir çalışmada kişinin seçtiği ve kullandığı çatışma çözme stillerine göre evlilik doyumunun düzeyinin değiştiği gözlenmiş, aralarında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Evlilik ilişkisi içerisindeki kişilerin problemleri çözme becerileri arttıkça evlilikten aldıkları doyum da artmaktadır (Özkan, 2019).

Kafkaslı (2019) tarafından yapılan çalışmanın sonucuna göre evli bireylerde problem çözme becerisi arttıkça evlilik doyumunun da arttığı görülmüştür. Bunun yanı sıra somatizasyon düzeyleri arttıkça evlilik doyumunu ve problem çözme becerisi azalmaktadır. Evli bireylerin problem çözme becerisi ve evlilik doyumunu arasındaki ilişkide somatizasyonun aracı rolünü anlamlı olarak desteklemiştir.

Yapılan bir çalışmada evlilik uyumu, evlilik süresi ve cinsel yaşam arasında ilişki incelenmiştir. Bu araştırmanın sonucuna göre katılımcıların cinsel yaşam doyumunu

arttıkça evlilik uyumu düzeyleri azalmaktadır. Demografik bilgilerden evlilik süresi değişkenine göre Cinsel Yaşantı Ölçeği toplam puan ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır (Bildirici, 2016).

Kızılöz Başsayın (2018)'ın yaptığı araştırmada 291 evli bireyden veri toplanmıştır. Bu verilerin analizi sonucunda kişinin bazı demografik bilgileri (eğitim durumu, evli olma süresi, çocuk sahibi olma durumu) ile evlilik doyumu ve cinsel doyum arasında ilişki incelenmiş ve cinsel doyum ile çocuk sahibi olup olmama arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.

Kadınlarda somatizasyon, evlilik uyumu ve cinsel doyumu arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmaya 80 gönüllü kadın katılmıştır. Bu araştırmanın sonucuna göre bazı demografik bilgiler (eğitim düzeyi, meslek, çalışma durumu, yaşanılan semt, eş eğitim düzeyi, evlenme biçimi, evlenme yaşı, evlilik süresi, çocuk sayısı ve eşin psikiyatrik hastalığı) ile cinsel yaşam doyumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Ünal, 2018).

Karalı (2019) tarafından yapılan çalışmada evli bireylerin evlilik yaşam doyum düzeyleri ile bazı demografik bilgiler (eşlerin çalışma durumu, eşin mesleği, çocuk sayısı ve aile ilişkileri değişkenleri) arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra, bazı demografik bilgilerle (cinsiyet, evlenmeden önce cinsel birliktelik durumu, ailede psikiyatrik öykünün olması, yatak odasında yatan çocuğun olması, sürekli ilaç kullanımının olması, eşlerin yaşı, evlilik süresi, evlilik türleri, eğitim ve meslek durumu) ise arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Yapılan bir çalışmaya göre cinsiyet grupları arasında yaş, eğitim düzeyi ve Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği'nin sıklık, kaçınma ve dokunma alt boyutları karşılaştırıldığında anlamlı fark tespit edilmiştir. Bununla beraber, erkek katılımcıların evlilik süresi ve evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fakat kadın katılımcıların evlilik uyumları ve evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Karabağ, 2019).

Kadınlara özel bir çalışma gerçekleştiren Eroğlu (2017) evliliklerini 20 yaş ve altı yapmış olan kadınlarla yürütmüştür. Kadınların yaşları arttıkça evliliklerindeki uyum ve yaşamdan doyum alma düzeylerinin düşmekte olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra kadınların yaşları arttıkça cinsel yaşam doyum düzeylerinde artış olduğu bulunmuştur.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümü, araştırmanın modeli, evreni, örnekleme, veri toplama araçları, ölçekler ve çözümleme teknikleri ile ilgili detaylı bilgiler içermektedir.

#### 3.1.Araştırmanın Modeli

Bu çalışma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. Bu model ikiden fazla değişkenlerin arasındaki ilişki durumunu saptamak için yapılan istatistik bir yöntemdir (Creswell, 2012: 429).

#### 3.2.Evren ve Örneklem

Bu araştırma, evli bireylerin çatışma çözme becerileri, cinsel yaşam doyumları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi tespit edebilmek amacıyla İstanbul ilinde ikamet eden 272 kişinin katılımı ile yürütülmüştür. Örnekleme oluşturan katılımcılar gönüllülük esası ile İstanbul ilinin Silivri, Avcılar, Beylikdüzü, Başakşehir, Büyükçekmece, Bahçeşehir ilçelerinden herhangi bir kritere bağlı oluşlarına bakılmaksızın çalışmaya dâhil edilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine ve evlilik bilgilerine ilişkin verileri analiz etmek için frekans ve yüzde analizi kullanılmıştır. Bu analiz sonucunda elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 3.1: Katılımcıların Demografik Özelliklerine Yönelik Frekans ve Yüzde Analizi Sonuçları**

		<i>f</i>	%
<b>Cinsiyet</b>	Erkek	116	42.6
	Kadın	156	57.4
<b>Yaş</b>	18-24	13	4.8
	25-30	121	44.5
	31-40	118	43.4
	41-55	20	7.4
<b>Eğitim Durumu</b>	İlkokul	5	1.8
	Ortaokul	2	.7
	Lise	22	8.1
	Lisans	157	57.7
	Lisansüstü	86	31.6
<b>Eş Eğitim Durumu</b>	İlkokul	5	1.8
	Ortaokul	10	3.7
	Lise	31	11.4

	Lisans	187	68.8
	Lisansüstü	39	14.3
<b>Katılım Yeri</b>	Silivri	195	72.5
	Avcılar	12	4.4
	Beylikdüzü	21	7.7
	Başakşehir	27	9.9
	Büyükçekmece	13	4.8
	Bahçeşehir	2	.7
<b>Çalışma Durumu</b>	Çalışıyor	205	75.4
	Çalışmıyor	67	24.6
	<b>Toplam</b>	272	100
<b>Çalışma Saati</b>	15 saat ve altı	9	3.3
	16-24 saat arası	11	4.0
	25-34 saat arası	58	21.3
	35-44 saat arası	71	26.1
	45 saat ve yukarısı	56	20.6
	<b>Toplam</b>	205	75.4

Tablo 3.1'e göre, katılımcıların %42.6'sı erkek ve %57.4'ü kadındır. Katılımcıların yaş grupları incelendiğinde %4.8'inin 18-24, %44.5'inin 25-30, %43.4'ünün 31-40 ve %7.4'ünün ise 41-55 yaş grubunda olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların %1.8'i ilkokul, %0.7'si ortaokul, %8.1'i lise, %57.7'si lisans ve %31.6'sı ise lisansüstü eğitim mezunudur. Katılımcıların eşlerine yönelik eğitim bilgileri incelendiğinde; %1.8'inin ilkokul, %3.7'sinin ortaokul, %11.4'ünün lise, %68.8'inin üniversite ve %14.3'ünün ise lisansüstü eğitim mezunu olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte katılımcıların %72.5'i Silivri, %4.4'ü Avcılar, %7.7'si Beylikdüzü, %9.9'u Başakşehir, %4.8'i Büyükçekmece ve %0.7'si ise Bahçeşehir'de ikamet etmektedir. Ayrıca katılımcıların %75.4'ü aktif olarak bir işte çalışırken, %24.6'sı ise çalışmamaktadır. Çalışan kişilerin %3.3'ü haftalık 15 saat ve altında, %4'ü 16-24 saat arası, %21.3'ü 25-34 saat arası, %26.1'i 35-44 saat arası ve %20.6'sı ise 45 saat ve yukarısında çalışmaktadır.

**Tablo 3.2: Katılımcıların Evlilik Bilgilerine Yönelik Frekans ve Yüzde Analizi Sonuçları**

		<i>f</i>	%
<b>Evlilik Sayısı</b>	1	268	98.5
	2	3	1.1
	4 ve üzeri	1	.4
	0-2 yıl	82	30.1

<b>Evlilik Süresi</b>	3-5 yıl	67	24.6
	6-10 yıl	69	25.4
	11-15 yıl	39	14.3
	16-20 yıl	4	1.5
	21 ve üzeri yıl	11	4.0
<b>Çocuk Sayısı</b>	0	97	35.7
	1	90	33.1
	2	72	26.5
	3	13	4.8
<b>Evlenme Biçimi</b>	Anlaşarak ve ailelerin onayıyla	245	90.1
	Anlaşarak ama ailelerin onayı olmadan	7	2.6
	Aile tarafından tanıştırılıp onayımız alınarak	19	7.0
	Kaçarak	1	.4
<b>Toplam</b>		<b>272</b>	<b>100</b>

Tablo 3.2'e göre, katılımcıların %98.5'i 1 kez, %1.1'i 2 kez ve %0.4'ü ise 4 ve üzeri kez evlenmiştir. Katılımcıların evlilik süreleri incelendiğinde; %30.1'inin 0-2 yıl, %24.6'sının 3-5 yıl, %25.4'ünün 6-10 yıl, %14.3'ünün 11-15 yıl, %1.5'inin 16-20 yıl ve %4'ünün ise 21 ve üzeri yıl olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların %35.7'si hiç çocuk sahibi değilken, %33.1'i 1, %26.5'i 2 ve %4.8'i ise 3 çocuk sahibidir. Katılımcıların eşleriyle evlenme biçimleri incelendiğinde; %90.1'inin anlaşarak ve ailelerin onayını alarak, %2.6'sının anlaşarak ama ailelerinin onayını almadan, %7'sinin aile tarafından tanıştırılıp onayları alınarak ve %0.4'ünün ise kaçarak evlendiği tespit edilmiştir.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Çatışma Çözme Stilleri Ölçeği (ÇÇSÖ), Yeni Cinsel Doyum Ölçeği (YCDÖ), ve Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ) kullanılmıştır. Çatışma Çözme Stilleri Ölçeği (ÇÇSÖ), Yeni Cinsel Doyum Ölçeği (YCDÖ), ve Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ) kullanılması için ölçek sahiplerinden izinler alınmıştır.

#### 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Evli çiftlerin demografik bilgileri ölçmek için oluşturulan soru formudur. Kişisel değişkenleri ile ilgili cinsiyet, yaş, eğitim durumu, meslek sektörü, çalışma durumu,

evlilik sayısı, evlilik süresi, çocuk sayısı, ikamet edilen ilçe, eş ile evlenme seçimi değişkenlerini içeren sorular yer almaktadır.

### 3.3.2. Çatışma Çözüm Stilleri Ölçeği

Evli bireylerin çatışma çözüm stilleri Ayça Özen tarafından geliştirilen Çatışma Çözüm Stilleri Ölçeği (CRSS) ile ölçülmüştür. CRSS her bir partnerin dört çatışma çözme stilini -olumlu çatışma çözüm stili, olumsuz çatışma çözüm stili, boyun eğme ve geri çekilmeyi- ölçmektedir. Toplam 25 maddeden oluşan ölçekte olumlu çatışma çözüm stilleri 5, 9, 11, 13, 22 ve 24 no'lu maddeleri, olumsuz çatışma çözüm stilleri 1, 6, 8, 12, 14, 16 ve 25 no'lu maddeleri, boyun eğme 2, 4, 7, 17, 19 ve 20 no'lu maddeleri, geri çekilme 3, 10, 15, 18, 21 ve 23 no'lu maddeleri içermektedir. CRSS alt-skalaların skorlarına bağlıdır; toplam bir skor yoktur.

7 madde içeren olumsuz olarak çatışma çözme stilinin maksimum skoru 42'dir. Her biri 6 madde içeren diğer alt ölçeklerin olumlu, boyun eğme ve geri çekilme şeklindeki çatışma çözme stillerinin maksimum skorları 36'dır (Özen, 2006).

Özen'in çalışmasında, birinci (olumsuz), ikinci (boyun eğme), üçüncü (olumlu) ve dördüncü faktörün (geri çekilme) sırasıyla toplam varyansın %16.93'ünü, %13.07'sini, %11.33'ünü ve %11.01'ini açıkladığı bulunmuştur. Maddelerin faktör yüklemelerinin .46'dan .76'ya kadar değiştiği tespit edilmiştir. Maddelerin faktör yüklemelerinin oldukça yüksek olduğu ve her bir latent değişkenindeki madde sayısının yeterli olduğu bulunmuştur. Boyun eğme için cronbach alfa .81, olumlu çatışma çözüm stili için .77, olumsuz çatışma çözüm stili için .75 ve geri çekilme için .75 bulunmuştur. Ayrıca, düzeltilmiş toplam madde korelasyonları, korelasyon aralığının olumlu çatışma çözüm stili için .38 ve .64 arasında, boyun eğme için .50 ve .62 arasında, olumsuz çatışma çözüm stili için .35 ve .67 arasında, ve son olarak da geri çekilme için .36 ve .62 arasında olduğunu göstermiştir. Alt ölçeklerdeki maddelerin toplam madde korelasyonlarının hepsi .20'den daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada kullanılan ölçeğin eşit aralıklı olduğu varsayımından hareket edilerek, aritmetik ortalamalar için puan aralığı katsayısı 0.83 olarak bulunmuştur. Puan Aralığı= (En Yüksek Değer-En Düşük Değer)/6= 5/6 =0.83. Buna göre aritmetik ortalamaların değerlendirme aralığı şöyledir: 1.00-1.83 arası "çok düşük", 1.84-2.67

arası “biraz düşük”, 2.68-3.51 arası “düşük”, 3.52-4.35 arası “yüksek”, 4.36-5.19 “biraz yüksek”, 5.20- 6.00 arası “çok yüksek”.

### 3.3.3. Yeni Cinsel Doyum Ölçeği

Yeni Cinsel Doyum Ölçeği, Stulhofer ve arkadaşları tarafından geçerlik ve güvenilirliği yapılmış bir ölçektir (Štulhofer, Buškob ve Brouillard, 2010: 257-268). Yeni Cinsel Doyum Ölçeği'nin Türkçe formunun psikometrik özellikleri Turgut (2016) tarafından incelenmiştir. Klinik ve saha araştırmalarında cinsel doyumunu ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek 5'li likert tipi bir ölçek olup 20 maddeden oluşmaktadır (1 = Hiç memnun değilim, 5 = Son derece memnunum). İç tutarlık katsayısının kadınlarda .94, erkeklerde .95 olarak hesaplandığı ölçekte, madde-toplam korelasyonlarının yeterli düzeyde temsil gücüne sahip olduğu gözlenmiştir.

