

T.C.
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**BELEDİYENİN DANIŞMANLIK MERKEZİNE BAŞVURAN EVLİ
BİREYLERİN EVLİLİK UYUMU İLE RUHSAL BELİRTİLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

TEZİ YAZAN
Fazıl Çağrı OĞUZ

Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Soner ÇAKMAK (Çukurova Üniversitesi)
Jüri Üyesi: Prof. Dr. Gülşah SEYDAOĞLU (Çukurova Üniversitesi)
Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. İbrahim İNAN (Çağ Üniversitesi)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MERSİN / OCAK 2018

ONAY

T.C.

ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE;**

201510051 numaralı öğrencimiz olan **Fazıl Çağrı OĞUZ** tarafından hazırlanan “**BELEDİYENİN DANIŞMANLIK MERKEZİNE BAŞVURAN EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK UYUMU İLE RUHSAL BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**” başlıklı bu tez çalışması jürilerimiz tarafından oy birliği ile **PSİKOLOJİ** Anabilim Dalında **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

.....
Üniv. Dışı Tez Danışmanı - Jüri Başkanı: Yrd. Doç. Dr. Soner ÇAKMAK
(Çukurova Üniversitesi)

.....
Üniv. Dışı Jüri Üyesi: Prof. Dr. Gülşah SEYDAOĞLU
(Çukurova Üniversitesi)

.....
Üniv. İçi Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. İbrahim İNAN

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.

05/01/2018

Doç. Dr. Murat KOÇ

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

İTHAF

'Erkek karısının söylemediği her sözcüğü anladığı andan itibaren gerçekten evlidir.'

Alfred Hitchcock

ETİK BEYANI

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
 - Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
 - Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
 - Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
 - Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,
- bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

05 / 01/ 2018

Fazıl Çağrı OĞUZ

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleştirilmesinde, değerli bilgilerini benimle paylaşan, kendisine ne zaman danışsam bana kıymetli zamanını ayırıp sabırla ve büyük bir ilgiyle bana faydalı olabilmek için elinden gelenden fazlasını sunan her sorun yaşadığımda yanına çekinmeden gidebildiğim, güler yüzünü ve samimiyetini benden esirgemeyen ve gelecekteki mesleki hayatımda da bana verdiği değerli bilgilerden faydalanacağımı düşündüğüm kıymetli ve danışman hoca statüsünü hakkıyla yerine getiren Yrd. Doç. Dr. Soner ÇAKMAK'a teşekkürü bir borç biliyor ve şükranlarımı sunuyorum.

Ayrıca bu çalışmanın düzenlenmesi aşamasında değerli fikirlerini benimle paylaşan, yardımcı olan ve bana güvenen saygıdeğer hocalarım Prof. Dr. Gülşah SEYDAOĞLU'na ve Yrd. Doç. Dr. İbrahim İNAN'a teşekkür ederim.

Yüksek lisansa başlama konusundaki çekingenliğimi gideren ve yüksek lisans dönemi boyunca hem ders hem de tez aşamasında yanımda olan ve desteklerini esirgemeyen aileme teşekkür ediyorum.

Son olarak bu yoğun süreçte bana maddi manevi desteğini esirgemeyen her zaman yanımda olan kıymetli eşim Hatice OĞUZ'a sabırlarından dolayı teşekkür ediyorum.

5/01/2018

Fazıl Çağrı OĞUZ

ÖZET

BELEDİYENİN DANIŞMANLIK MERKEZİNE BAŞVURAN EVLİ BİREYLERİN EVLİLİK UYUMU İLE RUHSAL BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Fazıl Çağrı OĞUZ

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı
Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Soner ÇAKMAK
Ocak 2018, 107 Sayfa

Bu araştırma, Adana Büyükşehir Belediyesi'nin danışmanlık hizmetlerine başvuran 202 evli birey üzerinde yapılmıştır. Bu araştırmanın amacı "Belediyenin danışmanlık merkezine başvuran evli bireylerin evlilik uyumu ile ruhsal belirtileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada çiftlerin evliliklerinin niteliğini ölçen 15 maddelik "Evlilik Uyum Ölçeği" ile saha taramalarında psikolojik belirtileri taramak amacıyla kullanılan Türkçe'ye uyarlanmış SCL-90 (Symptom Check List) Ölçeği uygulanmıştır.

Çalışmaya katılan evli bireylere uygulanan evlilik uyum ölçeğine göre evli bireylerin %84,6'sının evliliklerinde uyumsuzluk yaşadıkları belirlenmiştir. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 depresyon, anksiyete, somatizasyon, obsesif kompulsif ve öfke alt ölçeklerinden oluşan değişkenler arasında dağılım graflerine göre doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 alt ölçekleri arasında istatistiksel anlamlılık düzeyi %95 güven düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Çalışmaya katılan bireylerden genelde anlaşılanlar ve genelde anlaşamayanlar olarak belirlenen gruplar ile "Aile bütçesini idare etme", "Boş zaman etkinlikleri", "Duygusal ifadesi", "Arkadaşlar", "Cinsel ilişkiler", "Toplumsal kurallara uyma", "Yaşam felsefesi", "Eşin akrabasıyla anlaşma" konularındaki SCL-90 puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu bu ilişkinin doğrusal şekilde ilerlediği tespit edilmiştir. Sonuç olarak bu çalışmaya katılan evli bireylerin çoğunluğunun evliliklerinde uyumsuz olduğu, katılımcıların evlilik uyumu düzeyi ile ruhsal belirti düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Evlilik, Evlilik Uyum, Evlilik Doyumu, Çatışma

ABSTRACT**INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MARRIAGE AND
MARRIAGE OF THE MARRIED PEOPLE IN THE MUNICIPAL
CONSULTANCY CENTER****Fazıl Çağrı OĞUZ****Master Thesis, Department of Psychology****Supervisor: Assist. Prof. Dr. Soner ÇAKMAK****January 2018, 107 pages**

This research was carried out on 202 married individuals consulting Adana Metropolitan Municipality. The purpose of this study is to examine the relationship between marital adjustment and spiritual statements of married individuals who apply to the municipal counseling center. In the study, a 15-item "Marriage Compliance Scale" was used to measure the quality of marriages of couples and a SCL-90 (Symptom Check List) Scale adapted to the Turkish language was used for screening psychological statements.

According to marital adjustment scale applied to married individuals participating in the study, it was determined that 84.6% of the married individuals had incompatibility in marriage. Marital adjustment scale and SCL-90 were found to have a linear (negative) weak correlation between the variables consisting of depression, anxiety, somatization, obsessive-compulsive and anger subscales. The statistical significance level between marital adjustment scale and SCL-90 subscales was found to be significant at 95% confidence level. The statistically significant differences were found between the groups that were generally agreed and disagreed with the groups that were statistically involved in the study and the SCL-90 scores on family budget management, leisure activities, emotional expression, friends, sexual relations, social norms, life philosophy, this relationship has been found to proceed linearly. As a result, it was determined that the majority of the married individuals who participated in this study were incompatible with their marriages, and that there was a statistically significant relationship between participants' marital adjustment level and psychological symptom levels.

Keywords: Marriage, Marriage Compliance, Marriage Satisfaction, Conflict

ÖNSÖZ

Günümüzde daha zor hale gelmeye başlayan hayat mücadelesinde tek başına olmak bireyler için olumsuz bir durumdur. Belli bir yaşa geldikten sonra evlenip yuva kurmak ve toplumun bir parçası haline gelmek hemen hemen her bireyin temel hedefi olarak görülebilir. Güzel hayallerle başlayan evliliğin güzel devam edebilmesi için eşler arasında kişilik, karakter, ekonomik anlayış, kültürel değerler ve psikososyal konularda da birliktelik olmalıdır. Bu konuların bir kısmında yaşanacak sıkıntılar, ortaya çıkan anlaşmazlıklar eşlerin dünyasında duygusal yıkımlara, psikolojik rahatsızlıklara, boşanmalara sebep olmaktadır.

Flört, aşk evliliği veya anlaşarak evlenmenin yanı sıra görücü usulüyle veya akraba evliliği gibi birçok evlilik biçimi evlilikteki uyumu olumlu veya olumsuz anlamda etkilemektedir. Evlilik uyumu üzerine yapılan çalışmalar evlilik biçimlerinin evlilik uyumunu doğrudan etkilediğini ortaya koymaktadır. Yapılan bu çalışmada ise evlilik uyumu ve evlilik doyumu kötü olan bireylerde psikolojik rahatsızlıklarının arttığını göstermektedir.

Eşlerin problemlerini çözme gayretlerinde yaşanan olumlu yaklaşım tarzı, uyum ve evlilik doyumunu artıracak bir öneme sahiptir. Evliliklerde öfke, aşağılama, üzüntü ve kaygı duygularının yerini ilgi, sevgi ve mizah duyguları alması ümidiyle...

OCAK, 2018

İÇİNDEKİLER**Sayfa No:**

KAPAK	i
ONAY	ii
İTHAF	iii
ETİK BEYANI	iv
TEŞEKKÜR	v
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
ÖNSÖZ	viii
İÇİNDEKİLER	ix
TABLolar LİSTESİ	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ	xiii
EKLER LİSTESİ	xiv

BÖLÜM I

1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Arka Planı.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	3
1.3. Araştırmanın Problemi.....	3
1.4. Araştırmanın Önemi.....	3
1.5. Araştırmanın Hipotezleri.....	4
1.6. Araştırmanın Sayıltıları.....	4
1.7. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları.....	5
1.8. Tanımlar.....	5

BÖLÜM II

2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	6
2.1. Evlilik.....	6
2.1.1. Evlilik Şekilleri.....	7
2.1.1.1. Görücü Usulü İle İsteyerek Evlenme.....	9

2.1.1.2. Görücü Usulü İle Zorla Evlendirme	9
2.1.1.3. Flört Usulü İle Evlenme	10
2.2. Evlilikte Uyum, Doyum ve Çatışma	10
2.2.1. Evlilik Uyumu	11
2.2.2. Evlilik Doyumu	12
2.2.3. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler	13
2.2.3.1. Bireysel Faktörler	16
2.2.3.2. Çevresel Faktörler	17
2.2.4. Evlilikte Çatışma ve Çözüm Yolları	19
2.2.5. Evlilikte Stresle Baş Etme Yöntemleri	25
2.2.5.1. Yatkinlık - Stres - Uyum Modeli	26
2.2.5.2. Stres - Boşanma Modeli	28
2.3. Evlilik Uyumunda Görülen Ruhsal Belirtiler	29
2.3.1. Depresyon	30
2.3.2. Anksiyete	35
2.3.3. Somatizasyon	38
2.3.4. Obsesif Kompulsif Bozukluk	40
2.3.5. Duygu Dışavurum Bozukluğu	44

BÖLÜM III

3. YÖNTEM	47
3.1. Araştırmanın Amacı	47
3.2. Araştırmanın Modeli	47
3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	47
3.4. Araştırmanın Yapılışı (Prosedür)	48
3.5. Veri Toplama Araçları	48
3.5.1. Sosyodemografik Veri Formu	48
3.5.2. Evlilik Uyum Ölçeği (Marital Adjustment Test)	48
3.5.3. SCL-90-R Belirti Tarama Listesi	49
3.6. Verilerin Analizi	50

BÖLÜM IV

4. BULGULAR	51
4.1. Sosyodemografik form ile evlilik uyum ölçeği arasındaki ilişki:.....	53
4.2. Evlilik Uyum Ölçeği İle SCL-90R Alt Ölçekleri Arasındaki İlişki.....	54
4.2.1. Aile bütçesini idare etme.....	60
4.2.2. Duygusal ifadesi.....	61
4.2.3. Arkadaşlar	61
4.2.4. Cinsel ilişkiler	62
4.2.5. Toplumsal kurallara uyma	62
4.2.6. Yaşam felsefesi	63
4.2.7. Eşin akrabalarıyla anlaşma.....	63

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE YORUM	65
-----------------------------------	----

BÖLÜM VI

6. SONUÇ VE ÖNERİLER	72
6.1. Sonuç.....	72
6.2. Öneriler	73
7. KAYNAKÇA	74
8. EKLER	81
9. ÖZGEÇMİŞ	93

TABLOLAR LİSTESİ

	Sayfa No:
Tablo 1. Evlilik Kararı.....	8
Tablo 2. Evlilik Süresine Göre Boşanmalar, 2015-2016.....	13
Tablo 3. Eş ile Sorun Yaşanan İlk Üç Konu.....	21
Tablo 4. Öğrenime Göre Eş ile Sorun Yaşanan İlk Üç Konu.....	23
Tablo 5. Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) DSM-V Depresyon Tanı Kriterleri.....	33
Tablo 6. Yaygın Anksiyete, Panik Bozukluk Ve Majör Depresyonun Özellikleri	36
Tablo 7. Anksiyete Bozuklukları ve Klinik Tanıda Ayırt Edici Özellikleri.....	37
Tablo 8. Evlilik Uyum Düzeyi Yüksek ve Düşük Olanların Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması	46
Tablo 9. Evli Bireylerin Sosyo-Demografik Özellikleri	51
Tablo 10. Evlilik Usulüne göre Evliliği Uyumlu ve Uyumsuz Bireylerin Oranları.....	52
Tablo 11. Sosyodemografik Form İle Evlilik Uyum Ölçeği Arasındaki İlişki	53
Tablo 12. Evliliği Uyumlu ve Uyumsuz Bireylerin Psikolojik Belirti SCL 90 Ölçüm Puanları.....	54
Tablo 13. Aile Bütçesini İdare Etme İle İlgili SCL-90 Puanları	60
Tablo 14. Boş Zaman Etkinlikleri İle İlgili SCL- 90 Puanları	61
Tablo 15. Duygusal İfade İle İlgili SCL- 90 Puanları	61
Tablo 16. Arkadaşlar İle İlgili SCL- 90 Puanları	62
Tablo 17. Cinsel ilişkiler ile ilgili SCL- 90 Puanları.....	62
Tablo 18. Toplumsal Kurallara Uyma İle İlgili SCL- 90 Puanları.....	63
Tablo 19. Yaşam Felsefesi İle İlgili SCL- 90 Puanları.....	63
Tablo 20. Eşin Akrabalarıyla Anlaşma İle İlgili SCL- 90 Puanları.....	64

ŞEKİLLER LİSTESİ**Sayfa No:**

Şekil 1. Evlilikte üçgen modeli.....	15
Şekil 2. Cinsiyete göre en önemli boşanma nedenleri	24
Şekil 3. Yatkinlık – Stres – Uyum Modeli.....	27
Şekil 4. Bodenmann’ın Stres - Boşanma Modeli.....	29
Şekil 5. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 depresyon alt ölçeği dağılım grafiği.....	55
Şekil 6. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 anksiyete alt ölçeği dağılım grafiği	56
Şekil 7. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 somatizasyon alt ölçeği dağılım grafiği	57
Şekil 8. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 obsesif kompulsif alt ölçeği dağılım grafiği...	58
Şekil 9. Evlilik uyum ölçeği ile öfke alt ölçeği dağılım grafiği.....	59

EKLER LİSTESİ

	Sayfa No:
Ek 1. Onam Formu.....	81
Ek 2. Sosyodemografik Veri Formu	83
Ek 3. SCL-90-R (Psikolojik Belirti Tarama Listesi)	84
Ek 4. Evlilik Uyum Ölçeği	88
Ek 5. Etik Kurul Kararı.....	91
Ek 6. Belediye İzin Belgesi.....	92



BÖLÜM I

1. GİRİŞ

Bu bölümünde araştırmanın arka planı, araştırmanın amacı, araştırmanın problemi, araştırmanın önemi, araştırmanın hipotezleri, araştırmanın sayıltıları, araştırmanın kapsam ve sınırlılıkları ile tanımlar açıklanmıştır.

1.1. Araştırmanın Arka Planı

Doğumla başlayıp ölümle biten yaşam mücadelesinde insanoğlu kendisinden beklenenler çerçevesinde hayatına yön vermektedir. Ailesinden aldığı ilk eğitimle birlikte başlayan kişilik özellikleri okul hayatı ve arkadaş çevresiyle daha da şekillenmekte ve hayatın karmaşası içerisinde kendisini derin bir mücadelenin içerisinde bulmaktadır. Günümüzde daha zor hale gelmeye başlayan hayat mücadelesinde tek başına olmak bireyler için olumsuz bir durumdur. Belli bir yaşa geldikten sonra evlenip yuva kurmak ve toplumun bir parçası haline gelmek hemen hemen her bireyin temel hedefi olarak görülebilir.

Gelenek görenekler ve kültürel değerler çerçevesinde ülkemizde belli bir yaşa geldikten sonra bireyler evlenme telaşına başlamakta gerek aile baskısı gerekse de toplumsal baskıyla evlilik kurumunun kapısını çalmaktadırlar. Kültürel anlamda kozmopolit bir yapıya sahip olan ülkemizde evlilik usulleri de bu doğrultuda farklılıklar göstermektedir. Hayatının geri kalan kısmını birlikte tek çatı altında geçireceği kişiyi seçmek her birey için temel bir haktır. Ancak, toplumun bir bölümü görücü usulü ile zorla ya da isteyerek evliliği tercih ederken, bir bölümü flört denilen evlilik öncesi tanışmayla birbirini tanıma ve buna göre hayatını devam ettireceği kişiye karar verme eğiliminde olmaktadır.

Güzel hayallerle başlayan evliliğin güzel devam edebilmesi için eşler arasında kişilik, karakter, ekonomik anlayış, kültürel değerler ve psikososyal konularda da birliktelik olmalıdır. Bu konuların bir kısmında yaşanacak sıkıntılar, ortaya çıkan anlaşmazlıklar eşlerin dünyasında duygusal yıkımlara, psikolojik rahatsızlıklara sebep olabilmektedir (Şener ve Terzioğlu, 2002, s. 2). Evlilikte başlayan hayal kırıklıkları, çatışmalar ve uyumsuz davranışlar zamanla psikolojik belirtilerin de ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir. Eşlerin problemlerini çözme gayretlerinde yaşanan olumlu yaklaşım tarzı, uyum ve evlilik doyumunu artıracak bir öneme sahiptir. Şayet bu

çatışmalar zamanında ve sağlıklı bir şekilde çözümlenmezse psikolojik belirtilerde artış ve devamlı bir sorunlar sarmalı ve nihayetinde de boşanmalar kaçınılmaz olacaktır.

İdeal bir toplumun temeli aile ile başlamaktadır. Bu nedenle gerek devlet kurumları gerekse de sivil toplum kuruluşları bu yapının sağlıklı olabilmesi için birçok çalışma yapmaktadırlar. Çatışmaların kaçınılmaz olduğu evlilik kurumunda önemli olan çatışma sonrasıdır ve çalışmalar hep bu doğrultuda yaşanan sıkıntıların en az zararla atlatılabilmesi amacıyla yapılmıştır. Yaşanan sorunların sadece eşler arasında kalmaması çocuklarla birlikte gelecek nesillere de aktarılması çalışmaların sağlıklı birey, sağlıklı aile, sağlıklı toplum zincirinde olmasını zorunlu kılmıştır. Tüm bunların olabilmesi için, evlilikteki uyumun maksimum seviyeye çıkartılması gerekir. Uyumun gerçekleşmesi zamanla olacaktır bunun için eşlerin birbirlerinin karakterlerine saygı göstermesi, hoşgörülü olması, empatiyi hiçbir zaman ihmal etmemesi, dayanışma içerisinde eşine ilgi ve özen göstererek evliliğini sürdürmeye çalışması gerekmektedir. Böylesi bir evlilik eşler arasındaki uyum sonrasında, elde edilecek doyuma dönüşecek ve istenmeyen durumlar çatışmalar yaşansa bile en az zararla atlatılabilecektir.

Evlilik uyumunda ortaya çıkan sorunlardan birisi de ruhsal sorunların olup olmaması ya da evlilik sırasında ruhsal problemlerin şekillenmesidir. Aileyi oluşturan eşlerle birlikte ebeveynler, çocuklar ve aile dışı etkenler evlilik uyumunda psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasına neden olan faktörlerdir. Bu faktörlerin etkisiyle ortaya çıkan ruhsal belirtiler evlilikte çatışma, uyum ve doyumu etkileyen önemli nedenler olarak görülmektedir.

Evli erkeklere göre evli kadınlar daha çok ruhsal sorun yaşamaktadırlar. Bu ruhsal sorunlar genellikle anksiyete, depresyon, ev içi şiddet, cinsel şiddet etkileri ve artmış madde kullanım hızı olarak sayılabilir (Yardım 2001, s.78-82). Hayat boyu ruhsal hastalık riski ile ilgili yapılan çalışmalarda erkek ve kadınlarda sırasıyla majör depresyon riski %12-15 ve %21-24, yaygın anksiyete riski %3,6 ve %6,6, agorafobi riski %3,6 ve %9,0, basit fobi riski %6,7 ve %15,7, sosyal fobi %11,1 ve %15,5 olarak bulunmuştur. Bu verilerden de anlaşıldığı gibi ruhsal hastalık oranları erkeklere göre kadınlarda daha yüksek seyretmektedir (Yüksel 2001'den akt., Altınel, 2008, s.10).

Avrupa'da yapılan bir çalışmada evli kadınların evlenme yaşları ile depresyon arasında ve evlilik uyumsuzluğu ile depresyon arasında istatistiksel bir ilişki olduğu bildirilmiştir (Nolen-Hoeksema ve Grayson, 1999, s. 1061-1072). Depresyon riski özellikle aile öyküsü olanlarda, genç annelerde, çok çocuklu olanlarda, istenmeyen gebelikte, sosyal desteği yeterli olmayanlarda, tek başına yaşayanlarda ve evlilik sorunu

olanlarda daha fazla görülebilmektedir (Bhatia ve Bhatia, 1999, 225-240). Tinker (2007), gelişmiş ülkelerdeki kadınlarda depresyon ve diğer nöro-psikiyatrik durumların görülme sıklığının %12 olduğunu bildirmektedir (s.149-158).

Altinel (2008)'in ruhsal durum değerlendirildiğinde en çok paranoid düşünce, obsesif-kompulsif, anksiyete ve depresyon belirtilerinin birçok faktörün yanı sıra evlilik süresinin uzun olması, eş ilişkilerin kötü olmasıyla da ilişkili olduğunu saptanmıştır. Bu çalışmada katılımcılardan dul veya boşanmış olanlardaki ruhsal hastalık oranının (%46,7), bekar (%7,1) ve evli (%15,6) olanlardan fazla olduğu bildirilmektedir (s.101-103).

Aslan Üçkardeş (2015)'de 535 kişi üzerinde yaptığı çalışmasında, evlilerin ruhsal hastalık sıklığının evli olmayanlara göre (bekar, dul) anlamlı derecede yüksek olduğunu belirlemiştir. Bu kişilerde en fazla %44 oranında duygudurum bozukluğu, %32.5 anksiyete bozuklukları, %9.4 psikotik bozukluklar, %4.7 uyum bozuklukları ve somatoform bozukluklar tespit edilmiştir (s.8-16).

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı, belediyelerin danışmanlık merkezlerine çeşitli nedenlerle başvuran evli bireylerin evlilik uyumu ile ruhsal belirtileri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

1.3. Araştırmanın Problemi

Ülkemizin ve tüm dünyanın temel problemlerinden olan aile içi ilişkiler ve eşler arası uyum bu çalışmanın da temelini teşkil etmektedir. Adana Büyükşehir Belediyesi'nin danışmanlık hizmetlerine başvuran ve ailevi problemler yaşayan bireylerden hareketle eşlerde görülen ruhsal belirtilerin evlilikteki uyum ve yaşanan çatışmalarla ilgisi ne kadardır sorusu irdelenecektir.

1.4. Araştırmanın Önemi

Günümüzde gerek ülkemizde gerekse de dünyada gün geçtikçe artan boşanmalar toplumsal yapıya zarar vermektedir. Bireyler her ne kadar anlaşamadıkları için ayrılırlar da asıl problemi yaşayanlar çocuklar olmaktadır. Küçük yaşlarda anne veya babadan ayrı kalan çocukların dünyasında onarılamaz yaralara yol açmaktadır. Bu nedenle evlilik uyumu ve doyumu günümüzde daha önemli hale gelmektedir. Çünkü

evlilikteki uyum ne kadar yüksek olursa elde edilen doyum da o kadar yüksek olacak ve yaşanan çatışmalar kolaylıkla çözümlenebilecektir.

Birbirinden çok farklı karakterde insanları bir araya getiren evlilik kurumu, bu farklı insanların uyum içinde mutlu bir şekilde yaşadığı bir yuva olabilirken; birbirine yakın karakterdeki insanlar için bazen cehenneme dönebilmekte ve bireylerde birçok ruhsal bozukluklara sebep olabilmektedir. Bu çalışmada da evlilik uyumu, doyumunu ve yaşanan çatışmalar doğrultusunda eşlerde görülen ruhsal belirtilerin incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu çalışma neticesinde ortaya çıkacak verilerle evlilik danışmanlığının yanı sıra çiftlerin terapilerinde görülen sorun teşkil edebilecek çatışmalar ve buna bağlı ortaya çıkabilecek ruhsal problemlerin tanınması amaçlanmaktadır. Bununla birlikte bireylerin birbirlerinin kişilik özelliklerinin, beklentilerinin farkına varmaları ve birbirlerine saygı duyup, gereken değeri vermeleri noktasında katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.5. Araştırmanın Hipotezleri

Hipotez 1: Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Depresyon Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır.

Hipotez 2: Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Anksiyete Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır.

Hipotez 3: Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Somatizasyon Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır.

Hipotez 4: Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Obsesif-Kompulsif Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır.

Hipotez 5: Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Öfke Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır.

1.6. Araştırmanın Sayıtları

1. Bu araştırmaya katılan bireylerin kişisel bilgi formu, Evlilik uyum ölçeği ve SCL-90 ölçeği'ni samimi bir şekilde doldurdıkları varsayılmıştır.
2. Çalışmada kullanılan Evlilik uyum ölçeğinin uyum ve uyumsuzluğu doğru ölçeği varsayılmıştır.

3. Araştırmada SCL-90 ölçeği'nin evli bireylerin Depresyon, Anksiyete, Somatizasyon, Obsesif-Kompulsif ve Öfke Alt boyutlarını doğru ölçeğeği varsayılmıştır.
4. Çalışmamızda Örneklemin evreni temsil edeceği varsayılmıştır.

1.7. Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları

Bu araştırmadaki örneklemler Adana Büyükşehir Belediyesi'nin danışmanlık hizmetlerine 2017 yılında başvuran evli bireyler ile sınırlıdır.

Bu araştırmada erkek sayısının az olmasının nedeni, Adana Büyükşehir Belediyesine başvuru yapan erkek sayısının başvuru yapan kadın sayısına göre daha az olmasından kaynaklıdır.

Bu araştırma zaman dilimi ačíısından 2017 yılı şubat-Temmuz aylarına ait başvuruları kapsamaktadır.

Konu olarak evli bireylere uygulanan “Evlilikte Uyum Ölçeği” ve SCL-90 değerlendirme ölçeklerinin belirlediği niteliklerle sınırlıdır.

1.8. Tanımlar

Evlilik: “Evlilik karşılıklı bir dayanışma, toplumsal onaylamayla gerçekleşmiş bir sözleşme ve tüm toplumsal yasaklamalar dışında tutulan cinsel gereksinmelerin karşılıklı olarak doyuma ulaştırıldığı bir kaynaşmadır” (Özüğurlu, 1990, s. 64).

Evlilikte Uyum: “Uyumlu evlilik, eşlerin birbirleriyle sağlıklı iletişim kurabildiği, evliliğin önemli alanlarında fazla uyuşmazlık yaşamadıkları ve yaşanan uyuşmazlıkların da her iki tarafı da memnun edecek şekilde eşler tarafından çözümlendiği evlilik olarak tanımlamaktadır.” (Sabatelli 1998'den akt. Tuzcu, 2017, s.22).

Evlilik Doyumunu: Evlilik süresince eşlerin her alanda hissetmiş oldukları mutluluk ve hoşnutluğu ifade eden duygulardır (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar, Alphan, 2005, s.40).

Evlilikte Çatışma: Evlilik süresince eşlerden birinin diğerinin isteklerini yok sayması veya engellemeye çalışmasıyla başlayan süreç olarak tanımlanmaktadır (Tezer, 1994, s. 2019-217).

BÖLÜM II

2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Evlilik

Doğumla başlayan ölümle sonuçlanan hayat maratonunda insanların yaşamına yön veren, onu şekillendiren belli zaman dilimleri vardır. Evlilik, bu zaman dilimlerinin en önemlilerinden biridir. Çünkü bireyler evlilikle birlikte yeni bir yaşama başlamakta, sorumlulukları artmakta, bir yerine artık iki kişilik hatta çocuklarla birlikte daha geniş düşünüp ona göre karar vermek zorunda kalmaktadırlar.

Evlilik, bir kadın ve bir erkek tarafından bundan sonraki yaşantılarını birlikte geçireceklerine dair toplum huzurunda herkesi şahit tutarak yasal olarak verilmiş sözdür. Evlilik aynı zamanda bireylerin birlikte yaşamak, hayatın yükünü paylaşmak, çocuk sahibi olmak ve topluma faydalı bireyler yetiştirmek gibi ulvi değerler etrafında bir araya geldikleri ilişkiler bütünüdür (Özden, 2014, s. 6).

Geçtan (1984)'a göre ise evlilik; “mutluluğu ve sıkıntılarıyla birlikte, insanların büyük bir çoğunluğu için ulaşılmak istenen normal bir amaçtır.” Ayrıca farklı ailelerin bir araya gelmesiyle toplumsal dayanışmayı artıran, bu yönüyle tarih boyunca siyasi bir figür olarak da kullanılabilen ve zamanla farklılıklar görülse de varlığını devam ettiren sosyal bir kurumdur (Erişti, 2010, s.7).

Evlilikle başlayan ve toplumun en küçük yapı taşını oluşturan aile kurumunun önemi yasalar çerçevesinde de güvence altına alınmaktadır. Türk Medeni Kanunu'nun 185. maddesinde yer alan ifadelerle göre evlilik kavramı ve bu kuruma yüklenen anlam; “Evlenmeyle eşler arasında evlilik birliği kurulmuş olur. Eşler, bu birliğin mutluluğunu elbirliğiyle sağlamak ve çocukların bakımına, eğitim ve gözetimine beraberce özen göstermekle yükümlüdürler. Eşler birlikte yaşamak, birbirine sadık kalmak ve yardımcı olmak zorundadırlar.” şeklinde ifade edilmektedir (TMK, 2001: madde 185).

