

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**ÇOCUK SAHİBİ OLAN VE OLMAYAN EVLİ KADINLARIN
AYRILMA ANKSİYETESİ VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**
Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:

İrem TURGUT

İSTANBUL, 2016

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**ÇOCUK SAHİBİ OLAN VE OLMAYAN EVLİ KADINLARIN
AYRILMA ANKSİYETESİ VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:

İrem TURGUT

Öğrenci No:

140790039

Tez Danışmanı:

Yrd. Doç. Dr. Samuray ÖZDEMİR

İSTANBUL, 2016

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi” başlıklı bu çalışmanın bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 31.08.2016

İrem TURGUT

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ,
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

30.09.16

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim Dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden 140790039 numaralı **İrem TURGUT** un “*Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği*”nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği “*Çocuk Sahibi Olan ve Olmayan Evli Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi*” konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 06.09.2016 tarih ve 2016/35 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin (c) bendi gereğince (....) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında *oyçokluğu/oybirliği* ile **Kabul/Red veya Düzeltme** kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü’ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

DANIŞMAN

Yrd. Doç. Dr. Samuray ÖZDEMİR
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE

Yrd. Doç. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE

Yrd. Doç. Dr. Güzin SEVİNÇER
(İstanbul Gelisim Üniversitesi)

Adı ve Soyadı: İrem TURGUT

Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Samuray ÖZDEMİR

Türü ve Tarihi: Yüksek Lisans, 2016

Alanı: Klinik Psikoloji

Anahtar Kelimeler: Annelik, Ayrılma Anksiyetesi, Yaşam Doyumu

ÖZET

ÇOCUK SAHİBİ OLAN VE OLMAYAN EVLİ KADINLARIN AYRILMA ANKSİYETESİ VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Bu çalışmanın amacı, çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerini belirleyerek; çocuk sahibi olma durumunun, kadınlardaki ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde farklılık yaratıp yaratmadığını incelemektir. Ayrıca, araştırmada kadınların eğitim ve gelir düzeyi, çalışma durumu, evlilik yaş ve süreleri, eşlerinin eğitim ve meslek grupları, evlilik biçimi ve tatmin düzeyleri gibi özelliklerinin ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumuna etkisi incelenmiştir. Araştırmaya İstanbul Kadıköy’ de yaşayan, gönüllülük esasına göre belirlenmiş, 25-35 yaş arası 200 evli kadın (100’ü çocuğu olan, 100’ü çocuğu olmayan) dâhil edilmiştir. Veri toplama araçları olarak Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi ve Diener Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmış olup her katılımcıya ayrı ayrı onam formu imzalatılmıştır. Ek olarak katılımcıların sosyodemografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından Kişisel Bilgi Formu oluşturulmuştur. Araştırmada çocuğu olan kadınların çocuğu olmayan kadınlara göre ayrılma anksiyetesi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Katılımcılardan çocuğu olanların yaşadığı ayrılma anksiyetesi düzeyinin ise yaşam doyumu düzeyleri üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Anne olan katılımcıların yaşadıkları ayrılma anksiyetesinin, yaşam doyumunu azalttığı bulunmuştur. Sosyodemografik değişkenlere baktığımızda ise; katılımcıların evlilik yaşları, eğitim düzeyleri ve evlilik tatmini düzeyleri, ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu

düzeylerini etkilemektedir. Katılımcıların çalışma durumları ve evlilik sürelerinin, ayrılma anksiyetesi üzerinde etkili olduğu görülürken; katılımcıların gelir seviyesi, eğitim düzeyi, eşlerin meslek grupları, evlilik biçimi ve aile yapısı ise yaşam doyumu üzerinde etkili görünmektedir. Değişkenler arasında incelenen ilişkilerin bunlar dışında kalan kısmında anlamlı bir sonuç elde edilememiştir.

Araştırmanın sonunda bulunan tartışma ve yorum bölümünde bulgulara dayalı olarak araştırmacılara, alanda çalışan psikolojik danışmanlara ve ailelere yönelik önerilerde bulunulmuştur.



Name and Surname: İrem TURGUT

Supervisor: Assist. Prof. Dr. Samuray ÖZDEMİR

Degree and date: Master, 2016

Major: Clinical Psychology

Key words: Motherhood, Separation Anxiety, Life Satisfaction

ABSTRACT

INVESTIGATION OF SEPARATION ANXIETY AND LIFE SATISFACTION LEVELS OF MARRIED WOMEN WITH AND WITHOUT CHILDREN

The aim of this study is to determine the level of life satisfaction and separation anxiety of women with and without children; to investigate whether this state of having children makes a difference on separation anxiety and the level of life satisfaction in women. Additionally, effects of women's education levels and levels of income, employment statuses, marriage ages and lengths of marriages, partner's level of education and occupational groups, type of marriages and levels of fulfillment on separation anxiety and life satisfaction is also examined in this research. Data of 200 women (100 with and 100 without children) on a voluntary basis, that lives in Istanbul/Kadikoy, between ages of 25 to 35 are included in the research. Adult separation Anxiety Questionnaire and Diener's The Satisfaction with Life Scale are used as data collection tools and every participant have had signed a separate consent form. In addition, a personal information form has been constituted by researcher to state participants' sociodemographic characteristics. In the research, women with children are revealed to have higher levels of separation anxiety compared to women without children. Level of separation anxiety participants with children experienced seem to affect their levels of life satisfaction. It is revealed that separation anxiety experienced by participants whom happens to be a mother decreases levels of life satisfaction. Upon consideration of sociodemographic factors; marriage ages, education levels and marriage fulfillment levels of participants affects separation

anxiety and levels of life satisfaction. As in employment statuses and marriage lengths of participants have effects on separation anxiety; Income levels, education levels, partners' occupational groups, type of marriages and family structure affects life satisfaction. No coherent results are obtained out of part that is examined between correlation of variables.

Suggestions have been made for psychological counselors and families based on the findings at the discussion and comment part at the end of the research.



İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖZET	i
ABSTRACT	iii
TABLolar LİSTESİ.....	viii
KISALTMALAR	xii

BÖLÜM I

GİRİŞ	1
1.1. PROBLEM	4
1.1.1. Alt Problemler	4
1.2. TANIMLAR	6
1.3. SAYILTILAR	6
1.4. SINIRLILIKLAR	7
1.5. ARAŞTIRMANIN AMACI	7
1.6. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ.....	8
1.7. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	8

BÖLÜM II

GENEL BİLGİLER.....	9
2.1. ANKSİYETE KAVRAMI.....	9
2.2. AYRILMA ANKSİYETESİ BOZUKLUĞU.....	11
2.3. ANKSİYETE BOZUKLUKLARINA İLİŞKİN KURAMSAL YAKLAŞIMLAR	14
2.3.1. Psikodinamik Yaklaşım	14
2.3.2. Bilişsel – Davranışçı Yaklaşım.....	15
2.3.3.Bağlanma Kuramları.....	16
2.3.4.Varoluşçu Yaklaşım	17

2.4.AYRILMA ANKSİYETESİ VE ANNELİK.....	18
2.5. YAŞAM DOYUMU KAVRAMI.....	19
2.6. YAŞAM DOYUMUNA İLİŞKİN KURAMSAL AÇIKLAMALAR.....	21
2.6.1.Ereksel/Telik Kuramlar	21
2.6.2. Etkinlik Kuramları	22
2.6.3.Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları	22
2.6.4.Bağ Kuramları.....	23
2.6.5. Yargı Kuramları	23
2.7. YAŞAM DOYUMU VE ANNELİK	24

BÖLÜM III

YÖNTEM	26
3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ	26
3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM	26
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	27
3.3.1. Onam Formu.....	27
3.3.2. Kişisel Bilgi Formu.....	27
3.3.3. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi	27
3.3.4. Diener – Yaşam Doyumu Ölçeği.....	28
3.4. VERİLERİN ANALİZİ	29

BÖLÜM IV

BULGULAR	30
-----------------------	-----------

BÖLÜM V

TARTIŞMA.....	52
----------------------	-----------

BÖLÜM VI

YORUM VE ÖNERİLER 58

KAYNAKÇA 59

EKLER

.....66

EK-1: ONAM FORMU 66

EK-2: KİŞİSEL BİLGİ FORMU.....67

EK-3: YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ ANKETİ 70

EK-4: DIENER YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ 73



TABLÖLAR LİSTESİ

Sayfa No:

Tablo 4.1: Araştırmaya Katılan Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=200).....	30
Tablo 4.2: Çocuğu olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı.....	32
Tablo 4.3: Kadınların Çocuğu Olup Olmamasına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması	33
Tablo 4.4: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Yaşları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	34
Tablo 4.5: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşlerinin Yaşları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	34
Tablo 4.6: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşleriyle Olan Yaş Farkları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	35
Tablo 4.7: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Evlilik Yaşları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	36

Tablo 4.8: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Ailelerinin Gelir Düzeyleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması.....	37
Tablo 4.9: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eğitim Düzeyleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması.....	38
Tablo 4.10: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşlerinin Eğitim Düzeyleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması.....	39
Tablo 4.11: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Çalışma Durumlarına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması	40
Tablo 4.12: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşlerinin Meslekleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması.....	41
Tablo 4.13: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Evlilik Biçimleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması.....	42

Tablo 4.14: Çocuğu Olan Kadınların Kaç Çocuğu Olduğuna Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması.....	43
Tablo 4.15: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Evlilik Süreleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması.....	44
Tablo 4.16: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Evliliklerinden Ne Derece Memnun Oldukları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması.....	44
Tablo 4.17: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Evde Aile Üyelerinin Dışında Başka Yakınının Yaşayıp Yaşamadığına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması.....	46
Tablo 4.18: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşlerini İşe Yollarken Kaygı Yaşayıp Yaşamadıklarına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması	47
Tablo 4.19: Çocuğu Olan Kadınların Çocuklarını Okulla Yollarken Kaygı Yaşayıp Yaşamadıklarına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması.....	48
Tablo 4.20: Çocuğu Olan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	49

Tablo 4.21: Çocuğu Olmayan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi...50

Tablo 4.22: Çocuğu Olan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi..... 50

Tablo 4.23: Çocuğu Olmayan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi..... 51



KISALTMALAR

AAB: Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğı

AAB: Çocukluk Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu

yAAB: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğı

YAA : Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi

YDÖ: Yaşam Doyumu Ölçeği

SPPS: Statistical Package for Social Sciences



BÖLÜM I

GİRİŞ

Bir kadının yaşamı doğumdan itibaren pek çok değişime uğrar. Bunlardan biri vardır ki yaşandığında, kadına adeta yeni bir kimlik kazandırır: Annelik. Anne olmak bir kadını değiştirir. Çünkü kadın beynini yapı, işlev ve daha pek çok açıdan bir başkalaşıma götürür. Böylece anne, bedeninde yaşanan döllenmeyle birlikte yalnızca fizyolojik açıdan değil psikolojik açıdan da değişmeye başlar. Annenin düşünme, hissetme, yargılama biçimi değişmeye ve anne, koruyucu içgüdülerle bebeğe ilişkin hassas davranışlar göstermeye başlar(Brizendine,2011). Başka bir deyişle, bebek fiziksel olarak doğarken anne de psikolojik olarak doğar. Kadının zihninde gerçekleşen bu doğum, bir anne olma duygusu oluşturan yeni bir kimlik ortaya çıkarır. Anne olmanın bir kadının zihinsel yapısını kökten değiştirebileceği, geleneksel psikoloji teorileri de dâhil olmak üzere, bugüne kadar kimsenin tam anlamıyla ortaya koymadığı bir durumdur. Önceleri annelik, bir kadının halihazırdaki zihin yapısının hafif değişimi olarak görülmüş olsa da, aslında anne olma deneyimi, kadının önceden var olan zihin yapısından bütünüyle farklı bir yapı oluşturur. Bu da anne için, anne olmayanların bilmediği, yeni bir deneyim dünyasına giriş anlamına gelir (Stern ve ark., 2013).

Bowlby'e göre (1973), annelerin çocuklarını korumaya yönelik içgüdüsel bir eğilimleri vardır. Anneler, çocuklarından ayrılmak; onları koruma, güvende ve rahat tutma yeteneklerini engellediğinde kaygı yaşarlar. Annenin ayrılık kaygısı, ayrılık deneyimine bağlı hoş olmayan ve mutsuzluk, suçluluk gösterimleriyle kanıtlanan bir duygusal durum olarak ortaya çıkar (Demirdiş, 2004).

Ayrılık kaygısı (ayrılma anksiyetesi) kavramı kişinin, hayatının önemli parçalarından uzak olmanın verdiği kaygı, ani ya da mevcut kayıp veya aynı

yakınlığı bulamamaktan kaynaklanan üzüntüyü içerir ve “ayrılık yaşantısına bağlı hoş olmayan durum” şeklinde tanımlanmaktadır (Demirdiş, 2004).

Hem psikolojik hem de beyindeki nörokimyasal etkiler sonucu pek çok annede, bebeklerinden fiziksel olarak ayrı kaldıklarında korku, sinirli olma hatta panik hali gibi çeşitli ruhsal belirtiler ortaya çıkar (Brizendine, 2011).

Beyin üzerine yapılan araştırma bulgularının da desteklediği gibi; çocuk sahibi olmak, endişe ve evham anlamına gelir. Annelerin, bebeklerinin yüzlerini gördüklerinde beyinlerindeki korku ve kaygıyı ortaya çıkaran sistemin en yüksek düzeyde çalışmaya başlaması buna örnek verilebilir. Anne ve bebek için birbirlerinden ayrılmak, hatta kısa bir süre için bile birbirlerinin bakışlarını kaçırmak tahammül edilemez olabilir. Bu durum, yıllarca beklenen büyük bir aşka kavuştuktan sonra yaşanan kaybetme korkusuna benzer (Yazgan, 2014).

Anne için göz korkutucu olabilen kısım, kendi sorumluluğunun yanında başka bir insanın da sorumluluğunu almış olmaktır. Onun hayatta kalmasını, korunmasını sağlamak anne için kaçınılmaz bir endişe yaratır. Korunmayı sağlamak için gerekli olan bu endişelerin, zamanla azalarak ortaya çıkması beklenir. Anne giderek, çocuğu için güvenli bir alan, bir güvenlik ağı oluşturur (Stern ve ark., 2013). Aksi durumda hissedeceği suçluluk duygusu, annenin kendini sorumlu tutarak bundan olumsuz yönde etkilenmesine neden olabilir. Bu duyguların arasında kalan annenin hayatı ve çocuğuna bireyselleşme imkânı tanınması giderek zorlaşmaya başlar (Abreveya, 2015).

Çocuk sahibi olma kararı kişiye yeni sorumluluklar yükler. “Mükemmel bir çocuk” hayal eden bir anne için de bunun bir bedeli vardır. Seksenli yıllar boyunca çocuk gelişimi ve ihtiyaçlarının karmaşıklığı ortaya kondukça bu bedel yükselmiştir. Kadınlar için bağımsız olmak, mesleklerinde başarılı olmak, iyi bir ilişkiye ve sosyal

hayata sahip olmak gibi isteklerin yanında bir çocuğun ve annelik deneyiminin getireceği mutluluğa sahip olma arzusu da kendini gösterdiğinde kadın olmak ve anne olmak şeklindeki iki ayrı kimlik arasında denge sağlama meselesi ortaya çıkar (Badinter,2011).

