

T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Klinik Psikoloji Doktora Programı

EVLİ ÇİFTLERDE
BAĞLANMA STİLLERİNİN VE ONTOLOJİK İYİ
OLUŞUN
CİNSEL DOYUM ÜZERİNE ETKİSİ

Doktora Tezi
Hanife Kübra Yıldırım

Danışman: Prof. Dr. ÖMER FARUK ŞİMŞEK

İstanbul, 2019

T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
Klinik Psikoloji Doktora Programı

**EVLİ ÇİFTLERDE
BAĞLANMA STİLLERİNİN VE ONTOLOJİK İYİ
OLUŞUN
CİNSEL DOYUM ÜZERİNE ETKİSİ**

Doktora Tezi

Tezi Hazırlayan: **Hanife Kübra Yıldırım**

KABUL VE ONAY

Hanife Kübra Yılmaztürk Yıldırım tarafından hazırlanan “Evli Çiftlerde Bağlanma Stilllerinin Ve Ontolojik İyi Oluşun Cinsel Doyum Üzerine Etkisi” başlıklı bu çalışma, Savunma Sınavı tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Prof. Dr. Ömer Faruk Şimşek (Danışman)

Üye: Dr.Öğr. Gör. Muzaffer Şahin

Üye: Dr. Öğr. Gör. Esengül Kayan

Üye: Dr. Öğr. Gör. Tubanur Bayram Kuzgun

Üye: Dr. Öğr. Gör. Muhammet Öztabak

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Ümit ATAMAN

Enstitü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge ve şekillerin kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunundaki hükümlere tabidir.

YEMİN METNİ

Doktora tezi olarak sunduğum “Evli Çiftlerde Bağlanma Stillerinin Ve Ontolojik İyi Oluşun Cinsel Doyum Üzerine Etkisi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Hanife Kübra Yıldırım

ONAY

Tezimin/raporumun kağıt ve elektronik kopyalarının İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- ☐ Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- ☐ Tezim/Raporum sadece İstanbul Arel yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- ☐ Tezimin/Raporumun 2 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

Hanife Kübra Yılmaztürk Yıldırım

ÖZET

EVLİ ÇİFTLERDE

BAĞLANMA STİLLERİNİN VE ONTOLOJİK İYİ OLUŞUN

CİNSEL DOYUM ÜZERİNE ETKİSİ

Hanife Kübra Yıldırım

Doktora Tezi, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Ömer Faruk Şimşek

Ocak, 2019

Bu araştırmada evli çiftlerin bağlanma stilleri ile ontolojik iyi oluş düzeylerinin cinsel doyum üzerine etkisi araştırılmıştır. Çalışmada, bağlanma stillerinin cinsel doyum üzerindeki etkisi araştırılırken, aynı zamanda bireyin yaşam projesinin yani ontolojik iyi oluşunun (OİO), geçmiş, şimdi ve gelecek tasavvurlarının cinsel doyumu üzerindeki etkisinin ortaya çıkarılması amaçlanmaktadır. Sonuç itibarıyla çiftlerin bağlanma stillerinin cinsel doyum üzerindeki etkisi ve ardından sürece yaşam projesi ölçeği (YPÖ-OWBS) katıldıktan sonra, cinsel doyumda açıklanan varyansa istatistiksel olarak anlamlı katkısı olup olmadığı incelenmiştir.

Araştırmanın evrenini 2017-2018 yılı içerisinde çeşitli illerde (İstanbul, Ankara, Samsun, Bursa, İzmir, Eskişehir, Elazığ, Ordu, Düzce, Kocaeli, Sakarya) bulunan evli çiftler oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme tesadüfi olarak belirlenen evli çiftlere, ölçeklerin kapalı zarf içinde elden dağıtılarak gönüllülük esasına dayalı şekilde oluşturulmuştur. Örneklem 23-63 yaş arası 215 çiftten (215 kadın, 215 erkek N=430) oluşmaktadır.

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (Yiye II), Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (kadın/erkek) ve Yaşam Projesi Ölçeği (YPÖ) kullanılmıştır. Bu araştırmanın verilerinden elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analizler için IBM SPSS Statistics 22.0 programı kullanılarak analizler yapılmıştır. Kurulan modelinin sonucuna göre; evli çiftlerin bağlanma stillerinin ve ontolojik iyi oluş düzeylerinin cinsel doyumlarına etkisinin olduğu ve bu bağımsız değişkenlerin de bazı boyutlar çerçevesinde cinsel doyum üzerinde daha yüksek düzeyde etkili olduğu bulunmuştur. Toplam puanlar baz alınarak yapılan analiz sonuçlarına göre; YİYE II'nin alt boyutları olan kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanma bağımsız değişkenlerinin ilişkinin sıklığı alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir. YİYE II'nin alt boyutu olan kaçınmacı bağlanma ve YPÖ'nün alt boyutu olan umut bağımsız değişkenlerinin, GRCDÖ'nin alt boyutu olan iletişimin anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir. YİYE II'nin alt boyutu olan kaçınmacı bağlanma ve YPÖ'nün alt boyutu olan hiçlik bağımsız değişkenlerinin, GRCDÖ'nin alt boyutu olan doyumun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir. YİYE II'nin alt boyutları olan kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma ve YPÖ'nün alt boyutu olan hiçlik bağımsız değişkenlerinin GRCDÖ'nin alt boyutu olan kaçınma'nın anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir. YİYE II'nin alt boyutu olan kaçınmacı bağlanma ve YPÖ'nün alt boyutu olan umut bağımsız değişkenlerinin dokunma alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

Anahtar sözcükler: yetişkin bağlanma stilleri, ontolojik iyi oluş, yaşam projesi, cinsel doyum, öyküsel perspektif.

ABSTRACT

In Married Couples

Attachment Styles' and Ontological Well-being's Effect on Sexual Satisfaction

Hanife Kübra Yıldırım

PhD Thesis in Clinical Psychology, Department of Psychology

Supervisor: Prof. Dr. Ömer Faruk Şimşek

January, 2019

In this study, married couples' attachment styles' and ontological wellbeing's effect on sexual satisfaction levels is investigated. In the study, while attachment styles' effect on sexual satisfaction is investigated, at the same time, it is aimed to reveal the effect of individual's life project i.e. ontological well-being and his concept of past, present and future on sexual satisfaction. In consequence, couples' attachment styles' effect on sexual satisfaction and then after the ontological wellbeing questionnaire has entered into the process, whether it has a statistically meaningful contribution to the variance on sexual satisfaction is investigated.

Population of the study is composed of married couples, located in various cities in 2017-2018 (İstanbul, Ankara, İzmir, Bursa, Eskisehir, Elazığ, Samsun, Ordu, Düzce, Kocaeli, Sakarya). Sample of the study is composed of randomly selected married couples. The questionnaires have been handed in sealed envelopes. The study is based on voluntariness. The sample is composed of 215 couples between the ages of 23-63. (215 female, 215 male N=430).

In the study, Personal Information Form, Experiences in Close Relationships II Questionnaire (ECR-R), Golombok Rust Inventory of Sexual Satisfaction (female/male) and Ontological Wellbeing Scale (OWBS) are used.

IBM SPSS Statistics 22.0 is used for statistical analyses when evaluating the findings reached through the data of this study. According to the results of the model created, it is found that married couples' attachment styles and wellbeing levels have an effect on their sexual satisfaction and also that certain sub-dimensions of these independent variables have a higher effect on sexual satisfaction. According to the results of the analyses based on total scores; it can be said that independent variables *avoidant attachment* and *anxious attachment*, which are ECR-R's sub-dimensions, are meaningful predictors of *infrequency* sub-dimension. It can be said that the independent variables, ECR-R's *avoidant attachment* sub-dimension and OWBS' *hope* sub-dimension, are meaningful predictors of GRISS' *non-communication* sub-dimension. It can be said that the independent variables, ECR-R's *avoidant attachment* sub-dimension and OWBS' *nothingness* sub-dimension are meaningful predictors of GRISS' *dissatisfaction* sub-dimension. It can be said that the independent variables, ECR-R's *avoidant attachment* and *anxious attachment* sub-dimensions and OWBS' *nothingness* sub-dimension are meaningful predictors of GRISS' *avoidance* sub-dimension. It can be said that the independent variables, ECR-R's *attachment* sub-dimension and OWBS' *nothingness* sub-dimensions are meaningful predictors of *non-sensuality* sub-dimension.

Key words: adult attachment style, ontological well-being, life project, sexual satisfaction, narrative perspective.

“Büyük olan her şey ender bulunduğu gibi kavranması da zordur”

Spinoza – Etika

Ender olmayan ise, herkesin şu dünyada bir hikâyesi olduğudur.

Yaşam hikâyemin en çekirdek paydaşları sevgili eşim ve biricik oğluma...

Eksik bıraktığım ve sizce tamamlanan herşeye dair derin minnet ve
teşekkürlerimle...

Siz olmasaydınız çok daha zor toparlanacaktı buradakiler.

Hanife Kübra

Ocak 2019

ÖNSÖZ

Bu çalışma benim kişisel akademik hikâyemden ve bir o kadar da uzun bir okuma sürecinden süzülüp gelen bir çalışma oldu. Bu yanıyla tarafımdan heyecan ve hevesle çalışıldığını söylemek yanlış olmayacak. Hem felsefe hem de psikoloji geçmişime harika bir dönüşle, aralarında sağlam bir köprü kurma fırsatını bulduğum bu çalışma, bağlanma stilleri ve ontolojik iyi oluştan geçerek cinsel doyuma dair terapötik anlamda uygulanabilir bir model oluşturma yolunda kurgulanmıştır. Kuşkusuz ontolojik iyi oluş gibi yeni bir kavramı cinsel doyum gibi nadir çalışılmakta olan bir kavramla birlikte ele almanın ciddi güçlükleri oldu ve ben bütün bu zorluğu veri toplama aşamasından analiz sonuçlarını tartışma aşamasına kadar derinden hissettim. Bu zorlukları aşmamda en büyük desteğim çok kıymetli danışmanım Sayın Prof.Dr. Ömer Faruk Şimşek'e teşekkür ederim. Kendisi, çalışmamın her safhasında beni desteklemiş, bana cesaret vermiş, bilgisini ve tecrübesini benimle cömertçe paylaşarak herdaim bana yol göstermiş, nezaketi ve hoşgörüsü ile güvende hissetmemi sağlayarak zorlukları kolaylaştırmıştır.

Ayrıca tez izleme komitemde bulunan ve daima desteklerini gördüğüm kıymetli hocalarım Sayın Dr. Öğr. Gör. Muzaffer Şahin ve Sayın Dr. Öğr. Gör. Esengül Kayan'a yaptıkları eleştiri, yönlendirmelerinden ve yardımlardan dolayı teşekkür ederim. Hem danışman hocam hem de izleme komitesinde yer alan

hocalarımla keyifli, bir o kadar öğretici, destekleyici ve güven veren bir tez süreci yaşadım. Bunun için de gönülden teşekkür ederim.

Tüm hayatım boyunca beni hep destekleyen, maddi manevi yardımlarını esirgemeyen, her ne olursa olsun konuşabildiğim ve değerli hissettiğim, şuan başardığım şeyi gerçekleştirmemde çok büyük katkıları olan, canım annem Hacer, babam Azam, kardeşlerim Hümeysra ve Nur'a... iyi ki varsınız, ömrünüz uzun ve şen olsun.

Ve yine tez sürecinde anketlerin dağıtılmasına destek olan tüm meslektaşlarım, arkadaşlarım ve yakınlarıma ve en büyük ve isimsiz destekçim olan anketleri doldurmayı kabul eden çiftlere ve analizleri okuma ve anlamlandırma sürecinde benden desteğini esirgemeyen E. Gülen Ulusoy'a müteşekkirim.

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
ABSTRACT	iii
ÖNSÖZ	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar LİSTESİ	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ	xii
KISALTMALAR LİSTESİ	xii
1. BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	1
1.1. BAĞLANMA	1
1.1.1 Bağlanma Kuramı	2
1.1.2 İçsel Çalışan Modeller	6
1.1.3 Yetişkinlikte Bağlanmanın Değerlendirilmesi	8
1.2. İYİ OLUŞ VE ÖYKÜSEL PSİKOLOJİ	14
1.2.1 İyi Oluş (İO)	14
1.2.2 Öznel İyi Oluş (ÖİO) ve Psikolojik İyi Oluş (PİO)	15
1.2.3 Öyküsel Psikoloji	19
1.2.4 Ontolojik İyi Oluş ve Öyküsel Paradigma	22
1.3. CİNSEL DOYUM	26
1.3.1 Cinsellik	26
1.3.2 Cinsel Doyum	28
1.3.3 Evlilikte Cinsel Doyum	30
1.3.3 Cinsel Doyumun Etki Ve Boyutları	31
1.3.3.1 Sıklık	31
1.3.3.2 İletişim	32
1.3.3.3 Doyum	33
1.3.3.4 Kaçınma	33
1.3.3.5 Dokunma	34

1.3.3.6 Vajinismus.....	34
1.3.3.7 Anorgazmi	35
1.3.3.8 Erken Boşalma (Prematur Ejakulasyon)	36
1.3.3.9 Empotans	36
1.4. İLİŞKİSEL LİTERATÜR	37
1.4.1 Bağlanma ve Cinsellik Araştırmaları.....	37
1.4.2 Yetişkin Bağlanmasının Cinsel Doyuma Etkisi.....	37
1.4.3 Bağlanma Stilleri Ontolojik İyi Oluş ve Cinsel Doyum İlişkisi	42
2. BÖLÜM	46
2.1. ARAŞTIRMANIN AMACI	46
2.2. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZİ	46
2.3. ARAŞTIRMANIN ALT PROBLEMLERİ	46
2.4. ARAŞTIRMANIN GEREKÇESİ VE ÖNEMİ	47
2.5. ARAŞTIRMANIN SAYILTI LARI	50
2.6. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIK LARI	51
3. BÖLÜM	52
YÖNTEM.....	52
3.1. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ	52
3.2 KULLANILAN ÖLÇME ARAÇ LARI	55
3.2.1 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE II).....	56
3.2.2. Ontolojik İyi Oluş Ölçeği (OWBS).	57
3.2.3. Golombok- Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ - Kadın / Erkek Formu).....	58
4. BÖLÜM	61
BULGULAR.....	61
4.1. ÖLÇEK PUAN LARI İÇİN ÖLÇEKLER VE ALT ÖLÇEKLER ARASI İLİŞKİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ	61
4.1.1. Ölçeklere Ait Betimleyici İstatistikler.	61
4.1.2. Ölçeklerin Kadın Formlarına Ait Betimleyici İstatistikler.	64
4.1.3. Ölçeklerin Erkek Formlarına Ait Betimleyici İstatistikler.	67
4.2. ÖLÇEKLERE AİT KORELASYON LAR	69
4.2.1. Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar.	69

4.3. ÇOKLU REGRESYON ANALİZİ VERİLERİ	76
4.3.1 Çoklu Regresyon Analizi Varsayımlarından Normalliğin Test Edilmesi.	76
4.3.2. Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları	78
4.3.2.1. Bağımsız Değişkenlerin Hiyerarşik Olarak Cinsel Doyumu Yordamasına Dair Regresyon Analizi Sonuçları.	78
4.3.2.1.1. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun İlişkinin Sıklığı Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar.	78
4.3.2.1.2. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun İletişim Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar.	80
4.3.2.1.3. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Doyum Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar.	81
4.3.2.1.4. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Kaçınma Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar.	82
4.3.2.1.5. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Dokunma Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar.	84
4.3.2.1.6. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyum Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar	85
5. BÖLÜM	87
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	87
5.1. TARTIŞMA VE SONUÇ	87
5.2. ÖNERİLER	99
KAYNAKÇA	104
EKLER	124

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Bireylere Ait Tanımlayıcı İstatistikler	53
Tablo 2. Ölçeklere Ait Betimleyici İstatistikler	61
Tablo 3. Ölçeklerin Kadın Formlarına Ait Betimleyici İstatistikler	64
Tablo 4. Ölçeklerin Erkek Formlarına Ait Betimleyici İstatistikler	67
Tablo 5. Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar	70
Tablo 6. Erkeklerle Ait Ölçek Puanları İçin Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar	73
Tablo 7. Kadınlara Ait Ölçek Puanları İçin Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar	75
Tablo 8. Ölçeklerin Alt Boyutlarından Elde Edilen Puanların Normallik Analizi	76
Tablo 9. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun İlişkinin Sıklığı Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü	78
Tablo 10. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan İlişkinin Sıklığı Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar	79
Tablo 11. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun İletişim Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü	80
Tablo 12. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan İletişim Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar	80
Tablo 13. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Doyum Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü	81
Tablo 14. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan Doyum Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar	82
Tablo 15. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Kaçınma Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü	82
Tablo 16. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan Kaçınma Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar	83

Tablo 17. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Dokunma Alt Boyutun Puanlarını Açıklama Gücü	84
Tablo 18. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan Dokunma Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar	84
Tablo 19. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyum Puanlarını Açıklama Gücü	85
Tablo 20. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyum Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar	86

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Bartholomew'in Dörtlü Bağlanma Modeli	12
Şekil 2. Öznel İyi Oluşun Bileşenleri	16
Şekil 3. DSM-IV-TR ve DSM-V arasındaki farklılıklar.	30

KISALTMALAR LİSTESİ

OİÖ	: Ontolojik İyi Oluş
PİÖ	: Psikolojik İyi Oluş
ÖİÖ	: Öznel İyi Oluş
İÖ	: İyi Oluş
YİYE II	: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği II
YPÖ	: Yaşam Projesi Ölçeği
GRCDÖ	: Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği

1. BÖLÜM

GİRİŞ

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1.1. BAĞLANMA

İnsanın ilişki isteği, duygusal bir boyutta ise bağlanma olgusu olarak isimlendirilir (Bilgin, 2001, s.205). Bir çocuğun bakım verenden ayrılma ya da onu kaybetme tepkisinin anlamı, onu bu figüre bağlayan ilişkinin anlamında gizlidir (Bowlby, 2012, s.233). Bowlby, bağlanmanın kendisine özgü bir ilerlemesi olduğu ve üreme ve beslenme sistemlerinden hareket alan bir yapısı olmadığı iddiasında bulunarak, evrimsel fonksiyonu bebeği büyüüp gelişmesine engel olan durumlardan koruyacak bir bağlanma figürü ile ilişki kurma davranışı olarak tanımlar (Bretherton,1992).

Göbek bağının kesilmesinin ardından anneden ayrılan insanoğlunun kısa süre içerisinde duygusal ve sosyal bağlar geliştirip yeniden anneye, babaya ya da bakıcıya bağlanması söz konusu olur. Bağlanma teorisi genlerimize işlemiş yakınlık kurma ihtiyacını temel alır. Aslında özel birine yakın olma ihtiyacı o kadar önemlidir ki beynimizde bağlanma figürlerimizle (ebeveynler, çocuklar ve partnerler) bağlantı kurma ve bunları düzenleme için özel bir biyolojik mekanizma bulunur (Levine ve Heller, 2018, s.20). Bağlanma teorisinin ve Bowlby'nin eserlerinin tamamının kalbinde, anne ve bebek arasında gelişen ve diğer bütün buna müteakip işlevlere değin devam eden erken gelişim döneminde ortaya çıkan duygusal bağ yatmaktadır (Schore, 2014, s.76). Yenidoğan ve ona bakım veren arasındaki bağ sadece sevgi bağı değildir, bununla birlikte bilişsel, duyuşsal, sosyal ve daha başka birçok gelişimine katkıda bulunacak ve onu hayatı boyunca yakın ilişkilerinde de takip edecek bir yapı olduğu söylenebilir (Sümer, 2002).

1.1.1 Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı Bowlby'nin birçok alanda yapılan çalışmalardan hareketle ve kendi gözlem ve araştırmalarını da sürece katarak şekillendirdiği bir kuramdır. Kuram psikanaliz, bilimsel gelişim kuramları, etoloji gibi biyo-psiko-sosyal birçok farklı alanın uygun biçimde bir araya getirilmesiyle oluşturulmuş bir yaklaşımdır. Kuramı geliştiren John Bowlby, psikanalitik gelenekte eğitim aldıktan hemen sonra çocuklarla çalışmaya başlamıştır. Bu süre içerisinde anne-babadan ayrılmanın çok ciddi etkileri olduğunu görmüş fakat psikanalitik kuramın bunu açıklayacak yeterlilikte olmadığını düşünmüştür. Bu nedenle birçok farklı disipline ait literatürü incelemeye başlamış ve aradığı cevapların büyük bir kısmını etoloji disiplinde bulmuştur. Kuşların ve memelilerin bağlanma davranışlarını araştıran çalışmalar onun için kuramın temel kavramlarını oluştırmada önemli bir kaynak sağladı (Bowlby, 2014, s.85). Böylece John Bowlby (1907-1990), bilimin dikkatini, bağlanma fenomenine ve sonuç olarak da sadece insanın içinde olanlara değil, insanlar arasında olanlara çekmeyi başardı (Ruppert, 2008, s.52).

Bağlanma teorisinin temel dayanak noktası, yavruların doğumdan sonraki yetersizlikleri nedeniyle ancak bir yetişkinin gözetiminde hayatta kalabileceklerine yöneliktir. Bebek hemen doğumu takip eden süre içerisinde kendisine bakım verene yönelecek ve yakınlık ve bakım sağlamaya yönelik bazı davranışlar geliştirecektir. İlk üç ayında olan pek çok bebeğin diğer yaş gruplarında olan çocuklarla kıyaslandığında bakımverenlerine daha yoğun tepkiler verdiği gözlemlenmiştir. Aynı vücut sıcaklığını ve kan basıncını kontrol eden fizyolojik sistemler gibi bağlanma sistemi de yakınlığını yeniden sağlamaya yönelik gülümseme, ağlama ya da takip etme gibi davranışları düzenlemektedir (Bowlby, 1980, s.213).

Bowlby yenidoğanlar ve çocuklarla onların bakım verenleri arasındaki sosyal ve duygusal ilişkinin gelişimini tanımlamak ve bu gelişimin ileriki safhalarda nasıl sürdüğünü açıklamak için ortaya attığı kuramında, bağlanılan önemli kişilere dair seçimin yakınlık ve duyarlılık kıstaslarıyla belirlendiğini ifade etmiştir (Bowlby, 2012, s.328).

Bowlby 1958 de kaleme aldığı yazısında bağlanılan kişinin, zorunlu olarak çocuğun doğal annesi olmak zorunda olmadığını, çocuk için anlam taşıyan, onun için doğal duygular ifade eden bir kimse olduğunu ifade etmiştir (Yörükan, 2015, s.101). Aslında başlangıçta, çocuklar bağlanma tutumlarını ulaşılabilir herhangi bir yetişkine yönlendirebilirler ancak bağlanma figürünün bebeğin yakınlık oluşturmak istediği ve uzaklaştığında tepki gösterdiği yalnızca bir yetişkin olduğu bilinmektedir (Hazan & Shaver, 1994).

Ainsworth (1969) bebeklerle yaptığı bir çalışmada ağlama ve takip etmeye çalışmanın dört ve beş aylık çocuklarda ard arda meydana geldiğini ve bu davranışların altı aylık bebeklerde çok daha fazla görülüyor olduğunu rapor etmiştir. Hemen hemen bebeklerin tümü, emeklemeye başlar başlamaz uzaklaşan annelerini takibe kalkışmışlardı. Ainsworth'e (1969) göre bağlanma, duygusal bir bağın oluşumu, bu bağın devamlılığı ve bireyin yakınlığı sürdürme gereksinimi ile karakterizedir. Birey istemediği ayrılma durumlarında sıkıntı yaşamakta ve bağlanma figürüyle yeniden beraberlikte mutlu olmaktadır. Bağlanma figürünün kaybında ise yas yaşanmaktadır. Burada izah edilen davranış şekilleri, Ainsworth ve arkadaşlarının orijinali "strange situation test" olarak adlandırılan "yabancı durum deneyi" üzerinden gözlemlenmiş ve daha da geliştirilmiştir. Bu gözlem, annelik yapan kimse ile ayrılma ve buluşma durumlarında ortaya çıkan bebek davranışlarını üç temel başlık altında toplamaktadır. Bu test bize, annelik yapan kimseye güvenme, güvenmeme veya ilgisiz kalma davranışlarının ipuçlarını gözleme imkanı vermiş ve bebek davranışlarının uzak, geri durma veya sakınma (avoidant), güvenle emin bir şekilde bağlanma (secure) ve kararsız direnen davranışlar sergileme (ambivalent/ resistant) kategorileri altında toplanabileceğini göstermiştir (Yörükan, 2015, s.77-86).

Bağlanma figürünün, yakınlık sağlama, güvenlik üssü ve güvenli bir sığınak olma şeklinde 3 ana işlevi vardır. Bu işlevler herhangi bir stres durumunda devreye girmektedir. Bowlby (1980, s.145), çocukların stres yaşadıklarında güvenlik hislerini arttırmak ve yakınlığı korumak için gayret ettiklerini belirtmektedir. Bundan dolayı güvenliği temsil eden bağlanma figürü önemli hale gelmektedir. Bu dönemde bebeğin muhtaç olduğu gereksinimler

ona ne kadar sağlanabilmişse, o oranda temel güven duygusu gelişebilmekte ya da gelişememektedir (Simpson ve Campbell, 2013, s.167). Bebek, bağlanma figürü güvenli mesafede olduğunda, bağlanılan kişi haricindeki insanlarla ilişki kurabilmekte ve etrafı keşfedebileceği bir güvenli üsse sahip olabilmektedir (Fraley ve Shaver, 2000). Ainsworth (1967) bir bebeğin nasıl olup da her daim bakım verene yakın kalamadığından bahseder, kısa bir süre sonra bebek emekleyerek hareket etmeye başlamaktadır. Sonrasında bebek, hareketin yürümekle beraber hayatına girmesiyle anneden ayrılma girişimlerinde bulunmaya başlamaktadır. Eğer anne çocuğa gönül rahatlığı ile keşif için müsaade edebilirse çocuk görüş alanının dışına bile çıkabilmektedir. “Eğer şu iki koşul meydana gelirse bu güvenli keşif gezisi aniden sonlanabilir: a) çocuk korktuğunda ya da acı duyduğunda; b) anne uzaklaştığında” (Bowlby, 2012, s.335). Uzaklaşmasıyla birlikte stres yaşayan ve sıkıntıya giren bebeği yatıştırabilen bağlanma figürü bu sayede güvenli bir üsse dönüşebilmektedir (Fraley ve Shaver, 2000). Bowlby’ye göre zihinsel anlamda sağlıklı büyümek için “çocuk annesiyle (veya birincil bakım verenle) sıcak, yakın ve sürekli olan, içinde doyum ve zevk bulacağı bir ilişki deneyimlemelidir” (Bretherton, 1992).

Bağlanma teorisinin önemli iddialarından biri de bebekle bebeğe bakım veren kişi arasında kurulacak olan ilişkinin, bireyin ileride sahip olacağı yakın her türden ilişkinin temelini oluşturduğu yönündedir. İnsanlar yaşamları boyunca sürekli olarak duygusal, bireysel sosyal ilişkiler kurarlar. İnsanlar yaşam sürecinin birçok döneminde belirli kişilerle (anne-baba, arkadaş, eş) bağlanma ilişkisi geliştirirler. Tam da bu duruma vurgu yapar biçimde Bowlby, bağlanmayı insanların kendileri için önemli olan kişilerle kurdukları duygusal ve beklenti içeren güçlü bağlar şeklinde ifade etmiştir (Bowlby, 2014, s:256-260).

Güvenlik duygusu, bebeğin ilk yıllarında ve daha sonra yaşamının tümünde, her türlü ilişki tecrübesini düzenlemede belirleyici bir ölçü olarak kullanılacaktır (Sroufe, 1996). Sperling ve Berman (1994) güvende hissetmenin maddi-manevi güvenlik oluşturan biriyle yakınlık talep etme ve bununla birlikte yakınlığı devam ettirmeyi düzenleyen, zevk veren, psiko-

fizyolojik dengeleyici bir süreç olduğunu iddia etmektedir. Yapılan araştırmalar bağlanma için güvenli bir zemin ve güvende hissetmenin önemini ortaya koymuştur. Yaşamın erken dönemlerinden başlayıp yetişkinliğe kadar sürecek olan bu güven hissi bir ilişki modeli ve aynı zamanda kişilik yapılanması olarak da sürdürülmekte ve her türlü uyuma öncülük etmektedir.

Bu kadar öneme sahip olan bağlanma konusunda yapılan araştırmalardan çıkan sonuçları Holmes (2014), ilk dördünün Van Ijzendoorn ve Sagi'den (1999) aldığı yedi başlık altında toplamıştır: (akt: Dinç, 2017)

1. Evrensellik Hipotezi: Bilinen tüm kültürlerde insan yavrusunun belli bir ya da daha fazla bakım verene bağlandığı bulunmuştur.
2. Norm Olma Hipotezi: Bebeklerin %70 'i güvenli olarak bağlanmaktadır, geri kalanları ise kaçınan, ambivalent ve dezorganize olarak 3 başlık altında güvensiz olarak bağlanmaktadır. Güvenli olarak bağlanan bebeklerin stress durumunda daha kolay sakinleştirilebildikleri bilinmektedir, bu haliyle hem sayısal olarak hem de fizyolojik olarak güvenli bağlanan bebekler “normal” grubu oluşturmaktadır.
3. Duyarlılık Hipotezi: Bağlanmanın güvenli olup olmaması, bebeğin aldığı bakımın hasas ve bebeğin ihtiyaçlarına cevap verir nitelikte olmasına bağlıdır.
4. Yetkinlik Hipotezi: Bağlanmanın güvenli olup olmaması sosyal beceride farklılıklara neden olmaktadır. Güvenli olan çocuklar akranlarıyla ve öğretmenleriyle daha iyi ilişki kurabilmekte ve ne zorbalığa maruz kalmakta ne de zorbaca davranışlar göstermektedirler
5. Süreklilik Hipotezi: Çocukluktaki bağlanma örüntülerinin, çocukluktaki ilişki kurma becerilerine ve bunların zihinsel temsillerine uzanan uzun süreli etkileri vardır.
6. Mentalizasyon Hipotezi: Güvenli bağlanma kişinin kendinin ve diğerlerinin zihinsel durumlarını anlama kapasitesine dayanır ve güvenli bağlanmanın kendisi de bu kapasiteyi geliştirir.
7. Anlatı Yetkinliği (Narrative Competence) Hipotezi: Çocukluktaki güvenli bağlanma, kendisini yetişkinlik yaşamında, kişilerin hayatları, geçmişleri,

özellikle de ilişkileri ve bunların zihinlerindeki acıları hakkındaki konuşma şekilleriyle gösterir .