Evlilik sadece iki kişi arasındaki karşılıklı anlaşma değildir, aynı zamanda ailelerin de dahil olduğu oldukça kapsayıcı bir sistemdir ve bu yönüyle hem bireysel hem de sosyal anlamda birçok işlev taşımaktadır. Bunlar;

1. Eşlerin neslin devamına ilişkin sorumlulukları yerine getirmeleri
2. Bireylerin toplumun devamlılığını sağlayacak ve ortak toplumsal kuralları kazanacak şekilde yetiştirilmeleri

3. Aile üyelerinin ekonomik, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamaları
4. Çocuğun toplumsallaşmasını sağlamaları
5. Aile üyelerine cinsiyet rollerini kazandırmaları
6. Çocuğun toplum hayatına daha kolay uyum sağlamasını kolaylaştırmaları
(Özgüven, 2001, s. 19).

2.1.1. Evlilik Şekilleri

Sosyal bir kurum olan evlilik bireylerin hem kendilerini hem de çevrelerini tamamladıkları bir süreçtir. Bununla birlikte her evliliğin kendine özgü bir hikâyesi vardır ve bireylerin ailevi özelliklerine göre, yaşadıkları bölgeye göre, aldıkları eğitime göre farklılıklar gösterebilmektedir.

Evlilik şekilleri ile ilgili yapılan bir araştırmada ülkemizde 33 farklı evlenme biçiminin olduğu tespit edilmiştir. Bunlar;

Görücü usulü ile evlenme, kız kaçırma, başlık parası karşılığında evlenme, oturak alma evliliği, başörtüsü kaçırma yoluyla evlilik, beşik kertme evliliği, taygeldi evlilik, kuma getirme evliliği, berder (bedel) evliliği, kepir (yaban değişimi) evliliği, ölen kardeşin karısıyla evlenme, baldızla evlilik, içgüveyi evliliği, yetim evliliği, yakın akraba evliliği, oldu bitti evlilik, para karşılığı evlenme, kan parası karşılığı evlenme, oç alma karşılığı evlenme, çok eşli evlilik, anlaşmalı evlilik, hileli evlilik, rastlantı evliliği, ilan yoluyla eş seçme (evlenme), tercihli evlilik, yabancı ile evlilik, farklı mezhep evliliği, metres edinme evliliği, muta evliliği, dış güveyi evliliği, dul evliliği, tanışıp anlaşarak evlenme, televizyon evliliği. Evlilik, insanların yaşamları boyunca uyguladıkları temel kavramlardan birisidir. Toplumun kültürel yapısı ve değer yargılarına göre farklılıklar gösterir (Sezen, 2005, s. 185-194).

Bu kadar farklı evlenme çeşidinin olduğu ülkemizde bireylerin bu evlilik kararlarını nasıl aldıklarına dair farklı anlayışlar da bulunmaktadır. Evli bireyler üzerinde Türkiye genelini kapsayan Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın yaptırmış olduğu başka bir araştırmaya göre de 2006 yılı ile 2011 arasındaki değişim Tablo 1'deki gibidir: Bu araştırmada;

2006 yılında görüşmecilerin %31'i "kendi seçimim, ailemin onayıyla evlendim" derken, yine %31'i "görücü usulüyle, ailemin kararıyla" evlendim demektedir. "Görücü usulüyle, benim kararım" evlendim diyenlerin oranı %30'dur. Kaçarak evlenenlerin oranı ise %6'dır. "Kendi kararım, ailemin bilgisi dışında" evlendim diyenlerin oranı ise

%1'dir. Türkiye'de kendi seçimi/kararıyla evlenenlerin oranı %68'dir. Bu oranın içinden, kendi kararı olmakla birlikte ailesinin onayını alanların oranı olan %31 çıkarılırsa, kendi kararıyla/seçimiyle evlendiğini söyleyenlerin (kaçarak evlenenler de içinde olmak üzere) oranı %37'dir.

2011 yılında ise "görücü usulüyle, benim kararım" diyenlerin oranı %42'ye yükselmektedir. 2006 yılına göre bu kategoriye seçenlerin oranının ciddi şekilde yükseldiği söylenebilir. İkinci olarak ise "kendi seçimim, ailemin rızasıyla" diyenlerin oranı da yüksektir (%41). Cevapların %83'ünün bu iki seçenekte kümelenmesinin temel nedeni, diğer seçeneklerin 2006 yılında bu sorunun "görücü usulüyle, ailemin kararıyla" seçeneğini içermesidir. Bu seçenek 2011 yılındaki soruda bulunmamaktadır. 2011 araştırmasında aynı soruya bu seçeneğin yerine "görücü usulüyle, benim görüşüm sorulmadan ailemin kararıyla" seçeneği eklenmiştir. 2011 yılında görücü usulüyle, kendi görüşü sorulmadan ailesinin kararıyla evlenenlerin oranı %9'dur. Kadınlarda bu oran %12 iken, erkeklerde %6'ya düşmektedir. Bu nedenle görücü usulüyle, ailesinin kararıyla evlenenler de diğer seçeneklere (özellikle de iki seçeneğe) dağılmışlardır. 2011 yılında kaçma, kaçırılma ile evlenenlerin oranı %4'tür (Turğut ve Fevzioğlu, 2014, s.125).

Tablo 1.

Evlilik Kararı

	Kendi seçimim, ailemin onayıyla	Kendi kararım la, ailemin bilgisi dışında	Görücü usu- lüyle, benim kararıyla	Görücü usulüyle, ailemin kararıyla	Kaçarak	Ailemin karşı çıkmasına rağmen evlendim	Diğer
2006							
Türkiye	31,2	1,3	29,7	31,2	5,8	0,6	0,1
	Kendi seçimim, ailemin rızasıyla	Kendi kararım la, ailemin rızası dışında	Görücü usulüyle, benim kararıyla	Görücü usulüyle, benim görüşüm sorulmadan ailemin kararıyla	Kaçma, kaçırılma	Berdel	Diğer
2011							
Türkiye	41,0	2,9	42,4	8,9	4,4	0,3	0,1

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan T. M. ve, F.S.'nin editörlüğünü yaptığı "Türkiye Aile Yapısı Araştırması: Tespitler, Öneriler". Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Araştırma ve Sosyal Politika Serisi 07, İstanbul.s. 125.Yayın hakkı 2014 adlı çalışmasından alınmıştır.

Özgüven (2001)'e göre, ülkemizde gerçekleştirilen evlilikler değerlendirildiğinde genel anlamda, eş seçiminde ailenin etkili olduğu “görücü usulü” ve bireylerin karşılıklı anlaşarak sonradan aileleri dâhil ettikleri “flört usulü” olmak üzere iki farklı yaklaşımın olduğu gözlenmektedir.

Görücü usulü ile evlenmenin yapılan araştırmalar sonucunda daha yaygın olduğu ülkemizde, görücü gidildikten sonra da bireyler arasındaki evlilik eylemi gönüllü olarak gerçekleştirilebileceği gibi zorla da gerçekleştirilebilmektedir. Bu bağlamda görücü usulü evlilik isteyerek ve zorunlu olmak üzere kendi içinde ikiye ayrılmaktadır.

2.1.1.1. Görücü Usulü İle İsteyerek Evlenme

Görücü usulü, evlenme düşüncesinde olan bireylerin bir tanıdık aracılığıyla tanışmaları ve bu tanışma sonrasında hayatını birlikte sürdürüp sürdüremeyeceğine karar verdikleri bir başlangıç sürecidir (Çimen, 2007s. 59).

Görücü usulü genellikle “Gelenekselliğin ağır bastığı yörelerde görülen bir evlenme biçimidir. Bu evlenme biçiminde kız seçme girişimi, doğrudan doğruya evlenecek gencin annesi, babası veya diğer yakınları tarafından başlatılmaktadır. Gencin kızı beğenmesi yeterli değildir. Diğer aile bireylerinin de onayını alması gerekmektedir.” (Sezen, 2005, s.186)

Her ne kadar ailelerin de bu evliliğe onay vermesi gerekmekte ise de evlenecek bireylerin de burada söz hakkı vardır ve bu evliliğe rızalarının olması gerekmektedir. Bu durumda evlilik görücü usulüyle başlamış olsa da bireylerin olumlu yaklaşımları sonrasında evlilik gerçekleşebilmektedir.

2.1.1.2. Görücü Usulü İle Zorla Evlendirme

Görücü usulünde bireylerin evliliğe onay vermesi gerekmekte iken bazı nedenlerden dolayı bireylerden biri veya her ikisi de istemese bile evlilik yine de gerçekleştirilmektedir. Bu durumda zorla evlendirme denilen bir anlayış ortaya çıkmaktadır. Ülkemizde özellikle eski zamanlarda daha sık görülen ancak günümüzde gittikçe azalan ve özellikle doğu bölgelerinde görülen “çocuk yaşta evlilik, beşik kertme, kuma, berder (bedel), ölen kardeşin karısıyla evlenme” gibi evlilik modelleri zorla evlendirme kapsamına girmektedir. Bireyler her ne kadar evliliğe razı olmasalar

da gelenekler bireylerin isteklerinin önüne geçmekte ve zorla da olsa bu evlilikler gerçekleştirilmektedir.

Sadece ülkemizde görülmeyen bu zorla evlilik anlayışı özellikle moderniteden uzak kalmış, bireysel hak ve özgürlüklerin tam uygulanmadığı toplumlarda daha sık görülmektedir.

Bireylere tercih hakkı sunulmadan baskı, şiddet veya tehdit zoruyla evlenmeye zorlanmışlarsa bu durumda “zorla evlenme” ortaya çıkmaktadır ve bu durum Zorla evlendirilme kişi hak ve hürriyetlerinin kısıtlanması anlamına gelmektedir. Bireyin evlenip evlenmeme veya evleneceği bireyi seçme hakkı vardır. Ülkemizde zorla yapılan evliliklerle ilgili sağlıklı bir veri bulunmamakla birlikte özellikle TUIK ve bazı sivil toplum kuruluşlarının yapmış oldukları çalışmalardan yola çıkarak bazı değerlendirmeler yapılmaktadır. Uluslararası Stratejik Araştırmalar Vakfı'nın yapmış olduğu bir araştırmaya göre dünya genelinde her yıl yaklaşık 10 milyon kız çocuğu erken yaşta evlendirilirken ülkemizde her üç kadından birinin erken evlendiği görülmektedir (www.usak.org.tr'den akt. Havutçu, s. 1341-1342).

2.1.1.3. Flört Usulü İle Evlenme

Flört usulü evlenme geleneksel değerlerden ziyade modern bir hayat anlayışının benimsendiği ortamlarda görülmektedir. Bireylerin genellikle ailelerin haberi olamadan farklı bir ortamda tanışmaları sonrasında ortaya çıkan evlenme şeklidir (Gül, 2016, s.5). İş, arkadaş veya okul ortamında başlayan bu tür evlilikler bazen arkadaşlık amaçlı başlamakta ve zamanla evliliğe dönüşmekte bazen de ilk görüşte beğenme sonrasında olabilmektedir (Çimen, 2007, s. 59).

Bu tür evliliklerde ailelerin görüşlerinden ziyade bireylerin ortak kararları önemlidir. Modern evlilik de denilen bu anlayışta bireyler düşüncelerini rahatlıkla ifade edebildiklerinden bir uyum söz konusu olsa da olumsuzluk yaşanma ihtimali görücü usulü evlilikler oranla daha fazla olabilmektedir (Geçtan, 2000'den akt. Kahveci, 2016, s. 14).

2.2. Evlilikte Uyum, Doyum ve Çatışma

Evlilik konusunda yapılan araştırmalarda uyum ve doyum kavramlarının tanımlanması ve bireyler üzerinde nasıl ölçüm yapılacağına dair farklı anlayışlar bulunmaktadır. İki kavramın da aralarındaki bağlantının çok kuvvetli olması nedeniyle

birbirlerinin yerine kullanılabileceğini belirtenlerin yanı sıra ayrı ayrı değerlendirmek gerektiğini söyleyenlerde vardır (Soysal, 2017, s. 7). Bu iki kavramın birbirinden çok farklı olmadığını belirtirken buradaki temel dayanak, doyumlu olan bireylerin aynı zamanda uyumlu bireyler olduğu düşüncesinden kaynaklanmaktadır (Fowers ve ark.,1994'ten akt. Kahveci, 2016, s. 15).

Evliliklerde bireyler arasında zaman zaman çatışmalar da yaşanabilmektedir. Bu noktada bireyler arasındaki uyum ve birliktelikten elde ettikleri doyum çatışmaya neden olan unsurların ortadan kaldırılmasında veya olumsuzluğun daha hafif atlatılmasında etkili olmaktadır. Evlilikte uyum ve doyum kavramları nasıl ki iç içeyse ve birbirini tamamlıyorsa çatışma ile uyum kavramları arasında da aksi bir durum söz konusudur. Bir evliliğin uyum içinde olması demek çatışmanın oldukça az olduğu anlamına gelmektedir (Özaydınlık, 2014, s. 26).

2.2.1. Evlilik Uyumu

Bireyler görücü usulü veya flört yöntemiyle evlenseler de önemli olan bu birlikteliğin yürüyüp yürüyemeyeceğidir. Ne şekilde başlarsa başlasın evliliğin sağlıklı devam etmesi bireyler arasındaki uyuma bağlıdır. Tohumun çekirdeğini oluşturan aile kurumunun sağlıklı olması, özelde aile bireylerini genel de ise ülke geleceğini doğrudan etkilemektedir. Uyumlu bir ailede yetişen çocuk, kişisel özellikler açısından daha sağlıklı bir birey olacak ve topluma daha yararlı olabilecektir.

Toplum sağlığı açısından da bu kadar önemli olan evlilik kurumu ve bireyler arasındaki uyum ve uyumsuzluklar, bu sağlıklı ortamı doğrudan etkileyen unsurlar birçok araştırmaya da konu olmaktadır. Çünkü bireyler arasında yaşanan uyumsuzluklar toplumu da dolaylı olarak etkilemektedir (Özaydınlık, 2014, s. 22).

Bu derece önemli olan evlilik uyumu, oldukça karmaşık bir kavramdır. Bununla birlikte iletişimin sağlıklı olduğu, yaşanan problemlerin kolaylıkla çözülebildiği ve bireylerin duygu düşüncelerini özürce ifade edebildiği evlilikler, uyumlu bir evlilik olarak kabul edilmektedir (Tutarel Kışlak ve Çabukça, 2002, s.41). Ayrıca evlilik uyumunda bireylerin şahsi düşüncelerinden ziyade birbirleriyle olan ilişkilerinin niteliği değerlendirilmekte, eşlerin bu evliliği sürdürebilme potansiyelleri dikkate alınmaktadır (Özaydınlık, 2014, s. 25).

Evlilik uyumu evli olan bireylerin evlilik süresince göstermiş oldukları anlayış, hoşgörü, başarı, eşini idare edebilme vb. özelliklerin bütününe kapsayan genel bir kavramdır ve bu yönüyle evlilik doyumunu da içine almaktadır (Kalkan, 2002, s. 62).

2.2.2. Evlilik Doyumu

Evlilik doyumunu, evlilik uyumu içerisinde değerlendirilmekle birlikte bireylerin evlilikleri süresinde hissetmiş oldukları şahsi mutluluklarını, hoşnutluklarını ifade ederken (Erbek vd. 2005, s. 40) hissedilen bu mutluluk ve tatmin olma duygularının derecesini ifade etmesi yönüyle evlilik uyumundan ayrılmaktadır.

Boşanma oranlarının gün geçtikçe arttığı günümüzde eşler arasındaki ilişkinin kalitesi ve evlilikten elde edilen doyumun önemi daha da artmaktadır. Biyolojik, psikolojik ve sosyal anlamda çok boyutlu bir yapıya sahip olan evlilik kurumundan elde edilen doyum, bu faktörler ile doğrudan ilişkilidir. Bunların sağlıklı olması bireyler arasındaki birlikteliği ve doyumunu artırmakta, evliliğin kalitesi de bu oranda yükselmektedir (Kabasakal ve Soylu 2016, s.209-211).

Çağ ve Yıldırım (2013), tarafından yapılan bir çalışmada evlilik doyumunu etkileyen unsurların başında eş desteği, cinsel yaşam memnuniyeti ve eğitim düzeyi ön plana çıkmıştır. Özellikle eşler tarafından sıkıntılı durumlarda birbirlerine sağladıkları psikolojik destek bireylerin birbirine verdiği değeri, sevgi ve saygıyı ortaya koymaktadır. Eşlerin birbirlerine sağlamış oldukları maddi manevi destekler, takdir etme ve bilgi sağlama gibi sosyal destekler evlilikteki doyumunu daha da artırmaktadır (Yıldırım, 2004, s.19-26). Eş desteği evlilikteki doyumunu artırırken bireyin baskıcı bir tutum karşısında eşine boyun eğmesi ve bu durumun zamanla artması yaşanan problemleri çözme noktasında gösterdikleri gayretin de azalmasına neden olmakta, bu da bireyler arasındaki ilişkiye zarar verirken, evlilikten elde edilen doyumun daha da azalmasına sebep olmaktadır (Hünler ve Gençöz, 2003, s. 99-108).

Yapılan araştırmalarda bireyler genel anlamda evliliklerinin mutlu ilerlediğini belirtmiş olsalar da mutluluk görecelidir ve evliliğin kalitesi bu noktada ön plana çıkmaktadır. Evliliğin kalitesi ve birliktelikten hissedilen doyum gerçek anlamda mutluluğu ortaya koymaktadır (Seligman, 2007, s. 62).

2.2.3. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler

Bireyler arasındaki uyum, bir evliliğin sağlıklı bir şekilde uzun yıllar devam etmesini sağlayan temel unsurdur. Toplumun temel yapı taşını oluşturan ailenin devamlılığı, aynı zamanda toplumun da sağlıklı bir şekilde devamı açısından oldukça önemlidir. Bu nedenle de aile kurumu ve onu teşkil eden bireylerin hak ve hukukları devlet tarafından koruma altında bulunmaktadır.

Toplumsal açıdan son derece önemli olan aile kurumunun devamı için dünya genelinde hem devlet hem de sivil toplum kuruluşları tarafından birçok çalışma yapılmaktadır. Ancak her ne kadar bu çalışmalar yoğun bir şekilde devam etse de toplumdaki boşanma hadiseleri gün geçtikçe artmaktadır. Evlilik süresine göre boşanmalarla ilgili TÜİK verileri Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2.

Evlilik Süresine Göre Boşanmalar, 2015-2016

Evlilik süresi (yıl)	2015		2016	
	Sayı	(%)	Sayı	(%)
Toplam	131 830	100,0	126 164	100,0
1 yıldan az	4 814	3,6	4 550	3,6
1-5	47 075	35,7	44 816	35,5
6-10	28 384	21,5	26 531	21,0
11-15	18 276	13,9	17 833	14,2
16-20	14 252	10,8	13 994	11,1
21-25	8 850	6,7	8 779	7,0
26+	9 957	7,6	9 495	7,5
Bilinmeyen	222	0,2	166	0,1

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan TÜİK Haber Bülteni, 2017 (Ocak)a. “Evllenme ve Boşanma İstatistikleri (2016)”. Yayın hakkı 2017 adlı çalışmasından alınmıştır.

Türkiye İstatistik Kurumu’nun 2015-2016 arası evlilik süreleri ve boşanmaları gösteren tabloya göre; 2015 yılında gerçekleşen boşanmaların %39,3’ü ilk beş yılda gerçekleşirken, %21,5’i ise 6-10 yıllık süreçte gerçekleşmektedir. 2016 yılında ise boşanmaların ilk beş yılda %39,1; 6-10 yıl arasında ise %21 olduğu görülmektedir. Her iki yıl birlikte değerlendirildiğinde evlilik yılları uzadıkça boşanmaların giderek azaldığı gözlenmektedir (TÜİK Haber Bülteni, Mart 2017).

Türkiye İstatistik Kurumu’nun (TÜİK), Merkezi Nüfus İdare Sistemi (MERNİS) üzerinden elde ettiği verilere göre hem evlenme hem de boşanma hadiselerinde 2016 yılında genel gidişatın aksine bir önceki yıla göre azalma olmuştur. Bu araştırmaya göre “Evlenen bireylerin sayısı 2015 yılında 602 bin 982 iken 2016

yılında %1,4 azalarak 594 bin 493 oldu. Kaba evlenme hızı binde 7,5 olarak gerçekleşti. Boşanan bireylerin sayısı 2015 yılında 131 bin 830 iken 2016 yılında %4,3 azalarak 126 bin 164 oldu. Kaba boşanma hızı binde 1,59 olarak gerçekleşti.” (TÜİK Haber Bülteni, Mart 2017).

Uzmanlar tarafından konunun önemine binaen birçok çalışma yapılmakta, devlet kurumları tarafından destekleyici kurslar verilmekte ve sivil toplum kuruluşları tarafından aile içi iletişim ve evliliğin sağlıklı devamı adına verilen seminerlerle toplumun çekirdeğini oluşturan aile kurumu ayakta tutulmaya çalışılmaktadır. Yapılan çalışmalarda görülmüştür ki evliliklerin devamını sağlayan veya sonlandırılmasına neden olan evlilik biçimleri, bireysel özellikler, ekonomik durum, cinsel yaşam, çevresel faktörler gibi birçok unsur yer almaktadır.

Görücü usulü ile ve özellikle de zorla yapılan evliliklerde bireylerin isteklerini net bir şekilde ifade edememeleri eşler arasında uyumsuzluğa yol açabilmekte, bu problem zamanla cinsel problemlere ve devamında da depresyona neden olabilmektedir (Singh vd. 2009'den akt. Kahveci, 2016, s. 88). Ayrıca eşler arasındaki ekonomik problemler de evlilik uyumunu doğrudan etkileyen temel faktörler arasındadır.

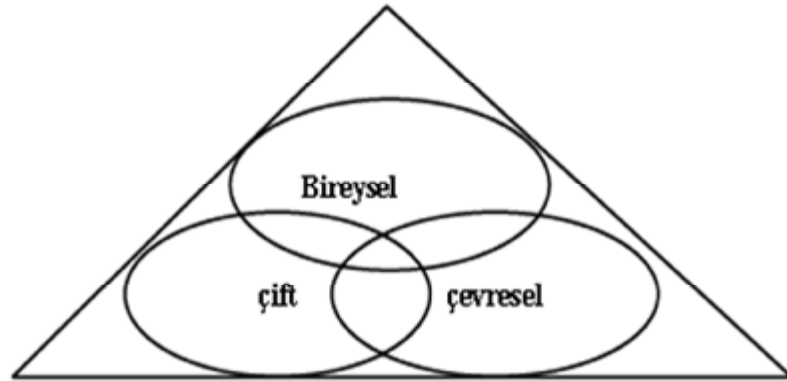
Bireylerin kişilik özellikleri de evlilikteki uyumu etkileyen unsurlardan biridir. Bireylerin birbirlerinin huylarını tanımaları, olumsuz durumlar karşısında kısa süre de uzlaşabilmeleri ve birbirlerinin ihtiyaçlarını tespit edip belli oranda karşılayabilmeleri son derece önemlidir. Bu hususların sağlıklı bir şekilde yürütülmesi ve özellikle evliliğin ilk yıllarındaki iletişimin mahiyeti evliliğin uzun yıllar devam etmesinde oldukça etkilidir (Ünlü, 1993'ten akt. Özden, 2014, s. 8)

Evlilik süresince yaşanan sıkıntılar ve sebepleri ailelere göre farklılık göstermekle birlikte; hem Türkiye hem de dünya genelinde yapılan çalışmalar sonucunda elde edilen verilere göre evliliği etkileyen faktörler genel anlamda şunlardır: (Özgüven, 2001, s.19).

1. Eşler arasında olabilecek iletişim yokluğu
2. Sürekli tartışma içinde olmak
3. Doyurulmamış veya karşılanmamış duygusal ihtiyaçlar
4. Karşılıklı olarak cinsellik konusunda doyumun az olması
5. Aile ekonomisindeki sorunlar, paranın yönetilmesine dönük anlaşmama durumları
6. Eşlerin kendi aileleriyle ilgili yaşadığı problemler

7. Ailede sadakat konusunda sıkıntılarının olması
8. Çocuklarla ilgili görülen problemler
9. Otorite konusundaki sıkıntılar
10. Şüphencilik ve ayırım yapma
11. Alkol, uyuşturucu ve madde bağımlılığı
12. Fiziksel olarak saldırgan tutum içerisinde olmak
13. Boş zamanı kullanmada uyumsuzluk
14. Eşlerin politik görüşleri ve inançlardaki farklılıklar
15. Ailede yaşanan rol kargaşası

Larson tarafından geliştirilen evlilikte üçgen modeline göre evlilikte eşler arasındaki ilişkiye etki eden faktörler bireysel özellikler, çift özellikleri ve çevresel faktörler olarak üçe ayrılmaktadır:



Şekil 1. Evlilikte üçgen modeli

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan Küçükçelik, 2015. “İlişkiye Dair İnançlar ve Bilişsel Çarpıtmaların Evlilik Uyumuna Etkisi”, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul. s.13. Yayın hakkı 2015 adlı çalışmasından alınmıştır.

Evlilikte çift uyumunu etkileyen bireysel özellikler arasında “*Stresle başa çıkma güçlüğü, İşlevsel olmayan düşünceler, Aşırı tepkisellik, Aşırı kızgınlık ve saldırganlık, Tedavi edilmemiş depresyon, Kronik irritabilite, Aşırı utangaçlık*” sorun teşkil eden özellikler olarak görülürken; “*Dışadönüklük, Esneklik, Öz güven, İddialılık, Teslimiyet, Aşk*” ise eşlerin olumlu özellikleri olarak görülmektedir. Evlilikte uyumu etkileyen çift özellikleri; bireylerin “*negatif ilişki tarzları*” sorun teşkil ederken; “*İletişim becerileri, Çatışma çözme becerileri, Kaynaşma, Yakınlık Güç paylaşımı veya kontrolü, Uzlaşma*” ise olumlu özellikler olarak kabul edilmektedir. Evlilikte çift

uyumuna etki eden çevresel faktörler ise; “*Aile kökeninin etkileri, Aile sürecinin izleri, Aileden bağımsızlaşabilme, Anne babanın evliliği, Anne babanın ve arkadaşların desteği, İş stresi, Ebeveyn olmanın stresi, Dışarı uğraşlarının gerilimi, Diğer stresörler (Borçlanma, sağlık, eşin yakın akrabaları)*”dır (Akar, 2005, s. 25-26).

Görüldüğü gibi evlilikteki uyumun ve birlikteliğin devamını sağlayan ve evliliğe zedeleyen birçok unsur olmakla birlikte tüm bu faktörler genel anlamda bireysel ve çevresel faktörler olarak ifade edilebilmektedir.

2.2.3.1. Bireysel Faktörler

Evlilik hayatını şekillendiren temel unsur bireyler arasındaki uyumun kalitesidir. Bu uyumu olumlu veya olumsuz etkileyen birçok faktör olmakla birlikte bunları tetikleyen temel unsur bireylerin bireysel özellikleridir. Bireylerin doğuştan getirdiği özelliklerin yanı sıra ailesi ve çevresinden aldığı özellikler kişiliğinin oluşumunda etkili olurken, bu özellikleri evlilik hayatında baskın unsur olarak kullanması evlilik hayatına zarar verebilmektedir (Özaydınlık, 2014, s. 11).

Evlilikle birlikte bireyler davranışlarında daha kontrollü hareket etmek zorundadırlar. Evliliğin sağlıklı bir şekilde devamı noktasında bireylerin önceki yaşantılarından kalma alışkanlıkları ve kişisel özellikleri evlilik kurumuna zarar verebilmektedir. Bu durumda bireyler merkeze kendisini alarak değil de ailesini düşünerek hareket etmeli, özellikle empati yaparak kendisini eşinin yerine koymalı ve bu çerçevede bireysel özelliklerini arka plana atmasını bilmelidir.

Özellikle asabiyet eşler arasında çıkan problemlerin merkezini teşkil etmektedir. Bu noktada öfke kontrolü çok önemlidir. Çünkü sinir anında takınılan tavır ve söylenen sözler bireylerde onarılmaz yaralar açabilmektedir. Böylesi bir ortamda eşlerin daha kontrollü davranmaları ve geri dönülemeyecek sözlerden kaçınmaları gerekmektedir. Ancak bir tartışma anında bireylerin kendisini kontrol etmesi ve bu ortamı en az zararla atlatabilmeleri için öfke kontrolü eğitimi almaları gerekmektedir. Özellikle erkeklerde görülen asabiyet problemi, en ufak bir hadiseye bile gereğinden fazla tepki verme durumu, eşler arasındaki birlikteliğe zarar vermektedir. Her ne kadar bireyler bu eğitimi alsalar bile yine de böylesi bir ortamda kontrollü davranabilmek oldukça zor olabilmektedir (Aksaray vd., 2013, s. 131).

Evlilikte uyumu zedeleyen bireysel faktörlerden birisi de bencilliktir. Aydemir (2015)'e göre, evliliğin devamı açısından bireylerin bencilliklerinden sıyrılmaları

gerekmektedir. Çünkü bencil bir bireyin tavırları iletişimin sağlıklı yürütülmesini engellemektedir. Eşlerin özellikle tartışma anında empati yapmaları problemin büyümesini engellerken, bireyler arasındaki uyumun daha yüksek olmasını sağlamaktadır (Gül, 2016, s. 7).

Bireylerin öfke kontrolü ve bencillik dışında; karşılaşılan sıkıntıları çözebilme becerileri, girişkenlikleri, yaşanan sıkıntılar karşısındaki psikolojik dayanıklılıkları, özel zevkleri, takıntıları, siyasi eğilimleri, parasal tutumları vb. birçok bireysel faktör uyumsuzluğa yol açabilmekte, şayet bunlar kontrol altına alınmazsa evliliğin uyum içerisinde sürdürülmesini engellemektedir.

2.2.3.2. Çevresel Faktörler

Evlilikte mutlu olmanın ön koşullarının başında uyum gelmektedir. Bireylerin hayatlarındaki tüm konularda olmasa bile en azından bir kısmında fikir birliğine varmaları, çatışma yaşamış oldukları konular varsa da bunların nasıl çözümlenmesi gerektiği noktasında deneyim kazanmaları oldukça önemlidir. Bu anlamda çevresel faktörlerin de evlilikteki uyumu etkileyen önemli etkenler arasında yer aldığı görülmektedir. Evlilik biçimleri, ev işlerini paylaşım, çocuk bakımı, bireylerin duygularını ifade biçimi, boş vakitlerini nasıl geçirdikleri, birlikte mi yoksa bireysel mi değerlendirilmesi gerektiği, ekonomik durum vb. konular bireyler ve evlilik üzerinde olumlu veya olumsuz birçok sonuç doğurabilmektedir (Küçükçelik, 2015, s.9-10).