Anne olmak, bir kadın için yeni rolleri de beraberinde getirir. İdealde var olan “iyi anne imajı” aslında anneliğin pek çok yüzünü ifade eder. Her bir yüz annenin bir başka rolünü ve çocuğun gelişiminde önemli yer tutan bir psikolojik işlevi tanımlar. Anne; çocuğu dünyaya getiren kaynak, çocuğun bağlandığı, fiziksel ve ruhsal açıdan beslendiği yer, destekleyici, koruyucu, öğretici olmak gibi birçok rolde kendini gösterir. Burada “iyi anne imajı” her anne için kendine özgü bir nitelikte olabilir ve annenin rollerini yerine getirme düzeyi, çocuğun yaşamsal tatminiyle ilişkilidir (Cori,2015).

Bir kadını gebelik ve doğumu takip eden süreçte bir anneye dönüştüren ruhsal durumu Winnicott, “birincil annelik tasası” olarak adlandırır. Annenin hayatı ve dünyayla ilişkisi bu süreçte yeniden düzenlenerek bebeğin bakımına göre şekillenir. Anne, bebeğin ihtiyaçları ve duygusal durumuna karşı aşırı duyarlı hale gelir. Öyle ki, bebeğine bakım verdiğini, iyi anne olduğunu hissettiği ölçüde giderek tekrar kendi yaşantısı ve sorumluluklarına yönelebilir(Abreveya,2015).

Anne beyni giderek kendini çocuğun ihtiyaçlarını da içine alacak şekilde tanımlamaya başlar. Hatta çocuğun ihtiyaçları bir noktadan sonra anneninkilerin önüne geçen bir zorunluluk halini alabilir. Anne beyni, tıpkı bir GPS (arama-bulma) sistemi gibi çocuğunu takip eder. Artık anne, beyni köklü biçimde değişmiş bir kadın olarak, iki kişilik yaşamaya başlamıştır. İyi bir anne olup olmadığı düşüncesi annenin yaşamsal doyumunu etkileyebilir (Brizendine, 2011).

Yaşam doyumu, karşımıza ilk kez Neugarten'in (1961) kullanımıyla çıkmış bir kavramdır. Kişinin istek ve arzularına ulaşmasını “doyum” kavramıyla açıklarsak yaşam doyumunu da “kişinin yaşamsal beklentilerine ulaşma düzeyi” biçiminde açıklayabiliriz. Yaşam doyumu, bireyin yaşamında sahip oldukları ve ulaşmak istediklerinin bir karşılaştırması olarak ifade edilebilir. İstekler ve sahip olunanların birbirine yakın olup olmaması yaşam doyumunu etkileyecektir. Bu açıdan bakıldığında; yaşam doyumu, bu karşılaştırmanın sonucunda kişinin içinde bulunduğu yaşamsal tatmin ya da mutluluk seviyesi biçiminde de açıklanabilir. (Balkanlı, 2008).

Annelik; bir kadının ne düşündüğünü, nelerden korktuğunu veya neleri umut ettiğini belirleyebilir. Hisleri ve eylemlerini etkileyebilir, hatta duyu ve bilgi işleme sistemlerinin hassasiyetini arttırır. Çocuk sahibi olmak, kadının zevk ve tercihlerini yönlendirerek bazı değerlerini yeniden şekillendirmesine sebep olur. Bu da, kadının yaşamdaki rotası ve yaşamına ilişkin sahip olduğu düşünceleri etkileyecektir (Stern ve ark., 2013).

1.1. PROBLEM

- Çocuk sahibi olan ve olmayan kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde anlamlı farklılaşma var mıdır?

Bu araştırma, anne olup olmama durumunun evli kadınlar üzerindeki etkisini sorgulamakta, anneliğin kadınların kaygı düzeyini ve yaşamlarına bakış açısını nasıl etkilediğine dair sorulara cevap aramaktadır.

1.1.1. Alt Problemler

1. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde yaşa göre anlamlı farklılaşma var mıdır?

2. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde eşler arasındaki yaş farkına göre anlamlı farklılaşma var mıdır?
3. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde evlilik süresine göre anlamlı farklılaşma var mıdır?
4. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde gelir düzeyine göre anlamlı farklılaşma var mıdır?
5. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde eğitim durumuna göre anlamlı farklılaşma var mıdır?
6. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde çalışma durumuna göre anlamlı farklılaşma var mıdır?
7. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde evlenme biçimine göre anlamlı farklılaşma var mıdır?
8. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde çocuk sayısına göre anlamlı farklılaşma var mıdır?
9. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde evlilik tatminine göre anlamlı şekilde farklılaşma var mıdır?
10. Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınlarda ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde evde yaşayan aile dışında biri olup olmamasına göre anlamlı bir fark var mıdır?
11. Çocuk sahibi olan evli kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde anlamlı bir ilişki var mıdır?

12. Çocuk sahibi olmayan evli kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.2. TANIMLAR

Araştırma kapsamında kullanılan kavramların tanımları:

Ayrılma anksiyetesi, kişinin anne ya da bağlanma figüründen ayrılma durumunda veya ayrılma beklentisinde anksiyete yaşaması halidir (Diriöz ve ark, 2011).

Yaşam doyumu, Özer ve Karabulut'a göre (2003) bireyin kendisi ve yaşamı ile ilgili gerçekleşmesini istedikleriyle var olanların karşılaştırılması ile elde edilen durum ya da sonuçtur (Soydan, 2015).

1.3. SAYILTILAR

1. Araştırmaya katılan evli kadınların, kendilerine verilen form ve ölçeklerdeki soruları doğru ve içten yanıtladıkları varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan örneklem grubunun, evreni temsil eder nitelikte olduğu varsayılmıştır.
3. Araştırmada kullanılan Demografik Bilgi Formu'nun katılımcıların sosyodemografik özelliklerini, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi'nin yetişkinlik dönemi ayrılma anksiyetesi düzeyini ve Yaşam Doyumu Ölçeği'nin katılımcıların yaşam tatmini düzeylerini ölçtüğü varsayılmıştır.
4. Araştırmada kullanılan ölçeklerin ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güvenilir oldukları varsayılmıştır.

1.4. SINIRLILIKLAR

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıda belirtilmiştir:

1. Bu araştırma İstanbul Kadıköy ilçesinde yaşayan ve gönüllülük esasına göre seçilen 200 evli kadın ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma 25- 35 yaş arasındaki evli kadınlar ile sınırlıdır.
3. Bu araştırma eğitim düzeyi en az ilkokul olan ve okuma yazma bilen kadınlarla sınırlıdır.
4. Katılımcılara ilişkin demografik veriler, Demografik Bilgi Formu ile alınan bilgilerle sınırlıdır.
5. Katılımcıların ayrılma anksiyetesine ilişkin veriler, Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi'nin kapsamıyla sınırlıdır.
6. Katılımcıların yaşam doyumuyla ilişkin veriler, Yaşam Doyumu Ölçeği' nin kapsamıyla sınırlıdır.

1.5. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı; çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerini belirlemek, çocuk sahibi olma durumunun kadınlardaki ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinde farklılık yaratıp yaratmadığını incelemektir.

1.6. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ

1. Çocuğu olan kadınların, çocuğu olmayan kadınlara göre, ayrılma anksiyetesi düzeyleri daha yüksektir.
2. Çocuğu olan kadınların, çocuğu olmayan kadınlara göre, yaşam doyum düzeyleri daha düşüktür.
3. Çocuğu olan kadınların ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyum düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
4. Çocuğu olmayan kadınların ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyum düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

1.7. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Bu araştırma, anne olma durumunun kadınların ayrılma kaygısı düzeyleri ve yaşamdan aldıkları doyuma etkisinin araştırılması, bu özelliklerin anne olan ve olmayan kadınlar açısından farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi açısından önemlidir.

Ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu kavramlarının anne ve annelikle ilişkilendirilerek ele alınmasının ve üzerinde henüz çok az çalışılmış olan yetişkin ayrılma anksiyetesi kavramı üzerinde durulması da araştırmanın literatüre katkısı açısından önem taşımaktadır.

BÖLÜM II

GENEL BİLGİLER

2.1. ANKSİYETE KAVRAMI

Anksiyete (kaygı), kaynağı bilinmeyen veya anlaşılmayan bir tehlike beklentisiyle ortaya çıkan gerginlik ve huzursuzluk duygusu olarak tanımlanabilir (Türkbay, 1999).

Anksiyete, literatürde pek çok farklı şekilde tanımlanmıştır. Örneğin Sigmund Freud’a göre anksiyete, kişiliğin yapısal modelini oluşturan, biyolojik yönünü temsil eden bileşenlerden biri olan ve sürekli doyum arayan bilinçdışı istek ve güdülerin oluşturduğu idin baskıya maruz kalmasıyla ortaya çıkar. Buna göre anksiyete, “baskı altında tutulan idin enerjisi” olarak tanımlanır(Burger, 2006).

Karen Horney ise anksiyeteyi, Freud’un aksine, biyolojik değil sosyal ve kültürel faktörlerle açıklamış; kişinin çevresel koşullarla yaşadığı sıkıntıların anksiyete oluşturduğunu söylemiştir. Ona göre kişi, sosyal ilişkileri ya da sahip olduğu çevresel koşullara ilişkin çatışma yaşadığında anksiyete ortaya çıkar(Burger, 2006).

Sullivan’a göre kişinin anksiyete hissetmesi, kendini güvende hissetmediği anlamına gelir. Kişinin güvenliği gerçek ya da imgesel bir tehdit altındaysa anksiyete oluşur. Bu anksiyete, düzeyi düşük olduğunda, kişiyi kendini ve çevresini daha iyi kontrol edebilecek duruma getirebilir. Bu yönde motive etmiş olur. Ancak yoğun anksiyete yaşandığında kişi, çaresizlik ve şaşkınlık hisseder(Burger, 2006).

Bellibaş'a göre (2004) anksiyetenin 4 temel belirti alanı (Altıntaş, 2009):

1. Bilişsel belirtiler: Kişinin yaşadığı anksiyete durumuna ilişkin işlevsel olmayan olumsuz düşünce ve bilişsel çarpıtmaları;
2. Duygusal belirtiler: Korku, huzursuzluk, endişe, çaresizlik, alarm duygusu, panik gibi hoş olmayan duyguların yaşanması;
3. Davranışsal belirtiler: Anksiyete yaratan durumlardan kaçınma davranışı;
4. Fizyolojik belirtiler: Anksiyetenin neden olduğu çarpıntı, titreme, terleme gibi bedensel belirtilerdir.

Irvin Yalom'a göre (1980) anksiyete, insan olmanın kaçınılmaz bir parçası, bir yaşam koşulu olarak vardır. İnsan olarak bireyin karşı karşıya kaldığı yaşamını sürdürmek, güvenliğini sağlamak ve var olmak için verdiği çabalardan ortaya çıkar. Ancak May ve Yalom'a göre (2000) normal anksiyete ve nörotik anksiyetenin birbirinden ayrılması gerekir. Normal kaygı, bireyin gelişiminde potansiyel bir kaynak olup kişiyi değişim için motive eder. Ayrıca karşılaşılan olaylara uygun tepkinin verilmesinde gereklidir. Nörotik kaygı ise aksine durumun boyutlarının ötesinde, kişi üzerinde baskı yaratan ve uygun tepkinin verilmesini zorlaştıran bir niteliğe sahiptir(Corey, 2008).

Stres ya da korku karşısında yaşanan olağan anksiyete ve patolojik anksiyetenin ayırt edilmesi önemlidir. Olağan anksiyete, bu durumlar karşısında oluşan uyum sağlayıcı bir tepki iken, patolojik anksiyete belirli uyaranlar karşısında ortaya çıkan uygunsuz bir tepki olarak ifade edilir. Olağan anksiyetenin sınırlarını aşan bu uygunsuz tepki, anksiyete bozukluğu şeklinde karşımıza çıkar ve aşağıdaki durumlarla belirlidir (Koroğlu, 2013):

1. Aşırı bir kaygı duyma,
2. Hastalık korkusu ya da hemen oluverecekmiş gibi gelen kötü bir sonu bekleme,
3. Çoğul somatik yakınmalar

4. Anksiyeteyi tetikleyen uyaranlardan kaçınma davranışı

2.2. AYRILMA ANKSİYETESİ BOZUKLUĞU

Bireyin bağımlılık yaşadığı kişilerden ya da evden ayrıldığında işlevselliği bozan veya rahatsızlık yaşıtan düzeyde yoğun kaygı yaşaması şeklinde görülür (Davison ve Neale, 2004).

Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu (AAB) çocukların % 3-4, ergenlerin ise % 1’inde görülmektedir. Kız ve erkeklerde görülme sıklığı eşit olup en çok 7-8 yaşlarında ortaya çıkar. Kalıtsal özellikler ve çevrenin etkisinden kaynaklandığı, aşırı utangaçlığın etkili olabileceği, çocuğun annesiyle olan ilişkisinin niteliği ve bağlanma şeklinin önemli olduğu, anne kaygıları ya da aşırı koruyucu tutumunun bu bozukluğun ortaya çıkışında etkili olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca ailede bir rahatsızlık veya kayıp, okul değişimi gibi durumlar da bu bozukluğa sebep olan çevresel etkenler arasında sayılabilir (Köroğlu, 2013).

Çocuklukta görülen ayrılma anksiyetesinde (çAAB) evden ya da bağlanılan kişiden ayrılmaya ilişkin yoğun bir sıkıntı, bağlandıkları kişinin başına bir şey geleceğine dair sürekli bir kaygı, bu durumlarla ilişkili olarak uyku sorunları, kâbuslar, bedensel yakınmalar veya okul reddi görülebilir. Bir yaştan altında veya okula başlangıç döneminde görülen ayrılma anksiyetesi, gelişimsel/dönemsel açıdan normal sayılabilir (Köroğlu, 2013).

Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu (AAB), ilk kez DSM-III’te tanımlanmış olup, DSM- IV TR’te tanı ölçütleri değişikliğe uğramıştır. Buna göre, tanı koyabilmek için gerekli asgari süre iki haftadan dört haftaya çıkarılmıştır. AAB, DSM- IV-TR’ de bir çocukluk çağı bozukluğu olarak sınıflandırılmış ve “belirtilerin 18 yaşından önce başlamış olması” koşulu belirtilmiştir. Ancak Manicavasagar ve Silove (1997), bir “Devamlılık Hipotezi” öne sürerek benzer belirtilerin sonraki yaşamda da devam edebileceğini söylemişlerdir. Bu hipotezle, ayrılma anksiyetesi bozukluğu

belirtilerinin çocukluktan sonra da görülebileceği ortaya konmuş; bozukluğun bir yetişkin formu ortaya çıkmıştır. Yakın zamanda tanımlanan bu yetişkin formuna göre; yetişkin ayrılma anksiyetesi (yAAB) görülen bireylerde bağlanma figürünün başına kötü bir şey gelmesine ilişkin yoğun korku yaşayarak onlarla yakın temaslarını koruma isteği duyarlar. Bağlandıkları figürden ayrıldıklarında ya da herhangi bir ayrılma ihtimali olduğunda panik atağı geçirme riskiyle karşılaşır. Yetişkin ayrılma anksiyetesi belirtilerinde ebeveynler kadar “eşten ve çocuklardan ayrılmaya” ya da “başlarına bir zarar geleceğine” yönelik aşırı düzeyde anksiyete de olabileceği belirtilmiştir (Atlı, 2011).