Araştırmada kullanılan ölçeğin eşit aralıklı olduğu varsayımından hareket edilerek, aritmetik ortalamalar için puan aralığı katsayısı 0.80 olarak bulunmuştur. Puan Aralığı= (En Yüksek Değer-En Düşük Değer)/5= 4/5 =0.80. Buna göre aritmetik ortalamaların değerlendirme aralığı şöyledir: 1.00-1.80 arası “çok düşük”, 1.81-2.60 arası “düşük”, 2.61-3.40 arası “orta”, 3.41-4.20 arası “yüksek”, 4.21-5.00 “çok yüksek”.

### 3.3.4. Evlilik Yaşam Ölçeği

Araştırmada, Tezer (1996) tarafından bireylerin evlilik doyum düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş olan Evlilik Yaşam Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek , 10 maddeden oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Her maddeye verilecek cevap, “kesinlikle katılmıyorum”, “katılmıyorum”, “kararsızım”, “katılıyorum”, “kesinlikle katılmıyorum” seçeneklerinden oluşmaktadır. Ölçekte olumlu yanıtı yönelmeyi engelleyebilmek amacıyla 3 madde (2, 4 ve 5. maddeler) ters yazılmıştır. Ölçekten alınabilecek puanlar 10 ile 50 arasında değişmektedir ve artan puan evlilik doyumunun yüksekliğine işaret etmektedir (Tezer, 1992). Ölçeğin güvenilirliğini ölçmek amacıyla test tekrar test yöntemi kullanılmıştır. Ölçek aynı örneklem grubuna üç ay ara ile ikinci kez uygulanmış ve ölçeğin test tekrar test güvenilirliği Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile belirlenmiştir. Ölçeğin güvenilirlik katsayısı .85 olarak saptanmıştır. Ayrıca, ölçeğin iç tutarlılığının hesaplanması için de ölçek 50 ve 208

kişiden oluşan iki ayrı grup üzerinde uygulanmış ve hesaplanan Cronbach alfa katsayısı birinci uygulama grubunda .91, ikinci uygulama grubunda ise .89 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin uyum geçerliliğini saptamak amacıyla 208 kişilik gruba Evlilik Yaşam Ölçeği ile birlikte Evlilik Yaşamı Anketi uygulanmış ve Evlilik Yaşamı Ölçeği ile Evlilik Yaşamı Anketinden hesaplanan Gerginlik puanı arasındaki korelasyona Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı formülü ile bakılmış ve anlamlı bir ilişki (.34) olduğu sonucuna varılmıştır.

Ölçeğin yapı geçerliliğini ölçmek amacıyla bilinen grupların karşılaştırılması tekniği kullanılmıştır. Boşanmış bireylerin evlilik ilişkilerinden sağladıkları doyumun, ilişkilerini devam ettirenlerinkinden farklı olduğu düşüncesinden yola çıkılarak 10 boşanmış bireye Evlilik Yaşam Ölçeği uygulanmış ve elde edilen veriler 58 evli bireyden elde edilen verilerle karşılaştırılmıştır. İki grubun puanlarının ortalamaları t testi ile karşılaştırılmış ve aralarında anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir ( $t=6.3$ ,  $p<.01$ ). Bu sonuç, ölçeğin evliliğini sonlandırmış bireylerle evliliğini devam ettiren bireyleri birbirinden ayırdığını göstermektedir. Ölçeğin sosyal beğenirlikten ne kadar etkilendiğini ölçmek için 50 kişilik gruba Evlilik Yaşamı Ölçeği ile birlikte Kişisel Davranış Ölçeği verilmiş ve elde edilen veriler arasındaki korelasyon (.21) anlamlı bulunmamıştır. Bütün bu bulgular Evlilik Yaşamı Ölçeğinin evlilik doyumunu belirli bir ölçüde saptayabilen bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir (Tezer, 1996).

Araştırmada kullanılan ölçeğin eşit aralıklı olduğu varsayımından hareket edilerek, aritmetik ortalamalar için puan aralığı katsayısı 0.80 olarak bulunmuştur. Puan Aralığı= (En Yüksek Değer-En Düşük Değer)/5= 4/5 =0.80. Buna göre aritmetik ortalamaların değerlendirme aralığı şöyledir: 1.00-1.80 arası “çok düşük”, 1.81-2.60 arası “düşük”, 2.61-3.40 arası “orta”, 3.41-4.20 arası “yüksek”, 4.21-5.00 “çok yüksek”.

### **3.4. Verilerin Toplanması**

Yapılan bu araştırma dahilinde kullanılan ölçekler İstanbul’da yaşayan evli bireylere uygulanmıştır. Katılımcılara yapılan araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiştir. Gönüllü bir şekilde katılmanın esas olduğu belirtilmiştir. Dört bölümden oluşan anket gönüllü katılımcılara yüzyüze ve online yöntemlerle uygulanmıştır. Verilerin toplanması süresi 3 aydır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Araştırma verileri anket ile toplanmış ve değerlendirilmiştir. Araştırma modelinin kuramsal oluşumunda ve hipotezlerin test edilmesinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Evli bireylerin evlilik doyumlarının karşılaştırılmasında, cinsiyet ve çalışma durumu gibi iki değişken içeren parametreler bağımsız gruplar t testi; yaş ve evlilik süresi gibi ikiden fazla değişken içeren parametreler ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak analiz edilmiştir. Ek olarak, araştırma hipotezlerini test edebilmek için değişkenlerin aralındaki ilişki korelasyon; birbirlerine olan etkisi ise regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Ayrıca katılımcıların demografik özelliklerine ve evlilik bilgilerine ilişkin verileri analiz etmek için frekans ve yüzde analizi kullanılmıştır. Bu çalışma boyunca yapılan analizlerde  $p$  anlamlılık değeri .05 olarak ele alınmıştır.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA BULGULARI

Araştırmanın bu bölümünde evli bireylerin çatışma çözme becerileri, cinsel yaşam doyumları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi tespit edebilmek için yapılan analizlere yer verilmiştir.

#### 4.1. Birinci Araştırma Problemine Yönelik Bulgular

Araştırmanın birinci problemi, “Evli bireylerin çatışma çözme becerileri hangi düzeydedir?” şeklinde sunulmuştur. Bu probleme yanıt bulabilmek için Çatışma Çözme Stilleri Ölçeği’nden toplanan veriler, örneklem grubuna uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda ulaşılan bulgular, Tablo 4.1’de paylaşılmıştır.

**Tablo 4.1: Çatışma Çözme Stilleri Ölçeği’nin Betimsel İstatistikleri**

	n	s	k	$\bar{x}$	ss
Tartışma esnasında konuyla ilgisizde olsa zayıflıklarımı yüzüne vururum.	272	-.43	-1.18	4.52	1.50
Kavganın büyümemesi için onun istediği şeyleri yaparım.	272	.40	-.89	2.93	1.61
Çok sinirlenmişsem konuşmayı ertelerim.	272	-.37	-1.14	3.94	1.69
Sorun durumunda pek çok şeyi içime atabilirim.	272	-.10	-1.28	3.61	1.77
Sorunun uzamadan çözülebilmesi için kaynağımı bulmaya çalışırım.	272	-.96	.15	4.44	1.43
Sinirlendiğimde kırıcı şeyler söylerim.	272	.05	-1.18	4.57	1.66
Problemi büyütmemek için onu sakinleştirmeye çalışırım.	272	-.36	-.92	3.85	1.60
Sesimi yükselterek beni dinlemesini sağlamaya çalışırım.	272	-.12	-.95	3.87	1.56
Tartışmada ortak bir çözüm noktası bulmaya çalışırım.	272	-.85	.35	4.45	1.32
Çok büyük sorunlar yaşadığımızda ondan uzak durmaya çalışırım.	272	-.54	-1.04	3.95	1.74
Sorun çözümlenmeden tartışmayı sonlandırmam.	272	-.42	-1.02	3.95	1.71
Bağırıp çağırarak istediğimi yaptırırım.	272	-1.08	.23	4.84	1.43
Sorunun tüm yönlerini tartışma sırasında konuşmak isterim.	272	-.64	-.67	4.17	1.62

Sevgilimi ilişkiyi bitirmekle tehdit ederim.	272	-1.60	1.65	5.20	1.27
Bana bağırdığında onun olmadığı bir odaya geçerim.	272	.02	-1.52	3.42	1.88
Kavgalarımız sırasındaki kızgınlığımı fiziksel olarak gösteririm.	272	-1.38	.94	4.99	1.42
İlişkide sorun yaşanmaması için kendimden ödün veririm.	272	.24	-1.29	3.17	1.79
Sorun yaşadığımızda sevgilimin yanından uzaklaşıyorum.	272	-.12	-1.21	3.52	1.68
Sorunun çözülmesine yardımcı olacağına inanırsam alttan alırım.	272	-.46	-.74	4.20	1.54
Onun tepkilerine karşılık vermeyip problemin büyümemesini sağlarım.	272	-.31	-1.02	3.85	1.65
Çok gergin olduğumuzda susarım.	272	-.39	-.99	3.91	1.64
Bir problem yaşandığında, konuyla ilgili her şeyi açıklarım.	272	-.66	-.43	4.33	1.46
Eğer çok sinirlenmişsem, sinirim geçene kadar konuşmayı reddederim.	272	-.22	-1.23	3.74	1.76
Bir problem yaşandığında, onun ne düşündüğünü anlamaya çalışırım.	272	-.54	-.57	4.06	1.53
Sürekli imalarda bulunurum.	272	-.38	-1.16	4.15	1.71
Ölçek Geneli	272	-.05	-.11	4.03	.69

Tablo 4.1.1’de Çatışma Çözme Stilleri Ölçeği’nin betimsel istatistikleri yer almaktadır. Bu ölçek, 6’lı likert tipte bir ölçek olduğu için bütün ortalamalar 6 üzerindedir. Yapılan analizlere göre, evli bireylerin çatışma çözme becerilerinin ( $\bar{x}=4.03$ ;  $ss=.69$ ) yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte, ölçekteki “Sevgilimi ilişkiyi bitirmekle tehdit ederim.” maddesi ( $\bar{x}=5.20$ ;  $ss=1.27$ ) çatışma çözme becerisinde en yüksek puanlanan madde olarak; “Kavganın büyümemesi için onun istediği şeyleri yaparım.” maddesi ( $\bar{x}=2.93$ ;  $ss=1.61$ ) ise çatışma çözme becerisinde en düşük puanlanan madde olarak tespit edilmiştir.

Çatışma Çözme Stilleri Ölçeği’nden toplanan veriler doğrultusunda, çarpıklık (skewness) ve basıklık(kurtosis) değerleri incelendiğinde maddelerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Ayrıca ölçeğin Cronbach’s  $\alpha$  güvenilirlik katsayısı .82 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgu, yapılan ölçümün son derece güvenilir olduğunu göstermektedir.

#### 4.2. İkinci Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular

Araştırmanın ikinci problemi, “Evlü bireylerin cinsel yaşam doyumu hangi düzeydedir?” şeklinde sunulmuştur. Bu probleme yanıt bulabilmek için Yeni Cinsel Doyum Ölçeği’nden toplanan veriler, örneklem grubuna uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda ulaşılan bulgular, Tablo 4.2.’de paylaşılmıştır.

**Tablo 4.2: Yeni Cinsel Doyum Ölçeği’nin Betimsel İstatistikleri**

	n	s	k	$\bar{x}$	ss
Cinsel uyarılma yoğunluğum	272	-.63	-.69	3.53	1.33
Cinsel boşalmamın (orgazm) kalitesi	272	-.74	-.40	3.66	1.29
Cinsel ilişkide kendimi cinsel zevke teslim etme ve bırakmam	272	-.60	-.80	3.52	1.35
Cinsel ilişki boyunca odaklanmam/konsantrasyonum	272	-.59	-.65	3.54	1.30
Eşime cinsel tepki biçimim	272	-.76	-.13	3.67	1.19
Vücudumun cinsel açıdan fonksiyonelliği (işlevselliği)	272	-.93	.38	3.80	1.14
Cinsel ilişki sırasında duygusal serbestliğim (açılmam)	272	-.86	-.07	3.72	1.24
Cinsel ilişki sonrasındaki ruh halim	272	-.86	-.20	3.82	1.24
Cinsel boşalma (orgazm) sıklığı	272	-.66	-.48	3.56	1.27
Eşime tattırdığım zevk	272	-.91	.21	3.89	1.14
Cinsel ilişki sırasında aldığım ve verdiğim arasındaki denge	272	-.67	-.22	3.60	1.16
Cinsel ilişki boyunca eşimin duygusal paylaşımı (açılması)	272	-.68	-.30	3.64	1.19
Cinsel ilişkiyi eşimin başlatması	272	-.62	-.76	3.45	1.34
Eşimin cinsel boşalma (orgazm) becerisi	272	-.96	-.09	3.83	1.28
Eşimin kendisini cinsel zevk için teslim etmesi (bırakması)	272	-.99	-.05	3.82	1.28
Eşimin benim cinsel ihtiyaçlarımla ilgilenme tarzı	272	-.73	-.59	3.68	1.33
Eşimin cinsel yaratıcılığı	272	-.51	-.92	3.40	1.37

Eşimin cinsel ilişkiye hazır olması	272	-.83	-.56	3.68	1.38
Cinsel ilişkinin çeşitliliği	272	-.57	-.79	3.47	1.36
Cinsel ilişkinin sıklığı	272	-.44	-1.00	3.41	1.38
Ölçek Geneli	272	-.76	-.06	3.64	1.07

Tablo 4.2.'de Yeni Cinsel Doyum Ölçeği'nin betimsel istatistikleri yer almaktadır. Bu ölçek, 5'li likert tipte bir ölçek olduğu için bütün ortalamalar 5 üzerindedir. Yapılan analizlere göre, eşlerin cinsel yaşam doyum düzeylerinin ( $\bar{x}$ =3.64;  $ss$ =1.07) yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte, ölçekteki "Eşime tattırdığım zevk" maddesi ( $\bar{x}$ =3.89;  $ss$ =1.14) cinsel yaşam doyumundaki en yüksek puanlanan madde olarak; "Eşimin cinsel yaratıcılığı" maddesi ( $\bar{x}$ =3.40;  $ss$ =1.37) ise cinsel yaşam doyumunda en düşük puanlanan madde olarak tespit edilmiştir.