Pakistan'da demografik değişkenler ve duygusal zekânın evlilik uyumu üzerine etkisi noktasında yapılan bir çalışmada, demokratik değişkenler içerisinde yer alan çocuk sayısının bireyler arasındaki uyuma doğrudan etki ettiği ve çocuk sayısı arttıkça bireyler arasındaki uyumun da olumsuz anlamda etkilendiği gözlenmiştir. Çünkü ortaya çıkan yenilikler çerçevesinde ekonomik güçlükler artarken, hem zaman kısıtlaması hem de iş bölümü noktasında çatışmalar yaşanabilmektedir (Batool ve Khalid, 2012'denakt. Gül, 2016, s. 11).

Bireylerin çevreden gelen uyaranlar karşısındaki psikolojik dayanıklılığı evlilik doyumunu etkileyen faktörlerdendir. Bu çerçevede özellikle psikolojik anlamda alınan eğitimin, bireylerin dayanıklılığını artırdığı ve evlilik uyumuna önemli bir katkısı olduğu görülmektedir. Özellikle psikolojisi güçlü olan bireylerin karşılaşılan problemler ile başa çıkma becerileri, sıkıntılar karşısındaki tutarlı yaklaşımı vb. üst düzeydedir ve

bu bireylerin hem sosyal hem de eşleriyle olan romantik ilişkilerinde daha başarılı ve uyumlu oldukları görülmektedir (Basım ve Çetin, 2011, s.104).

Flört, aşk evliliği veya anlaşarak evlenmenin yanı sıra görücü usulüyle veya akraba evliliği gibi birçok evlilik biçimi evlilikteki uyumu olumlu veya olumsuz anlamda etkilemektedir. Genellikle flörtle veya karşılıklı anlaşma ile başlayan evlilikler de görülen iş bölümü veya görev paylaşımı gibi durumlar, ilişkilerin daha çok karmaşaya sürüklenmesine sebep olmakta ve bireyler arasında daha çok çatışma oluşturabilmektedir. Diğer taraftan rollerin net olmadığı evliliklerde ise her şeyin ilk defa denenmesi eşler arasındaki iletişimin önünü açmakta ve problem çözme becerilerini daha etkili kullanmaya sebep olmakta ve bu nedenle de evlilikteki uyumun artmasına katkı sağlamaktadır. Bu çerçevede bireylerin çatışmalar sonrasındaki problem çözme becerileri ve elde ettikleri gücü paylaşımları, evlilikteki doyumu ve uyumu olumlu anlamda artıran faktörler arasında yer almaktadır (Rhoden 2003'ten akt. Gül, 2016, s.13).

Hortaçsu'nun 1999'da yapmış olduğu araştırmada, görücü usulü ile yapılan evliliklerde kadınların eşleri üzerinde daha aktif olduğu ortaya konmuştur. 133 çift üzerinde yapılan araştırmada örneklemelerin beşte biri görücü usulüyle evlilik yapanlardan oluşurken, beşte dördü ise kendi isteği doğrultusunda evlilik gerçekleştiren bireylerden oluşmaktadır. Geleneksel evliliklerde kadınların erken yaşlarda anne olmaları, evde daha çok söz sahibi olmasına neden olmaktadır. Fakat diğer araştırmaların aksine bu araştırmada kadının eşyle daha aktif ilişkiler geliştirdiği ve erkeğe göre daha baskın olduğu gözlenmiştir. Kadının ev işlerinde etkili olması eşler arasındaki güç paylaşımını da dengelemiş, bu sayede de evlilik uyumunu arttıran bir unsur olarak da ortaya konmuştur (Hortaçsu, 1999, s. 29-41).

Başka bir çalışmada ise evlilik biçimlerinin evlilik uyumunu doğrudan etkilediği ortaya koymuştur Buna göre kendi tercihleri doğrultusunda evlenenlerin oranı yüzde 75,4 olup görücü usulüyle evlenenler ise yüzde 24,6 olarak ortaya koymuştur. Bu araştırma sonucunda duyguların ifade edilmesi ve bireylerin tatmin olması açısından görücü usulünün daha olumsuz bir konumda olduğu ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak da bireylerin evlilik öncesinde birbirleriyle daha fazla vakit geçirmeleri ve birbirlerini daha iyi tanımalarının, görücü usulüne göre evlilik uyumuna olumlu katkısı olduğu sonucuna varılmıştır (Korkut ve Şendil, 2008, s.15-34).

2.2.4. Evlilikte Çatışma ve Çözüm Yolları

Evlilikte uyuma etki eden birçok faktör olmakla birlikte özellikle eşler arasında yaşanan çatışmalar evlilikteki uyumu doğrudan etkileyen faktörler arasında yer almaktadır. Evlilikle birlikte ortak bir yaşama başlayan bireyler, geçmişten kalma bazı alışkanlıklarını devam ettirmelerinden ve yeni hayata tam adapte olamadıklarından zaman zaman aralarında çatışmalar yaşanması kaçınılmazdır. Evliliğin ilk yıllarında yaşanan bu çatışmalar iyi veya kötü olarak değerlendirilmemelidir. Bu çatışmalar olumsuz duygular sonrasında fiziksel şiddetle neticelenebileceği gibi sağlıklı bir şekilde çözümlendiği durumlarda da eşler arasındaki duygusal bağın ve uyumun artmasına da imkân sağlamaktadır (Almas, 2010, s. 17-18).

Eşler arasında yaşanan çatışma ailenin doyumunu etkileyen en önemli etkenlerden biridir. Evlilik ilişkisinde eşler arasında çıkan çatışmanın birçok nedeni olabilir. Çatışmanın derecesi evlilikten alınan psikolojik doyumun azalmasına yol açar. Bu sebeple evlilik doyumunu azalmadan çatışmaların çözümlenmesinde eşlere yardımcı olunması gerekir. Problem çözmede en önemli aşama eşlerin çözüm odaklı yaklaşıma sahip olmalarıdır. Yapılan araştırmalara göre, evlilikte çatışmaya neden olan problemler üç farklı aşamada incelenmektedir. İlk aşama, eşlerin beklentilerinin karşılanmaması sonucunda yaşadıkları hayal kırıklığı, birbirlerini olumsuz değerlendirmelerine neden olmaktadır. Bununla birlikte bu tip evliliklerde eşini hoşnut etme ve problemleri çözümlene çabaları da devam etmektedir. İkinci aşamada bireyler, evliliğin getirdiği kazanç ve kayıpları değerlendirerek evli kalma ve ayrılmaya karar verilememekte, umutlar devam etse de şüpheler de sürmektedir. Son aşamada ise evliliğin sona erebileceği düşüncesi baskın hale gelmektedir. Bu dönemde problemlerden kaçınma, eşinden fiziksel olarak uzaklaşma gibi davranışlar sergilenir. Bu aşamaya gelmiş eşlere iletişim becerileri, çatışma ve problem çözme becerileri hakkında profesyonel yardım yapılmalıdır (Canel, 2007, s. 32).

Yaşanan çatışmalar aslında ilişkilerin bir nevi sınanması anlamına gelmektedir. Çünkü bir evlilikte çatışmaların yaşanmaması mümkün değildir, önemli olan bu problemlerin sağlıklı bir şekilde çözülmesidir. Her ne kadar olumsuz bir durum gibi gözükse de problemin büyümeden ve uyum içerisinde çözülmesi aradaki ilişkiyi güçlendirmektedir (Aksaray vd. 2013, s. 19). Çatışmalı evlilik, “*depresyon, anksiyete bozuklukları, madde kullanımı, cinsel problemler, çeşitli fiziksel rahatsızlıklar (kalp, tansiyon, mide rahatsızlıkları, cilt bozuklukları vb.) gibi pek çok sorunun sebebi*

olabileceği gibi, çocuklarda ve ergenlerde davranış problemleri de oluşturabilir.”(Canel, 2012, s. 57).

Evlilikte yaşanan çatışmalarda iş stresi, ekonomik anlamda yaşanan sıkıntılar, demografik değişkenler gibi çevresel faktörler ve bireylerin geçmişi, kişisel özellikleri ve aralarında yaşamış oldukları ilişkinin mahiyeti gibi birbirinden farklı birçok sebep ön plana çıkmaktadır. Bununla birlikte yapılan çalışmalar evlilikte karşılaşılan çatışmaların genelinde bireysel faktörlerin ön plana çıktığını göstermektedir. Bu çerçevede eşlerin kişilik özellikleri davranışlarını da doğrudan etkilemekte ve çatışmalara neden olabilmektedir. Bireysel özellikler, 60 yıldan uzun bir süre bireyler üzerine yapılan çalışmalar neticesinde çatışmaların nedenlerini ortaya koyan önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bireyler özellikle eşini küçümseyen davranışlar ile olumsuz durumların ortaya çıkmasına zemin hazırlamakta ve eşini mutsuz edebilmektedir. Ayrıca iletişimdeki düşüklük ve duygusal anlamda bir istikrarın olmaması ve bireylerin baskıcı kişilik özellikleri çatışmaları daha da arttırabilmektedir (Ataman 2011’denakt. Kahveci, 2016, s.28). Yeni evli bireyler arasındaki uyumu olumsuz etkileyen ve çatışmalara sebep olan zihinlerini fazlasıyla meşgul eden problem alanları şunlardır (Canel, 2012, s.31):

1. Aralarındaki yakınlık ve romantizmde azalma hissetmeye başlamaları
2. Yaşanan çatışmaların yarattığı hayal kırıklığı
3. Birlikte yeterince eğlenememeye başlamak
4. Eşlerden birinin veya her ikisinin sergilediği bencillik
5. Eşe duyulan saygının azalması
6. Eşlerin aileleri arasındaki sıkıntılar
7. Eşin ailesinin âdet ve anelerine uyum sağlamada zorlanmak
8. Bütçeyi ayarlamakta zorlanmak
9. Çok fazla para harcamak
10. Eşlerden birinin veya her ikisinin kendi ailesine çok fazla bağlı olması
11. Cinsel hayatla ilgi problemler
12. Alkol ve madde bağımlılığı
13. Fiziksel istismar
14. Duygusal istismar
15. Evlilikten gerçek dışı ve aşırı beklentiler
16. Evlenmiş olmaktan dolayı pişmanlık duymaya başlamış olmak

17. Erkeğin ve kadının evliliklerine ve evlilikteki rollerine karşı sorumsuz tutumları

Çatışma esnasında bireylerden birinin kırılğan ve hassas bir duygu durumuna girmesi ilişkideki yakınlığı ve ortamı düzeltmeye katkı sağlarken; öfke ve inatlaşma gibi olumsuz duyguların yansıtılması ise çatışmanın artmasına ve evlilikten elde edilen doyumun daha da azalmasına sebep olmaktadır. Evlilikte yaşanan çatışmalar ve sebepleri değerlendirildiğinde özellikle bireysel özellikler, yaşanan ilişkilerin kendine özgü özellikleri ve çevresel unsurların ön plana çıktığı görülmektedir. Bu faktörler eşlerin birbirlerine karşı hissettikleri duyguları ve bunları ortaya koyma biçimlerini doğrudan etkilemektedir (Kahveci, 2016, s. 31).

Tablo 3.

Eş ile Sorun Yaşanan İlk Üç Konu

	HİÇ YAŞAMAYIZ	Bazen yaşanız	Sık sık yaşanız	İlgili değil
2006				
Ev ve çocuklar ile ilgili sorumluluklar	62,5	33,6	2,6	1,3
Harcamalar	66,9	29,3	3,4	0,5
Gelirin yeterli olmaması	66,5	27,5	5,1	0,9
2011				
Ev ile ilgili sorumluluklarda	62,0	35,4	2,5	0,1
Harcamalar	67,9	27,4	4,5	0,1
Gelirin yeterli olmaması	68,0	25,1	6,0	0,9

Not: T. M. ve, F.S.'nin editörlüğünü yaptığı "Türkiye Aile Yapısı Araştırması: Tespitler, Öneriler". Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Araştırma ve Sosyal Politika Serisi 07, İstanbul. s. 147. Yayın hakkı 2014 adlı çalışmasından alınmıştır.

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı tarafından resmi istatistik programında yer alan ve 5 yılda bir tekrarlanan Türkiye Aile Yapısı Araştırması verilerine göre; 2006-2011 yılları arasında evliliklerde çatışmalara neden olan ilk üç konu ve bu konuların eğitim seviyesine göre hangi oranlarda değişiklikler gösterdiği aşağıdaki gibidir:

Türkiye aile yapısı araştırması verilerine göre; 2006-2011 yılları arasında aile içi ilişkilerde karşılaşılan en önemli üç problem, "ev ve çocuklarla ilgili sorumluluklar, harcamaların nerelere yapıldığı ve gelirin yeterli olmaması" olmuştur. Her iki yıla bakıldığında sık sık yaşanan en önemli sorunun ise gelirin yetersiz olmasından kaynaklanan maddi problemler olduğu görülmektedir. 2006 yılında ev ve çocuklarla

ilgili problem yaşayanların oranı %36,2; harcamalar konusunda %32,7; gelirin yeterli olmaması konusunda ise %32,6 olmuştur. 2011 yılında ise ev ve çocuklarla ilgili problem yaşayanların oranı %37,9; harcamalar konusunda %31,9; gelirin yeterli olmaması konusunda ise %31,1 olmuştur.

Eşlerin toplumsal hayattaki rolleri de aile içi çatışmalarda etkili olabilmektedir. Bu çerçevede geleneksel değerlerden aykırı olarak toplumsal hayata dâhil olan kadının, erkekle birlikte benzer koşullarda çalışması sahip olduklarını daha fazla sorgulamasını sağlarken daha eşitlikçi bir aile ortamı talep edebilmektedir. Bu doğrultu da eğitim seviyesi arttıkça eşler arasındaki problemler de artmaktadır (Çınar, 2008'den akt. Kahveci, 2016, s. 32).

Eşlerin eğitim seviyesine göre değerlendirildiğinde ise aile içi ilişkilerde karşılaşılan en önemli üç problemin yine “ev ve çocuklarla ilgili sorumluluklar, harcamaların nerelere yapıldığı ve gelirin yeterli olmaması” olduğu görülmektedir. Ancak eğitim seviyesinin yüksek olduğu ailelerde ev ve çocuklarla ilgili sorumluluklarda yaşanan çatışmaların daha da arttığı görülmektedir. 2006 yılında eğitimsiz olanlarda çocuklarla ilgili çatışmalarda oran %29,4 iken üniversite mezunlarında ise bu oran %43,0 olmuştur. 2011 yılında da aynı şekilde ev ve çocuklarla ilgili çatışmaların ilk sırada yer aldığı görülmektedir. Eğitimsiz eşlerde bu konuda sorun yaşanma oranı %33,9 iken bu oran lise ve üniversite mezunlarında %40,9 olmuştur. Ayrıca “harcamalar ve gelirin yeterli olmaması” konusunda da eğitim seviyesi arttıkça eşler arasındaki sorunların arttığı görülmektedir.

Evlilik süresince bu şekilde birçok çatışma yaşanmakla birlikte yapılan araştırmalar bu çatışmaların nedenlerinden ziyade, sonuçları üzerine olmaktadır. Evlilik süresince yaşanan çatışmaların özellikle eşlerin ruhi ve fiziksel durumlarına olumlu ve olumsuz etkisinin yanı sıra çocuklarda görülen problemlere ne kadar etkisi olduğu bu çalışmaların ana eksenini oluşturmaktadır (Kahveci, 2016, s. 32).

Fincham (2013)'e göre evli olan insanların bekârlardan daha sağlıklıdır. Ayrıca evlilik süresince yaşanan çatışmalar fiziki anlamda sağlık problemlerini tetiklemekte birçok kronik ağrının yanı sıra kalp hastalıkları ve kanser gibi rahatsızlıklara da sebep olabilmektedir.

Tablo 4.

Öğrenime Göre Eş ile Sorun Yaşanan İlk Üç Konu

	Eğitimsiz (Okuryazar olmayan/ okuryazar ancak hiç okula gitmeyen)	İlkokul mezunu	İlköğretim/ ortaokul mezunu	Lise/lise dengi mezunu	Yükseköğretim (Lisans/lisansüstü)
2006					
Ev ve çocuklar ile ilgili sorumluluklar	29,4	36,0	37,0	40,9	43,0
Harcamalar	28,8	32,7	32,6	35,4	35,8
Gelirin yeterli olmaması	30,3	35,6	30,6	30,4	22,6
	Eğitimsiz (Bir okul bitirmede)	İlkokul mezunu	İlköğretim/ ortaokul mezunu	Lise/lise dengi mezunu	Yükseköğretim (Ön lisans/ meslek yüksekokulu/ lisans/lisansüstü)
2011					
Ev ile ilgili sorumluluklarda	33,9	36,9	38,9	40,9	40,9
Harcamalar	31,1	33,1	32,0	32,4	27,6
Gelirin yeterli olmaması	35,2	35,2	31,6	26,9	15,8

Not: T. M. ve, F.S.'nin editörlüğünü yaptığı "Türkiye Aile Yapısı Araştırması: Tespitler, Öneriler". Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Araştırma ve Sosyal Politika Serisi 07, İstanbul. s. 148. Yayın hakkı 2014 adlı çalışmasından alınmıştır.

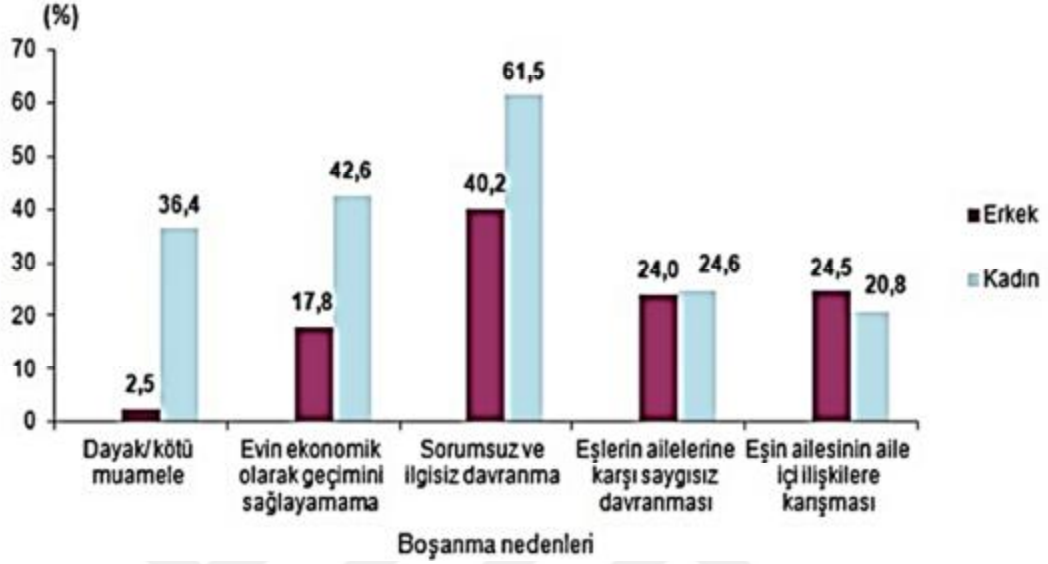
Başka bir araştırma sonucuna göre de psikolojik problemler yaşayanlardan sebep olarak evlilik sorunlarını gösterenlerin oranı %40 olmuştur ve bundan dolayı stres yaşadıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca özellikle evliliğin ilk yıllarında görülen yoğun çatışmalar; zamanla bireylerin birbirlerine olan bağlılıklarının azalmasına neden olmakta, hem duygusal anlamda hem de inanç ve stres noktasında olumsuzluklarla sonuçlanmaktadır (Çakır, 2008, s. 13).

Özgüven (2001)'e göre çatışmalar sonucunda eşler arasında iletişimin, paylaşımın ve sosyal bağların azalması stres oluşturmakta ve evlilikten hissedilen doyumun azalması çerçevesinde zamanla boşanmalara da neden olmaktadır.

TÜİK'in 2016 yılında yaptığı bir araştırmada cinsiyete göre en önemli boşanma nedenleri Şekil 2'deki grafikte gösterilmiştir.

En az bir kez boşanmış bireylerin boşanma nedenleri incelendiğinde; Türkiye genelinde en fazla boşanma nedeni %50,9 ile sorumsuz ve ilgisiz davranma oldu. Bunu, %30,2 ile evin ekonomik olarak geçimini sağlayamama ve %24,3 ile eşlerin ailelerine karşı saygısız davranması sorunu izledi. Boşanma nedenleri cinsiyete göre incelendiğinde; en önemli boşanma nedeni her iki cinsiyette de sorumsuz ve ilgisiz davranma oldu. Bu oran, kadınlar için %61,5, erkekler için ise %40,2 oldu. Kadınlar için sorumsuz ve ilgisiz davranmadan sonra en önemli boşanma nedenleri %42,6 ile evin ekonomik olarak geçimini sağlayamama, %36,4 ile dayak/kötü muamele oldu.

Erkekler için sorumsuz ve ilgisiz davranmadan sonra en önemli boşanma nedenleri ise %24,5 ile eşin ailesinin aile içi ilişkilere karışması ve %24 ile eşlerin ailelerine karşı saygısız davranması oldu (TÜİK, Haber Bülteni, Ocak 2017).



Şekil 2. Cinsiyete göre en önemli boşanma nedenleri

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan TÜİK Haber Bülteni, 2017 (Ocak)a. "Evlenme ve Boşanma İstatistikleri (2016)". Yayın hakkı 2017 adlı çalışmasından alınmıştır.

Evlilik boyunca yaşanan çatışmaların doğurduğu olumsuzluklar sadece eşler ile sınırlı kalmamakta çocuklara olan yansısıyla kuşaklar arasında çatışmalara da sebep olabilmektedir. Öyle ki çatışmalı bir ortamda yetişen çocukların kendi evlilik hayatlarında da bu çatışmaların yansımaları gözlemlenmektedir (Amato ve Booth 2001'den akt. Soysal, 2017, s. 5).

Evlilik uyumu ve evlilik boyunca bireylerin elde etmiş olduğu doyum bireylerin psikolojileri ve evliliğin durumu açısından olumlu sonuçlar doğururken; çatışmaların yoğun olduğu birlikteliklerde hem eşlerin psikolojilerinde hem de çocukların kişisel gelişiminde ciddi sıkıntılar meydana getirmektedir. Bu doğrultuda özellikle mutlu ve uyum seviyesinin yüksek olduğu birlikteliklerde hayat aile üyeleri için daha kolay hale gelirken, çatışmaların yoğun olduğu evliliklerde ise yaşam hem bireyler için hem de çocuklar için oldukça sıkıntılı bir durum oluşturabilmektedir (Sardoğan ve Karahan, 2005, s. 89-102).

Evlilik süresince yaşanan çatışmalar beraberinde bu problemleri çözme davranışlarını da getirmektedir. Problemin çözümü noktasında gösterilen gayret çatışmanın yoğunluğuna göre belirleyici olmakta ve evlilikte yaşanan doyumu ve

istikrarı doğrudan etkilemektedir. Özellikle problemleri çözmeye çalışırken dinlememe, eleştirme ve küçümseme gibi olumsuz davranışlar sergilenmesi uzun vadede ilişkinin daha da olumsuzlaşmasına sebep olmaktadır. Çatışma esnasında durumun düzelmesi adına kullanılan yöntemlerden bir tanesi de bireylerin birbirlerine yönelik eleştirileridir. Bu noktada eleştiriler eşinin karakterinden öte yapılan davranışa yönelik olmalıdır. Bu davranışın ilişkiye daha az zarar verdiği gözlenmiştir (Kahveci, 2016, s. 34-35).

Sağlıklı evliliklerde en fazla görülen üzerinde durulan özellikler çatışma çözme stilleri, eşlerin duygusal yakınlık derecesi ve temel ihtiyaçları karşılama derecesidir. Yapılan birçok çalışmaya göre çatışma pek çok evlilikte var olsa da mutlu evliliklerde çatışma seviyesi oldukça düşük bir seviyededir. Bireylerin çatışma çözme becerilerini geliştirmek, aralarındaki duygusal yakınlığı desteklemekten çok daha fazla işe yaramaktadır (Canel, 2007, s. 60).

Çatışma esnasında bireylerin sergiledikleri tutumlar çatışmanın olumlu veya olumsuz sonuçlanmasını etkilemektedir. Erkekler ile kıyaslandığında bayanların öfkeli olsalar bile daha aktif ve yapıcı bir tutum sergiledikleri ve bu tutumlarının çatışmanın çözümlenmesine katkı sağladığı görülmüştür. Bayanların aksine erkeklerin sergilemiş oldukları öfkeli tutum ise yaşanan çatışmanın çözümünü daha zor hale getirmektedir (Ovalı, 2010, s. 40).

Evliliklerdeki temel maksat eşlerle bir ömür geçirmek olsa da, bu süreç içerisinde zaman zaman farklı düşünmekte ve birtakım sıkıntılar yaşayabilmektedirler. Eşlerin farklı düşündükleri zamanlarda çatışma yaşamaları doğaldır, ancak bu noktada evliliğin sadece iki kişilik bir eylem olamadığı, çevredeki diğer bireylerle birlikte yansımalarıyla toplumu da etkilediği dikkate alınmalıdır. Bu çerçevede mutlu bir evlilik için eşler birbirlerine karşı hoşgörülü davranmalı ve ilişkilerin yıpranmasına fırsat vermemelidirler (Aksaray vd., 2013, s. 19).

2.2.5. Evlilikte Stresle Baş Etme Yöntemleri

Evlilikte bireyler arasındaki ilişkiyi etkileyen unsurlardan bir tanesi de eşlerin stresle baş etme yöntemleridir. Yapılan araştırmalar, stresle başa çıkma noktasında uygulanan yöntemlerin hayatının diğer alanlarındaki sıkıntılardan ziyade, özellikle evlilik alanında belirleyici bir etkiye sahip olduğunu ve bireylerin evlilikle ilgili sıkıntılarını çözmeye yardımcı olduğunu ortaya koymuştur (Pearlin ve Schooler 1978'den akt. Yüksel, 2013, s. 14).

İnsanların yaşanan stres verici durumlar karşısında tepkileri birbirinden oldukça farklı olabilmektedir. Bazı insanlar böylesi durumlarda daha sakinken bazıları daha kaygılı bir tutum sergilemektedirler. Bunda bireyin kişilik özellikleri ve stresle baş etme yöntemleri etkili olmaktadır. Bu çerçevede stresle baş etme yöntemlerinin bir kısmı sorunları ortadan kaldırma noktasında oldukça etkili iken, bazıları herhangi bir işe yaramamakta ve hatta bireylerin sağlığına ve ilişkilerine de zarar verebilmektedir (Lazarus, 1994, s.59-63).

Evlilikte stresle baş etme yöntemleri ile alakalı yapılan çalışmaların bireyleri tek tek ele almaktan ziyade, daha çok eşlerin birlikte problemleri baş etme tutumları üzerine odaklandığı görülmektedir (Randal ve Boderman, 2009, s. 105-115). Ancak bireylerin stresle baş etme noktasında tepkilerini ölçmek için bireyler halinde değil de bireysel olarak yapılan çalışmaların daha tutarlı sonuçlar verdiği görülmektedir. 72 çift üzerinde yapılan bir çalışmada özellikle kadınların stresle baş etme yöntemleri ve evlilik doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca kadınlar da olumlu karşılaştırmaların ve pazarlık yapmanın evlilik uyumuna hep pozitif bir etki ettiği görülmüş ve duygusal anlamda boşalmaların, seçici anlamda bir görmezden gelmenin ve geri çekilmenin de evlilik uyumuna ters bir etki yaptığı gözlenmiştir (Belanger, Sabourin ve El Baalbaki 2012, s.449-460).

Evlilik ilişkileri ve evli bireylerin stresle baş etmesi kuramsal olarak “Yatkınlık - Stres - Uyum Modeli” ve “Stres - Boşanma Modeli” olarak adlandırılan yaklaşımlarla incelenmektedir.

2.2.5.1. Yatkınlık - Stres - Uyum Modeli

Evlilikte yaşanan problemler, eşlerin sorun çözme yeteneklerinin eksikliğinin yanı sıra birçok faktörün kombinasyonuna bağlı olarak oluşmaktadır. Bu faktörleri üç başlık altında toplamak gerekirse Karney ve Bradbury (1995)’e göre; “1) devamlılığı olan hassas noktalar (sorun yaratan kişilik özellikleri gibi), 2) stres verici olaylar (büyük yaşam olayları ve stres verici şartlar gibi), ve 3) zayıf uyum süreçleri (partnerle empati kuramama veya partnere destek olamama, savunucu, düşmancıl ve işlevsiz problem çözme becerileri gibi) olarak sıralanmıştır.” (Yüksel, 2013, s. 17).

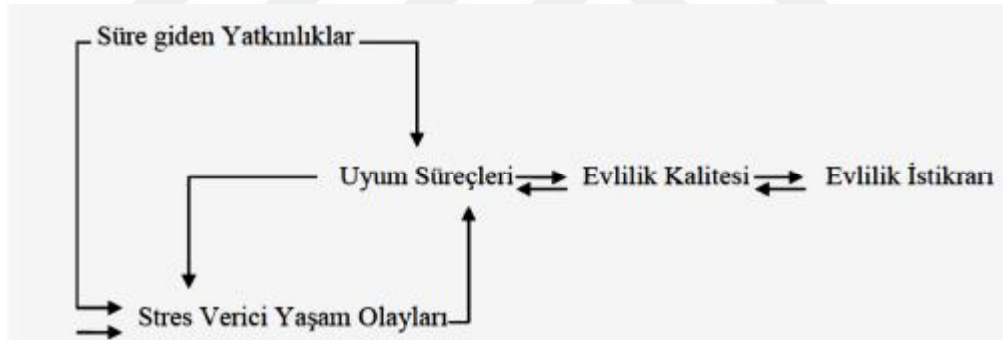
Yatkınlık - Stres - Uyum Modeli’ne göre, sorun yaratan kişilik özellikleri gibi sürekliliği olan yatkınlıklara sahip bireyler evlendiklerinde birbiri arasında zayıf uyuma sahip bireyler haline gelirler. Bu durumdaki eşlerin uyumsuzlukları yüksek oranda

stresin ortaya çıkmasına neden olur. Evlilik sorunlarının baş göstermesi eşler arasında çözülmenin başlamasına, evlilik kalitesinin azalmasına ve kronik stres vakalarında ise bu dalgalanmanın daha da şiddetlenmesine yol açar (Randall ve Bodenmann, 2009, s. 105-115).