Ayrılma anksiyetesi bozukluğu, DSM-IV-TR’de “Genellikle İlk Kez Bebeklik, Çocukluk ya da Ergenlik Döneminde Tanısı Konan Bozukluklar” bölümünde iken DSM-V’te oradan alınarak “Kaygı Bozuklukları” bölümüne yerleştirilmiştir. Ayrıca, DSM-IV-TR’de bu bozukluğun “18 yaşından önce ortaya çıkmış olması koşulu” DSM-V’te kaldırılmıştır ve dört hafta koşulu yerine “belirtilerin en az 6 ay sürmesi” şartı eklenmiştir (Aslan, 2015).

“Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu” yaşayan bireylerin önemli bölümünde bozukluğun belirtileri 18 yaşından sonra başladığından yaş sınırının kaldırılması uygun görülmüştür. En az 6 ay şartı diğer kaygı bozukluklarında olduğu gibi tanı güvenliğini artırmak için tanı ölçütlerine eklenmiştir (Aslan, 2015).

Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu için DSM-V tanı ölçütleri(Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013):

“A. Aşağıdakilerden en az üçünün olması ile belirli, kişinin bağlandığı insanlardan ayrılmasıyla ilgili, gelişimsel olarak uygun olmayan ve aşırı düzeyde bir kaygı ya da korku duyması:

1) Evden ya da bağlandığı başlıca kişilerden ayrılacak gibi olduğunda ya da ayrıldığında hep aşırı tasalanma.

2) Bağlandığı başlıca kişileri yitireceği ya da bu kişilerin başına, hastalık, yaralanma, yıkım, ölüm gibi kötü bir olay geleceğiyle ilgili olarak, sürekli bir biçimde, aşırı tasalanma.

3) Bağlandığı başlıca kişilerden birinden ayrılmaya neden olacak, istenmedik bir olay (örn. kaybolma, kaçırılma, bir kaza geçirme, hastalanma) yaşayacağıyla ilgili olarak, sürekli bir biçimde, aşırı tasalanma.

4) Ayrılma korkusundan ötürü, okula, işe ya da başka bir yere gitmek için dışarı çıkmayı, evden uzaklaşmayı hiç istememe ya da buna karşı koyma.

5) Evde ya da başka ortamlarda tek başına kalmaktan ya da bağlandığı başlıca kişilerle birlikte olmamaktan, sürekli bir biçimde, aşırı korku duyma ya da bu konuda isteksizlik gösterme.

6) Evinin dışında ya da bağlandığı başlıca kişilerden biri yanında olmadan uyuma konusunda isteksizlik gösterme ya da buna karşı koyma.

7) Yineleyici bir biçimde, ayrılma konusunu da içeren karabasanlar görme

8) Bağlandığı başlıca kişilerden ayrıldığında ya da ayrılacak gibi olduğunda bedensel belirtilerle (baş ağrıları, karın ağrıları, bulantı ya da kusma gibi) ilgili yakınmalarının olması.

B. Bu korku, kaygı ya da kaçınma süreklilik gösterir, çocuklarda ve ergenlerde en az dört hafta, erişkinlerde altı ay ya da daha uzun sürer.

C. Bu bozukluk, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, okulla ilgili, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

D. Bu bozukluk, otizm açılımı kapsamında bozuklukta değişikliğe aşırı direnç göstermekten ötürü evden ayrılmaya karşı koyma, psikozla giden bozukluklarda ayrılmaya ilişkin sanrılar ya da varsanılar, agorafobide güvenilir bir eşlikçi olmadan dışarı çıkmaya karşı koyma, yaygın kaygı bozukluğunda önem verdiği diğer kişilerin başına bir hastalık ya da başka kötü bir olay gelecek olmasından ötürü kaygılanma ya da hastalık kaygısı bozukluğunda bir hastalığının olduğuna ilişkin kaygı duyma gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz. “

2.3. ANKSİYETE BOZUKLUKLARINA İLİŞKİN KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

2.3.1. Psikodinamik Yaklaşım

Bu yaklaşımda anksiyete (kaygı); bireyi harekete geçme, iş yapma ve etkinlikte bulunma konusunda motive eden bir gerilim durumu olarak ifade edilir. Anksiyetenin kaynağı, id-ego-süperego arasında var olan psişik enerjinin denetimini sağlamak için ortaya çıkan çatışmalardır. Bu yaklaşıma göre anksiyete, bir tehlike ihtimaline karşı organizmayı uyarıcı işleve sahiptir (Corey, 2008).

Bu yaklaşıma göre üç tür kaygı vardır:

- Gerçeklik anksiyetesi: Dış dünyadan gelecek tehlikelere karşı duyulan ve düzeyi karşılaşılan tehdidin düzeyiyle orantılı olan korkuyu ifade eder.
- Nörotik anksiyete: Bireyin, içgüdülerinin kontrolü altında kalarak yaptığı kontrolsüz davranışlarına ilişkin cezalandırılma korkusudur.
- Ahlaki anksiyete: Bireyin kendi vicdanına karşı duyduğu korkudur (Corey, 2008).

Ego, bu çatışmayla başa çıkamadığında savunma mekanizmalarına ihtiyaç duyabilir. Freud'a göre savunma mekanizmaları, bilinçdışı dürtülerden ortaya çıkan çatışma ve anksiyeteye karşı kullanılan ego işlevleridir. Bireyin, benliğini ve psikolojik bütünlüğünü koruma çabasıyla ortaya çıkar (Burger, 2006).

Ayrılma anksiyetesinin ortaya çıkışı ise Freud'a göre ilk koruyucu nesne olan annenin kaybı ile açıklanır. Çocuk, güven duyduğu nesneyi kaybetme korkusu yaşar ve bu korku yaşamının sonraki dönemlerinde bir anksiyeteye neden olur. "Sevilen kişinin yitirilme korkusu" bu anksiyeteyi oluşturur (Türkbay, 1999).

Horney, anne babaya göre daha güçsüz hissedenden çocuğun dünyaya yönelik bu güvensizlik duygusuna “temel anksiyete” demiştir. Ona göre aileden veya çevreyle olan ilişkilerden güven sağlayamamak kişide anksiyete oluşturur. Bu anksiyetenin giderilmesi amacıyla kişi, çeşitli davranış stratejileri geliştirir. Bu stratejiler, zamanla kişinin bir parçası olursa birer “nevrotik ihtiyaç” haline gelebilirler. Kişi, bu stratejiler yoluyla da güven elde edemezse temel anksiyeteye uyum sağlayamaz, yaşamı ve ilişkileri etkilenebilir (Burger, 2006).

Klein’a göre anksiyetenin ortaya çıkışı kişinin sevdiği, önemseydiği birinden ayrılma tehdidiyle ilişkilidir. Klein, anksiyeteyi; kişi bu tehdidi yaşadığında ortaya çıkan bir alarm sistemi olarak ifade eder. Mahler ise ayrılık anksiyetesi üzerinde durarak bunu, ayrışma-bireyselleşme süreçlerinin uygun biçimde tamamlanıp desteklenmemesi ve nesne sürekliliğinin sağlanmamış olması sebepleriyle açıklamıştır (Türkbay,1999).

2.3.2. Bilişsel- Davranışçı Yaklaşım

Bu yaklaşımda insanların acı veren ve kontrol edemedikleri bir uyarıcıyla karşılaştıklarında anksiyetenin ortaya çıkacağı öngörülür. Kişiler, kontrol veya tahmin edemedikleri olaylarda daha çok anksiyete duyarlar (Davison ve Neale, 2004). Mandler’e göre (1966) bilişsel kuram, anksiyeteye ilgili tüm görüşlerde kontrol kaybı algısını vurgular. Ayrıca anksiyete yaşayan kişiler, bilişlerindeki tehlike temasının da etkisiyle, zararsız durum ya da olayları tehdit edici olarak algılama eğilimindedir. Böylece zihinsel olarak gelecekte yaşanabilecek, olası felaketlere odaklanırlar (Davison ve Neale, 2004).

Bilişsel kurama göre, kişileri rahatsız eden duygusal sıkıntılar doğrudan olayların ya da yaşanan durumun kendisinden kaynaklanmaz. Kişinin bunları algılama ve değerlendirme biçiminden kaynaklanır. Buna göre kişiyi rahatsız

hissettiren duygular, kişinin bilişsel yapısıyla ilişkili olup bilgi işleme sürecindeki hata ya da eksikliklerden kaynaklanır. Kişinin zihninde bulunan olumsuz otomatik düşünceler ve şemalar kişinin olayları algılama ve değerlendirmesini olumsuz etkiler. Bilişsel yapıda bulunan işlevsiz inançlar, bireyin düşüncesini etkileyerek bilişsel hatalara yol açarlar. Bunlar da kişide anksiyete gibi duygusal sıkıntılar yaratan durumlar oluşturabilir (Köroğlu ve Türkçapar, 2011).

Davranışçı yaklaşım, kişinin deneyimler yoluyla öğrendiği ve pekiştirdiği davranışlar üzerinde durur. Buna göre, kişi kendisi için olumlu sonuçlar yaratan davranışı daha sık tekrarlama eğilimindedir. Anksiyete bozuklukları ve ayrılma anksiyetesi açısından bakıldığında ise kişide anksiyete yaratan durumdan kaçma/kaçınma söz konusu olur. Örneğin, ayrılma anksiyetesi olan biri bu anksiyeteyi ortaya çıkaracak durumlardan kaçınmaya çalışır (Köroğlu ve Türkçapar, 2011).

2.3.3. Bağlanma Kuramları

Bağlanma, birinin diğeriyle arasında kurulan özel bağ ile ilişkilidir. Anne ve çocuk arasındaki bu bağ öncelikle fiziksel olup anneyle bebeği bir arada tutar. Bebek hareket etmeye başladığında annesinin yanına dönmesini sağlayan da bu bağdır. Bu bağ, dış dünyanın tehlikelerine karşı bebeği güvende tutar. Bu bağ, aynı zamanda psikolojik bir niteliğe sahiptir. Anneyle bebek yakın olduklarında bir güvenlik hissi ortaya çıkar (Stern ve ark., 2013).

Bowlby'ye göre çocukların bağlanma örüntüleri, farklı şekillerde ortaya çıkar (Kesebir ve ark., 2011):

-Güvenli bağlanma gösteren çocuklar, annelerinin her zaman yanlarında olup, stres durumlarında yardımcı olacaklarından emin olan çocuklardır. Anne ayrıldığında tepki göstermelerine karşın döndüğünde kolaylıkla yatışırlar. Güvenli bağlanmanın gelişmesi için çocuğun kesintisiz, tutarlı tepki veren, duyarlı ve her zaman ulaşılabilir bir bakım verene sahip olması önemlidir.

-Kaygılı/ikircikli bağlanma örüntüsü olan çocuklar, çağırdıklarında annenin yanıt vereceğinden ya da yardımcı olacağından emin olmayan çocuklardır. Bu nedenle ayrılığa direnirler ve anne döndüğünde yatışmazlar.

-Kaçınan bağlanma örüntüsü olan çocuklar ise annelerinin yardımcı olacağına ilişkin hiç güveni olmayan çocuklardır. Sürekli olarak çocuklarını geri çeviren ya da reddeden anneleri olan bu çocuklar ayrılığa tepkisiz kalıp anne döndüğünde yakın durmazlar.

Bowlby'ye göre temel içgüdüğü bağlanma oluşturmaktır. Çocuk, anne oradaysa ve kayıp tehdidi yoksa kendini güvende hisseder. Ancak anne kaybı ya da tehdidi varsa anksiyete ortaya çıkar. Bu ayrılık uzun sürer ve güvenli bağlanma oluşamaz ise, kişi bu ayrılığın etkilerini çocukluk sonrasında da yaşayabilir ve kişinin erişkinlikte bağımlı olma ya da ayrılık anksiyetesi yaşama olasılığı yükselir(Türkbay,1999).

2.3.4. Varoluşçu Yaklaşım

Bu yaklaşım, anksiyeteyi yaşamın kaçınılmaz bir parçası olarak ifade eder. Kişinin sürekli güvende olduğunu düşünerek yaşamının anksiyeteyi azalttığını, bununla birlikte bu düşüncenin bazı açılardan aldatıcı olduğunu söyler. Buna göre anksiyete kavramı özgürlük kavramıyla ilişkilendirilerek; yaşamda özgür olma isteğinin yeni deneyimlere açık olmayı gerektirdiğini, bunun da anksiyeteye açık olmak anlamına geldiğini ortaya koyar(Corey,2008).

May'e göre (1981)“özgürlük ve kaygı madalyonun iki yüzü gibidir; kaygı yeni bir fikrin doğmasıyla gelen heyecanla ilişkilidir. Buna göre, bilinenden bilinmeyen alanlara geçme özgürlüğümüzü kullanırken kaygı yaşarız.” (Corey, 2008).

2.4. AYRILMA ANKSİYETESİ VE ANNELİK

Ayrılma anksiyetesinin, ebeveyn anksiyetesi (parental anxiety) ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Ebeveyn anksiyetesi ise, anne veya babanın çocuklarından ayrılmaya karşı yaşadığı kaygı verici, hoş olmayan duygusal durum olarak tanımlanır (Peleg ve ark., 2015).Mevcut literatür, ayrılık sürecinin daha çok çocuk üzerindeki etkileri üzerinde odaklanmış olup, ebeveyne dönük etkiler son yıllarda araştırılmaya başlamıştır. Ebeveynin yaşadığı ayrılık anksiyetesi araştırmalarında da annenin ayrılık anksiyetesi üzerinde daha çok durulduğu görülmektedir. Genelde anne-çocuk etkileşiminin araştırmalarda ön planda olduğu, annenin ayrılma anksiyetesinin babaya kıyasla daha yüksek düzeyde olduğu belirtilmektedir (Demirdiş, 2004).

Ayrılma anksiyetesi yaşayan bir anne, ayrılıkla ilişkili konulara karşı hassastır. Çocuğun bağımsızlığını kazanmasını sağlayacak olsa da, çocuktan ayrı kalmak annede anksiyete yaratabilir. Ayrıca çocuğunu kaybetme endişe ya da beklentisi, çocuğuyla yakınlığını koruyamadığı için öfke ya da huzursuzluk hissedebilir. Bu durumlar da annenin ayrılık anksiyetesi ile ilişkilidir (Kins ve ark.,2011).

Yapılan çalışmalarda, ebeveynin yaşadığı ayrılma anksiyetesi, düşük ebeveynlik becerileri ve zayıf anne-çocuk etkileşimiyle ilişkili bulunmuştur. Kaygılı annelerin bu durumu, çocukla etkileşim halindeyken yüksek düzeyde kontrol, düşük düzeyde sıcaklık vermeleriyle ilişkili görülmüştür. Bu yüksek düzeyde kontrolün çocuğu da etkileyerek çocukta dünyanın tehlikeli bir yer olduğu düşüncesinin oluşmasına zemin hazırladığı ve çocuğun bireyselleşmesini engellediği öne sürülmüştür (Kertz ve ark., 2008).

Annenin yaşadığı ayrılma anksiyetesi (maternal separation anxiety) düzeyinin, bağlanma stilleri ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Buna göre, annede bulunan ayrılma anksiyetesi, anne-çocuk arasındaki güvensiz bağlanmayı yordayıcı niteliğe sahiptir (Stevenson-Hinde ve ark.,2013).