Yeni Cinsel Doyum Ölçeği'nden toplanan veriler doğrultusunda, çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelendiğinde maddelerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Ayrıca ölçeğin Cronbach's  $\alpha$ güvenirlilik katsayısı .98 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgu, yapılan ölçümün son derece güvenilir olduğunu göstermektedir.

#### 4.3.Üçüncü Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular

Araştırmanın üçüncü problemi, "Evli bireylerin evlilik doyumunu hangi düzeydedir?" şeklinde sunulmuştur. Bu probleme yanıt bulabilmek için Evlilik Yaşamı Ölçeği'nden toplanan veriler, örneklem grubuna uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda ulaşılan bulgular, Tablo 4.3.'de paylaşılmıştır.

**Tablo 4.3: Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin Betimsel İstatistikleri**

	n	s	k	$\bar{x}$	ss
Evlilikten beklentilerim gerçekleşti.	272	-.65	-.68	3.55	1.24
Evliliğimizdeki engellerin aşılabilir olduğunu düşünüyorum.	272	1.45	1.71	4.14	1.06
Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.	272	-.92	1.13	3.80	1.25
Evliliğimizde giderek eksilen heyecan beni rahatsız ediyor.	272	-.66	-.67	3.65	1.27
Evliliğimiz zaman zaman bana bir yük gibi geliyor.	272	-.69	-.55	3.70	1.81

Huzurlu bir ev yaşamım var.	272	1.10	.20	3.94	1.22
Evliliğimiz her geçen gün daha iyiye doğru gitti.	272	-.92	-.27	3.76	1.28
Bizim ilişkimiz ideal bir karı-koca ilişkisidir.	272	-.77	-.28	3.65	1.21
Eşim benim için aynı zamanda iyi bir arkadaştır.	272	1.01	-.04	3.90	1.26
Başbaşa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.	272	-.78	-.63	3.77	1.31
<b>Ölçek Geneli</b>	<b>272</b>	<b>-.78</b>	<b>-.23</b>	<b>3.79</b>	<b>.95</b>

Tablo 4.3.'de Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin betimsel istatistikleri yer almaktadır. Bu ölçek, 5'li likert tipte bir ölçek olduğu için bütün ortalamalar 5 üzerindedir. Yapılan analizlere göre, evli bireylerin evlilik doyumlarının ( $\bar{x}=3.79$ ;  $ss=.95$ ) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte, ölçekteki "Evliliğimizdeki engellerin aşılamaz olduğunu düşünüyorum." maddesi ( $\bar{x}=4.14$ ;  $ss=1.06$ ) evlilik doyumundaki en yüksek puanlanan madde olarak; "Evlilikten beklentilerim gerçekleşti" maddesi ( $\bar{x}=3.55$ ;  $ss=1.24$ ) ise evlilik doyumunda en düşük puanlanan madde olarak tespit edilmiştir.

Evlilik Yaşamı Ölçeği'nden toplanan veriler doğrultusunda, çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelendiğinde maddelerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Ayrıca ölçeğin Cronbach's  $\alpha$  güvenirlilik katsayısı .92 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgu, yapılan ölçümün son derece güvenilir olduğunu göstermektedir.

#### 4.4.Dördüncü Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular

Araştırmanın dördüncü problemi, "Evli bireylerin evlilik doyumu yaşa, cinsiyete, evlilik süresine ve çalışıp çalışmama durumuna göre farklılaşmakta mıdır?" şeklinde sunulmuştur. Bu problemin cevabına ulaşabilmek için normallik dağılımına bakılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ulaşılan bulgular, Tablo 4.4.'de paylaşılmıştır.

**Tablo 4.4: Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin Normallik Dağılımı**

		SKEWNESS		KURTOSIS	
		Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
<b>Cinsiyet</b>	Erkek	-.83	.23	-.02	.45
	Kadın	-.69	.19	-.63	.39
	Çalışıyor	-.74	.17	-.18	.34

<b>Çalışma Durumu</b>	Çalışmıyor	-.93	.29	-.52	.58
<b>Yaş Grubu</b>	18-24	.63	.62	-.21	1.19
	25-30	-1.17	.22	.69	.44
	31-40	-.57	.22	-.71	.44
	41-55	-.57	.51	-.51	.99
<b>Evlilik Süresi</b>	0-2 yıl	-1.12	.27	.88	.53
	3-5 yıl	-.95	.29	-.30	.58
	6-10 yıl	-.34	.29	-.99	.57
	11-15 yıl	-.62	.37	-1.06	.74
	16-20 yıl	.00	1.01	-6.00	2.62
	21 yıl ve üzeri	-.52	.66	-.75	1.28

Araştırma verilerinin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelendiğinde, verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Normallik hesaplamalarında çarpıklık=2.25 ve basıklık=7 değerlerinin altında olduğu sürece verilerin normal dağıldığı kabul edilmiştir (Enders, 2001; akt. Yalçıntaş 2019).

Tablo 4.4.'ten hareketle, Evlilik Yaşamı Ölçeği verileri normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bağlamda araştırma verileri parametrik testler kullanılarak analiz edilmiştir. 2 değişkenli parametreler bağımsız gruplar t testi ve 2'den fazla değişkenli parametreler ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak analiz edilmiştir. Bu analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 4.5'de paylaşılmıştır.

**Tablo 4.5: Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin Yaşa Dayalı Kıyaslanması**

	<b>n</b>	$\bar{x}$	<b>ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
18-24	13	3.24	1.01		
25-30	121	3.93	.98		
31-40	118	3.67	.91	3.33	.02
41-55	20	3.95	.66		
Toplam	272	3.79	.95		

Tablo 4.5.'e göre, evli bireylerin evlilik doyumları yaş gruplarına dayalı olarak karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilmiştir [ $F_{(3,268)}=3.33, p=.02$ ]. Tukey testi sonucuna göre, 25-30 yaş grubundaki evli bireyler, 18-24 yaş grubundakilere göre daha yüksek evlilik doyumuna sahiptir.

**Tablo 4.6: Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin Cinsiyete Kıyaslanması**

	<b>n</b>	$\bar{x}$	<b>ss</b>	<b>sd</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Erkek	116	3.72	1.01	270	-1.01	.31

Kadın	156	3.84	.90
-------	-----	------	-----

Tablo 4.6'ya göre, evli bireylerin evlilik doyumları cinsiyete dayalı olarak karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilememiştir [ $t_{270}=-1.01, p=.31$ ].

**Tablo 4.7: Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin Evlilik Süresine Dayalı Kıyaslanması**

	N	$\bar{x}$	ss	F	p
0-2 yıl	82	3.91	1.00		
3-5 yıl	67	3.83	1.03		
6-10 yıl	69	3.64	.88		
11-15 yıl	39	3.78	.81	.87	.50
16-20 yıl	4	3.90	.58		
21 yıl ve üzeri	11	3.50	.95		
Toplam	272	3.79	.95		

Tablo 4.7'ye göre, evli bireylerin evlilik doyumları evlilik süresine dayalı olarak karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilememiştir [ $F_{(5,266)}=.87, p=.50$ ].

**Tablo 4.8: Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin Çalışma Durumuna Dayalı Kıyaslanması**

	n	$\bar{x}$	ss	sd	t	p
Çalışıyor	205	3.75	.97			
Çalışmıyor	67	3.90	.88	270	-1.10	.27

Tablo 4.8'e göre, evli bireylerin evlilik doyumları çalışıp çalışmama durumuna dayalı olarak karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilememiştir [ $t_{270}=-1.10, p=.27$ ].

#### 4.5. Beşinci Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular

Araştırmanın beşinci problemi, “Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeyleri ile evlilik doyum düzeyleri arasında ilişki var mıdır?” şeklinde sunulmuştur. Bu probleme cevap bulabilmek için ilk önce çatışma çözme becerilerinin ve bu beceriye ait alt boyutların evlilik doyum üzerindeki etkisi incelenmek üzere katılımcılardan veriler toplanmıştır. Elde edilen veriler korelasyon ve regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Bu analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 4.9'da ve Tablo 4.10'da paylaşılmıştır.

**Tablo 4.9: Evlilik Doymu, Cinsel Yaşam Doymu ve Çatışma Çözme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi**

		<b>Evlilik Doymu</b>	<b>Cinsel Doymu</b>	<b>Çatışma Çözme</b>	<b>Olumlu Çatışma Çözünürlük</b>	<b>Olumsuz Çatışma Çözünürlük</b>	<b>Geri Çekilme</b>	<b>İtaat</b>
<b>Evlilik Doymu</b>	r	1	.496**	.204*	.326**	.154*	.005	.046
	p		.000	.001	.000	.011	.939	.449
	n	272	272	272	272	272	272	272
<b>Cinsel Doymu</b>	r	.496**	1	.088	.134*	.171**	-.033	-.045
	p	.000		.148	.027	.005	.585	.460
	n	272	272	272	272	272	272	272
<b>Çatışma Çözme</b>	r	.204**	.088	1	.553**	.371**	.781*	.729**
	p	.001	.148		.000	.000	.000	.000
	n	272	272	272	272	272	272	272
<b>Olumlu Çatışma Çözünürlük</b>	r	.326**	.134*	.553*	1	-.122*	.336*	.254**
	p	.000	.027	.000		.045	.000	.000
	n	272	272	272	272	272	272	272
<b>Olumsuz Çatışma Çözünürlük</b>	r	.154*	.171**	.371*	-.122*	1	.010	-.051
	p	.011	.005	.000	.045		.872	.403
	n	272	272	272	272	272	272	272
<b>Geri Çekilme</b>	r	.005	-.033	.781*	.336**	.010	1	.547**
	p	.939	.585	.000	.000	.872		.000
	n	272	272	272	272	272	272	272
<b>İtaat</b>	r	.046	-.045	.729*	.254**	-.051	.547*	1
	p	.449	.460	.000	.000	.403	.000	
	n	272	272	272	272	272	272	272

Tablo 4.9'a göre, evli bireylerin evlilik doymu ile çatışma çözme becerileri ve bu becerilere ait olumlu çatışma çözünürlük stili ve olumsuz çatışma çözünürlük stili arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Fakat evli bireylerin evlilik doymu ile çatışma çözme becerilerine ait geri çekilme ve itaat boyutlarında anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilememiştir [Çatışma Çözme: ( $r=.204^{**}$ ,  $p=.001$ ); Olumlu Çatışma Çözünürlük Stili: ( $r=.326^{**}$ ,  $p=.000$ ); Olumsuz Çatışma Çözünürlük Stili: ( $r=.154^{*}$ ,  $p=.011$ ); Geri Çekilme: ( $r=.005$ ,  $p=.939$ ); İtaat: ( $r=.46^{**}$ ,  $p=.449$ )].

Evlilik Yaşamı Ölçeği ile Çatışma Çözme Stilleri Ölçeğinin alt boyutu olan Olumlu Çatışma Çözme Becerisi'nden toplanan veriler regresyon analizleri kullanılarak analiz edilmiş olup ulaşılan bulgular aşağıda paylaşılmıştır.

**Tablo 4.10: Evlilik Doyumunun Olumlu Çatışma Çözme Becerisi Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi**

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar	t	p
	B	Std. Hata	$\beta$		
Sabit	2.89	.24	.33	11.84	.000
Evlilik Doyumu	.36	.06		5.67	.000

Bağımlı Değişken: Olumlu Çatışma Çözme; Metot: Doğrudan  
 $R = .33$ ;  $R^2 = \%11$ ; Düzeltilmiş  $R^2 = \%10$ ; Model için  $[F_{(1,270)}=32.14; p=.000]$

Tablo 10'a göre evli bireylerin evlilik doyumları, olumlu çatışma çözme becerilerine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etki etmektedir  $[F_{(1,270)}=32.14; p=.000]$ . Ayrıca, evlilik doyumu olumlu çatışma çözme becerisi varyansının  $\%11$ 'ini açıklamaktadır  $[t=5.67; p=.000]$ .

#### 4.6. Altıncı Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular

Araştırmanın beşinci problemi, "Evli bireylerde çatışma çözme becerileri düzeyleri ile cinsel yaşam doyum düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?" şeklinde sunulmuştur. Bu probleme yanıt bulabilmek için Yeni Cinsel Yaşam Doyumu Ölçeği ve Çatışma Çözme Stilleri Ölçeğinin alt boyutu olan Olumlu Çatışma Çözme Becerisi'nden toplanan veriler regresyon analizleri kullanılarak analiz edilmiş olup ulaşılan bulgular aşağıda paylaşılmıştır.

**Tablo 4.11: Cinsel Yaşam Doyumunun Olumlu Çatışma Çözme Becerisi Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi**

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar	t	p
	B	Std. Hata	$\beta$		
Sabit	3.76	.22	.13	17.15	.000

Cinsel Yaşam Doyumu	.13	.06	2.29	.027
---------------------	-----	-----	------	------

Bağımlı Değişken: Olumlu Çatışma Çözme; Metot: Doğrudan  
 $R = .13$ ;  $R^2 = .02$ ; Düzeltilmiş  $R^2 = .01$ ; Model için  $[F_{(1,270)}=4.97; p=.027]$

Tablo 11'e göre evli bireylerin cinsel yaşam doyumları, olumlu çatışma çözme becerilerine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etki etmektedir  $[F_{(1,270)}=4.97; p=.027]$ . Ayrıca, cinsel yaşam doyumu olumlu çatışma çözme becerisinin %2'sini açıklamaktadır  $[t=2.29; p=.027]$ .

#### 4.7. Yedinci Araştırma Problemi Kapsamında Ulaşılan Bulgular

Araştırmanın yedinci problemi, "Evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri ile cinsel yaşam doyum düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?" şeklinde sunulmuştur. Bu probleme yanıt bulabilmek için Evlilik Yaşam Ölçeği ve Yeni Cinsel Yaşam Doyum Ölçeği'nden elde edilen veriler regresyon analizleri kullanılarak analiz edilmiştir. Bu analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 4.12'de paylaşılmıştır.