Bu modele göre; eşlerin evlilik uyumunu etkileyecek faktörler aşağıdaki gibi sıralanabilir;

1. Evlilik ilişkisine bağlı olmayan aile dışı stres faktörleri
2. Bireylerin çocukluk dönemindeki anne ve babasının evlilik ilişkisi
3. Bireylerin eğitim düzeyi
4. Bireylerin kişiliği gibi yatkinlik oluşturan noktalar, kişinin karşılaştığı zorlukların üstesinden gelmesi üzerine oldukça etkili faktörlerdir.

Evlilik kalitesi ve uyum süreçleri üzerine stres verici yaşam olayları ve süre giden yatkinliklerin etkisi Şekil 3'teki gibi ifade edilmiştir.



Şekil 3. Yatkinlik – Stres – Uyum Modeli

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan Yüksel, 2013, “Kadınlarda Evlilik Uyumunu ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Stresle Baş Etme Biçimleri ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Tutumlarının Aracı Rollerini”, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. s.17, Yayın hakkı 2013 adlı çalışmasından alınmıştır.

Sonuç olarak çevresel stres faktörleri evliliğe tesadüfen ya da hayat mücadelesi sırasında katılırken, bireylere ait yatkinlikler sürekliliği olan durumlardır. Bu yatkinlikler evliliğin devamında bireylerin uyum sürecini etkileyerek çözüm yollarını zorlaştırabilir, olayların tekrarı evlilikteki istikrarın bozulmasına yol açar (Karney ve Bradbury, 1997’den akt. Yüksel 2013, s.17-19).

2.2.5.2. Stres - Boşanma Modeli

Eşler arasındaki uyum ilişkisinin araştırıldığı “Stres-Boşanma Modeli”ne göre, günlük kronik stres, eşlerin birlikte geçirdikleri zamanın azlığı, aralarındaki iletişimin zayıflığı, sorunlu kişilik özellikleri, fizyolojik ve psikolojik problemler karşılıklı yabancılaşmaya neden olmaktadır. Tüm bu stres faktörleri evlilikte doyumsuzluğa neden olarak boşanmaları tetiklemektedir (Şekil 4).

Bodenmann, Ledermann ve Bradbury’e (2007) göre stres boşanma modelinin kuramsal ilişkisinde;

1. Evlilik ilişkisinin dışından gelen küçük stres faktörleri ilişkiye zarar verici özelliktedir. Eşlerin birlikte geçirdikleri zamanın azalmasına yol açar, birliktelik duygusunu zayıflatarak sorunlarla mücadele gücünü azaltır.
2. Dış stres faktörleri olumlu etkileşimi azaltarak eşler arasındaki iletişimin kalitesini düşürür.
3. Stres faktörleri uyku bozukluğu, cinsel yetersizlik ve duygu durum bozukluklarını tetikleyici etkiye sahiptir.

Sonuç olarak, evlilik dışından gelen stres faktörleri bireylerin sorunlu kişilik özelliklerinin ortaya çıkmasına, eşler arasında katılık, kaygı, düşmanlık ve yabancılaşmanın artmasıyla daha çok çatışmanın yaşaması kaçınılmaz olur.

Evli bireylerin boşanması; Yeni bir partnerin varlığı gibi kolaylaştırıcı şartların varlığına, Çocukların varlığı, dini ve ahlaki normlar gibi engelleyici şartların yokluğuna ve Evlilik dışı ilişkiler gibi yeterli tetikleyicilerin varlığına bağlı olarak gerçekleşir.



Şekil 4. Bodenmann'ın Stres - Boşanma Modeli

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan Yüksel, 2013, “Kadınlarda Evlilik Uyumunu ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Stresle Baş Etme Biçimleri ve Toplumsal Cinsiyet Rolü Tutumlarının Aracı Rollerini”, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. s.19, Yayın hakkı 2013 adlı çalışmasından alınmıştır.

2.3. Evlilik Uyumunda Görülen Ruhsal Belirtiler

“Aile Sistem Teorisi”ne göre “ebeveynin birbiriyle olan ilişkisi”, “ebeveyn çocuk ilişkisi” ve “kardeşlerin birbiriyle olan ilişkileri” evlilik doyumunu etkileyen aile içi faktörlerdir. Sistemdeki ilişkilerden birisinde meydana gelen duyguların ve davranışların niteliğindeki değişiklik diğerlerinin ruhsal sağlığını olumlu ya da olumsuz bir şekilde etkilemektedir (Hakvoort vd., 2010’dan akt. Özbey, 2012, s.44).

Evlilik uyumu, eşlerin bedensel ve ruhsal sağlığı üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Kişiler arası ilişkilerin algılanış biçimi, eşlerin sorun çözme becerileri evlilik uyumunu etkileyen önemli faktörlerdir. Ailede stresle baş etmede başvurulan boyun eğici ve çaresiz yaklaşım biçimleri özellikle kadınların evlilik uyumunu azaltırken psikolojik belirtilerin de artmasına neden olmaktadır (Yüksel ve Dağ, 2015, s. 181).

Aile bireylerinin duygu, düşünce ve davranışları sonucunda ortaya çıkan sorunları inceleyen aile psikolojisi; aile dinamikleri, geçmişte yaşanan olaylar ve şimdiki çevresel etkenlere bağlı olarak gelişir. Bireyler ömür boyu mutlu olmak için evlenseler de bu süreçte karşılaşılan ebeveyn sorunları, cinsel tatminsizlik, eşler arası aldatma, zevklerin uyuşmaması, eğitim eşitsizliği, fiziksel şiddet, maddi sıkıntılar, çocuklardan kaynaklanan problemler, evlilik süresi, eşlerin yaş farkı gibi aile içi ya da

çevresel stres faktörleri eşler arasında uyumsuzluklara yol açabilmektedir. Bu uyumsuzluklar depresyon, anksiyete, duygu durum bozuklukları, somatizasyon bozukluğu ve obsesyon gibi ruhsal problemlerle kendini gösterebilir.

2.3.1. Depresyon

Ruh sağlığı günlük hayattaki başarıyı etkileyen en önemli etkenlerden biridir. İnsanlar yaşamlarından memnun olduğu sürece iş hayatı ve özel hayatında daha başarılı olabilen varlıklardır. Bu nedenlerle kişilerin sağlıklı bir psikolojiye sahip olması günlük aktivitelerden alacağı zevki ve sorunlarıyla başa çıkma gücünü artıracaktır (Kelleci, 2007, s.54-60).

Latince “depressus” sözcüğünden gelen depresyon kelimesi; aşağıya çekmek, bitkinleşme, gamlı olma, kederlenme, cesaretin kırılması, donuklaştırma ve durgunlaştırma anlamlarına gelmektedir. Aşkın (1999)’a göre ise “*Depresyon, derin üzüntülü bir duygu durum içinde düşünce, konuşma ve hareketlerde yavaşlama ve durgunluk, değersizlik, güçsüzlük, isteksizlik, karamsarlık duygu ve düşünceleri ile fizyolojik işlevlerde yavaşlama gibi belirtileri içeren bir sendromdur*” (Kelleci, 2007, s. 54).

Türk Dil Kurumu tarafından çöküntü ya da bunalım olarak tarif edilen depresyon, gelip geçici olan bir çeşit kötü bir hisse kapılma, ya da kişinin uzun süreli kendini ileri derecede çökkün hissetmesi durumudur. Bu nedenle depresyon kişisel, toplumsal, mesleki, ekonomik kayıplara ve ciddi sağlık problemlerine yol açabilecek psikiyatrik bir hastalıktır. “*Depresyon karamsarlık, yetersizlik ve değersizlik duygusu, hoşnutsuzluk, yaşama karşı ilgisizlik, önemsiz nedenlerden dolayı kendini suçlama eğilimi ve suçluluk duygusu, çaresiz ve yetersiz hissetme, aşırı uyku veya uykusuzluk, aşırıyeme veya iştahsızlık, psikomotor retardasyon veya ajitasyon, dikkat eksikliği, anhedoni, fiziksel şikayetler, ileri seviyelerinde ölüm ve intihar düşünceleri vb. durumlar ile açıklanabilen, bir olaya bağlı olarak ortaya çıkan ruhsal çöküş durumu olarak tanımlanmaktadır.*” (Budak, 2000’den akt. Kahveci, 2016, s. 36-37).

Tıbbi olarak değerlendirildiğinde depresyon; kötü hissetme veya stresli olma durumundan daha ciddi bilişsel ve işlevsel duygu durum bozulmalarıyla birlikte kişide fiziksel ve davranışsal değişikliklerin ortaya çıkmasından ibaret ciddi bir hastalıktır. En fazla görülen şekli olan depresif bozukluk; en az 2 hafta sürer, duygu durum, davranış,

düşünme ve görünümle ilişkili spesifik durumlarla kendini gösterir, gündelik aktiviteler bozulur, tıbbi ve psikolojik bir tedaviye ihtiyaç duyulur (Özgan, 2012, s.1-5).

Depresyon dört temel grupta incelenebilir;

1. **Majör Depresyon:** Depresyonun en sık rastlanan şeklidir. 2 haftadan fazla süren depresif duygu durum ya da sevilen etkinliklere karşı ilgisizliğin yanı sıra kilo kaybı, uyku problemleri, psikomotor ajitasyon ya da retardasyon, yorgunluk, impotans, yineleyen intihar ya da ölüm düşünceleri gibi semptomlar da beraberinde görülebilir.
2. **Distimi:** Uzun süren hafif depresyondur. Kelime Yunanca "thymus" bezinden gelmektedir. Thymus eskiden tüm duyguların merkezi olarak düşünülmüştür. Distimi genelde işlevselliği tamamen bozmaz ve arada uzun olmayan iyilik halleri vardır. İşve sosyal yaşantıda sorunlara yol açabilir. Distimi en az 2 yıl, bazen de 5 yıldan fazla sürer. Eğer majör depresyon distimi ile beraber olursa buna "ikili depresyon" denir.
3. **Minör Depresyon:** 2 hafta ya da daha fazla süren majör depresyonun kriterlerini tamamlamayan semptomlardır ki tedavi görmemiş kişiler majör depresyon risk grubundadırlar.
 - a. **Psikotik Depresyon:** Ağır depresyonun yanı sıra bazı psikotik durumların da (delüzyon, halüsinasyon) görüldüğü durumdur.
 - b. **Postpartum Depresyon:** "Bebek hüznü" (Baby Blues) olarak bilinen durumdan çok daha ağır bir durumdur. Doğum yapmış kadınların %10-15'inde görülmektedir.
 - c. **Depresif Uyum Bozukluğu:** Stres oluşturabilecek bir durumla karşı karşıya kalınması sonrası depresif belirtilerin ortaya çıkmasıdır ki en tipik örneği güneş ışığının azlığından dolayı kış aylarında görülen depresif duygu durum değişiklikleridir.
4. **Bipolar Bozukluk:** Tekrarlayan depresyon atakları ve mani atakları içeren daha önce manik-depresif bozukluk olarak da bilinen bir hastalıktır. Maninin belirtileri ise; benlik saygısında aşırı artış, artmış enerji, azalmış uyku ihtiyacı, irritabilite, libido artışı, sosyal davranışlarda agresyon, alkol veya madde kullanımı olarak sınıflandırılabilir (Özgan, 2012, s.1-5).

Psikolojik değerlendirmelerde depresyon; bilişsel, algısal veya motor performansta azalmayı ifade etmek amacıyla kullanılan bir deyim iken klinik psikiyatride normal duygu oynamalarından melankoliye kadar uzanan geniş bir yelpazede meydana gelen duygusal değişiklikler için kullanılan bir ifadedir. Depresyonun neden olduğu fiziksel ve zihinsel yeti yitimi, sosyal ve mesleki açıdan olabildiği gibi kişinin iş hayatı ve özel hayatını da etkileyecek bir durumdur. Bu sebeple bir bireyde depresyon oluşumu sadece o kişiyi değil aynı zamanda bireyin çevresini ve bakımını üstlenen kişileri de olumsuz etkilemektedir (Akkaya, 2005, s.91).

Evlilik ortamında meydana gelen depresyon pek çok çocuğun da fiziksel, psikolojik ve sosyal anlamda etkilenmesine neden olmaktadır. Ebeveynlerin depresyonda olması çocukların da ilerleyen dönemlerde çeşitli uyum ve davranış problemleri yaşamasına yol açmaktadır. Depresyonu olan ebeveynlerin çocuklarındaki psikopatoloji oranının artması genetik etkilerin yanı sıra evlilikte yaşanan önemli problemler ve ebeveynin depresif davranışlarının kronikliğiyle ilgilidir (Aktan, 2009'dan akt. Kahveci, 2016, s.39).

Depresyonun yaygınlığı, intihar riski oluşturması, sık sık ataklarla yinelemesi, insanların fiziksel ve ruhsal yetilerinde meydana getirdiği kayıplar, tanı ve tedavisinin güç olması toplum sağlığını tehdit eden önemli bir sorun haline getirmiştir. Dünya Sağlık Örgütü kapsamında 14 ülkede yapılan "Birinci Basamakta Ruhsal Bozukluklar"la ilgili araştırmada, en yaygın görülen ruhsal bozukluğun %10.4 oranında depresyon olduğu, bu çalışmanın Ankara-Gölbaşı verilerindeki depresyon tanısının %11.6 olduğu bildirilmiştir (Kaya vd. 2007, s.137-146).

Yapılan çalışmalar, depresyon atağı geçiren bir kişinin ikinci bir atak geçirme ihtimali iki yıl içinde % 40, beş yıl içinde %60, on yıl içinde % 75 ve on beş yıl içinde ise % 85'dir. "*Hayat boyu yaygınlığının %17-19 ve bir yıllık yaygınlığının ise %1-9 arasında olduğu bildirilen "Majör Depresif Bozukluk" (MDB)'de, özkıyım girişimi sonucu ölüm oranının %15 olduğu ve özkıyım sonucu ölümlerin yaklaşık %50'sinden MDB'nin sorumlu olduğu u bildirilmiştir. Bu nedenlerle MDB ciddi bir halk sağlığı problemi olarak öne çıkmaktadır*" (Akkaya, 2005, s. 91). İnsanlar, depresyonun ruhsal etkilerini göz ardı ettikleri için bir hastalık olarak görmemektedirler. Depresyonun fiziksel etkilerinin ortaya çıkması ile birlikte ancak tedaviye başvurulduğu görülmektedir. Bu nedenlerle depresyonun bir hastalık olarak görülmesi toplumsal sağlığın korunması açısından önem arz etmektedir.

Depresyonun belirlenmesi ve tedavisi hem kolay hem de oldukça güç bir durumdur. Bu sorun depresyon tanısında bazı kriterlerin esas alınmasıyla çözülebilmektedir. “Amerikan Psikiyatri Birliği”nin depresyon tanı kriterleri (Tablo 5)’inden en az beşinin, en az iki hafta süresince bir bireyde tespit edilmesi bir majör depresyon atağının olduğu anlamına gelebilir. İnsanlar kendilerini zaman zaman mutsuz hissedebilirler. Bu belirtiler her zaman bir depresyonu işaret etmese de bireylerin kişisel bakımlarının azalması, zevk aldığı etkinliklere ilginin azalması, bedensel yakınmalar ve çeşitli vücut ağrılarının oluşması depresyondan bahsedilmesi için bir sebep sayılabilir (Kahveci, 2016, s. 39-43).

Tablo 5.

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) DSM-V Depresyon Tanı Kriterleri

1. Depresif duygudurum: Kişinin kendisini boşlukta hissetmesi, ağlamaklı olması, her şeyin kötü tarafını görme, değersizlik, çaba harcamanın anlamsız gelmesi.
2. Önceden hoşlanılan şeylere karşı ilginin azalması, zevk alamama, yapılan işe kişinin kendisini verememesi.
3. Suçluluk duygusu: Kişinin gerçek ya da hayali konularda kendisini aşırı ya da uygunsuz şekilde eleştirmesi, kınaması ya da suçlamasıdır. Kişiler çoğu kez içinde oldukları durumun kendi hataları olduğunu düşünerek geçmişlerinde de kendilerini suçlayabilecekleri bir şeyleri kolayca bulurlar. Öğrenci tembel olmakla, iş adamı önüne çıkan şanslarını iyi kullanmamakla, anne çocuklarını ihmal ettiğini düşünerek, eşler de ellerinden geleni yapmamakla ilgili kendini suçlayabilir.
4. İntihar düşünceleri: İntihar düşünceleri, genellikle depresyon şiddeti arttıkça ortaya çıkar. Major depresyonlu hastaların yaklaşık altıda birinde intihar girişimine rastlanmaktadır. Bu tip düşünceler mutlaka ciddiye alınmalı ve kişinin bu durumu yaşamasına ilişkin nedenler araştırılmalıdır. Profesyonel destek mutlaka alınmalıdır. Eğer kişi yardım almak için ikna edilemiyorsa, yakınları profesyonel destek için yönlendirilmelidir.
5. Unutkanlık, dikkat dağınıklığı,
6. Sürekli endişe, korku, gerginlik, huzursuzluk,
7. Uykuda artış ya da azalış,
8. Enerji kaybı, halsizlik,
9. Cinsel istekte azalma gibi belirtiler de depresif bozukluğa işaret etmektedir.

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan Köroğlu, 2013’ten akt. Kahveci, 2016. “Evli Bireylerde Evlilik Uyumu, Evlilik Çatışma Biçimi ve Depresyon Düzeylerinin Değerlendirilmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.s.43. Yayın hakkı 2016 adlı çalışmasından alınmıştır.

Depresyon ile ilgili geliştirilen kuramlarda, olumsuz düşünce ve beklentinin depresyonda etkin olduğunu gösterilmiş ve depresyon ile umutsuzluk arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ifade edilmiştir. Umutsuzluk duygusu, bireyin ruh sağlığını son derece olumsuz etkileyerek depresyona giren kişilerde klinik tablonun bir parçası olarak görülmektedir. Depresyon kendi başına intihara sürükleyen bir bozukluk olmakla birlikte umutsuzluk ta depresyondan bağımsız bir şekilde intihar niyetini etkileyebilmektedir (Çelikel ve Erkorkmaz, 2008, s. 122-129).

Depresyondaki bireyler, problem odaklı baş etme biçimlerinden ziyade duygu odaklı baş etme biçimlerini kullanmaktadırlar. Bu bireyler aile kaynaklarına da yeterince başvurmamaktadırlar. Erkekler stresli olduklarında kendileriyle birlikte eşlerinin de depresyon semptomu gösterdiklerini ve uyumsuz baş etme stratejisini daha fazla kullanmaktadırlar. “Evlilik Geçimsizliği Modeli” (Marital Discord Model)’ne göre eşlerin psikolojik sorunlar yaşamasının en temel etkeni evlilik uyumundaki sorunlardır. Bu modele göre, evliliklerdeki sözel saldırganlık, fiziksel saldırganlık, boşanma tehdidi, eşin dozu artan aşağılama, eleştiri veya suçlama davranışları aile içinde stres seviyesini yükselmesine ve depresyon semptomlarının ortaya çıkmasına neden olur (Yüksel, 2013, s.75)

“Etkileşimsel Model (Interactional Model)”e göre depresyona giren bireyler etrafında bulunan insanlara karşı reddetme tepkisi gösterirler. Bununla birlikte depresyona giren kişilerin yakın akrabalarından sosyal destek ihtiyacına girdikleri de bilinmektedir. Bu isteklerinin karşılık bulmaması ya da tatmin olmaması hem yakınlarına hem de eşine karşı öfke ve kızgınlık duymasına neden olur (Rehman, Gollan, Mortimer, 2008, s. 317-324).

“Stres Oluşum Modeli (Stress Generation Model)”ne göre depresyondaki kişiler farkında olmadan daha fazla stresin oluşumuna neden olacak davranışlar sergilemektedir. Depresyon semptomları göstermeye başlayan kadınlar, tartışma sırasında eşlerinin kendilerini eleştirmesi beklentisinde olurlar. Ayrıca, eşlerin sosyal destek talepleri karşısında olumsuz davranışlarda bulunarak eşin depresyon semptomlarında artışa neden olduğu belirtilmiştir (Yüksel, 2013, s. 75-76).

Depresyon biyolojik ve psikolojik faktörlere bağlı olarak meydana gelen bir rahatsızlıktır. Depresyonun biyolojik nedeni olarak kalıtım ve biyokimyasal faktörler sayılabilirken, psikolojik nedenlerin ortaya çıkabilmesi için öncesinde kişinin sorunlar yaşaması gerekir. Psikolojik depresyon nedenleri kişinin ailesinden ya da çevresinden sevdiği birini kaybetmesi, geçirdiği travmatik kazalar ya da davranışlar, iş veya statü

kayı, sevgiliden ayrılma durumları gibi stresli yaşam olguları ile yüz yüze kalması oluşabilmektedir. Ayrıca, eş, ebeveyn ya da çocuklarla yaşanan geçimsizlikler, fiziksel rahatsızlık ya da şiddet uygulama, olumsuz düşünce yapısına sahip olma da evlilikte yaşanan psikolojik depresyona neden olabilmektedir (Kahveci, 2016, s. 43-45).

Kişiler arası ilişkinin bozulmasında en önemli etkenlerden birisi depresyondur. Bu nedenle evliliklerdeki eşler arası ilişkinin düzeyi de çoğu zaman depresyon nedeniyle azalmaktadır. Depresyon, en çok boşanmış ya da ayrılmış bireylerde görülen bozukluklardandır. Yapılan çalışmalardan depresyonun mu boşanmaya sebep olduğu yoksa boşanma sonrası mı depresyon oluştuğu tartışma konusudur. Depresyonun epidemiyoloji açısından evli erkekler en düşük risk grubunu oluştururken, en fazla depresyon sırasıyla evli kadınlar, yalnız yaşayan kadınlar, dul kadınlar, yalnız erkekler, dul erkekler, ayrılmış veya boşanmış kadınlarda görülmektedir (Savrun, 1999, s. 14).

2.3.2. Anksiyete

Anksiyete, birçok psikopatolojiye temel teşkil eden, korku ve endişe ile karakterize bir duygu durum bozukluğudur. Bir diğer ifadeyle anksiyete, bireyin kaygı veya endişeli olması, her an kötü bir şey olacakmış hissine kapılmasıdır. Örneğin; kişinin her an kötü bir haber alacağı duygusuna kapılarak kendisi ya da yakınlarının başına kötü bir şey geleceği endişesi ile kendini gösteren bir bunaltı durumuna girmesidir (Kocabaşoğlu, 2008, s. 175).

Latince’de “ango” ve “anxio” sözcükleriyle ifade edilen anksiyete, Roma’da “anxietas” sözcüğü ile devam eden bir korkuyu, “angor” ile de bugünkü anlamda panik bozukluğu ifade etmek için kullanılmaktadır. Anksiyete, bireylerin kendi sağlıkları ile ilgili olumsuz bilişsel değerlendirmelerde bulunmasına ve bedensel belirtilerin daha tehlikeli, uyarıcı, uğursuz olarak değerlendirilmesine yol açar. Anksite hastaları, bedensel duyuları felaketleştirerek sebebi belirli olmayan belirtileri ciddi fiziksel hastalıklar olarak algırlar (Özen, Serhadlı, Türkcan, Ülker, 2010, s. 60-65).

Bireylerde anksiyete oluşumunun birçok sebebi vardır. Klinik belirtileri arasında çarpıntı ve terleme gibi fizyolojik duyular ile korku ve endişe en önemli fark edilebilen belirtilerdir. Anksiyetenin periferik belirtileri ishal, baş dönmesi, sersemleme hali, terleme, reflekslerde artma, hipertansiyon, çarpıntı, pupiller genişleme, huzursuzluk, senkop, taşikardi, kol ve bacaklarda yanma, acıma hissi, titreme, midede rahatsızlık (kelebekler uçuşuyormuş hissi), sık idrara çıkma olarak sayılabilir. Bunların

yanı sıra konfüzyon, dikkat yoğunlaştırmada azalma, algının bozulması, hatırlamanın güçleşmesi, durumlar arasında ilişki kurmada güçlük sonucu öğrenme yeteneğinin bozulması gibi sonuçlar da gelişebilmektedir (Kocabaşoğlu, 2008, s.175).

Yaygın anksiyete bozukluğu aşırı derecede sıkıntı ya da endişeyle beraber çok sayıda bedensel-psikolojik belirtilerin eşlik ettiği sık görülen psikiyatrik bir bozukluktur. Çoğunlukla kişilik bozukluğu, somatizasyon ve depresyonla birlikte görülen yaygın anksiyete bozukluğu (Özen vd. 2010, s. 60-65); hastalarda en az 6 ay boyunca hemen her gün görülen, kişinin kaygısını kontrol edemediği, uyku bozukluğu, kas gerginliği, huzursuzluk, çabuk yorulma, zihin yorgunluğu, aşırı heyecan duyma gibi belirtilerin eşlik ettiği ruhsal bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır (Saatçioğlu, 2001, s. 60-61).

Tanı konulurken depresyon ve panik bozukluklarla ayırımın yapılması gerekir. Özellikle depresyon sırasında ve şizofrenin başlangıcında semptom olarak yaygın anksiyete görüldüğü için ayrıca anksiyete tanısı konulmamalıdır. Yaygın anksiyete, panik bozukluk ve majör depresyonun ayırt edici özellikleri, hastalığın gidişatı, aile öyküsü, ilişkili belirtileri Tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6.

Yaygın Anksiyete, Panik Bozukluk Ve Majör Depresyonun Özellikleri

Bozukluk	Ayırt edici özellik	Başlangıç yaşı	İlişkili belirtiler	Hastalığın gidişi	Aile öyküsü
Yaygın Anksiyete Bozukluğu	Belli bir konuda endişe duyma	20' li yaşın başlangıcı	Yerinde duramama, motor gerginlik, yorgunluk	Kronik	Yaygın anksiyete bozukluğu panik bozukluğu, alkol kötüye kullanımı
Panik bozukluk	Yoğun, kısa süreli akut anksiyete, ani olabilen değişken sıklıkta ataklar	Bimodal başlangıç (ergenlik dönemi-30 lu yaşların ortası)	Kalp atımında hızlanma, titreme, terleme, nefes darlığı	İyileşme ve tekrarlar periyodlarıyla seyreder	Panik bozukluk, major depresyon, alkol kötüye kullanımı
Majör depresyon	Dirençli çökkün mizaç; dirençli anksiyete eşlik edebilir	20'li yaşların ortası	Nörovejetatif belirtiler (uykusuzluk, iştahta azalma, suçluluk)	Belirtiler düzelebilir ancak yeniden ortaya çıkabilir	Majör depresyon, alkol kötüye kullanımı

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan Saatçioğlu, 2001. "Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Tedavisi ve Yeni Yaklaşımlar". Klinik Psikofarmakoloji Bülteni,11: 60-77, s.62. Yayın hakkı 2001 adlı çalışmasından alınmıştır.

Bireylerde görülebilen anksiyete bozukluklarını birbirinden ayıran bazı klinik özellikleri de Tablo7’de gösterilmiştir.

Tablo 7.

Anksiyete Bozuklukları ve Klinik Tanıda Ayırt Edici Özellikleri

Bozukluk	Özellik
Yaygın Anksiyete Bozukluğu	Aşırı endişelilik ve beklenti anksiyetesi, çeşitli somatik yakınmalar vardır, fobik kaçınma davranışı, depresif duygudurum, anhedoni ve sık panik hecmeler yoktur/
Panik Bozukluk	Beklenmedik ve tekrarlayan anksiyete hecmeleri vardır.
Sosyal Anksiyete Bozukluğu	Panik hecmelerin de eşlik edebildiği sosyal ya da performans gereken durumlardan korkma ve kaçınma vardır.
Agorafobi	Kalabalık ortamlarda yalnız kalma korkusu ve panik hecme sırasında çıkmanın kolay olmayacağı yerlerden kaçınma vardır.
Çekingen Kişilik Bozukluğu	Reddedilme ve olumsuz değerlendirilmeye karşı aşırı duyarlılık, yetersizlik hisleri vardır.

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan Kocabaşoğlu, 2008. “Anksiyete Bozukluklarına Genel Bir Bakış”. İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Türkiye’de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar Sempozyum Dizisi No:62, Mart, 175-184, s.177. Yayın hakkı 2008 adlı çalışmasından alınmıştır.

Anksiyete ile öfke arasında da benzerlikler vardır. Bu benzerlik yüksek düzeyde uyarılma ve düşük düzeyde memnuniyetin olmasıdır. Anksiyete pasif duygu ve davranışlarla karakterize iken öfke daha fazla baskın duygu ve davranışlar içermektedir. Öfke problemi olan bireylerde saldırgan ve düşmanca davranışlar halinde panik nöbeti belirtileri görülür. Kirkcaldy vd.’ne (1998) göre bireylerin anksiyete düzeyi yükseldikçe içe dönüklük ve dürtüsel algıları da artmakta ve kendilerine yönelik daha fazla olumsuz duygulanım yaşamaktadırlar (Hisli Şahin, Durak Batıgün ve Uzun, 2011, s.108).

Hisli Şahin vd.’nin (2011) yaptıkları bir çalışmada, anksiyete bozukluğu hastaların kişilerarası ilişkilerinde daha baskın, öfkeli, kaçınan, duyarsız, manipülatif ve küçümseyici tarzları kullandıklarını belirlenmiştir. Anksiyeteli bireyler, çatışma çözmek için gerekli becerilere sahip olmadıkları için çatışma yaşamaktan kaçınma eğilimine girerler. Çözumsuzlük sonucunda oluşan öfke belirtileri intikam tepkilerine dönüşerek agresif veya pasif agresif davranışlar sergilenmektedir (s.112).

Aksoy (2006s. 61), major depresyon ölçütlerini karşılamayan şiddette depresif belirtili hastalarda cinsel işlev bozukları ile depresyon arasında zayıf bir ilişki

belirlemiştir, anksiyetenin ise cinsel işlev bozukluklarına öncül bir durum oluşturacak derecede etkili olduğunu bildirmiştir.

Evli bireylerin anksiyete belirtileri göstermeleri, evlilik uyumunu azaltacak, devamlı şikayet ve endişe duygusu eşler arasında bir ilgi azalmasına neden olacaktır. Çatışmayı çözme becerilerinin olmaması evlilikte meydana gelen sorunların daha da derinleşmesine yol açacaktır. Meydana gelen çatışma ortamı öfke ve intikam duygularıyla devam etmesi halinde ise boşanma ya da ayrılmalara kadar gidecektir.