Bowlby'e göre(1973), annelerin çocuklarını korumaya yönelik içgüdüsel bir eğilimleri vardır. Anneler, çocuklarından ayrılmakla, onları koruma, güvende ve rahat tutma yeteneklerini engellediğinde kaygı yaşarlar. Annenin ayrılık kaygısı, ayrılık deneyimine bağlı hoş olmayan ve mutsuzluk, suçluluk gösterimleriyle kanıtlanan bir duygusal durum olarak ortaya çıkar (Demirdiş, 2004). Hem psikolojik hem de beyindeki nörokimyasal etkiler sonucu pek çok anne, bebeklerinden fiziksel olarak ayrı kaldıklarında korku, sinirli olma hatta panik gibi belirtiler gösterir (Brizendine, 2011).

Yapılan araştırmalara göre, annelerin yaşadığı ayrılma anksiyetesinin çocuk büyüdükçe azalmaya başladığı, beyindeki korku ve kaygı ile ilişkili sistemlerin yıllar boyunca aynı düzeyde aktif olmadığı belirtilmektedir. Ancak ülkemiz annelerinde, ayrılma anksiyetesinin daha belirgin ve uzun süreli görünüşü, bu aktivitenin daha uzun süreli olup olmadığını düşündürmektedir (Yazgan, 2014).

2.5. YAŞAM DOYUMU KAVRAMI

Yaşam doyumu, Diener'e göre (1984)mutluluk ile ilişkili kavramlardan “öznel iyi oluşun bilişsel yönünü” ifade eder. Öznel iyi oluş, kişinin yaşamını bilişsel ve duygusal olarak değerlendirmesi olarak tanımlanır. Kişinin yaptığı bu değerlendirme ise, olaylara verdiği duygusal tepkiler ve doyumun bilişsel değerlendirmesi şeklinde ifade edilir. Buna göre öznel iyi oluş, kişinin yaşamına ilişkin değerlendirmesi,

yaşam doyumu ise kendi belirlediği kriterlere göre kişinin yaşamı hakkındaki değerlendirmesi olarak açıklanabilir (Tuzgöl Dost, 2007).

Pozitif psikolojide “öznel iyi oluş” (subjective well-being) kavramı ile ifade edilir. Öznel iyi oluşun üç unsuru vardır: olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım, yaşam doyumu. Olumlu ve olumsuz duygulanım, hoş giden ve gitmeyen duygulardan; yaşam doyumu ise bireyin yaşamına ilişkin bilişsel değerlendirmelerinden oluşur. Olumlu duygulanımın ve algılanan yaşam doyumunun yüksek olması, öznel iyi-oluşun da yüksek olduğuna işaret etmektedir (Diener ve Suh, 1997).

Yaşam doyumu, genel değerlendirmeyi ya da kişinin kendi düşünce ve fikirlerine, iyi olma ve mutluluk seviyesine bağlı olan mevcut yaşamından duyduğu memnuniyet derecesini ifade eder. Yaşam doyumu, kişinin amaç ve ideallerine ulaşmasıyla ilişkilidir (Bradley ve Crownny, 2004).

Diener ve arkadaşlarına göre (1985) yaşam doyumu, bireyin kendi yaşamına dair genel yargı ve değerlendirmeleri biçiminde tanımlanır. Bu değerlendirme, bireyin uygun olarak belirlediği standartlara göre yaptığı karşılaştırmalarla yapılır (Çivitci, 2012).

Pavot ve Diener (1993), kişinin yaşam doyumunu belirleyen standartların kendi öznel ölçütlerinin yanı sıra, genel yargılardan da oluşabileceğini belirtmişlerdir. Bu yüzden yalnızca bazı belirli alanlardaki yaşam doyumuyla sınırlı kalmak yerine, kişinin yaşamının genelinden aldığı doyum üzerinde durmak gereklidir (Çivitci, 2012).

Neugarten ve arkadaşları 1961’de yaşam doyumu yüksek kişiler için şu ölçütleri tanımlamışlardır (Akyol, 2013):

- Kişinin günlük yaşamındaki etkinliklerden zevk alması
- Yaşamının bir anlam ifade etmesi
- Yaşamda belirlemiş olduğu amaçlara ulaştığı inancı
- Olumlu ben imgesine sahip olması
- Yaşama karşı iyimser tutum

2.6. YAŞAM DOYUMUNA İLİŞKİN KURAMSAL AÇIKLAMALAR

2.6.1. Ereksel/Telik Kuramlar

Yaşam doyumuna ilişkin ereksel kuramlara göre, kişi amaç ya da gereksinimlerine ulaştığında mutluluğu elde eder. 1960’lı yıllarda Wilson tarafından önerilen kurama göre, ihtiyaçların doyurulması mutluluğa, doyurulmaması ise mutsuzluğa sebep olur (Yetim, 2001).

Felsefeciler de yaşam doyumuna dair sorular sormuş ve ereksel kuramla ilişkili sorunları ele almışlardır. Örneğin; mutluluk için isteklerin doyurulmasının mı, bastırılmasının mı gerekli olduğu sorusu üzerinde durmuşlardır. Hedonistler bu soruyu isteklerin doyurulmasıyla, estetikler ise bastırılmasıyla cevaplamıştır. Bunun yanında hangi tür isteklerin mutluluğa götüreceği, amaçlara ulaşmanın mutluluğun kaynağı olup olmayacağı gibi sorularla da ilgilenilmiştir (Yetim, 2001).

İstekler dürtüsel, içgüdüsel ya da yaşantılarla oluşmuş şekilde ortaya çıkabilir. Yaşantılar değiştikçe istekler değişebilir. Ayrıca kişi bazı isteklerinin farkında olup bazılarının farkında olmayabilir. Amaç kuramları kişinin farkında olduğu belirli istek

ve amaçları ele alarak gereksinimler üzerinde durur. Amaçlara ulaşmayı mutluluk ile ilişkilendirir (Yetim, 2001).

Maslow 1971’de ihtiyaçları tüm bireyler için evrensel olarak açıklarken, Murray 1951’de ihtiyaçların bireysel olarak ele alınması gerektiğini ifade etmiştir(Yetim,2001). Sonuç olarak ereksel kuramlar, mutluluk kaynağının amaç ve ihtiyaçlara ulaşmak olduğunu savunur (Diener, 1984).

2.6.2. Etkinlik Kuramları

Mutlulukta sonucu, son durumu ön planda tutan ereksel kuramların aksine etkinlik kuramları, mutluluğu insan etkinliğinin bir ürünü olarak ifade eder. Buna göre, örneğin, dağa tırmanmak, doruğa ulaşmaktan daha mutluluk vericidir. Aristo’ya göre mutluluk, erdemli bir etkinlikten gelir (Yetim, 2001).

Etkinlik ve mutluluk ilişkisinde akış kuramı ise, kişinin yeterli beceriye sahip olduğu etkinliklerden haz geleceğini söyler. Etkinlik kuramlarına göre mutluluk, eylemden ve davranıştan ortaya çıkar. Eylemin başarılı olması ise doyum duygusunu oluşturur (Yetim, 2001).

2.6.3. Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları

Modern psikolojide giderek öne çıkan kuram, mutlulukla ilişkili literatürde ortaya konan düşüncelerle paralellik gösterir. Bazı felsefeciler, mutluluğu küçük hazların toplamı olarak tarif etmişlerdir. Tabandan-tavana yaklaşımı da mutlu yaşamı, mutlu anların bütünü olarak ifade eder (Yetim,2001).

Tavandan-tabana yaklaşımında ise mutluluk tutumlarla ilişkilendirilir. Demokritos'un "mutlu yaşamın talihe ya da dış koşullara değil, kişinin zihinsel niteliklerine bağlı olduğu" düşüncesi, bu kuramın ortaya koyduğu görüşü açıklar. Başka bir deyişle, mutlu bir yaşamı oluşturan, mutlu bir dünya düşüncesidir (Yetim,2001).

2.6.4. Bağ kuramları

Bağ kuramlarına göre, temelde koşullanma, bellek ve bilişsel ilkelere dayanır. Mutluluğun bellekte bir ağı olduğu düşüncesi, bilişsel psikologların benimsediği bir görüş haline gelmiştir. Bellek çalışmaları, mutlu insanların birbirleriyle kurdukları ilişkilerin zengin ve olumlu ilişkilerle çevrelenmiş bilişsel bir ağ oluşturduğunu; mutlu insanların bilişsel ağlarının ise aksine olumsuz ilişkilerle bağlı ve sınırlı olduğunu ortaya koymuştur. Buna göre, olumlu bellek ağına sahip birey, olaylara olumlu tepki vermekte ve geçmiş yaşantılarını değerlendirme şekilleri de bu durumdan etkilenmektedir (Yetim,2001).

2.6.5. Yargı Kuramları

Bu kurama göre; kişinin gerçek koşullar ile bazı standartları karşılaştırarak elde ettiği sonuç, kişinin mutluluk düzeyini belirler. Eğer gerçekteki durum, belirlenen standardı geçmişse mutluluk ortaya çıkar. Burada, kişi kendisiyle eşdeğer kişilerle karşılaştırma yapabileceği gibi, kendisine göre alt ve üst düzeylerdeki kişilerle de karşılaştırma yaparak belirli sonuçlara ulaşabilir. Ulaşılan sonuçta, kişi kendini diğerlerine göre iyi görüyorsa rahatlama ve mutluluk oluşur (Yetim, 2001).

2.7. YAŞAM DOYUMU VE ANNELİK

Annelik zihin yapısı, kadını ve yaşamını bütünüyle etkisi altına alarak değiştirmeye başlar. Bu etki, sonsuza dek aynı boyutta kalmasa da annenin yeni yaşamı ve alacağı kararlarda belirleyici rol oynar. Bebeğin doğumundan aylar ya da yıllar sonra bu zihin yapısı, kadının yaşamında yavaş yavaş arka plana gitmeye başlasa da tamamen kaybolmaz. Çünkü annelik kadının diğer rolleriyle bir arada varlığını sürdürür. Bu durum, anneliğin adaptasyon sürecini ifade eder. Anneliğin adaptasyon süreci, kadının birçok kimliğini anne olarak yaşamıyla dengeli hale getirme süreci olarak açıklanabilir. Kadının diğer kimlikleri, toplumdaki ve ailedeki yeri, eş olarak rolü annelik zihin yapısıyla etkilenecek ve kadının yaşamını değiştirecektir. Anne olmadan önce sahip olduğu rol ve kimliklerin, anne olduktan sonra geldiği durum, annenin mutluluğunu etkileyecektir. Ancak bu uyum sürecindeki en zorlu kısım, kadının annelik rolü ile kariyeri arasında kurmaya çalıştığı köprüdür ki diğerlerine göre daha fazla çatışma yaratabilir (Stern ve ark., 2013).

Bebeğin ve işin getirdiği sorumluluklar arasında kalmak, kariyer veya kişisel hedefleriyle çocuğun bakımını üstlenmek arasında kalmak anne için, özellikle başlangıçta zorlu olabilir. Kendisi dışındaki bir hayatın sorumluluğunu üstlenme düşüncesi anneyi pek çok düşünceyle karşı karşıya bırakabilir. Örneğin, işe dönmek durumunda kalan bir anne için bebeğini evde başka bir aile üyesi ya da bakıcıyla bırakma düşüncesi ortaya çıkabilir ki bu ayrılık, anne için endişe verici hale gelebilir (Stern ve ark., 2013).

Nicolson'a göre (1999) anne olmak, kadının kendisine yönelik kimlik algısını önemli ölçüde etkiler ve kimliğinin belirli alanlarına dair algısını yeniden şekillendirmesine sebep olur. Annenin bağımsızlığı, cinselliği, fiziksel görünümünün ve mesleki yaşantısını algılayış biçimi anne olmadan öncekine göre farklılaşır.

Steinberg'e göre (2005) annenin kendini ve diğerleriyle ilişkilerini algılayış biçimi de değişikliğe uğrar (Laney ve ark.,2015).

Anne için, kendine dair geçirdiği tüm değişikliklerin ötesinde, etkili olan önemli bir durum da anneliğe ilişkin algı ve beklentileridir. Çünkü anne, bu süreçte anneliğe dair ideallerinin yanında annelik gerçekleriyle yüzleşmek durumunda kalır. Bu ideale ulaşamayan anneler ise sıklıkla, anneliğe dair eksiklikleri sebebiyle suçlu hissetme veya kendilerini suçlama eğiliminde olurlar(Laney ve ark., 2015).

Annenin iyi bir anne olup olmamasına yönelik inanç ve düşünceleri ya da kaygıları, yaşamındaki diğer alanları da etkileyebilir. Annenin yaşamsal tatmini, annelik kimliği ve yaşamdaki diğer kimlikleri arasında bir uzlaşma sağlayabilmesine bağlıdır. Çocuğun ihtiyaçları ve içinde bulunduğu koşulların yanında bir anne olarak kendisine de gereken ağırlığı vermesi önemlidir. (Stern ve ark., 2013).

Kağıtçıbaşı'na göre(1984)Türk kadınının anneliğe dair görüşleri, anne olma sorumluluğunu nasıl yerine getirdiği ve bir anne olarak kendine bakışıyla ilgili bulgular önemlidir. Küçük yaşlardan itibaren geleneksel kadın rolü çerçevesinde yetişen Türk kadını için çocuk yetiştirme, temel sayılabilecek bir konu haline gelmiştir (Güler, 2007). Buna göre, ülkemiz kadınları açısından düşünüldüğünde annelik ve anneliğe ilişkin düşüncelerin, kadınların yaşamında önemli yere sahip olduğu söylenebilir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma, çocuğu olan ve olmayan annelerin ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeyleri açısından farklılık gösterip göstermediklerini tespit etmeye yönelik karşılaştırma türü ilişkisel tarama modeline dayalı kesitsel bir çalışmadır (Erkuş, 2009).

Tarama modelinde, bir durum olduğu gibi ortaya konur. Araştırmada ele alınan birey ya da olaylar, içinde bulundukları şartlarda bir değişim yapılmadan, halihazırda var olan şartlarıyla çalışılacak şekilde araştırmaya dahil edilir.(Karasar, 2009).

3.2. ARAŞTIRMA EVRENİ VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini, İstanbul'da yaşayan evli kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini İstanbul Kadıköy'de yaşayan, gönüllülük esasına göre belirlenmiş,25-35 yaş arası 200 evli kadındır (100'ü çocuğu olan, 100'ü çocuğu olmayan). Katılımcıların yaşları ve evli olmaları dikkate alınmıştır.

3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

3.3.1. Onam Formu

Tüm katılımcılara ayrı ayrı Onam Formu imzalatılmıştır (Ek-1).

3.3.2. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan evli kadınlara ilişkin sosyodemografik bilgileri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış olan ve 16 sorudan oluşan bir Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formu'nda katılımcıların yaş, gelir düzeyi, eğitim durumu, evlilik süresi, evlenme biçimi, çocuk sayısı ve aile bilgileriyle ilgili sorular bulunmaktadır. Katılımcılara kimlik bilgilerini içeren sorular yöneltilmemiştir (Ek-2).