Burada bütün araştırma bulgularını sonuçlarıyla birlikte alıp tartışmak mümkün gözükmemektedir. Bağlanma teorisi ortaya atılış noktası olan ebeveyn çocuk bağlanmasından hareketle kısaca açıklanmış ve bu tezin konusu ve kapsamı bağlamında, çocukluk bağlanma stillerinden hareketle, yaşamın ilerleyen yıllarında ve özellikle romantik ilişkilerdeki bağlanma biçimlerini belirleyen içsel çalışan modeller ile ele alınmaya devam edilmiştir. Yine bu tezin hipotezi bağlamında yukarıdaki başlıklardan süreklilik hipotezi ve anlatı yetkinliği öyküsel bağlamda belirleyici başlıklar olarak ele alınacaktır.

1.1.2 İçsel Çalışan Modeller

Tekrarlayan güvenli deneyimlerin neticesinde çocuk kendi oluşuna dair kabulü ve birikimleri ile birlikte bağlandığı kişilerle bağlanma biçimlerini ve bağlanma tecrübelerini de kapsayan bir ‘içsel çalışan model’ geliştirir. Kişiye özgü ve kişinin hem kendilik hem de öteki tasarımı içine alan bu modeller, yaşamın ilk dönemlerinde gelişmeye başlar ve sonrasında da sürekli ve daimi olarak gelişmeye ve değişmeye devam eder (Diehl, Elnick, Bourbeau, & Labouvie-Vief, 1998). “İçsel çalışan modeller” olarak adlandırılan karmaşık davranış sistemleri, çevre içinde kendi davranışlarının kalıplarını yapılandırma kabiliyeti geliştirmiş olan canlılarda öngörü ile çalışabilir. Oluşan bu modellerin desteği ile insan yavrusu bağlanma figürünün muhtemel hareketini, tutumlarını ve kişisel tepkilerini planlayışını öngörebilir. Bundan dolayı geliştirdikleri modelin yapısı ve işlerliği çok önemli sonuçlar doğurur. İçsel çalışan modellerinin yeterliliğine göre bebeğin geleceği doğru bir biçimde kestirmesi ve yoluna güvenli bir biçimde devam etmesi mümkün olabilmektedir (Bretherton, 1992).

Buraya kadar ifade edilmek istenen, yenidoğanın ilk saatlerinden itibaren çocukluğun ve ergenliğin ve hatta yetişkinliğin ilerleyen yıllarına kadar, hatta yaşamın tümünde “içsel çalışan modeller” ya da diğer adıyla “zihinsel temsiller” kavramının bağlanma teorisinin en temel kavramları olduğudur. İçsel çalışan modeller, hem bebeğin bakım verenden ayrılma

durumundaki tepkilerini belirlerken hem de bebeğin bağlandığı kişi ile olan etkileşimini de belirlemektedir. Bireyin gelecekteki bağlanma biçimlerinin ve ilişki tarzlarının temel belirleyicisinin de içsel çalışan modeller olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Bowlby, içsel çalışan modellerin benliğe ve başka kişilere ilişkin beklentilerin, çocukluktaki ve yetişkinlikteki duygu, davranış ve bilişler arasındaki sürekliliğin ana kaynağı olduğunu ifade etmiş ve bunun yetişkin bağlanma biçimlerinin açığa çıkmasında temel bir öge olduğunu öne sürmüştür (Hazan & Shaver, 1987).

Bowlby'ye göre, bireylerin farklı ve yeni durumlara kolayca uyumunu sağlayan, durumu tekrar değerlendirmeye ihtiyaç bırakmayan yanı içsel çalışan modellerin en önemli özelliğidir ve içsel çalışan modelleri bağlanma sisteminin parçası yapmaktadır (Bowlby 1973). Eğer bağlanma figürü bebeğin rahatlama ve korunma ihtiyaçlarını bebeğin çevreyi bağımsız bir şekilde keşfine izin vererek ve saygıyla karşılamışsa, çocuğun değerli hissetme ve kendine güvenmeyi içeren bir içsel çalışma modeli yapılandırma ihtimali yüksektir. Tersine eğer bakım verenleri tarafından rahatlama ve keşif talebi reddedilmiş bebeğin yetersizlik ve değersizlik yüklü bir içsel çalışma modeli geliştirmiş olma ihtimali yüksektir. Bowlby bununla birlikte bağlanma biçimlerinin nesilden nesile aktarılma özelliğini de ele almıştır. Diğerlerine göre daha özgüvenli ve kararlı bireylerin, ihtiyaçlarını dile getirdiklerinde ve kendilerine ihtiyaç duyulduğunda destekleyici tutum sergileyen ama öte yandan çocuklarının bireyselliğine ve özgünlüğüne saygı duyan ebeveynler tarafından yetiştirildikleri önermesinde bulunur. Bu sayede ebeveynler çocuklarına içsel çalışma modellerine dair değişebilirlik ve esneklik mesajı vermekte hem de bu sayede çalışma modellerinin irdelenmeye ve gelişime açık olduğunu da çocuğa göstermektedirler. Bowlby bu nedenle kişiler arası ilişkide çok önemli olan bu durumu şu şekilde ifade eder; zihinsel sağlık ve hastalık durumunun aile mikro kültürü yoluyla aktarımı daha az önemli değildir ve genetik aktarımdan çok daha mühim olabilir. (Bretherton, 1992)

Bowlby'nin bu kavramsallaştırmalarının ardından bağlanma teorisinin önemli kavramları; kendilik ve öteki algısı, içsel çalışan modeller, bağlanma

stilleri, güvenli üs, Ainsworth ve arkadaşlarının çalışmaları ile daha ölçülebilir ve tasnif edilebilir hale gelmiştir. Deneysel bir düzenek oluşturarak yaptıkları çalışmalara ‘Yabancı Ortam Deneyi’ adını veren araştırmacılar “güvenli”, “güvensiz kaçınan” ve “güvensiz kaygılı” olmak üzere üç bağlanma biçimi yaplandırmışlardır (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978).

1. Güvenli bağlanma: Güvenli bağlanmış çocuklar tanımadıkları biri ile bırakıldıklarında, anneleri yeniden ortama dönünceye kadar oyuna ara verip, ağlama huzursuzlanma davranışı gösterirler, anne geri dönünce bir vakit anne ile zaman geçirdikten sonra, oyuna ve keşfe devam ederler.

2. Güvensiz kaçınan bağlanma: Güvensiz kaçınan stile sahip bebekler, annenin ortamdan uzaklaşmasına tepki göstermez ve nadiren ağlar, anne döndükten sonra da onunla yakınlaşmada zorluk yaşarlar. Bu çocuklar anneyi yokluğunu kabul edip, ondan uzak ya da ayrı kalmaya fazlaca tepkili değillerdir.

3. Güvensiz kaygılı/kararsız bağlanma: Güvensiz kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip bebekler ise, anne henüz ayrılmadan kaygılanmaya başlar, ayrılmaya çok fazla tepki gösterip, anne döndükten sonra da annelerine karşı karmaşık davranışlar gösterirler. Bu çocuklar annenin dönüşü ile de sakinleşemezler ve diğer çocuklara göre fazla ağlarlar.

1.1.3 Yetişkinlikte Bağlanmanın Değerlendirilmesi

Bowlby’nin (1969/1982, 1973) bağlanma kuramı yakın ilişkilerde yaşanan bilişsel, duygusal ve davranışsal süreçleri açıklamada yaygın olarak kullanılmaktadır (Sümer, 2006a). Bowlby’nin içsel çalışan model kavramı, bebeklikten çocukluğa oradan da yetişkinliğe devam eden bağlanma biçimlerine dair artan ilgi için, sağlam bir zemin teşkil etmiştir. (Westen, Nakash, Thomas & Bradley, 2006). Yapılan araştırmalarla birlikte, bağlanma biçimlerinin çocukluğun ilerleyen dönemlerinde ve ergenlik yıllarında da benzer şekilde devam ettiğine dair bilimsel kanıtlar bulunmaktadır (Collins, Cooper, Albino & Allard, 2002). Bu araştırmalardan hareketle çocuk yetiştirme tarzlarının aynı şekilde sürdürülüyor olmasından dolayı, çocuklukta ve ergenlikte de ebeveyn tutumlarındaki benzerliklerin etkisiyle bağlanma

biçimlerinin giderek belirginleştiği iddia edilmektedir. (Kalsner & Pistole, 2003). Araştırmaların ilerlemesi ve bulguların zenginleşmesiyle birlikte bebeklikten çocukluğa oradan da ergenliğe doğru yetişkin bağlanma biçimlerinin oluşumu kavramsal olarak şekillenmektedir.

Shaver ve Miculincer’a göre yetişkin bağlanma sistemleri arasındaki bireysel farklılıklar da erken yaşlardan itibaren sistemli olarak maruz kalınan ve içsel olarak biriktirilen bu süreçten etkilenerek gelişmektedir. Diğer ilişkilere nisbeten bağlanma ilişkilerinin ayırt edici yanı, özellikle geçmişe gönderme yapar biçimde bebeğin annesinden ayrıldığında hissettiğine benzer olarak, bağlanılan kişinin diğer kişide güven ve ait olma duygusu meydana getirmesi, yokluğunda ise yalnızlık ve tedirginlik yaşatmasıdır (Şahin ve Yaka, 2010).

Kavramsal arka plandan hareketle yetişkin bağlanma biçimlerinin ölçülebilmesi ve sınıflandırılması için çeşitli araştırmalar ve çalışmalar yapılandırılmıştır. Nihai olarak geline nokta itibarıyla denilebilir ki; ölçümler bağlanmaya ilişkin kaygı ve kaçınma olmak üzere birbirinden bağımsız iki bağlanma boyutunda farklılaşma göstermiştir (Sümer, 2006b; Sümer2009).

Yapılan araştırmalar incelendiğinde bağlanma stillerinin değerlendirilmesi konusunda temelde iki tür ölçme yöntemi kullanılmakta olduğu gözlemlenmektedir. Birinci yöntem, labaratuar ortamında yapılandırılmış “yabancı ortam” deneyi gibi gözleme dayalı olan ve ikinci de yetişkinlerin kendi çocuklukları ve ebeveynlerine dair gösteriyor oldukları bağlanma stiline retrospektif olarak belirlenmesine dayanan ölçümlerdir. George, Kaplan ve Main (1985) ile Main ve Goldwyn (1991) tarafından geliştirilmiş olan “Yetişkin Bağlanma Görüşmesi” en çok kullanılmış olan ölçektir. YBG, bağlanma biçimlerini ailede, anne-baba ve çocuklar arasındaki ilişki biçimlerinden yola çıkarak ortaya koymaya çalışır. Ölçüm sonucunda anne-babaları güvenli-özerk, saplantılı, kayıtsız –kaçınan ve yönelim sorunlu olmak üzere dört kategoriyle ifade etmektedir (Sümer, 2006b).

Bir başka yöntem de, yetişkin bağlanma biçimlerinin bir ölçek üzerinden katılımcıların kendi ifadeleri ile ölçülmesi biçimindedir. Hazan ve Shaver’ın 1987 yılında basit kağıt kalem ölçekleri kullanılarak çocuklukta

gözlenen davranış örüntülerinin benzer dinamiklerle romantik ilişkilerde de gözlenebileceğini gösteren araştırmaları ile başlayan çalışmalar, bağlanma kuramını sosyal psikoloji alanında yaygın olarak başvurulmuş bir çerçeve kuram haline getirmiştir (Hazan ve Shaver, 1994; Shaver ve Mikulincer, 2002; Sümer, 2006a). Bartholomew ve Shaver (1998), Hazan ve Shaver (1994a) ve Mikulincer (Shaver ve Mikulincer, 2002) bu ikinci yöntemi kullanarak bağlanma kuramını yakın ilişkileri anlamada kullanmışlardır.

Yetişkinlikteki bağlanma kategorilerine dair daha derin ve belirginleştirici çalışmalar Hazan ve Shaver (1987) tarafından araştırılmaya ve ortaya konmaya devam etmiştir. Hazan ve Shaver (1987), varsayımlarını kanıtlamak amacıyla yukarıda bahsedilen iki yöntemi de kullanmışlardır (Mikulincer ve Shaver, 2007). Araştırmacılar Ainsworth'un üç ayrı bağlanma biçiminin tanımına uygun açıklamalar yazarak, yetişkinlerden oluşan bir gruba kendilerine en yakın buldukları açıklamayı işaretlemek üzere vermişlerdir. Katılımcılara kendiliklerine ve ötekilere dair zihinsel temsillerini ortaya koymaya yarayacak ve çocukluk döneminde aile ilişkilerine dair sorular da sorulmuştur. Araştırma sonucunda, çocukluk döneminde ebeveynlerle sıcak, yakın ve sevgi dolu bir ilişki biçiminin, yetişkinlikteki güvenli bağlanmanın en önemli belirleyicisi olduğu bulunmuştur. Bu araştırmada, çocukluk döneminde ailesinden reddedici ve kaçınan tutumlar gören yetişkinler, kaçınan bağlanma biçimine sahip olarak sınıflandırılmıştır (Hazan ve Shaver, 1987).

Sonuç olarak, güvenli bağlanan kişilerin, yakın ilişkilerde zorluk yaşamadığı ve ilişkilerinin daha uyumlu, güvene dayalı ve uzun süreli olduğu görülmüştür. Güvenli bireyler romantik ilişkilerinde de genel anlamda daha mutlu, kendine güvenli ve partnerin hatalarına karşı daha anlayışlı ve destekleyici bir tutum sergilemektedirler. Araştırma aynı zamanda kaygılı bağlanan bireylerin, erken dönem yaşantılarına ve aile içi ilişkilere dair, “hem yakın ve ihtiyaçları karşılayıcı hem de uzak ve kestirilemez tarafları olan” tanımlamasını yaptıklarını göstermektedir. Bu yetişkinlerin, partnerlerini fazla yücelttikleri, idealize ettikleri, eşleri tarafından terk edilmekten endişe duydukları, cinsel çekim takıntılı oldukları, kıskanç ve duygusal açıdan inişli ve çıkışlı bir tavır sergiledikleri gözlenmiştir. Kaçınanlar ise ilişkiden ve

yakınlıktan kaçınmakta, ilişkiye dair beklentilerini düşük tutmakta bununla birlikte talepleri karşılayan taraf olmaksızın ilişkiye uzak durmakta ve partnerlerine soğuk davranmaktadırlar.

Sonuçlar içsel temsiller bağlamında ele alındığında ise, her bağlanma stiline göre temsiller ve kendilik öteki tanımlamaları da değiştiği görülmektedir. Güvenli bireyler genel olarak kendilerinin de ötekilerin de değerli olduklarını, güvenilir ve sevimli olduklarını kabul etmektedirler. Kaygılı-kararsızlar ise kendilerine dair de ötekilere dair de güvenilir bir temel var saymamaktadırlar. İhtiyaç duyduklarında partnerlerinin kendileri için orada hazır olmadığını ve yeterince anlaşılmadıklarını, ilişkiye partnerlerinden daha fazla bağlı olduklarını savunmaktadırlar. Kaçınanlar ise, kendilerinin kaçınan yakınlaşmayan taraf olduğunu düşünseler de, kendişiyle ilgili daha pozitif ve ılımlı temsiller varsaymaya yatkındırlar. Ötekine dair güvensizlik ve uzak olma temsillerine sahiptirler. (Hazan ve Shaver, 1987).

Bartholomew (1990) ise daha önceden Hazan ve Shaver'in (1987) oluşturduğu sınıflandırmayı dört farklı başlıkta ele almıştır (Şekil 1). Bartholomew ve Horowitz, (1991) dört bağlanma stilini bu dört farklı başlık üzerinden tanımlamıştır. Güvenli bağlanma biçimi olumlu benlik ve olumlu başkaları temsili ile tanımlanırken bunun zıt kutbunda yer alan korkulu biçim olumsuz benlik ve olumsuz başkaları temsili ile tanımlanmaktadır. Şekil üzerinde birbirleriyle zıt konumda olan diğer iki bağlanma biçiminden saplantılı biçim olumlu başkaları ve olumsuz benlik modeli bileşkesi ile tanımlanırken, kayıtsız biçim olumsuz başkaları fakat olumlu benlik modeli temsili ile tanımlanmaktadır.

Bağlanma kategorilerinin biraz daha karmaşık bir harita oluşturduğunun farkedilmesiyle birlikte bazı başka çalışmalar ortaya konmuş ve bağlanma stilleri ve bu stillere dair yaklaşımlar belirlenirken, bağlanma boyutlarının bağlanma kategorilerinden daha açıklayıcı olacağı öne sürülmüş ve temel boyutlar üzerinden yapılan tanımlamalar araştırma çevrelerince daha fazla kabul görmüştür. Bu çerçevede, Brennan ve arkadaşları (Brennan, Clark ve Shaver, 1998) farklı bağlanma ölçeklerinde üzerinde yaptıkları istatistiki çalışmalarla temel boyutları çıkarmaya çalışmışlardır. Yapılan araştırmalar

yetişkin bağlanma davranışlarını yakın ilişkilerde yaşanan kaygı ve başkalarıyla olan ilişkide yakınlıktan kaçınma olmak üzere iki temel boyutta ortaya koymuşlardır. Bu bulgulardan hareketle bakıldığında kaçınma boyutu, diğerlerine yakınlıktan ya da diğerlerinin yakın olmasından ve bağlı olmayı bağımlı olmak şeklinde algıladıkları için, bağlanmaktan kaçınmayı tanımlarken Kaygı boyutu, yakınlığa dair hissedilen reddedilme ve terk edilme duyarlılığından kaynaklanan bağlanma kaygısını ifade etmektedir. Brennan ve arkadaşları bu çalışmalar sonucunda Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'ni (YİYE; Experiences in Close Relationships Inventory) geliştirmişlerdir. Ölçülen her iki boyutun da maddeleri itibarıyla hem farklı güvenirlik ölçütleri hem de ölçüm geçerliği bakımından yeterli olduğu yapılan çalışmalarla ortaya konulmuştur. Şekil 1'deki gibi, Bartholomew ve Horowitz'in (1991) modeline benzer şekilde, YİYE ile ölçülen kaygı ve kaçınma boyutları kullanılarak kişiler dört bağlanma kategorisi içinde kategorize edilmektedir. Kaygı boyutu ile kendilik modeli, kaçınma boyutu ile de başkaları modelinin yüksek düzeyde ilişkili olacağı öngörülmüştür (Brennan, Clark ve Shaver, 1998). Güvenli bağlanma stili kaygı ve kaçınma boyutları bağlamında daha düşük düzeyde, korkulu bağlanma ise tam tersinde yer alarak hem kaçınma hem de kaygı boyutunda yüksek düzeyler ile tanımlanmaktadır. Yüksek kaygı ve düşük kaçınma ile belirgin saplantılı bağlanma biçimi ve onun tam tersinde de düşük kaygı ve yüksek kaçınma ile tanımlanan kayıtsız bağlanma biçimi yer almaktadır.

GÜVENLİ (Yakınlığa karşı rahatlık ve otonomi)	SAPLANTILI (İlişkilerde saplantılı olma)
KAYITSIZ (Yakınlığa karşı kayıtsızlık ve karşıt bağımlılık)	KORKULU (Yakınlığa karşı korku ve sosyal olarak içe çekilme)

Şekil 1. Bartholomew'in Dörtlü Bağlanma Modeli

Bowlby'den bu yana süreç içerisinde araştırmacılar hem dört bağlanma stilinin modele uygun olarak çalışılmasından hareketle, ölçmeler sonucu bireylerin zihinsel modellerini hesaplayabilmişler (Griffin & Bartholomew, 1994) hem de YIYE'deki gibi iki boyut (kaygı ve kaçınma) ölçülmüş ve bu iki boyut üzerinde kümeleme analizi yaparak dört bağlanma biçimine ulaşabilmişlerdir. Tekniklerdeki farklılığa ve sınıflama biçimlerindeki ayrılıklara rağmen çocuklarda da yetişkinlerde de kaygı ve kaçınma olarak tanımlanan temel iki boyut üzerinden yapılan ölçümlerin daha tercih edilir olduğuna dair görüş birliği bulunmaktadır. (Fraley ve Waller, 1998).

Önce hayvan yavrularına dair gözlemlerden hareketle kavramsal düzeyde oluşmaya başlayan bağlanma yaklaşımı bebeklik ve çocukluk dönemlerine dair gözlemlerle devam etmiştir. Bu gözlemlerden hareketle de sistematize edilen bağlanma teorisi giderek yetişkin bağlanmasına vurgu yapan araştırmaları da bünyesine dahil etmiştir. Yetişkinlikteki bağlanma biçimlerine yönelik çalışmalar son zamanlarda artarak devam etmektedir. Yetişkin bağlanması, bazı temel benzerlikler göstermesine rağmen, bebek bağlanmasından önemli açılardan farklılıklar göstermektedir. Weiss (1982) çocukluktaki bağlanmayı yetişkinlikteki bağlanmadan üç başlıkta ayırmaktadır:

1. Yetişkinlerde, bağlanma ilişkileri tipik olarak eşler arasındadır, diğerinde bakım alan (bebek) ve bakım veren (ebeveyn) arasındadır.
2. Yetişkinlerdeki bağlanma çocukluktaki bağlanma gibi diğer davranışsal sistemlerin etkilenmesinden sorumlu değildir.
3. Yetişkinlikteki bağlanma sıklıkla cinsel ilişki içerir (West, Rose ve Sheldon-Keller, 1994; Set, 2016).

Hazan ve Shaver' in öncülüğünü yaptığı ve daha sonra da araştırmalarca desteklenen yetişkin bağlanması romantik ilişkiyi ve özellikle de cinselliği içermektedir. Bu bağlamda, yetişkinlerin romantik ilişkisi içerisinde bağlanma, bakım verme, cinsellik ve çocuk yetiştirme döngüleri ve biçimleri, Bowlby'nin bağlanma kuramı ile ilişkilidir ve açıklanabilmektedir.

1.2. İYİ OLUŞ VE ÖYKÜSEL PSİKOLOJİ

1.2.1 İyi Oluş (İO)

İlgi alanyazın incelendiğinde iyi oluş (İO) kavramının temelleri Aristoteles'e kadar dayanmaktadır. Aristoteles, insan davranışının hem motivasyonunda hem de ulaşılan en üst noktasında iyi oluş (hedonizm) olduğunu belirtmiştir. İyi oluşun önemini her fırsatta vurgulayan araştırmacılar, iyi oluş kavramının içeriğini genişleterek tanımlamalarını sürdürmüşlerdir. "Öznel iyi oluş" kavramı, pozitif psikolojinin üzerinde çalıştığı en önemli ve temel kavramlarından biri olmuştur. Öznel iyi oluş (ÖİO) uzun süredir araştırmacıların ilgisini çeken bir konu olduğu halde sistematik olarak çalışılması ve ölçülmesi daha yeni yapılabilmekte ve son yıllarda artmaktadır (Diener, Suh ve Oishi, 1997; Malkoç, 2011). Bradburn'e (1969) göre eğer kişi olumlu duyguları olumsuz duygulardan daha fazla deneyimliyorsa bu durum öznel iyi oluşunun yüksek olduğunun göstergesidir. Ona göre kişinin yaşadığı olumlu ve olumsuz duyguların negatif yönde ilişkili ve birbirlerinden farklı özellikleri bulunmaktadır (Diener, Smith ve Fujita, 1995; Schimmack, 2008). Bradburn psikolojik iyi oluş adı altında ortaya koyduğu kavramı, Aristoteles'in mutluluk arayışı ve ruh sağlığı konularında iyi olma durumundan hareketle şekillendirmiştir. Mutluluk anlamına gelen Aristoteles felsefesinin kavramlarından biri olan "eudaemonia"yı psikolojik iyi oluşu açıklama kavramı olarak kullanmıştır (Bradburn, 1969, s. 55-61).

İyi oluş kavramına dair kavramsal ve sistematize çalışmalar iki genel perspektif üzerinden yapılandırılmıştır. Hedonik ve eudaimonik kavramları bu yapılandırmada temel rolü oynuyor gözükmektedirler. Öznel iyi oluşa kaynaklık eden hedonik kavramı iken, psikolojik iyi oluşa temel teşkil eden ve hareket veren kavram "eudaimonik"tir. Genel anlamda tanım ve yaklaşımlara şöyle bir bakıldığında, öznel iyi oluş daha çok memnuniyet, sıkıntıdan ve bedensel her türlü rahatsızlıktan uzak olma ile ilgili tanımlamalarla birlikte mutluluğa ulaşma üzerinde durmaktadır. Psikolojik iyi oluş üzerinden iyi oluş kavramına bakıldığında ise bireylerin kendini gerçekleştirme arzusu, amaç ve anlam etrafında bir kavrayış ortaya çıkmaktadır. İyi oluş teorileri hakkında

sunulan perspektiflerden biri olan “hedamonik” (hedamonic) yaklaşım yani psikolojik iyi oluş, Aristoteles yaklaşımından farklı olarak kişinin memnuniyeti ve tatminini temel almaktadır. Nesnel bir ölçüte dayandırılarak değerlendirme yapıldığında, görece daha iyi yaşamsal şartlarda bulunan ve fakat kendisini mutlu hissetmesi beklenirken, hem duygusal hem de bilişsel olarak iyi hissetmeyen kişiler bulunmaktadır. Ya da tam tersi bir durumda iken bile kendisini mutlu olarak tanımlayan bireylerin varlığı inkâr edilemez biçimde gözlemlenmektedir. Bu iki farklı görüngüden hareketle nesnel iyi oluşa dair yordayıcıların insan ruh sağlığını açıklamada yetersiz kalacağı iddiaları güçlenmiştir. Tam da bu noktada ÖİÖ yaklaşımının önem kazandığını söylemek yerinde olacaktır. İki önemli özelliği olan ÖİÖ, evvela öznel değerlendirmeleri önemli kabul eder ve ikinci olarak bireysel hedef odaklı bakış açısına sahiptir. Bu bağlamda, öznel değerlendirmeler temelinde; kişilik özellikleri, kişisel yetenekler ve kültürel özellikler şeklinde sıralanabilecek temel yapılardan hız alan bir ÖİÖ yaklaşımı ortaya atılmış ve sistematize edilmiştir (Diener, 2000).

1.2.2 Öznel İyi Oluş (ÖİÖ) ve Psikolojik İyi Oluş (PİÖ)

ÖİÖ, bireylerin mutluluk olarak değerlendirdikleri içeriklere, duygusal tepkileri ve yaşam doyumları ile ilişkili geniş çaplı yargılarını içeren bir kavramdır. Bu yapı kendi içerisinde üç ayrı özellik barındırmaktadır. İlki, öznel iyi oluşun kişisel bakış açısı ile ilgili oluşudur. İkincisi, negatif faktörlerin olmadığı anlamına gelmemekle birlikte olumlu (pozitif) ölçütler içermesidir. Üçüncü özellik ise öznel iyi oluş ölçütlerinin bireyin kendi hayatına bakış açısıyla hayatının genel bir değerlendirmesidir (Kocayörük, Altıntaş, Şimşek, Bozanoğlu, Çelik 2018).

Alanyazında birçok araştırmacı ÖİÖ tanımı yapmıştır. Bununla birlikte en kuşatıcı ve geçerli kabul edilen tanımı Diener (1999) yapmıştır. Diener’e (1999) göre, öznel iyi oluş, insanların duygusal tepkilerini, yaşam alan tatminlerini ve yaşam doyumuyla ilgili genel yargılarını içeren geniş bir olgu kategorisidir. Özetle öznel iyi oluşun temel üç bileşeni olumlu duygulanım

(positive affect), olumsuz duygulanım (negative affect) ve yaşam doyumdur (life satisfaction). Öznel iyi oluşun duygusal boyutunu olumlu ve olumsuz duygulanım; bilişsel boyutunu da yaşam doyumu ve yaşam alanlarına (iş, okul, evlilik, arkadaşlık) ilişkin alınan doyum oluşturmaktadır (Diener, 1984; Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999; Schimmack, 2008; Malkoç, 2011). Bu boyutlar aşağıdaki şekil üzerinde gösterilmiştir:

Olumlu Duygulanım	Olumsuz Duygulanım	Yaşam Doyumu	Yaşam Alanları
-Sevinç -Neşe -Memnuniyet -Gurur -Sevgi -Mutluluk -Coşku	-Suçluluk -Utanç -Kaygı ve Kuruntu -Öfke -Stres -Depresyon -Kıskançlık	-Yaşamı değiştirme arzusu -Şimdiki yaşamdan alına doyum -Geçmiş yaşamdan alınan doyum -Gelecek yaşamdan alına doyum -Diğer kişilerin bireyin yaşamı hakkındaki görüşleri	-İş -Aile -Boş zaman etkinlikleri -Sağlık -Gelir -Benlik -Arkadaşlık

Şekil 2. Öznel İyi Oluşun Bileşenleri (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999)

Şekil 2’de de görüldüğü üzere, olumlu duygulanımı olumlu duygular, olumsuz duygulanımı tersi olarak olumsuz duygular teşkil etmektedir. Yaşam doyumundan kastedilen ise bireyin, öznel iyi oluşunun bilişsel boyutunu oluşturan şimdiki ve geçmiş yaşamından bütünüyle aldığı doyumun değerlendirmesidir. Bu değerlendirme, bireyin çeşitli yaşam alanlarından (iş,aile, sağlık, arkadaşlık..vb) aldığı doyumları da kapsamaktadır.