Çilli, Kaya, Bodur, Özkan, Kucur (2014), ev kadınları ve çalışan kadınların psikolojik belirtilerini incelediği bir çalışmada; çalışan kadınlara göre ev kadınlarının, üniversite mezunu kadınlara göre de lise mezunu kadınların anksiyete, fobi, paranoid, psikotik, somatizasyon ve global şiddet indeksi puanlarını yüksek bulmuştur. Ayrıca, görücü usulü evlenen çalışan kadınlar ile tanışarak evlenen çalışan kadınlar arasında da hiçbir psikolojik belirti farkının anlamlı olmadığını belirlemiştir.

2.3.3. Somatizasyon

Somatizasyon bozukluğu, beş somatoform “Somatoform Ağrı Bozukluğu, Somatizasyon Bozukluğu, Hipokondriyazis, Konversiyon Bozukluğu ve Vücut Disformik Bozukluğu”ndan biridir. “DSM-IV Amerikan Psikiyatri Birliği”nin 2000 yılı dördüncü baskısında somatoform bozukluğu, “genel tıbbi bir duruma işaret eden fiziksel semptomların varlığı ve bunların genel tıbbi durum tarafından, madde kötüye kullanımının doğrudan etkileri tarafından ya da başka bir zihinsel bozukluk tarafından tamamen açıklanamaması”, olarak tanımlanmıştır (Fidanoğlu, 2007s. 33).

Somatizasyon “bedensel bir hastalıkla açıklanamayan fiziksel yakınmaların varlığı”ndan ibaret geniş kapsamlı klinik bir görüngüdür. Bu yakınmalara sahip kişiler; acı çeker, ailesiyle olan ilişkileri, sosyal ve mesleki işlevsellikleri bozulur. Şikayeti olan somatizasyon hastalarının ayrıntılı muayene ve laboratuvar tetkikleri yapılmasına rağmen, bedensel yakınmalarına sebep olan patolojiler tespit edilemez. çoğunlukla depresyon ve anksiyete ile birlikte görülen somatizasyon; çoğu psikiyatrik rahatsızlığın gelip geçici yakınması ya da temel belirtisi, öğrenilmiş bir davranış şekli, çeşitli faktörlere bağlı olarak ortaya çıkan stres ifadesi, bazı kişilik bozukluklarının temsilidir (Özen vd. 2010, s.60-65).

Somatizasyon, sosyoekonomik düzeyi ve eğitim seviyesi düşük bireyler ve ev hanımlarında daha fazla görülen bozukluk olup erkeklere göre kadınlarda 1/5-1/10 derecesinde daha fazla karşılaşılr. Hastalar fiziksel yakınmalarla hastanedeki birçok bölüme uğramakta, laboratuvar sonuçlarından bir sonuç çıkmaması üzerine genellikle psikiyatriye gönderilmektedirler. Hastaların çoğunda yalancı nörolojik baş ağrısı ve sıkıntı problemleri bulunmaktadır (Yıldız ve Akyol, 1995, s.344-347).

Bazı insanlar, vücutta ağrı ve sızı, barsak düzensizlikleri ve sindirim problemleri ile sık sık birinci basamak sağlık hizmetlerine başvururlar. Bu hastalar depresif hastalar sıklıkla baş ağrısı, göğüste baskı hissi, epigastrik ağrı gibi bedensel yakınmalardan bahsetseler de aslında depresif hastalar oldukları daha sonradan anlaşılmaktadır. Bu nedenlerle bazı yazarlar somatizasyonu depresyon ve anksiyetinin özel ve özgün bir alt grubu olarak tanımlarken (Kesebir, 2004, s.14-19; Güleç, Sayar ve Özkorumak, 2005, s.90-96), bazı araştırmacılar somatizasyonu depresyonla eş değer ya da depresyonun bir belirtisi olarak tanımlamaktadır (Lipowski, 1990, s.13-21).

Tıbben açıklanamayan birçok vakanın ölçeksel sorgulamalarında anksiyete, depresyon ve somatizasyona bağlı sıkıntılar içerdiği bilinmektedir. Depresyonun intihar ve somatizasyonla ilişkisi üzerine yapılan araştırmalarda, Hagnell ve Rosmann (1978), psikotik özellikli depresyon tanısı konulan vakaların %60'ının somatizasyon belirtileri gösterdikleri, bu hastaların %20'sinin doktor başvurularının öncelikli olarak bedensel yakınmalar olduğu bildirmektedir (Özen vd. 2010, s.60-65).

Somatizasyonla çok farklı boyutlarda karşılan bir bozukluktur. Somatoform bozukluklu bir olguda, depresif bozukluk veya anksiyeteli bir hastada veya herhangi bir psikiyatrik problemi olmayan kişilerde gelip geçici yakınmalar halinde de ortaya çıkabilmektedir. Bu kişilerin en önemli ortak özelliği strese ve duygusal uyarılara karşı verdikleri yanıt duygusal ve bilişsel olması gerekirken bedensel tepkiler şeklindedir (Kesebir, 2004, s.14-19).

Tıbben çözülememiş bir sorun olan somatizasyon; şizofreni, kişilik bozuklukları, alkol-madde kullanımı gibi psikiyatrik durumlarla ilişkili olsa da en çok anksiyete bozuklukları ve depresyonla birlikte ikincil olarak ortaya çıkmaktadır. Hastaların yaşadıkları sıkıntı ve huzursuzluğu arttıran somatizasyon, hastalıkların gidişatını kötüleştirmekte ve yeti yitimini arttırmaktadır (Özen vd. 2010, s.60-65).

Özmen, Demet, Gülseren ve Kültür, (1993) "*Somatik Yakınmalar İle Psikiyatri Polikliniğine Başvuranlarda DSM-III-R Tanuları*" isimli çalışmasında elde ettikleri

sonuçlara göre; evli olan kadınların somatik belirtilerle polikliniğe başvurma oranlarını evli olmayan kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur (s.16-21).

Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ve sosyodemografik değişkenlerle karşılaştırmasının amaçlandığı bir çalışmada ise somatizasyonla anlamlı derecede ilişkili bulunan değişkenler cinsiyet, eğitim, sosyal güvence, kız çocuğuna sahip olma, bireysel ve ailevi sağlık durumu, kilo farkı ve evlilik süreleri olmuştur. Diğer yandan, çift uyumu ile somatizasyon arasındaki negatif yönde zayıf bir ilişki de tespit edilmiş, somatizasyon puanı azaldıkça çift ilişkisindeki doyum, fikir birliği, duyguların ifadesi ve genel evlilik uyumunun arttığı tespit edilmiştir (Fidanoğlu, 2007, s.1).

Uğur'un (2015) "*Evli ve Bekâr Kadınlarda Somatizasyon ve İlişkili Faktörler*" isimli yüksek lisans tez çalışmasında bedensel duyumları abartma ile somatizasyon arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bayanların yaşları, medeni durumları, çocuklarının olup olmaması ve çalışma durumunun somatizasyon belirtilerinin ortaya çıkışı üzerine etkili olmadığı bulunmuştur. Aynı çalışmada bireylerin depresyon ve ruhsal belirtiler tarama ölçeklerinden aldıkları puanlar arttıkça somatizasyon ölçeğinden aldıkları puanların da arttığı belirlenmiştir (s.66-68).

Salgar'ın (2016) "*Şiddet Gören ve Görmeyen Kadınların Otomatik Düşünce ve Somatizasyon Düzeylerinin İncelenmesi*" isimli yüksek lisans tez çalışmasında eşinden şiddet görmüş kadınların somatizasyon düzeyleri yüksek bulunmuştur. Şiddet sonrası psikiyatrik/psikolojik tedavi gören kadınların somatizasyon ve olumsuz otomatik düşünce düzeylerinin tedavi görmeyen kadınlara göre anlamlı düzeyde düşük olduğu da bildirilmektedir (s.iii).

2.3.4. Obsesif Kompulsif Bozukluk

"Obsesif Kompulsif Bozukluk" (OKB) bireylerde görülen en ciddi ruhsal hastalıklardan biri olup tekrar eden obsesyonlar ve kompulsiyonlarla karakterizedir. Obsesyonlar, bir kişinin sürekli aklına gelen anlamsız ve sevimsiz istenmeyen görüntü, düşünce, fikir, zorunluluk ya da dürtülerdir (Kocabaşoğlu, 2008, s.179). Birçok kişide görülebilen düzenli olma, aşırı temizlik, titizlik, kapıyı-pencereyi kontrol etme gibi takıntılar bireylerde yoğun bir sıkıntıya yol açmaz, önemli oranda zamanı almaz, çevresi ile ilişkilerini, sosyal uyumunu, eğitim ya da iş hayatını olumsuz yönde de etkilemez. Ancak, OKB'li bireylerde belirgin bir sıkıntı oluşur, günlük aktiviteler, mesleki

işlevselerde düzensizlik meydana gelmektedir. Bireylerde belirgin bir stres oluşturan obsesyonlar, istenmeden gelen zorlayıcı düşüncelerdir (Aksaray vd. 2013, s.104).

En fazla görülen obsesyon türleri; elinin kirlendiği veya bir şey bulaştığı düşüncesinin oluşması; devamlı bir şeyleri unutmuş olma şüphesi; çok sevdiği kişilere, yakınlarına veya çocuğuna zarar verecek bir davranışta bulunacağı düşüncesine girmek, kişinin ayıp olarak nitelediği cinsel bazı düşüncelerin ve günah olduğunu düşündüğü şeylerin sık sık aklına gelmesi sayılabilir (Aksaray vd. 2013, s.104).OKB'deen sık görülen obsesyonlar “*Kontaminasyon, temizlik, saldırganlık, cinsellikle ilgili, biriktirme, saklama, doğüstü düşünce, somatik, vücut şekliyle ilgili, dini, belirli şeyleri bilmek ve hatırlamak, doğru şeyi söylemek, istenmeyen görüntü, ses, kelime, müzik, sayılar, batıl itikatlar*” şeklinde de özetlenebilir (Kocabaşoğlu, 2008, s.179).

OKB'nin gelişiminde meydana gelen stres, aşırı düzenli, tertipli ve mükemmeliyetçi tutumlar ve beyin kimyası ile ilgili değişiklikler önemli sorunlardır. Erkek ve kadınlarda OKB'nin görülme sıklığı hemen hemen aynı iken tüm yaşam boyunca her 50 kişiden biri hayatının bir döneminde OKB semptomları gösterdiği, hastaların 2/3'sinin genellikle 25 yaşından küçük oldukları bildirilmektedir (Aksaray vd. 2013, s.104).

Kompulsiyonlar ise genellikle bir obsesyonun neden olduğu problemi azaltmak için yapılan davranışlardır. Obsesif kişilikli bireyler, kompulsif davranışları gerçekleştirmek zorunda olduğunu hisseder ve belirli kurallar çerçevesinde yapmak zorundadır. Kompulsiyonlar ya kontrol etmek veya temizlenme eylemlerinde olduğu gibi “açık” bir şekilde yapılır, ya da dua okumak ve belirli sözcükleri tekrarlamak gibi “örtük” bir şekilde gerçekleştirilmektedir (Aksoy, 2006s. 4).“*OKB'de sık görülen kompülsiyonlar şunlardır: yıkama, temizleme, kontrol etme, tekrarlama, sayma, düzenleme, biriktirme, saklama, batıl davranışlar, onay arama, zihinsel törenler, söyleme, sorma, itiraf etme gereksinimi, aşırı liste yapma, önlem alma*” olarak sıralanabilir(Kocabaşoğlu, 2008, s.179).

“Obsesif Kompulsif Bozukluk” tanısı psikiyatri klinik uygulamalarının tanı kategorileri olan DSM-IV ve ICD-10'daki obsesyonları ve kompulsiyonları göstermesi gerekir. DSM IV TR'ye göre OKB tanı kriterleri şu şekilde tanımlanmıştır:

A. Obsesyonlar ya da kompulsiyonlar vardır; Obsesyonlar aşağıdakiler ile tanımlanır:

1. Bu bozukluk sırasında kimi zaman istenmeden gelen ve uygunsuz olarak yaşanan ve belirgin anksiyete ya da sıkıntıya neden olan, yineleyici ve sürekli düşünceler, dürtüler ya da düşlemler,
2. Düşünceler, dürtüler ya da düşlemler sadece gerçek yaşam sorunları hakkında duyulan aşırı üzüntüler değildir,
3. Kişi bu düşünceleri, dürtü ya da düşlemlerine önem vermemeye ya da bunları baskılamaya çalışır ya da başka bir düşünce ya da eylemle bunları etkisizleştirmeye çalışır,
4. Kişi obsesyon düşünceleri, dürtü ya da düşlemlerini kendi zihninin bir ürünü olarak görür (Düşünce sokulmasında olduğu gibi değildir).

Kompulsiyonlar aşağıdakiler ile tanımlanır;

1. Kişinin obsesyona bir tepki olarak ya da katı bir biçimde uygulanması gereken kurallara göre yapmaktan kendini alıkoyamadığı yineleyici davranışlar (el yıkama, düzene koyma, kontrol etme gibi) ya da zihinsel eylemler (dua etme, sayı sayma, birtakım sözcükleri yineleme)
2. Davranışsal ya da zihinsel eylemler sıkıntıdan kurtulmaya ya da var olan sıkıntıyı azaltmaya ya da korku yaratan olay ya da durumdan korunmaya yöneliktir. Ancak bu davranışlar ya da zihinsel eylemler ya etkisizleşmesi ya da korunulması tasarlanan şeylerle gerçekçi bir biçimde ilişkili değildir, ya da açıkça çok aşırı bir düzeydedir.

B. Bu Bozukluğun gidişi sırasında bir zaman kişi obsesyon ya da kompulsiyonlarının aşırı ya da anlamsız olduğunu kabul eder.

C. Obsesyon ya da kompulsiyonlar belirgin bir sıkıntıya neden olur ya da zamanın boşa harcanmasına yol açar (günde 1 saatten daha uzun zaman alırlar) ya da kişinin olağan günlük işlerini mesleki (ya da eğitimle) ilgili işlevselliğini ya da olağan toplumsal etkinlik ve ya ilişkilerini önemli ölçüde bozar.

D. Başka bir eksen I bozukluğu varsa obsesyon ya da kompulsiyonların içeriği bununla sınırlı değildir,

E. Bu bozukluk bir maddenin kötüye kullanım ya da genel tıbbi bir durumun doğrudan fizyolojik etkilerine bağlı değildir.

İç görüşü az olan: O sıradaki epizod da çoğu zaman kişi obsesyon ya da kompulsiyonlarının aşırı ya da anlamsız olduğunu kabul etmiyorsa (Aksoy, 2006, s.5-6).

Fidanoğlu (2007)'nin evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, bireylerin medeni durumlarına, çocuk olup olmamasına, eğitim düzeylerine, çalışma durumlarına, sağlık problemlerinin olup olmamasına, yaşlarına göre gruplar arasında obsesif kompulsif puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Diğer yandan bireylerin obsesif-kompulsif alt ölçeğinden aldıkları puanlar ile “bedensel duyuları abartma ölçeği” ve “somatizasyon ölçeği”nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (s.40-64).

Gezen ve Oral (2013) şiddet gören kadınlar ile kadın sığınma evinde yaşayan kadınlarla ilgili yapmış olduğu çalışmasında “...*somatizasyon, obsesifkompulsif özellikler, kişilerarası duyarlılık, depresyon, kaygı, öfke-düşmanlık, fobik anksiyete, paranoid düşünce, psikotizm, uyku ve yeme bozuklukları ve suçluluk duyguları ile ilgili belirtiler ve genel belirti düzeyinin yüksek düzeyde olduğu...*”, katılımcıların güvenli bağlanma ile somatizasyon ve obsesif-kompulsif bozukluk düzeyleri arasında ters yönlü bir ilişki tespit edilmiştir (s.65-71).

OKB’de evlilik oranları oldukça düşüktür. Bunun nedeni kişilerin sürekli ilişki kurma sorunu yaşamaları, cinsel deneyimlerinin kısıtlı olması ve hastalık sürecinde oluşan cinsel doyumsuzluk yaşamaları olabilir. Aksaray, Yelken, Kaptanoğlu, Oflu, Ozaltın’ın (2001) yaptığı çalışmada OKB hastalarının cinsel olarak daha az uyarıldıkları, kaçınma düzeylerinin daha yüksek olduğu ve bu hastalarda anorgazminin daha sık gözlemlendiği belirlenmiştir (s.273-277).

Monteirovd.’nin (1987)cinsellik ve OKB ilişkisi üzerine yaptığı bir çalışmasında kadın hastalarda anorgazmi yaklaşık %9, cinsel istek fazı ile ilişkili sorunlar %22, erkek hastalarda ise cinsel istek azlığı %25, erken boşalma %12, sertleşme bozukluğu %6 oranında tespit edilmiştir (Akt.,Aksoy, 2006, s.11-12). Vulink, Denys, Bus, Westenberg, (2006) OKB hastalarında cinsel istek azlığını %62, cinsel uyarılmada azalma %29, orgazm evresi ile ilişkili sorunlar %33, fizyolojik uyarılma sorunları %25, cinsel ilişkide haz yoksunluğu %10 olarak belirlemiştir. OKB hastalarının cinsel birlikteliklerden kaçındığı ancak cinsel ilişki sıklığında bir değişiklik göstermediği de tespit edilmiştir (s.19-25).

Aksoy, Aksoy, Maner, Gokalp, Yanık (2012), OKB’da cinsel ilişki sıklığında meydana gelen problemin kadın hastalarda %63,6, erkeklerde ise %57,1olarak belirlemiştir. Bu çalışmaya katılan OKB’li hastalarda cinsel doyumsuzluğun yüksek olduğu, kadınlarda anorgazmi %24,2, cinsel kaçınmalar %60,6, cinsel dokunma probleminin ise %70 olduğu tespit edilmiştir (s.381-385). OKB’li hastalarda cinsel işlev bozukluklarının en önemli sebebinin cinsel istek fazı ile ilişkili olabileceği, cinsel ilişkiden kaçınanların ise cinsel ilişki sonrasında olağanın ötesinde temizlenme davranışları göstermeleri olabileceği bildirilmiştir (Aksoy, 2006, s.47-57).

2.3.5. Duygu Dışavurum Bozukluğu

Kennedy-Moore ve Watson, (2001)’e göre duyguların dışavurum “duygusal deneyimi gözlenebilir sözel ya da sözel olmayan davranışlarla aktarmaktır”(s.187-212), Gross ve John’a (1997) göre ise duygusal dışa vurum “bir duyguya tipik olarak eşlik eden gülme, ağlama, surat asma gibi davranışsal (yüz ifadesi, postür) değişimlerdir” (s.435-448).

Duyguların dışavurumu, bireylerin farkında olduğu bir anda veya farkında olmadan da gerçekleşebilmektedir. Kişi duygularını kısmen kontrol edilebilir veya hissetmiş olduğu duygularını karşısındaki kişiye iletmek için plan yapabilir. Duygular, kişiler arası iletişimi kuvvetlendiren belirleyicidirler (Andersen ve Guerrero, 1998’den akt., Civan 2011, s.35). Bazı insanlar duygularını gülerek, söylemlerle ve yüz ifadeleriyle sürekli olarak dışa vururken bazıları sadece hafif bir gülümseme ile gösterebilirler. Bazen duygular bir kültürün gereği olarak dışa aksettirilemeyebilir, ya da kültürün istediği şekilde dışavurumu gerçekleşebilir.

Ekman ve Friesen’a göre kültürün onayladığı duyguların dışavurumu “ketleme”, “mış gibi yapma”, “abartma”, hafife alma” ve “maskele” yöntemleri kullanılarak değişime uğratılmaktadır. “Ketleme”, kişinin hissettiği bir duyguyu iletmek için bastırması; “mış gibi yapma” uyarıyı hissetmemesine rağmen hissediyormuş gibi davranma; “abartma” hissedilen duygunun olduğundan fazla gösterilmesi; “hafife alma”, hissedilen duygunun olduğundan daha az gösterilmesi; “maskeleme” ise başka bir duygu hissedildiği halde bir diğerini ifade etme duygu durumudur (Mets ve Planalp,2002’den akt. Civan 2011, s. 36).

Duyguların dışa vurumu kültürler arasında önemli farklılıklar içermektedir. Batı kültüründe duygunun mutlaka hissedildiği gibi ifade edilmesi gerektiğine inanılırken,

ataerkil kültüre sahip toplumlarda ise özellikle kadınların hissettikleri duyguyu olduğu gibi aksettirmesi hoş karşılanmayan bir yaklaşım olarak görülmüştür. Birçok kültürde insanlar, sıkıntılı yaşam olaylarını ve olumsuz duygusal durumlarını arkadaşlarına, din adamlarına, psikoterapistlere anlatarak rahatlamak ve acısını paylaşmak ister. Kişilerin duygu dışı vurumunu özgürce gerçekleştirmesi hem bireyin ruh sağlığı için hem de etkili ilişkiler açısından önemli bir durumdur (Camras, Kolmodin ve Chen, 2008, s.459-463).

Yapılan birçok çalışmada duygu dışavurumu ile evlilik uyumu arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur. Duygu dışavurumunun anksiyete, depresyon, şizofreni gibi pek çok ruhsal bozuklukla ilişkili olduğu da vurgulanmaktadır. Evli bireylerin farklı olumsuz duygular ifade etme şekilleri vardır. Eşler arasında meydana gelen çatışmada kadınlar genelde “boyun eğen” bir şekilde “üzüntü” ve “ağlama” gibi olumsuz duygular gösterirken; erkekler “hükmeden” bir tarzda öfke duygularını ifade etmektedirler. Duyguların dışavurumu hem kendi davranışlarını hem de eşinin davranışlarını değiştiren evlilik uyumu belirteçlerindedir. Bu nedenle, evlilik uyumunda kadın ve erkeğin duygu dışavurum şekilleri evlilik doyumunu etkileyen önemli bir faktör olarak görülmüştür.

Evlilik neşeden üzüntüye, sevgi ve mizahtan aşağılamaya kadar değişen duyguların birlikte yaşandığı bir olaydır. Örneğin sürekli olumsuz duygular deneyimleyen eşlerden birinin hem kendinin hem de partnerinin evlilik doyumunu azalttığı yapılan birçok çalışmada bildirilmiştir. Evliliklerde öfke, aşağılama, üzüntü ve kaygı duygularının sıklıkla; ilgi, sevgi ve mizah duygularının ise daha az ifade edilmesi evlilik doyumunun azalmasına neden olmaktadır (Mattson, Frame ve Johnson, 2011, s.532-546).

Tutarel-Kışlak ve Göztepe, (2012)'nin yapmış olduğu bir çalışmada Tablo 8'de görüldüğü gibi, evlilik uyum düzeyi yüksek ve düşük olanların müdahalecilik, duygusal tepki, hoşgörü/beklenti, empatik eğilim ve depresyon düzeyleri belirlenmiştir. Bu çalışmada evlilik uyum düzeyi düşük olan grubun yüksek olan gruba göre “Duygusal Tepki”, “Hoşgörü/ Beklenti ve Depresyon” ölçek puanlarının daha fazla olduğu görülmüştür (s.37).

Tablo 8.

Evlilik Uyum Düzeyi Yüksek ve Düşük Olanların Ölçek Puanları Açısından Karşılaştırılması

	Evlilik Uyum Düzeyi Yüksek Grup (n=23)		Evlilik Uyum Düzeyi Düşük Grup (n=20)		T
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	
Dalıcılık/Müdahelecilik	10.43	1.44	10.40	2.68	.05
Duygusal Tepki	9.17	1.87	11.40	2.58	3.19*
Hoşgörü/Beklenti	8.52	1.75	10.35	2.41	2.80*
Empatik Eğilim	68.17	13.78	71.80	7.33	1.09
Depresyon	8.65	6.58	13.80	9.05	2.10*

*p<.05

Not: Yayın Hakkı Sahibi Kuruluşun İsmi tarafından yayımlanmış olan Tutarel-Kışlak ve Göztepe, 2012. "Duygu Dışavurumu, Empati, Depresyon Ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkiler", Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2012, 3(2) 27-46. s.37. Yayın hakkı 2012 adlı çalışmasından alınmıştır.

Yapılan çalışmalarda güvenli bağlanma yaşayan eşler duygularını rahat bir şekilde ifade ederken, güvensiz bağlanma ve özellikle de kaygılı bağlanma yaşanan evliliklerde eşlerin duygularını dışa vurmada sıkıntı çektikleri ileri sürülmektedir (Kerr, Melley, Travea, Pole, 2003, s. 108-123). Güvenli bağlanma şeklinde eşler öfkesini daha yapıcı ve işlevsel olarak aktarırken, güvensiz/kaygılı bağlanma şeklinde eşlerden biri diğerinde olumsuz bir etki yaratacak şekilde ifadelerini seçmektedir. Güvensiz bağlanan bireylerin evlilik ilişkilerinde daha fazla negatif ve daha az pozitif duygu deneyimlediği görülürken (Simpson, Collins, Tran, Haydon, 2007, s. 355-367), güvenli bağlanma gösteren evliliklerde eşler dışa vurdukları duygusal tepkilerle ilişki kalitesini artırır, ilişkide yaşanan zorluklarla mücadeleye yardımcı olur, eşinin iyilik halini sürdürmesine ve kişisel gelişiminin desteklenmesine aracı olur (Mikulincer ve Shaver, 2005, s. 149-168).

Sanford (2007) duyguları "sert (hard)" ve "yumuşak (soft)" olarak ikiye ayırmıştır. "Öfke", "aşağılama", "şiddet" gibi sert duygular potansiyel bir saldırı mesajı oldukları için alıcının geri bir saldırıya geçmesine ve yıkıcı bir iletişime neden olabilir. "Üzüntü", "incinme" gibi yumuşak duygular ise saldırıdan ziyade incinebilirliği gösterdiği için partnerde "empati kurma", "önemseme", "anlayışlı olma" gibi tepkilere sebep olacaktır. Bu nedenlerle evlilik uyumundan alınacak doyum oranı da eşlerin birbirine karşı sert ve yumuşak duygu ifadelerini ne sıklıkla kullandıklarına bağlıdır (s. 65-90).

BÖLÜM III

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı, belediyelerin danışmanlık merkezlerine çeşitli nedenlerle başvuran evli bireylerin evlilik uyumu ile ruhsal belirtileri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

3.2. Araştırmanın Modeli

Yapmış olduğumuz çalışma kesitsel bir araştırmadır. Çalışma içerisinde seçilen örnek üzerinde, evli bireylerin evlilik uyumu ve depresyon, anksiyete, somatizasyon, obsesif kompulsif, öfke belirti düzeylerinin araştırmaya veri toplanan zaman kesitindeki durumu belirlenmiştir.

3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Yapmış olduğumuz çalışma 2017 yılında Şubat-Temmuz ayları arasında Adana Büyükşehir Belediyesi'nin danışmanlık merkezine başvurmuş olan 39 erkek ve 163 kadın, toplam 202 evli birey üzerinde uygulanmıştır. Danışmanlık merkezinde 3 tane ofis vardır. Bu araştırma, sadece bir ofise başvuran bireyler ile birebir görüşülüp, testler hakkında bilgi verilerek ve onam formu imzalatılarak yapılmıştır. Merkeze başvuran evli bireylere gönüllülük esasına göre Evlilik Uyum Ölçeği ile SCL-90 ölçekleri anket yolu ile uygulanmıştır.

Çalışma Bölgesi ve Danışmanlık Merkezinin Tanıtımı: Araştırma Adana'da uygulanmıştır. Adana ili Türkiye'nin altıncı büyük ilidir. 2016 yılı TÜİK verilerine göre Adana ilinde 2.201.670 kişi yaşamaktadır. 2016 yılından itibaren Adana Büyükşehir Belediyesi psikolojik danışman merkezi hizmet veren birimdir. Adana Büyükşehir Belediyesi psikolojik danışman merkezinde doktor, psikoterapist, psikolog ve aile danışmanı görevlidir. Bu birime ortalama günlük 14-20 kişi, genellikle gündelik hayatın getirdiği problemler ve ruhsal sorunlar nedeniyle başvurmaktadır.

3.4. Araştırmanın Yapılışı (Prosedür)

Gerekli kurumlardan izinler alınıp araştırmanın modeli ve örneklemini belirlendikten sonra Adana Büyükşehir Belediyesinin Danışmanlık Merkezine Baş Vuranevli Bireylere Toplam Üç Bölüm, 114 Maddeden Oluşan Anket ve Ölçek Uygulanmıştır. Daha sonra, araştırma için belirlenen ölçme araçlarıyla elde edilen veriler SPSS 20,0 programı ile analiz edilmiştir.

3.5. Veri Toplama Araçları

Araştırmaya gönüllülük esasıyla katılan evli bireylere sosyo-demografik ve evlilik bilgilerini belirlemek için “bilgi formu anketi” (Ek-1), evlilik uyumlarını belirlemek için “Evlilik Uyum Ölçeği” (Ek-2) ve ruhsal sorunlarını belirlemek için de “SLC-90R” Ruhsal Belirtiler Tarama Envanteri (Ek-3) anket şeklinde uygulanmıştır.

3.5.1. Sosyodemografik Veri Formu

Veri formu, evli bireylerin sosyodemografik özelliklerini ve evlilik bilgilerini belirlemek üzere ‘ad soyad, yaş, cinsiyet, evlilik süresi, evlilik yaşı, evlilik çeşidi, eğitim düzeyi, sahip olduğu çocuk sayısı ve gelir düzeyi’ olmak üzere toplam 9 maddeden oluşturulmuştur. Bu bölümdeki bilgiler kullanılarak evlilik uyumu ile ruhsal belirti tarama testi arasında ayrıca veri formu ile evlilik uyumu ve veri formu ile ruhsal belirti tarama testi arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir.

3.5.2. Evlilik Uyum Ölçeği (Marital Adjustment Test)

Evlilik Uyum Ölçeği 1959 yılında Locke ve Wallace tarafından geliştirilmiştir. Türkiye’de de Evlilik Uyum Ölçeği’ni Tutarel Kışlak tarafından 1999 yılında uygulanmış geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. Evlilik Uyum Ölçeği on beş maddeden oluşmaktadır. Bu ölçeğin iç tutarlık (Cronbach Alpha) katsayısı ise .84 olarak bulunmuştur. Evlilik Uyum Ölçeği’nin iki yarı test güvenirliği (split-half) $r = .84$ ’dür. Evlilik Uyum Ölçeği genel evliliğin niteliğini ölçmektedir. Aile bütçesi, duyguların ifadesi, arkadaşlar-cinsellik, toplumsal kurallar, yaşam felsefesi vb. anlaşma ya da anlaşmama ile ilişki tarzını ölçmektedir (Kışlak, 1999: 51). Evlilik uyum ölçeği çalışmaya katılan evli bireylere uygulanarak evliliklerinde bireylerin uyumlu mu yoksa uyumsuz mu olduklarını tespit etmek için kullanılmaktadır. Uyumlu ve uyumsuz evli

bireylerin ayırt edilmesini sağlayan kesme noktası olarak 43,5 görülmektedir. Bireyler 43 puan üstünde bir puan almışlarsa uyumlu, 43 ve altında puan almışlarsa eğer uyumsuz olarak değerlendirilmişlerdir. Evlilik Uyum Ölçeği'nden alınabilecek toplam puan ise 58'dir.