3.3.3. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (YAA)

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketi (Adult Separation Anxiety Questionnaire, ASA), Manicavasagar ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiş olan, yetişkinlik dönemindeki ayrılma anksiyetesi belirtilerini araştıran ve 27 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçek 4'lü likert tipi ölçüm yapmakta, her bir madde 0 "hiç hissetmedim" ile 3 "çok sık hissettim" arasında dağılım göstermektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Diriöz ve arkadaşları(2011) tarafından yapılmış olup; güvenirlik çalışmaları sonucunda test- tekrar test güvenirliğinin $r = .93$, yapılan madde analizinde madde-toplam korelasyonunun $.29$ ile $.76$ arasında değiştiği hesaplanmıştır. Bireylere uygulanan yetişkin ayrılma anksiyetesi anketinin genel güvenirliği $\alpha = 0.93$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur (Diriöz ve ark., 2011).

3.3.4. Diener- Yaşam Doyum Ölçeği (YDÖ)

Deiner ve arkadaşlarının (1985) geliştirdiği ve Köker (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan “Yaşam Doyumu Ölçeği” (Life Satisfaction With Life Scale) 5 soruluk yedi dereceli likert tipi bir ölçektir. Yapılan güvenirlik çalışmaları sonucu; ölçeğin test-tekrar test güvenirliği $r=.85$, madde-test korelasyonları ise .71 ile 80 arasında hesaplanmıştır (Tümkiye ve ark., 2008).

Bireylere uygulanan yaşam doyumu ölçeğinin genel güvenirliği $\alpha=0.866$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin Cronbach's Alpha katsayısı $0,80 \leq \alpha < 1,00$ şeklinde bulunduğundan, ölçekler yüksek derecede güvenilir olarak kabul edilir (Özdamar, 2004).

3.4.VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21.0 programıyla analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirme aşamasında tanımlayıcı istatistiksel metotlar (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanılmıştır.

Ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyumu ölçeklerinden elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek örneklem Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda ölçeklerin dağılımının normal dağılmadığı saptanmıştır (*sırasıyla*, $z=.141$, $p=0,001$ ve $z=.102$, $p=.001$).Ölçekler normal dağılım göstermediği için istatistik değerlendirmelerde nonparametrik testler kullanılmıştır. Bunun için Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı Mann-WhitneyU testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır.

Araştırmada ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyumu ölçekleri arasındaki ilişkiye spearman korelasyon testi ile, aradaki etkiye de regresyon analizi ile bakılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde İstanbul ilinin Kadıköy ilçesinde yaşayan 25-35 yaş arasında olan çocuğu olan ve çocuğu olmayan evli kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden ve araştırmacının hazırladığı kişisel bilgi formundan elde edilen verilerin istatistiksel analizleri sonucunda elde edilmiş olan araştırma bulguları bulunmaktadır.

Araştırmaya katılmış olan kadınların demografik değişkenlere göre dağılımları Tablo 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1:Araştırmaya Katılan Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=200)

Demografik Özellikler	Sayı	%
Grup		
Çocuğu olan	100	50.0
Çocuğu olmayan	100	50.0
Yaş		
25-28 yaş arası	87	43.5
29-32 yaş arası	58	29.0
33-35 yaş arası	55	27.5
Eşin yaşı		
20-30 yaş arası	81	40.5
31-40 yaş arası	97	48.5
41-50 yaş arası	22	11.0
Yaş farkı		
Yaş farkı yok	25	12.5
1-2 yaş farkı	58	29.0
3-4 yaş farkı	44	22.0

5-6 yaş farkı	32	16.0
7 yaş ve üzeri fark	41	20.5
Evlilik yaşı		
20 yaş ve altı	35	17.5
21-25 yaş arası	81	40.5
26 yaş ve üzeri	84	42.0
Gelir düzeyi		
Düşük	13	6.5
Orta	148	74.0
Yüksek	39	19.5

Eğitim düzeyi		
İlkokul mezunu	16	8.0
Ortaokul mezunu	13	6.5
Lise mezunu	58	29.0
Üniversite mezunu	96	48.0
Yüksek lisans ve üzeri	17	8.5
Eşin eğitim düzeyi		
Ortaokul mezunu ve altı	27	13.5
Lise mezunu	54	27.0
Üniversite mezunu	99	49.5
Yüksek lisans ve üzeri	20	10.0
Çalışma durumu		
Ev hanımı	70	35.0
Çalışıyor	130	65.0
Eşin mesleği		
Çalışmıyor	6	3.0
İşçi	37	18.5
Memur	37	18.5
Yönetici	47	23.5
Serbest meslek	73	36.5
Evlilik biçimi		
Görücü usulü	36	18.0
Flört / aşk / severek	151	75.5
Akraba evliliği	13	6.5
Çocuk durumu		
Çocuğu yok	100	50.0
Bir çocuğu var	54	27.0
İki çocuğu ve üzeri	46	23.0
Evlilik süresi		
0-5 yıl arası	130	65.0
6-11 yıl arası	47	23.5
11 yıl üzeri	23	11.5
Evlilikten memnun olma durumu		
Memun	146	73.0

Kısmen memnun	44	22.0
Memnun değil	10	5.0
Evde başka yaşayan kişi		
Aile dışında başka kimse yaşamadığı	165	82.5
Eşin anne veya babası	17	8.5
Kardeş	7	3.5
Kendi anne veya babası	9	4.5
Ev işleri yardımcısı (bakıcı)	2	1.0

Eşini işe yollarken kaygı duyma durumu		
Evet	45	22.5
Hayır	155	77.5
Çocuğu olan kadınların çocuğunu okulla yollarken kaygı duyma durumu		
Evet	76	76.0
Hayır	24	24.0

Araştırma sürecinde kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan 200kadının100'ü (%50.0) çocuğu olan kadınlar ve 100'ü (%50.0)çocuğu olmayan kadınlar oluşturmaktadır. Kadınların yaş ortalaması 29.81 ± 3.26 (en düşük 25 yaşında, en yüksek 35 yaşında) olduğu, eşlerin yaş ortalaması 33.27 ± 5.58 (en düşük 20yaşında, en yüksek 50 yaşında)olduğu, eşler arası yaş farkı ortalaması 4.03 ± 3.52 (en düşük 0yaş farkı, en yüksek 19 yaş farkı) olduğu, evlilik yaş ortalaması 24.64 ± 3.75 (en düşük 16 yaşında, en yüksek 35 yaşında) olduğu, 148'inin (%74.0) gelir düzeyi orta olduğu, 96'sı (%48.0) üniversite mezunu olduğu, 99'unun (%49.5) eşi üniversite mezunu olduğu, 130'u (%65.0) herhangi bir işte çalışmakta olduğu, 73'ünün (%36.5) eşi serbest meslekle ilgilenmekte olduğu, 151'i (%75.5) severek eşleriyle evlenmiş olduğu, çocuğu olan kadınların 54'ünün (%54.0) bir çocuğu olduğu, 130'unun (%65.0) evlilik süresi 0-5 yıl arası olduğu, 146'sı (%73.0) evliliğinden memnun olduğu, 165'inin (%82.5) evinde kendilerinin dışında başka bir yakını yaşamamakta olduğu, 155'i (%77.5) eşlerini işe yollarken kaygı duymadığı ve çocuğu olan kadınların 76'sı (%76.0) çocuğunu okulla yollarken kaygı duyduğu görülmüştür.

Tablo 4.2: Çocuğu olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı

	Ort. ve SS
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	27.57±14.28
Yaşam doyumu ölçeği	23.51±6.45

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların ayrılma anksiyetesi ölçeğinin puan ortalaması 27.57 ve standart sapması 14.28 olduğu, yaşam doyumu ölçeğinin puan ortalaması 23.51 ve standart sapması 6.45 olduğu görülmüştür.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda ilk olarak “Kadınların çocuğu olup olmaması ile kadınların ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.3: Kadınların Çocuğu Olup Olmamasına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması

Grup	N	X	SS	U	Z	p
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	Çocuğu var	100	32.85	15.00		
	Çocuğu yok	100	22.29	11.34	2777.50	-5.43
	Toplam	200				.001**
Grup	N	X	SS	U	Z	p
Yaşam doyumu ölçeği	Çocuğu var	100	22.91	6.47		
	Çocuğu yok	100	24.12	6.40	4382.50	-1.51
	Toplam	200				.131

**p<0.01

Tablo 4.3’de görüldüğü üzere; kadınların çocuğu olup olmamasına göre gruplar arasında ayrılma anksiyetesi ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p<0.01$). **Ayrılma anksiyetesi ölçeği puanları açısından çocuğu olan kadınların aleyhine anlamlı bir fark vardır [U=2777.50,**

p=0.001]. Çocuğu olan kadınların çocuğu olmayan kadınlara oranla ayrılma anksiyetesi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Kadınlarda çocuğu olup olmamasına göre yaşam doyumu ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U-Testi yapılmış çocuk durumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görölmüştür ($p>0.05$).

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda ikinci olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların yaşları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.4: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Yaşları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

		Yaş
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	r	-.062
	p	.387
Yaşam doyumu ölçeği	r	.054
	p	.448

Tablo 4.4’de göröldüğü üzere; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların yaşları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır($p>0.05$).

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda üçüncü olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerinin yaşları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır..

Tablo 4.5: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşlerinin Yaşları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

		Eşlerin yaşı
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	r	.048
	p	.502
Yaşam doyumu ölçeği	r	.053
	p	.456

Tablo 4.5’de görüldüğü gibi; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerinin yaşları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır($p>0.05$).

Yapılan araştırmanın genel amacı doğrultusunda dördüncü olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşleriyle olan yaş farkları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.6: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşleriyle Olan Yaş Farkları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

		Yaş farkı
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	r	.121
	p	.089
Yaşam doyumu ölçeği	r	-.016
	p	.822

Tablo 4.6’da görüldüğü üzere; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşleriyle olan yaş farkları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır($p>0.05$).

Yapılan araştırmanın genel amacı doğrultusunda beşinci olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evlilik yaşları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.7: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Evlilik Yaşları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

		Evlilik yaşı
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	r	-.253
	p	.001**
Yaşam doyumu ölçeği	r	.185
	p	.009**

** $p<0.01$

Tablo 4.7’de görüldüğü üzere; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evlilik yaşları ile ayrılma anksiyetesi ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir ($r=-.253$; $p<0.01$). **Bir diğer deyişle evlilik yaşı arttıkça; ayrılma anksiyetesi düzeyinin de düşmekte olduğu görülmektedir.**

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evlilik yaşları ile yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir ($r=.185$; $p<0.01$). **Bir diğer deyişle evlilik yaşı arttıkça; yaşam doyumu düzeyinin de artmakta olduğu görülmektedir.**

Yapılan araştırmanın genel amacı doğrultusunda altıncı olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların ailelerinin gelir düzeyleri ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır..

Tablo 4.8: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Ailelerinin Gelir Düzeyleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	Düşük	13	34.07	14.44	2	4.98	.083	-
	Orta	148	27.93	14.93				
	Yüksek	39	24.02	10.57				
	Toplam	200						
	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	Düşük	13	20.38	7.79	2	20.77	.001**	3
	Orta	148	22.80	6.45				
	Yüksek	39	27.25	4.27				
	Toplam	200						

**p<0.01

Tablo 4.8’de görüldüğü üzere; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların ailelerinin gelir düzeylerine göre ayrılma anksiyetesi ölçeğinden aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla *Kruskal Wallis H-Testi* yapılmış ve gelir düzeyi açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların ailelerinin gelir düzeyleri arasında yaşam doyumu ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$k-w=20.77$; $p=0.01$]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak *Mann Whitney U testi* uygulanmıştır. **Yaşam doyumu ölçeği puanları açısından geliri yüksek olan kadınların lehine anlamlı bir fark vardır. Geliri yüksek olan kadınların diğer kadınlara oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Yapılan araştırmanın genel amacı doğrultusunda yedinci olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eğitim düzeyleri ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.9: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eğitim Düzeyleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	İlkokul mezunu	16	32.87	17.61				
	Ortaokul mezunu	13	27.84	14.66				
	Lise mezunu	58	32.08	15.14				
	Üniversite mezunu	96	24.80	12.74	4	11.97	.018*	3>1>2
	Yüksek lisans mezunu ve üzeri	17	22.58	11.36				
	Toplam	200						
	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
Yaşam doyumu ölçeği	İlkokul mezunu	16	21.68	6.86				
	Ortaokul mezunu	13	23.07	8.79				
	Lise mezunu	58	20.22	6.85				
	Üniversite mezunu	96	25.42	5.17	4	28.57	.001**	5>4
	Yüksek lisans mezunu ve üzeri	17	26.00	4.28				
	Toplam	200						

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.9’da görüldüğü üzere; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eğitim düzeyleri arasında ayrılma anksiyetesi ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$k-w=11.97$; $p=.018$]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak Mann Whitney U testi uygulanmıştır. **Ayrılma anksiyetesi ölçeği puanları açısından lise mezunu ve altı olan kadınların aleyhine anlamlı bir fark vardır. Eğitim düzeyi lise mezunu ve altı olan kadınların diğer kadınlara oranla ayrılma anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eğitim düzeyleri arasında yaşam doyumu ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$k-$

$w=28.57$; $p=0.001$]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak *Mann Whitney U testi* uygulanmıştır. **Yaşam doyumu ölçeği puanları açısından üniversite mezunu ve üzeri olan kadınların lehine anlamlı bir fark vardır. Eğitim düzeyi üniversite mezunu ve üzeri olan kadınların diğer kadınlara göre yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda sekizinci olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerinin eğitim düzeyleri ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.10: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşlerinin Eğitim Düzeyleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	Ortaokul mezunu ve altı	27	30.96	15.16				
	Lise mezunu	54	30.42	16.02				
	Üniversite mezunu	99	25.88	12.92	3	5.17	.160	-
	Yüksek lisans mezunu ve üzeri	20	23.60	13.17				
	Toplam	200						
	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	Ortaokul mezunu ve altı	27	20.25	8.49				
	Lise mezunu	54	21.85	6.16				
	Üniversite mezunu	99	24.75	5.72	3	16.55	.001**	5>4
	Yüksek lisans mezunu ve üzeri	20	26.25	4.86				
	Toplam	200						

** $p<0.01$

Tablo 4.10’da belirtildiği gibi ;çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerinin eğitim düzeylerine göre ayrılma anksiyetesi ölçeğinden aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla *Kruskal Wallis H-Testi* yapılmış ve eğitim düzeyi açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerinin eğitim düzeyleri arasında yaşam doyumu ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$k-w=16.55$; $p=0.001$]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak *Mann Whitney U testi* uygulanmıştır. **Yaşam doyumu ölçeği puanları açısından eşleri üniversite mezunu ve üzeri olan kadınların lehine anlamlı bir fark vardır. Eşleri üniversite mezunu ve üzeri olan kadınların diğer kadınlara oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda dokuzuncu olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların çalışma durumları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.11: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Çalışma Durumlarına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması

Grup		N	X	SS	U	Z	p
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	Ev hanım	70	30.91	15.24	3704.00	2.16	.030*
	Çalışıyor	130	25.76	13.45			
	Toplam	200					
Grup		N	X	SS	U	Z	p
Yaşam doyumu ölçeği	Ev hanım	70	22.17	7.19	3856.50	1.78	.075
	Çalışıyor	130	24.23	5.92			
	Toplam	200					