**Tablo 4.12: Evlilik Doyumunun Cinsel Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi**

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar	t	p
	B	Std. Hata	$\beta$		
Sabit	1.51	.23		6.46	.000
Evlilik Doyumu	.56	.06	.50	9.40	.000

Bağımlı Değişken: Cinsel Yaşam Doyumu; Metot: Doğrudan  
 $R = .50$ ;  $R^2 = .25$ ; Düzeltilmiş  $R^2 = .24$ ; Model için  $[F_{(1,270)}=88.29; p=.000]$

Tablo 4.12.'ye göre, evli bireylerin evlilik doyumları, cinsel yaşam doyumuna istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etki etmektedir  $[F_{(1,270)}=88.29; p=.000]$ . Ayrıca, evlilik doyumu cinsel yaşam doyumunu varyansının %25'ini açıklamaktadır  $[t=9.40; p=.000]$ .

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

### **TARTIŞMA VE YORUM**

#### **5.1. Sonuç ve Tartışma**

Yapılan bu araştırmada evli bireylerin çatışma çözme becerilerinin evlilik doyumu üzerindeki etkisinde cinsel yaşam doyumunun aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu bölümde, çalışmanın amacına ulaşabilmesi yönünde yapılan çözümlenmelerin sonucunda ulaşılan bulgular, ilgili kaynaklar çerçevesinde değerlendirilmektedir.

##### **5.1.1. Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeylerine ilişkin tartışma ve değerlendirme**

“Evli bireylerin çatışma çözme becerileri hangi düzeydedir?” sorusu incelenmiş ve yapılan analizlerde evli bireylerin çatışma çözme becerilerinin yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Bu çalışmaya katılan bireylerin çoğunun yüksek eğitim seviyelerine sahip olması, yaş ortalamaları ve sosyoekonomik durumları ele alınarak çatışma çözme becerilerini kullanma düzeylerinin yüksek olma nedeni açıklanabilir. Uğurlu (2003) tarafından 224 evli katılımcıyla yapılan araştırmaya göre erkek bireylerin eğitim düzeyi düştükçe çatışmanın sıklığı artmakta ve olumsuz-aktif çatışma yöntemini kullandıkları ortaya çıkmıştır.

Öner'in (2013) yaptığı çalışma sonucunda kişilerin eğitim durumları ve çatışma çözüm stilleri (olumlu-olumsuz) arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. İlkokul mezunu evli bireylerin daha üst eğitim seviyelerinden mezun olan evli bireylere oranla daha az düzeyde olumlu çözüm stilini tercih ettikleri görülürken, olumsuz çatışma çözüm stilini daha yüksek düzeyde tercih ettikleri tespit edilmiştir.

### **5.1.2. Evli bireylerin cinsel yaşam doyumu düzeylerine ilişkin tartışma ve değerlendirme**

“Evli bireylerin cinsel yaşam doyumları hangi düzeydedir?” sorusu incelenmiş ve yapılan analizlerde eşlerin cinsel yaşam doyum düzeylerinin yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan bu çalışmaya katılan kişilerin eğitim düzeyleri ortalamasının yüksek olması, cinsellik ve cinsel yaşam hakkında daha bilinçli bireyler olduklarını gösterebilir. Bu da cinsel yaşamlarını olumlu etkileyerek, cinsel yaşam doyumlarının yüksek olmasını açıklayabilir.

Erdoğan’ın (2018) yaptığı çalışmaya göre eğitim durumu lise ve ön lisans olan evli bireylerin yaşadığı cinsel sorunlar , lisans ve üstü mezun olan evli bireyle oranla daha yüksektir.

### **5.1.3. Evli bireylerin evlilik doyumu düzeylerine ilişkin tartışma ve değerlendirme**

“Evli bireylerin evlilik doyumları hangi düzeydedir?” sorusu incelenmiş ve yapılan analizlerde evli bireylerin evlilik doyumlarının yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmaya katılan evli bireylerin demografik bilgileri ele alındığında çoğunun kendi ekonomik özgürlüklerini eline almış ve kendini yetiştirmiş kişiler olduğu görülmektedir. Bu nedenle evlilik kurumunu daha bilinçli bir şekilde yürüttükleri ve bu yüzden evlilikten duydukları doyumun yüksek olduğu söylenebilir.

Çağ ve Yıldırım’ın (2013) yaptıkları çalışma sonucunda kişilerin eğitim düzeyleri ve evlilik doyumları arasında ters yönde ilişki bulunmuştur. Bu ilişkiye göre evli kişilerin eğitim düzeyleri arttıkça evlilik doyumları düzeyleri azalmaktadır. Teachman, Polonko ve Scanzoni (1987)’ye göre eğitim düzeyi evlilik doyumunu etkilemektedir. Üncü (2007)’ nün yaptığı çalışmaya göre lise mezunu olan evli bireylerin en yüksek düzeyde evlilik doyumuna, ilköğretim mezunu olan bireylerin en düşük düzeyde evlilik doyumuna, üniversite mezunlarının ise orta düzeyde evlilik doyumuna sahip oldukları tespit edilmiştir. Buradan yola çıkarak eğitim düzeyi arttıkça veya azaldıkça kişilerin evliliğe bakış açıları ve evlilikten beklentileri değişmektedir.

#### **5.1.4. Evli bireylerin evlilik doyumu yaşa, cinsiyete, evlilik süresine ve çalışıp çalışmama durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin değerlendirme ve tartışma**

“Evli bireylerin evlilik doyumu yaşa göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” alt problemi incelenmiş, evli bireylerin evlilik doyumları yaş gruplarına dayalı olarak karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilmiştir. Bulgulara göre 25-30 yaş grubundaki evli bireyler, 18-24 yaş grubundakilere göre daha yüksek evlilik doyumuna sahipken, 41-55 yaş grubundaki evli bireyler ise 31-40 yaş grubundakilere göre daha yüksek evlilik doyumuna sahiptir. Bunun yanı sıra elde ettiğimiz sonuçlara göre evlilik doyumunun 31-40 yaş döneminde kendisinden önceki ve sonraki yaş dönemine göre düşük olduğu tespit edilmiştir. Buna sebep olarak kişilerin önceliklerinin değişmesi, sorumluluklarının artması olabilir. Bunun yanı sıra daha önceki yaş dönemlerinde bireylerin daha heyecanlı ve kendilerini daha genç ruhlu hissetmeleri, henüz sabit bir düzene geçme ihtiyaçlarının çok olmaması olabilir. 31-40 yaş dönemini düzen kurmakla geçiren (ilişkiler-iş-sosyal hayat) kişiler daha sonraki yaş dönemlerinde düzene geçtiklerinden dolayı daha uyumlu bir evlilik hayatı geçirebilir ve bu yüzden evlilik doyum düzeyleri yüksek olabilir.

Literatüre bakıldığında, Aktaş (2009) yapmış olduğu araştırmada evlilik doyumunun yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiğini bulmuştur. Bazı araştırmacıların çalışmalarına göre evlilikteki yaş azaldıkça çiftler arasındaki evlilik doyumunu artmaktadır (Doğan, 2014; Kublay, 2013). Yalçın (2014)’e göre kadınların erkeklere oranla evlilikten aldıkları doyumları ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık vardır ve yaş arttıkça doyumları da artmaktadır. Bu araştırmanın tam tersini savunan bir çalışması olan Yüksel (2013) ise kadınların yaşları arttıkça evliliklerinden aldıkları doyumun azaldığını belirtmiştir.

Yapılan birkaç çalışmaya göre ise yaş ve evlenme yaşı gibi değişkenlerin evlilik uyumunu etkilememektedir (Hoşgör, 2013; Çınar,2008; Yıldız, 2012; İlketenci, 2004; Turanlı, 2010; Erişti, 2010; Uluyol, 2014) .

“Evli bireylerin evlilik doyumu cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” alt problemi incelenmiş, evli bireylerin evlilik doyumları cinsiyete dayalı

olarak karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilememiştir.

Literatüre bakıldığında birçok çalışma cinsiyetin evlilik doyumu üzerinde etkisinin olmadığını ortaya koyarak yapılan bu çalışmaya paralellik göstermektedir (Aktaş,2009; Özaydınlık,2014; Çelik,2006; Güçlü Ergin,2008; Turanlı,2010; Şendil ve Korkut,2012; Kahveci,2016).

Şener (2002), İlketenci (2004) ve Yıldız (2012) yaptığı çalışmalarda ise evlilik uyumunu cinsiyete göre ele almışlar ve erkeklerin evlilik uyumu düzeylerinin kadınlara oranla daha yüksek düzeyde olduğunu belirtmişlerdir. Şener (2002) yaptığı çalışmada kadınların evlilik uyumu düzeylerinin düşüklüğünün nedenlerini incelemiştir. İnceleme sonucunda kadınların toplumdaki ve ailedeki staüsünden, eşiyile arasındaki beklenti farklılığından veya aile içi yaşadığı sorunları eşinden daha fazla önemsemesinden kaynaklı olabileceğini düşünmektedir. Bu çelişen sonuçların sebebi kadınların erkeklere oranla evlilik kurumuna daha duygusal bakması olabilir. Erkekler için evlilik bir eşinin olması, dinleneceği, yemek yiyeceği bir evinin olması anlamına gelirken kadınlar için daha fazla anlam yüklü bir kurum olması bir neden sayılabilir. Erkekler için evlilik bir şekilde devam ederken, kadınlar nelerin eksik olduğu nelerin olması gerektiği gibi olduğu üzerine ince düşünebilir. Bu da kadınların ayrıntılara dikkat etmesinden dolayı olabilir. Kadınlar bu kadar ince ayrıntılarda boğulurken erkeklerin büyük resme bakarak evliliklerine devam etmesi erkeklerin evlilik doyumlarının daha yüksek sonucunun bir nedeni olabilir.

“Evli bireylerin evlilik doyumu evlilik süresine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” alt problemi incelenmiş, evli bireylerin evlilik doyumları evlilik süresine dayalı olarak karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilememiştir.

Bazı çalışmalarda bizim bulgularımıza paralel olarak, evlilik doyumu ve uyumu üzerinde etki eden faktörler arasında evlilik süresi bulunmamaktadır (Çelik, 2006; Çınar,2008; Şentürk, 2013; Hasdemir, 2014; İlericiler, 2015; Kahveci, 2016, Hoşgör,2013).

Yapılan araştırmalara çiftlerin ebeveyn olmadan ve çocukları büyüdükten sonraki dönemlerde evlilik doyumu en yüksek, çocukların küçük olduğu dönemlerde ise en düşük olduğu belirtilmektedir (Pillemer ve Sutor, 1991: 221-230; Akt. Üncü, 2007).

Bu sonuçların sebebi çiftlerin baş başa geçirdikleri vaktin daha fazla ve kaliteli olması sayılabilir. Özellikle Türk toplumunda çiftler anne baba olduktan sonra çift olduğunu unutup, ebeveyn olmanın sorumluluğuna göre hareket etmektedirler. Evde çocukların olması çiftin özel anlarını yaşamasına engel olabilmektedir. Bazı çiftler ise çocuklarından utanıp, özel anlar yaşamaktan uzak durabilmektedir. Evliliğin ilk yıllarında düşük olma sebebi ise birbirlerini aynı evde yeni tanımaya başlayan iki kişinin uyum süreci olarak söylenebilir. İki farklı ailede büyümüş ve farklı yetişmiş iki kişinin ortak bir hayat kurarken bazı sıkıntılar yaşamaları ve bu yüzden evlilik doyumlarının düşmesi olası bir ihtimal sayılabilir.

“Evli bireylerin evlilik doyumu çalışma durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” alt problemi incelenmiş, evli bireylerin evlilik doyumları çalışıp çalışmama durumuna dayalı olarak karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilememiştir.

Yapılan bu araştırmaya destek sağlayan evli bireylerin çalışma durumlarının evlilik doyumuna etkisi bulunmadığını gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Süataç,2010; Kublay, 2013; Lafcı,2014; Hasdemir, 2014; Özaydınlık, 2014; İlericiler, 2015; Çakmak-Tolan, 2015; Kahveci,2016).

Fışıoğlu'nun (1992: 16-23) araştırmasına göre evli çiftlerde kadının çalışma hayatında olması erkek bireyin evlilik doyumunu azaltmaktadır. Bunun yanı sıra Glenn ve Weaver'in (1978: 713-721) yaptığı araştırmaya göre ise kadının çalışma hayatında olması ile eşlerin evlilik doyumu arasında bir ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir. Özellikle Türk toplumunda erkekler çalışmayı ellerindeki güç olarak görebilmektedirler. Bu yüzden ellerindeki maddi gücün aynısı eşlerinde bulunduğu, otoriterlerin sarsıldığını, saygı görmeyeceklerini düşünebilirler. Bunun sebebi bu şekilde büyütülmeleri olabilir. Bu yaşadıkları korku yüzünden gerginleşen erkek bireyler eşlerine saygısız veya kırıncı bir şekilde davranıp evlilik kurumundan uzaklaşmalarına sebep olabilir.

Çalışmanın evlilik doyumundaki etkisi erkekler üzerinde de araştırılmıştır. Çalışan erkeklerin çalışmayan erkeklere göre evlilik doyum düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur (Gürsoy, 2004).

### **5.1.5. Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeyleri ile evlilik doyum düzeyleri arasındaki ilişkiye ait değerlendirme ve tartışma**

“Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeyleri ile evlilik doyum düzeyleri arasında ilişki var mıdır?” alt problemi incelenmiş, evli bireylerin evlilik doyumunu ile çatışma çözme becerileri ve bu becerilere ait olumlu çatışma çözünürlük stili ve olumsuz çatışma çözünürlük stili arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Fakat evli bireylerin evlilik doyumunu ile çatışma çözme becerilerine ait geri çekilme ve itaat boyutlarında anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilememiştir. evli bireylerin evlilik doyumları, olumlu çatışma çözme becerilerine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etki etmektedir. Ayrıca, evlilik doyumunu olumlu çatışma çözme becerisi varyansının %11’ini açıklamaktadır.