Genel anlamıyla ÖİÖ, insanların yaşam kalitesinin ve ruh sağlığının temel yordayıcısı olarak kabul edilen ÖİÖ, daha önce de söylendiği gibi,

insanların bireysel olarak yaşamlarını nasıl değerlendirdiklerini konu alan bir pozitif psikoloji yaklaşımıdır (Shmotkin, 2005). Buradan hareketle Wilson (1967), öznel iyi oluş teorisini bazı sosyodemografik özelliklere dayandırmış ve bu özelliklerin kişilerin ruh sağlığını olumlu yönde yordayacağını iddia etmiştir. Sonrasında ise Ryff (1989) eudaimonia kavramına dayandırarak PİO teorisini geliştirmiş, PİO modelinde; kendini kabul, ötekiler ile iyi ilişkiler kurma, çevresel hakimiyet, yaşam amacı, kişisel gelişim ve otonomi şeklinde sıralanabilecek altı başlık ortaya atmıştır (Ryff, 1989; Kırna, 2016).

İÖ'a dair herşey, hangi iyi oluş türü (ÖİÖ ya da PİO) olursa olsun, pozitif psikoloji alanına dair yapılardır. Alanın iki önemli ismi olan Seligman ve Csikszentmihalyi'e (2000) göre, pozitif psikoloji alanı, bireysel yaşantıya dair değerlendirmeleri kapsamaktadır. Bunlar: mutluluk, memnuniyet, geçmişe ve geleceğe dair olumlu değerlendirmeler, doyum, umutlu olma, iyimserlik, ve simdiki iyi oluş halidir. Kitlese anlamda iyi oluş, değerlere ve ortak yaşamsal amaçlara katkıda bulunmaya götüren özelliklerle sahip olmakla ilgilidir. Bireysel düzeyde, iyi oluş ise yaşamsal bir anlama sahip olmak, amaç edinebilmek, çalışma ve üretme kapasitesi, yakın ilişkilerin varlığı, inanç, kendini gerçekleştirecek yeterlilikte olmak gibi özelliklerle ilgili kabul edilmektedir.

ÖİÖ alanındaki büyüme, bireyin değerine ilişkin daha büyük toplumsal eğilimleri, hayatın değerlendirilmesinde öznel görüşlerin önemini ve iyi-oluşun ekonomik refahı aşan olumlu unsurları içerdiğinin kabul edilmesini yansıtmaktadır. Öznel iyi oluşun bilimsel olarak çalışılması, kısmen, olumsuzluk vurgusu üzerinden çalışan psikolojinin ezici vurgusuna tepki olarak gelişmiştir (Diener, Suh, Lucas, Smith, 1999).

Psikolojik iyi oluş kuramı Ryff (1989) tarafından öznel iyi oluşun bütünleyicisi olan ancak tanımlayıcısı olmayan bir yapı olarak ortaya atılmıştır. Ancak psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluşun bileşimi olan olumlu-olumsuz duygu ve yaşam doyumundan daha çok yaşam tutumlarından oluşan, öznel, sosyal, psikolojik boyutları ve sağlıkla ilgili davranışları içeren çok boyutlu dinamik bir yapı olarak tanımlanmıştır. Öznel iyi oluş tanımı gereği insanın deneyimsel dünyasına öznel ve doğal olaylarla ilgili özelliklerine odaklanır. Bununla

birlikte öznel iyi oluş yapısının, yaşam doyumunun ve duygusal iyi oluşun birlikte değerlendirilmesi ile yapısal ve deneysel değerlendirme konusunda zorluk yaratabileceği konusunda eleştirilmektedir (Lent 2004; Schwarz ve Strack, 1991). Psikolojik iyi oluş, teori odaklı kavramsallaştırma ihtiyacının sonucunda öznel iyi oluşun anlam, gelişme ve yönelim gibi varoluşsal boyutlarına yönelik eksikliği nedeniyle ortaya çıkmıştır (Kocayörük, Altıntaş, Şimşek, Bozanoğlu, Çelik 2018).

Ryff (1989a) PİÖ kavramını geliştirirken Maslow'un kendini gerçekleştirme kavramından, Rogers'ın tam işlevsel/tam verimli insan görüşünden, Jung'ın bireyselleşme kavramından, Allport'un olgunluk kavramından ve Erikson'un psikososyal gelişim modelinden yararlanmıştır. Bununla birlikte Ryff bu modelde, Buhler'in yaşam ihtiyaçlarına yönelik temel yaşam eğilimlerinden, Neugarten'ın yetişkinlik ve yaşlılıkta kişilik değişiminin açıklamalarından, Jahoda'nın ruh sağlığına yönelik sağlık ölçütlerinden ve Frankl'ın insanın anlam arayışı görüşlerinden yararlanmış ve “Çok Boyutlu PİÖ” modelini oluşturmuştur. Çok boyutlu PİÖ kavramı; özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, öz-kabul ve yaşam amaçlarının çok boyutlu olarak değerlendirilmesidir (Ryff, 1989a; Kocayörük, Altıntaş, Şimşek, Bozanoğlu, Çelik, 2018).

Pozitif psikoloji alanındaki araştırmalar arttıkça iyi oluşa dair yeni ayrıntılar görüş alanına girmeye başlamıştır. Ryff psikolojik iyi oluşu, kendini kabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, bağımsız hareket edebilme kapasitesi, çevresel farkındalık, yaşama dair amaç edinebilme ve kişinin yaşama ve gelişme hakkını elinde bulundurması ile kendisi ve çevresinin talepleri arasındaki dengeyi kuracak gücünün olması olarak ifade etmiştir (Ryff, 1989b). Buradan hareketle bireyin ilişkiler içerisinde yaşadığı olaylar, tecrübe ettiği durumlar, evde ve sosyal çevresinde gördüğü ve takındığı tutum ve davranışlar onun dengeyi kurabilmesini etkilemekte ve bunun bir getirisi olarak da uzun vadede psikolojik iyi oluş halini etkilenmektedir.

Daha kestirmeden ifade etmek gerekirse, psikolojik iyi oluş kavramı bireyin varolan yaşamı ve içinde bulunduğu şartlarla ilgili olumlu bir bakış yargıya sahip olmasını ifade etmektedir. Psikolojik iyi oluşu yüksek olan birey,

kendisinde hem kendisine hem de çevresine dair gelişme ve ilerleme hissi taşıyan, yaşamının anlamlı olduğuna dair güçlü bir inancı olan kişidir. Böyle bir bireyin, yaşam projesinin dün, bugün ve yarın ile ilgili olarak olumlu bir kanaate sahip olacağı ve beraberinde yaşamdan edindiği tatmin duygusunun da yüksek olacağı düşünülmektedir. Bireyin bu kavrama sahip olmasıyla birlikte, onun diğerleriyle pozitif ilişkiler kurması, yaşamsal amaçları doğrultusunda kararlar alabilmesi kolaylaşacaktır. PİO gerçek anlamıyla bireyin kendi varoluşsal amaçlarına ulaşip, onları gerçekleştirmesinin sembolü olarak literatürdeki yerini almış görünmektedir (Ryan ve Deci, 2001).

1.2.3 Öyküsel Psikoloji

Psikolojinin felsefeden ya da felsefi akıl yürütmelerden ayrılarak bir sosyal bilim olma iddiasıyla ön plana çıkmaya başlaması modernizm paradigmasının oldukça etkin olduğu yıllara denk gelmektedir. Geleneksel psikoloji hareketinin insanı genellenebilir ve ölçülebilir yöntemlerle anlama çabası ve özellikle insan davranışını anlamdan arınmış bir biçimde tanımlama hareketi yine modernizm paradigmasının psikolojideki yansıması olarak görülmektedir. (Kvale, 1992a; Karaoğlu, 2016).

Geleneksel psikoloji ekolleri, insan gelişimini “sonradan sosyalleşme” perspektifi ile değerlendirme eğilimindedir. Bu yaklaşımdan hareketle tüm sosyal gerçeklikten bağımsız bir “insan doğası” ile dünyaya gelen insan; evrensel, ve değişmez özelliklere sahiptir (Çoker, 2011; Çelik, 2017). Böyle bir yaklaşım birey-toplum ayrışmasına neden olmakta ve bu ayrım yoluyla birey ait olduğu sosyal çevreden kopartılarak nesneleştirilmektedir. İnsan yaşayan üreten ve değişen bir organizma oluşu yok sayılarak bir araştırma alanı haline getirilmektedir. Eğilimlerini bu yaklaşımdan hız alarak belirleyen ekoller, bu dönem içerisinde insanı masaya yatırılarak incelenecek statik bir yapı kabul etmiş ve özne oluşundan kopararak anlamaya çalışmıştır.

Böyle bir dönemin ve yaklaşımın eleştirisi olarak doğmuş postmodernizm tekilci düşüncüyü yadsıyan doğasıyla eleştirel bir bakış açısı olarak ortaya çıkmış, farklılıklar, çoğulculuk, öznellik gibi kavramları konuşulur hale getirmiştir. Bu perspektif doğrultusunda postmodern söylem

bireyin doğası ve ihtiyaçları, dilin çalışma prensipleri ve işlerliği, epistemoloji ve bilginin temsili gibi alanlara odaklanmıştır (Gergen, 1985; 2001; Kvale, 1992a; Lyotard, 1984; Neimeyer, 1993).

Payne (2006)'ye göre postmodern perspektifte insan yaşamı, ekonomi, psikoloji, sosyoloji, antropoloji gibi kendi tanımı olan disiplinlerin merceğinden bakılsa da bakılmasa da, ortaya kesin bulgular koymak için fazlaca değişkendir, biriciktir, çok yönlü, belirsiz ve karmaşıktır. İnsan gerçekliği sınırlandırılmaz. Her an oluşmakta olan gerçekliğin tümünü dikkate almayı gerektiren değişkenlerin formal bir hipotez doğrultusunda kanıtlanması mümkün değildir. Çünkü böyle bir değişimi test edecek hiçbir yöntem yoktur.

Postmoderniz diğer alanlara benzer bir biçimde psikoloji alanında da etkisini göstermiştir. Psikoloji için postmodern farklılaşma; geleneksel psikolojinin tanıyı merkeze alan, aposteriorik bilgiyi mümkün sayan, genel geçer doğruları arayan yaklaşımından farklı olarak; insan doğasını karmaşık ve yaşayan bir yapı olarak kabul eder. Onun zayıf, eksik, hastalıklı yanlarındansa güçlü yanlarına odaklanan, bireysel ve kültürel farklılıklara yer açan, insanı çevresi içinde etkileşimde bulunan bir özne olarak gören bir bakış açısı ortaya çıkarmıştır (Kararmak & Siviş, 2008).

Modernizm bağlamında gelişen geleneksel psikoloji, özellikle dünya savaşlarının toplumlar üzerindeki yıkıcı etkisi ile psikopatolojilere odaklanmış ve insanı eksiklik bakış açısıyla değerlendirmiştir. Yararlılık motivasyonunun da etkili olduğu bu eğilimle birlikte, zarar gören insan psikolojisini ideal/sağlıklı formuna döndürmek psikoterapinin asıl hedefi haline gelmiştir (Seligman, 2002,s.122). Bu değişim bağlamında sosyal ve davranışsal bilimler müthiş önemli bir rol oynayabilir. İyi bir yaşama dair, deneysel olduğu kadar anlaşılır ve çekici de olan bir vizyon ortaya atılabilir. Hangi eylemlerin iyi oluşa, olumlu bireye ve gelişen toplumlara götüreceğini gösterebilir (Seligman, Csikszentmihalyi, 2000).

İnsana dair bakış açısını değiştiren bu yaklaşımla birlikte yeni paradigma, söylemler ve dil üzerine oturtulan ve odağını görecelilik, ideolojik dualiteler, bütünden farklılaşma/bölünmüşlük, çoklu kimlikler, tutarsızlıklar, enformasyon, diyalog, anlatım, ifadelendiriş farklılığı, beyan tarzı, müzakere,

güç ve gücün el değiştirmesiyle eyleme dönüşen dil pratiklerine yönelmiştir (Sözen, 1999).

Yeni yaklaşım doğrultusunda dile bakıldığında, güce ve siyasi yapılanmaya aracı bir alet görülmektedir. Dilin ardında, ondan ayrılmaz bir biçimde duran politik bir söylem mevcuttur. Gee'ye göre dilin kullanımı durumu söz konusuysa hemen ardında ondan ayrılmaz bir biçimde duran politik içerik mutlaka farkedilecektir. Çünkü dil onu kuşatan sosyal dünya ve o sosyal dünyanın ideolojileri tarafından sarmalanmış durumdadır. Toplum bireylerden oluşmaktadır ve bu bireyler hem kendileri hem de kendilerinin ötesinde toplumla, varolanlarla ilgili algılarını, konuşmaları ve söylemleri aracılığı ile oluştururlar. Ve oluşturdukları bu yapıların ve kendi eylemlerinin neticesinde dünyanın onların gözünde ne menem bir şey olduğunu ve dünyaya ve varlığa dair anlamı ve anlamsızlığı da yine söylemleri aracılığı ile ortaya koyarlar. Koyarlar, yıkarlar ve yine konuşma ve dil aracılığı ile yeniden inşa ederler. Sonuç olarak söylemleri aracılığıyla dünya, sosyal bağlam, kendileri ve diğerleri hakkında ki bakış açılarını yapılandırır (Gee, 1999; Çelik & Ekşi 2008).

Dil, kişinin kendisini kendi kendine ve bir diğerine ifade edebilmesini sağlayan ve ötekini anlayabilmek için gerekli olan ışığı yansıtan bir aracı ve nesnedir. Dilin olmadığı bir dünya anlam bakımından eksiktir. Dil basit bir sembol ya da yansıtma aracı değil, aynı zamanda farklı birçok imkanı barındıran karmaşık bir sistemler bütünüdür (Elliot, 1996)

Dilin ve dile dair uygulamaların başrol oynadığı ve kelimelerin gücünün en fazla hissedildiği alan hatta terapiye aracılık eden yegane enstrümanın dil olduğu alan elbette psikolojidir. Neredeyse tüm psikoterapi uygulamaları dil ve dil pratikleri üzerine inşa edilmiştir. Modern çağın anlayışından beslenerek oluşmuş psikoloji ekollerinin, günümüz insanına ve sorunlarına ne kadar karşılık verebildiği ve ne düzeyde bir açılım sağladığı da ayrı bir tartışma konusudur. Özellikle sınırların kalktığı insanların bireyselleştiği ve kültürlerin karıştığı ve ayrıştığı alanları algılamının zorlaştığı yeni dünya düzeninde, klasik psikoterapi yaklaşımları sıkıntılara ne kadar deva olabilir sorusu en çok cevap aranan sorudur. Yeni bakış açılarını beraberinde getiren bu soru yeni

terapi anlayışlarına da zemin hazırlamaktadır. Çünkü modernizmin/pozitivizmin merkeze aldığı kozalite yaklaşımı günümüz dünyasının sorunsalına cevap verecek ve olgularını açıklayabilecek güçte değildir (Wodak & Meyer, 2002, s.43).

1.2.4 Ontolojik İyi Oluş ve Öyküsel Paradigma

"Bireylerin ne kadar mutlu olduğunu belirleyen onlara ne olduğu değildir, aksine ne olduğunu nasıl yorumladıklarıdır" (Epictetus, 2013,s.148)

Felsefi ve psikolojik literatür, hayatın bütün olarak algılanabilmesinin, ancak bütün zaman perspektifinden kavramsallaştırılmasıyla mümkün olduğunu belirtmektedir. Tam da bu noktadan hareketle ÖİO yaklaşımına gelen en önemli eleştirilerden biri, bu literatürel arka plana rağmen, mutluluğun bütün zaman temelinde kavramsallaştırılarak hesaba katılmamış olmasıdır. Batılı düşüncenin benliği şimdiki zaman bakış açısıyla değerlendiriyor olması kişinin iyi oluş halini değerlendirirken de şimdiki zamana odaklanmayla neticelenmiştir. Şimdiki zamana dair bu baskın bakış açısı geçmişin ve geleceğin hafife alınmasıyla sonuçlanmıştır (Şimşek, 2009).

Birey; farkındalığın, duygunun, muhakemenin ve eylemin devingen bir merkezidir ve başkalarından ayırt edilebilen, ayrı bir bütündür. Bu kavramlaştırmaya göre birey, içine doğduğu ve yaşadığı sosyal ve doğal arka plana karşıt bir yerde konumlanır. Batının bireyi bu şekilde kavramlaştırması bize her ne kadar artık değiştirilemez, düzeltilemez gibi görünse de, dünyada var olan kültürlere bakıldığında bunun oldukça tuhaf bir yaklaşım olduğu söylenebilir (Geertz, 1976; Madigan, 2016, s.72).

İçinde bulunduğu çağın felsefik görüşlerinden beslenen, odağı dil ve söylemler üzerinden inşa edilen “anlam”a yönlendiren, hümanistik yaklaşımdan sonra psikoterapi alanında “dördüncü dalga/güç” olarak kabul edilen öyküsel psikoloji, kişisel ve kişilerarası problemlerin gelişiminde ve dışavurumunda “dil” ve “öykü” nünün önemine vurgu yapar. Öyküsel psikoloji ileri sürmüş olduğu iddialar, varsayımlar, amaçlar bakımından aşına olunan geleneksel psikolojik danışmanlık yaklaşımlarına, onlar “yanlış” ve “kötü” gibi bir imada bulunmaksızın, meydan okur (Payne, 2006).

Öyküsel bir bakış açısıyla ÖİÖ, kişinin bene dair algısının ve bu algının kişisel yaşam hikâyesi içerisinde üretilmesinin neticesidir. Öyküsel yaklaşıma göre, birey herhangi bir yerde varlık alanına çıkmış bir canlıdır. Bir akışa ve anlama daha doğrusu hikâyesel bütünlüğe sahip olmak için zamana ve mekâna ihtiyaç duymaktadır. Onun sosyo-kültürel ortamı mekânsal boyutu oluşturduğu gibi, kendi bütünlüğü içerisinde anı odaklarının art zamanlı sıralanışı ve bu durumun tecrübi şekilde, bellek aracılığı ile tekrar ziyaret edilerek yapılandırılabilirliği zamansal boyutu oluşturmaktadır. Bu bakımdan ÖİÖ kişinin evriminin hikâyesidir.” (Shmotkin, 2005).

Öyküsel terapi, temelleri ilk olarak 1980’lerde Avustralya ve Yeni-Zelanda atılmış ve sonrasında dünya genelinde kendine oldukça saygın bir yer edinmiştir bir yeni psikoterapi eğilimidir (Shapiro & Ross, 2002). Eğilim ifadesinin ötesinde bir isimlendirmeyi kurucuları olan, yaklaşımın öncü isimleri Micheal White ve David Epston da kullanmamaktadırlar. White (1992)’e göre bireyler yaşamının anlamını yorumlayıcı hikâyeler oluştururlar (Corey, 2005; Çelik 2017). Birey oluşturduğu hikâyelerden yaşamsal doğrular ve kesinlikler çıkarır. Bireyler doğdukları andan itibaren kültürel bir alanın içinde varolagelmektedirler. Bu kültürel ortam en başta tam olarak ne bireye aittir ne de onun dışındadır (Winnicott, 2017). Kültüre ait öyküler tahmin edileceği üzere baskındır ve oldukça güçlüdür. Bundan dolayı birey yetişkinliğe doğru geçtikçe, kültür bireyin içinde onunla beraber büyür ve birey baskın kültürü ve onun söylemlerini kendi gerçekliğiymiş gibi içselleştirir. Deneyimlenen durum bireyin gerçekliği ile örtüşmüyor olsa dahi birey tarafından bir kimlik olarak kabul edilir ve o kimliğe dair rol sürdürülür. White’ye göre baskın söylemler güç odaklarından ve çıkar sahiplerinden başka kimseye yaramamaktadır. Birey işte bu baskın söylemlerin oluşturduğu uygunsuz gerçeklerle kendi gerçekliği arasında kaldığında psikolojik zorlanmalar ve sorunlar yaşamaktadır. Kültürün, dilin aktarım özelliği sayesinde kendisine biçtiği kimliği ve rolü kendisininmiş gibi sahiplen birey, yine ancak dil vasıtasıyla ve öyküler aracılığıyla yeni ve kendine ait kimlikler oluşturabilecektir.

Öyküsel terapi ifadesinin özgül bir anlamı vardır. Öyküsel terapi, öyküsel psikolojiden ve öyküleri kullanan diğer terapi yöntemlerinden farklıdır.

Bu ifade, David Epston ve Michael White'nin fikirlerini ve uygulamalarını anlatır. Epston'a göre, metafor ve anlatı kullanarak ortaya konan bulanık üslup ve edebi yöntemlerin içerdiği fikirlerden terapide yararlanılabilir; bu yolla, olguların bıraktığı izlenimler üzerinde bir etki yaratılabilir. Bu fikirden hareketle ortaya konan öyküsel terapinin, yalnızca belirli sorunlara yönelik yepyeni çalışma yöntemleri icat etmekten ibaret olmadığını, aynı zamanda bu yeni terapötik çalışmalara eşlik eden yeni bir dil ve yaklaşım yarattığını da ortaya koymaktadır (Madigan, 2017,s.248). Bir insanın öyküsü bu öyküyü şekillendiren etkiler ve bu öyküyü farklı açılardan anlatma hakkı öyküsel terapi uygulamasının merkezinde yer alır (Epston, White, 1992). Epston ve White, birçok öykü üzerinden tarif edilen yaşamın, bir kişinin ve/veya grubun, geçmişi, bugünü ve geleceği ile ilgili revize edilmiş yeni bir anlatımını içerebileceğine de inanmışlardır (Denborough, 2008)

Öyküsel yaklaşımdan bakıldığında bireylerin herhangi bir durum karşısında ne hissedeceklerini ve nasıl eylemde bulunacaklarını belirleyen şey, kişinin durumu kendi perspektifinden nasıl hikâyelendiriyor olduğudur. Elbette kendi zamanını hikâye odakları üzerinden yaratan insanın mekân ihtiyacını gideren kültür bu yaratının ruhunu üfleyen yapının ta kendisidir. Yani insanların sorunları, sosyal yapısalcı metaforlar içinde merkezileşmiştir. Yaratılmış bu sosyo-kültürel gerçeklikler hem bireyin kendilik değerini inşa etmek, hem de çevre ile olan ilişkilerini yapılandırmak için yine birey tarafından geliştirilen öykülerinin içinde kendilerini ortaya çıkarırlar. Bu açıdan bakıldığında bireyler “anlam yapıcıları”dır; ve bu anlam insanların bakış açılarını hem şekillendiren, hem de sınırlandıran ana unsurdur (Payne, 2006; Çelik, 2017).

Öyküsel perspektif yaklaşımları, ortak birçok özelliğe sahip olmakla birlikte farklı kuramcılarca farklı yorumlanıp farklı yaklaşımlarla zenginleştirilmiş bir yapıya da sahiptir. Öyküsel psikolojinin değişmeyen ve kuramcılar tarafından kabul edilen ortak yanı, öykünün daima bir zaman ve mekân boyutlandırmasına ve başlangıç, gelişme ve sonuç bölümlerine sahip olmasıdır. Buradan hareketle öyküsel formatta yapılandırılan yaşam veya yaşamdan kesitler de her daim bir zemin ve bir zamanda varolur. Sarbin

(1986) bu öykülerin insan psikolojisinin düzenleyici unsuru olarak gündelik yaşamın her alanında varolduğunu belirtir (Sarbin, 1986; Karaoğlu 2016). Öyküde akışın varlığı, başka bir deyişle bölünme ve kopuşun yaşanmıyor olması, kişinin psikolojik sağlık göstergelerinden en önemlisidir.

Öyküsel kurgu içerisinde şekillenmiş bellek ve yaşamsal seyir içerisinde tekrarlayan bir biçimde yeniden yapılanan benlik yaklaşımı öyküsel psikolojide önemli teorik açılımlardır. Öyküsel algılayışta otobiyografik bellek öyküsel bir kurgu taşımaktadır. Bellek öyküsel yapılanmıştır; yani bir tema etrafında peşi sıra yapılanmış yaşam olaylarından örülüdür. Başka bir boyutta geçmişte yaşanmış olaylara dair bireysel seçicilik, bellekte tutulan olayların ve yaşamsal akışın değişebilirliğine işaret etmektedir. Eğer birey olayları kamera gözüyle değil de kendi gerçekliğine uygun seçicilikle yaşıyor ve hatırlıyorsa o zaman bu hikâyeler farklı bir perspektiften görülebilirse birey tarafından yeniden yapılandırılabilir. Diğer yandan, geçmiş yaşam olaylarını hatırlamadaki seçicilik yaşam hikâyesinin ve bellek içeriğinin zaman içerisinde değişimine işaret etmektedir. Bu ana unsurlardan hareketle, klasik ÖİÖ'un durağan kişilik ve dış dünyadan bağımsız, genetik duygulanım eğilimli yaklaşımlarından farklı olarak, öyküsel perspektifte dinamik ve değişebilen bir ÖİÖ teorisinden bahsetmek mümkündür (Şimşek & Kocayörük, 2013).

Tüm zaman perspektifi bakış açısından insan yaşamının şimdiki zamana odaklı bir yapı sergilediği, geçmişin ve geleceğin şimdije etkilerinin etkilerinin hesaba katıldığı, yaşam dönemleri arasında yol alıyor olmanın yarattığı farklılıkların görmezden gelinmediği (Şimşek, 2009; Şimşek & Kocayörük, 2013) yeni bir ÖİÖ tanımı için alanda karşılık bulmuştur.

Diener (1997) tarafından kavramsallaştırılan ÖİÖ'un temel boyutları olan bilişsel ve duygusal boyutların ilişkilerinin belirsiz olduğu ve batı kültürü etkisinde gelişmiş tüm zaman perspektifinin şimdiki zamana odaklı yaklaşımında, duygusal boyutun etkisinin göz ardı edildiği eleştirilerinden hareketle Şimşek (2009), Ontolojik iyi oluş (Ontological Well-being) kavramını literatüre katmıştır .

Şimşek'e göre (2009) insan hayatı geçmiş ve geleceğin arasında yapılandırılmış ve hikaye formunda oluşturulmuştur. Buradan hareketle birey

geçmişe dair hissiyatı ve geleceğe bakışı ile kendi yaşam öyküsünü oluşturmaktadır. Ontolojik iyi oluş (OİO) kavramı öyküsel paradigma ekseninde böylece yer bulmuştur. Geçmiş ve gelecek değerlendirmeleri kişinin bugünkü iyi oluş halini belirlemektedir (Şimşek, 2009). OİO teorisi, üç zaman (geçmiş, şimdi, gelecek) ve iki değerlendirme boyutunu (bilişsel ve duygusal) değerlendirmeye almaktadır. Kişisel varoluşu için anlam veya amaç arayan insan kendi yaşamının öyküsel bir değerlendirmesini yapar (McAdams, 1985,s.138).

Öyküsel iyi oluş bağlamında yaşamının değerlendirmesini yapan insan, kişisel yaşam projesinin geçmişi geleceği ve şimdisine dair yargıları üzerinden değerlendirmede bulunur. Bireyin amaç ve projelerini, mutluluk yorumu ya da bir iyi oluş hikâyesi olarak gördüğü, mutlak iyi olanı aradığı varsayılır ve dolayısıyla iyi oluş, kişinin kendi varoluşunu, bilişsel ve duygusal yönüyle değerlendirmesidir denilebilir (Şimşek, 2009). Bu değerlendirmeyle gelişme yönü ve kendini gerçekleştirme yönelik mutluluk onayı ortaya çıkar. Böylelikle ontolojik iyi-oluş, başka bir deyişle kişinin yaşam projesi, bireylerin en temel arayışlarından biri olan yaşamın anlamı veya amacına en yakın yapı olarak ifade edilebilir. Sonuç olarak ontolojik iyi oluş, kişinin kendi yaşamına amaçlılık çerçevesi içerisinde öyküsel olarak geçmiş, şimdiki ve gelecek zaman bileşenlerini içererek geçici bir açıyla kişinin yarattığı ve sürdürdüğü bir yaşam projesine değinmektedir (Kocayörük ve ark., 2018).

1.3.CİNSEL DOYUM

1.3.1 Cinsellik

Cinselliği veya onunla ilgili herhangi bir şeyi araştıran bir çalışma yapmak gerçekten insanı aldığı karşılıklar bağlamında oldukça zorlayan bir durumdur. Sevgi, yakınlık, cinsellik ziyadesiyle karmaşık konulardır. Evlilik ya da ilişki gibi bağlılığın temel olduğu ilişkilerde ise cinsellik daha şiddetli ve temel bir konu haline gelir. Tam da bu bağlamda kişilerin cinselliklerine dair atıfları aslında bir sürecin göstergesi gibi ele alanabilir. Çünkü cinsellik yakınlığın ve birlikteliğin en zirve noktası gibidir ve bu yakınlığı asla sadece

cinsel birliktelik oluşturmaz. Cinsel doyuma bakıldığında burada kişi veya kişilerin bütün yakınlık, ilgi, bakım alma ve bakım verme serencamı bulunabilecektir.