* $p<0.05$

Tablo 4.11’de belirtildiği gibi; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların çalışma durumlarına göre gruplar arasında ayrılma anksiyetesi ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p<0.05$). **Ayrılma anksiyetesi ölçeği puanları açısından çalışan kadınların aleyhine anlamlı bir fark vardır [$U=3704.00$, $p=0.030$]. Çalışan kadınların çalışmayan kadınlara oranla ayrılma anksiyetesi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların çalışma durumlarına göre yaşam doyumu ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U-Testi yapılmış çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Yapılan araştırmanın genel amacı doğrultusunda onuncu olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerinin meslekleri ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.12: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşlerinin Meslekleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	Çalışmıyor	6	25.33	11.21				
	İşçi	37	26.86	14.35				
	Memur	37	29.56	15.12				
	Yönetici	47	23.53	14.02	4	7.97	.093	-
	Serbest meslek	73	29.69	13.94				
	Toplam	200						
	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	Çalışmıyor	6	22.16	5.98				
	İşçi	37	20.70	8.09				
	Memur	37	22.75	5.66				
	Yönetici	47	26.78	5.14	4	25.06	.001**	4
	Serbest meslek	73	23.32	5.94				
	Toplam	200						

** $p<0.01$

Tablo 4.12’de belirtildiği gibi; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerinin mesleklerine göre ayrılma anksiyetesi ölçeğinden aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla *Kruskal Wallis H-Testi* yapılmış ve meslek açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerinin meslekleri arasında yaşam doyumu ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$k-w=25.06$; $p=0.001$]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen

anlamli farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak *Mann Whitney U testi* uygulanmıştır. **Yařam doyumu ölçeği puanları aćısından eşleri yönetici olan kadınların lehine anlamli bir fark vardır. Eřleri yönetici olan kadınların diğer kadınlara oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Yapılan araştırmanın genel amacı doğrultusunda on birinci olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evlilik biçimleri ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamli bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.13: Çocuđu Olan ve Çocuđu Olmayan Kadınların Evlilik Bićimleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yařam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Aćısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamli fark</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	Görücü usulü	36	30.63	15.06				
	Flört/aşk/severek	151	26.52	13.67				
	Akraba evliliği	13	31.23	18.11	2	2.56	.278	-
	Toplam	200						
	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamli fark</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	Görücü usulü	36	20.55	7.43				
	Flört/aşk/severek	151	24.35	5.88				
	Akraba evliliği	13	21.92	7.68	2	8.10	.017*	2
	Toplam	200						

*p<0.05

Tablo 4.13’de belirtildiği gibi; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evlilik biçimlerine göre ayrılma anksiyetesi ölçeğinden aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak anlamli bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla *Kruskal Wallis H-Testi* yapılmış ve evlilik biçimi aćısından anlamli bir farklılık olmadığı görölmüştür ($p>0.05$).

Çocuđu olan ve çocuğu olmayan kadınların evlilik biçimleri arasında yaşam doyumu ölçeği puanı aćısından istatistiksel olarak anlamli fark bulunmaktadır [$k-w=8.10$; $p=0.017$]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamli

farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak *Mann Whitney U testi* uygulanmıştır. **Yaşam doyumu ölçeği puanları açısından eşleriyle flört ederek evlenen kadınların lehine anlamlı bir fark vardır. Eşleriyle flört ederek evlenen kadınların diğer kadınlara oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Yapılan araştırmanın genel amacı doğrultusunda on ikinci olarak “Çocuğu olan kadınların kaç çocuğu olduğu ile kadınların ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.14: Çocuğu Olan Kadınların Kaç Çocuğu Olduğuna Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması

<i>Grup</i>		<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	Bir çocuğu	54	31.01	14.13	1032.50	-1.44	.147
	İki çocuğu ve üzeri	46	35.00	15.85			
	Toplam	100					
<i>Grup</i>		<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	Bir çocuğu	54	23.68	6.12	1090.00	1.05	.292
	İki çocuğu ve üzeri	46	22.00	6.82			
	Toplam	100					

Tablo 4.14’de belirtildiği gibi; çocuğu olan kadınların kaç çocuğu olduğuna göre ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U-Testi yapılmış çocuk sayısı açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Yapılan araştırmanın genel amacı doğrultusunda on üçüncü olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evlilik süreleri ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.15: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Evlilik Süreleri İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamli fark</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	0-5 yıl arası	130	25.54	13.03	2	8.18	.017*	3
	6-11 yıl arası	47	29.89	16.29				
	11 yıl üzeri	23	34.26	14.58				
	Toplam	200						
	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamli fark</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	0-5 yıl arası	130	24.24	6.17	2	5.74	.056	-
	6-11 yıl arası	47	21.51	6.90				
	11 yıl üzeri	23	23.47	6.47				
	Toplam	200						

*p<0.05

Tablo 4.15’de belirtildiği gibi; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evlilik süreleri arasında ayrılma anksiyetesi ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$k-w=8.18$; $p=0.017$]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak *Mann Whitney U testi* uygulanmıştır. **Ayrılma anksiyetesi ölçeği puanları açısından 11 yıldan fazla bir süredir evli olan kadınların aleyhine anlamlı bir fark vardır.11 yıldan fazla bir süredir evli olan kadınların diğer kadınlara oranla ayrılma anksiyetesi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evlilik süreleri göre yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla *Kruskal Wallis H-Testi* yapılmış ve evlilik süresi açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda on dördüncü olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evliliklerinden ne derece memnun oldukları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.16: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Evliliklerinden Ne Derece Memnun Oldukları İle Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi İle Karşılaştırılması

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	Memnun	146	25.50	13.11				
	Kısmen memnun	44	33.90	16.07				
	Memnun değil	10	29.80	15.31	2	10.33	.006**	2
	Toplam	200						
	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>sd</i>	<i>X²</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı fark</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	Memnun	146	25.12	5.49				
	Kısmen memnun	44	19.75	5.90				
	Memnun değil	10	16.60	10.16	2	29.70	.001**	1
	Toplam	200						

**p<0.01

Tablo 4.16’da görüldüğü üzere; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evliliklerinden ne derece memnun oldukları arasında ayrılma anksiyetesi ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$k-w=10.33$; $p=0.006$]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak *Mann Whitney U testi* uygulanmıştır. **Ayrılma anksiyetesi ölçeği puanları açısından evliliklerinde kısmen memnun olan kadınların aleyhine anlamlı bir fark vardır. Evliliklerinde kısmen memnun olan kadınların diğer kadınlara oranla ayrılma anksiyetesi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evliliklerinden ne derece memnun oldukları arasında yaşam doyumu ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$k-w=29.70$; $p=0.001$]. Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak *Mann Whitney U testi* uygulanmıştır. **Yaşam doyumu ölçeği puanları açısından evliliklerinde memnun olan kadınların lehine anlamlı bir fark vardır. Evliliklerinde memnun olan**

kadınların diğer kadınlara oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda on beşinci olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evde aile üyelerinin dışında başka yakının yaşayıp yaşamadığı ile kadınların ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.17: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Evde Aile Üyelerinin Dışında Başka Yakının Yaşayıp Yaşamadığına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması

<i>Grup</i>		<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	Evet	35	30.71	14.34	2394.00	-1.58	.112
	Hayır	165	26.90	14.22			
	Toplam	200					
<i>Grup</i>		<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	Evet	35	20.02	7.92	1994.00	-2.87	.004**
	Hayır	165	24.25	5.86			
	Toplam	200					

**p<0.01

Tablo 4.17’de görüldüğü üzere; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evde aile üyelerinin dışında başka yakının yaşayıp yaşamadığına göre ayrılma anksiyetesi ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U-Testi yapılmış yakının yaşama durumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların evde aile üyelerinin dışında başka yakının yaşayıp yaşamadığına göre gruplar arasında yaşam doyumu ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p<0.05$). **Yaşam doyumu ölçeği puanları açısından evde aile üyelerinin dışında başka yakını yaşamayan kadınların lehine anlamlı bir fark vardır [U=1994.00, $p=0.004$]. Evde aile üyelerinin dışında başka yakını yaşamayan kadınların evde aile üyelerinin**

dışında başka yakını yaşayan kadınlara oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda on altıncı olarak “Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerini işe yollarken kaygı yaşayıp yaşamadıkları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.18: Çocuğu Olan ve Çocuğu Olmayan Kadınların Eşlerini İşe Yollarken Kaygı Yaşayıp Yaşamadıklarına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U”Testi İle Karşılaştırılması

<i>Grup</i>		<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	Evet	45	36.80	15.98	1895.50	-4.66	.001**
	Hayır	155	24.89	12.59			
	Toplam	200					
<i>Grup</i>		<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	Evet	45	21.73	7.22	2766.00	-2.11	.034*
	Hayır	155	24.03	6.14			
	Toplam	200					

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.18’de görüldüğü üzere; çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerini işe yollarken kaygı yaşayıp yaşamadıklarına göre gruplar arasında ayrılma anksiyetesi ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p<0.01$). **Ayrılma anksiyetesi ölçeği puanları açısından eşlerini işe yollarken kaygı yaşayan kadınların aleyhine anlamlı bir fark vardır [U=1895.50, p=0.001]. Eşlerini işe yollarken kaygı yaşayan kadınların eşlerini işe yollarken kaygı yaşamayan kadınlara oranla ayrılma anksiyetesi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.**

Çocuğu olan ve çocuğu olmayan kadınların eşlerini işe yollarken kaygı yaşayıp yaşamadıklarına göre gruplar arasında yaşam doyumu ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p<0.01$). **Yaşam doyumu ölçeği**

puanları açısından eşlerini işe yollarken kaygı yaşamayan kadınların lehine anlamlı bir fark vardır [$U=2766.00$, $p=0.034$]. Eşlerini işe yollarken kaygı yaşamayan kadınların eşlerini işe yollarken kaygı yaşayan kadınlara oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda on yedinci olarak “Çocuğu olan kadınların çocuklarını okulla yollarken kaygı yaşayıp yaşamadıkları ile kadınların ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyumu ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.19: Çocuğu Olan Kadınların Çocuklarını Okulla Yollarken Kaygı Yaşayıp Yaşamadıklarına Göre Grupların Ayrılma Anksiyetesi İle Yaşam Doyumu Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi İle Karşılaştırılması

<i>Grup</i>		<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
<i>Ayrılma anksiyetesi ölçeği</i>	Evet	76	36.28	14.02	393.50	-4.18	.001**
	Hayır	24	21.95	12.83			
	Toplam	100					
<i>Grup</i>		<i>N</i>	<i>X</i>	<i>SS</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
<i>Yaşam doyumu ölçeği</i>	Evet	76	22.85	6.20	861.50	-.408	.683
	Hayır	24	23.08	7.43			
	Toplam	100					

** $p<0.01$; * $p<0.05$

Tablo 4.19’da görüldüğü üzere; çocuğu olan kadınların çocuğunu okulla yollarken kaygı yaşayıp yaşamadıklarına göre gruplar arasında ayrılma anksiyetesi ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p<0.01$). Ayrılma anksiyetesi ölçeği puanları açısından çocuğunu okulla yollarken kaygı yaşayan kadınların aleyhine anlamlı bir fark vardır [$U=393.50$, $p=0.001$]. Çocuklarını okulla yollarken kaygı yaşayan kadınların çocuklarını okulla gönderirken kaygı yaşamayan kadınlara oranla ayrılma anksiyetesi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Çocuğu olan kadınların çocuğunu okulla yollarken kaygı yaşayıp yaşamadıklarına göre yaşam doyumu ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U-Testi yapılmış kaygı yaşama durumu açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($p>0.05$).

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda on sekizinci olarak “Çocuğu olan kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.20: Çocuğu Olan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Ölçekler		Yaşam doyumu ölçeği
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	r	-.267
	p	.007**

****p<0.01**

Tablo 4.20’de görüldüğü üzere; çocuğu olan kadınların ayrılma anksiyetesi ölçeğinden aldıkları puanlar ile yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir ($r=-.267$; $p<0.007$). Bir diğer deyişle ayrılma anksiyetesi düzeyleri arttıkça; yaşam doyumu düzeyi de düşmekte olduğu görülmektedir.

Yapılan araştırmanın genel amacı doğrultusunda on dokuzuncu olarak “Çocuğu olmayan kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.21: Çocuğu Olmayan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi ve Yaşam Doymu Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Ölçekler		Yaşam doymu ölçeği
Ayrılma anksiyetesi ölçeği	r	-.120
	p	.236

Tablo 4.21’de görüldüğü üzere çocuğu olmayan kadınların ayrılma anksiyetesi ölçeğinden aldıkları puanlar ile yaşam doymu ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda yirminci olarak “Çocuğu olan annelerin ayrılma anksiyetesi ölçeğinden aldıkları puanların bireylerin yaşam doymu ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.22: Çocuğu Olan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaşam Doymu Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Yaşam doymu	Sabit	44.031	8.089	.000	4.553	.035	.044
	Ayrılma anksiyetesi	-.488	-2.134	.035			

* $p < 0.01$

Tablo 4.22’de görüldüğü üzere; ayrılma anksiyetesi ile yaşam doymu arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=4.553$; $p=0.35 < 0.01$). Yaşam doymu düzeyinin belirleyicisi olarak ayrılma anksiyetesi değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ($R^2=0.044$). Çocuğu olan kadınların ayrılma anksiyetesi düzeyi yaşam doymu düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-.488$).

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda yirmi birinci olarak “Çocuğu olmayan annelerin ayrılma anksiyetesi ölçeğinden aldıkları puanların, yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanlar üzerinde nasıl bir etkisi vardır?” sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 4.23: Çocuğu Olmayan Kadınların Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinin İncelenmesi

<i>Bağımlı Değişken</i>	<i>Bağımsız Değişken</i>	β	t	p	F	<i>Model (p)</i>	R^2
<i>Yaşam doyumu</i>	<i>Sabit</i>	28.209	6.379	.000	1.917	.169	.019
	<i>Ayrılma anksiyetesi</i>	-.245	-1.385	.169			

Tablo 4.23’de görüldüğü üzere; ayrılma anksiyetesi ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($F=1.917$; $p=0.169 > 0.05$). Çocuğu olmayan kadınların ayrılma anksiyetesi düzeyi yaşam doyumu düzeyini etkilemediği görülmüştür.

BÖLÜM V

TARTIŞMA

Araştırmada 25-35 yaş arasında, çocuk sahibi olan kadınlar ile 25-35 yaş arasında, çocuk sahibi olmayan kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmış olup, bu iki değişkenin birbiriyle ve çeşitli demografik değişkenlerle ilişkisi de incelenmiştir.

Araştırmada çocuk sahibi olan kadınların ayrılma anksiyetesi düzeylerinin çocuk sahibi olmayan kadınlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuçta, çocuk sahibi olan kadınların, anne olmanın getirdiği fiziksel ve psikolojik değişimlerle ve çocukla kurulan bağ ile birlikte ayrılık konusunda daha fazla kaygılanıyor olması ihtimalinden ya da bir çocuğun bakım ve korunması sorumluluğunun kaygı oluşturması ihtimalinden söz edilebilir. Yapılan çalışmalar, anne olmanın kadınlar üzerinde uzun süreli etkileri olduğunu göstermektedir. Laney ve arkadaşları (2015), çalışmalarında anne olan kadınların yaşamlarındaki belirli durumları ve duygusal deneyimlerini çocuk sahibi olmayan kadınlara göre daha şiddetli/ yoğun yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bu bulgu, annelerde ayrılık durumlarında daha yoğun anksiyete yaşanması bulgusunu destekler niteliktedir.