Literatüre bakıldığında olumlu evliliklerinde çatışma çözme becerisi kullanan kadınların oranı erkeklerden daha yüksektir (Çakmak Tolan, 2015). Kadınlar evliliklerinde olumsuz bir sorunla karşılaştıklarında olumlu çatışma çözme becerisini kullanmaktadırlar (Öner, 2013). Öner(2013)’e göre evlilik içinde yaşanan çatışmalar olumlu ve yapıcı bir şekilde ele alındığında kişinin evlilikten aldığı doyum artmaktadır. Kankaya (2015), çiftler arasındaki sağlıklı cinsel yaşamın çiftin evlilik doyumlarına ve aralarındaki iletişime pozitif olarak katkıda bulunduğunu öne sürmektedir.

### **5.1.6. Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeyleri ile cinsel yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiye ait değerlendirme ve tartışma**

“Evli bireylerin çatışma çözme becerileri düzeyleri ile evlilik doyum düzeyleri arasında ilişki var mıdır?” alt problemi incelenmiş, evli bireylerin çatışma çözme becerilerinin alt boyutu olan olumlu ve olumsuz çatışma çözme becerileri ve cinsel yaşam doyumları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu ve evli bireylerin cinsel yaşam doyumları, olumlu çatışma çözme becerilerine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etki etmektedir. Ayrıca, cinsel yaşam doyumunu olumlu çatışma çözme becerisi varyansının %2’sini açıklamaktadır.

Alanyazında bu konuda bir araştırmaya rastlanmamıştır. Çatışmaların çözme becerilerinin evlilikten alınan doyumun, kişilerin evlilikten duydukları mutluluğu

etkilemesi olarak söylenebilir. Fakat cinsel yaşam cinsel dürtülerle ilgili olduğu için çok büyük sorun yaşayan ya da evlilik doyumunu kötü etkileyen bir çatışma becerisini kullanan çiftlerin cinsel yaşamda mutlu olmaları ihtimaller dahilindedir. Cinsel yaşam cinsel çekimle alakalı olduğundan çiftler evlilik içindeki durumlarını göz ardı edip cinsel birliktelik yaşayabilirler.

### **5.1.7. Evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri ile cinsel yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiye ait değerlendirme ve tartışma**

“Evli bireylerin evlilik doyum düzeyleri ile cinsel yaşam doyum düzeyleri arasında ilişki var mıdır?” alt problemi incelenmiş, evli bireylerin cinsel yaşam doyumları ve evlilik doyumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve bireylerin evlilik doyumları, cinsel yaşam doyumuna istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etki etmektedir. Ayrıca, evlilik doyumunu cinsel yaşam doyumunu varyansının %25’ini açıklamaktadır.

Yapılan bu çalışmaya paralel sonuçlar içeren bazı çalışmalar tarafından evlilik doyumunu ve uyumu ile cinsel yaşam ve doyum arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir (Uzel, 2015; Bildirici, 2016). Cinsel ilişki memnuniyeti ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında yüksek düzeyde ilişki bulunduğu ve evlilikteki uyum düzeylerinin cinsel ilişkileri etkilediği ortaya konmaktadır (Huston vd., 1991). Evliliklerinde eşleriyle uyum sorunu yaşayan kadınların aynı zamanda orgazm olamama, cinsel ilişki sırasında ağrı yaşama ve vajinal kuruluk gibi cinsel sorunlarda yaşadığı tespit edilmiştir. Bu çalışmalar sonucunda evliliğin temel ve değişmez parçalarından biri olan cinselliğin kişiler üzerindeki etkisi görülmektedir. Türkiye gibi hala cinselliğin tabu olduğu ve evlilik ile legal hale getirilen ülkelerde yaşayan kişiler için cinsellik daha kıymetli ve önemli olabilir. Bunun nedeni kişilerin bu güdülerini tatmin etmek için zor bir yol ve süreçten geçtiği göz önüne alınırsa, evlilik içerisindeki cinsellikle ilgili sorunların kişileri ne derece etkileyeceği anlaşılacaktır.

Literatürde bu çalışmanın sonuçlarıyla çelişen çalışmalara rastlanmamıştır. Bunun nedeni cinselliğin kişi için önemli bir ihtiyaç olması ve bu ihtiyacını giderme isteği olabilir. Kişi için eşiyile yaşadığı sıkıntılar, iş yerinde oluşan problem gibi dış etkenler önemsizleşebilir. Sadece ihtiyacını giderme duygusuyla eşine veya karşı cinse yaklaşabilir. Bu cinsel güdünün davranışını etkilemesidir. Buna örnek olarak aç bir

insanın bir yemek yada içecek gördüğünde bulunduğu ortamı ve şartları gözetmeksizin onu yemesi veya içmesi ele alınabilir. Önemli olan açlık ihtiyacını gidermektir.

## **5.2. Öneriler**

Yapılan değerlendirme ve sonuçlara paralel olarak bazı öneriler geliştirilmiştir.

### **5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler**

1. Bu araştırma İstanbul ilinin belirli ilçelerinde gerçekleşmiştir. Daha güvenilir sonuçlar için örneklemin büyütülmesi bilim dünyası için yararlı olabilir.
2. Çalışmaya katılan evli bireylerin çoğunun eğitim seviyesi lisans ve lisansüstüdür. Çalışma yapacak araştırmacıların eğitim seviyesi ve sosyo-ekonomik seviyesi düşük bireylerle çalışma yapması, çatışma çözme becerilerinin eğitim ve sosyo-ekonomik düzey ile bağlantısını ortaya çıkartabilme açısından önemli olacaktır.
3. İleride yapılacak çalışmalarda demografik bilgiler kısmında bireyin evlendiği yaş ile ilgili bilgi almak araştırmaya yeni bir boyut kazandırabilir.
4. Çatışma çözme becerileri ve cinsel yaşam doyumu hakkında yapılan çalışmalarının azlığı dikkat çekmiştir. Bu konuda çalışmalar yapmak alan yazım için önemli bir adım olabilir.

### **5.2.2. Uygulamacılara Yönelik Öneriler**

1. Bireylerin olumlu çatışma çözme becerilerinin geliştirmek amacı ile grup danışmanlığı programları hazırlanabilir. Bu programa katılım için evli olma şartı konmayabilir. Bekar, bir ilişki içerisinde olan, özellikle araştırmamızın sonuçlarına göre eğitim düzeyleri düşük düzeyde olan kişilere öncelik verilebilir.
2. Bireysel ya da toplu cinsel eğitim programları düzenlenebilir.
3. Bireysel çalışmalardan daha çok kişiler ve partnerlerine yönelik çalışmalar yapılabilir. Böylece bireyin mevcut ilişkisinin olumlu yönde gelişmesi açısından daha fazla destek sağlanabilir.
4. Türkiye genelinde ortak bir çalışma yapılarak evlilik, evlilik ilişkisi ve evlilikte iletişim konularında bilinçlendirme çalışmaları hazırlanabilir.

## KAYNAKÇA

- Açık, Ö. (2008). *Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Açıkgöz, F. (2007). *Düzce ilindeki kanserli hastaların cinsel yaşamlarındaki değişikliklerin ve bilgi gereksinimlerinin saptanması* (Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Acitelli, L. K., Douvan, E., & Veroff, J. (1993). Perceptions of Conflict in The First Year of Marriage: How Important Are Similarity And Understanding?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(1): 5-19.
- Adler-Baeder, F., Higginbotham, B., & Lamke, L. (2004). Putting Empirical Knowledge To Work: Linking Research And Programming on Marital Quality. *Family Relations*, 53: 537-546.
- Türkiye Cumhuriyeti Başbakanlığı Aile ve Sosyal Çalışmalar Genel Müdürlüğü, (2006). *Aile Yapısı Araştırması*. Ankara.
- Ainsworth, M. D. S. (1979). Infant-Mother Attachment. *American Psychologist*, 34(10): 937.
- Akın, A., Haklar, Ü. İ., ve Sağlığı, Ü. (1994). Dünya Nüfus ve Kalkınma Konferansı Raporu (Özet). Ankara, TC Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü, 15-19.
- Aktaş, S. (2009). *Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alkan, E. (2008). *Cinsel işlev bozuklukları ve kişilerarası tarz, öfke, kendilik algısı* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara.
- Anar, B. (2011). *Evli ve çalışan yetişkinlerin toplumsal cinsiyet rolleri ile evlilik doyumu ve iş doyumu ilişkisinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Anderson, S. A., Russel, C. S. & Schumm, W. R. (1983). Perceived Marital Quality and Family Life- Cycle Categories: A Further Analysis. *Journal Of Marriage and The Family*, 45: 127-139.
- Andrews, G. (2005). Women's Sexual Health, *Elsevier Health Sciences*.
- Arıkan, Ç. (1992). *Yoksulluk evlilikte geçimsizlik ve boşanma*. Yayl. y..
- Askari, M., Noah, S.B., Hassan, B.T. & Baba, B.T. (2012). Comparison The Effects of Communication and Conflict Resolution Skills Training on Marital Satisfaction. *Internal Journal Of Psychological Studies*, 4 (1): 182-195.
- Atan, A. ve Aslan, Y. (2010). Prematür Ejakülasyon: Yeni Tanım ve Güncel Tedavide Dapoksetinin Yeri. *Türk Üroloji Dergisi - Turkish Journal of Urology*, 36(2): 149- 54.
- Ateş, R. (2009), Evlilikte İlk Yıllar, Çatışmalar ve Güç Kavramı. H. Yavuzer (Der.), *Evlilik Okulu*, (3. bs.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Ayaz S. (2007). *Stomalı bireylerin cinsel sorunlarının çözümünde plıssıt modelinin etkinliğinin değerlendirilmesi* (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydın, O. (2000). "Davranış Bilimlerine Giriş." *Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları*, 1027: 332.
- Bağlı, M. & Sever, A. (2005) "Tabulastırılan/Tabulanan Kurumun (Ailenin) Kurbanlıklar Edinme Pratiği". *Aile ve Toplum Dergisi*, 2(8): 9-22.
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Baksı, H. (1998). *Örgütlerde çatışma yönetimi: bir seyahat acentasındaki yöneticilerin, çatışma yollarının, içinde buldukları durumla uygunluğunun tespit edilmesi ve yönetime bir öneri* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Barker, R. G., & Gump, P. V. (1964). *Big School, Small School: High School Size and Student Behavior*.

- Basat, Ç. (2004). *Cinsel doyumun, evlilik doyumu, kontrol odağı ve kendilik değeri üzerinden yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bildirici, A. (2016). *Evlilik süresinin, cinsel yaşama ve evlilik uyumuna etkisi ve sonuçların demografik özelliklere göre karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Bilen, M. & Topçuoğlu, M.A. (2008). *Yaşamın Gizemi Cinsellik*. Butik Kitap, Ankara
- Bıykoğlu, B. E. (2012). *Evlilik uyumunun mükemmeliyetçilik özellikleri, stresle başa çıkma stratejileri ve cinsiyet açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Boeree CG. (2014). *Personality Theories*. <http://www.ship.edu> [02.04.2020].
- Botwin, M. D., Buss, D. M., & Shackelford, T. K. (1997). "Personality and Mate Preferences: Five Factors in Mate Selection and Marital Satisfaction". *Journal of Personality*, 65(1): 107-136.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment*. London: Pimlico.
- Bozdemir N., & Özcan S. (2011). Cinselliğe ve Cinsel Sağlığa Genel Bakış. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care (TJFMPC)*, 5 (4): 37-46.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. & 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. & Fincham, F.D. (1988). Individual Difference Variables in Close Relationships: A Contextual Model in Marriage as An Integrative Framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(4): 713- 721.
- Bray, J. H. (1995). "Family Assessment: Current Issues in Evaluating Families" *Family Relations*. October, 44: 469-477.
- Brizendine, L. (2014). *Erkek Beyni*.(G.Tonak, Çev.). Say Yayınları: İstanbul.
- Budak, S. (2009). *Psikoloji sözlüğü* (4. bs.). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 271
- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M.T., & Reis, H.T. (1988). Five Domains of Interpersonal Competence in Peer Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55: 991-1008.

- Buunk, B.P., & Van Yperen, N.W. (1991). "Referential Comparisons, Relational Comparisons and Exchange Orientation: Their Relation To Marital Satisfaction". *Personality and Social Psychology Bul/etin*, 17: 709 - 717.
- Büyükşahin, A. (2006). *Yakın ilişkilerde bağlanım: Yatırım modelinin bağlanma biçimleri ve bazı ilişkisel değişkenler yönünden incelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Büyükşahin, A., Hasta, D., & Hovardaoğlu, S. (2005). İlişki İstikrarı Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16) : 25- 37.
- Çağ, P. & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39): 13-23.
- Cahn, D. D. (1990). *Conflict in Intimate Relationships*. New York: The Guildford Press.
- Çakmak Tolan, Ö. (2015). *Evlilik uyumunun kişilik özellikleri, ilişkiye dair inançlar ve çatışma çözüm stilleri bağlamında yordanması (Diyarbakır ili örneği)* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Canary, D. J., Cupach, W. R. & Messman, S. J. (1995). *Relationship Conflict. Conflict in Parent-Child, Freindship, and Romantic Relationships*. New York: Sage Publications.
- Canel, A. N. (2007). *Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, C. K. (2006). *Eğitim yöneticilerinin mesleki tükenmişlikleri ile evlilik doyumları arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.
- Çeri, Ö., Yılmaz, A., & Soykan, A. (2008). Cinsel İşlev Bozuklukları. *Türkiye Klinikleri Psikiyatri Özel Dergisi*, 1(2): 71-78.
- CETAD (1998). Cinsel Yaşam ve Sorunları, <http://www.cetad.org.tr> [01.04.2020].
- CETAD, (2006 ). *Cinsel Yaşam ve Sorunları*. Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği.
- CETAD. (2007). *5. Bilgilendirme Dosyası Basın Bülteni*. İstanbul.