Cinsellik, yaşamın en kişisel anlarından biridir. Her birimiz, zaman zaman bizi şaşırtan hatta şok eden tercihleri ve fantazileri olan cinsel varlıklarız (Şahin, 2017). Cinsellik tarihi insanlık tarihi kadar eski olmasına rağmen cinsellikle ilgili araştırmaların 20.yy’da çalışılmaya başlanması oldukça dikkat çekicidir (Çalışandemir, Bencik ve Artan, 2008). İnsan cinselliğinin bilimsel olarak ilk ele alınışı 20.yy’ın başlarına denk gelmektedir. 19.yy sonlarına doğru Darwin “Türlerin Gelişimi” teorisi ile cinsellik davranışının öneminin açıklamasına öncülük etmiş olup (Aksöyek ve Canatar, 2015) Henry Avelock Ellis ve Sigmund Freud yapmış olduğu araştırmalarla Viktoryen çağda hastalık olarak ele alınan cinselliği farklı bir boyuta taşımış ve insanın cinselliğini bilimsel olarak araştırmışlardır (Akt: Öztürk, 2008).

İnsanda cinsellikle ilgili ilk detaylı araştırmayı Kinsey ve arkadaşları yapmış olup kadın ve erkeklerin evliliklerini ve cinsel yaşantılarını araştırmışlardır. Kinsey ve arkadaşlarının devamında Masters ve Johnson 10 yıldan fazla süren, çok sayıda gönüllü kadın ve erkek katılımcının laboratuvar ortamında cinselliğini inceleyip analiz ettiği çalışmaların sonucunda bugün bilinen insanın cinsel fizyolojisinin temelinin oluşumuna çok büyük katkı sağlamışlardır (Akt: Öztürk, 2008).

Cinsellik halen çoğu insan tarafından ayıp, yasak diyerek konuşulmaktan çekinilen bir konudur. Bu yüzden cinsellikle ilgili kavramlar nadir çalışılan konu olmak ile birlikte, üzerine en çok düşünülen ve kişileri kaygılandıran bir alan olmaktadır (Aksöyek ve Canatar, 2015). Dünya Sağlık Örgütüne göre; “Cinsellik, fiziksel, duygusal, entelektüel ve sosyal yönlerin kişiliği, iletişimi ve aşkı zenginleştirici etkilerinin bileşiminden oluşur. Herkesin cinsel bilgilere ulaşma ve cinsel ilişkiyi zevk için ya da üreme amacıyla yaşama hakkı vardır. Cinsel bir varlık olarak insanın sadece bedensel değil; duygusal, düşünsel ve toplumsal bütünlüğünü sağlayan, kişilik gelişimi, iletişim ve sevginin paylaşımını olumlu yönde zenginleştiren ve arttıran sağlıklılık halidir” (Akt: Cetad, 2007) şeklinde tanımlanmıştır.

Cinsellik son derece karmaşık bir yapıya sahip olmakla birlikte kendine ait özellikleri olan ve birçok etkenden oluşan bir sistemdir. Bu sistemin oluşumu ve cinsel davranışlar milyonlarca yıl öncesine dayanmak ile birlikte insanın hayatta kalabilmesi için geliştirilmiş evrimsel bir süreç sonucunda oluşum göstermiştir (Eşel, 2006).

Cinselliğin merkezi bilinenin aksine cinsel organlar değil beyindir. Limbik sistem ve hipotalamus cinsel işlevlerden sorumlu en önemli beyin alanını oluşturmaktadır (İncesu, 2004). Bunun yanı sıra cinsellik kavramının oluşumunda birçok etken rol almaktadır. Bunlar biyolojik, psikolojik, sosyo kültürel, ekonomik, dini, politik, antropolojik ve kişinin gelenek, görenekleri gibi birçok etkenin bir araya gelmesiyle oluşan bir bütündür (Cetad, 2006). Bu oluşumlardan biri ya da bir kaçında sorun olması cinsel yaşantıyı büyük ölçüde etkilemektedir (Gülsün, Ak & Bozkurt, 2009).

1.3.2 Cinsel Doyum

Cinsel doyum kişinin cinsel ilişkisiyle ilgili olarak, olumlu ve olumsuz boyutların öznel olarak değerlendirilmesinden kaynaklanan duygusal bir cevaptır (Lawrance ve Byers, 1995). Bireyin cinsel ilişkiden duyduğu memnuniyet ve aldığı haz olarak da tanımlanabilir. Cinsel doyum bireyin biyo-psiko-sosyal durumundan etkilenmektedir. Bireyin cinsiyeti ve yaşı, cinsellikle ilgili tecrübesi, toplumsal ilişkileri, kültürel etkenler, sosyal koşullar, cinsel doyumla ilgili olarak bireysel farklılıklara neden olmaktadır. Cinsel doyum kişilerin cinsel yaşantıları hakkında olumlu ya da olumsuz olarak öznel değerlendirmelerini içeren duygusal tepkileri içermekle birlikte ilişki memnuniyeti, benlik değeri gibi değişkenler ile bağlantılı olup kişilerin evliliğindeki doyumun ve memnuniyetin en güçlü belirleyicilerinden biridir (Stephenson ve Meston, 2011).

Evli bireyler, yani birliktelikleri uzun ve süreğen olan kişiler, hem kendi cinsel doyumunu hem de eşinin cinsel doyumunu ile ilgilenmektedir. Yapılan çalışmalar, evlilikte cinsel doyum ile evlilik doyumunu arasında sıkı bir bağ olduğunu göstermiştir. Sosyal, ekonomik ve bireysel değişkenler sürece dahil edildiğinde bile bu bağ değişmemektedir. Bu sonuçlar, cinsel doyumun ödül

olarak iş gördüğünü ve cinsel doyumun çiftlerin evlilikleri hakkındaki olumlu değerlendirmelerine katkıda bulunacak etkileşimli bir deneyim olduğunu iddia eden karşılıklı sosyal değişim ve davranış teorileriyle tutarlıdır (Karney, Bradbury, 1995; Sprecher, Cate 2004; Yeh, Lorenz, Wickrama, Conger, Elder, 2006).

Çiftler arası ilişki doyumundaki en önemli farkı yaratan faktör cinsel doyum düzeyleridir. İlişkinin cinsel açıdan tatmin yaratıyor olması çiftler için ilişkinin genel anlamdaki doyumuna dair gerçekten önemli bir yordayıcı olma özelliği taşımaktadır. Evlilikteki iyi oluş ve sağlıklı işleyişin en önemli bileşenlerinden bir tanesi cinsel doyum olarak ölçülmektedir. Evlilikte cinselliğin en önemli işlevi, zevkin ve hazzın oluşması, yakınlaşmanın gerçekleşmesi ve taraflar için paylaşılr olması ve derinleşmesi, günlük yaşamın ve ilişkinin zorlukları ile başetmekte önemli bir kaynak oluşturması ve gerilimi azaltmasıdır (Öztürk ve Arkar, 2014).

Bu konu ile ilgili Brody ve Costa 2009 yılında 27 ülkede yapmış oldukları bir araştırmada kadınların %58'inin cinsel hayatlarından doyum almadıklarını, erkeklerin ise %57'sinin cinsel hayatlarından doyum almadıklarını belirtmiştir (Brody ve Costa, 2009). Cinsel doyum karşılıklı yaşanan ilişkinin en temel unsurudur, eşlerin ilişkilerinde cinsellik hakkındaki davranışları, duyguları, düşünceleri ve inançları tüm ilişkilerine yansıtmakta ve ilişkinin genelindeki tutumu etkilemektedir (Öztürk ve Arkar, 2014). Bu bağlamda kişilerin ilişkilerinde cinsel yaşantıdan aldıkları mutluluk ve hoşnutsuluk cinsel doyum düzeylerini oluşturmaktadır (Sprecher ve Cate, 2004,s.235-256).

Evlilik yaşantısında mutlu olmak cinsel doyumun, işlevin ne kadar tatmin edici olduğuna bağlıdır (Khazaei, Rostami ve Zaryabi, 2011). cinsellikte ve özellikle ilişkilerde, çiftin birbirleriyle konuşabilmesi, beklentilerini birbirlerine rahatça ifade edebilmeleri ve birbirlerine saygı duymalarıyla en yüksek doyumun sağlanabilmesi mümkün olmaktadır. Çift cinsellikte doyumunu elde etmeleri, cinsel ilişkinin zamanı, yeri, kullanılan teknikler, sıklığı, süresi, ve ilişki sırasındaki davranışlardan duydukları karşılıklı memnuniyetle doğrudan ilişkilidir (Canel, 2012).

Cinsel doyumun olması için ise cinsellikle ilgili konularda bilgi sahibi olmak önemlidir, nitekim evliliklerinde cinsel sorun yaşayan çiftlerin genellikle cinsellikle ilgili bilgi eksikliği olduğu bulunmuştur (Doğan ve Saraçoğlu, 2009).

Kadınlar ve erkeklerde cinsel ilişki sırasında farklı evreler yaşanmaktadır. Bu süreç uyarılma evresi ile başlamakta, plato evresi, orgazm evresi ile devam ederek, çözülme evresi ile son bulmaktadır. Erkeklerde farklı olarak son evre yanıtsız evre olarak adlandırılmaktadır.

Cinsellikle ve cinsel doyum ile ilgili olarak teknik ve tanıya bağlı kısıtlara girmeden önce DSM-IV-TR ve DSM-V arasındaki farklılıkları ve değişiklikleri gösteren tablo aşağıda verilmiştir. Araştırma bulgularının bir kısmı önceki kıstaslara bir kısmı daha sonrakilere bağlı olarak tartışıldığından bu gerekli görülmüştür.

DSM-IV-TR Tanıları	DSM-V Tanıları
İstek ve Uyarılma Bozuklukları	
Hipoaktif Cinsel İşlev Bozukluğu Kadında Cinsel İlgi/Uyarılma Bozukluğu	Hipoaktif Cinsel İşlev Bozukluğu Kadında Cinsel İlgi/Uyarılma Bozukluğu
Sertleşme Bozukluğu	Sertleşme Bozukluğu
Cinsel İsteksizlik Problemi	Listeden Kaldırılmıştır.
Orgazm Bozuklukları	
Kadında Orgazm Bozukluğu	Kadında Orgazm Bozukluğu
Erkek Orgazm Problemi	Geç Boşalma
Erken Boşalma	Erken Boşalma
Cinsel Ağrı Duyulan Bozukluklar	
Disparoniya	Cinsel Organlarda- Pelviste Ağrı/ İç Girme Bozukluğu
Vajinismus	

Şekil 3. DSM-IV-TR ve DSM-V arasındaki farklılıklar.(Şahin, 2017)

1.3.3 Evlilikte Cinsel Doyum

Abalı ve Kömürcü (2008) zaman içerisinde tarafların cinsel olarak birbirlerini mutlu edememelerinin oluşturduğu etkinin, evlilik ve aile içi ilişkileri ve iletişimi olumsuz yönde etkilediğini belirtmektedir.

Litzinger ve Gordon (2005) evli bireylerin cinsel doyumları ve evlilik doyumları arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada cinsel doyumun evlilik doyumuna katkıda bulunmada önemli bir yeri olduğu sonucuna varmışlardır. Çağ ve Yıldırım'ın (2013) yaptığı çalışmanın bulgularına göre; evlilikte cinsel tatmin ilişki doyumunu ikinci sırada belirlemektedir. Ivy ve Memphis'in (2007) yaptıkları çalışmada evlilik doyumunun cinsel doyumla yüksek düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Konuyla ilgili literatür incelendiğinde Larson (1988) evlilik doyumun en iyi tek yordayıcısının çiftlerin cinsel yaşamlarının kalitesi olduğunu belirtmektedir (Akt., Jones ve Nelson, 1997). Youn (2009) 'a göre evlilikte cinsellik bakımından eşlerin birbirlerinin ihtiyaçlarına karşılık verip vermemeleri ile birlikte, bu ihtiyaçlarına nasıl karşılık verdiklerinin de bireylerin cinsel yaşamlarında önemli rol oynamaktadır.

Trudel (2002) ise nedensellik anlamında evlilik işleyişi ve cinsel yaşam arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında cinsel tutmlar ve evlilik işleyişi arasında anlamlı ilişkiler bulmuştur (Trudel, 2002). Bu araştırmalar çerçevesinde, eşlerin cinsel yaşamlarında tatmin yaşama düzeylerinin evlilik yaşamlarında ve doyumlarında önemli bir rol oynadığı söylenebilir. Çiftlerin aralarındaki cinsel tatmin ve cinsel iletişimin kalitesi evlilik yaşamına dair mutluluğu fazlasıyla etkilemektedir. Dolayısıyla eşlerin cinsel yaşamlarındaki kalitenin artırılması ve doyumun yükselmesine dair yapılacak çalışmalar ve bireylerin sahip olacakları tatmin edici bir cinsel yaşam eşlerin aynı zamanda evliliklerinden alacakları doyumunu da arttıracaktır. (Çağ ve Yıldırım, 2013). Yıldız ve Baytemir (2016)'ın 294 evli birey ile yaptığı çalışmada evlilik ve cinsellikte doyumunun yaşam doyumunda ve benlik saygısında belirleyici rolü olduğu saptanmıştır.

1.3.3 Cinsel Doyumun Etki Ve Boyutları

1.3.3.1 Sıklık

Træen (2010)'a göre erkeklerin cinsel ilişki sıklığı ile cinsel doyumları arasındaki ilişki kadınlara göre daha yüksektir. McCabe (1999) yaptığı çalışmada kadınlara göre erkeklerin daha fazla cinsel ilişki talep ettiğini bulmuştur.

Erkeklerin eşlerine sevgi göstermesinin azalması sonucunda ise cinsel ilişki sıklığında da azalma görülmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014). Yapılan çalışmalarda cinsel ilişki sıklığı fazla olan ve cinsel hayatlarından memnun olan kişilerin, daha az birliktelik yaşayan ve cinsel yaşamından memnun olmayan kişilere göre daha uzun ömürlü oldukları bulunmuştur (Öztürk ve Uluşahin, 2008,s.496).

1.3.3.2 İletişim

Cinsel hayatta ortaya çıkan problemlerin iletişim tarzının negatif oluşuna ya da iletişim tarzlarında ortaya çıkan problemlerin cinsel hayatta olumsuzluklar yaratmasına sebep olabileceği ve bu ikili durumun sorunun kökleşmesine neden olabildiği bulunmuştur.(Kelly, Strassberg, Turner, 2006).

Hem kadınlar hem de erkekler için partnerler arası bağılılığın azalması ile cinsel ilişkide iletişimin de kötüleşmektedir. İletişimin iyi olabilmesi için eşlerin konuşabilmeleri ve ortak alanlarının olması gerekmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014). Cinsel yaşam probleminden dolayı yardım almak isteyen çiftlerde genel olarak sorunlarını konuşamadıkları gözlemlenmektedir. Taleplerini, endişelerini ve düşüncelerini paylaşamayan çiftler eşlerinin düşüncelerini ve yaklaşımını kendileri tahmin etmeye çalışır. Bu durum da yanlış anlaşılmalara sebebiyet vererek cinsel alandaki sıkıntılarını arttırabilirler (Şahin ve Kayır, 2001,s.93-100). İletişim hataları, eşlerin birbirlerine olan bağılılıklarının azalması, birbirleriyle paylaşım yapmamalarına sebep olur ve bu da cinsel iletişimlerinde etkilidir (Öztürk ve Arkar, 2014). Cinsel ilişki sırasında hangi nedenden kaynaklanırsa kaynaklansın eşler arasında iletişimin eksik olması ya da hiç olmaması yaşanan ilişkiyi büyük oranda etkilemektedir. Bu yüzden ilişki esnasında eşlerin karşılıklı olarak istedikleri ya da istemedikleri şeyleri ifade etmeleri önemlidir (Şahin ve Kayır, 2001,s.93-100). Eğer bir kadın açık bir iletişim stiline sahipse, eşi ile cinsel doyuma ulaşmak için ihtiyaç duyduğu ve istediği herşeyi konuşmaktan kaçınmayacaktır. Erkek de eşinin arzusuna uyma aracılığıyla hissettiği tatmin edebilme yeteneği sayesinde dolaylı olarak tatmin elde edecektir (Larson, Anderson, Holman & Niemann, 1998).

1.3.3.3 Doyum

Cinsel doyum, toplumsal, psikolojik ve biyolojik yönleri ile kişinin cinsel davranışında hissettiği memnuniyeti ifade eder. Cinsel doyum için birçok tanım yapılmıştır. En çok tercih edilen tanım ise; “kişinin cinsel ilişkisiyle ilgili olarak, olumlu ve olumsuz boyutların öznel olarak değerlendirilmesinden kaynaklanan duygusal bir cevaptır” (Lawrance, Byers, 1995) ifadesidir. Cinsel doyum ilişkinin en önemli unsurudur (Öztürk ve Arkar, 2014).

Kişilerin yakın ilişkilerinde ve cinsel yaşantılarındaki mutluluk ve hoşnutsuzluk cinsel doyum düzeylerini oluşturmaktadır (Sprecher ve Cate, 2004). Kişilerin özellikle erken dönem cinsel hayata karşı olan beklentileri cinsel doyumunda etkilemektedir. Gerçek dışı beklentilerin olması kişiyi cinsel açıdan memnuniyetsiz yapmakta ve bu durumda kişinin, yaşadığı cinsellikten doyum almamasına sebep olmaktadır (Şahin ve Kayır, 2001). Cinsel doyum doğuştan itibaren iki cinsiyeti de ölüme kadar etkileyen bir işlevdir (Ziyalar, 2000, s.54)

Cinsel olarak doyumlu olan çiftler evliliklerinde de doyumlu olmaktadır. Byers (2005) eşlerin birbirlerine karşı sevgisiz olmaları, çatışmalarını çözümüyor olmaları, ve duygusal uzaklık yaşamalarını cinsel doyumsuzlukla ilişkili bulmuştur (Öztürk ve Arkar, 2014).

1.3.3.4 Kaçınma

Kaçınma cinsel sorunlarla ilgili olarak bağımsız bir başlık olarak ele alınması gerekirken, daha çok cinsel isteksizlik, vajinismus, ağırlı cinsel ilişki ile birlikte ya da cinsel tacizin bir göstergesi ya da sonucu olabileceği bağlamında ele alınmaktadır (Doğan, 2006). Kaçınma davranışının sonucunda cinsel yaşantıda azalmalar olmakla birlikte cinsellikten tiksinti duyup ilişkiden kaçınma görülür. Özgül bir cinsel davranıştan kaçınmak olabileceği gibi cinselliğin tümünden kaçınma davranışı da görülebilir (Boyacıoğlu, 1999; Kırna, 2016).

Cinsel ilişkiden kaçınması, kişinin cinselliğe olan duygusal ve düşünsel yaklaşımı ile bağlantılıdır. Cinselliğe ve cinsel yaşantılara karşı isteği düşük olan kişiler cinsellikten kaçınma davranışı sergilerler. Erkeklerde özellikle bu

durum cinsel yaşantı ile ilgili sorun olduğu zamanlarda ortaya çıkmaktadır. Kadınlar için evlilik uyumu azaldıkça cinsel ilişkiden kaçınma artmaktadır. Erkekler içinse cinsel ilişkiden kaçınma sadece çift doyumu, sevgi gösterme ve evlilik uyumu ile ilişkili iken, bu ilişkinin kadınlar kadar yüksek olmadığı görülmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014).

Cinselliğe yönelik fobik kaçınma veya tiksinti bazı durumlarda iç psişik ve nevrotik süreçlerin belirtisi olarak bir dışavurumdur ve genellikle bozukluğu yaşayan kişinin hissettiği cinsel tiksinti yaşadığı sorunlu ilişkiye özeldir. (Kaplan, 1987; Dönmez, 2018)

1.3.3.5 Dokunma

Dokunma yakınlıkla ilgilidir. Birçok araştırma tarafından desteklendiği şekliyle kadın için yakınlık cinsel doyum açısından önemlidir. Bu anlamda dokunmanın evlilik uyumu ile ilişkili çıkması beklendiktir. evlilik ilişkisinde doyumun düşük olması, çift tarafındanyetersiz bulunması cinsel yakınlığa dair isteği ve arzuyu azaltmaktadır. Hatta evlilik doyumunun düşmesine neden olan cinsel doyumun yetersizliği son tahlilde cinsel kaçınmayı beraberinde getiren ve dokunmadan alı koyan bir kısır döngü oluşturmaktadır. Zamanla cinsel isteksizlik doyumsuzluk ve gerilime yol açabilmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014). Dokunma ayrıca cinsel uyumun da belirleyicisidir. Cinsel uyum sadece cinsel ilişkinin yaşanması değil karşılıklı sevgi, dokunma, iletişim kurma, bağlılık gibi birçok değişkeni de kapsayan duygu ve gereksinimlerdir (Öztürk ve Uluşahin 2008).

1.3.3.6 Vajinismus

Vajinanın dış kaslarının bir kısmında penisin içeri girmesini engelleyecek biçimde, yineleyici ya da sürekli olarak istem dışı kasılmaların olmasıdır (APA, 2000) .Vajinismus, cinsel ilişki denendiği sırada vajinanın dışının üçte birini çevreleyen kaslarda tekrarlayıcı veya devamlı oluşan kasılmalar ve bunun yanında yaşanan yoğun acı ile birlikte cinsel ilişkiye girememe durumudur.

Disparoni ve vajinismus DSM- 5'te birleştirilmiştir çünkü bu ikisinin genellikle birlikte olduğu netleşmiştir. Vajinanın kas gerginliğini doğrudan ölçen

araştırmalarda disparanoya ve vajinismusu olan kadınlar, benzer seviyelerde kas gerginliği göstermiştir (şahin, 2017,s.366-369). Cinsel ilişki yaşansa bile bu durum çok ağrılı ve kişi için çok sıkıntı verici bir biçimde gerçekleşmektedir. Kadınlarda oldukça sık rastlanan sorun olmak ile birlikte, cinsel sıkıntılar nedeni ile kliniğe başvuran kişilerin 3/4 ‘ü vajinismus tanısı almaktadır (Öztürk ve Uluşahin 2008). Yardım talebi ile gelen vajinismuslu bireylerin genel anlamda evliliklerinden yana şikayetçi olmadıkları, eşlerinin anlayışlı, bağımlı ve pasif kişilik özelliklerinin bulunduğu tespit edilebilmektedir. Vajinismusun muhafazakâr bir biçimde yetiştirilmiş kişilerde, muhafazakâr ailelerde büyütilen çocuklarda daha sık rastlandığı söylenebilir. Ancak bunların hiçbiri biri vajinismus olgusu için kural kabul edilmemelidir. (İncesu, 2004).

1.3.3.7 Anorgazmi

Anorgazmi, yeterli cinsel uyarım olduğu halde orgazmın gecikmesi, güçlükle yaşanması ya da yaşanamaması durumudur (İncesu, 2004; Kırna, 2016). Kadınlarda anorgazmi sevgiyi gösterme duygusu ile bağlantılıdır. Kadınlarda anorgazminin gelişimi için birçok değişik faktör ortaya konmuştur. McCabe (1991) nesillerarası, bireysel ve ilişkisel yönleri olan cinsel bozukluk modeli geliştirmiştir (Hertlein, Weeks, Gambescia, 2014 s.176).

Sevgi göstermenin az olduğu durumlarda kadınlarda orgazm olamama durumunda artış meydana gelmektedir (Öztürk ve Arkar, 2014). Bunun yanı sıra kişinin değer yargıları, tutumu, cinsellikle ilgili yaşadığı travmatik deneyimleri, eşle olan iletişimde eksiklikler, psikolojik sıkıntılar ve buna benzer olay örüntüleri kişilerin orgazm olmasını engellemektedir (İncesu, 2004).

Rosen’e (2000) göre orgazm sorunları sıklıkla kadınları etkilemekte ve prevalans oranları %10-15 arasında da değişmektedir. Bu konudaki en kapsamlı alışma Ulusal Sağlık ve Sosyal Yaşam Araştırması (NHSLs)’dır (Laumann, Gagnon, Michael ve Michaels, 1994; Laumann, Paik ve Rosen, 1999). Glombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeğinin kullanıldığı 18-58 yaşları

arasında 400 sağlıklı kadında, anorgazmi %72.4, doyumsuzluk %77.7 iken %8'inde ciddi düzeyde anorgazmi vardır (Amidu ve ark., 2010)

Türkiye'de 18-66 yaş arasında farklı sosyokültürel bölgelerden gelen 179 kadınla yapılan çalışmada, orgazm sorunları %45.8 ve cinsel doyum yaşamayan kişi oranı %38 olarak bulunmuştur (Çayan ve ark., 2004).

1.3.3.8 Erken Boşalma (Prematur Ejakulasyon)

Erken boşalma erkeklerde %5–30 arasında değişen sıklıkla yaygın olarak gözlenen cinsel fonksiyon bozukluğudur. Erken boşalma erkeklerde genellikle en sık karşılaşılan cinsel işlev bozukluklarından biridir. Moreira ve arkadaşları (2007) erken boşalmanın en yaygın görülen cinsel sorunlardan biri (%20) olduğunu çalışmalarında bildirmiştir. Erken boşalmada, biyopsikososyal ve davranışsal bazı faktörlerin rol oynadığı öne sürülse de nedenlerine dair kesin bulgular yetersizdir, bu sorunla ilgili olan faktörler henüz belirginleşmemiştir (Demir, Cihan, Kefi, Esen, 2015). Kısa süreli cinsel uyarımın ardından cinsel ilişki gerçekleşmeden ya da cinsel birleşme olduğu anda, kişinin kontrolü dışında boşalmanın olması durumudur. Erken boşalma için yaşanan bu durumun tekrar edici bir şekilde sürekli olması gerekmektedir (Öztürk ve Uluşahin 2008). Cinsel birleşmeden önce ya da ilişki sırasında 1-3 dk içinde boşalmanın olması erken boşalma, 4-7 dakika arasındaki boşalma ise kişinin kendisini ya da cinsel partnerini sorun olarak görmesi ve eşi ile cinsel birliktelikten doyum yaşamaması durumunda erken boşalma olarak kabul edilir (İncesu, 2004).

1.3.3.9 Empotans

Erkek seksüel fonksiyon bozuklukları içinde en önemlisi erektil disfonksiyon veya impotans olarak bilinmektedir. Erkeklerde erken boşalmadan sonra en sık karşılaşılan cinsel işlev bozukluğu impotanstır (Öztürk ve Uluşahin 2008). Erektil disfonksiyon, cinsel ilişki için yeterli olan ereksiyonun başlatılamaması, ereksiyonun sağlanamaması veya ereksiyonun sürdürülememesidir (Yılmaz, 1998). Tanı konulabilmesi için yaşanan sıkıntının tekrarlayıcı ve uzun süreli olması önemlidir (İncesu, 2004). Yaşanan bu durum

sonucunda kişinin kendisi ile ilgili özgüveni ve benlik algısı da etkilenir ve kişiler arası ilişkilerde sıkıntılar oluşur. Kişi yaşanan bu durumdan dolayı öfke duymaya başlayarak depresyon ve kaygı gibi sıkıntıları da beraberinde getirir. Çift ilişkisinde belirti bozulmaya ve doyumun düşmesine sebep olan bu durum sadece cinsel işlevle ilgili sıkıntı olmaktan öte kişinin cinsel hayatının dışındaki alanları da etkileyen bir sorundur (Öztürk ve Uluşahin 2008).

1.4. İLİŞKİSEL LİTERATÜR

1.4.1 Bağlanma ve Cinsellik Araştırmaları

Bağlanma kavramının ve cinsellik kavramının her ne kadar kendine ait aktive alanı, yönelindikleri nesnenin farklılığı ve gelişim süreçleri farklı evrelerde meydana gelsede bu iki kavram birbirinden bağımsız değildir (Bowlby, 1969/1982). Bağlanma örüntüsü bebeğin yaşamının ilk yıllarında başlamaktadır, öte yandan cinsellik davranışı ise kişinin belli bir olgunluğa erişmesiyle meydana gelmekte olsa da bağlanma ve cinsellik kavramının birbirlerinin gelişimine katkı sağlamaktadır (Bowlby, 1969/1982). Bağlanma ilişkisinin oluşabilmesi için yakınlık önemlidir.

Bebeklikte yakınlık, bağlanma ve bebeğin güvenlik ihtiyacının karşılanmasıyla oluşur. Yetişkin ilişkilerde ise yakınlık, cinsel birleşme ve cinsel çekimin bağlanmanın oluşumu için bir adım olduğu ve bunun da yakınlık kurmak için önemli olduğu düşünülmektedir. Karşılıklı çekimin ve cinselliğin olması çiftlerin yakınlığı için önemli olmakla birlikte, eşler birbirlerine karşı güven ve duygusal ihtiyaçların karşılanmasında başarısız oldukları takdirde cinsel doyumun da olumsuz olması olağandır (Hazan ve Shaver, 1994).

1.4.2 Yetişkin Bağlanmasının Cinsel Doyuma Etkisi

Farklı bağlanma stiline sahip kişilerin romantik ilişkiyi yaşama biçimide farklı olmaktadır. Genellikle kişilerin ilişkilerinden aldığı doyum ve cinsel doyum birbiriyle ilişkilidir fakat bunu etkileyen kişilerin bağlanma tarzlarıdır (White, Blair, Dargie, Cappell ve Pukall, 2013).