Araştırmada, ilgili hipotezin aksine, çocuk sahibi olup olmamanın kadınların yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür. Literatürde konuya ilişkin olarak; Flanagan (1978) yaşam doyumunu etkileyen öğeleri sıraladığı bir araştırmada toplam 6500 öğe ortaya koymuş ve araştırma sonunda bunları 15 temel öğeye indirgemıştır. Bu araştırmada ortaya konmuş olan öğelere “Bir çocuğa sahip olma ve onu büyütme” maddesi de dâhil edilerek çocuk sahibi olmanın yaşam doyumunu etkilediği belirtilmiştir. (Özgen, 2012). Bu bulgunun tersi yönde bir bulgu ise, çocuğu olan kadınların sosyal uyum ve kendini gerçekleştirme puanlarının, çocuğu olmayan kadınlara göre, daha düşük bulunduğu bir araştırma sonucudur. Sezer (2005), bu araştırmasında ortaya çıkan bulguları; sürekli ilgi, emek ve

sorumluluk isteyen çocuk bakımının anne için zaman zaman zorlayıcı olabileceğini belirterek açıklamıştır.

Araştırmada katılımcıların evlilik yaşı arttıkça ayrılma anksiyetesinin azaldığı sonucuna varılmıştır. Bu sonuca ilişkin olarak, kişinin yaşı ilerledikçe ayrılık deneyimine karşı hassasiyetinin azaldığı düşünülebilir. Blunk ve Williams (1999) yaptıkları çalışmada daha genç annelerin daha yüksek ayrılma anksiyetesi yaşadıkları sonucuna ulaşmışlardır. (Demirdiş, 2004).

Evlilik yaşına ilişkin diğer bulgu da katılımcıların evlilik yaşı arttıkça yaşam doyumunun yükseldiği yönündedir. Kişinin yaşı ilerledikçe, sorumluluklarını alarak yaşamlarına ilişkin kararları netleştirme yetisinin artacağı düşünülebilir. Evliliğin de yaşamı ve yaşam doyumunu etkileyen önemli bir karar olduğu düşünüldüğünde erken yaşta ve hazır olmadan yapılmış evliliklerin yaşam doyumunu düşüreceği düşünülebilir. Manaker ve Rankin (1985) ve Bilen (2004)'e göre; erken yaşlarda yapılan evliliklerin, çoğunlukla boşanmayla sonuçlanması ve daha pek çok olumsuz sonuçları nedeniyle doğru bulunmadığı görülmektedir. (Sezer, 2005).

Araştırmada çocuk sayısının ise ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu puanlarını etkilemediği görülmüştür. Demirdiş (2004) ise ebeveynlerle yaptığı çalışmasında, araştırma bulgusundan farklı olarak, çocuk sayısı arttıkça ayrılma anksiyetesi düzeyinin azaldığını ortaya koymuştur. Çağ ve Yıldırım (2013) evlilik ve yaşam doyumunu ilişkilendirdikleri bir çalışmada, çocuk sayısının evlilik doyumunu, dolayısıyla yaşam doyumunu, etkilemediği sonucuna varmışlardır.

Araştırmaya katılan kadınların eğitim düzeyleri arasında ayrılma anksiyetesi ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Lise mezunu ve altı olan kadınların diğer kadınlara göre ayrılma anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yani eğitim düzeyi arttıkça ayrılma anksiyetesinin azaldığı görülmüştür. Bu sonucun, eğitimin yaşamsal olay ve durumlar ile ayrılık deneyimine ilişkin farkındalığın artmasında etkili olmasıyla ortaya çıkmış olabileceği söylenebilir. Eğitim düzeyi yüksek olan annelerde, anne- çocuk ilişkisi ve çocuğun bağımsızlığını kazanması gibi süreçler konusunda daha bilinçli olma durumunun da sonucu etkilediği düşünülebilir. McBride ve Belsky (1988) yapmış oldukları çalışmada öğrenim düzeyi düşük annelerdeki anksiyete düzeyinin daha yüksek

olduğunu bulmuşlardır(Demirdiş, 2004). Demirdiş (2004) kendi çalışmasında da benzer bir sonuca ulaşmış olup ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıķa ayrılma anksiyetesinin azaldığını ortaya koymuştur.

Katılımcıların gelir düzeyi, eğitim düzeyi, eşlerinin eğitim düzeyi ve eşlerinin mesleki durumlarına göre yaşam doyumunu puanlarının etkilendiği görülmektedir. Buna göre gelir ve eğitim düzeyi ve mesleki konumun yüksek olmasının yaşam doyumunu yükselttiği söylenebilir. Bu sonuç, sahip olunan bu durumların, kişilerin yaşamsal ihtiyaçlarını daha rahat ve iyi şekilde karşılamasına ve toplumda iyi bir konuma sahip olma dşnesiyle yaşamsal tatmin elde etmelerine imkn sağlamasıyla ilişkilendirilebilir. Nur-şahin (2011), gelir durumunun yaşam doyumunu farklılaştırmadığını ileri sürerken, Canbay (2010) araştırmaayla tutarlı biçimde yüksek gelirin yaşam doyumunu yükselttiğini belirtmiştir (Akyol, 2013). Diener ve Diener (1999) gelir ve sosyal statünün yaşam doyumunun önemli yordayıcıları olduğunu belirtmişlerdir. Chow (2005), Moller (1996), Paolini ve arkadaşları (2006) ile Tuzgöl Dost'un (2006) alışmaları da bunu destekler niteliktedir (Tuzgöl Dost, 2007). Akandere ve arkadaşları (2009) engelli çocuğa sahip ebeveynlerle yaptıkları çalışmada annelerde eğitim düzeyinin yaşam doyumunu farklılaştırmadığını, babalarda ise eğitim düzeyi yükseldikçe yaşam doyumunun yükseldiğini ortaya koymuşlardır. Görüldüğü gibi bu değişkenlere ilişkin sonuçlar farklılık göstermektedir. Yaşam doyumuna ilişkin literatüre genel olarak bakıldığında da eğitim, gelir düzeyi ve mesleki durum gibi özelliklerin yaşam doyumuna etkisinin değişkenlik gösterdiği ve araştırma sonuçlarının tutarlı olmadığı görülmektedir.

Araştırmada alışan katılımcıların ayrılma anksiyetesi düzeylerinin çalışmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Burada alışma hayatı ve çeşitli stresörlerin kişide anksiyeteyi arttırıcı etkiye sebep olması, iş sebebiyle evden ve aileden ayrılmayı gerektirecek durumların daha fazla olması, çocuğu olan katılımcıların çocuklarından ayrılmakta zorlanması gibi olası etkilerin ayrılma anksiyetesini arttırdığı düşünülebilir. McBride ve Belsky (1988) 63 anne-ocuk örneklemiyle yaptıkları çalışmada çalışan annelerin ayrılma anksiyetesinin zaman içinde azaldığını, çalışmayan annelerde ise aynı seviyede kaldığını

bulmuşlardır(Demirdiş, 2004). Çalışmayan annelerin daha kaygılı olduğu yönündeki bu bulgunun, araştırma sonucuyla tutarlı olmadığı görülmektedir.

alışan ve çalışmayan katılımcılar arasında yaşam doyumunu düzeyi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Sezer'in (2005) alışmasında ise, çalışan kadınların sosyal ve kişisel uyum, aile ilişkileri gibi pek çok yönden daha uyumlu oldukları sonucuna varılmıştır. Çilli ve arkadaşlarının (2004) ev kadınları ve çalışan kadınlarla yaptıkları çalışmada ev kadınlarının, çalışan kadınlara göre, daha fazla psikolojik sorun yaşadığını bulmuşlardır. Bu çalışmaların sonuçları, araştırma bulgularıyla tutarlı görünmemektedir.

Araştırmaya katılan kadınların evlilik biçimleri arasında yaşam doyumunu lği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Eşleriyle flört ederek evlenen kadınların diğerlerine göre yaşam doyumunu düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgunun ortaya çıkışında; kişinin kendi seçtiği kişiyle, kendi belirlediği zamanda ve kişisel beklentilerine göre yaptığı evliliğin daha uyumlu ve yaşamsal açıdan daha tatmin edici olması olabilir. Literatürde evlilik biçimi, evlilik doyumunu inceleyen bazı çalışmalarda ele alınmış olup; bunlardan bazıları araştırmayla tutarlıyken, bazıları anlamlı bir sonuç elde etmemiştir. Örneğin, Myers ve arkadaşlarının (2005), Hindistan'da görücü usulü evlenmiş olan bireyler ile A.B.D.'de anlaşarak evlenen bireyleri karşılaştırdıkları araştırmalarında, bireylerin evlilik doyumları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık belirlenmemiştir. Ancak Cingisiz (2010) ve imen'in (2007) araştırmalarına göre, flört ederek evlenmiş bireylerin evlilik uyumları, görücü usulüyle evlenmiş bireylerden daha yüksektir (Kublay ve Oktan, 2015).

Araştırma sonucunda 11 yıldan fazla süredir evli olan katılımcıların ayrılma anksiyetesi diğerlerine göre daha yüksek bulunmuştur. Uzun süreli evliliklerde, eşlerin birbirine alışmasının ilişkiye ve evliliğe dair heyecanı azaltması, artan ihtiyaç ve sorumluluklar bireylerde kaygı düzeyinin artmasına sebep olmuş olabilir. Demiray (2006) ile şener ve Terzioğlu'nun (2002) yaptıkları çalışmalarda evlilik süresi arttığı evlilik uyumunda düşüş olduğu belirtilmiştir (Kublay ve Oktan, 2005). Bu durumun, anksiyete ve ayrılığa dair hassasiyet oluşturduğu düşünülebilir. Bu açıdan düşünüldüğünde; evliliklerinden kısmen memnun olan kadınların ayrılma anksiyetesinin de araştırmada daha yüksek çıkması benzer süreçlerle açıklanabilir.

Araştırmada evliliklerinden memnun olan kadınların yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Evliliğinden memnun olan kişilerin, yaşamlarından da daha çok keyif aldıkları ve daha mutlu oldukları düşünülebilir. Mevcut literatürde de evlilik doyumunun yaşam doyumunun yordayıcısı olduğu belirtilmektedir. Çağ ve Yıldırım (2013) ile Kublay ve Oktan (2015) çalışmalarında araştırmayla tutarlı sonuçlar elde etmişlerdir.

Araştırma bulgularına göre; evde aile üyelerinin dışında başka yakını yaşamayan kadınların, evde aile üyelerinin dışında başka yakını yaşayan kadınlara oranla, yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Burada, evde aile üyeleri dışında yaşayan birinin olmaması durumunun, kadının aile üyeleriyle kurduğu ilişkiye istediği ölçüde odaklanabilmesi, maddi ve manevi gereksinimlerin daha doyurucu biçimde karşılanabilmesi, kadının aile ve ev yaşamına ilişkin alınan kararlarda daha fazla söz sahibi olabilmesi gibi çeşitli sebepler düşünülebilir. Böylece; evlilik ve aile yaşamından alınan doyumun, yaşam doyumuna olumlu etkisinden bahsedilebilir. Literatüre baktığımızda, araştırmayla tutarlı olmayan sonuçlar bulunduğu görülmektedir. Öztürk'ün (2008) İstanbul'da 266 evli kadın öğretmen üzerinde yürüttüğü çalışmada, evinde aile üyeleri dışında başka bireyler kalan ve kalmayan öğretmenlerin iş-aile çatışması arasında farklılık olup olmadığı incelenmiş, her iki grup öğretmenin iş-aile çatışması düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır (Coşkun, 2013). Ertop ve Altay'ın (2012) çalışmasında da kadının çekirdek ya da geniş aileye sahip olmasının evlilik uyumunu etkilemediği bulgusu ortaya koyulmuştur.

Araştırmada eşlerini işe ya da çocuklarını okula gönderirken kaygı yaşayan kadınların ayrılma anksiyetesi düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Söz konusu değişkenlerin, bağlanma figüründen ayrılma durumunda yaşanan ayrılma anksiyetesi ile doğrudan ilişkili olduğu düşünüldüğünde bu, araştırma açısından beklenen bir sonuçtur. Diriöz ve arkadaşları (2011) çalışmalarında yakınlarından ayrılma durumlarında kaygı yaşayan bireylerin, ayrılma anksiyetesi puanlarının kontrol grubuna göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.

Araştırmada eşlerini işe yollarken kaygı yaşayan katılımcıların ve çocuğu olan katılımcılarda ayrılma anksiyetesi düzeyinin yaşam doyumunu etkilediği

bulunmuştur. Buna göre; ayrılma anksiyetesi düzeyi arttıkça yaşam doyumu azalmaktadır. Bu sonuçta, kişinin bağlı olduğu, önemsedığı birinden ayrılma ihtimalinin kişide belli düzeylerde oluşturduğu anksiyetenin yaşamını zorlaştırması etkili olabilir. Çeçen- Eroğul ve Dingiltepe (2012) ergenlerle yaptıkları çalışmalarında, bu bulguyla tutarlı biçimde, yaşama ilişkin belirsizlik ve kaygı yaratan durumların yaşam doyumunu azalttığını ortaya koymuşlardır.

Elde edilen bulgulara genel olarak bakıldığında; ulaşılan sonuçların önemli bir kısmının hipotezler ve daha önce yapılmış çalışmalarla tutarlı olduğu, bununla birlikte bazı sonuçların da beklenen şekilde bulunmadığı ya da bazı çalışmaların araştırmayla tutarsız sonuçlanmış olduğu görülmektedir. Sonuçlar arası farklılıklarda; katılımcıların cevaplarının niteliği, araştırmanın (katılımcı sayısı, yaş aralığı v.b.) sınırlılıkları gibi faktörlerin etkisi düşünülebilir.

BÖLÜM VI

YORUM VE ÖNERİLER

Yapılan araştırma doğrultusunda aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

Araştırma sonucuna baktığımızda, annelerin ve anne adaylarının ayrılık durumlarına ilişkin zorluklar, anne-çocuk etkileşimi, ayrılma-bireyselleşme gibi konulara ilişkin bilgilendirilmesinin ve desteklenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir (Konuya ilişkin program, seminer, danışmanlık hizmeti v.b. faaliyetler aracılığıyla).

Babaların çocuk bakımında annelere destek olması, annenin kaygı düzeyini azaltarak yaşam kalitesini arttırabilir. Ebeveynler bu konuda bilgilendirilip desteklenebilir.

Araştırmada, başta ayrılma anksiyetesi olmak üzere, yaşam doyumunun farklı özellikler ya da durumlardan etkilenebildiği görülmektedir. Bu sebeple bireylerin gerekli durumlarda psikolojik destek almasının iyi oluşlarını desteklemede önemli olduğu söylenebilir.

Kadınların anne olmadan öncesi ve sonrası durumlarına ilişkin boylamsal çalışmalar yapılabilir. Bu da araştırmaya dâhil olan ve olmayan pek çok değişkenin annelikle ilişkisini daha açık şekilde ortaya koyabilir.

Ayrılma anksiyetesinin, daha farklı değişkenlerle ilişkili olarak incelenmesi ya da farklı kültürlerde ele alınması da faydalı olabilir.