3.5.3. SCL-90-R Belirti Tarama Listesi

SCL-90-R Belirti Tarama Listesi bireyin altında bulunduğu zorlamanın ya da yaşadığı olumsuz stres tepkisinin düzeyinin belirlenmiş olduğu bir psikiyatrik belirtileri tarama aracı olarak tanımlanmaktadır. 1991 yılında İhsan Dağ tarafından ölçeğin uyarlaması yapılmıştır. Geçerlilik ve Güvenilirlik analizleri sonucunda ölçeğin Türkiye'de uygulanabilir olması sağlanmıştır. SCL-90-R Belirti Tarama Listesi ölçeğinde 90 soru ve 9 ayrı belirti grubu bulunmaktadır. Somatizasyon, Obsesif-Kompulsif, Kişiler arası duyarlılık, Depresyon, Anksiyete, Düşmanlık, Fobik anksiyete, Paranoid düşünce ve Psicotizm olmak üzere 9 alt boyutun dışında; bu alt gruplara girmeyen ek ölçek puanı ile, tüm belirtilerin ortalaması alınarak genel belirti ortalamasına ulaşılmaktadır. Her madde; "Hiç, çok az, orta derecede, oldukça fazla ve ileri derecede" şeklinde 5 seçenek içermekte ve sırasıyla 0-1-2-3-4 ile puanlanmaktadır. Daha sonra ise ölçekten üç ayrı genel puan hesaplanmaktadır. Hiç seçeneği ile işaretlenenler hariç diğer maddelerin ham sayı toplamıyla Pozitif Belirti Toplamı (PST) hiç olarak işaretlenenler haricindeki maddelerin dereceleme puanları toplamının PST'ye bölünmesiyle Pozitif Belirti Düzeyi (PSDI) elde edilmektedir. Testin tamamından alınan toplam puanın boş bırakılanlar hariç tüm maddelere bölünmesiyle elde edilen Genel Belirti Düzeyi (GSI) puanı, psikiyatrik belirtilerden duyulan sıkıntının artışına işaret etmektedir ve ölçeğin en güvenilir parametresi olarak kabul edilmektedir. Tarama amacı ile kullanıldığında GSI'nın kesme puanı sıklıkla 1 puan olarak alınmaktadır. Alt ölçekler için de o alt ölçeği oluşturan tüm soruların toplamından elde edilen puanın soru sayısına bölünmesiyle elde edilen değer kullanılmaktadır (Aydemir, 2009).

Bir tarama ölçeği olan SCL-90-R tanı koymak için kullanılmamakta, ancak sayısal olarak şiddeti 1'in üzerinde çıkan parametreler genel ortalamadan yüksek olarak değerlendirilmektedir (Şahin, 2007).

Bireylere uygulanan SCL-90 ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.971$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur. Bireylere uygulanan SCL-90 envanterinin alt ölçeklerinin genel güvenilirliği;

- Somatizasyon alt ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.897$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur.
- Obsesif-kompulsif alt ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.771$ olarak oldukça güvenilir bulunmuştur.
- Depresyon alt ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.874$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur.
- Anksiyete alt ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.861$ olarak yüksek derecede güvenilir bulunmuştur.
- Öfke-düşmanlık alt ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.760$ olarak oldukça güvenilir bulunmuştur.
- Fobik anksiyete alt ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.727$ olarak oldukça güvenilir bulunmuştur.
- Psicotizm alt ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.736$ olarak oldukça güvenilir bulunmuştur.

3.6. Verilerin Analizi

Araştırmadaki veriler kesitsel modele göre elde edilmiş ve istatistiksel analizleri yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin anlamlı olup olmadığı ve doğrusal olarak hangi yönde ilişkinin olduğu Ki-kare ve Korelasyon analizleri kullanılarak belirlenmiştir.

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

Çalışmaya katılan bireylerin eğitim, cinsiyet, evlilik süresi ve sahip oldukları çocuk sayısı ile ilgili sosyo-demografik özellikler Tablo 9’da gösterilmiştir.

Tablo 9.

Evli Bireylerin Sosyo-Demografik Özellikleri

	ERKEK	KADIN
	N (%)	N (%)
Cinsiyet	39 (19,3)	163 (80,7)
Eğitim		
İlköğretim	4 (10.3)	57 (35.0)
Lise	26 (66.6)	77 (47.2)
Yüksekokul veya üniversite	9 (23.1)	29 (17.8)
Yaş		
25 yaş ve küçük	5 (12.8)	16 (9.8)
26 -35 yaş	17 (43.6)	76 (46.6)
36 yaş ve üstü	17 (43.6)	71 (43.6)
Evlilik süresi		
10 yıl ve altı	28 (71.8)	80 (49.1)
10 – 20 yıl	6 (15.4)	53 (32.5)
20 yıldan fazla	5 (12.8)	30 (18.4)
Çocuk sayısı		
0 çocuk	12 (30.8)	24 (14.7)
1 çocuk	14 (35.9)	58 (35.6)
2 çocuk	7 (17.9)	39 (23.9)
3 çocuk	4 (10.3)	28 (17.2)
4 çocuk ve fazla	2 (5.1)	14 (8.6)

Tablo 9'daki verilere göre çalışmaya katılan erkeklerin %23.1'i (9 kişi) en az yükseköğretim veya daha üst seviye bir eğitim almış iken, bu oran kadınlarda %17.8 (29 kişi) olarak bulunmuştur. Erkeklerde lise altı eğitim %10.3, kadınlara ise %35 olarak belirlenmiştir. Çalışmamızdaki kadınların eğitim seviyelerinin erkeklere göre çok düşük olduğu görülmüştür. Katılımcılar yaş bakımından incelendiğinde erkek katılımcıların yalnızca %12.8'i 25 yaşın altında iken aynı oran kadınlarda %9.8 olmuştur. 36 yaş ve üstü katılımcıların oranı erkek ve kadınlar için aynı oranlarda bulunmuştur. Evlilik sürelerini kadın katılımcıların yaklaşık yarısı (%49.1), erkeklerde katılımcıların ise %71.8'i 10 yıl ve altında olduğunu belirtmişlerdir. Erkek katılımcıların %30.8'i, kadınların ise %14,7'si çocuk sahibi değildir. Erkek katılımcıların %69.2'si, kadınların ise %85.3'ü çocuk sahibidir.

Evlilik usulüne göre evliliği uyumlu ve uyumsuz bireylerin yüzdeler oranları Tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10.

Evlilik Usulüne göre Evliliği Uyumlu ve Uyumsuz Bireylerin Oranları

Usul – Uyum	UYUMSUZ	UYUMLU	Görücü- anlaşarak evlenenlerin karşılaştırması*
	N=171 N (%)	N=31 N (%)	
Görücü	125 (86.2)	20 (13.8)	$\chi^2=0.954$; p=0.329
Anlaşarak	46 (80.7)	11 (19.3)	

Tablo 10'daki veriler incelendiğinde Çalışmamıza katılan evli bireylere uygulanan evlilik uyum ölçeği değerlendirildiğinde evli bireylerin %84,6'sının (171 kişi) evliliklerinde uyumsuz olduğu sonucuna varılmıştır.

Görücü usulü ile evlenen katılımcıların %86.2'si, anlaşarak evlenen katılımcıların ise %80.7'sinin evliliklerinde uyumsuz olduğu belirlenmiştir. Yapılan analizler sonucunda evliliklerin uyumlu olup olmamasının bireylerin hangi usulle evlendiklerine bağlı olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuca göre anlaşarak veya görücü usulü ile evlenmek evlilikteki uyum için bir etken olarak bulunmamıştır ($\chi^2=0.954$; p=0.329).

4.1. Sosyodemografik form ile evlilik uyum ölçeği arasındaki ilişki:

Sosyodemografik özellikler ile evlilik uyum ölçeği arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla Bağımsız İki örnek T testi (Independent-Samples T-Test) kullanılmıştır. Bu test iki örneklem grubu arasında ortalamalar açısından fark olup olmadığını araştırmak amacıyla kullanılır. İki grubun üyeleri birbirinden farklıdır.

Bağımsız İki örnek T testinde; **Boş hipotez** (H_0) İki grubun ortalamaları arasında anlamlı fark yoktur., **Alternatif hipotez ise** (H_a) = İki grubun ortalamaları arasında anlamlı fark vardır. Eğer $P < 0,05$ ise boş hipotez reddedilir. Buradaki P değeri tablolardaki “Asymp. Sig.(2-sided)” sütununda yer alan ilk değerdir. Sosyodemografik form ile evlilik uyum ölçeği arasındaki ilişki tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 11 incelendiğinde uyumsuz ve uyumlu bireylerin Gelir düzeyine göre ortalamalarının anlamlı olarak farklı olduğunu görmekteyiz ($P>0.022$). Diğer değişkenler açısından baktığımızda ise uyumlu ve uyumsuz bireylerin düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediğini gözlemlemekteyiz.

Tablo 11.

Sosyodemografik Form İle Evlilik Uyum Ölçeği Arasındaki İlişki

Evlilik Uyumu Olan ve Olmayanların Karşılaştırılması	UYUMSUZ	UYUMLU	
	Ortalama \pm SS	Ortalama \pm SS	
Yaş kodu	2.36 \pm 0.638	2.19 \pm 0.749	t=1.274; p= 0.204
Cinsiyet	1.81 \pm 0.391	1.77 \pm 0.425	t=0.500; p= 0.618
Evlilik süresi	11.88 \pm 9.669	11.68 \pm 11.703	t=0.105; p= 0.916
Evlilik süresi kod	1.65 \pm 0.746	1.55 \pm 0.850	t=0.716; p= 0.475
Evlilik usulü	1.27 \pm 0.445	1.35 \pm 0.486	t=-0.974; p= 0.331
Eğitim	1.93 \pm 0.732	1.77 \pm 0.762	t=1.082; p= 0.281
Çocuk sayısı	1.63 \pm 1.236	1.68 \pm 1.447	t=-0.185; p= 0.853
Gelir düzeyi	2.16 \pm 0.452	1.94 \pm 0.680	t=2.311; p= 0.022
Meslek	3,27 \pm 3.937	4.23 \pm 4.137	t=-1.235; p= 0.218

Evlilik uyum ölçeğine göre uyumlu ve uyumsuz bireylerin somatizasyon, obsesif kompulsif, duyarlılık, depresyon, anksiyete, öfke, fobik anksiyete, paranoid, psikotik belirti değerlerini gösteren veriler tablo 12’de gösterilmiştir.

Tablo 12.

Evliliği Uyumlu ve Uyumsuz Bireylerin Psikolojik Belirti SCL 90 Ölçüm Puanları

Evlilik Uyumu Olan ve Olmayanların Karşılaştırılması	UYUMSUZ	UYUMLU	
	Ortalama ± SS	Ortalama ± SS	
Somatizasyon	2.02±0.53	1.64±0.81	t=2.54; p= 0.001
Obsesif-kompulsif	2.10±0.51	1.79±0.55	t=3.118; p= 0.002
Duyarlılık	2.16±0.50	1.81±0.64	t=2.895; p= 0.006
Depresyon	2.08±0.48	1.75±0.58	t=3.353; p= 0.001
Anksiyete	2.09±0.60	1.68±0.70	t=3.400; p= 0.001
Öfke	2.14±0.63	1.72±0.92	t=2.428; p= 0.020
Fobik anksiyete	2.04±0.61	1.24±0.72	t=3.639; p= 0.001
Paranoid	2.13±0.56	1.83±0.78	t=2.527; p= 0.012
Psikotik	2.03±0.57	1.62±0.65	t=3.568; p= 0.000
Ek maddeler	2.07±0.60	1.64±0.48	t=3.756; p= 0.000
SCL Toplam	187.74±40.10	153.51±48.80	t=3.687; p= 0.001

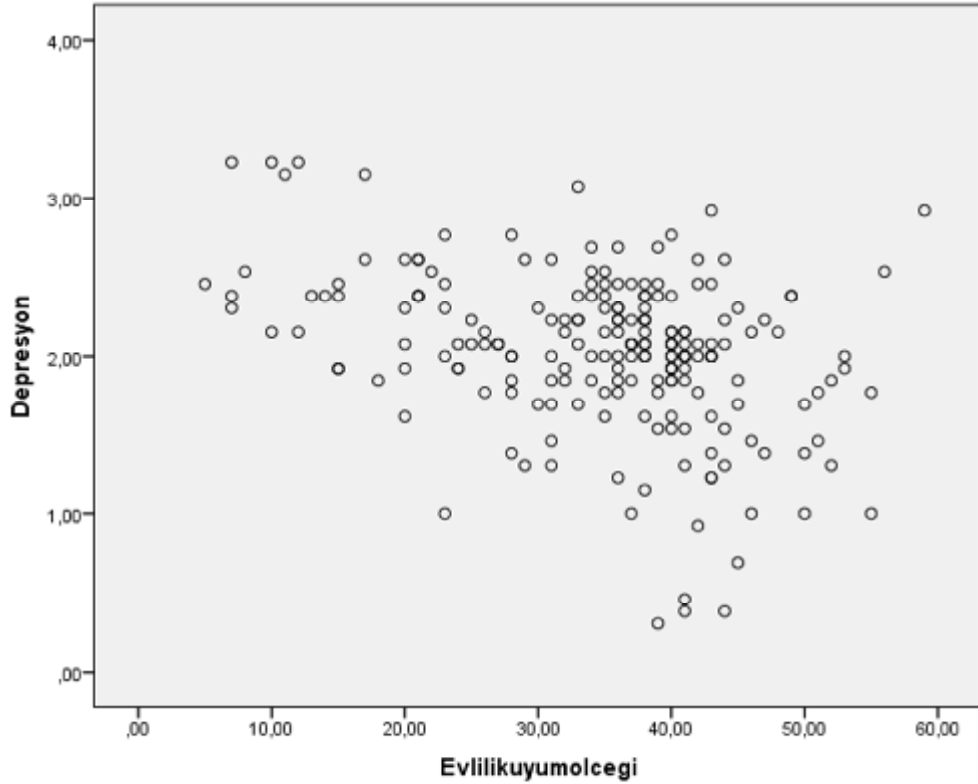
Evlilik uyum ölçeğine göre uyumlu ve uyumsuz bireylerin SCL 90 psikolojik belirti tarama testi sonuçları karşılaştırıldığında ölçeğin tüm alt boyutları açısından uyumsuz bireylerde uyumlulara göre anlamlı bir artış gözlemlenmiştir. Psikolojik belirtiler evlilikleri uyumsuz olan bireylerde istatistiksel olarak anlamlı oranda yüksek bulunmuştur.

4.2. Evlilik Uyum Ölçeği İle SCL-90R Alt Ölçekleri Arasındaki İlişki

Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90R depresyon, anksiyete, somatizasyon, obsesif kompulsif, öfke alt ölçekleri arasındaki anlamlı ilişki saçılım grafisi ile belirlenecektir. Bu ilişkinin kuvvetini belirlemek için korelasyon katsayılarından faydalanmamız gerekecektir. Her iki değişkenimizin sayısal veri olması nedeniyle Pearson korelasyon katsayısı (r) veya Spearman korelasyon katsayısı (rs) kullanılacaktır (Spearman

korelasyon katsayısı sıralı değişkenlerin yanı sıra Pearson korelasyon katsayısının parametrik olmayan karşılığıdır). Gözlem sayısı 30'un üzerine çıkarsa iki katsayı da birbirinin yerine kullanılabilir ve benzer sonuçlar vereceğinden Pearson korelasyon katsayısını kullanılacaktır. Bu katsayıyı kullanabilmemiz için öncelikle değişkenler arasında doğrusal bir ilişki olup olmadığı belirlenecektir. Her iki değişkenin sürekli yani sayısal değişken olduğu durumlarda ilişki yapısını görmek için iyi bir yaklaşım olarak dağılım grafiği çizilecektir. Her değişkenin anlamlılığını belirlemek için $H_0 = \text{“İki değişken arasında ilişki yoktur (anlamsızdır)”}$ olarak hipotez kurulacak ve elde edilen veriler değerlendirilecektir.

Evlilik uyum ölçeği puanı ile SCL-90 Depresyon alt ölçeği puanının dağılım grafiği şekil 5'te gösterilmiştir.

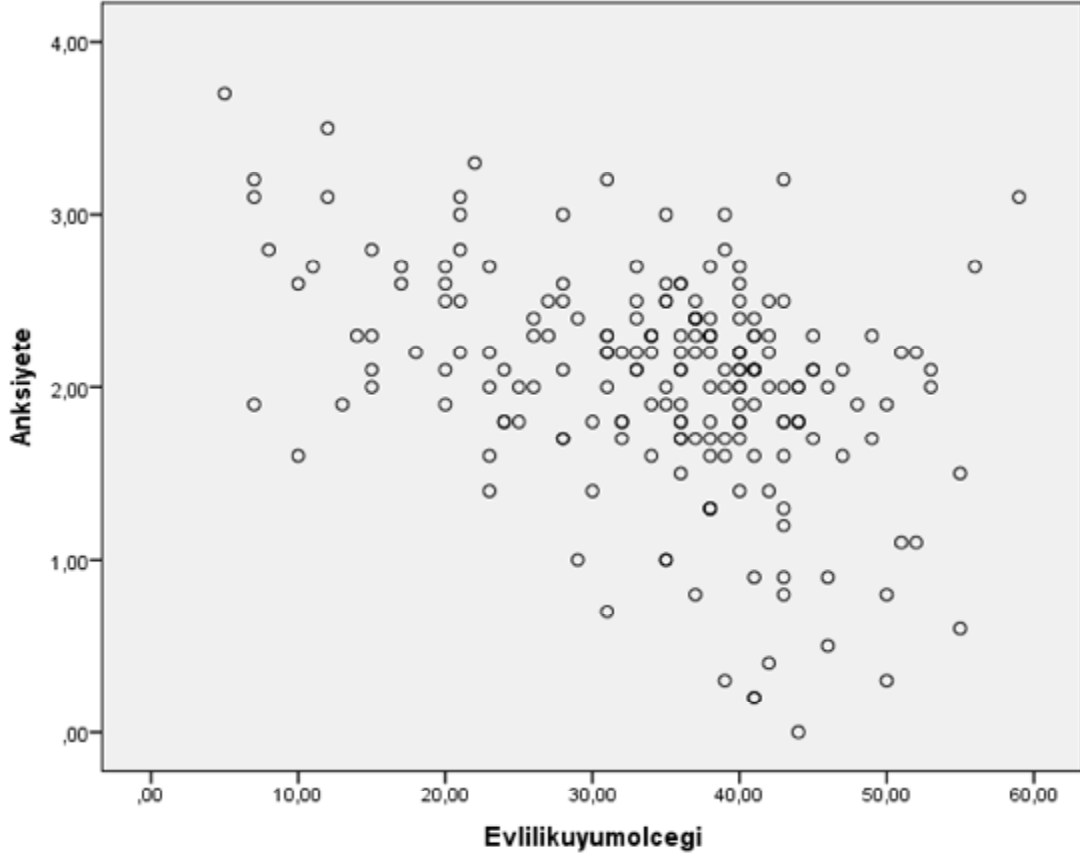


Şekil 5. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 depresyon alt ölçeği dağılım grafiği

Şekil 5'teki grafik incelendiğinde değişkenler arasında doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki olduğu görülmektedir. Analiz sonucuna göre Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Depresyon Alt Ölçeği arasında %95 güven düzeyinde ($\alpha=0.05$) anlamlı ancak zayıf bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=-0.372$; $p<0.05$). Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90

Depresyon Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır şeklinde kurduğumuz hipotez doğrulanmıştır.

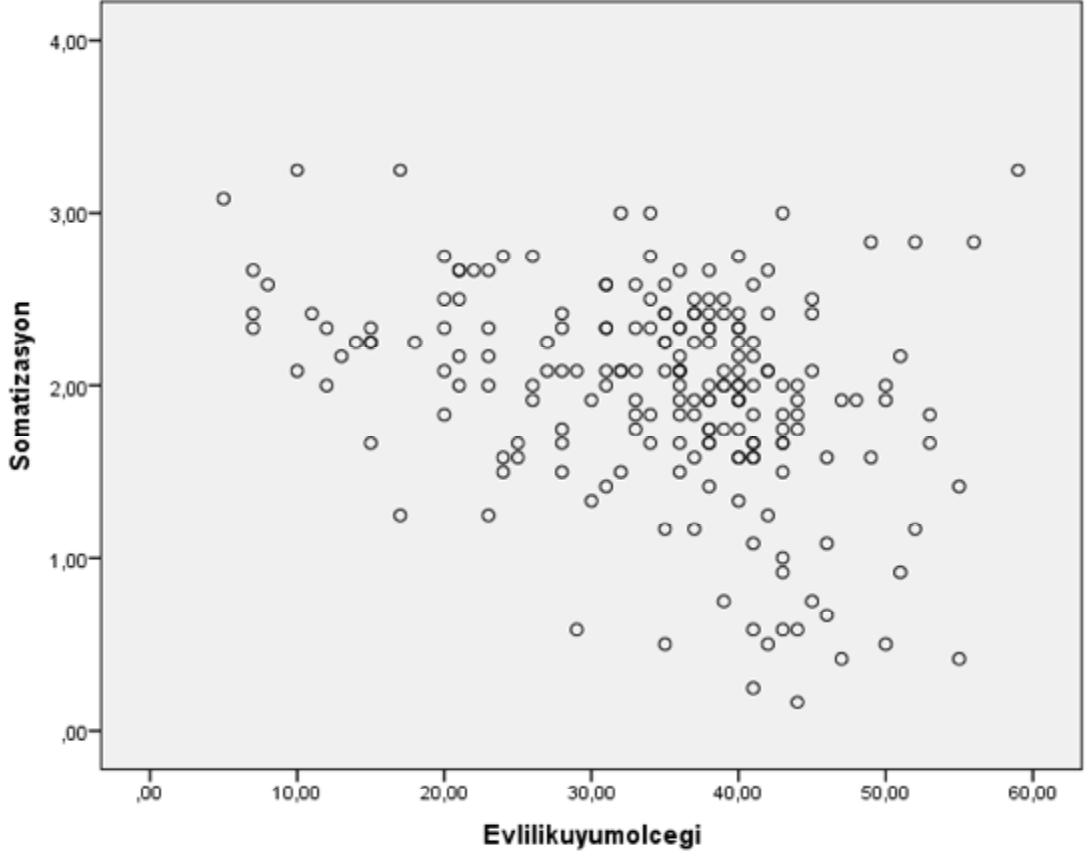
Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Anksiyete Alt Ölçeği arasındaki dağılım grafiği şekil 6'da gösterilmiştir.



Şekil 6. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 anksiyete alt ölçeği dağılım grafiği

Şekil 6'daki grafik incelendiğinde değişkenler arasında doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki olduğu görülmektedir. İstatistiksel analiz sonucuna göre Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Anksiyete Alt Ölçeği arasında %95 güven düzeyinde ($\alpha=0.05$) anlamlı ancak zayıf bir ilişki bulunmuştur ($r=-0.398$; $p<0.05$). Hipotez 2: Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Anksiyete Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır. Hipotezimiz elde edilen verilere göre doğrulanmıştır.

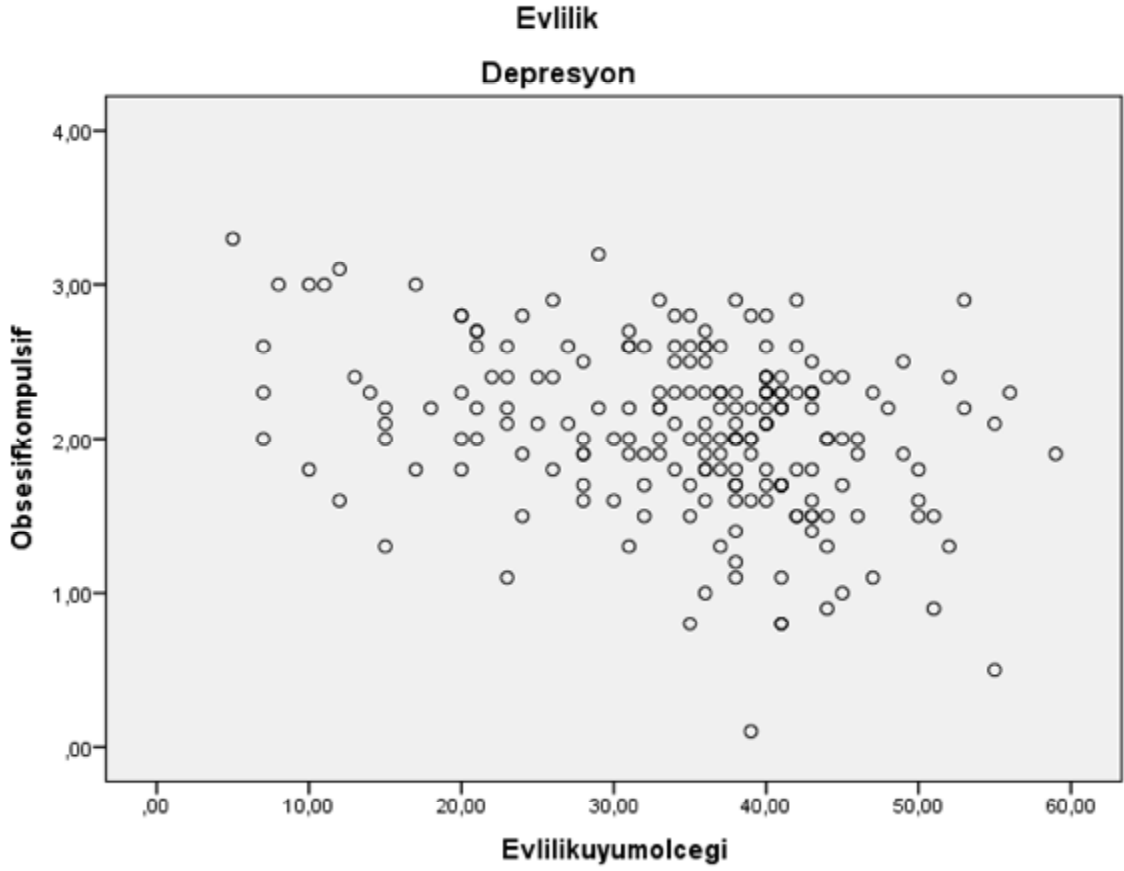
Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Somatizasyon Alt Ölçeği dağılım grafiği şekil 7’de gösterilmiştir.



Şekil 7. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 somatizasyon alt ölçeği dağılım grafiği

Şekil 7’deki grafik incelendiğinde değişkenler arasında doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki olduğu görülmektedir. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Somatizasyon Alt Ölçeği arasında %95 güven düzeyinde ($\alpha=0.05$) anlamlı ancak zayıf bir ilişki saptanmıştır ($r=-0.327$; $p<0.05$). Hipotez 3. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Somatizasyon Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır. Elde edilen verilere göre hipotezimiz doğrulanmıştır.

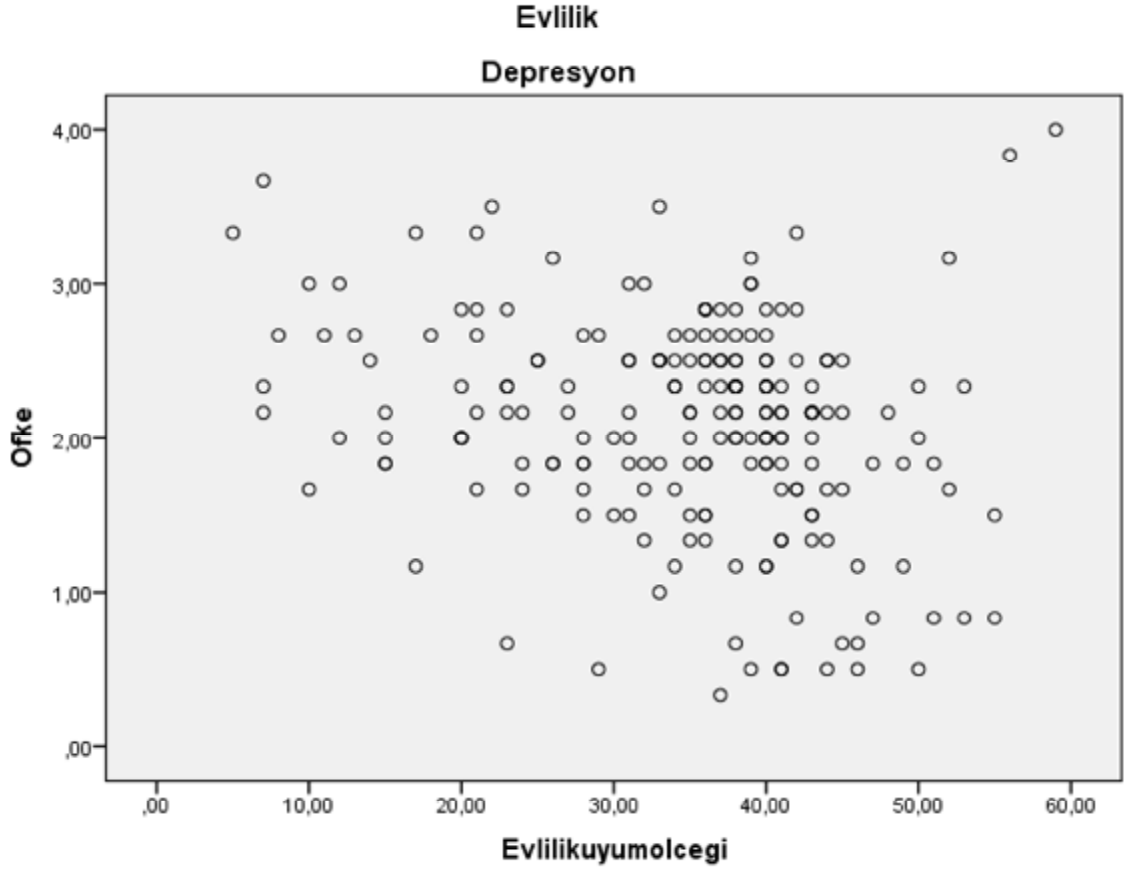
Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Obsesif-Kompulsif Alt Ölçeği arasındaki dağılım grafiği şekil 8’de gösterilmiştir.