Güvenli bağlanan bireylerin olumlu cinsel benlik şemaları vardır ve cinsel ilişki sırasında olumsuz duygulara daha az yer verip olumlu duygulara ve tutkuya odaklanırlar. Cinsel ilişkilerinde, cinsel etkileşimlerinde ve cinsel yakınlıklarında güvenli ve tatmin edici bir şekilde romantik ilişkilerine katkı sağlarlar (Birnbaum, 2007). Güvenli stile sahip olan kişilerin daha doyurucu cinsel ilişkisi olduğu için evlilik doyumları da yüksektir (Butzer ve Campbell, 2008) buna karşın kaygılı ve kaçınan bağlanan kişiler daha az cinsel doyum yaşamakta, düşük cinsel tatmine sahiptirler (Clymer, Ray, Trepper, Pierce, 2006).

Kaygılı bağlanmaya sahip kişiler terkedilme ya da reddedilmeye karşın çok endişeli oldukları için bu kişiler eşlerine çok fazla bağımlıdırlar ve düşük benlik algıları vardır (Butzer ve Campbell, 2008). Bu yüzden genellikle cinsel ilişkiyi eşleriyle duygusal yakınlık kurmak ve ilişkilerinde ki doyum için kullanırlar. Cinsel doyum ve ilişkilerindeki doyum birbirleriyle yakın ilişkilidir (White vd., 2013).

Kaçınan bağlanmaya sahip kişiler kısa süreli cinsel birliktelikleri tercih ederken (Bogaert ve Sadava, 2002) cinsel ilişkiyi partneriyle karşılıklı olarak doyum almak için kullanmazlar, bu yüzden ilişkilerinden aldığı doyum ve cinsel doyumları birbiriyle ilişkili değildir (White vd., 2013). Cinsel ilişkileri ile ilgili memnuniyet düzeyleri düşüktür (Butzer ve Campbell, 2008) ve duygusal ilişkilerinde mesafeli ve soğukturlar (Bogaert ve Sadava, 2002).

Ayatollahi'nin yaptığı çalışmada kaçınan bağlanma stili olan bireylerin daha yüksek cinsel doyum deneyimlediği; kaygılı bağlanan bireylerin ise daha düşük cinsel tatmin deneyimlediği ortaya konulmuştur. (Ayatollahi, 2014).

24-67 yaş aralığında yer alan 96 kadın ile yaptığı çalışmasında Birnbaum, kaygılı bağlanmanın dikkat, suçluluk ve utanç duygusu ile olumlu, cinsel samimiyet, cinsel uyarılma, orgazm duyarlılığı ve ilişki memnuniyeti ile olumsuz bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Kaçınan bağlanmaya sahip kişilerin eşlerine şefkatli ve sevecen olma, bağlanmayı sürdürme, heyecan, cinsel yakınlık ve cinsel uyarılma ile negatif ilişkiye sahip olduğu bulunmuş olup kaygılı bağlanan kadınların kaçınan ve güvenli bağlanan kişilere göre daha az cinsel doyum yaşadığı belirtilmiştir. (Birnbaum, 2007).

Bogaert ve Sadava'nın Kanadanın Niagara bölgesinde 327 erkek ve 465 kadın olmak üzere toplamda 792 kişi ile yaptıkları yetişkin bağlanma süreçleri ve cinsellik ile arasındaki ilişkinin incelendiği araştırma sonucuna göre, güvenli bağlanan kişilerin kendilerini daha çekici buldukları, kaygılı bağlanan kişilerin ise kendilerini daha az çekici buldukları, bunun yanında partnerlerini aldatma eğilimlerinin fazla olduğu ve ilişki sırasında daha fazla korundukları bulunmuştur (Bogaert ve Sadava, 2002).

Brassard, Shaver ve Lussier'in 18-35 yaş arası Fransız ve Kanadalı 273 çift ile yaptıkları çalışmada kadınlarda kaygılı bağlanmanın cinsel davranışlardan kaçınmaya ve artmış cinsel sorunlara neden olduğu bulunurken, kaçınan bağlanmaya sahip kişilerin cinsel ilişki sıklığında, cinsel fantaziler kurmakta azalma olduğu bulunmuş ve cinsel sorunlarda artış olduğu görülmüştür (Brassard, Shaver ve Lussier, 2007)

Brassard, P'eloquin, Dupuy, Wright, Shaver'in 242 Fransızca konuşan çift ile yaptığı araştırmada kaygılı ve kaçınan bağlanmanın çiftler arasındaki cinsel tatminsizliğini araştırmışlardır. Araştırmanın sonucunda kaygılı bağlanan erkeklerin kadın partnerlerine karşı cinsel tatminsizlik yaşadığı bulunurken, kaçınan kadınların erkek partnerlerine karşı cinsel tatminsizlik yaşadığı bulunmuştur (Brassard, P'eloquin, Dupuy, Wright ve Shaver, 2012) .

Butzer ve Campbell'in Kanadalı 21-74 yaş arası 116 evli çift üzerine yaptığı araştırmada kaygılı ve kaçınan bağlanan kişilerin bireysel olarak cinsel doyumlarının düşük olduğu, kaygılı bağlanan kişilerin cinsel ilişki ve evlilik doyumları arasındaki ilişkinin güçlü olduğu bulunmuştur (Butzer ve Campbell, 2008).

Clymer, Ray, Trepper ve Pierce'nin yetişkin bireyler üzerine yaptığı araştırmada bağlanma stilleri, çatışma çözme becerileri ve cinsel doyum değişkenlerini incelemişlerdir. Yapılan araştırmada kayıtsız ve kaçınan bağlanmaya sahip kişilerin hem ilişki hem de cinsel doyumunun daha düşük olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra saldırganlığı çatışma çözme yöntemi olarak kullanan kişilerin ilişki doyumunun daha düşük olduğu bulunmuştur (Clymer vd., 2006).

Çakmak'ın Türkiye'de 60 vajinismus tanılı 60 kontrol grubundan oluşan vajinismusu olan kadınlarda bağlanma ve cinsel işlevlere etkisinin araştırdığı çalışmasında vajinismusu olan kadınların kaygılı ve kaçınan bağlanmasının istatistiksel olarak anlamlı çıktığı, vajinismusu olan kadınların güvensiz bağlanması vajinismus olmayanlara göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Kaygılı bağlanma vajinismus ile bağlantılı çıkarken, kaçınan bağlanma diğer cinsel işlev bozukluklarıyla bağlantılı çıkmıştır (Çakmak, 2011).

Çeri'nin Türkiye'de 2009 yılında yaptığı araştırmaya göre Vajinismus tanısı alan 45 kadın ve eşi tanı grubunu oluştururken vajinismusu olmayan ve sosyo demografik özellikler bakımından deney grubuna benzer 48 kadın ve eşi kontrol grubunu oluşturmuştur. Yapılan araştırmanın sonucuna göre tanı grubundaki kişilerin daha fazla kaygı yaşadığı, eşleri vajinismus olan erkeklerin kayıtsız bağlanmaya sahip olduğu, vajinismus tanısı olan kadınların güvensiz bağlanmaya sahip olduğu bulunmuştur (Çeri, 2009).

Impett, Gordon, Strachman Amerikanın batı kıyısında 84 çift ile yaptığı araştırmada bağlanma yönelimlerinin cinsel davranışa etkisini araştırmışlardır. Araştırmanın sonucunda kaygılı bağlanan kişilerin cinsel eşini memnun etmek için cinsel ilişkiye girdiğini, kaçınan bağlanan kişilerin ise ilişkinin getireceği olumsuz sonuçlardan kaçınmak için aşklarını sadece cinsel ilişki ile ifade ettikleri bulunmuştur (Impett, Gordon ve Strachman, 2008).

Koylass'ın yapmış olduğu çalışmada bağlanma stillerinin cinsel davranışlarla ilişkisi incelenmiştir. Buna göre güvensiz bağlanma stillerinin riskli cinsel davranışlarla arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (Koylass, 2013).

Okan 2012 yılında Türkiye'de 253 hiç evlenmemiş yetişkin üzerine yetişkin romantik bağlanmasının eşli cinsel davranış ile arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Yapılan araştırmanın sonucuna göre erkeklerin ilişki dışı daha çok cinsel ilişki yaşadığı bulunmuştur. Dini inançlarında cinsel yaşantılar üzerinde etkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Dine güçlü olarak bağlı olan kişilerin bağlı olmayanlara göre daha düşük sayıda cinsel aktivite yaşadığını belirtmiştir. Ekonomik durumun ve eğitim düzeyinin de cinsellikte etkisi olduğu bulunmuş

olunup son olarak cinsel davranışların kaygılı ve kaçınan bağlanma ile ilişkisi bulunmuştur (Okan, 2012).

Peloquine, Brassard, Delisle ve Bedard'ın 152 ilişkisi olan yetişkin ile yaptığı çalışmada bağlanma stilleri, ilişkide ilgi ve cinsel doyum araştırılmıştır. Kaçınan bağlanma stiline sahip kişilerin ilişkilerinde daha ilgili oldukları bulunmuştur, kaçınan bağlanan kişiler fazla cinsellik yaşadıkları için cinsel doyumları da buna bağlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Kaygılı bağlanan kişilerin ise ilişkilerini fazla kontrol ettikleri ve cinselliği güç göstermek için kullandıkları bulunmuştur, buna bağlı olarak kaygılı bağlanan kişilerin cinsel doyumlarının daha düşük olduğu bulunmuştur (Peloquine, Brassard, Delisle ve Bedard, 2013).

Raeisipoor'un 240 çift ile yaptığı çalışmada evli bireylerin bağlanma stilleri ve cinsel doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda cinsel doyum ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki yüksek düzeyde anlamlı bulunmuştur. Özellikle güvenli bağlanmamış bireyler güvenli bağlananlara oranla düşük cinsel tatmin deneyimlemektedir (Raeisipoor, 2013).

Alandaki araştırmalarda da görüldüğü üzere, yetişkin bağlanması kişilerin hem kendi hem de eşleriyle olan cinsel ilişkilerini önemli derecede etkilemektedir. Güvenli bağlanan kişiler genellikle tatmin edici bir şekilde cinsel doyum yaşarken, kaygılı bağlanan kişiler cinsel eşleri tarafından terkedilme ya da reddedilmeye karşı toleranslarının düşük olmasından dolayı yaşadıkları cinsel ilişkiyi, genellikle eşleriyle duygusal yakınlığı pekiştirmek için kullandıkları ve daha az cinsel doyum yaşadıkları bulunmuştur. Bu bilgilere ilaveten vajinismus sorunu yaşayan kadınlar genellikle kaygılı bağlanma geliştirmektedirler.

Kaçınan bağlanmaya sahip bireylerin ise genellikle eşlerine karşı şefkatli ve sevecen olma, bağlanımı sürdürme, cinsel yakınlık kurma konusunda başarılı olduğu, genellikle kısa süreli birliktelikleri tercih ettikleri ve cinsel ilişkiyi doyum almak için kullanmadıkları, sık cinsel ilişki yaşadıkları ve cinsel sorunlarında artış olduğu bulunmuştur. Bu bilgiler ışığında görülmektedir ki, kişilerin yetişkin bağlanma stilleri kendi ve eşiyle olan cinsel

hayatlarını önemli şekilde etkilemektedir. Bu yüzden bağlanma kavramının cinsellik davranışını anlamak için önemli olduğu düşünülmektedir.

1.4.3 Bağlanma Stilleri Ontolojik İyi Oluş ve Cinsel Doyum İlişkisi

Son zamanlarda yapılan araştırmalar, kişinin bağlanma davranışının, güvenli ya da güvensiz bağlanma stiline dayalı olarak iyi oluşu üzerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Olumlu benlik algısına sahip olma, kendilerini sevmeye değer görme, başkalarıyla kolayca yakınlık kurabilme özelliklerinden dolayı, güvenli bağlanma stiline sahip olan bireylerin kaygılı ya da kaçınan stile sahip olanlara göre, öznel iyi olma düzeylerinin olumlu yönde etkilendiği söylenebilir. Güvenli bağlanan bireyler ile güvenli bağlanmaya sahip olmayan bireyler karşılaştırıldığında güvenli bağlanmayan bireylerin yalnız olma, depresyon, kaygı, düşmanlık ve psikosomatik hastalıklara yakalanmaya daha elverişli hâle geldiği, dolayısı ile daha az öznel iyi oluş yaşamakta oldukları söylenmektedir (Hazan ve Shaver, 1994a).

Türkiye’de üniversite öğrencisi örneklemini üzerinde, Özer (2009) tarafından yapılan araştırmada, güvenli bağlanma stili ile ÖİÖ arasında pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma ile ÖİÖ arasında negatif anlamlı ilişki bulunmuştur.

İnsanın doğduğu andan itibaren ihtiyaç duyduğu, evrensel boyutta gözlemlenen, büyüme, gelişme ve bütünleşme içermesinden dolayı iyi oluş için gerekli olarak görülen temel psikolojik ihtiyaçların doyumu, Buunk ve Nauta (2000)’ya göre öznel iyi oluş ile güçlü ve anlamlı bir ilişki içerisindedir. Hayatı sürdürme, gelişme ve sağlık için gerekli olan bu ihtiyaçlar karşılanmadığında bireylerde anormallikler ortaya çıkmakta, stres düzeyleri artmakta ve bireyler giderek yaşama yabancılaşmaktadır (Ryan ve Deci, 2000)

Literatürde ÖİÖ, psikolojik olarak sağlıklı oluşu, ruh sağlığının pozitif tarafını ifade etmektedir. (Diener, 2000). Bireyin psikolojik ve fizyolojik sağlığı ve iyi oluşu açısından iletişimde olması ama bir o kadar da bu iletişimi nasıl ve hangi alanlarda gerçekleştirdiği de önemlidir. Kişiler birbirleriyle pozitif ya da negatif anlamda etkileşime girer ve ilişki tesis ederler. Özellikle evlilik kurumu bağlamında düşünüldüğünde ve özellikle bağlanma stillerinin

nesilden nesile aktarıldığı da eklendiğinde, bütün bu belirlenimi oluşturan eşlerin yakın ilişkide birbirlerine olan yaklaşımıdır denilebilir. Yapılan araştırmalar ilişkideki iyi oluş halinin yordanabileceği en önemli göstergenin cinsel doyum olduğu yönündedir. Evliliğin sağlıklı ve mutlu bir şekilde devam ettirilmesi bağlamında evlilikte uyum oldukça önemli bir kavramdır. Eşlerin evlilik ilişkisi içerisinde karşılıklı olarak birbirlerine uygun şekilde değişim ve gelişim kaydetmeleri, gündelik hayatlarına ve yaşamları içinde değişen koşullara uyum sağlamaları, evlilik uyumunu arttırmada önemli bir etkiye sahiptir (Spainer, 1976; akt: Doğan, Sapmaz, 2012).

Bütün bu tanımlamaların ötesinde araştırmacılar, uyum ve doyum ölçütleri kişilere ve kişilerin sahip oldukları yaşam standartlarına göre farklılaşabileceğinden dolayı, daha çok ilişkide uyumu ve iyi oluşu etkileyen faktörlerin neler olabileceğini araştırmaya yönelmişlerdir. Bu yönelimle birlikte kavramsal arka planı destekleyen araştırma bulguları ortaya çıkmıştır.

Keyes, Shmotkin ve Ryff (2002)'in 25-74 yaş aralığındaki 3032 birey üzerinde araştırma yaptılar. Araştırmada, ÖİÖ ve PİÖ; demografik bazı değişkenler, eğitim seviyesi ile nevroz, dışadönüklük ve dürüstlük kişilik özellikleri açısından incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre ÖİÖ ve PİÖ'un birbirleri ile ilişkili fakat farklı dinamiklere sahip yapılar olduğu belirlenmiştir. PİÖ'un ÖİÖ tan yaşama dair amaçlar ve bazı kişisel gelişim boyutları açısından ayrıldığı saptanmıştır. Ayrıca; yaş, eğitim, dışadönüklük ve dürüstlük gibi özelliklerin hem ÖİÖ hem de PİÖ pozitif ilişkili olduğu belirlenmiştir (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002). Bu özelliklerin güvenli bağlanan kişilerde de benzerlik gösterdiği düşünüldüğünde güvenli bağlanma ile iyi oluş arasında ilişki olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Güvenli bağlanan kimseler tatmin oldukları, güvenilir uzun ilişkiler kurarlar, bu yetişkinleri ailesi ve çevresi mutlu sevecen, sıcak olarak ifade eder. Romantik ilişki yaşadıkları insanla yaşadıkları cinsellik onları mutlu eder. Kişilerarası ilişkilerinde yapıcı davranırlar. Olumlu, iyimser, sıcak bir tutumları vardır (Ainsworth vd., 1978). Güvensiz bağlanan bireylerin bir araya gelmesi ile oluşan birliktelikler uyumsuz ilişkiler meydana getirir. Hem bağlanma stillerinin bireysel olarak yeni nesle aktarılması hem de uyumsuz bir ebeveyn tarafından büyütülmüş

olmak kuşaklar boyu mutsuz ve uyumsuz evliliklere yol açabilmektedir. Toplumun en küçük yapı taşının aile olduğu düşünüldüğünde bu durum toplumu da olumsuz etkileyebilmektedir (Hoşgör, 2013). Evlilik uyumuna dair araştırma bulgularından uyumun hangi alanlarda bozulduğuna dair çeşitli farklı neticeler elde edilmiştir. Eşler arasındaki cinsel yaşamın niteliği, eşlerin kişilik özellikleri, bağlanma stilleri, eşlerin fizyolojik ve psikolojik durumları ve evliliği etkileyen bazı başka sosyal ve kültürel durumlar ön plana çıkmaktadır (Taycan, Kuruoğlu, 2014).

Psikolojide öyküsel yaklaşım, yaşamda, birey tarafından seçilmiş anıların arasında kurulan bağlantılar vasıtasıyla öyküsel bir bütünlük oluştuğu iddiasındadır (Shmotkin, 2005). OİO, Şimşek (2009) tarafından ortaya atılan, iyi oluşunun, yaşam dönemleri odaklı bilişsel ve duygusal değerlendirmeleri içeren yorumudur. OİO teorisi, geçmiş, gelecek ve bugüne ilişkin değerlendirmelerin hayat hikayesi formunda bir bütün olduğu ve bu hikayenin, öyküsel paradigma ile uyumlu olarak, deneyimlerle birlikte sürekli yeniden inşaa edildiği hipotezine dayanır (Şimşek, 2009). Klasik iyi oluş teorilerinden farklı olarak OİO, yaşam hikâyesi kurgusuna ve buna bağlı olarak kendiliğin evrimsel yapısına vurgu yapmaktadır (Şimşek, 2009). Bu yaklaşıma paralel olarak, OİO ile bağlanma stilleri ve cinsel doyum ilişkisini, ilk nesneye güvenli, kaygılı ya da kaçınan bağlanma, yaşam hikâyesinin bütünlüğü, hedefler, kendiliğe ve dünyaya ilişkin anlam atıfları, önemli ötekilerle ilişkiler, yaşam doyumu, iletişim, yakınlık ve dokunma gibi faktörler açısından ele almak mümkündür. Bu bağlamda ontolojik iyi oluş henüz alanda yeni araştırılan bir başlık olduğundan, literatür taramasına iyi oluş ve psikolojik iyi oluş araştırmaları da dahil edilmiştir.

Larson ve ark. (1998) evliliğin ilk yılında evlilik öncesi iletişimin, ilişki stabilitesinin ve benlik saygısının cinsel tatmin üzerindeki etkilerini anlamak için uzun süreli bir çalışma yürüttü. Bu çalışma, kadınların benlik saygısı, açık iletişimi ve ilişki stabilitesinin, erkeğin cinsel tatmininin en iyi yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, kadınların cinsel tatmini en iyi şekilde, kendi öz saygıları, kendi açık iletişimleri ve eşlerinin empatik iletişimiyle yordanabiliyordu. Bu nedenle, karı-kocalar hayatlarını bir evlilik ilişkisinde

paylaşsalar da, aynı evlilik ilişkisine dair farklı beklentiler ve bakış açılarına sahip olma eğilimindedirler. Araştırmacılar, bu bulguları evlilik içerisindeki cinsellikte karşılıklılık fikrini savunan sistemik aile teorisi bağlamında da tartışmaktadırlar. Karşılıklılık tavrı içerisinde hem karılar hem kocalar birbirlerinin algılarını, davranışlarını ve tatminlerini etkilemektedirler. Bundan dolayı bir evlilik içerisinde cinsel tatminin doğasını tam olarak anlayabilmek için iki tarafı da anlamak ciddi önem taşımaktadır (Koçak, 2009). Bu bağlamda evlilik ilişkisi içerisinde kişilerin yaşam projelerini, yani yaşamlarının geçmişi, şimdisi ve geleceğini nasıl algıladıkları ve algılarını karşılıklı olarak nasıl yaşadıkları cinsel doyumları ile ilişkilidir denilebilir. Bu araştırmada özellikle cinsel doyumla bağlanma ve OİO bağımsız değişkenleri üzerinden ele alırken çiftler ile çalışılmıştır. Çalışmanın çiftler üzerinden yapılmasının değişkenlerin nedensellik ilişkisine dair, alanyazına önemli katkıları olacağı düşünülmektedir.

Donnelly (1993), 6049 evli birey üzerinde yaptığı çalışmada, cinsel doyuma azalmanın kişilerin evlilik uyumunu ve yaşamdaki mutluluğu azalttığını saptamıştır. Donnelly; “cinsellikte işlevsel olarak düdüğ olan evliliklerin, mutlu ve tatmin edici evlilikler olmadığını” söyler. Cinsel ilişkide bulunmayan çiftlerin, evliliklerinde farklı sorunların ortaya çıkabileceğini vurgulayan araştırma bulgularından hareketle, yaşam projesinin olumsuz yönde olması yani kişinin ontolojik iyi oluşunun eksilmesi ile cinsel doyumun da eksileceğı gerçeğı ortaya çıkmaktadır. Bir başka deyişle bağlanma stillerinin ve kişinin yaşamına nasıl bakıyor, onu nasıl hikâyelendiriyor oluşunun cinsel doyum ve özellikle cinsel doyumun bazı alt boyutları üzerinde anlamlı düzeyde etkisi görölmektedir. Evlilik içerisinde cinsel tatmine olumlu etkide bulunan alt boyutların ise mutluluk ve kararlılık olduğunu belirlemiştir (Polat, 2006).

2. BÖLÜM

2.1. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı evli çiftlerin bağlanma stilleri ile ontolojik iyi oluş düzeylerinin cinsel doyum üzerine etkisini araştırmaktır. Bu amaçla ilgili değişkenler arası ilişkiler değerlendirilmiş ve aşağıdaki alt problemlere cevap bulunmaya çalışılmıştır.

2.2. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZİ

Alan yazın çalışmasında belirtildiği gibi bağlanma stillerinin cinsel doyum üzerinde bir etkisi olduğu bilinmektedir ancak OİO değişkeninin süreç içerisinde yeni nedensellik sonuçları ortaya koyacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla bağlanma stillerinin cinsel doyum üzerindeki etkisi araştırılırken, aynı zamanda bireyin yaşam projesinin yani ontolojik iyi oluşunun (OİO), geçmiş, şimdi ve gelecek tasavvurlarının evlilik doyumunun en önemli belirleyicilerinden olan cinsel doyum üzerindeki etkisi incelenmektedir. Bu inceleme çift datası üzerinden gerçekleştirilmiştir. Bu durum bulguların çift ilişkisi üzerinden yorumlanmasını sağlayacağı düşünülmüştür. Literatür taraması sonucu araştırmanın hipotezi “evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda açıklanan varyansa istatistiksel olarak anlamlı katkısı vardır” şeklinde belirlenmiştir. Şu alt problemlere cevap aranmıştır.

2.3. ARAŞTIRMANIN ALT PROBLEMLERİ

Bu bağlamda, araştırmanın bağımsız değişkenleri olan bağlanma stilleri (kaygılı/kaçınan) ve ontolojik iyi oluş (pişmanlık, aktivasyon, hiçlik, umut) düzeyinin, bağımlı değişken olan cinsel doyumun ortak boyutları (ilişkinin sıklığı, iletişim, doyum, kaçınma, dokunma) üzerine etkisine dair aşağıdaki soruların cevapları aranacaktır:

1. Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumlarını etkilemekte midir?

2. Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda ilişkinin sıklığını etkilemekte midir?
3. Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda iletişimi etkilemekte midir?
4. Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda doyumu etkilemekte midir?
5. Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda kaçınmayı etkilemekte midir?
6. Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda dokunmayı etkilemekte midir?

2.4. ARAŞTIRMANIN GEREKÇESİ VE ÖNEMİ

Evlilik bireylerin mutluluk, yaşama dair doyum, iyi oluş düzeyleri ve kaliteli yaşam deneyimleri, yaşam kalitesi, iyi oluş düzeyleri ve yaşam doyumu gibi pek çok alanı etkilemektedir (Scheidler, 2008; Williams, 2003). Evliliğin en temel amaçlarından biri ortak bir yaşantının paylaşılması, sevgi bağının pekişmesi ve karşılıklı olarak cinsel doyum yaşamaktır (McCarthy, 1997). İnsanlık tarihi kadar eski olan cinselliğin araştırılması son yüzyıla kadar nadiren gerçekleştirilmiştir. Cinsel dürtülerin dışavurumu ve cinsel eylemde bulunma insan yaşamının ayrılmaz parçasıdır (İncesu 2004).

İnsanda cinsel tepki doğumdan önce, görülmektedir. Erkek fetüs anne karnındayken erekte olmakta ve bazen bazı bebekler ereksiyonla dünyaya gelmektedir. Kadın cinsel tepki döngüsü de doğum öncesinde işlevsel hale gelmektedir. Zamanla bireyler çevresel etkenlerle ve yapısal özellikleriyle birçok farklı cinsel ve ilişkisel yetenek geliştirir. Anne babaya sevgi bağının niteliği, çocuğun ihtiyaçlarının farketme ve gidermede bakıcının kabiliyeti cinsel rahatı ve yapılanmayı beslemede önem taşımaktadır (Özkan, Beji, 2014).

İnsan yavrusunun psiko-sosyal gelişimi anne-babası tarafından şekillendirilmektedir. Bebek dünyaya ilk geldiğinde bir güven nesnesi aramaktadır ve bu nesne ile ilişkinin ilk kurulduğu kişi, çocuğa bakım veren

ebeveynidir (Bowlby, 1980). Bakım veren bu kişi aynı zamanda bebeğin ilk bağlanma nesnesi olup, bebeğin bağlanma ile tanışması bu şekilde oluşur. Anne ve babasıyla kurduğu bağlanma ve ilişki “bağlanma kuramı” ile açıklanmaktadır (Bowlby, 1969/1982; Hazan ve Shaver, 1994).

Literatüre bakıldığında yapılan birçok araştırmaya göre bireylerin çocukluk yaşlarında ebeveynleri ile kurdukları bağlanma ilişkisi, yetişkinlik döneminde kendi bağlanmasını da etkilemekte olup aynı zamanda yakın ilişki kurduğu insanlarla bağlanma düzeylerine de etki etmektedir (Feeney, 1999; Feeney ve Hohaus, 2001; Banse, 2004).

Bowlby geliştirdiği bağlanma kuramında bebeğin kendisi için önemli olan ve kendisine bakım veren kişi ile kurduğu güçlü duygusal bağın öneminden bahsetmiştir (Bowlby 1969,1973,1980). Bowlby’nin geliştirmiş olduğu bebeklikten başlayarak oluşan bağlanma kuramını Hazan ve Shaver (1987) yetişkin hayata taşımış ve bebeğin bakım vereni ile geliştirdiği ilk bağlanma ilişkisinin çok benzerini yetişkin hayatında da yakın ilişki kurduğu kişilere karşı da sergilediklerinden bahsetmiştir.

Kişilerin bağlanma düzeylerinin yakın ilişkiler ve evliliklerinde de önemli bir rolü olduğu bilinmektedir. Yapılan araştırmalarda güvenli bağlanma sağlayan bireylerin daha olumlu olduğu, ilişkilerinde de bunu yansıttıkları, eşlerini daha iyi anladıkları görülmüştür. Güvensiz bağlanan bireylerin ise tam tersi olarak eşlerine karşı daha olumsuz tutum sergilediği görülmüştür (Feeney, 2002). Bireyin yetişkinlik döneminde kurduğu ilişkilerin ve eş seçiminin temelini de ailede atıldığı düşünüldüğünde, geçmişte anne - babası ile kurdukları bağlanma stillerinin de kişinin ilişkisine önemli etkide bulunduğu düşünülmektedir (Pearson, Cohn, Cowan ve Cowan, 1994).

Kaliteli bir evliliğin en büyük etkenlerinden biri çiftlerin yaşadığı cinsellik olduğu düşünüldüğünde, kişinin ilişkisindeki en kilit noktanın çiftlerin cinsel doyumunu olduğu bilinmektedir (Butzer ve Campbell, 2008).

Türkiyede bağlanma stilleri ve cinsel doyum ile ilgili araştırmalar çok sınırlı sayıdadır. Yurt dışında ise; kaçınan ve korkulu bağlanma geliştiren bireylerin daha az cinsel tatmin yaşadığı (Clymer vd., 2006), güvensiz

bağlanma düzeyi geliştiren kişilerin cinsel doyumu tam olarak yaşayamadıkları (Davis vd., 2006) yapılan araştırmalar sonucu bulunmuştur.