- Christensen, A., & Pasch, L. (1993). The Sequence of Marital Conflict: An Analysis of Seven Phases of Marital Conflict in Distressed and Nondistressed Couples. *Clinical Psychology Review*, 13: 3-14.
- Güngör, H.C. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çınar, L. (2008). *Evlilik doyumu: Cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Cingisiz, N. & Murat, M. (2010). Evlenmek İçin Birbirlerini Tercih Eden Çiftlerin Duygusal Zeka Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1): 99-114.
- Çıtışlı Turgut, M. K. (2018). *Evlilik çatışması ve evlilik doyumu arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Collard, D. (2006). "Research on Well-Being Some Advice from Jeremy Bentham." *Philosophy of the Social Sciences*, 36(3): 330-354.
- Craven RF, Hirnle C, & Jensen S. (2013) *Hemşirelik Esasları; İnsan Sağlığı ve Fonksiyonları*. ( N. Uysal, E. Çakırcalı, Çev.). Ankara: Palme Yayıncılık; 2015.
- Cüceloğlu, D. (1991) *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (1998). *Yeniden İnsan İnsana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2014). *Çocuklar ve Evlilik Çatışması: Aile Tartışması ve Çözümünün Etkisi* (G. Şendil, Cev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- DeFrain, J., Cook, R., & Gonzales-Kruege G. (2005) "Family Health and Dysfunction" *Family Therapy : Review Preparing for Comprehensive and Licensing Examinations*. Lawrence Erlbaum Associates, Incorporated, Mahwah, NJ, USA., 8-12.
- Deutsch, M. (1973). *The Resolution of Conflict*. New Heaven: Yale University Press.

- Dhir, K.S. & Markman, H.J. (1984). Application Of Social Judgement Theory To Understanding And Treating Marital Conflict. *Journal Of Marriage And The Family*, 46 (3) : 597-610.
- Doğan, E. (2014). *Kadınların genel evlilik uyumu ve evlilikte ilişki tarzlarının ikili ilişkide güven ve depresyon açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Doğan, H. (2010). *Evli bireylerin sosyotropik-otonomik kişilik özellikleriyle evliliklerinde çatışma yaşama durumları arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Doğan, İ. (2009). *Dünden Bugüne Türk Ailesi*. Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Yayını, 369.
- Doğan, S. (2006). Cinsellikten Tiksinti Duyma Bozukluğu: Davranışçı Tedaviye Olumlu ve Hızlı Yanıt Veren Bir Olgu. *Klinik Psikiyatri*, 9:191-197.
- Dökmen, Ü. (1996). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2002). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dubrin, J.A. (1981). *Personal and Human Resource Management*. New York :330.
- Durairaj, A.A.S (2003) *An analysis of the difference between the worldwide marriage encounter team couplesand one-time participantcouples on marital satisfaction, work motivation, couple activities and relationships among these variables*. (Unpublished Doctoral Dissertation). Duquesne University, Executive Counselor Education and Supervision, Pennsylvania.
- Eagly, A. H., & Wood, W. (1999). The Origins of Sex Differences in Human Behavior: Evolved Dispositions Versus Social Roles. *American Psychologist*, 54(6): 408-423.
- Eğitim Terimleri Sözlüğü, <http://tdkterim.gov.tr> [18 Şubat 2020].
- Erbek, E , Beştepe, E , Akar, H , Eradamlar, N , & Alpkan, R , L. (2005). Evlilik Uyumu. *Düşünen Adam*, 18 (1): 39-47
- Erbil, D. D. (2016). *Evli ve çalışan bireylerin çalışma yaşam kalitesinin evlilik uyumuna etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Erdem Özkan, G. (2019). *Evli bireylerin çatışma çözüm stillerine göre evlilik doyumunun incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Erdinç, İ. (2018). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasında ki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erişti, A. (2010). *Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Eroğlu, Ş. (2017). *Evliliklerini 20 yaş ve altı yapmış kadınlar ile evliliklerini 20 yaş üzerinde yapmış olan kadınların yaşam doyumları, evlilik uyumları ile cinsel doyumları açısından karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erus, S. M. & Canel, A. N. (2016). Perceived Problem Solving Skills of Married Couples Predicting Self-Efficacy Beliefs Towards Their Marriages. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (1): 129-159
- Fidanoğlu, O. (2006). *Evlilik uyumu, mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1992). Assessing Attributions in Marriage: The Relationship Attribution Measure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3): 457
- Fışiloğlu, H. (1992). Lisanüstü Öğrencilerin Evlilik Uyumu. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7 (28): 16-23.
- Fitzpatrick, J., & Sollie, D.L (1999). Unrealistic Gendered and Relationship Specific Beliefs: Contributions To Investments and Commitment in Dating Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16 (6): 852-868.
- Fleming, JS. (2014). Erikson's Psychosocial Developmental Stages. <http://psychology.about.com> [02.04.2020].

- Fok WY, Chan LY, & Yuen PM. (2005). Sexual Behavior and Activity in Chinese Pregnant Women. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 84 (10): 934-938.
- Folger, J. P., Poole, M. S. & Stutman, R. K. (2013). *Çatışma Yönetimi: İnsan İlişkilerinde, Gruplarda ve Örgütlerde Çatışmayı Yönetme Stratejileri (7. Bs.)*. (F. Akkoyun, Cev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Fowers, B.J., & Olson, D.H. (1993) "Enrich Marital Satisfaction Scale : A Brief Research and Clinical Tool", *Journal of Family Psychology*,7(2) : 176-185.
- Fracher, J. & M. S. Kimmel (1995). "Hard Issues and Soft Spots: Counseling Men About Sexuality." *Men's lives*, 365-374.
- Freedman, J. L., Sears, D. O., & Carlsmith, J. M. (2003). *Sosyal Psikoloji (4. bs.)*. Çev: A. Dönmez). Ankara: İmge Kitabevi,713-721.
- Gençtan. E. (1996). *İnsan Olmak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gizem Özcan, S. (2014). *Evli bireylerin cinsiyete göre aldatma eğilimleri, evlilik doyum düzeyleri ve cinsel doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gladding, S. (2017). *Aile Terapisi*. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.
- Glenn, N. D., & Weaver, C. N. (1978). A Multivariate, Multisurvey Study of Marital Happiness. *Journal of Marriage and the Family*, 269-282.
- Gökyıldız Ş, & Beji NK. (2005). The Effects of Pregnancy on Sexual Life. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 31 (3): 201-215.
- Gottman, J. M. (1993). The Roles of Conflict Engagement, Escalation, and Avoidance in Marital Interaction: A Longitudinal View of Five Types of Couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(1): 6
- Gottman, J. M. (2015). *Principia Amoris: The New Science of Love*. New York: Routledge.
- Gottman, J.M. & Levenson, R.W. (1992). Marital Processes Predictive of Later Dissolution: Behavior, Physiology, And Health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(2): 221-233.

- Greeff, A. P., & Bruyne, T. (2000). Conflict Management Style and Marital Satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26: 321-343.
- Güçlü-Ergin, N. (2008). *Evli ve boşanmış kişilerin evlilik uyumu ve cinsiyetçilik açısından karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Psikoloji Programı, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Gülseren, G. (2010). *Psikiyatrik hasta popülasyonunda cinsel işlev bozuklukları* (Tıpta Uzmanlık Tezi). Afyon Kocatepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Afyon.
- Gülsün, M., Ak, M., & Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik Açıdan Evlilik ve Cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1): 68-79.
- Gürcan, T., (2015). *İlişkisel belirsizlik: İlişki doyumu, romantik ilişkilerde gelecek zaman yönelimi ve çatışma çözme tepkileri arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gürsoy, Ç. (2004). *Kaygı ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Güven, N. (2005). *İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güven, N. & Sevim, S. A. (2007). İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ve Algılanan Problem Çözme Becerilerinin Evlilik Doyumunu Yordama Gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (28): 49-61.
- Hacı, Y. (2011). *Evlilik uyumunun empatik eğilim, algılanan aile içi iletişim ve çatışma çözme stillerine göre yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Hasdemir, K. (2014). *Evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hasta, D., & Büyüksahin, A. (2006). *A Comparison of University Students with Romantic Relationships and Married Couples For The Love Styles and The Reasons for Maintaining The Relationship*. International Association for Relationship Research Conference, Crete, Greece.

- Hawkins, D.N. (2005). Unhappily Ever After: Effects of Long Term, Low Quality Marriages on Well-Being. *Social Forces*, 84 (1): 445- 465
- Hazan C, & Shaver PR (1987). Romantic Love Conceptualized as An Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52: 511-524.
- Hirschman, A.O. (1970). *Exit, Voice, and Loyalty: Responses to Decline in Firms, Organizations, and States*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Hogben, M. & D. Byrne (1998). "Using Social Learning Theory to Explain Individual Differences in Human Sexuality." *Journal of Sex Research*, 35(1): 58-71.
- Hortaçsu, N. (2012). *En Güzel Psikoloji Sosyal Psikoloji*, Ankara: İmge Kitabevi.
- Hoşgör, T.E. (2013). *Evli çiftlerin öfke ifade tarzları ile evlilik uyumunun incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Hovardaoğlu, S. (1995). Kişiler Arası İlişkiler ve Davranış Bozuklukları, *Kriz Dergisi*, 3 (1-2): 4-9.
- Hovardaoğlu, S. (1996). Sosyal Mübadele: Evlilikle İlgili Değerlendirmelere Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 11(36): 12-24.
- Huggins, C.E.(2002). "Support of Mate's Goals a Key to Happy Marriage". *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21: 157-164.
- Huston, T. L. & Vangelisti, A. L. (1991). "Socioemotional Behavior and Satisfaction in Marital Relationships: A Longitudinal Study." *Journal of personality and social psychology*, 61(5): 721.
- İlericiler, N. K. (2015). *Evlilik uyumunu açıklamada yakın ilişkilerde bağlanma, erken dönem uyum bozucu şemalar ve psikolojik travmanın rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- İncesu C. (2004). Cinsel İşlevler ve Cinsel İşlev Bozuklukları. *Klinik Psikiyatri*. Ek: 3: 3-13.
- İncesu, C. (2006). *Erkek Cinselliği*. İstanbul: Cinsel Eğitim Tedavi ve Araştırma Derneği Yayınları.

- Jacobson, N. S. & Gurman, A. S. (1995). *Clinical Handbook of Couple Theory*. New York: The Guilford.
- Joakim, C. (2012). *Attitudes in romantic relationships among adult children of divorce* (Unpublished Master's Thesis). Sweden, Örebro University
- Johnson, M. P. (1991). *Commitment to personal relationships*. In W. H. Jones & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships: A research annual*, 3:117–143. London: Jessica Kingsley.
- Kabasakal, Z. & Soylu, Y. (2016). Evli Bireylerin Evlilik Doyumunun Cinsiyet ve Eş Desteğine Gore İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4): 208-214.
- Kafkaslı, R. (2019). *Evli bireylerde, problem çözme becerisi ve evlilik doyumu ile somatizasyon arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kahveci, G. A. (2016). *Evli çiftlerde evlilik uyumu, evlilik çatışma biçimi ve depresyon düzeylerinin değerlendirilmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul.
- Kankaya, D. (2015). *Evli bireylerde aldatma eğilimi ve cinsel yaşantılar* (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karabağ, S. (2019). *Evli bireylerin evlilik sürelerinin cinsel doyum ve evlilik uyumu ilişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karakoyunlu F.B. (2007). *Evli kadınlarda cinsel fonksiyon bozukluğu görülme sıklığı* (Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Karalı, A.(2019). *Evli bireylerde yaşam doyumu, cinsel doyum ve evlilik uyumunun sosyodemografik değişkenlerle olan ilişkisinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karip, E. (2003). *Çatışma Yönetimi*. Ankara: Pegem A Yayınları.

- Karney, B. R. & 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.
- Kavak, A. (2018). *Evli bireylerde çatışma yönetimi ve evlilik doyumu* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kayır A. (2001). *Cinsellik Kavramı ve Cinsel Mitler*. Cinsel İşlev Bozuklukları Monograf Serisi. İstanbul: RocheMüstehzarları Sanayi A.Ş, 34-39.
- Kelly D, (1973). Richardson A, Mitchell-Heggs N: Stereotactic Limbic Leucotomy: Neurophysiological Aspects and Operative Technique. *Br J Psychiatry*, 123:133–140.
- Kılıç, S. (2006). *Özel okul öğretmenlerinin çatışma yaklaşımları ile çatışmayı yönetme stilleri* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- 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.
- Kızılöz Başsayın, A. (2018). *Evli bireylerde mükemmeliyetçilik, evlilik uyumu ve cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Koçel, T. (2001). *İşletme Yöneticiliği: Yönetim ve Organizasyon, Organizasyonlarda Davranış, Klasik-Modern-Çağdaş Yaklaşımlar*. Beta Basım Yayım Dağıtım.
- Köken G. (2015). *Psikososyal Sorunlar ve Kadın Cinselliği*. In Yıldırım G. (Ed.) Williams Jinekoloji. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri, 356-381.
- Konkan, R., Bayrak, M., Gönüllü, O. G., Şenormancı, Ö. & Sungur, M. Z. (2012). Vajinusmuslu Kadınlarda Cinsel İşlev ve Doyum. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25: 305-311.
- Kublay, D. (2013). *Evlilik uyumu: değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

- Kulik, L., Walfisch, S., & Liberman, G. (2016). Spousal Conflict Resolution Strategies and Marital Relations in Late Adulthood. *Personal Relationships*, 23: 456–474.
- Kurdek, L. A. (1987). Sex Role Self Schema and Psychological Adjustment in Coupled Homosexual and Heterosexual Men And Women. *Sex Roles*, 17: 549 – 562.
- Kurdek, L. A. (1995). Predicting Change in Marital Satisfaction From Husbands' and Wives' Conflict Resolution Styles. *Journal of Marriage and Family*, 57(1): 153-164.
- Lafçı, P. (2014). *Evli bireylerin aşka ilişkin tutumları ile evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Le, B. & Agnew, C. R. (2003). Commitment and Its Theorized Determinants: A Meta-Analysis of The Investment Model. *Personal Relationships*, 10: 37-57
- Litzinger S. & Gordon K. C. (2005). Exploring Relationship Among Communication, Sexual Satisfaction, and Marital Satisfaction. *J Sex Marital Ther*, 31: 409-424.
- Mackey, R.A. & O'Brien, B.A. (1998). Marital Conflict Management: Gender And Ethnic Differences. *Social Work*, 43 (2): 128-141.
- Mayer, B. (2000). *The Dynamics of Conflict Resolution*, San Francisco, Jossey-Bass.
- Miller, B.C. (1986). *Family Research Methods*. The United States: Sage Publications.
- Moore, Christopher W. (2003). *The Mediation Process: Practical Strategies For Resolving Conflict*, San Francisco, Jossey-Bass.
- Moseley A. (2010). *A'dan Z'ye Felsefe*. İstanbul NTV Yayınları, 55-58.
- Nathawat, S., & Mathur, A. (1993). Marital Adjustment and Subjective Well Being in Indian Educated Housewife Sandworking Women. *Journal of Psychology*, 127(3): 353-358.
- Nichols, W. (2005) “*The First Years of Marital Commitment*” Handbook of Couples Therapy. In M. Harway (Ed.), John Wiley & Sons, Incorporated, Hoboken, NJ, USA, 35-36.
- Öğülmüş, S. (2004). *Ben Sorun Çözebilirim. Kişilerarası Sorun Çözme Becerileri ve Eğitimi*. Ankara: Babil Yayıncılık.