Şekil 8. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 obsesif kompulsif alt ölçeği dağılım grafiği

Şekil 8’deki grafik incelendiğinde değişkenler arasında doğrusal (negatif) bir ilişki olduğu görülmektedir. Analiz sonucuna göre Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Obsesif-Kompulsif Alt Ölçeği arasında %95 güven düzeyinde ($\alpha=0.05$) anlamlı ancak zayıf bir ilişki belirlenmiştir ($r=-0.319$; $p<0.05$). Hipotez 4. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Obsesif-Kompulsif Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır, hipotezimiz doğrulanmıştır

Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Öfke Alt Ölçeği arasındaki dağılım grafiği şekil 9’da gösterilmiştir.



Şekil 9. Evlilik uyum ölçeği ile öfke alt ölçeği dağılım grafiği

Şekil 9’deki grafik incelendiğinde değişkenler arasında doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki olduğu görülmektedir. Analiz sonucuna göre, Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Öfke Alt Ölçeği arasında %95 güven düzeyinde ($\alpha=0.05$) anlamlı ancak zayıf bir ilişki tespit edilmiştir ($r=-0.247$; $p<0.05$). Hipotez 5. Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Öfke Alt Ölçeği arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır. Verilerimizin hipotezimizi desteklediği görülmüştür.

Evlilik uyum ölçeğinde 2 ile 9’ncü soruların ölçtüğü durumlardaki **anlaşıp anlaşamamaya** kişilerin **SCL-90 puanları** arasında bir anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için “Her zaman anlarız”, “Hemen her zaman anlarız”, “Ara sıra anlaşamadığımız olur” ibarelerini birleştirip “Genelde anlaşılanlar” ibaresi altında toplanılmıştır. “Sıklıkla anlaşamayız”, “Hemen her zaman anlaşamayız” ve “Hiç anlaşamayız” ibareleri de “Genelde anlaşamayanlar” olarak birleştirilmiştir.

Genelde anlaşılanlar ve genelde anlaşamayanlar olarak belirlenen bu iki grup ile “Aile bütçesini idare etme”, “Boş zaman etkinlikleri”, “Duygusal ifadesi”, “Arkadaşlar”, “Cinsel ilişkiler”, “Toplumsal kurallara uyma”, “Yaşam felsefesi”, Eşin akrabasıyla anlaşma” SCL- 90 puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığına bakmak için bağımsız örneklem testlerinden İki Ortalama Arasındaki Farkın Önemlilik Testinden faydalanılacaktır.

Bu testi uygulamamız için “gruplar bağımsız olmalı”, “gruplar normal dağılmalı”, “varyanslar homojen olmalı” olarak belirlenen üç varsayımın yerine getirilmesi gerekir. Çalışmamızdaki gruplarımız değerlendirildiğinde grupların bağımsız ve grup sayılarımızın 30’un üstünde olması nedeniyle normal dağıldığı belirlendikten sonra grup varyanslarının homojenliğini belirlemek için de Levene testi uygulanmıştır.

4.2.1. Aile bütçesini idare etme

Konusunda genelde anlaşılanlar ile genelde anlaşamayanların SCL- 90 puanları tablo 15’de gösterilmiştir.

Tablo 13.

Aile Bütçesini İdare Etme İle İlgili SCL-90 Puanları

Aile bütçesini idare etme	Kişi	SCL- 90	Levene	T testi
Genelde anlaşılanlar	144	175,9	F= 1,46	t= -3,506
Genelde anlaşamayanlar	58	198,84	p= 0,228	p= 0,001

Tablo 13 incelendiğinde grup varyanslarının homojen (F= 1,46; p=0,228) olduğu belirlenmiştir. Aile bütçesini idare etme konusunda genelde anlaşılanlar olarak tanımlanan 144 kişi ile genelde anlaşamayan olarak tanımlanan 58 kişinin SCL- 90 puanları arasında anlamlı fark tespit edilmiştir (t=-3,506; p=0,001).

Benzer şekilde boş zaman etkinlikleri konusunda genelde anlaşılanlar ile genelde anlaşamayanların SCL 90 puanları tablo 16’da gösterilmiştir.

Tablo 14.

Boş Zaman Etkinlikleri İle İlgili SCL- 90 Puanları

Boş zaman etkinlikleri	Kişi	SCL- 90	Levene	T testi
Genelde anlaşılanlar	140	177,77	F= 0,035	t= -2,357
Genelde anlaşamayanlar	62	193,14	p= 0,851	p= 0,019

Tablo 14'deki veriler incelendiğinde grupların varyanslarının homojen ($F=0.035$; $p=0,851$) olduğu belirlenmiştir. Boş zaman etkinlikleri açısından genelde anlaşılanlar olarak tanımlanan 140 kişi ile genelde anlaşamayan olarak tanımlanan 62 kişinin SCL- 90 puanları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($t=-2,357$; $p=0,019$).

4.2.2. Duygusal ifadesi

Konusunda genelde anlaşılanlar ile genelde anlaşamayanların SCL- 90 puanları tablo 15'de gösterilmiştir.

Tablo 15.

Duygusal İfade İle İlgili SCL- 90 Puanları

Duygusal ifadesi	Kişi	SCL- 90	Levene	T testi
Genelde anlaşılanlar	141	173,90	F= 0,729	t= -4,493
Genelde anlaşamayanlar	61	202,34	p= 0,394	p= 0,000

Tablo 15'deki duygusal ifade verileri incelendiğinde grupların varyanslarının homojen olduğu belirlenmiştir ($F= 0.729$; $p=0,394$). Duygusal ifadesi konusunda genelde anlaşılanlar olarak tanımlanan 141 kişi ile genelde anlaşamayan olarak tanımlanan 61 kişinin SCL- 90 puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ($t=-4,493$; $p=0,000$).

4.2.3. Arkadaşlar

Konusunda genelde anlaşılanlar ile genelde anlaşamayanların SCL- 90 puanları tablo 16'da gösterilmiştir.

Tablo 16.

Arkadaşlar İle İlgili SCL- 90 Puanları

Arkadaşlar	Kişi	SCL- 90	Levene	T testi
Genelde anlaşılanlar	133	176,05	F= 1,124	t= -2,999
Genelde anlaşamayanlar	69	194,91	p= 0,290	p= 0,003

Tablo 16'ya göre grupların varyanslarının homojen olduğu tespit edilmiştir (F= 1,124; p=0,290). Arkadaşlar konusunda genelde anlaşılanlar olarak tanımlanan 133 kişi ile genelde anlaşamayan olarak tanımlanan 69 kişinin SCL- 90 puanları arasında anlamlı fark olduğu saptanmıştır (t=-2,999; p=0,003).

4.2.4. Cinsel ilişkiler

Konusunda genelde anlaşılanlar ile genelde anlaşamayanların SCL- 90 puanları tablo 17'de gösterilmiştir.

Tablo 17.

Cinsel ilişkiler ile ilgili SCL- 90 Puanları

Cinsel ilişkiler	Kişi	SCL- 90	Levene	T testi
Genelde anlaşılanlar	143	177,24	F= 1,707	t= -2,73
Genelde anlaşamayanlar	59	195,22	p= 0,193	p= 0,007

Cinsel ilişkiler ile ilgili grup varyanslarının homojen olduğu belirlenmiştir (F= 1,707; p=0,193). Genelde anlaşılanlar olarak tanımlanan 143 kişi ile genelde anlaşamayan olarak tanımlanan 59 kişinin SCL- 90 puanları arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür (t=-2,73; p=0,007).

4.2.5. Toplumsal kurallara uyma

Konusunda genelde anlaşılanlar ile genelde anlaşamayanların SCL- 90 puanları tablo 18'de gösterilmiştir.

Tablo 18.

Toplumsal Kurallara Uyma İle İlgili SCL- 90 Puanları

Toplumsal kurallara uyma	Kişi	SCL- 90	Levene	T testi
Genelde anlaşılanlar	148	174,38	F= 1,708	t= -4,634
Genelde anlaşamayanlar	54	204,72	p= 0,193	p= 0,000

Toplumsal kurallara uyma ile ilgili grup varyanslarının homojen olduğu belirlenmiştir (F= 1,708; p=0,193). Genelde anlaşılanlar olarak tanımlanan 148 kişi ile genelde anlaşamayan olarak tanımlanan 54 kişinin SCL-90 puanları arasında anlamlı fark olduğu bulunmuştur (t=-4,634; p=0,000).

4.2.6. Yaşam felsefesi

Konusunda genelde anlaşılanlar ile genelde anlaşamayanların SCL 90 puanları tablo 19’da gösterilmiştir.

Tablo 19.

Yaşam Felsefesi İle İlgili SCL- 90 Puanları

Yaşam felsefesi	Kişi	SCL- 90	Levene	T testi
Genelde anlaşılanlar	129	175,45	F= 0,143	t= -3,143
Genelde anlaşamayanlar	73	194,93	p= 0,706	p= 0,002

Yaşam felsefesi açısından genelde anlaşılanlar ve anlaşamayanlar karşılaştırıldığında grupların varyanslarının homojen olduğu tespit edilmiştir (F= 0,143; p=0,706). Genelde anlaşılanlar olarak tanımlanan 129 kişi ile genelde anlaşamayan olarak tanımlanan 73 kişinin SCL- 90 puanları arasında da anlamlı fark olduğu saptanmıştır (t=-3,143; p=0,002).

4.2.7. Eşin akrabalarıyla anlaşma

Konusunda genelde anlaşılanlar ile genelde anlaşamayanların SCL- 90 puanları tablo 22’de gösterilmiştir.

Tablo 20.

Eşin Akrabalarıyla Anlaşma İle İlgili SCL- 90 Puanları

Eşin akrabalarıyla anlaşma	Kişi	SCL- 90	Levene	T testi
Genelde anlaşılanlar	106	174	F= 1,623	t= -2,993
Genelde anlaşamayanlar	96	191,87	p= 0,101	p= 0,003

Eşin akrabalarıyla anlaşma konusunda grupların varyanslarının homojen olduğu belirlenmiştir (F= 1,124; p=0,290). Genelde anlaşılanlar olarak tanımlanan 106 kişi ile genelde anlaşamayan olarak tanımlanan 96 kişinin SCL- 90 puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir (t=-2,993; p=0,003).

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE YORUM

Evlenme, bireyler ömür boyu mutlu olması için gerçekleştirilen bir süreç olsa da karşılaşılan ebeveyn sorunları, cinsel tatminsizlik, eşler arası aldatma, zevklerin uyuşmaması, eğitim eşitsizliği, fiziksel şiddet, maddi sıkıntılar, çocuklardan kaynaklanan problemler, evlilik süresi, eşlerin yaş farkı gibi aile içi ya da çevresel stres faktörleri eşler arasında uyumsuzluklara yol açabilmektedir. Bu uyumsuzluklar depresyon, anksiyete, duygu durum bozuklukları, somatizasyon bozukluğu ve obsesif kompulsif bozukluk gibi ruhsal problemlerle kendini gösterebilir.

Bu çalışmamızda da 2017 yılının Şubat-Temmuz ayları arasında Adana Büyükşehir Belediyesi'nin danışmanlık merkezine başvuran 39 erkek ve 163 kadın, toplam 202 evli bireyin evlilik uyumu ile ruhsal belirti tarama testi arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda evli bireylere sosyo-demografik ve evlilik bilgilerini belirlemek için "bilgi formu anketi", evlilik uyumlarını belirlemek için "Evlilik Uyum Ölçeği" ve ruhsal sorunlarını belirlemek için de "SLC-90R" Ruhsal Belirtiler Tarama Envanteri uygulanarak aralarındaki ilişki düzeyleri istatistiksel analizlerle belirlenmiştir.

Flört, aşk evliliği veya anlaşarak evlenmenin yanı sıra görücü usulüyle veya akraba evliliği gibi birçok evlilik biçimi evlilikteki uyumu olumlu veya olumsuz anlamda etkilemektedir. Evlilik uyumu üzerine yapılan çalışmalar evlilik biçimlerinin evlilik uyumunu doğrudan etkilediğini ortaya koymaktadır. Korkut ve Şendil (2008) yaptıkları bir çalışmada uyumlu evlilik oranının kendi tercihleri doğrultusunda evlenenlerde %75,4, görücü usulüyle evlenenlerde %24,6 olduğunu bildirmiştir. Bu araştırma sonucunda duyguların ifade edilmesi ve bireylerin tatmin olması açısından görücü usulünün daha olumsuz bir konumda olduğu ortaya çıkmıştır (Korkut ve Şendil, 2008, s.15-34). Görücü usulü ya da zorla yapılan evliliklerde bireylerin isteklerini net bir şekilde ifade edememeleri eşler arasında uyumsuzluğun artmasına neden olan önemli faktörlerdendir. Bu problemler zamanla cinsel sorunlarla birlikte başta depresyon olmak üzere çeşitli psikolojik bozukluklara neden olabilmektedir (Singh vd. 2009'den akt. Kahveci, 2016, s. 88). Genellikle flörtle veya karşılıklı anlaşma ile başlayan evlilikler de görülen iş bölümü veya görev paylaşımı gibi durumlar, ilişkilerin daha çok karışarak çatışmaların yaşanmasına yol açmaktadır. Bununla birlikte rollerin

net olmadığı evliliklerde ise her şeyin ilk defa denenmesi eşler arasındaki iletişimin önünü açarak problem çözme becerilerini artırmakta ve uyumlu evliliklere sebep olabilmektedir (Rhoden 2003'ten akt. Gül, 2016, s.13). Hortaçsu'nun 1999'da yapmış olduğu araştırmada, görücü usulü ile yapılan evliliklerde kadınların eşleri üzerinde daha aktif olduğu ortaya konmuştur. Kadının ev işlerinde etkili olması eşler arasındaki güç paylaşımını da dengelemiş, bu sayede de evlilik uyumunu arttıran bir unsur olarak da ortaya konmuştur (Hortaçsu, 1999, s. 29-41).

Çalışmamıza katılan tüm bireylerin %84,6'sının, görücü usulü ile evlenenlerin %86.2'sinin, anlaşarak evlenenlerin ise %80.7'sinin uyumsuz bir evlilik yaşadığı saptanmıştır. Yapılan değerlendirmelerde anlaşarak veya görücü usulü ile evlenmek evlilikteki uyum için bir etken olarak görülmemiştir. Çilli ve diğ. (2014) görücü usulü evlenen çalışan kadınlar ile tanışarak evlenen çalışan kadınlar arasında hiçbir psikolojik belirti farkının anlamlı olmadığı ile ilgili verileri çalışmamızdaki verilerle uyumlu iken, Korkut ve Şendil (2008) ve Hortaçsu (1999) ile çelişmektedir. Korkut ve Şendil (2008)'e göre anlaşarak evlenmek uyumu artırırken, Hortaçsu (1999) görücü usulüyle evlenmenin evde sosyal dengeyi sağladığı ve uyumlu bir evliliğe sebep olduğunu ileri sürmüştür. Çalışmamıza göre evlilik usullerinin evlilik uyumu üzerine etkili olmamasının nedeni değişen yaşam koşulları, erkek ve kadının sosyal statüsündeki gelişme, kadının daha fazla toplumsal yaşama girmiş olmasından kaynaklanabilir. Bu yaklaşım ölçüsünde kadının yaşama bakış açısı ile erkeğin yaşama bakış açılarının birbirine yaklaştığı evlilikteki mutluluğu evlilik usulünün değil başka faktörlerin belirlediği söylenebilir.

Evlilik biçimleri, ev işlerini paylaşım, çocuk bakımı, bireylerin duygularını ifade biçimi, boş vakitlerini nasıl geçirdikleri, birlikte mi yoksa bireysel mi değerlendirilmesi gerektiği, ekonomik durum vb. konular bireyler ve evlilik üzerinde olumlu veya olumsuz birçok sonuç doğurabilmektedir (Küçükçelik, 2015, s.9-10). Pakistan'da demografik değişkenler ve duygusal zekânın evlilik uyumu üzerine etkisi noktasında yapılan bir çalışmada, demokratik değişkenler içerisinde yer alan çocuk sayısının bireyler arasındaki uyuma doğrudan etki ettiği ve çocuk sayısı arttıkça bireyler arasındaki uyumun da olumsuz anlamda etkilendiği bildirilmiştir. Bunun nedeni ortaya çıkan yenilikler çerçevesinde ekonomik güçlüklerin artmasıyla birlikte zaman kısıtlaması ve iş bölümü noktasında çatışmaların yaşanmasına bağlanmıştır (Batool ve Khalid, 2012'denakt. Gül, 2016, s. 11). “Aile Sistem Teorisi”ne göre “ebeveynin birbiriyle olan ilişkisi”, “ebeveyn çocuk ilişkisi” ve “kardeşlerin birbiriyle olan

ilişkileri” evlilik doyumunu etkileyen aile içi faktörlerdir. Sistemdeki ilişkilerden birisinde meydana gelen duyguların ve davranışların niteliğindeki değişiklik, diğerlerinin ruhsal sağlığını olumlu ya da olumsuz bir şekilde etkilemektedir (Hakvoort vd., 2010’dan akt. Özbey, 2012, s.44). Bu çalışmada evlilik uyum ölçeği ile çocuk sayısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir.

Evlilik uyumu, eşlerin bedensel ve ruhsal sağlığı üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Kişiler arası ilişkilerin algılanış biçimi, eşlerin sorun çözme becerileri evlilik uyumunu etkileyen önemli faktörlerdir. Ailede stresle baş etmede başvurulan boyun eğici ve çaresiz yaklaşım biçimleri özellikle kadınların evlilik uyumunu azaltırken psikolojik belirtilerin de artmasına neden olmaktadır (Yüksel ve Dağ, 2015, s. 181). “Evlilik Geçimsizliği Modeli”ne göre eşlerin psikolojik sorunlar yaşamasının en temel etkeni evlilik uyumundaki sorunlardır. Bu modele göre, evliliklerdeki sözel saldırganlık, fiziksel saldırganlık, boşanma tehdidi, eşin dozu artan aşağılama, eleştiri veya suçlama davranışları aile içinde stres seviyesini yükselmesine ve depresyon semptomlarının ortaya çıkmasına neden olur.

Bu çalışmada evlilik uyum ölçeğine göre uyumlu ve uyumsuz bireylerin SCL 90 psikolojik belirti tarama testi sonuçları karşılaştırıldığında ölçeğin tüm alt boyutları açısından uyumsuz bireylerde uyumlulara göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu gözlemlenmiştir. Psikolojik belirtiler evlilikleri uyumsuz olan bireyler tarafından daha fazla belirtilmektedir.

Erkekler stresli olduklarında kendileriyle birlikte eşlerinin de depresyon semptomu gösterdikleri ifade ederek uyumsuz baş etme stratejisini kullanma eğilimindedirler (Yüksel, 2013, s.75). “Etkileşimsel Model”e göre depresyona giren bireyler etrafında bulunan insanlara karşı reddetme tepkisi gösterirler. Bununla birlikte depresyona giren kişilerin yakın akrabalarından sosyal destek ihtiyacına girdikleri de bilinmektedir. Bu isteklerinin karşılık bulmaması ya da tatmin olmaması hem yakınlarına hem de eşine karşı öfke ve kızgınlık duymasına neden olur (Rehman ve diğ., 2008, s. 317-324). “Stres Oluşum Modeli”ne göre de depresyondaki kişiler farkında olmadan daha fazla stresin oluşumuna neden olacak davranışlar sergilemektedir. Depresyon belirtileri göstermeye başlayan kadınlar, tartışma sırasında eşlerinin kendilerini eleştirmesi beklentisinde olurlar. Ayrıca, eşlerin sosyal destek talepleri karşısında olumsuz davranışlarda bulunarak eşin depresyon belirtilerinde artışa neden olduğu belirtilmiştir (Yüksel, 2013, s. 75-76).

Bu alımda Evlilik uyum leği ile SCL-90 Depresyon Alt leği arasında %95 güven düzeyinde anlamlı doğrusal ancak (negatif) zayıf bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Literatürde de değinildiği gibi depresif belirtilerin ortaya çıkması evlilik uyumunun doğrusal bir Şekilde azalmasına yol açmaktadır.

Pasif duygu ve davranışlarla karakterize olan anksiyete durumunda ie dönüklük ve dürtüsel algılar artmakta ve kendilerine yönelik daha fazla olumsuz duygulanım yaŐanmaktadır. Anksiyeteli bireyler, çatışma zmek için gerekli becerilere sahip olmadıkları için çatışma yaşamaktan kaçınma eğilimine girerler. zmszlk sonucunda oluşan öfke belirtileri intikam tepkilerine dönüşerek agresif veya pasif agresif davranışlar sergilenmektedir (Hisli Şahin ve diğ., 2011, s.108-112). Çilli ve diğ. (2014), ev kadınları ve çalışan kadınların psikolojik belirtilerini incelediği bir çalışmasında; çalışan kadınlara göre ev kadınlarının, niversite mezunu kadınlara göre de lise mezunu kadınların anksiyete, fobi, paranoid, psikotik, somatizasyon ve global Şiddet indeksi puanlarını yüksek bulmuştur. Aksoy (2006, s. 61) da anksiyetenin cinsel işlev bozukluklara öncül bir durum oluşturacak derecede etkili olduğunu bildirmiştir.

Bu çalışmada evlilik uyum leği ile SCL-90 Anksiyete Alt leği arasında %95 güven düzeyinde anlamlı doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki bulunmuştur. Evli bireylerin anksiyete belirtilerinin artması evlilik uyumunu azaltacak önemli bir faktör olup literatüre göre devamlı Şikayet ve endişe duygusu eşler arasında bir ilgi azalmasına neden olacaktır. Anksiyeteli bireylerin çatışmayı zme becerilerinin olmaması da evlilikte meydana gelen sorunların daha da derinleşmesine yol açarak öfke ve intikam duygularıyla boşanma ya da ayrılmalara sebep olabilecektir.

Genellikle depresyon ve anksiyete ile birlikte görülen somatizasyon; çoğu psikiyatrik rahatsızlığın gelip geçici yakınması ya da temel belirtisi, öğrenilmiş bir davranış Şekli, çeşitli faktörlere bağlı olarak ortaya çıkan stres ifadesi, bazı kişilik bozukluklarının temsili olarak bilinir (zen vd. 2010, s.60-65). Somatizasyon, sosyoekonomik düzeyi ve eğitim seviyesi düşük bireyler ve ev hanımlarında daha fazla görülen bozukluk olup erkeklere göre kadınlarda 1/5-1/10 derecesinde daha fazla karŐılaŐılır. Hastaların çoğunda yalancı nörolojik baş ağrısı ve sıkıntı problemleri bulunmaktadır (Yıldız ve Akyol, 1995, s.344-347). zmen ve diğ. (1993), de evli olan kadınların somatik belirtilerle polikliniğe başvurma oranlarını evli olmayan kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur.

Fidanoğlu (2007, s.1), evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri ve sosyodemografik değişkenlerle ilişkisini incelediği araştırmasında somatizasyonla

anlamli derecede iliskili bulunan değişkenlerin cinsiyet, eğitim, sosyal güvence, kız çocuğuna sahip olma, bireysel ve ailevi sağlık durumu, kilo farkı ve evlilik süreleri olduğunu bildirmiştir. Diğer yandan, çift uyumu ile somatizasyon arasında negatif yönde zayıf bir ilişkinin bulunduğu da ifade edilmiştir. Salgar'ın (2016)'a göre eşinden şiddet görmüş kadınların somatizasyon düzeylerinin yükseldiğini bildirmektedir. Uğur (2015) de depresyon, ruhsal belirtiler ve somatizasyon arasında pozitif bir ilişki olduğunu bildirmiştir. Ayrıca, bedensel duyuları abartma ile somatizasyon arasındaki ilişkinin bayanların yaşları, medeni durumları, çocuklarının olup olmaması ve çalışma durumuna bağlı olmadığını da saptamıştır.

Bu çalışmada Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Somatizasyon Alt Ölçeği arasında %95 güven düzeyinde anlamlı doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki saptanmıştır. Literatüre ve bulgularımıza göre somatizasyon puanı azaldıkça evli çiftlerin ilişkisindeki doyum, fikir birliği, duyguların ifadesi ve genel evlilik uyumunun artacağı anlaşılmaktadır. Bulgularımız Fidanoğlu (2007) ile uyumludur.

Obsesif kompulsif bozukluğu bulunan bireylerin evlilik oranları oldukça düşüktür. Bunun nedeni kişilerin sürekli ilişki kurma sorunu yaşamaları, cinsel deneyimlerinin kısıtlı olması ve hastalık sürecinde oluşan cinsel doyumsuzluk yaşamaları olabilir. Aksaray ve diğ. (2001) yaptıkları bir çalışmada OKB hastalarının kaçınma düzeylerinin daha yüksek olduğu, cinsel olarak daha az uyarıldıkları ve bu hastalarda anorgazminin daha sık gözlendiği belirlenmiştir. Vulink ve diğ. (2006) OKB hastalarının cinsel birlikteliklerden kaçındığını ancak cinsel ilişki sıklığında bir değişiklik göstermediği tespit etmiştir. OKB'li hastalarda cinsel işlev bozukluklarının en önemli sebebinin cinsel istek fazı ile iliskili olabileceği, cinsel iliskiden kaçınmaların ise cinsel ilişki sonrasında olağanın ötesinde temizlenme davranışları göstermeleri olabileceği bildirilmiştir (Aksoy, 2006, s.47-57). Aksoy ve diğ. (2012) ise OKB'da cinsel ilişki sıklığında meydana gelen problemin kadın hastalarda %63,6, erkeklerde ise %57,1 olarak belirlemiştir.

Gezen ve Oral (2013) şiddet gören kadınlar ile kadın sığınma evinde yaşayan kadınlarla ilgili yapmış olduğu çalışmasında katılımcıların güvenli bağlanma ile somatizasyon ve obsesif-kompulsif bozukluk düzeyleri arasında ters yönlü bir ilişki tespit etmiştir. Fidanoğlu (2007) bireylerin medeni durumlarına, çocuk olup olmamasına, eğitim düzeylerine, çalışma durumlarına, sağlık problemlerinin olup olmamasına, yaşlarına göre gruplar arasında obsesif kompulsif puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Diğer yandan bireylerin obsesif-

kompulsif alt ölçeğinden aldıkları puanlar ile “bedensel duyuları abartma ölçeği” ve “somatizasyon ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Çalışmamızda Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Obsesif-Kompulsif Alt Ölçeği arasında %95 güven düzeyinde anlamlı doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki belirlenmiştir. Araştırmamıza göre OKB olan evli bireylerde obsesif kompulsif puanı arttıkça bireylerin evlilik uyumları zayıf da olsa doğrusal olarak düşme eğiliminde olduğu literatür verileri ile paralellik göstermektedir.

İnsanların duyguları “sert” ve “yumuşak” olarak ikiye ayrılabilir. “Öfke”, “aşağılama”, “şiddet” gibi sert duygular ilgili kişiye saldırı niteliğini taşıdığı için ilişkiler arasında yıkıcı bir iletişime yol açacaktır. “Üzüntü”, “incinme” gibi yumuşak duygular ise partnerlerde “empati kurma”, “önemseme”, “anlayışlı olma” gibi tepkilere sebep olacaktır. Bu nedenlerle evlilik uyumundan alınacak doyum oranı da eşlerin birbirine karşı sert ve yumuşak duygu ifadelerini ne sıklıkla kullandıklarıyla ölçülebilmektedir (Sanford, 2007, s. 65-90).

Evliliklerde öfke, aşağılama, üzüntü ve kaygı duygularının sıklıkla; ilgi, sevgi ve mizah duygularının ise daha az ifade edilmesi evlilik doyumunun azalmasına neden olan en önemli faktörlerdir (Mattson ve diğ. 2011, s.532-546). Güvenli bağlanma şeklinde eşler öfkesini daha yapıcı ve işlevsel olarak aktarırken, güvensiz/kaygılı bağlanma şeklinde eşlerden biri diğerinde olumsuz bir etki yaratacak şekilde ifadelerini seçmektedir. Güvensiz bağlanan bireylerin evlilik ilişkilerinde daha fazla negatif ve daha az pozitif duygu deneyimlediği görülürken (Simpson ve diğ., 2007, s. 355-367), güvenli bağlanma gösteren evliliklerde eşler dışa vurdukları duygusal tepkilerle ilişki kalitesini artırır, ilişkide yaşanan zorluklarla mücadeleye yardımcı olur, eşinin iyilik halini sürdürmesine ve kişisel gelişiminin desteklenmesine aracı olur (Mikulincer ve Shaver, 2005, s. 149-168). Civan (2011) da duygu dışavurum tarzları ile evliliğin niteliği arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, “öfke duygusu” ile ilgili değerlendirmesinde öfke duygusuna karşı serinkanlılıkla cevap veren kadınların algıladıkları evlilik uyumlarının arttığı ancak erkeklerin ise düştüğünü bildirmiştir.

Çalışmamızda Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 Öfke Alt Ölçeği arasında %95 güven düzeyinde anlamlı doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. Literatüre göre öfke duygusunun artması partnerler arasında evlilik doyumunu azaltacak ve uyumsuzlukları artıracak güçlü bir etkendir. Çalışmamız verilerine göre öfke ile evlilik uyumu arasında doğrusal negatif ilişki literatürle uyumlu bulunmuştur.

TÜİK'in 2016 yılı araştırmasına göre en az bir kez boşanmış bireylerin boşanma nedenleri incelendiğinde; Türkiye genelinde en fazla boşanma nedeni %50,9 ile sorumsuz ve ilgisiz davranma, %30,2 ekonomik sorunlar, %24,3 eşlerin ailelerine karşı saygısız davranması sorununun olduğu belirlenmiştir. Eşlerin uyumsuz evlilik sonrası boşanmasına sebep olan faktörlerin cinsiyete göre değerlendirilmesinde; kadınlar için %61,5 sorumsuz ve ilgisiz davranma, %42,6 ekonomik sıkıntılar, %36,4 dayak/kötü muamele olurken, erkekler için %40,2 sorumsuz ve ilgisiz davranma, %24,5 eşin ailesinin aile içi ilişkilere karışması, %24 ise eşlerin ailelerine karşı saygısız davranması boşanma nedeni olarak belirlenmiştir (TÜİK, Haber Bülteni, Ocak 2017).