Cinsel uyumunun ve cinsel yaşantının iyi-kötü olarak değerlendirilmesinde eşlerin bağlanma biçimleri ve yaşam projelerinin etkili olduğu düşünülerek gerçekleştirilen bu çalışmada, cinsel doyum düzeyi ile kişilerin yaşam projelerini, yani yaşamlarının geçmişini şimdisini ve geleceğini değerlendiriş durumlarının ve bağlanma biçimlerinin arasındaki ilişki ve bu ilişkinin anlamlılık düzeyi araştırılmaktadır. Özellikle yetişkin bağlanma stillerinin geçmişten getirilen ve şimdiyi ve geleceği şekillendiren yapılar olduğu göz önünde bulundurulduğunda, ontolojik iyi oluşun bağlanma stilleri üzerinden cinsel doyumu artırıcı rolünün araştırma neticesinde ortaya koyulacağı düşünülmektedir. Buradan hareketle araştırmanın, psikoterapi alanında yeni ve bağlanma stilleri gibi görece dirençli yapılarla çalışmada kolaylaştırıcı modellere öncülük edeceği düşünülmektedir.

Bağlanma stilleri ve iyi oluş literatürüne bakıldığında, otobiyografik bellek, dil, kişinin yaşam projesine bakışı ve iyi bir çift ilişkisinin belirleyicisi olarak cinsel doyum üzerine çok sayıda kaynak olmadığı görülmektedir. Bu araştırmanın, kişilerin yaşamlarını algılayış ve geçmiş, şimdi, gelecek bağlamında öykülendiriş biçimi kavramada etkili olacağı ve dolayısı ile evlilik doyumunun en önemli belirleyicisi olan cinsel doyumu yordamada önemli bir alan oluşturacağı düşünülmektedir. Kişilerin yaşam projelerine dair ölçümlerinin geçmişi belli bir yönü ile temsil eden bağlanma stillerinden de yüksek oranda etkilendiği yapılan bilimsel araştırmalarla desteklenmektedir.

Bağlanma stilleri ile cinsel doyum ilişkisi dünyada birçok çalışmaya konu olmuş ve aralarında ilişki olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda kişilerin yaşam öykülerinin yani yaşamlarının geçmiş, şimdi ve geleceğini sembolize ediş biçimlerinin bu iki değişkenle yakın ilişkide olacağı öngörülmektedir. Bu bağlamda bu araştırmanın bulguları ve sonuçlarının literatürde bağlanma stilleri, kişinin yaşam projesini nasıl algıladığı ve cinsel doyumu arasındaki ilişkinin yorumlanabilmesinde önemli veriler oluşturacağı düşünülmektedir.

Buradan hareketle, çalışmanın ana hipotezinin ilk adımı, Bağlanma stilleri, ontolojik iyi oluş ve cinsel doyumu birbirleri ile olumlu ya da olumsuz

anlamda ilişkili olduğunu tespit yönündedir. Bunun ardından, bağlanma stillerinin cinsel doyumla ilişkisinde saptanan varyansın ontolojik iyi oluş bağımsız değişkeninin sürece katılmasının ardından güçlendiğinin istatistiki gösterimi de ikinci adımı oluşturmaktadır.

Bağlanma stilleri birçok akademik araştırmaya konu olmuştur ve bağlanma stillerinin birçok başka değişkenle olduğu gibi cinsel tatmin ile olan ilişkisine de bakılmıştır. Aynı zamanda cinsellikte ‘doyum’ konusunun birçok araştırmada incelendiği de görülmektedir. Birçok değişkenlerle ilişkisine bakılan bağlanma stilleri ve cinsel doyum araştırılırken farklı örneklemlemlerle çalışıldığı da dikkat çekmektedir. Genellikle ortaya benzer sonuçlar çıkmış, ancak cinsel doyumun yordanmasında, bağlanma stilleri ve OİÖ değişkenlerinin etkisine bakılmamıştır. Şimşek’ e (2009) göre insan hayatı geçmiş ve geleceğin arasında kurulmuş ve hikâye şeklinde yapılanmıştır. Kişi, geçmişi değerlendirmesi ve geleceğe bakışı ile kendi hayat hikâyesini hem anlamsal olarak yapılandırarak hem de geçmişten hareketle planlayarak kurmaktadır (Şimşek, 2009). Evliliğin de iki insanın bir araya gelmesiyle birlikte, bu birlikteliğin geçmişi şimdisi ve geleceği üzerinden kurdukları bir yaşam öyküsü olduğu kabul edilirse, bireylerin yaşam öykülerine dair tasavvurlarının onların evlilik doyumunu ve cinsel doyumları üzerinde belirleyici olduğu tezi belirginleşecektir. Buradan hareketle bu tez araştırmanın hareket noktası olarak kabul edilmiştir.

2.5. ARAŞTIRMANIN SAYILTILARI

1. Evli çiftlere verilen Kişisel Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II, Yaşam Projesi Ölçeği, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeğinin (kadın/erkek soru formu) araştırma kapsamı için yeterli olduğu varsayılmaktadır.

2. Araştırmaya katılan çiftler anketlere içtenlikle cevap vermiş oldukları, sonuçların objektif gerçekliği yansıttığı varsayılmaktadır.

2.6. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

1. Bu araştırmanın verileri, Kişisel Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II, Yaşam Projesi Ölçeği, Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeğinden (kadın/erkek soru formu) alınan bilgilerle sınırlıdır.
2. Araştırma kapsamındaki ilgili veriler Türkiyenin çeşitli kentlerinde yaşayan (İstanbul, Ankara, İzmir, Bursa, Eskişehir, Elazığ, Samsun, Ordu, Düzce, Kocaeli), çeşitli kurumlarda tesadüfi olarak belirlenen evli çiftlerle sınırlıdır.
3. Araştırma verileri çiftlere verilen anketlere, kapalı zarf içinde elden dağıtılarak gönüllülük esasına dayalı olarak ulaşılmış olması ile sınırlıdır.
4. Araştırmanın verileri 23 - 63 yaş arası evli çiftlerle sınırlıdır.
5. Araştırmaya katılan çiftler 215 kadın, 215 erkek ile sınırlıdır.

3. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli-deseni, katılımcılar ve işlem, veri toplama araçları ve özellikleri ile verilerin analizinde kullanılacak olan istatistiksel yöntemler hakkında bilgi verilecektir.

3.1. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Model-Desen: Araştırmanın yöntemi, mevcut durumu tespit etmeyi hedeflediği için betimsel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılacaktır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan şey, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez (Karasar, 2016).

Katılımcılar ve İşlem: Araştırma genel normal popülasyondan ölçme araçları vasıtasıyla cevaplamaları istenen anket soruları üzerinden toplanarak yapılmıştır. Örneklem 215 çift ile sınırlandırılmıştır. Örneklem büyüklüğünün belirlenmesinde; evrenin özelliği, evrendeki elemanların dağılımı, temsil yeterliliği, maliyet, zaman, araştırmanın özelliği ve veri analizi gereklilikleri dikkate alınmıştır (Karasar, 2016). 23 – 63 yaş arasındaki ulaşılabilirlik ve gönüllülük ölçütlerini karşılayan çiftlerden seçilen grup rastgele olarak belirlenmiştir. Analizler, evli çiftlere birlikte uygulanıp, iki eşin de cevapları aynı kapalı zarf içinde alınmak sureti ile toplanmıştır. Toplam puanlar evlilik birliğinin ortak puanı olarak analize katılmıştır.

Araştırmaya katılan 215 çifte ait tanımlayıcı bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Bireylere Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler		Kadın		Erkek	
		N	%	N	%
Yaş	21-30; 24-33 arası	104	48,4	100	46,5
	31-40; 34-43 arası	76	35,3	72	33,5
	41-50; 44-53 arası	28	13	33	15,3
	51-60; 54-63 arası	7	3,3	10	4,7
Eğitim Durumu	Lise	66	30,7	67	31,2
	Üniversite	114	53	128	59,5
	Yüksek lisans	31	14,4	15	7
	Doktora	4	1,9	5	2,3
Evlilik Biçimi	Flört	162	75,3	161	74,9
	Görücü	39	18,1	40	18,6
	Diğer	14	6,5	14	6,5
Çocuk Sayısı	0	96	44,7	96	44,7
	1	53	24,7	53	24,7
	2	47	21,9	47	21,9
	3	15	7	15	7
	4 ve fazlası	4	1,9	4	1,9
Anneiniz Hayatta Mı?	Sağ	202	94	186	86,5
	Ölü	13	6	29	13,5
Babanız Hayatta Mı?	Sağ	173	80,5	169	78,6
	Ölü	42	19,5	46	21,4
Kronik Hastalığınız Var Mı?	Var	30	14	21	9,8
	Yok	185	86	194	90,2
Eşinizin Kronik Hastalığı Var Mı?	Var	21	9,8	28	13
	Yok	194	90,2	187	87
Hiç Psikiyatrik Tanı Aldınız Mı?	Evet	26	12,1	12	5,6
	Hayır	189	87,9	203	94,4
Eşiniz Psikiyatrik Tanı Aldı Mı?	Evet	13	6	24	11,2
	Hayır	202	94	191	88,8

Tablo1 incelendiğinde araştırmaya katılan çiftlerden kadınların yaşları 21-30 arasında olan 104 kişi (%48,4); 31-40 arasında olan 76 kişi (%35,3); 41-50 arasında olan 28 kişi (%13) ve 51-60 arasında olan 7 kişi (%3,3) bulunmaktadır. Erkeklerde ise yaşları 24-33 arası olan 100 kişi (%46,5); 34-43 arası olan 72 kişi (%33,5); 44-63 arası olan 33 kişi (%15,3) ve 54-63 arasında olan 10 kişi (%4,7) bulunmaktadır. Kadınlarda eğitim durumu lise olan 66 (%30,7); üniversite olan 114 (%53); yüksek lisans olan 31 (%14,4) ve doktora olan 4 (%1,9) kişi vardır. Erkeklerde eğitim durumu lise olan 67 (%31,2); üniversite olan 128 (%59,5); yüksek lisans olan 15 (%7) ve doktora olan 5 (%2,3) kişi vardır. Kadınlarda evlilik biçimi flört olan 162 (%75,3); görücü olan 39 (%18,1) ve diğer olan 14 (%6,5) kişi vardır. Erkeklerde evlilik biçimi flört olan 161 (%74,9); görücü olan 40 (%18,1) ve diğer olan 14 (%6,5) kişi vardır. Çiftlerde çocuğu olmayan 96 (%44,7); tek çocuğu olan 53 (%24,7); iki çocuğu olan 47 (%21,9); üç çocuğu olan 15 (%7) ve dört ve fazlası çocuğu olan 4 (%1,9) çift bulunmaktadır. Kadınların 202'sinin (%94) annesi hayattadır ve 13'ünün (%6) annesi vefat etmiştir. Erkeklerin 186'sının (%86,5) annesi hayattadır ve 29'unun (%13,5) annesi vefat etmiştir. Kadınların 173'ünün (%80,5) babası hayattadır ve 42'sinin (%19,5) babası vefat etmiştir. Erkeklerin 169'unun (%78,6) babası hayattadır ve 46'sının (%21,4) annesi vefat etmiştir. Kronik hastalığınız var mı sorusuna 30 (%14) kadın var derken 185 (%86) kadın yok demiştir. Aynı soruya 21 (%9,8) erkek var derken 194 (%90,2) yok demiştir. Kadınlardan 21'i (%9,8) eşinizin kronik hastalığı var mı sorusuna var derken 194'ü (%90,2) yok demiştir. Aynı soruya erkeklerden 28 kişi (%13) var derken 187 kişi (%87) yok demiştir. Kadınlardan 26 kişi (%12,1) hiç psikiyatrik tanı aldınız mı sorusuna evet derken 189 kişi (%87,9) hayır demiştir. Erkeklerden 12 kişi (%5,6) hiç psikiyatrik tanı aldınız mı sorusuna evet derken 203 kişi (%94,4) hayır demiştir. Kadınlardan 13 kişi (%6) eşiniz psikiyatrik tanı aldı mı sorusuna evet derken 202 kişi (%94) hayır demiştir. Erkeklerden 24 kişi (%11,2) eşiniz psikiyatrik tanı aldı mı sorusuna evet derken 191 kişi (%88,8) hayır demiştir.

Kullanılan Analiz Yöntemi: Bir bağımlı değişken ve birden fazla bağımsız değişkenin yer aldığı regresyon modellerine çok değişkenli regresyon modeli denir. Çok değişkenli regresyon analizinde bağımsız değişkenler eş zamanlı olarak (aynı anda) bağımlı değişkendeki değişimi açıklamaya çalışmaktadır. Çok değişkenli regresyon analizinin yorumu tek değişkenli regresyon analizine benzemektedir. Ancak bazı farklılıklar vardır. Bir değişkenden dolayı tam bağımsızlık şeklinde de olabilir. Örneğin, tek değişkenli regresyon analizindeki karşılığı çoklu regresyon katsayısı R (multiple R) olarak ifade edilmektedir. Çoklu regresyon katsayısı R, bir bağımlı değişkendeki değişim ile eşzamanlı (aynı anda) ele alınan birden fazla bağımsız değişkendeki değişim arasındaki ilişkinin derecesini göstermektedir. Daha basit bir ifadeyle bağımlı değişken ile birlikte ele alınan bir grup bağımsız değişkendeki değişimin ilişkisinin bir göstergesidir (Karasar, 2016).

Çalışmanın amacı doğrultusunda öncelikli olarak bağlanma stilleri, ontolojik iyi oluş ve cinsel doyum arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır. Daha sonra ise evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeylerinin bağlanma stillerinin üzerine cinsel doyumda açıklanan varyansa istatistiksel olarak anlamlı katkısı olup olmadığını yordama düzeyini belirleyebilmek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizinin varsayımlarını test etmek için normallik analizi yapılmış ayrıca ilgili değişkenlere yönelik betimsel istatistiklere de yer verilmiştir.

3.2 KULLANILAN ÖLÇME ARAÇLARI

Bu araştırmada katılımcıların bağlanma düzeylerini belirlemek amacıyla “Bağlanma Stilleri Ölçeği (YİYE II)”, ontolojik iyi oluş düzeylerini belirlemek amacıyla “Yaşam Projesi Ölçeği (YPÖ)”, cinsel doyum düzeylerini belirlemek amacıyla da “Golombok- Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) kullanılmıştır. GRCDÖ erkek ve kadın formu ayrı olduğundan kadın ve erkek formları farklı olarak düzenlenmiş ve ölçekler çiftlere bu şekilde uygulanmıştır. Elden verilen zarfaların çiftler tarafından ayrı ayrı doldurulması istenmiş ve aynı zarfta kapalı şekilde araştırmacıya ulaşması sağlanmıştır. Bu ölçeklerle birlikte katılımcılarla ilgili demografik bilgileri almak amacıyla araştırmacı

tarafından hazırlanan demografik bilgi formu uygulanmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ölçekler ile ilgili detaylı bilgiler aşağıda verilmiştir

3.2.1 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YIYE II).

Brennan, Clark ve Shaver (1998) yetişkin bireylerin bağlanma boyutlarını belirlemek için kullanılan bağlanma ölçeklerini toplamış ve 323 maddeden oluşan bu ölçeğe faktör analizi uygulamışlardır. Analiz neticesinde yetişkin bağlanma boyutlarının “kaygı” ve “kaçınma” olarak iki boyutta açıklanabileceğini ortaya koydular.. Araştırmanın sonunda oluşan bu iki boyutunda on sekizer madde ile ölçüldüğü yakın ilişkilerde yaşantılar envanterini (YIYE; Experiences in Close Relationships Inventory) geliştirmişlerdir.

İlerleyen zamanlarda Fraley ve arkadaşları (2000) Brennan, Clark ve Shaverin geliştirmiş olduğu YIYE’nin madde tepki kuramını kullanarak geliştirilen ölçeğin daha yüksek ölçüme sahip olacağı ve ölçülen bağlanma boyutlarının sürekliliği ve istikrarından dolayı daha güvenilir olduğu için 18 kaygı ve 18 kaçınma toplamda 36 madde seçerek madde tepki kuramını kullanmışlar ve yeni analiz sonucunda Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II’yi (YIYE II) geliştirmişlerdir. Yapılan yeni analizin sonucunda en yüksek ayırt etme değerine sahip 18 kaçınma maddesinin 13’ ü ve 18 kaygı maddesinin 6’sı YIYE ile ortak çıkarken, 17 madde YIYE ölçeğinden farklı olarak bulunmuştur. Katılımcılara romantik ilişki içindeki duygu ve düşüncelerini ne oranda yansıttığını değerlendirmeleri istenmiştir (1= hiç katılmıyorum, 7= tamamen katılıyorum). İlgili boyutlarını ölçen maddeler ayrı hesaplanarak her bir katılımcı için kaygı ve kaçma puanları hesaplanmıştır.

Ölçeğin Uyarlama Çalışması

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri’nin (YIYE II) Türkçeye uyarlama çalışmaları Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005) tarafından yapılmıştır. Araştırmaya Üniversitede okuyan 256 lisans öğrencisi katılmış olup yaşlarının ortalaması 20.85’tir. Romantik ilişkisi olan katılımcıların ortalama ilişkilerinin süresi ise 16.54 aydır. Katılımcılara Demografik Soru

Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II, Sosyotropi – Otonomi Ölçeği, Rosenberg Özsaygı Envanteri, İlişkilerde Mutluluk Ölçeği uygulanmıştır.

YIYE II'nin geçerliliğinin sınanması için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. YIYE II'nin her alt ölçeğindeki 18 madde üçerli gruplara ayrılarak her boyut için 6 olmak üzere toplam 12 grup elde edilmiş ve sonuç olarak kaçınma boyutunun .56 ile .87 arasında değiştiği, kaygı boyutunun ise .57 ile .80 arasında değiştiği gözlemlenmiş ve kaygı ve kaçınma boyutlarını temsil eden iki tane bileşeninde .42 olarak yapısal bir ilişkisi olduğu gözlemlenmiştir, bu sonuçlara göre ölçekte ki tüm faktör yüklerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. YIYE II geçerliliğine bakıldığında ölçeğin kaygı boyutunun katılımcılara uygulanan diğer ölçeklerden öz saygı ve ilişki doyumu ile olumsuz yönde anlamlı ilişki göstermekte olduğu, kaçınma boyutunun ise öz saygı ve ilişki doyumu ile olumsuz yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur.

Ölçeğin iç tutarlılığına bakıldığında kaçınma boyutunun Cronbach alfa katsayısı .90 ve kaygı boyutunun Cronbach alfa katsayısı .86 ile yüksek düzeyde iç tutarlılığının olduğu gözlemlenmiştir. Test tekrar güvenirliliğine bakıldığında testin uygulanışından altı hafta sonra ilk uygulamayada katılan 86 kişinin verileri kullanılarak analiz yapılmıştır. Sonuç olarak kaygı boyutunun .82, kaçınma boyutunun ise .81 olduğu bulunmuştur.

YIYE II ölçeğinin geçerlilik ve güvenirliliğine bakıldığında bulunan sonuçların yetişkin bağlanmasını ölçme alanında testin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir.

3.2.2. Ontolojik İyi Oluş Ölçeği (OWBS).

Ontolojik İyi Oluş (Ontological Well-Being) (OWB), Şimşek (2009) tarafından, tarihi, felsefi ve psikoloji alanlarında var olan Subjektif İyi Oluş (Subjective Well-Being, SWB) perspektifine yeni bir yaklaşım olarak sunulmuş bir kavramdır. (Şimşek, 2009) Şimşek (2009) tarafından, bu perspektife uygun olarak geliştirilen Ontolojik iyi oluş ölçeği (OWBS), pozitif ve negatif ruh sağlığı alanlarında anlamlı sonuçlar vermiş, iç motivasyon ve psikolojik iyi oluş kavramlarıyla ilişkili bulunmuştur (Şimşek, 2009).

“Geçmiş”, “Şimdi” ve “Gelecek” şeklinde gruplanan ölçek toplam 24 soru maddesi içerir. Ölçeğin “nothingness” (hiçlik), “activation” (aktivite), “regret” (pişmanlık) ve “hope” (umut) olmak üzere dört alt boyutu vardır. Kendini değerlendirme yöntemime dayalı doldurulan ölçek, beşli skala üzerinden değerlendirilerek; katılımcılardan her soru için “Hiç hissetmiyorum” (1 puan) ile “Çok yoğun hissediyorum” (5 puan) arasında bir cevap işaretlemesi beklenir.

3.2.3. Golombok- Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ - Kadın /

Erkek Formu)

Rust ve Golombok (1986) tarafından cinsel ilişkinin niteliği ve cinsel işlev bozukluklarını incelemeye yönelik geliştirilen ölçüm aracı düzenli bir eşi olan heteroseksüel birey ya da çiftlere uygulanmaktadır. Ölçeğin hazırlanma aşamasında bir çok klinisyeninde fikri alınarak 96 maddelik cinsel fonksiyonları ölçen soru hazırlanmıştır. Yapılan ön çalışmada ve çeşitli faktör analizleri sonucunda 28 maddeden oluşan kadın ve erkek formları oluşturulmuştur. Oluşturulan bu formların 5 tanesi ortak olmak üzere 7 alt boyut bulunmaktadır. Kadın ve erkek formunda ortak olan boyutlar kaçınma, doyum, iletişim, dokunma, ilişkinin sıklığı alt boyutlarıdır. Bunlara ilaveten kadın formunda vajinismus ve orgazm bozukluğu bulunurken erkek formunda ise erken boşalma ve empotans alt boyutları farklılık göstermektedir. Golombok Rust Ölçeğinin iki yarım güvenirlilik katsayısı kadınlarda 0.87, erkeklerde 0.94 olarak bulunmuştur. Alt boyutlarının iç tutarlık katsayıları ise kadınlarda 0.61, erkeklerde 0.83 tür ayrıca ölçek klinik ve kontrol gruplarına uygulanarak gruplar toplam puan üzerinden karşılaştırılmış ve grupların anlamlı düzeyde birbirinden ayırt edilebildiği bulunmuştur. Alt boyutlar dışında kalan boyutlar için ise t- testi ile karşılaştırma yapılmış erkek katılımcılarda dokunma, kaçınma ve iletişim, kadın katılımcılarda iletişim alt boyutlarının grupları ayırt edemediği bulunmuştur. Yapılan bu çalışmalar sonucunda Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeğinin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu ortaya konmuştur. Ölçek beşli likert tipi (0 = hiç bir zaman, 1= nadiren, 2= bazen, 3= çoğunlukla, 4= her zaman) şeklinde oluşmaktadır.

Ölçeğin Uyarlama Çalışması

Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışmaları Tugrul, Öztan ve Kabakçı (1993) tarafından yapılmıştır. Araştırmaya cinsel işlev bozukluğu nedeniyle hastaneye başvuran 73 kadın ve 66 erkek “sorunlu” denek grubunu oluştururken, rastgele belirlenen çeşitli kurumlarda çalışanlar ve yakınlarının oluşturduğu evli ve cinsel işlev bozukluğu olmayan ya da herhangi bir sebep ile psikiyatriye başvurmamayan 53 kadın ve 51 erkek ise “sorunsuz” denek grubunu oluşturmuştur. Toplamda 126 kadın ve 117 erkek araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu ve Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeği uygulanmıştır.

Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeğinin güvenirlilik çalışmasında ilk olarak iç tutarlılığın belirlenebilmesi için ölçeğin korelasyon katsayılarından yararlanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda sorunlu erkeklerde -0.04 sorunsuz erkeklerde 0.76 bulunurken sorunlu kadınlarda 0.18 sorunsuz kadınlarda 0.74 arasında değişim gösterdiği bulunmuştur. Toplam puanlara bakıldığında ise erkek katılımcılarda Cronbach alfa katsayısı 0.92 iken, kadın katılımcılarda 0.91 olarak bulunmuştur. Alt boyutlar için yapılan analiz sonucunda kadınlarda Cronbach alfa değeri 0.51 ile 0.88 arasında bulunurken, erkeklerde 0.63 ile 0.91 arasında değişmektedir. Genel olarak bakıldığında kadın ve erkeğin en düşük değeri cinsel ilişki sıklığı bulunurken en yüksek alfa değeri kadınlarda vajinismus erkeklerde ise erken boşalma olarak bulunmuştur. Ölçeğin iki yarım güvenirlilik kat sayılarına bakıldığında ise erkeklerde 0.90 kadınlarda 0.91, erken boşalma 0.59, vajinismus 0.77 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin geçerlilik çalışmalarına bakıldığında sorunlu olan grup ve sorunsuz olan grubun alt boyutlardan aldıkları puanlar ve toplam puanları t-testi ile karşılaştırılmıştır. Kadınlarda iletişim boyutu haricinde diğer tüm alt boyutlardan alınan puanlar ve toplam puanlar sorunlu olan ve sorunsuz olan grupta anlamlı düzeyde farklılaşmıştır. Erkeklerde de sorunlu ve sorunsuz olan grubun alt boyutlardan aldıkları puan ve toplam puanı anlamlı düzeyde farklılaşmıştır.

Yapılmış olan analizler sonucunda Golombok Rust Cinsel Doyum Ölçeğinin cinsel ilişkinin niteliği ve cinsel işlev bozukluklarının ölçülmesinde Türk örneklemini için geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir.



4. BÖLÜM

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde öncelikle, bağlanma stilleri ve ontolojik iyi oluş ve cinsel doyum değişkenlerinin ortalamalarına ve standart sapmalarına ilişkin betimsel istatistik bulgularına yer verilmiştir. Daha sonra değişkenler arasındaki korelasyon değerleri ve son olarak da regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

4.1. ÖLÇEK PUANLARI İÇİN ÖLÇEKLER VE ALT ÖLÇEKLER ARASI İLİŞKİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

4.1.1. Ölçeklere Ait Betimleyici İstatistikler.

Bu bölümde Ölçekler ve Alt ölçekler arasındaki betimleyici istatistikler, korelasyonlar ve regresyon analizlerine dair ayrıntılı raporlar ve tablo gösterimleri yer almaktadır.

Tablo 2. Ölçeklere Ait Betimleyici İstatistikler

Ölçek	N	$\bar{X}$	SS	Basıklık	Çarpıklık
Yaşam Projesi Ölçeği	214	117,73	15,49	1,47	0,50
Pişmanlık	215	28,79	8,43	0,90	0,71
Aktivasyon	214	29,21	7,32	-0,36	0,20
Hiçlik	215	18,88	6,97	4,06	1,84
Umut	215	40,87	9,91	-0,41	-0,17
Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri – II	215	176,47	31,86	-0,62	-0,16
Kaçınmacı Bağlanma	215	91,39	21,68	-0,51	-0,17
Kaygılı Bağlanma	215	85,07	15,63	0,12	0,20
Golombok – Rust Cinsel Doyum Ölçeği	215	39,42	20,26	-0,03	0,57
İlişkinin Sıklığı	215	6,70	3,36	-0,13	0,14
İletişim	215	6,00	3,73	-0,41	0,44
Doyum	215	10,01	5,85	0,53	0,65
Kaçınma	215	6,40	5,21	0,80	1,03
Dokunma	215	10,01	5,85	0,53	0,65

Yaşam projesi ölçeğinden alınan ortalama puan 117,73'tür (SS=15,49). Basıklık katsayısı 1,47 ve çarpıklık katsayısı 0,50'dir ve normal dağılım göstermektedir. Yaşam projesi ölçeğinin pişmanlık alt boyutundan bireylerin aldıkları puanların ortalaması 28,79'dur (SS=8,43). Basıklık katsayısı 0,90 ve çarpıklık katsayısı 0,71'dir ve normal dağılım göstermektedir. Yaşam projesi ölçeğinin aktivasyon alt boyutundan bireylerin aldıkları puanların ortalaması 29,21'dir (SS=7,32). Basıklık katsayısı -0,36 ve çarpıklık katsayısı 0,20'dir ve normal dağılım göstermektedir. Yaşam projesi ölçeğinin hiçlik alt boyutundan bireylerin aldıkları puanların ortalaması 18,88'dir (SS=6,97). Basıklık katsayısı 4,06 ve çarpıklık katsayısı 1,84'tür ve normal dağılım göstermemektedir. Yaşam projesi ölçeğinin umut alt boyutundan bireylerin aldıkları puanların ortalaması 40,87'dir (SS=9,91). Basıklık katsayısı -0,41 ve çarpıklık katsayısı -0,17'dir ve normal dağılım göstermektedir.

Yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin toplam puanlarından bireylerin aldıkları puanların ortalaması 176,47'dir (SS=31,86). Basıklık katsayısı -0,62 ve çarpıklık katsayısı -0,16'dır ve normal dağılım göstermektedir. Kaçınmacı bağlanma ölçeğinden bireylerin aldıkları puanların ortalaması 91,39'dur (SS=21,68). Basıklık katsayısı -0,51 ve çarpıklık katsayısı -0,17'dir ve normal dağılım göstermektedir. Kaygılı bağlanma ölçeğinden bireylerin aldıkları puanların ortalaması 85,07'dir (SS=15,63). Basıklık katsayısı 0,12 ve çarpıklık katsayısı 0,20'dir ve normal dağılım göstermektedir.

Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinden bireylerin aldıkları puanların ortalaması 39,42'dir (SS=20,26). Basıklık katsayısı -0,03 ve çarpıklık katsayısı 0,57'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin ilişkinin sıklığı alt boyutundan bireylerin aldıkları puanların ortalaması 6,70'tir (SS=3,36). Basıklık katsayısı -0,13 ve çarpıklık katsayısı 0,14'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin iletişim alt boyutundan bireylerin aldıkları puanların ortalaması 6,00'dir (SS=3,73). Basıklık katsayısı -0,41 ve çarpıklık katsayısı 0,44'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin doyum alt boyutundan bireylerin aldıkları puanların ortalaması 10,01'dir (SS=5,85). Basıklık katsayısı 0,53 ve çarpıklık katsayısı

0,65'tir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin kaçınma alt boyutundan bireylerin aldıkları puanların ortalaması 6,40'tır (SS=5,21). Basıklık katsayısı 0,80 ve çarpıklık katsayısı 1,03'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin dokunma alt boyutundan bireylerin aldıkları puanların ortalaması 10,01'dir (SS=5,85). Basıklık katsayısı 0,53 ve çarpıklık katsayısı 0,65'tir ve normal dağılım göstermektedir.