Ayrılma anksiyetesinin, önceleri çocukluk dönemiyle sınırlandırılmış olduğundan, literatürde daha çok çocuktaki etkileriyle ele alındığı görülmektedir. Bu konuya ilişkin anne - baba odaklı çalışmaların artmasının, alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Konuya ilişkin daha geniş bir örnekleme çalışılmasının daha kapsamlı sonuçlara ulaşmada faydası olabilir.

KAYNAKLAR

Akandere, M., Acar, M., &Baştuğ, G. (2009). Zihinsel ve Fiziksel Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 22(1), 23-32.

Akyol, S. U. (2013). Boşanmış ve Boşanmamış Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık, Yaşam Doyumu, Sosyal Destek ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Yüksek lisans tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Amerikan Psikiyatri Birliği (2013) Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı (Çev. Ed.: E. Köroğlu) Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2013.

Abreveya, E. (2015). Yüceltme Olarak Annelik. Cogito,(81), 201-206.

Altıntaş, İ. (2009). Ayrılma Anksiyetesi Tanısı Alan Çocukların Ebeveynlerinin Mizaç ve Karakter Özellikleri (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Aslan, K. (1 Şubat 2015). DSM-4 ile DSM-5 Arasındaki Önemli Farklılıklar. <http://www.psikopatoloji.info/?p=9>

Atlı, Ö. (2011). Panik Bozukluğu ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğunda CO2 Duyarlılığı (Uzmanlık tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Badinter, E. (2011). Kadınlık mı Annelik mi (1.Baskı). (A. Ekmekci, Çev.). İstanbul: İletişim yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2010).

Balkanlı, N. (2008). Otistik Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerde Yaşam Kalitesi, Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bradley, R. H. & Crown, R. F. (2004). Life Satisfaction Among European American, African American, Chinese American, Mexican American, And Dominican American Adolescents. International Journal Of Behavioral Development, 28(5), 385-400.

Brizendine, L. (2011). Kadın Beyni (10. Baskı). (Z. H. Ateş, Çev.). İstanbul: Say yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2006).

Burger, J. M. (2006). Kişilik (1. Baskı). (İ. D. Erguvan Sarioğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2004).

Corey, G. (2008). Psikolojik Danışma Kuram ve Uygulamaları (T. Ergene, Çev.). Ankara: Mentis Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 2005).

Cori, J. L. (2015). Var’olan Annenin Yok’luğu (4. Baskı). (E. Akay, Çev.). İstanbul: Okuyan us yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 2010).

Coşkun, S. (2013). Akademisyenlerin İş ve Aile Karakteristiklerinin Evlilik, Aile ve Yaşam Tatmini ile İlişkisi: İş ve Aile Çatışmasının Aracı Rolü (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(39), 13-23.

Çeçen-Eroğul, A. R., ve Dingiltepe, T. (2012). Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyleri ile Yaşam Kalite Düzeylerinin Karşılaştırılması. İlköğretim Online, 11(4).

Çilli, A. S., Kaya, N., Bodur, S., Özkan, İ., ve Kucur, R. (2004). Ev Kadınlarında ve Çalışan Evli Kadınlarda Psikolojik Belirtilerin Karşılaştırılması. Genel Tıp Dergisi, 14(1), 1-5.

Çivitçi, A. (2012). Üniversite Öğrencilerinde Genel Yaşam Doyumu ve Psikolojik İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21(2).

Davison, G. C. ve Neale, J. M. (2004). Anormal Psikolojisi. (7. Baskı). (İ. Dağ, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Demirdiş, E. (2004). Ergenlik Dönemindeki Bireylerin Ana-babalarının Ayrılık Kaygısı Düzeyleri (Yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin, 95, 542-575.

Diener, E. & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. Social Indicators Research, 40, 189–216.

- Diriöz, P. M., Alkin, T., Yemez, B., Onur, E., ve Eminağaoğlu, P. N. (2012). Ayrılma Anksiyetesi Belirti Envanteri İle Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketinin Türkçe Versiyonunun Geçerlik ve Güvenirliği. Türk Psikiyatri Dergisi, 23(2).
- Dost, M. T. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22(2), 132-143.
- Erkuş, A. (2009). Davranış Bilimleri İçin Bilimsel Araştırma Süreci (2. Baskı). Ankara: Seçkin yayıncılık.
- Ertop, N. G. ve Altay, B. (2012). 15-49 Yaş Arası Evli Kadınların Kullandıkları Aile Planlaması Yönteminin Eş Uyumuna Etkisinin İncelenmesi. Kırıkkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 14(3).
- Güler, M. (2007). Kuşaklar Arası Annelik Bilişleri, Kişilik Özelliği, Yaşam Doyumu ve Çocuk Yetiştirme Hedefleri (Yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karasar, N. (2009). Araştırmalarda Rapor Hazırlama. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kertz, S. J., Smith, C. L., Chapman, L. K., & Woodruff-Borden, J. (2008). Maternal sensitivity and anxiety: Impacts on child outcome. Child & Family Behavior Therapy, 30(2), 153-171.

Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2).

Kins, E., Soenens, B., & Beyers, W. (2011). “Why do they have to grow up so fast?” Parental separation anxiety and emerging adults' pathology of separation-individuation. *Journal of clinical psychology*, 67(7), 647-664.

Kublay, D., ve Oktan, V. (2015). Evlilik Uyumu: Değer Tercihleri ve Öznel Mutluluk Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44).

Köroğlu, E. (2013). *Psikiyatri El Kitabı*. (5. Baskı). Ankara: HYB yayıncılık.

Köroğlu, E. ve Türkçapar, H. (Ed.). (2011). *Psikoterapi Yöntemleri*. (2. Baskı). Ankara: HYB yayıncılık.

Laney, E. K., Lewis Hall, M. E., Anderson, T. L. ve Willingham, M. M. (2015). Becoming a mother: The influence of motherhood on women's identity development. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 15:126–145.

Özdamar, K. (2004). *Paket Programlar İle İstatistiksel Veri Analizi I*. (5. Basım). Eskişehir: Kaan kitabevi

Özgen F. (2012), Ç.O.M.Ü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi (Yüksek lisans tezi). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu.

Peleg, O., Miller, P., & Yitzhak, M. (2015). Is separation anxiety in adolescents and parents related to parental differentiation of self?. *British Journal of Guidance & Counselling*, 43(4), 413-428.

Sezer, Ö. (2005). Kadınların Uyum Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 87-101.

Soydan, Z. M. (2015). Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Depresyon ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Stern, D. N., Bruschweiler-Stern, N. ve Freeland, A. (2013). Bir Annenin Doğuşu (1. Baskı). (M. Aydoğdu, Çev.). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Stevenson-Hinde, J., Chicot, R., Shouldice, A., & Hinde, C. A. (2013). Maternal anxiety, maternal sensitivity, and attachment. *Attachment & human development*, 15(5-6), 618-636.

Tümekaya, S., Hamarta, E., Deniz, M. E., Çelik, M., ve Aybek, B. (2008). Duygusal Zeka, Mizah Tarzı ve Yaşam Doyumu: Üniversite Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 1-18

Türkbay, T. (1999). Ayrılık Kaygısı Bozukluğunda Psikolojik, Ailesel ve Sosyal Etmenlerin Araştırılması (Uzmanlık tezi). Gülhane Askeri Tıp Akademisi Askeri Tıp Fakültesi.

Yazgan, Y. (2014). Düşe Kalka Büyümek (6. Baskı). İstanbul: Doğan Egmont yayıncılık.

Yetim, Ü. (2001).Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri (1. Basım). İstanbul: Bağlam Yayınları.



EKLER

EK-1: ONAM FORMU

Sayın katılımcı;

Bu anket formu Beykent Üniversitesi Klinik Psikoloji bölümü yüksek lisans tez çalışması için “Çocuğu olan ve olmayan evli kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi” amacıyla hazırlanmıştır. Anket üzerinde kimliğinizi belirten herhangi bir soru bulunmamaktadır. Soruları cevaplarken samimi olmanız araştırmanın niteliği açısından önemlidir. Araştırma sonuçları bilimsel veri olarak kullanılacak olup yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Araştırma ile ilgili bilgileri okudum ve katılmayı kabul ediyorum.

İmza :

Tarih:

EK-2: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Kaç yaşındasınız?

2. Eşiniz kaç yaşında?

3. Eşinizle aranızda kaç yaş fark vardır?

4. Kaç yaşında evlendiniz?.....

5. Ailenizin gelir düzeyi nedir?

☐ düşük

☐ orta

☐ yüksek

6. Eğitim durumunuz nedir?

☐ İlkokul mezunu

☐ Ortaokul mezunu

☐ Lise mezunu

☐ Üniversite veya yüksek okul mezunu

☐ Lisans üstü

7. Eşinizin eğitim durumu nedir?

☐ İlkokul mezunu

☐ Ortaokul mezunu

☐ Lise mezunu

☐ Üniversite veya yüksek okul mezunu

☐ Lisans üstü

8. Çalışma durumunuz nedir?

☐ Ev hanımı

☐ Çalışıyorum

9. Eşinizin mesleği nedir?

☐ Çalışmıyor

☐ İşçi

☐ Memur

☐ Yönetici

☐ Serbest meslek

☐ Emekli

10. Evlenme biçiminiz aşağıdakilerden hangisidir?

☐ Görücü usulü

☐ Flört/aşk/severek

☐ Akraba evliliği

11. Kaç çocuğunuz var?

☐ Hiç yok

☐ 1 tane

☐ 2 tane

☐ 3 ve daha fazla

12. Kaç yıldır evlisiniz?

☐ 0-5 yıl arası

☐ 6-11 yıl

☐ 11-15 yıl

☐ 16-20 yıl

☐ 21 yıl ve daha fazla

13. Eşinizle olan evlilik yaşamınızdan ne derecede memnunsunuz?

☐ Memnunum

☐ Kısmen memnunum

☐ Memnun değilim

14. Ailenizde siz ve çocuklarınızdan başka birlikte yaşayan kimse var mı?

☐ Evet

Kim(ler)?.....

☐ Hayır

15. Eşinizi işe yollarken hiç kaygı/endişe duyuyor musunuz?

☐ Evet

☐ Hayır

16. Çocuğunuz varsa onu okula yollarken hiç kaygı/endişe duyuyor musunuz?

☐ Evet

☐ Hayır

EK-3: YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ ANKETİ

Aşağıdaki sorular yaşamış olabileceğiniz bazı belirtilere yöneliktir. Lütfen bu belirtileri yaşıyıp yaşamadığınıza göre sorunun karşısındaki uygun yeri işaretleyiniz. Lütfen tüm soruları yanıtlayınız.

	Çok sıklıkla	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
1. Size yakın olan kişilerle birlikte evinizdeyken kendinizi daha güvende hissettiniz mi?				
2. Evinizden saatlerce uzak kalmakta zorluk çektiniz mi?				
3. Çantanızda veya cüzdanınızda size güven ya da huzur veren bir şeyler taşıyor mısınız?				
4. Uzun bir yolculuğa çıkmak üzere evden ayrılmazdan önce aşırı stres yaşadınız mı?				
5. Size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördüğünüz oldu mu?				
6. Bir yolculuğa çıkmanızdan önce size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili aşırı stres yaşadınız mı?				
7. Günlük işleriniz aksadığında çok huzursuz olur musunuz?				
8. Size en yakın kişilerle olan ilişkilerinizin yoğunluğu konusunda endişelendiniz mi? Örneğin çok aşırı bağlı olmanızdan dolayı.				
9. İşiniz veya diğer düzenli ev dışı uğraşlarınız için evinizden ayrılmadan önce baş ağrısı, mide ağrısı ya da bulantı gibi (veya başka) belirtiler oldu mu?				
10. İnsanları yakınınızda tutmak için çok fazla konuştuğunuzu fark ettiğiniz oldu mu?				

	Çok sıklıkla	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
11. Size yakın kişilerden ayrıldığınızda (örneğin işe gitmek ya da evden dışarıya çıkmak için), özellikle onların nerede oldukları konusunda endişelendiniz mi?				
12. Gece tek başınıza uyumakta güçlük çeker misiniz? Örneğin bir yakınınız evdeyse daha iyi uyur musunuz?				
13. Size yakın olan kişilerin seslerini işitebiliyor ya da televizyonun veya radyonun sesini duyuyorsanız daha kolay uyuduğunuzu fark ettiniz mi?				
14. Size yakın olan kişilerden uzak kaldığınızı düşündüğünüzde çok sıkıntı yaşadınız mı?				
15. Evinizden uzakta olmayla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördünüz mü?				
16. Yakınlarınızın ciddi bir zarar görebileceği hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, bir trafik kazası geçirmeleri veya ölümcül bir hastalığa yakalanmaları gibi.				
17. Günlük olağan işlerinizi yaparken, size yakın olan kişilerle bağlantı kurmanızı engelleyecek değişimlerin olması sizi çok huzursuz eder mi?				
18. Önemsediğiniz insanların sizi terk edeceği konusunda çok fazla endişelenir misiniz?				
19. Hiç, evde ya da yatak odasında ışıklar açıkken daha iyi uyuduğunuzu fark ettiğiniz mi?				
20. Özellikle size yakın kişiler evde değilse, evde tek başınıza kalmaktan kaçınmaya çalışır mısınız?				

	Çok sıklıkla	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
21. Size yakın olanlardan ayrıldığınızı ya da onların sizi terk ettiğini düşündüğünüzde, aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin, aniden titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?				
22. Size yakın olan kişilerle düzenli olarak (örneğin her gün) telefon görüşmeleri yapmadığınızda .sıkıntı yaşadığınızı fark ettiniz mi?				
23. Önemsediğiniz birisi sizi terk ettiğinde, bu durumla başa çıkamayacağınızdan ya da onsuz yapamayacağınızdan korktunuz mu?				
24. Size yakın olan kişilerden ayrıldığınızda aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin ani titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?				
25. Sizi, yakın olduğunuz birilerinden ayırabilecek muhtemel olaylarla hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, işle ilgili gereklilikler gibi.				
26. Hiç, size yakın olan kişiler “çok fazla konuştuğunuzu” söylediler mi?				
27. Bazı insanlarla olan ilişkilerinizin, onlar için sorunlar oluşturacak kadar yakın olduğu konusunda endişelenir misiniz?				

EK-4:DIENER -YAŞAM DOYUM ÖLÇEĞİ

Aşağıda 5cümle ve her bir cümlenin yanında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1'den 7'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümlenin yanındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak işaretleyiniz. Bu şekilde 5 cümlenin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz.

		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1	Hayatım birçok yönden idealimdekine yakın.	1	2	3	4	5	6	7
2	Hayat şartlarım mükemmel.	1	2	3	4	5	6	7
3	Hayatımdan memnunum.	1	2	3	4	5	6	7
4	Hayattan şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim.	1	2	3	4	5	6	7
5	Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

15 Ocak 1992 İstanbul doğumluyum. İlkokul, ortaokul ve lise eğitimlerimi İstanbul'da tamamladım. 2009 yılında Uludağ Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji bölümüne kaydoldum. Bu bölümden 2013 yılında mezun olduktan sonra, 2014 yılında, Beykent Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans eğitimine başladım. 2014 yılı Ocak ayından beri Kadıköy Belediyesi Koruyucu Ruh Sağlığı Merkezi'nde psikolog olarak çalışmaktayım.

İrem TURGUT