Çalışmamızda “Aile bütçesini idare etme”, “Boş zaman etkinlikleri”, “Duygusal ifadesi”, “Arkadaşlar”, “Cinsel ilişkiler”, “Toplumsal kurallara uyma”, “Yaşam felsefesi”, “Eşin akrabalarıyla anlaşma” konularında genelde anlaşanların genelde anlaşamayanlara göre SCL- 90 puanları arasında anlamlı negatif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. TÜİK (2016) verilerinden de anlaşıldığı gibi boşanmaların en önemli sebeplerinin sorumsuz ve ilgisiz davranma, ekonomik sorunlar, eşlerin ailelerine karşı saygısız davranması olduğu anlaşılmaktadır. Bu çalışmada evlilik uyum ölçeğinde uyumsuzluk yaşanan alanların değerlendirildiği alt ölçek düzeylerinin her birinde anlaşanlar ve anlaşamayanlar arasında ruhsal belirti tarama puanları ile istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır. TÜİK verilerine göre en sık boşanma nedenleri arasında sayılan etkenler aynı zamanda bireylerde ruhsal belirtilerin bu alt alanlarda anlaşanlara göre daha fazla ortaya çıktığı ve boşanmanın kaçınılmaz olmasına ek katkı sağladığı düşünülebilir. Bu sorun alanları nedeniyle yaşanan stresin uygun başa çıkma yöntemleri yerine özellikle boyun eğici ve kabullenme yaklaşımı ile atlatılmaya çalışılması evlilik uyumunu azaltırken psikolojik belirtilerin de artışına neden olduğu şeklinde yorumlanmıştır.

BÖLÜM VI

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu çalışmada, Adana Büyükşehir Belediyesi'nin danışmanlık merkezine çeşitli nedenlerle başvuran 202 evli çiftin evlilik uyumu ile ruhsal belirtileri arasındaki ilişki

“Evlilik uyum ölçeği” ve “SCL-90R ölçekleri”ne göre değerlendirilerek aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir;

- Çalışmamıza katılan evli bireylere uygulanan evlilik uyum ölçeğine göre evli bireylerin %84,6'sının evliliklerinde uyumsuz olduğu belirlenmiştir.
- Sosyodemografik form ile evlilik uyum ölçeği ve SCL-90 puanları arasındaki ilişkinin genellikle anlamsız ve zayıf doğrusal ilişki olduğu belirlenmiştir.
- Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 depresyon, anksiyete, somatizasyon, obsesif kompulsif ve öfke alt ölçeklerinden oluşan değişkenler arasında saçılım graflerine göre doğrusal (negatif) zayıf bir ilişki olduğu belirlenmiştir.
- Evlilik uyum ölçeği ile SCL-90 alt ölçekleri arasında istatistiksel anlamlılık düzeyi %95 güven düzeyinde ($\alpha=0.05$) anlamlı bulunmuştur.
- Değişkenlerin istatistiksel zayıf anlamlılık ($p<0.05$) verileri; depresyon $r=-0.372$, anksiyete $r=-0.398$, somatizasyon $r=-0.327$, obsesif kompulsif $r=-0.319$, öfke $r=-0.247$ olduğu belirlenmiştir.
- Çalışmaya katılan evli bireylerden genelde anlaşılanlar ve genelde anlaşılamayanlar olarak belirlenen gruplar ile “Aile bütçesini idare etme”, “Boş zaman etkinlikleri”, “Duygusal ifadesi”, “Arkadaşlar”, “Cinsel ilişkiler”, “Toplumsal kurallara uyma”, “Yaşam felsefesi”, “Eşin akrabasıyla anlaşma” konularındaki SCL- 90 puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki ($p: 0,000 - p: 0,019$) olduğu tespit edilmiştir.
- Genelde anlaşılanlar ve genelde anlaşılamayanların SCL- 90 puanları arasındaki T testi istatistiksel analiz verileri: Aile bütçesini idare etmede $t=-3,506$, $p=0,001$; Boş zaman etkinliklerinde $t=-2,357$, $p=0,019$; Duygusal ifadesinde $t=-4,493$, $p=0,000$; Arkadaşlar konusunda $t=-2,999$, $p=0,003$; Cinsel ilişkilerde $t=-2,73$, $p=0,007$; Toplumsal kurallara uymada $t=-4,634$; $p=0,000$; Yaşam felsefesinde

$t=-3,143$, $p=0,002$; Eşin akrabalarıyla anlaşmada $t=-2,993$, $p=0,003$ olduğu belirlenmiştir.

6.2. Öneriler

Çalışmadan elde edilen bulgulara göre evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler envanterine yönelik yapılacak çalışmalarda;

- Araştırma örnekleminin daha geniş bir evrenden seçilmesi sonucunda çalışma bulguları genellenebilir ve güvenilirliği artırabilir.
- Araştırmalardaki örneklemin daha fazla olması bulguların daha sağlıklı olmasını sağlayabilir. Çalışmamızdaki sınırlılık erkek katılımcı sayısının yetersizliğidir.
- Araştırmalarda çift uyumunun daha sağlıklı değerlendirilebilmesi için her iki eş ile anket yapılması daha çok bulgu elde edilmesini sağlayabilir.
- Çalışmada uygulanan “SCL-90R” ve “Evlilik Uyum Ölçeği”nin eşlerin her birine ayrı ayrı uygulanması eşler arası düşünce ve duygu farklılıklarının belirlenmesine önemli katkılar sunabilir.
- Bu çalışmada anlaşılmıştır ki danışmanlık merkezlerine başvuranların büyük çoğunluğunda evlilik uyumunda sorunlar olduğu görülmektedir. Bu sorunların ruhsal belirtiler için etken olabileceği düşünülebilir. Bu açıdan bu tür danışmanlık merkezlerinde evlilik uyumu konusunda değerlendirmelerin yapılabileceği rutin tarama yöntemleri geliştirilebilir ve bu konuda danışanlara destek verecek personeller eğitilebilir.
- Belediyelerde bu tür danışmanlık merkezlerinin açılması ve var olan danışmanlık merkezleri daha da geliştirilmesi insan ve toplum sağlığı açısından faydalı bir katkı sağlayabilir.
- Bu merkezlere başvuranların evlilik uyumlarının da rutin değerlendirilmesi, bunun için rutin tarama ölçütlerinin ve ölçeklerinin geliştirilmesi ve bu şekilde alanda sorunların farkındalığının artırılması sağlanabilir.

7. KAYNAKÇA

- Akar, H. (2005). Psikiyatrik yardım talebi olanlar ile yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan bireylerde; çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması. Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi, İstanbul.
- Akkaya, C. (2005). Depresyon etiyolojisinde serotonin ve noradrenalin. *Yeni Symposium* 43(3), 91-96.
- Aksaray, G., Güleç G., Fidan, T., Kaptanoğlu, C., Eşsizoğlu, A. & Yazıcıoğlu, Y. (2013). *Aile Psikolojisi ve Eğitimi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını.
- Aksaray, G., Yelken, B., Kaptanoğlu, C., Oflu, S., Ozaltun, M. (2001). Sexuality in women with obsessive compulsive disorder. *J SexMaritalTher.*,27(3), 273-277.
- Aksoy, U. M. (2006). Obsesif kompulsif bozukluk ve panik bozukluğu hastalarındaki cinsel işlev bozukluklarının karşılaştırılması. Uzmanlık Tezi, Sağlık Bakanlığı Bakırköy Ord. Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.
- Aksoy, U. M., Aksoy, Ş.G., Maner, F., Gokalp, P., Yanık, M. (2012). Sexual dysfunction in obsessive compulsive disorder and panic disorder. *Psychiatria Danubina*, 24(4), 381-385.
- Almas, G. (2010). Evlilikte uyum ve inanç gelişimi arasındaki ilişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.
- Altınel, T. (2008). Edirne şehir merkezindeki 15-49 yaş kadınlarda ruhsal durum ve etkileyen faktörler. Uzmanlık Tezi, Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi, Edirne.
- Aslan Üçkardeş, E. (2015). Kırsal bir bölgede psikiyatri polikliniğine başvuran olguların psikiyatrik tanı dağılımı ve sosyodemografik özellikleri. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 28, 8-16
- Aydemir, S. (2015). Otizmli çocukların ebeveynlerinin evlilik uyumlarının, başa çıkma stratejilerinin ve sosyal destek algılarının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Basım, N. & Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.

- Belanger, C., Sabourin, S. & El-Baalbaki G. (2012). Behavioral correlates of coping strategies in close relationships. *Europe's Journal of Psychology*, 8(3), 449–460.
- Bhatia, S.C. & Bhatia, S.K. (1999). Depression in women: diagnostic and treatment considerations. *American Family Physician*, 60(1), 225-240.
- Bodenmann, G., Ledermann, T., & Bradbury, T.N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships*, 14, 407–425.
- Camras, L., Kolmodin, K., Chen, Y. (2008). Mother' self-reported emotional expression in Mainland Chinese, Chinese American and European American families. *International Journal of Behavioral Development*, 32, 459-463.
- Canel, A.N., 2012. *Evlilik ve Aile Hayatı*, T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, İkinci Baskı, İstanbul.
- Canel, N. (2007). Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü İstanbul.
- Çağ, P. & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişki ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23.
- Çakır, S (2008). Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana-babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çilli, A.S. Kaya, N., Bodur, S., Özkan, İ., Kucur, R. (2014). Ev kadınlarında ve çalışan evli kadınlarda psikolojik belirtilerin karşılaştırılması. *Genel Tıp Derg*;14(1),1-5.
- Çimen S. E. (2007). Görücü usulü ve anlaşarak evlenen bireylerin çeşitli sosyal psikolojik faktörler yönünden karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N. & Alpkan L.R. (2005). Evlilik Uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erişti, A. (2010). Bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki, Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Fidanoğlu, O. (2007). Evlilik uyumu ile eşlerin somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişki ve diğer sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Geçtan, E. (1984). *Çağdaş yaşam ve normal dışı davranışlar*. Ankara: Maya.

- Gross, J.J. & John, O.P. (1997). Revealing feelings: facets of emotional expressivity in self-reports, peer ratings and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 435-448.
- Gül, G. (2016), Evlilik biçimleri açısından evlilik uyumu, ilişkilerde yüklenme tarzları ve psikolojik dayanıklılık değişkenlerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Havutçu, A. (t.y). Mukayeseli hukuktaki gelişmeler ışığında türk medeni kanunu. *Journal of Yaşar Universty*, 8, 1341-1382.
- Hisli Şahin, N., Durak Batıgün, A. & Uzun, C. (2011). Anksiyete bozukluğu: Kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfke açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Derg.*, 12, 107-113.
- Hortaçsu, N. (1999). The first year of family- and couple - initiated marriages of a turkish sample: a longitudinal investigation. *International Journal of Psychology*, 34, 29-41.
- Hünler, O. S., & Gençöz, T., (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Kabasakal, Z. & Soylu, Y. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelenmesi, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(21), 208-214.
- Kahveci G. A. (2016). Evli çiftlerde evlilik uyumu, evlilik çatışma biçimi ve depresyon düzeylerinin değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Kalkan, M. (2002). Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi, Doktora Tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kaya, M. (2007). Tıp fakültesi ve sağlık yüksekokulu öğrencilerinde depresif belirti yaygınlığı, stresle başa çıkma tarzları ve etkileyen faktörler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 137-146.
- Kelleci, M. (2007). Fiziksel hastalıkla birlikte depresyonu olan hastaların hemşirelik bakımı. *İ.Ü.F.N. Hem. Derg.*, 15(58), 54-60.
- Kennedy-Moore, E., Watson, J.C. (2001). How and when does emotional expression help? *Review of General Psychology*, 5, 187-212.

- Kerr, S.L., Melley, A.M., Travea, L. & Pole, M. (2003). The relationship of emotional expression and experience to adult attachment style. *Individual Differences Research*, 1, 108-123.
- Kesebir, S. (2004). Depresyon ve somatizasyon. *Klinik Psikiyatri*, (Ek 1), 14-19.
- Kocabaşoğlu, N. (2008). *Anksiyete bozukluklarına genel bir bakış. İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi sürekli tıp eğitimi etkinlikleri*. Türkiye'de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar Sempozyum Dizisi No:62, Mart, 175-184.
- Korkut Y. ve Şendil, G. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi, *Türk Psikiyatri Dizin*i, 28, 15-34.
- Küçükçelik, Z. M. (2015). İlişkiye dair inançlar ve bilişsel çarpıtmaların evlilik uyumuna etkisi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Lazarus, R. (1994). Stresle başa çıkma tarzınız: dostunuz ya da düşmanınız (Çev. N. Rugancı). *Stresle başa çıkma. Olumlu bir yaklaşım* (Ed. N. Şahin), Türk Psikologlar Derneği Yayınları: 2, 59-63.
- Lipowski, Z.J. (1990). Somatization and depression. *Psychosomatics*, 31, 13-21.
- Matson, R.E., Frame, L.E., Johnson, M.D. (2011). Premarital affect as a predictor of postnuptial marital satisfaction. *Personal Relationships*, 18, 532-546.
- Mikulincer, M., Shaver, P.R. (2005). Attachment the oryandemotions in close relationships: exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal Relationships*, 12, 149-168.
- Nolen-Hoeksema, S. & Grayson, C. (1999). Explaining the gender difference in depressive symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(5), 1061-72.
- Ovalı, H. (2010). Farklı coğrafi bölgelerde yaşayan bireylerin evlilik çatışmalarının çeşitli demografik özelliklere göre karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özaydınlık, Ş. (2014). Evli çiftlerin evlilik uyumu ile kişilik özellikleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özbey, S. (2012). Ebeveynlerin evlilik uyumu ve algıladıkları sosyal destek ile altı yaş çocuklarının problem davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi* 20(1), 43-62.

- Özden, Ç. N. (2014). Evlilik uyumu ve olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özen, E. M., Serhadlı, Z. N. A., Türkcan, A. S. & Ülker, G. E. (2010). Depresyon ve anksiyete bozukluklarında somatizasyon. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 23, 60-65.
- Özgan, A.Y. (2012). Depresyon, *Cerrahpaşa Öğrenci Bilimsel Dergisi*, 5(6), 1-5.
- Özgüven, İ. E. (2001). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Pdrem yayınları.
- Özmen, E., Demet, M.M., Gülseren, L. & Kültür, S. (1993). Somatik yakınmalar ile psikiyatri polikliniğine başvuranlarda DSM-III-R tanıları. *Düşünen Adam*, 6(1-2), 16-21.
- Özüğurlu B., (1990). *Evlilik ve aile*. İstanbul: Nobel Yayınları,
- Randall, A.K. & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationship sandmarital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29,105–115.
- Rehman, U., Gollan, J., Mortimer, A. (2008). The marital context of depression: Research, limitations, andnewdirections. *Clinical Psychology Review*, 28, 317-324.
- Saatçioğlu, Ö. (2001). Yaygın anksiyete bozukluğunun tedavisi ve yeni yaklaşımlar. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*,11, 60-77.
- Salgar, A. (2016). Şiddet gören ve görmeyen kadınların otomatik düşünce ve somatizasyon düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sanford, K. (2007). Hard and soft emotion during conflict: investigating married couples and other relationships. *Personal Relationships*, 14, 65–90.
- Sardoğan, M.E. & Karahan, T.F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programının evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 89-102.
- Savrun, M. (1999). *Depresyonun tanımı ve epidemiyolojisi*. İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Depresyon, Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller Sempozyumu 2-3 Aralık, İstanbul, 11-17.
- Seligman, M. E. P. (2007). *Gerçek mutluluk* (Çev. S. Kunt,), Ankara: HYB Yayınları.
- Sezen, L. (2005). Türkiye'de evlenme biçimleri. *A.Ü. Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 27,185-194.

- Simpson, J.A., Collins, W.A., Tran, S. & Haydon, K.C. (2007). Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: A developmental perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 355-367.
- Soysal, E. (2017). Evli bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları, ilişkilerde bilişsel çarpıtmaları ve yüklemelerinin evlilik uyumunu yordaması. Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Şener, A. & Terzioğlu, G. (2002). Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması. Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı, Ankara.
- Tezer, E., (1994). Evli eşler arasındaki çatışmalar ile çeşitli demografik değişkenlerin evlilik doyumuna etkisi: Kadın eşin bir işte çalıştığı ve çalışmadığı eşler üzerinde bir araştırma, *Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmoloji Dergisi*, 2, 209-217.
- Tinker, A. (2000). Women's health: the unfinished agenda. *International Journal of Gynaecology & Obstetric* 70(1),149-58
- Turğut, M., Feyzioğlu, S. (Ed.) (2014). *Türkiye Aile Yapısı Araştırması (TAYA): Tespitler, Öneriler*. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Araştırma ve Sosyal Politika Serisi 07, İstanbul.
- Tutarel Kışlak, Ş. & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 2(5), 35-42.
- Tutarel Kışlak, Ş. & Göztepe, I. (2012). Duygu dışavurumu, empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2) 27-46.
- Tuzcu, A. (2017). Evli bireylerde kişilik özelliklerinin evlilik uyumu ve evlilik doyumuna üzerine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- TÜİK, Haber Bülteni, 2017 (Mart). Aile Yapısı Araştırması (2016).
- TÜİK, Haber Bülteni, 2017 (Ocak). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri (2016).
- Türk Medeni Kanunu (4721 S.K), Resmi Gazete, 24607 (Aralık, 2001).
- Uğur, M. (2015). Evli ve bekâr kadınlarda somatizasyon ve ilişkili faktörler. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul,
- Vulink, N.C.C., Denys, D., Bus, L. Westenberg, H.G.M. (2006). Sexual pleasure in women with obsessive compulsive disorder? *Journal of Affective Disorder*, 91(1), 19-25.

- Yardımlı, N. (2001). Cinsiyet; sağlık ve yoksulluk. *Aktüel Tıp Dergisi*, 6(1), 78-82.
- Yıldırım, İ. (2004). Eş destek ölçeğinin geliştirilmesi, *PDR dergisi*, 3(22), 19-26.
- Yıldız M.& Akyol A. (1995). Somatizasyon ve konversiyon bozuklukları: Karşılaştırmalı bir çalışma. *Turgut Özal Tıp Merkezi Dergisi*, 2(4), 344-347.
- Yüksel Ö. & Dağ, İ. (2015). Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(3),181-8
- Yüksel, Ö. (2013). Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.



8. EKLER

Ek 1. Onam Formu

BELEDİYENİN DANIŞMANLIK MERKEZİNE BAŞVURAN DANIŞANLARIN EVLİLİK UYUMU VE RUHSAL BELİRTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİNE BAĞLI KESİTSEL ÇALIŞMA

BİLGİLENDİRME VE ONAM FORMU

Evlilik, iki kişinin aile kurmak üzere kanunların uygun gördüğü şekilde, ruhen ve bedenen bir ömür boyu sürecek şekilde bir araya gelmesidir.

İki bireyin birbirini eş seçerek oluşturdukları “evlilik birliği” toplumun en küçük birimi olan aileyi, dolayısıyla da bir sistemi oluşturmaktadır. Evlilik ile ortaya çıkan yeni sistem kendi sürekliliği için üyelerini işlevsel olmaya zorunlu kılar ve bireyin işlevselliğinin bozulması halinde tümüyle sistemde aksamalar oluşur.

Doç. Dr. Soner Çakmak ve Psikoloji yüksek lisans öğrencisi Fazıl Çağrı Oğuz tarafından yürütülmekte olan bu çalışmada belediyenin danışmanlık merkezine başvuran evli danışanların evlilik uyumları ile ruhsal belirtileri arasındaki ilişki incelenmeye çalışılacaktır. Amaç danışma merkezine başvuran danışanların evlilik uyumlarıyla ruhsal belirtileri arasındaki ilişkinin incelenip bu alanda çalışan, ruh sağlığı çalışanlarına ve bu alanda okuyan öğrencilere öncülük etmektedir.

Araştırma sonuçları bilimsel amaçla kullanılacak, kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır. Bu çalışmaya katılmama ve katıldıktan sonra çekilme hakkınız bulunmaktadır. Çalışmaya katılmamanız terapi sürecinizi hiçbir şekilde etkilemeyecektir. Ek bilgi talebiniz olursa sözlü olarak karşılanacaktır.

Bu çalışmaya katılmayı kabul ediyorsanız lütfen aşağıdaki bölüme adınızı soyadınızı yazıp tarih ve imza atınız.

YUKARIDA BELİRTİLEN KOŞULLAR ÇERÇEVESİNDE KLİNİK GÖRÜŞME
VE PSİKOLOJİ TESTLERİN UYGULANMASINI KABUL EDİYORUM.

ADI SOYADI : BİLGİLENDİRMEYİ YAPAN

VE ONAMI ALAN :

TARİH : TARİH :

İMZASI : İMZASI :

TANIK :

İMZASI :



Ek 2. Sosyodemografik Veri Formu

1. **Ad, Soyadı** :
2. **Yaşınız** :
3. **Cinsiyet** :
 - a) Erkek
 - b) Kadın
4. **Evlilik Süresi** :
5. **Evlilik Yaşı** :
 - a) Sizin
 - b) Eşinizin
6. **Evliliğiniz Görücü Usulü mü? Anlaşarak mı?**
Belirtiniz
7. **Eğitim düzeyiniz?**
 - a) İlköğretim
 - b) Lise
 - c) Yüksek okul veya Üniversite
 - d) Diğer ise belirtiniz
8. **Sahip Olduğunuz Çocuk Sayısı**
Belirtiniz
9. **Gelir Düzeyiniz Nedir?**
 - a) 1000 tl'nin altında
 - b) 1000 ile 2000 tl arasında
 - c) 2000 tl ve üstü

Ek 3. SCL-90-R (Psikolojik Belirti Tarama Listesi)

ADI, YAŞ:..... CİNSİYET:..... MESLEĞİ:.....
 SOYADI:.....

AÇIKLAMA: Aşağıda zaman zaman herkeste olabilecek yakınmaların ve sorunların bir listesi vardır Lütfen her birini dikkatle okuyunuz. Sonra bu durumun bu gün de dahil olmak üzere son üç ay içerisinde ne ölçüde huzursuz ve tedirgin ettiğini gösterilen şekilde numaralandırarak işaretleyiniz.

Hiç : 0 Örnek: 1. (2) Baş ağrısı
 Çok az : 1
 Orta derecede : 2
 Oldukça fazla : 3
 İleri derecede : 4

1. () Baş ağrısı
2. () Sinirlilik ya da içinin titremesi
3. () Zihinden atamadığınız tekrarlayan, hoş gitmeyen düşünceler
4. () Baygınlık ya da baş dönmesi
5. () Cinsel arzu ve ilginin kaybı
6. () Başkaları tarafından eleştirilme duygusu
7. () Herhangi bir kimsenin düşüncelerinizi kontrol edebileceği fikri
8. () Sorunlarınızdan pek çoğu için başkalarının suçlanması gerektiği duygusu
9. () Olayları anımsamada güçlük
10. () Dikkatsizlik ya da sakarlıkla ilgili düşünceler
11. () Kolayca gücenme, rahatsız olma hissi
12. () Göğüs ya da kalp bölgesinde ağrılar
13. () Caddelerde veya açık alanlarda korku hissi
14. () Enerjinizde azalma veya yavaşlama hali
15. () Yaşamınızın sonlanması düşünceleri
16. () Başka kişilerin duymadıkları sesleri duyma
17. () Titreme

18. () Çoğu kişiye güvenilmemesi gerektiği hissi
19. () İştah azalması
20. () Kolayca ağlama
21. () Karşı cinsten kişilerle utangaçlık ve rahatsızlık hissi
22. () Tuzağa düşürülmüş veya yakalanmış olma hissi
23. () Bir neden olmaksızın aniden korkuya kapılma
24. () Kontrol edilemeyen öfke patlamaları
25. () Evden dışarı yalnız çıkma korkusu
26. () Olanlar için kendisini suçlama
27. () Belin alt kısmında ağrılar
28. () İşlerin yapılmasında erteleme duygusu
29. () Yalnızlık hissi
30. () Karamsarlık hissi
31. () Her şey için çok fazla endişe duyma
32. () Her şeye karşı ilgisizlik hali
33. () Korku hissi
34. () Duyularınızın kolayca incitilebilmesi hali
35. () Diğer insanların sizin özel düşüncelerinizi bilmesi
36. () Başkalarının sizi anlamadığı veya hissedemeyeceği duygusu
37. () Başkalarının sizi sevmediği ya da dostça olmayan davranışlar gösterdiği hissi
38. () İşlerin doğru yapıldığından emin olmak için çok yavaş yapmak
39. () Kalbin çok hızlı çarpması
40. () Bulantı ve midede rahatsızlık hissi
41. () Kendini başkalarından aşağı görme
42. () Adele (kas) ağrıları
43. () Başkalarının sizi gözlediği veya hakkınızda konuştuğu hissi
44. () Uykuya dalmada güçlük
45. () Yaptığınız işleri bir ya da birkaç kez kontrol etme
46. () Karar vermede güçlük
47. () Otobüs, tren, metro gibi araçlarla yolculuk etme korkusu
48. () Nefes almada güçlük
49. () Soğuk veya sıcak basması
50. () Sizi korkutan belirli uğraş, yer veya nesnelere kaçınma durumu

51. () Hiç bir şey düşünmeme hali
52. () Bedeninizin bazı kısımlarında uyuşma, karıncalanma olması
53. () Boğazınıza bir yumru takınmış hissi
54. () Gelecek konusunda ümitsizlik
55. () Düşüncelerinizi bir konuya yoğunlaştırmada güçlük
56. () Bedeninizin çeşitli kısımlarında zayıflık hissi
57. () Gerginlik veya coşku hissi
58. () Kol ve bacaklarda ağırlık hissi
59. () Ölüm ya da ölme düşünceleri
60. () Aşırı yemek yeme
61. () İnsanlar size baktığı veya hakkınızda konuştuğu zaman rahatsızlık duyma
62. () Size ait olmayan düşüncelere sahip olma
63. () Bir başkasına vurmak, zarar vermek, yaralamak dürtülerinin olması
64. () Sabahın erken saatlerinde uyanma
65. () Yıkanma, sayma, dokunma, gibi bazı hareketleri yineleme hali
66. () Uykuda huzursuzluk, rahat uyuyamama
67. () Bazı şeyleri kırıp dökme isteği
68. () Başkalarının paylaşıp kabul etmediği inanç ve düşüncelerin olması
69. () Başkalarının yanında kendini çok sıkılgan hissetme
70. () Çarşı, sinema gibi kalabalık yerlerde rahatsızlık hissi
71. () Her şeyin bir yük gibi görünmesi
72. () Dehşet ve panik nöbetleri
73. () Toplum içinde yer, içerken huzursuzluk hissi
74. () Sık sık tartışmaya girme
75. () Yalnız bırakıldığınızda sinirlilik hali
76. () Başkalarının sizi başarılarınız için yeterince takdir etmediği duygusu
77. () Başkalarıyla birlikte olunan durumlarda bile yalnızlık hissetme
78. () Yerinizde duramayacak ölçüde rahatsızlık hissetme
79. () Değersizlik duygusu
80. () Size kötü bir şey olacaktıymış hissi
81. () Bağırma ya da eşyaları fırlatma
82. () Topluluk içinde bayılacağınız korkusu
83. () Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu

84. () Cinsiyet konusunda sizi çok rahatsız eden düşüncelerin olması
85. () Günahlarınızdan dolayı cezalandırılmanız gerektiği düşüncesi
86. () Korkutucu türden düşünce ve hayaller
87. () Bedeninizde ciddi bir rahatsızlık olduğu düşüncesi
88. () Başka bir kişiye karşı asla yakınlık duymama
89. () Suçluluk duygusu
90. () Aklınızda bir bozukluğun olduğu düşüncesi



Lütfen evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabı işaretleyiniz.

10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle

- Erkeğin susması ile
- Kadının susması ile
- Karşılıklı anlaşmaya varılarak sonuçlanır

11. Ev dışı faaliyetlerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?

- Hepsini
- Bazılarını
- Çok azını
- Hiçbirini

12. Boş zamanlarınızda aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

- Dışarıda bir şeyler yapmayı
- Evde oturmayı

Eşinizle genellikle aşağıdakilerden hangisini yapmayı tercih edersiniz?

- Dışarıda bir şeyler yapmayı
- Evde oturmayı

13. Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?

- Sık sık
- Arada sırada
- Çok seyrek
- Hiçbir zaman

14. Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz,

- Aynı kişiyle evlenirdiniz
- Farklı kişiyle evlenirdiniz
- Hiçbir zaman evlenmezsiniz

15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

- Hemen hemen hiçbir zaman
- Nadiren
- Çoğu konularda
- Her konuda



Ek 6. Belediye İzin Belgesi

Adana Büyükşehir Belediyesi, Sağlık ve Sosyal Hizmetler Daire Başkanlığına;

Gazi Üniversitesi Psikoloji bölümü yüksek lisans öğrencisiyim. 2015 yılı ekim ayında başladığım ders dönemini bitirmiş bulunmaktayım. Başladığım bu tez döneminde araştırma yapabilmen için belediyenize bağlı "Danışmanlık merkezinde" 2017'nin ilkbaharında danışmanlık merkezine başvurmuş ve birayla "Oran Formu" ile imzaletilerek onayla izinlerimin olması dahilinde zekat düzenlenmek istiyorum.

Gerekli iznin verilmesini talep etmekteyim.

İhtibut No: 0542 891 77 48

14/02/2017
Fazıl Gazi Özü
[Signature]

TC	
ADANA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ BAŞKANLIK	
Sağlık ve Sosyal Hizmetler Dairesi Başkanlığı	
Müdürlüğüne	
İzmit No	11908
İzmit Tarihi	06 Şubat 2018
İzmit Saati	09:49
Sağlık ve Sos. Hizm. Daire Bşk.	

Gereği, Dosya

ADANA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ	
Sağlık ve Sosyal Hizmetler Dairesi Başkanlığı	
Tarih:	06.02.18
Sayı:	516

[Signature]

9. ÖZGEÇMİŞ

5 Kişilik bir ailenin son ferdi olarak 1989 yılında Adana da doğdum. İlk ve Ortaöğrenimimi Gazipaşa İlköğretim Okulunda bitirdim. Lise öğrenimimi ise şimdiki adıyla Turgut Özal Anadolu lisesinde 2006 yılında tamamladım. Daha sonra sırasıyla Felsefe, Uluslararası ilişkiler, Psikoloji ve Sosyal Hizmetler bölümlerini okudum. 2015 yılında Çağ üniversitesi psikoloji Yüksek Lisansına başladım.

Çalışma hayatıma 2012 yılında özel bir kariyer merkezinde rehber öğretmen olarak başladım. 2014 yılında itibaren özel bir muayenehane de terapist olarak çalıştım. 2015 yılında Adana Büyükşehir belediyesinin Sağlık İşleri Daire Başkanlığına giriş yaptım. Halen burada çalışıyorum. Ayrıca 2017 yazından beri bir polikliniğin gider ortaklığını yapıyorum. 2017 sonbaharında evlendim.