Tabloya göre; erkek bireyler için YPÖ ile YİYE-II ve YİYE_II'nin kaçınmacı bağlanma ile kaygılı bağlanma alt boyutları arasında; GRDCÖ ile ve GRDCÖ'nün ilişkinin sıklığı, doyum, kaçınma, erken boşalma ve empotans alt boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YPÖ'nün pişmanlık alt boyutu ile GRDCÖ'nün ilişkinin sıklığı alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YPÖ'nün aktivasyon alt boyutu ile GRDCÖ'nün erken boşalma alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YPÖ'nün hiçlik alt boyutu ile GRDCÖ'nün ilişkinin sıklığı ve dokunma alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YPÖ'nün umut alt boyutu ile GRDCÖ'nün ilişkinin sıklığı alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YİYE-II'nin kaygılı bağlanma alt boyutu ile GRDCÖ'nün ilişkinin sıklığı, iletişim, doyum ve erken boşalma alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. Bunlar dışında araştırmada kullanılan ölçeklerin erkek formlarının toplam puanları ve alt boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır.

4.1.2. Ölçeklerin Kadın Formlarına Ait Betimleyici İstatistikler.

Tablo 3. Ölçeklerin Kadın Formlarına Ait Betimleyici İstatistikler

Ölçek	N	$\bar{X}$	SS	Basıklık	Çarpıklık
Yaşam Projesi Ölçeği	215	58,39	9,52	1,09	0,72
Pişmanlık	215	14,61	5,27	1,33	0,99
Aktivasyon	215	14,46	4,21	-0,33	0,23
Hiçlik	215	9,29	3,78	6,54	2,16
Umut	215	20,04	5,95	-0,66	-0,05
Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri – II	215	89,33	18,74	-0,50	0,10
Kaçınmacı Bağlanma	215	46,11	12,29	-0,46	-0,03
Kaygılı Bağlanma	215	43,22	10,29	0,29	0,62
Golombok – Rust Cinsel Doyum Ölçeği	215	29,06	14,06	0,84	0,77
İlişkinin Sıklığı	215	3,56	1,81	-0,11	0,18
İletişim	215	3,26	3,20	-0,58	0,35
Doyum	215	4,87	3,14	0,86	0,81
Kaçınma	215	3,79	3,17	1,28	1,09
Dokunma	215	3,38	3,22	0,43	1,00
Vajinismus	215	5,35	2,90	0,13	0,37
Anorgasmi	215	4,85	2,94	0,84	0,82

Yaşam projesi ölçeğinde kadınların aldığı ortalama puan 58,39'dur (SS=9,52). Basıklık katsayısı 1,09 ve çarpıklık katsayısı 0,72'dir ve normal dağılım göstermektedir. Yaşam projesi ölçeğinde pişmanlık alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 14,61'dir (SS=5,27). Basıklık katsayısı 1,33 ve çarpıklık katsayısı 0,99'dur ve normal dağılım göstermektedir. Yaşam projesi ölçeğinde aktivasyon alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 14,46'dır (SS=4,21). Basıklık katsayısı -0,33 ve çarpıklık katsayısı 0,23'tür ve normal dağılım göstermektedir. Yaşam projesi ölçeğinde hiçlik alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 9,29'dur (SS=3,78). Basıklık katsayısı 6,54 ve çarpıklık katsayısı 2,16'dır ve normal dağılım göstermemektedir. Yaşam projesi ölçeğinde umut alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 20,04'tür (SS=5,95). Basıklık katsayısı -0,66 ve çarpıklık katsayısı -0,05'tir ve normal dağılım göstermektedir.

Yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin toplam puanlarından kadınların aldıkları puanların ortalaması 89,33'tür (SS=18,74). Basıklık katsayısı -0,50 ve çarpıklık katsayısı 0,10'dur ve normal dağılım göstermektedir. Kaçınmacı bağlanma ölçeğinden kadınların aldıkları puanların ortalaması 46,11'dir (SS=12,29). Basıklık katsayısı -0,46 ve çarpıklık katsayısı -0,03'tür ve normal dağılım göstermektedir. Kaygılı bağlanma ölçeğinden kadınların aldıkları puanların ortalaması 43,22'dir (SS=10,29). Basıklık katsayısı 0,29 ve çarpıklık katsayısı 0,62'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinden kadınların aldıkları puanların ortalaması 29,47'dir (SS=15,43). Basıklık katsayısı -0,56 ve çarpıklık katsayısı 0,64'tür ve normal dağılım göstermektedir.

Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin ilişkinin sıklığı alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 3,44'tür (SS=1,84). Basıklık katsayısı -0,51 ve çarpıklık katsayısı 0,11'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin iletişim alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 2,73'tür (SS=2,04). Basıklık katsayısı -0,45 ve çarpıklık katsayısı 0,53'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin doyum alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 5,15'tir (SS=3,55). Basıklık katsayısı -0,47 ve çarpıklık katsayısı 0,43'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin kaçınma alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 2,61'dir (SS=3,11). Basıklık katsayısı 1,21 ve çarpıklık katsayısı 1,34'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin dokunma alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 2,51'dir (SS=2,93). Basıklık katsayısı 0,30 ve çarpıklık katsayısı 1,33'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin erken boşalma alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 4,60'tır (SS=3,09). Basıklık katsayısı 0,50 ve çarpıklık katsayısı 0,76'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin empotans alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 3,78'dir (SS=2,79). Basıklık katsayısı -0,13 ve çarpıklık katsayısı 0,69'dur ve normal dağılım

göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinden kadınların aldıkları puanların ortalaması 29,06'dır (SS=14,06). Basıklık katsayısı 0,84 ve çarpıklık katsayısı 0,77'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin ilişkinin sıklığı alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 3,56'dır (SS=1,81). Basıklık katsayısı -0,11 ve çarpıklık katsayısı 0,18'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin iletişim alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 3,26'dır (SS=3,20). Basıklık katsayısı -0,58 ve çarpıklık katsayısı 0,35'tir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin doyum alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 4,87'dir (SS=3,14). Basıklık katsayısı 0,86 ve çarpıklık katsayısı 0,81'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin kaçınma alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 3,79'dur (SS=3,17). Basıklık katsayısı 1,28 ve çarpıklık katsayısı 1,09'dur ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin dokunma alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 3,38'dir (SS=3,22). Basıklık katsayısı 0,43 ve çarpıklık katsayısı 1,00'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin vajinismus alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 5,35'tir (SS=2,90). Basıklık katsayısı 0,13 ve çarpıklık katsayısı 0,37'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin anorgasmi alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 4,85'tir (SS=2,94). Basıklık katsayısı 0,84 ve çarpıklık katsayısı 0,82'dir ve normal dağılım göstermektedir.

4.1.3. Ölçeklerin Erkek Formlarına Ait Betimleyici İstatistikler.

Tablo 4. Ölçeklerin Erkek Formlarına Ait Betimleyici İstatistikler

Ölçek	N	$\bar{X}$	SS	Basıklık	Çarpıklık
Yaşam Projesi Ölçeği	214	59,37	9,41	1,34	0,42
Pişmanlık	215	14,18	5,05	1,19	0,95
Aktivasyon	214	14,78	4,61	-0,63	0,20
Hiçlik	215	9,59	4,67	3,98	1,99
Umut	215	20,84	6,00	-0,85	-0,30
Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri – II	215	87,13	18,54	0,56	0,03
Kaçınmacı Bağlanma	215	45,29	12,94	-0,67	-0,12
Kaygılı Bağlanma	215	41,85	9,38	-0,34	0,03
Golombok – Rust Cinsel Doyum Ölçeği	215	29,47	15,43	-0,56	0,64
İlişkinin Sıklığı	215	3,44	1,84	-0,51	0,11
İletişim	215	2,73	2,04	-0,45	0,53
Doyum	215	5,15	3,55	-0,47	0,43
Kaçınma	215	2,61	3,11	1,21	1,34
Dokunma	215	2,51	2,93	0,30	1,33
Erken boşalma	215	4,60	3,09	0,50	0,76
Empotans	215	3,78	2,79	-0,13	0,69

Yaşam projesi ölçeğinde erkeklerin aldığı ortalama puan 59,37'dir (SS=9,41). Basıklık katsayısı 1,34 ve çarpıklık katsayısı 0,42'dir ve normal dağılım göstermektedir. Yaşam projesi ölçeğinde pişmanlık alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 14,18'dir (SS=5,05). Basıklık katsayısı 1,19 ve çarpıklık katsayısı 0,95'tir ve normal dağılım göstermektedir. Yaşam projesi ölçeğinde aktivasyon alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 14,78'dir (SS=4,61). Basıklık katsayısı -0,63 ve çarpıklık katsayısı 0,20'dir ve normal dağılım göstermektedir. Yaşam projesi ölçeğinde hiçlik alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 9,59'dur (SS=4,67). Basıklık katsayısı 3,98 ve çarpıklık katsayısı 0,99'dur ve normal dağılım göstermemektedir. Yaşam projesi ölçeğinde umut alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 20,84'tür (SS=6). Basıklık katsayısı -0,85 ve çarpıklık katsayısı -0,30'dur ve normal dağılım göstermektedir. Yakın

ilişkilerde yaşantılar envanterinin toplam puanlarından erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 87,13'tür (SS=18,54). Basıklık katsayısı 0,56 ve çarpıklık katsayısı 0,03'tür ve normal dağılım göstermektedir. Kaçınmacı bağlanma ölçeğinden erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 45,29'dur (SS=12,94). Basıklık katsayısı -0,67 ve çarpıklık katsayısı -0,12'dir ve normal dağılım göstermektedir. Kaygılı bağlanma ölçeğinden erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 41,85'tir (SS=9,38). Basıklık katsayısı -0,34 ve çarpıklık katsayısı 0,03'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinden erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 29,47'dir (SS=15,43). Basıklık katsayısı -0,56 ve çarpıklık katsayısı 0,64'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin ilişkinin sıklığı alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 3,44'tür (SS=1,84). Basıklık katsayısı -0,51 ve çarpıklık katsayısı 0,11'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin iletişim alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 2,73'tür (SS=2,04). Basıklık katsayısı -0,45 ve çarpıklık katsayısı 0,53'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin doyum alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 5,15'tir (SS=3,55). Basıklık katsayısı -0,47 ve çarpıklık katsayısı 0,43'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin kaçınma alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 2,61'dir (SS=3,11). Basıklık katsayısı 1,21 ve çarpıklık katsayısı 1,34'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin dokunma alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 2,51'dir (SS=2,93). Basıklık katsayısı 0,30 ve çarpıklık katsayısı 1,33'tür ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin erken boşalma alt boyutundan kadınların aldıkları puanların ortalaması 4,60'tır (SS=3,09). Basıklık katsayısı 0,50 ve çarpıklık katsayısı 0,76'dir ve normal dağılım göstermektedir. Golombok – Rust Cinsel Doyum ölçeğinin empotans alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanların ortalaması 3,78'dir (SS=2,79). Basıklık katsayısı -0,13 ve çarpıklık katsayısı 0,69'dur ve normal dağılım göstermektedir.

4.2. ÖLÇEKLERE AİT KORELASYONLAR

4.2.1. Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar.

Tablo 4'e göre; tüm bireyler için YİYE-II'nin kaygılı bağlanma alt boyutu ile GRDCÖ'nün ilişkinin sıklığı alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. Bunlar dışında araştırmada kullanılan ölçeklerin toplam puanları ve alt boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır.



Tablo 5. Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar

Ölçekler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. YPÖ ¹	-													
2. Pişmanlık	-0,63**	-												
3. Aktivasyon	0,78**	-0,48**	-											
4. Hiçlik	-0,72**	0,54**	-0,29**	-										
5. Umut	0,79**	-0,41**	0,68**	-0,27**	-									
6. YİYE-II ²	-0,46**	0,40**	-0,40**	0,37**	-0,36**	-								
7. Kaçınmacı Bağlanma	-0,45**	0,38**	0,40**	0,34**	-0,38**	0,90**	-							
8. Kaygılı Bağlanma	-0,32**	0,29**	-0,27**	0,28**	-0,20**	0,79**	0,44**	-						
9. GRCDÖ ³	-0,48**	0,36**	-0,38**	0,37**	-0,41**	0,53**	0,58**	0,28**	-					

10. İlişkinin Sıklığı	-0,30**	0,25**	-0,25**	0,23**	-0,22**	0,27**	0,35**	0,06	0,71**	-						
11. İletişim	-0,40**	0,27**	-0,35**	0,20**	-0,43**	0,47**	0,55**	0,21**	0,72**	0,46**	-					
12. Doyum	-0,46**	0,34**	-0,37**	0,35**	-0,38**	0,48**	0,53**	0,24**	0,95**	0,58**	0,59**	-				
13. Kaçınma	-0,36**	0,25**	-0,25**	0,35**	-0,26**	0,48**	0,46**	0,35**	0,79**	0,46**	0,47**	0,64**	-			
14. Dokunma	-0,31**	0,34**	-0,37**	0,35**	-0,39**	0,48**	0,53**	0,24**	0,95**	0,58**	0,59**	1,00**	0,64**	-		

¹Yaşam Projesi Ölçeği; ²Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II; ³Golombok – Rust Cinsel Doyum Ölçeği *p<0,05; **p<0,0

Tabloya göre; tüm bireyler için YPÖ ile YİYE-II ve YİYE_II'nin kaçınmacı bağlanma ile kaygılı bağlanma alt boyutları arasında; GRDCÖ ile ve GRDCÖ'nün ilişkinin sıklığı, doyum, kaçınma ve dokunma alt boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YİYE-II'nin kaçınmacı bağlanma alt boyutu ile GRDCÖ'nün ilişkinin sıklığı alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. Bunlar dışında araştırmada kullanılan ölçeklerin toplam puanları ve alt boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır.



Tablo 6. Erkeklere Ait Ölçek Puanları İçin Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar

Ölçekler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. YPO ¹	-															
2. Pışmanlık	-0,66**	-														
3. Aktivasyon	0,78**	-0,51**	-													
4. Hiçlik	-0,72**	0,52**	-0,30**	-												
5. Umut	0,78**	-0,44**	0,65**	-0,25**	-											
6. YİYE-II ²	-0,45**	0,36**	-0,37**	0,37**	-0,34**	-										
7. Kaçınmacı Bağlanma	-0,46**	0,18**	-0,16*	0,25**	-0,16*	0,76**	-									
8. Kaygılı Bağlanma	-0,25**	0,39**	-0,41**	0,40**	-0,37**	0,88**	0,36**	-								
9. GRCDÖ ³	-0,37**	0,33**	0,31**	0,24**	-0,33**	0,44**	0,51**	0,16*	-							
10. İlişkinin Sıklığı	-0,16*	0,12	-0,15*	0,10	-0,12	0,19**	0,29**	-0,02	0,55**	-						
11. İletişim	-0,37**	0,31**	-0,35**	0,15*	-0,42**	0,39**	0,52**	0,06	0,66**	0,44**	-					
12. Doyum	-0,36**	0,33**	-0,29**	0,26**	-0,30**	0,38**	0,45**	0,13	0,74**	0,48**	0,53**	-				
13. Kaçınma	-0,30**	0,19**	-0,23**	0,22**	-0,24**	0,28**	0,29*	0,14*	0,79**	0,32**	0,35**	0,48**	-			
14. Dokunma	-0,28**	0,17*	-0,26**	0,12	-0,29**	0,32**	0,34**	0,17*	0,80**	0,34**	0,52**	0,51**	0,68**	-		
15. Erken Boşalma	-0,23**	0,14*	-0,09	0,24**	-0,17*	0,31**	0,36**	0,12	0,69**	0,34**	0,39**	0,41**	0,47**	0,43**	-	
16. Empotans	-0,25**	0,18*	-0,24**	0,17*	-0,22**	0,31**	0,32**	0,16*	0,78**	0,31**	0,41**	0,43**	0,66**	0,64**	0,52*	-
¹ Yaşam Projesi Ölçeği;																
² Yakın İlişkilerde Yaşantılar																
Envanteri-II;																
³ Golombok – Rust Cinsel Doyum Ölçeği																
<0,05; **p<0,01																

Tabloya göre; erkek bireyler için YPÖ ile pişmanlık alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı ve yüksek ilişki ($r=-,66$; $p<,01$); aktivasyon alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve yüksek ilişki ($r=,78$; $p<,01$); hiçlik alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı ve yüksek ilişki ($r=-,72$; $p<,01$); umut alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve yüksek ilişki ($r=,78$; $p<,01$); YİYE-II arasında negatif yönlü, anlamlı olmayan ve çok düşük ilişki ($r=-,02$; $p>,05$); YİYE-II'nin kaygılı bağlanma alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı olmayan ve çok düşük ilişki ($r=,05$; $p>,05$); kaçınmacı bağlanma alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı olmayan ve çok düşük ilişki ($r=-,06$; $p>,05$); GRCDÖ arasında negatif yönlü, anlamlı olmayan ve çok düşük ilişki ($r=-,06$; $p>,05$); GRCDÖ'nün ilişkinin sıklığı alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı olmayan ve çok düşük ilişki ($r=-,03$; $p>,05$); iletişim alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı düşük ilişki ($r=-,19$; $p<,01$); doyum alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı olmayan ve çok düşük ilişki ($r=-,03$; $p>,05$); kaçınma alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı olmayan ve çok düşük ilişki ($r=-,05$; $p>,05$); dokunma alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki ($r=-,16$; $p<,05$); erken boşalma alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı olmayan ve çok düşük ilişki ($r=,04$; $p>,05$); empotans alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı olmayan ve çok düşük ilişki ($r=-,07$; $p>,05$) bulunmaktadır.

4.2.3. Kadınlara Ait Ölçek Puanları İçin Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar.

Tablo 7. Kadınlara Ait Ölçek Puanları İçin Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar

Ölçekler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. YPÖ ¹	-															
2. Pişmanlık	-0,60**	-														
3. Aktivasyon	0,79**	-0,44**	-													
4. Hiçlik	-0,68**	0,56**	-0,31**	-												
5. Umut	0,79**	-0,32**	0,64**	-0,22**	-											
6. YİYE-II ²	-0,40**	0,35**	-0,36**	0,34**	-0,28**	-										
7. Kaçınmacı Bağlanma	-0,35**	0,29**	-0,31**	0,30**	-0,28**	0,86**	-									
8. Kaygılı Bağlanma	0,30**	0,29**	-0,29**	0,26**	-0,17*	0,79**	0,36**	-								
9. GRCDÖ ³	-0,38**	0,28**	-0,30**	0,32**	-0,32**	0,49**	0,53**	0,25**	-							
10. İlişkinin Sıklığı	-0,31**	0,25**	-0,27**	0,28**	-0,18**	0,25**	0,29**	0,10	0,59**	-						
11. İletişim	-0,24**	0,15*	-0,28**	0,12	-0,26**	0,37**	0,42**	0,16*	0,68**	0,38**	-					
12. Doyum	-0,38**	0,27**	-0,32**	0,30**	-0,31**	0,42**	0,43**	0,25**	0,81**	0,49**	0,44**	-				
13. Kaçınma	-0,35**	0,26**	-0,27**	0,32**	-0,24**	0,43**	0,42**	0,28**	0,77**	0,45**	0,41**	0,52**	-			
14. Dokunma	-0,19**	0,11	-0,09	0,18**	-0,22**	0,36**	0,43**	0,13	0,81**	0,36**	0,53**	0,53**	0,57**	-		
15. Vajinismus	-0,15*	0,23**	-0,12	0,17*	-0,11	0,27**	0,29**	0,14*	0,56**	0,20**	0,24**	0,35**	0,34**	0,35**	-	
16. Anorgasmi	-0,30**	0,17*	-0,21**	0,26**	-0,27**	0,33**	0,37**	0,17*	0,79**	0,33**	0,52**	0,69**	0,49**	0,60**	0,28**	-

Yaşam Projesi Ölçeği; ²Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II; ³Golombok – Rust Cinsel Doyum Ölçeği *p<0,05; **p<0,01

Tabloya göre; kadın bireyler için YPÖ'nün pişmanlık alt boyutu ile GRDCÖ'nün dokunma alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YPÖ'nün aktivasyon alt boyutu ile GRDCÖ'nün dokunma ve vajinismus alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YPÖ'nün hiçlik alt boyutu ile GRDCÖ'nün iletişim alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YPÖ'nün umut alt boyutu ile GRDCÖ'nün vajinismus alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. YİYE-II'nin kaygılı bağlanma alt boyutu ile GRDCÖ'nün ilişkinin sıklığı ve dokunma alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. Bunlar dışında araştırmada kullanılan ölçeklerin kadın formlarının toplam puanları ve alt boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır.

4.3. ÇOKLU REGRESYON ANALİZİ VERİLERİ

4.3.1 Çoklu Regresyon Analizi Varsayımlarından Normalliğin Test

Edilmesi.

Çoklu doğrusal regresyon analizinin varsayımlarını test etmek için normallik analizi yapılmıştır ve aşağıda sonuç tablosu ve raporuna yer verilmiştir.

Tablo 8. Ölçeklerin Alt Boyutlarından Elde Edilen Puanların Normallik Analizi

Değişken	n	Minimum Değer	Maksimum Değer	$\bar{X}$	ss	Çarpıklık İstatistik	Basıklık SH	İstatistik	SH
Kaçımacı Bağlanma	215	38	148	91,39	21,68	-0,17	0,17	-0,51	0,33
Kaygılı Bağlanma	215	47	133	85,07	15,63	0,20	0,17	0,12	033
Pişmanlık	215	10	60	28,79	8,43	0,71	0,17	0,90	0,33
Aktivasyon	214	13	49	29,51	7,32	0,20	0,17	-0,36	0,33
Hiçlik	215	12	50	18,88	6,97	1,84	0,17	4,06	0,33
Umut	215	18	60	40,87	9,91	-0,17	0,17	-0,41	0,33
İlişkinin Sıklığı	215	0	16	7,00	3,36	0,14	0,17	-0,13	0,33
İletişim	215	0	16	6,00	3,73	0,44	0,17	-0,41	0,33

Doyum	215	0	31	10,01	5,85	0,65	0,17	0,53	0,33
Kaçınma	215	0	24	6,40	5,21	1,09	0,17	0,80	0,33
Dokunma	215	0	22	5,89	5,30	0,90	0,17	0,10	0,33

Tabloya göre kaçınmacı bağlanma alt ölçeğinden alınan puanlar 38 ile 148 arasında değişmektedir ve ortalaması 91,39'dur (ss=21,68). Kaçınmacı bağlanma alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri -0,17 (SH=0,17) ve basıklık değeri -0,51'dir (SH=0,33). Kaygılı bağlanma alt ölçeğinden alınan puanlar 47 ile 133 arasında değişmektedir ve ortalaması 85,07'dir (ss=15,63). Kaygılı bağlanma alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri 0,20 (SH=0,17) ve basıklık değeri 0,12'dir (SH=0,33). Pişmanlık alt ölçeğinden alınan puanlar 10 ile 60 arasında değişmektedir ve ortalaması 28,79'dur (ss=8,43). Pişmanlık alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri 0,71 (SH=0,17) ve basıklık değeri 0,90'dır (SH=0,33). Aktivasyon alt ölçeğinden alınan puanlar 13 ile 49 arasında değişmektedir ve ortalaması 29,51'dir (ss=7,32). Aktivasyon alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri 0,20 (SH=0,17) ve basıklık değeri -0,36'dır (SH=0,33). Hiçlik alt ölçeğinden alınan puanlar 12 ile 50 arasında değişmektedir ve ortalaması 18,88'dir (ss=6,97). Hiçlik alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri 1,84 (SH=0,17) ve basıklık değeri 4,06'dır (SH=0,33). Umut alt ölçeğinden alınan puanlar 18 ile 60 arasında değişmektedir ve ortalaması 40,87'dir (ss=9,91). Umut alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri -0,17 (SH=0,17) ve basıklık değeri -0,41'dir (SH=0,33). İlişkinin sıklığı alt ölçeğinden alınan puanlar 0 ile 16 arasında değişmektedir ve ortalaması 7,00'dir (ss=3,36). İlişkinin sıklığı alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri 0,14 (SH=0,17) ve basıklık değeri -0,13'tür (SH=0,33). İletişim alt ölçeğinden alınan puanlar 0 ile 16 arasında değişmektedir ve ortalaması 6,00'dir (ss=3,73). İletişim alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri 0,44 (SH=0,17) ve basıklık değeri -0,41'dir (SH=0,33). Doyum alt ölçeğinden alınan puanlar 0 ile 31 arasında değişmektedir ve ortalaması 10,01'dir (ss=5,85). Doyum alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri 0,65 (SH=0,17) ve basıklık değeri 0,53'tür (SH=0,33). Kaçınma alt ölçeğinden alınan puanlar 0 ile 24 arasında değişmektedir ve ortalaması 6,40'tır (ss=5,21). Kaçınma alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık

değeri 1,09 (SH=0,17) ve basıklık değeri 0,80'dir (SH=0,33). Dokunma alt ölçeğinden alınan puanlar 0 ile 22 arasında değişmektedir ve ortalaması 5,89'dur (ss=5,30). Dokunma alt ölçeği puanlarına ait dağılımın çarpıklık değeri 0,90 (SH=0,17) ve basıklık değeri 0,10'dur (SH=0,33). Alt ölçeklerden hiçlik hariç diğerlerine ait puanlar normal dağılım göstermektedir. Böylelikle çoklu doğrusal regresyonun varsayımlarından normallik varsayımı sağlanmıştır. Normal dağılım göstermeyen veriler için ise çoklu doğrusal regresyon analizi yapılabilir ancak güvenilirlik düşmektedir.

4.3.2. Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları

4.3.2.1. Bağımsız Değişkenlerin Hiyerarşik Olarak Cinsel Doyumu

Yordamasına Dair Regresyon Analizi Sonuçları.

4.3.2.1.1. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun İlişkinin Sıklığı Alt

Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait

Sonuçlar.

Tablo 9. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun İlişkinin Sıklığı Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	Düzeltilmiş R ²	ΔR^2	F	p
Kaçınmacı*Kaygılı	0,35	0,12	0,13	15,14	0,00*
Kaçınmacı*Kaygılı*	0,40	0,14	0,04	6,69	0,00*
Pişmanlık*Aktivasyon*Hiçlik*Umut					

*p<0,001

Yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt boyutları ile yaşam projesi ölçeğinin alt boyutlarının cinsel doyumun ilişkinin sıklığı alt boyutu açıklama gücünü belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile ilişkinin sıklığı arasındaki çoklu ilişki orta düzey (R=0,35) ve açıklama oranı %12'dir. Kurulan bu çoklu regresyon modeli

istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(2,211)=15,14$; $p<0,001$). Kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma, pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut ile ilişkinin sıklığı arasındaki çoklu ilişki orta düzeydir ($R=0,40$) ve açıklama oranı %14'tür. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(6,207)=6,69$; $p<0,001$).

Tablo 10. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan İlişkinin Sıklığı Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar

Bağlanma Stilleri	β	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	p
Sabit	3,66	1,28	-	2,85	0,01*
Kaçınmacı	0,06	0,01	0,39	5,45	0,00**
Kaygılı	-0,03	0,02	-0,12	-1,67	0,10
Sabit	5,31	2,22	-	2,40	0,02
Kaçınmacı	0,05	0,01	0,30	3,94	0,00**
Kaygılı	-0,04	0,02	-0,16	-2,23	0,03
Pişmanlık	0,03	0,03	0,06	0,76	0,45
Aktivasyon	-0,05	0,04	-0,12	-1,25	0,21
Hiçlik	0,05	0,04	0,11	1,44	0,15
Umut	0,01	0,03	0,01	0,11	0,91

* $p<0,01$; ** $p<0,001$

Regresyon analizi sonucu elde edilen parametreler incelendiğinde standardize edilmiş regresyon katsayına göre yordayıcı değişkenlerin, ilişkinin sıklığı yordanan değişkeni üzerindeki önem sırasının kaçınmacı bağlanma ($\beta=0,30$; $t=3,94$; $p<0,001$); kaygılı bağlanma ($\beta=-0,16$; $t=-2,23$; $p<0,05$); aktivasyon ($\beta=-0,12$; $t=-1,25$; $p>0,05$); hiçlik ($\beta=0,11$; $t=1,44$; $p>0,05$); pişmanlık ($\beta=0,06$; $t=0,76$; $p>0,05$) ve umut ($\beta=0,01$; $t=0,11$; $p>0,05$) olduğu görülmektedir. Kaçınmacı bağlanma ve kaygılı bağlanma bağımsız değişkenlerinin ilişkinin sıklığı alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir. Dolayısıyla, YPÖ'nin alt boyutlarının sıklık boyutunda açıklanan varyansa istatistiksel olarak anlamlı katkı yapamadığı anlaşılmaktadır.

4.3.2.1.2. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun İletişim Alt

Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait

Sonuçlar.

Tablo 11. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun İletişim Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	Düzeltilmiş R ²	ΔR^2	F	p
Kaçınmacı*Kaygılı	0,54	0,28	0,29	43,23	0,00*
Kaçınmacı*Kaygılı* Pişmanlık*Aktivasyon*Hiçlik*Umut	0,59	0,33	0,06	18,72	0,00*

*p<0,001

Yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt boyutları ile yaşam projesi ölçeğinin alt boyutlarının cinsel doyumun iletişim alt boyunu açıklama gücünü belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile iletişim arasındaki çoklu ilişki orta düzey (R=0,54) ve açıklama oranı %28'dir. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır (F(2,211)=43,23; p<0,001). Kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma, pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut ile iletişim arasındaki çoklu ilişki orta düzeydir (R=0,59) ve açıklama oranı %33'tür. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır (F(6,207)=18,72; p<0,001).