- Öner, Ş., Ö. (2013). *Evli bireylerin evlilik çatışması, çatışma çözüm stilleri ve evlilik uyumlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Öner-Koruklu, N. (1998). *Arabuluculuk eğitiminin ilköğretim düzeyindeki bir grup öğrencinin çatışma çözme davranışlarına etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özaydınlık, Ş. (2014). *Evli çiftlerin evlilik uyumu ile kişilik özellikleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özen, A. (2006). *Evlilik uyumunun yordayıcıları olarak karı ve kocaların değer uyumları ve eşlerin çatışma çözüm stilleri* (Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özgüven, İ. E. (2014). *Evlilik ve Aile Terapisi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Özkalp, E., & Kirel, Ç. (2001). Örgütsel Davranış, Anadolu Üniversitesi Eğitim. *Sağlık ve Bilimsel Araştırma Çalışmaları Vakfı Yayın*, 149.
- Özmen Süataç, A. (2010). *Evlilik uyumunun kişilerarası tarz ve öfke açısından araştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Öztaş, U. (2005). *Örgütsel çatışma yönetiminde cinsiyet faktörünün etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Öztürk, C. Ş. & Arkar, H. (2014). Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkiler. *Literatür Sempozyum*, 1(3): 16-24.
- Öztürk, Z. A. (2006). *İlköğretim öğrencilerinde (4, 5, 6, 7 ve 8 sınıflar) dindarlık ile kaygı arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Özüğurlu, K. (2013). *Evlilik Raporu (Evlilik-Aile ve Yaşam Birlikteliği)*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Parrinder G. (2003). *Dünya Dinlerinde Cinsel Ahlak.* ( N. Elçi, Çev.). İstanbul: Say Yayınları, 355-367.

- Pekkaya, Banu (1994). *Arabulucu yolu ile çatışmalara çözüm bulma, arabuluculuk eğitiminin okullarda uygulanması ve bu eğitimin öğrencilerin benlik gelişmelerine, liderlik becerilerine, saldırgan davranışlarına ve algıladıkları problem miktarına etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Peterson, D.R. (1983). *Conflict*. In H.H.Kelley (Ed.), *Close Relationships*, New York: W.H. Freeman.
- Pillemer, K.& Suitor, J. J. (1991). Marital Quality and Satisfaction with The Division of Household Labor Across The Family Life Cycle. *Journal Of Marriage And The Family*. Feb., 53: 221-230.
- Polat, D. (2006). *Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Polat, D. (2012). *Boşanma aşamasındaki bireylerin evlilik çatışması, çatışma iletişim tarzları ve sosyal destek sistemlerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Poroy, A. (2010). *Cinsellik El Kitabı*. Alfa Yayınları.
- Reese-Weber, M., & Bartle-Haring, S. (1998). Conflict Resolution Styles in Family Subsystems and Adolescent Romantic Relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(6): 735-752.
- Rodoplu, A. (2019). *Evli çiftlerde evlilik uyumu ile cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Roloff, M. E. (1987). *Communication and conflict*.
- Rosen-Grandon, J. R. (1999) . *The Relationship Between Marital Characteristics, Marital Interaction Process And Marital Satisfaction* (Unpublished Doctoral Dissertation). Greensboro: North Carolina Üniversitesi. Department Of Counseling and Educational Development.
- Rusbult, C. E. (1983). A Longitudinal Test of The Investment Model. The Development (And Deterioration) of Satisfaction and Commitment in

- Heterosexual Involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45: 101 – 117.
- Rusbult, C. E., & Zembrodt, I. M. (1983). Responses to Dissatisfaction in Romantic Involvements: A Multidimensional Scaling Analysis. *Journal of Experimental Social Psychology*, 19: 274-293.
- Rusbult, C. E., Kumashiro, M., Coolsen, M. K., & Kirchner, J. L. (2004). *Interdependence, Closeness and Relationships*. In D. J. Mashek, A. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy*, 137-161. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The Investment Model Scale: Measuring Commitment Level, Satisfaction Level, Quality of Alternatives, and Investment Size. *Personal Relationships*, 5: 357-391.
- Rusbult, C. E., MOITOW, G. D. & Johnson, D. J. (1987). Self-Esteem and Problemsolving Behaviour in Close Relationships, *British Journal of social Psychology*, 26: 293-303
- Rusbult, C. E., Zembrodt, I. M., & Gunn, L. K. (1982). Exit, Voice, Loyalty, and Neglect: Responses to Dissatisfaction in Romantic Involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43: 1230-1242.
- Sacher, J. A., & Fine, M. A. (1996). Predicting Relationship Status and Satisfaction After Six Months Among Dating Couples. *Journal of Marriage and The Family*, 58: 21- 32.
- Satir, V. (2001). *İnsan Yaratmak: Aile Terapisinin Başyapıtı*, (1. bs.). (S. Yeniçeri, Çev.). İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Saxton, L. (1982). *The Individual, Marriage, and The Family*, (5.bs.). Belmont, CA: Wadsworth Publishing.
- Schuilng, K. D. & F. E. Likis (2011). *Women's Gynecologic Health*, Jones & Bartlett Publishers.
- Şendil, G. & Korkut, Y. (2008). Evli Çiftlerdeki Çift Uyumu ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28.

- Şener, A., & Terzioğlu, G. (2002). Ailede Eşler Arası Uyuma Etki Eden Faktörlerin Araştırılması. *Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları, Ankara.*
- Şentürk, S. (2013). *Evli bireylerde evlilik uyumu ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Shabsigh R. (2005). *Kadın Seksüel Fonksiyonu ve Disfonksiyonu.* ( E. Apaydın, İ. Nizam, Çev.) Campbell Üroloji. (8.bs.) Günes Tıp Kitabevi.
- Şimşek, A. (2004). Evliliğin İlk Yıllarını Etkileyen Etmenler. *Türk Psikoloji Bülteni*, 32: 130-132.
- Şimşek, S., Akgemci, T., & Çelik, A. (1998). *Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış.* Ankara, Nobel Yayın Dağıtım.
- Sokolski, D.M. & Hendrick, S.S. (1999). Marital Satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 26: 39-49.
- Solmuş, T. (2010). *Romantik İlişkiler, Evlilik ve Ana-baba-çocuk ilişkileri.* Nobel.
- Sprecher, S. (1988). Investment Model, Equity, And Social Support Determinants of Relationship Commitment. *Social Psychology Quarterly*, 51 (4): 318- 328
- Sprecher, S., Cate, R. M., Harvey, J. H., & Wenzel, A. (2004). "Sexual Satisfaction and Sexual Expression as Predictors of Relationship Satisfaction and Stability." *The handbook of sexuality in close relationships*, 235-256.
- Sprey, J. (1979). "Conflict Theory And Study Of Marriage And The Family" In W.R. Burr, R. Hill, F.I. Nye & I.L. Reiss (Eds), *Contemporary Theories About The Family*, Vol:2, New York: Free Press.
- Stenberg, D. (1987). Intelligence and Cognitive Style. In R.E. Snow and M.J. Farr (Eds.), *Aptitude, Learning, and Instruction. Cognitive and affective process analyses (3):1-9.* Hillsdale, NJ:Erlbaum.
- Straus, M.A. (1964). Measuring Families. In H.T. Christensen (Ed.), *Handbook of Marriage and The Family.* Chicago: Rand McNally.

- Štulhofer, A., Buškob, V. & Brouillard, P.(2010) Development and Bicultural Validation of the New Sexual Satisfaction Scale, *The Journal of Sex Research*, 47(4): 257-268.
- Suitor, J. J. (1991). Marital Quality and Satisfaction with The Division of Household Labor Across The Family Life Cycle. *Journal of Marriage and the Family*, 53: 221–239.
- Tanrıverdi D. (2017). *Kronik Hastalıklarda Cinsel İşlev Bozukluğu*. In N. Ovayolu, Ö. Ovayolu (Eds), *Temel İç Hastalıkları Hemşireliği*, (2. bs.), Adana, Nobel Tıp Kitepevi, 436-446
- Tarhan, N. (2010). *Evlilik Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taşköprü, M. (2013). *Evlilik doyumu ile problem çözme becerileri, stresle başa çıkma ve evlilik süresi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Taştan, Nuray (2004). *İlkoğretim 6. sınıf öğrencilerine uygulanan çatışma çözme eğitim programı ve akran arabuluculuğu eğitimi programının olumlu çatışma çözme becerilerine ve akran çatışmalarını çözmeye etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Taylor TF. (2007). The Origins of Human Sexual Culture. *Journal of Psychology & Human Sexuality*, 18 (2): 69-105.
- Teachman, J. D., Polonko, K. A. & Scanzoni, P. (1987). Democracy of The Family. *Handbook of Marriage And The Family*, 3-36, Newyork: Plenum.
- Tezer, E. (1986). *Evli eşler arasındaki çatışma davranışları: algılama ve doyum* (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tezer, E. (1994) “Evli Esler Arasındaki Çatışmalar ile Çesitli Demografik Degiskenlerin Evlilik Doyumuna Etkisi: Kadın Esin Bir İşte Çalıştığı ve Çalışmadığı Esler Üzerinde Bir Arastırma”. *3P-Psikiyatri Psikoloji Psikofarmokoloji Dergisi*, 2(3): 209-216.
- Thibaut, J.W. & Kelley, H.H. (1959). *Social Psychology of Groups*, New York: Wiley.

- Thomas, K. W. (1976). *Conflict and Conflict Management*. In M. Dunnette (Ed.), *Handbook of Industrial and Organisational Psychology*, 889-935. Chicago: Rand McNally.
- Troupe, F. (2008). *Marital Conflict: A Longitudinal Study*. Florida State University. Collage Of Human Sciences.
- Tümer, A.B. (1998) *Evli çiftlerde gözlenebilen çatışma odakları ve iletişim sorunları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Bölümü, İzmir.
- Turan, A. (2013). *Evli bireylerin cinsel mit inançları, cinsel bilgi düzeyleri, ilişkilerindeki mutluluk düzeyleri ve cinsel doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Turanlı, P. (2010). *Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uçar T. (2008). *Meme kanserli kadınlarda mastektominin beden algısı, benlik saygısı ve eş uyumu üzerine etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Uğurlu, O. (2003). *Evli çiftlerde cinsiyet ayrımına ilişkin tutumlar, çatışma yönetimi biçimleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Uğurlu, O. (2003). *Evli çiftlerde cinsiyet ayrımına ilişkin tutumlar, çatışma yönetimi biçimleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ülker, G. (2011). *Evlilik çatışmasının sıklık ve yaygınlığının bazı değişkenlere göre yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Uluyol, F. M. (2014). *Bağlanma örüntüleri, eşe yönelik kişilerarası şemalar ve evlilik sorunlarıyla başa çıkabilme düzeyleri arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Ünal, Ö. (2016). *Çatışma çözme stilleri ve mizah tarzlarının evlilik uyumu ve evlilik doyumu ile ilişkisinin aktör-partner modeli ile incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Ünal, R. (2018). *Kadınlarda evlilik uyumu, cinsel doyum ve somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Üncü, S. (2007). *Duygusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Üncü, S. (2007). *Duygusal zeka ve iş doyumu ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Uzel, A. (2015). *Evlilik ilişkisi içerisinde çiftler arasında cinsel doyumun, evlilik uyumu ve benlik saygısı üzerindeki etkilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vakfi, İ. K. G. (2000). *Cinsel Sağlık Bilgileri Eğitimi Öğretmen El Kitabı*. Aşama Matbaacılık Ltd. Şti. İstanbul
- Van der Akker OBA.(2012). *Reproductive Health Psychology*. UK: Wiley-Blackwell.
- Varma, G. S., Karadağ, F., Oğuzhanoğlu, N. K., Özdel, O. & Kökten, S. (2006). Menopoz: Klimakterik Belirtiler ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişki. *New/Yeni Symposium Journal*, 44(4): 182-188.
- Vaughan, L.A. (2001) *The relationship between marital satisfaction levels associated with participation in the free (forgiveness and reconciliation through experiencing empathy) and hope-focused marital enrichment program* (Unpublished Doctoral Dissertation). Regent University.
- Vuchunic, S. (1987). Starting And Stopping Spontaneous Family Conflicts. *Journal Of Marriage And Family*, 49 (3): 591-601.
- Ward, P. J., Lundberg, N. R., Zabriskie, R. B., & 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(4): 412-429.

- Weiner, B. (1985). An Attributional Theory of Achievement Motivation and Emotion, *Psychological Review*, 92 (4): 548-573.
- Weiten, W. (1986). *Psychology Applied to Modern Life*. Monterey, CA: Brooks/Cole.
- Yalçıntaş, M. (2019). *Fen bilimleri öğretiminde kuantum öğrenme modeli kullanmanın ilkökul dördüncü sınıf öğrencilerinin akademik merak, kaygı, özyeterlik ve başarı düzeylerine etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yaşan, A. & Gürgen F. (2004). Cinsel Partneri Olan Bir Hemşire Grubu İle Hiç Partneri Olmamış Bir Hemşire Grubunun Cinsel Bilgi Edinme Yolları Ve Cinsel Mitlerin Yaygınlığının Karşılaştırılması. [özet] *Yeni Symposium Dergisi*, 42(2):72-76.
- Yaşar, F. (2009). *İlköğretime devam eden öğrencilerin anne-çocuk ilişkisini kabul ve reddedici algılama düzeyinin annenin evlilik doyumu ve evlilik uyumu düzeyiyle ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi , Sosyal Bilimler Enstitüsü , Adana.
- Yavuzer, H. (1994). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yeşiltepe, S. S. (2011). *Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluş ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yıldırım, İ. (1992) *Evli bireylerin uyum düzeylerini etkileyen bazı etmenler* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yıldız, Y. (2012). *İlişkiye ilişkin inançların evlilik uyumunu yordaması* (Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi , Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Yılmaz, H., Ilketenci, R., Yılmaz, A. S., & Mamırova, C. (2004). Evli Bireylerin Problem Çözmede Kullandıkları Yaklaşımlar Ve Evlilik Uyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(2): 445-462.
- Yüksel, Ö. (2013). *Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri*

(Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü,  
Ankara.

Ziya, A. Z. (2015). *Üniversite öğrencilerinin cinsel mit inançları, cinsel bilgi düzeyleri  
ve cinsel tutumları arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç  
Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.



## EKLER

Sayın Katılımcı,

Bu araştırma, katılımcıların evlilik sürecine ilişkin görüşlerini incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma kapsamında toplanacak veriler, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı'nda yürütülmekte olan bir tez çalışması için kullanılacaktır. Araştırma sırasında sizden alınan bilgiler, diğer cevaplayıcıların bilgileriyle birleştirilecek olup; toplanan veriler YALNIZCA BİLİMSEL AMAÇLARLA kullanılacaktır. Ankette bulunan sorulara vereceğiniz yanıtların doğruluğu, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Anket formunda, 66 adet soru yer almaktadır. Sorulara yanıt verme süreni, ortalama 15 dakikadır.

İşbirliğinizin ve katkınızın çok değerli olduğunu belirtir, desteğiniz için teşekkür ederiz.

Saygılarımızla

Dr. Öğr. Üyesi Esra TÖRE – Psikolojik Danışman Sümeyye KARTAL

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi – Sosyal Bilimler Enstitüsü

### Evlilik Yaşam Ölçeği (Ek 1)

(1)Aşağıda evlilik yaşamına ilişkin 10 cümle bulunmaktadır. Bu cümlelerden her birinin yanında da "kesinlikle katılmıyorum", "katılmıyorum", "kararsızım", "katılıyorum" ve "kesinlikle katılıyorum" seçenekleri yer almaktadır. Her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin evlilik yaşamınıza uyan seçeneği çarpı (X) koyarak işaretleyiniz.		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
1	Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2	Evliliğimizdeki engellerin aşılamaz olduğunu düşünüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3	Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4	Evliliğimizde giderek eksilen heyecan beni rahatsız ediyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5	Evliliğimiz zaman zaman bana bir yük gibi geliyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6	Huzurlu bir ev yaşamım var.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7	Evliliğimiz her geçen gün daha iyiye doğru gitti.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

8	Bizim ilişkimiz ideal bir karı-koca ilişkisidir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9	Eşim benim için aynı zamanda iyi bir arkadaştır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10	Başbaşa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

### Yeni Cinsel Yaşam Doyumu Ölçeği (Ek2)

(2)Aşağıda yer alan maddeleri okurken son altı ay içindeki cinsel yaşamınızı düşününüz. Son 6 ay içindeki cinsel yaşamınızı en iyi yansıtan, memnuniyet derecenizi belirten numarayı çarpı (X) koyarak işaretleyiniz.		Hiç memnun değilim	Biraz memnunuz	Orta düzeyde memnunuz	Çok memnunuz	Son derece memnunuz
1	Cinsel uyarılma yoğunluğum	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2	Cinsel boşalmamın (orgazm) kalitesi	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3	Cinsel ilişki boyunca kendimi cinsel zevke teslim etme ve bırakmam	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4	Cinsel ilişki boyunca odaklanmam/konsantrasyonum	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5	Eşime/partnerime cinsel tepki biçimim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6	Vücudumun cinsel açıdan fonksiyonelliği (işlevselliği)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7	Cinsel ilişki sırasında duygusal serbestliğim (açılmam)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8	Cinsel ilişki sonrasındaki ruh halim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9	Cinsel boşalma (orgazm) sıklığı	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10	Eşime/partnerime tattırdığım zevk	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11	Cinsel ilişki sırasında aldığım ve verdiğim arasındaki denge	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12	Cinsel ilişki boyunca eşimin/partnerimin duygusal paylaşımı (açılması)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13	Cinsel ilişkiyi eşimin/partnerimin başlatması	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14	Eşimin/partnerimin cinsel boşalma (orgazm) becerisi	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15	Eşimin/partnerimin kendisini cinsel zevk için teslim etmesi (bırakması)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16	Eşimin/partnerimin benim cinsel ihtiyaçlarımla ilgilenme tarzı	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17	Eşimin/partnerimin cinsel yaratıcılığı	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

18	Eşimin/partnerimin cinsel ilişkiye hazır olması	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19	Cinsel ilişkimin çeşitliliği	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20	Cinsel ilişkimin sıklığı	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

### Çatışma Çözüm Stilleri Ölçeği (Ek 3)

(3)Aşağıda, evlilik ilişkilerinde yaşanan sorunların genel olarak nasıl çözümlendiği ile ilgili ifadeler yer almaktadır. Lütfen eşinizle ilişkin göz önüne alarak, her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin evlilik yaşamınıza uyan seçeneği çarpı (X) koyarak işaretleyiniz.		Hiç katılmıyorum	Oldukça katılmıyorum	Birazcık katılmıyorum	Birazcık katılıyorum	Oldukça katılıyorum	Çok katılıyorum
1	Tartışma esnasında konuyla ilgisiz de olsa zayıflıklarını yüzüne vururum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
2	Kavganın büyümemesi için onun istediği şeyleri yaparım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
3	Çok sinirlenmişsem konuşmayı ertelerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
4	Sorun durumunda pek çok şeyi içime atabilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
5	Sorunun uzamadan çözülebilmesi için kaynağımı bulmaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
6	Sinirlendiğimde kırıncı şeyler söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
7	Problemi büyütmemek için onu sakinleştirmeye çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
8	Sesimi yükselterek beni dinlemesini sağlamaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
9	Tartışmada ortak bir çözüm noktası bulmaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
10	Çok büyük sorunlar yaşadığımızda ondan uzak durmaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
11	Sorun çözümlenmeden tartışmayı sonlandırmam.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
12	Bağırıp çağırarak istediğimi yaptırırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
13	Sorunun tüm yönlerini tartışma sırasında konuşmak isterim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
14	Sevgilimi ilişkiyi bitirmekle tehdit ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
15	Bana bağırduğunda onun olmadığı bir odaya geçerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
16	Kavgalarımız sırasındaki kızgınlığımı fiziksel olarak gösteririm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
17	İlişkide sorun yaşanmaması için kendimden ödün veririm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
18	Sorun yaşadığımızda sevgilimin yanından uzaklaşıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
19	Sorunun çözülmesine yardımcı olacağına inanırsam durumu alttan alırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
20	Onun olumsuz tepkilerine karşılık vermeyerek problemin büyümemesini sağlamaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
21	Çok gergin olduğumuzda susarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

22	Bir problem yaşandığında, konuyla ilgili düşündüğüm her şeyi açıklarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
23	Eğer çok sinirlenmişsem, sinirim geçene kadar konuşmayı reddederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
24	Bir problem yaşandığında, kendimi sevgilimin yerine koyarak onun ne düşündüğünü anlamaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
25	Sürekli imalarda bulunurum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

#### Kişisel Bilgi Formu (Ek 4)

Kişisel Bilgi Formu			
Cinsiyetiniz	<input type="checkbox"/> Kadın	<input type="checkbox"/> Erkek	
Yaşınız	<input type="checkbox"/> 18 -24	<input type="checkbox"/> 25-30 yaş arası	<input type="checkbox"/> 31-40 yaş arası
	<input type="checkbox"/> 41-55 yaş arası	<input type="checkbox"/> 56 yaş ve üzeri	
Eğitim Düzeyiniz	<input type="checkbox"/> Okur Yazar	<input type="checkbox"/> İlkokul	<input type="checkbox"/> Ortaokul
	<input type="checkbox"/> Lise	<input type="checkbox"/> Üniversite	<input type="checkbox"/> Lisansüstü
Eşinizin Eğitim Düzeyi	<input type="checkbox"/> Okur Yazar	<input type="checkbox"/> İlkokul	<input type="checkbox"/> Ortaokul
	<input type="checkbox"/> Lise	<input type="checkbox"/> Üniversite	<input type="checkbox"/> Lisansüstü
Çalışma Durumunuz	<input type="checkbox"/> Çalışıyor	<input type="checkbox"/> Çalışmıyor	
Toplam Haftalık Çalışma Saatiniz (Ücretli bir işte)	<input type="checkbox"/> 15 saat ve altı	<input type="checkbox"/> 16-24 saat arası	<input type="checkbox"/> 25-34 saat arası
	<input type="checkbox"/> 35-44 saat arası	<input type="checkbox"/> 45+ saat	
Evlilik Sayınız	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
	<input type="checkbox"/> 4 ve üzeri		
Evlilik Süreniz	<input type="checkbox"/> 0-2 yıl arası	<input type="checkbox"/> 3-5 yıl arası	<input type="checkbox"/> 5-10 yıl arası
	<input type="checkbox"/> 11-15 yıl arası	<input type="checkbox"/> 16-20 yıl arası	<input type="checkbox"/> 21 yıl ve üzeri
Çocuk Sayınız	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5 ve üzeri
İkamet Edilen İlçe	.....		

Eşinizle Evlenme Biçiminiz	<input type="checkbox"/> Anlaşarak ve ailelerin onayıyla	<input type="checkbox"/> Anlaşarak ama ailelerin onayı olmadan	<input type="checkbox"/> Aile tarafından tanıştırılıp onayımız alınarak
	<input type="checkbox"/> Aile tarafından tanıştırılıp onayımız alınmadan	<input type="checkbox"/> Kaçarak	



## Yeni Cinsel Doyum Ölçeği Gelen Kutusu x



**Sümeyye KARTAL**

17 May 2019 Cum 17:31 ☆

İyi günler hocam. Ben Sümeyye KARTAL. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi PDR Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. 2018 yılında yayınladığınız "Yeni Cins..."



**nilüfer tuğ**

Alıcı: ben ▾

20 May 2019 Pzt 00:06 ☆ ↩ ⋮

Sayın Kartal,  
Çalışmanızda atıf yaparak kullanabilirsiniz. Şimdiden bilime katkınızdan dolayı tebrik ediyorum.  
İyi çalışmalar

Doç. Dr. Nilüfer Tuğut  
Sivas Cumhuriyet Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi

17 May 2019 Cum 17:31 tarihinde Sümeyye KARTAL şunu yazdı:



↩ Yanıtla

➡ Yönlendir

## Evlilik Yaşam Ölçeği Gelen Kutusu x



**Sümeyye KARTAL**

17 May 2019 Cum 18:04 ☆

İyi günler hocam. Ben Sümeyye KARTAL. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi PDR Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. "Evlilik Yaşamı Ölçeği"nizi, "Çatışma ..."



**Esin Tezer**

Alıcı: ben ▾

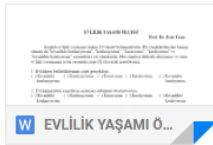
📧 19 May 2019 Paz 11:20 ☆ ↩ ⋮

Evlilik Yaşamı Ölçeği ve ölçek ile ilgili bilgileri ekte gönderiyorum.  
Başarılar dilerim.

Prof. Dr. Esin Tezer (E)



2 Ek



## Çatışma Çözüm Stilleri Ölçeği İzni Gelen Kutusu x



**Sümeyye KARTAL**

11 Ocak Cmt 14:30 ☆

İyi günler hocam, Ben Sümeyye KARTAL. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi PDR Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. "Çatışma Çözme Stillerinin Evlilik Doyu...



**Ayça Özen** <

14 Ocak Sal 20:57 ☆ ↩ ⋮

Alıcı: ben ▾

Sümeyye merhaba,

Ölçeği kullanabilirsin. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmasını ekte yolluyorum...

Kolay gelsin

Ayça



# ÖZGEÇMİŞ

Sümeyye KARTAL

## A. EĞİTİM

**Yüksek Lisans:** İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, 2020, İstanbul

**Lisans:** İstanbul Bahçeşehir Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü (İngilizce), 2017, İstanbul

## B. MESLEKİ DENEYİM

2017- 2019 Özel Silivri Safir Koleji Psikolojik Danışman  
2020- Devam İstanbul Büyükşehir Belediyesi Psikolojik Danışman

## C. SERTİFİKALARI

1- Çocuk Resimlerinin Psiko-Pedagojik Analizi ve Çocuk Testleri Eğitimi - Uygulayıcı Sertifikası (PsikoTerap-İST, 2017)

- Gesell Gelişim Testi
- Goodenough Harris
- Bir İnsan Çiz Testi
- Koppitz İnsan Çizim Testi
- Aile Çiz Testi
- Ağaç Testi
- Bahçe Testi
- Catell 2A Zeka Testi
- Peabody Kelime Testi
- Metropolitan Okul Olgunluğu Testi
- Ankara Gelişim Envanteri

- 2- Eğitimde Oyun Teknikleri - MEB Onaylı (Zirve Akademi-2017)
- 3- Özgül Öğrenme Güçlüğü Eğitim Uygulamaları (Brain Danışmanlık, 2018)
- 4- Özgül Öğrenme Güçlüğü Test Bataryası (Brain Danışmanlık, 2018)
- 5- İnsan Kaynakları Asistanlığı (İstanbul İşletme Enstitüsü, 2019)
- 6- İnsan Kaynakları Yönetimi (İstanbul İşletme Enstitüsü, 2019)
- 7- İşe Alım ve Mülakat Teknikleri (İstanbul İşletme Enstitüsü, 2019)