Tablo 12. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan İletişim Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar

Bağlanma Stilleri	β	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	P
Sabit	-1,87	1,28	-	-1,46	0,15
Kaçınmacı	0,10	0,01	0,56	8,67	0,00**
Kaygılı	-0,01	0,02	-0,05	-0,71	0,48
Sabit	3,90	2,17	-	1,82	0,07
Kaçınmacı	0,08	0,01	0,47	6,86	0,00**
Kaygılı	-0,01	0,02	-0,05	-0,84	0,40
Pişmanlık	0,01	0,03	0,01	0,19	0,85
Aktivasyon	-0,00	0,04	-0,001	-0,03	0,98
Hiçlik	-0,01	0,04	-0,03	-0,36	0,72
Umut	-0,10	0,03	-0,26	-3,38	0,01*

*p<0,01; **p<0,001; ***=0,001

Regresyon analizi sonucu elde edilen parametreler incelendiğinde standardize edilmiş regresyon katsayına göre yordayıcı değişkenlerin, iletişim yordanan değişkeni üzerindeki önem sırasının kaçınmacı bağlanma ($\beta=0,47$; $t=6,86$; $p<0,001$); umut ($\beta=-0,26$; $t=-3,38$; $p<0,01$); kaygılı bağlanma ($\beta=-0,05$; $t=-0,84$; $p>0,05$); hiçlik ($\beta=-0,03$; $t=-0,36$; $p>0,05$); pişmanlık ($\beta=0,01$; $t=0,19$; $p>0,05$) ve aktivasyon ($\beta=-0,001$; $t=-0,03$; $p>0,05$) olduğu görülmektedir. Kaçınmacı bağlanma ve umut bağımsız değişkenlerinin iletişim alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

4.3.2.1.3. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Doyum Alt

Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait

Sonuçlar.

Tablo 13. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Doyum Alt Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	Düzeltilmiş R ²	ΔR^2	F	p
Kaçınmacı*Kaygılı	0,52	0,27	0,27	38,77	0,00*
Kaçınmacı*Kaygılı* Pişmanlık*Aktivasyon*Hiçlik*Umut	0,58	0,32	0,07	17,51	0,00*

*p<0,001

Yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt boyutları ile yaşam projesi ölçeğinin alt boyutlarının cinsel doyumun doyum alt boyunu açıklama gücünü belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile doyum arasındaki çoklu ilişki orta düzey ($R=0,52$) ve açıklama oranı %27'dir. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(2,211)=38,77$; $p<0,001$). Kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma, pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut ile doyum arasındaki çoklu ilişki orta düzeydir ($R=0,58$) ve açıklama oranı %32'dir. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(6,207)=17,51$; $p<0,001$).

Tablo 14. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan Doyum Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar

Bağlanma Stilleri	β	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	p
Sabit	-3,01	2,04	-	-1,47	0,14
Kaçınmacı	0,14	0,02	0,51	7,88	0,00**
Kaygılı	0,00***	0,02	0,01	0,14	0,89
Sabit	3,34	3,44	-	0,97	0,33
Kaçınmacı	0,11	0,02	0,39	5,69	0,00**
Kaygılı	-0,01	0,02	-0,03	-0,52	0,61
Pişmanlık	0,02	0,05	0,03	0,41	0,68
Aktivasyon	-0,05	0,07	-0,06	-0,74	0,46
Hiçlik	0,13	0,06	0,15	2,22	0,03*
Umut	-0,09	0,05	-0,15	-1,85	0,07

*p<0,01; **p<0,001; ***=0,001

Regresyon analizi sonucu elde edilen parametreler incelendiğinde standardize edilmiş regresyon katsayısına göre yordayıcı değişkenlerin, doyum yordanan değişkeni üzerindeki önem sırasının kaçınmacı bağlanma ($\beta=0,39$; $t=5,69$; $p<0,001$); hiçlik ($\beta=0,15$; $t=2,22$; $p<0,05$) ve umut ($\beta=-0,15$; $t=-1,85$; $p>0,05$); aktivasyon ($\beta=-0,06$; $t=-0,74$; $p>0,05$); kaygılı bağlanma ($\beta=-0,03$; $t=-0,52$; $p>0,05$) ve pişmanlık ($\beta=0,03$; $t=0,41$; $p>0,05$) olduğu görülmektedir. Kaçınmacı bağlanma ve hiçlik bağımsız değişkenlerinin doyum alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

4.3.2.1.4. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Kaçınma Alt

Boyutunun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait

Sonuçlar.

Tablo 15. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Kaçınma Alt Boyutun Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	Düzeltilmiş R^2	ΔR^2	F	p
Kaçınmacı*Kaygılı	0,48	0,22	0,23	31,27	0,00*
Kaçınmacı*Kaygılı*	0,52	0,25	0,04	12,62	0,00*
Pişmanlık*Aktivasyon*Hiçlik*Umut					

*p<0,001

Yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt boyutları ile yaşam projesi ölçeğinin alt boyutlarının cinsel doyumun kaçınma alt boyunu açıklama gücünü belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile kaçınma arasındaki çoklu ilişki orta düzey ($R=0,48$) ve açıklama oranı %22'dir. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(2,211)=31,27$; $p<0,001$). Kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma, pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut ile kaçınma arasındaki çoklu ilişki orta düzeydir ($R=0,52$) ve açıklama oranı %25'tir. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(6,207)=12,62$; $p<0,001$).

Tablo 16. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan Kaçınma Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar

Bağlanma Stilleri	β	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	p
Sabit	-6,80	1,88	-	-3,63	0,00**
Kaçınmacı	0,09	0,02	0,38	5,70	0,00**
Kaygılı	0,06	0,02	0,17	2,48	0,01
Sabit	-4,93	3,23	-	-1,53	0,013
Kaçınmacı	0,08	0,02	0,31	4,36	0,00**
Kaygılı	0,05	0,02	0,14	2,02	0,05***
Pişmanlık	-0,03	0,05	-0,05	-0,68	0,50
Aktivasyon	-0,01	0,06	-0,01	-0,10	0,92
Hiçlik	0,16	0,05	0,21	2,96	0,00*
Umut	-0,03	0,04	-0,06	0,77	0,44

*p<0,01; **p<0,001; ***p<0,05

Regresyon analizi sonucu elde edilen parametreler incelendiğinde standardize edilmiş regresyon katsayına göre yordayıcı değişkenlerin, kaçınma yordanan değişkeni üzerindeki önem sırasının kaçınmacı bağlanma ($\beta=0,31$; $t=4,36$; $p<0,001$); hiçlik ($\beta=0,21$; $t=2,96$; $p<0,01$); kaygılı bağlanma ($\beta=0,14$; $t=2,02$; $p<0,05$); umut ($\beta=-0,06$; $t=-0,77$; $p>0,05$); pişmanlık ($\beta=-0,05$; $t=-0,68$; $p>0,05$) ve aktivasyon ($\beta=-0,01$; $t=-0,10$; $p>0,05$) olduğu görülmektedir. Kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma ve hiçlik bağımsız değişkenlerinin kaçınma alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

4.3.2.1.5. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Dokunma Alt

Boyutun Puanlarını Açıklama Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait

Sonuçlar.

Tablo 17. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Dokunma Alt Boyutun Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	Düzeltilmiş R ²	ΔR^2	F	P
Kaçınmacı*Kaygılı	0,50	0,24	0,25	34,36	0,00*
Kaçınmacı*Kaygılı*	0,52	0,25	0,03	12,92	0,00*
Pişmanlık*Aktivasyon*Hiçlik*Umut					

*p<0,001

Yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt boyutları ile yaşam projesi ölçeğinin alt boyutlarının cinsel doyumun dokunma alt boyunu açıklama gücünü belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile dokunma arasındaki çoklu ilişki orta düzey (R=0,50) ve açıklama oranı %24'tür. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır (F(2,211)=34,36; p<0,001). Kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma, pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut ile dokunma arasındaki çoklu ilişki orta düzeydir (R=0,52) ve açıklama oranı %25'tir. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır (F(6,207)=12,92; p<0,001).

Tablo 18. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyumun Alt Boyutu Olan Dokunma Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar

Bağlanma Stilleri	β	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	P
Sabit	-6,49	1,89	-	-3,44	0,00*
Kaçınmacı	0,11	0,02	0,46	6,97	0,00**
Kaygılı	0,02	0,02	0,07	1,02	0,31
Sabit	-3,38	3,27	-	-1,03	0,30
Kaçınmacı	0,10	0,02	0,42	5,79	0,00**
Kaygılı	0,02	0,02	0,07	0,99	0,33
Pişmanlık	-0,02	0,05	-0,04	-0,48	0,63
Aktivasyon	0,07	0,06	0,10	1,18	0,24
Hiçlik	0,06	0,06	0,07	1,00	0,32
Umut	-0,11	0,04	-0,21	-2,49	0,01***

*p<0,01; **p<0,001; ***p<0,05

Regresyon analizi sonucu elde edilen parametreler incelendiğinde standardize edilmiş regresyon katsayısına göre yordayıcı değişkenlerin, dokunma yordanan değişkeni üzerindeki önem sırasının kaçınmacı bağlanma ($\beta=0,42$; $t=5,79$; $p<0,001$); umut ($\beta=-0,21$; $t=-2,49$; $p<0,05$); aktivasyon ($\beta=0,10$; $t=1,18$; $p>0,05$); hiçlik ($\beta=0,07$; $t=1,00$; $p>0,05$) ve kaygılı bağlanma ($\beta=0,07$; $t=0,99$; $p>0,05$) ve pişmanlık ($\beta=-0,04$; $t=-0,48$; $p>0,05$) olduğu görülmektedir. Kaçınmacı bağlanma ve umut bağımsız değişkenlerinin dokunma alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

Bu bölümde bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenin alt boyutları üzerindeki yordayıcı etkisine dair puanlara ve anlamlı yordayıcı boyutların hangileri olduğuna dair bilgiler aktarılmaktadır. Aşağıda bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken ile toplu olarak analize sokulmasından elde edilen verilerin tablolarına ve yorumuna yer verilmiştir.

4.3.2.1.6. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyum Puanlarını Açıklama

Gücü ve Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar

Tablo 19. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyum Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	Düzeltilmiş R ²	ΔR^2	F	P
Kaçınmacı*Kaygılı	0,57	0,32	0,33	51,44	0,00*
Kaçınmacı*Kaygılı* Pişmanlık*Aktivasyon*Hiçlik*Umut	0,63	0,38	0,07	22,33	0,00*

* $p<0,001$

Yakın ilişkilerde yaşantılar envanterinin alt boyutları ile yaşam projesi ölçeğinin alt boyutlarının cinsel doyumu açıklama gücünü belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile

doyum arasındaki çoklu ilişki yüksek düzey ($R=0,57$) ve açıklama oranı %32'dir. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(2,211)=51,44$; $p<0,001$). Kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma, pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut ile doyum arasındaki çoklu ilişki yüksektir ($R=0,63$) ve açıklama oranı %38'dir. Kurulan bu çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F(6,207)=22,33$; $p<0,001$).

Tablo 20. Bağımsız Değişkenlerin Cinsel Doyum Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar

Bağlanma Stilleri	β	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	T	P
Sabit	-11,02	6,78	-	-1,63	0,11
Kaçınmacı	0,53	0,06	0,56	9,00	0,00*
Kaygılı	0,03	0,08	0,02	0,32	0,75
Sabit	10,96	11,37	-	0,96	0,34
Kaçınmacı	0,42	0,06	0,44	6,75	0,00*
Kaygılı	-0,03	0,08	-0,02	-0,33	0,74
Pişmanlık	0,04	0,17	0,02	0,24	0,81
Aktivasyon	-0,16	0,22	-0,06	-0,72	0,47
Hiçlik	0,46	0,19	0,16	2,39	0,02**
Umut	-0,30	0,15	-0,15	-1,96	0,05**

* $p<0,001$; ** $p<0,05$

Regresyon analizi sonucu elde edilen parametreler incelendiğinde standardize edilmiş regresyon katsayına göre yordayıcı değişkenlerin, cinsel doyum yordanan değişkeni üzerindeki önem sırasının kaçınmacı bağlanma ($\beta=0,44$; $t=6,75$; $p<0,001$); hiçlik ($\beta=0,16$; $t=2,39$; $p<0,05$); umut ($\beta=-0,15$; $t=-1,96$; $p<0,05$); aktivasyon ($\beta=-0,06$ $t=-0,72$; $p>0,05$); kaygılı bağlanma ($\beta=-0,02$; $t=-0,33$; $p>0,05$) ve pişmanlık ($\beta=0,02$; $t=0,24$; $p>0,05$) olduğu görülmektedir. Kaçınmacı bağlanma, hiçlik ve umut bağımsız değişkenlerinin cinsel doyumun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

5. BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde, bir önceki bölümde yapılan analizler sonucu elde edilen bulguların, konuyla ilgili alanyazın çerçevesinde tartışma ve yorumuna yer verilmiştir.

İlgili alanyazın incelendiğinde, bağlanma stilleri, ontolojik iyi oluş ve cinsel doyum değişkenlerinin birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle araştırmadan elde edilen bulgular, benzer çalışmalarla ilişkilendirilerek tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Araştırmada öncelikle demografik değişkenler tablo şeklinde araştırmanın verileri olarak gösterilmiştir. Araştırma çerçevesinde demografik değişkenler üzerinden bulguların farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmamıştır. Yapılan korelasyon ve varyasyon analizleri, çiftlerden toplanan punların toplamı üzerinden yapılmıştır. Araştırmanın öneminde de vurgu yapıldığı üzere araştırmanın, psikoterapi alanında ve bağlanma stilleri gibi görece dirençli yapılarla çalışmada yeni ve kolaylaştırıcı modeller için yol açıcı sonuçlar getireceği düşünülmüştür. Analizlerin ardından bu varsayımın doğrulandığını söylemek yanlış olmayacaktır. Aşağıda çalışmanın hipotezinden hareketle cevap aranmış problemlerin istatistiki veriler ve alanyazında yapılan çalışmalarla birlikte öncelikle tek tek özet yorumuna ve daha sonra önceki çalışmalar üzerinden tartışılmasına yer verilmiştir.

Hipotez: Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeylerinin çiftlerin bağlanma stilleri (kaygılı, kaçınan) üzerine cinsel doyumda açıklanan varyansa istatistiksel olarak anlamlı katkısı vardır. Araştırmanın hipotezinin bağımlı değişkenin kadın ve erkek örnekleminde ortak olan 5 cinsel doyum boyutu üzerinde belirgin biçimde doğrulandığı söylenebilir.

Problem1: Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumlarını etkiler.

Bu problem ele alınırken, (bulgular kısmında ayrıntılı olarak verilmiştir) bağlanma stilleri ve ontolojik iyi oluş bağımsız değişkenlerinin tüm boyutları cinsel doyum üzerine birlikte analize sokulmuştur. Model üzerinden istatistiki olarak anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır. Bağımsız değişkenler ile bağımlı değişkenin arasındaki ilişkinin yüksek olduğu görülmüştür. Kaçınmacı bağlanma, hiçlik ve umut bağımsız değişkenlerinin cinsel doyumun anlamlı yordayıcıları olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sürece YPÖ'nin boyutları dâhil edildiğinde, açıklama oranının %32'den %38'e yükseldiği görülmektedir.

Problem 2: Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda ilişkinin sıklığını etkiler.

Bu probleme dair yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile ilişkinin sıklığı arasındaki çoklu ilişki orta düzey olduğu ve açıklama oranının %12 olduğu görülmektedir. Sürece YPÖ'nün boyutları dâhil edildiğinde açıklama oranının %14'e yükseldiği görülmektedir. Regresyon analizi sonuçlarına göre, YPÖ'nün alt boyutları olan pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut boyutlarının, cinsel doyumun ilişkinin sıklığı alt boyutunun tek tek istatistiksel olarak anlamlı yordayıcıları olmadığı görülmüştür. Fakat YPÖ'nün bütün boyutları birden analize dâhil edildiğinde anlamlılıkta %2 lik artış görülmüştür.

Problem 3: Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda iletişimi etkiler.

Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile iletişim arasındaki çoklu ilişki orta düzey ve açıklama oranı %28'dir. Analize YPÖ'nün pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut alt boyutları eklendiğinde bağımsız değişkenler ve bağımlı değişkenin iletişim boyutu arasındaki çoklu ilişki orta düzey ve açıklama oranının %33'e yükseldiği görülmektedir. Analiz sonuçlarına göre kaçınmacı bağlanma ve umut bağımsız değişkenlerinin iletişim alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

Problem 4: Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda doyumu etkiler.

YIYE II envanterinin alt boyutları ile YPÖ'nün alt boyutlarının cinsel doyumun doyum alt boyunu açıklama gücünü belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile doyum arasındaki çoklu ilişkinin orta düzey olduğu görülmektedir. YPÖ boyutları sürece dahil edildiğine açıklama oranının %27'den %33'e yükseldiği tespit edilmiştir. Kaçınmacı bağlanma ve hiçlik bağımsız değişkenlerinin doyum alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

Problem 5: Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda kaçınmayı etkiler.

Bu problemten hareketle yapılan çoklu regresyon analizinde kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile kaçınma arasındaki ilişki orta düzeydedir ve açıklama oranı %22'dir. Kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma, pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut ile kaçınma arasındaki çoklu ilişki yine orta düzeydir açıklama oranı %25'e yükselmiştir. Kaçınmacı bağlanma, kaygılı bağlanma ve hiçlik bağımsız değişkenlerinin kaçınma alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

Problem 6: Evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeyleri çiftlerin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumda dokunmayı etkiler.

Problemin doğruluğunu belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre kaçınmacı ve kaygılı bağlanma ile dokunma arasındaki ilişki orta düzeydir. YPÖ boyutları sürece dahil edildiğinde açıklama oranı %24'ten %25'e yükselmiştir. Kaçınmacı bağlanma ve umut bağımsız değişkenlerinin dokunma alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu söylenebilir.

Yukarıda özet olarak verilen araştırma problemlerine dair bulgular çerçevesinde literatüre bakıldığında bağlanma stilleri ve cinsel doyumun çalışıldığı araştırmalar olduğu ve fakat konuya odaklanan araştırmaların henüz yeterli sayıda olmadığı göze çarpmaktadır. Bununla birlikte ontolojik iyi oluşun bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumun alt boyutu olan iletişime etkisini model olarak çalışan başka bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu durum göz önünde bulundurularak,

yapılan bu çalışma, alanyazındaki benzer araştırmalar ve bulguları ışığında tartışılacaktır. Türkiye’de ve yurt dışında bağlanma stilleri ile ilgili çok sayıda araştırma yapıldığı göze çarpmaktadır. Bununla birlikte bağlanma stilleri ve cinsel doyum arasındaki ilişkinin çalışıldığı araştırmalar henüz yeterli sayıda değildir. Ontolojik iyi oluş, bağlanma stilleri ve cinsel doyum üçlüsü düşünüldüğünde de bu çalışma ilk olma özelliği göstermektedir.

Bağlanma stilleri ve cinsel doyum ilişkisi bağlamında bu araştırmanın bulgularına göre, kaçınmacı bağlananların özellikle cinsel doyumda ilişkinin sıklığı boyutu söz konusu olduğunda daha sık ilişkiye girdikleri, kaygılı bağlananların ise yine aynı boyut üzerinden analiz sonuçları değerlendirildiğinde ilişkiye girme sıklıklarının daha düşük olduğu söylenebilir. Ulaşılan sonucun sonraki paragraflarda alıntılanarak tartışılmış olan geçmiş araştırmalarca desteklendiği görülmektedir. Literatürde cinselliğin eksikliğinin, doyumunu olumsuz anlamda etkilediği belirtilmektedir (İncesu,2014).

Bağlanma stillerinin cinsel doyuma etkisi ile ilgili literatür incelendiğinde; Güvenli bağlanan kişilerin daha doyurucu cinsel ilişkisi olduğu ve bunun getirisi olarak da evlilik doyumlarının da yüksek olduğu (Butzer ve Campbell, 2008), buna karşın kaygılı ve kaçınmacı bağlanan kişilerin daha az cinsel tatmin yaşayıp düşük cinsel doyuma sahip oldukları bulunmuştur (Clymer, Ray, Trepper ve Pierce, 2006). Ayatollahi (2014), kaçınmacı bağlanma stili olan kişilerin daha fazla cinsel doyum yaşadığını kaygılı bağlanma stiline sahip olan kişilerin ise daha az cinsel doyum yaşadıklarını bulmuştur. Bu çalışmada da aynı şekilde kaçınmacı stilin, hiçlikle birlikte cinsellikte doyumun anlamlı yordayıcısı olduğu tesbit edilmiştir. Peloquine, Brassard, Delisle ve Bedard (2013)’a göre kaçınmacı bağlanma stiline sahip kişilerin ilişkilerinde daha ilgilidir, bu kişiler daha fazla cinsellik yaşadııkları için cinsel doyumları da buna bağlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Kaygılı bağlanan kişilerin ise ilişkilerini fazla kontrol ettikleri ve cinselliliği güç elde etmek için kullandıkları, buna bağlı olarak kaygılı bağlanan kişilerin cinsel doyumlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Kaçınmacı stile sahip olan kişilerin kaygılı bağlananlara göre daha yüksek cinsel doyumunu olmasına

rağmen genel olarak araştırmaların büyük bir çoğunluğun da kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerinin güvenli bağlanma stiline göre cinsel doyumu olumsuz olarak etkilediği görülmektedir.

Birnbaum (2007), 24-67 yaş arasında 96 İsrailli kadın ile yaptığı çalışmasında kaçınmacı bağlanmaya sahip kişilerin eşlerine şefkatli ve sevecen olma, bağlanmayı sürdürme, heyecan, cinsel yakınlık ve cinsel uyarılma ile negatif ilişkiye sahip olduğu bulunmuş olup kaygılı bağlanan kadınların kaçınan ve güvenli bağlanan kişilere göre daha az cinsel doyum yaşadığı belirtilmiştir. Impett ve arkadaşları (2008) kaygılı bağlanan kişinin cinsel partnerini memnun etmek için cinsel ilişkiye girdiğini, kaçınmacı bağlanan kişilerin ise ilişkinin getireceği olumsuz sonuçlardan kaçınmak için aşklarını sadece cinsel ilişki ile ifade ettikleri bulunmuştur (Impett ve ark., 2008). Kaygılı bağlanmaya sahip kişiler terkedilme ya da reddedilmeye karşı fazla hassas ve kaygılı oldukları için bu kişilerin eşlerine çok fazla bağımlı oldukları ve düşük benlik algılarının olduğu bulunmuştur (Butzer ve Campbell, 2008). Yapılan bazı araştırmalara göre de, kaygılı bağlanma stiline sahip kişiler cinsel ilişkiyi eşleriyle duygusal yakınlık kurmak, terkedilme ve reddedilme kaygısına karşı rahatlamak ve ilişkilerindeki doyum için kullanırlar.

Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında; Çeri’ nin (2009) vajinismus tanısı ile başvuran 45 kadın ve eşi ile ve kontrol grubunu oluşturan 48 kadın ve eşi ile yaptığı araştırmada; tanı grubundaki kişilerin daha fazla kaygı taşıdığı, eşleri vajinismus olan erkeklerin kayıtsız bağlanma stiline sahip olduğu, vajinismus tanısı alan kadınların ise güvensiz bağlanma stiline sahip olduğu bulunmuştur. Yine Çakmak’ın (2011) kadın örnekleminde yaptığı, 60 kişilik vajinismus tanılı grubun ve 60 kişilik kontrol grubunun bağlanma ve cinsel işlevlere etkisinin karşılaştırıldığı çalışmasında, vajinismus olan kadınların kaygılı ve kaçınan bağlanmasının istatistiksel olarak anlamlı çıktığı, vajinismus olan kadınların vajinismus olmayanlara göre daha fazla güvensiz bağlandığı bulunmuştur. Kaygılı bağlanma vajinismus ile bağlantılı çıkarken, kaçınan bağlanma diğer cinsel işlev bozukluklarıyla bağlantılı çıkmıştır.

Yapılan çalışmanın kadın örneklemindeki korelasyon analizi bulgularına bakıldığında ise, kadınların kaygılı bağlanmasının kendi cinsel doyum alt faktörlerinden “kaçınma” ve “doyum” ile güçlü korelasyon gösterirken, “iletişim”, “vajinismus”, “anorgazmi” ile pozitif yönlü korelasyon görülmüştür. Buna göre kadının kaygılı bağlanması arttıkça yukarıdaki maddelerde de artış görülmektedir. Kadının kaçınan bağlanmasının kendi cinsel doyum alt faktörlerinden “dokunma”, “doyum”, “iletişim”, “anorgazmi”, “kaçınma”, “sıklık”, “vajinismus” arasında pozitif yönlü güçlü korelasyon bulunmuştur. Buna göre kadının kaçınan bağlanmasında artışın olması yukarıdaki maddelerde de artışa neden olmaktadır. Olumsuz boyut puanlarında artışın olması cinsel sorunların arttığını ve doyumun azaldığını göstermektedir.

Yapılan çalışmanın erkek örneklemindeki korelasyon analizi bulgularına bakıldığında ise, erkeklerin kaygılı bağlanmasının kendi cinsel doyum alt faktörlerinden “kaçınma”, “dokunma” ve “empotans” ile korelasyon gösterdiği görülmüştür. Buna göre erkeğin kaygılı bağlanması arttıkça yukarıdaki maddelerde de artış görülmektedir. Ekeğin kaçınan bağlanmasının kendi cinsel doyum alt faktörlerinden “ilişkinin sıklığı”, “dokunma”, “doyum”, “iletişim”, “empotans”, “kaçınma”, “erken boşalma” arasında pozitif yönlü güçlü korelasyon bulunmuştur. Buna göre erkeğin kaçınan bağlanmasında artışın olması yukarıdaki maddelerde de artışa da neden olmaktadır. Olumsuz boyut puanlarında artışın olması cinsel sorunların arttığını ve doyumun azaldığını göstermektedir.

Rust ve arkadaşlarının (1988) evlilikte mutsuzluk ve cinsel işlev bozuklukları arasındaki ilişkiyi araştırdıkları bir çalışmada, kadınlara göre erkeklerde evlilikte mutluluk ve cinsellik arasındaki ilişki, daha güçlü bulunmuştur (Rust, Golombok, Collier, 1988). Huston ve Vangelisti (1991) çekicilik, cinsel ilgi, negatif tavır ve evlilikte mutluluk faktörleri arasındaki ilişkiler üzerine boyamsal bir araştırma yapmışlardır. Bulgulara göre, kadınların cinsel ilgileri eşlerinin cinsel tatminleri ile ilişkili görülmüştür. Araştırmada cinsellik ve evlilikteki mutluluk arasındaki ilişkinin sanıldığından karmaşık olduğu neticesine

ulaşılmıştır. Newcomb ve arkadaşları (1983) kadın orgazmının partnerler arasındaki yakınlıkla ilişkili olduğunu göstermiştir. Morokoff ve Gilliland (1993) bir çalışmada, stres, cinsel işlev ve evlilikte mutluluk arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Evlilikte mutluluğun cinsel doyum, çiftlerin bunu algılayış biçimi ve cinsel ilişki sıklığı gibi etmenler ile pozitif yönde ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Olumsuz duygusal tepkilerin artışı, cinsel ilişki sıklığının ve doyumunun azalmasının da, evlilikte mutluluğu azalttığı görülmüştür (Morokoff ve Gilliland, 1993). Lief (1980) yaptığı çalışmada kadınlarda düzenli orgazm yaşamının düzenli orgazm olmamaya göre yaşam doyumu ve mutlulukta artışa neden olduğu sonucuna varmıştır. Donelly (1993)'nin yaptığı çalışmada cinsel doyumda azalmanın bireylerin evlilik doyumunu ve mutluluğunu azalttığı tesbit edilmiştir. Polat'ın (2006) yaptığı çalışmada evlilik içerisinde cinsel doyuma katkısı olan değişkenlerin mutluluk ve kararlılık olduğunu belirtmiştir. Literatürde yer alan bu araştırmalar ve bulguları, bu çalışmanın bulgularıyla örtüşüyor görünmektedir.

Kuşkusuz cinsel doyum evlilik doyumunun ayrılmaz bir parçasıdır. Fakat evlilik doyumunu konu edinen araştırmalar incelendiğinde cinsel doyuma özellikle eğilen çalışmaların yetersizliği ve konu ile ilgili bulguların kısıtlılığı hemen göze çarpmaktadır. Kişilerin cinsel doyumlarını (ve dolayısıyla evlilik doyumlarını) arttırmak için alternatif bir modele ulaşmayı amaçlayan bu çalışma, bağlanma stilleri gibi daha dirençli bir yapının üzerine öyküsel perspektiften, ontolojik iyi oluşta meydana getirilecek bir artışın cinsel doyum üzerindeki etkisine nedensel olarak bakmayı amaçlamaktadır. Yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların literatür ile örtüşür nitelikte olduğu görülmektedir. Özellikle YPÖ sürece dahil edildiğinde yordama puanlarının artıyor olması ile birlikte, adı geçen ölçeğin iki boyutunun yani umut ve hiçlik boyutlarının, özellikle bu araştırmanın hipotezi ve modeli çerçevesinde ön plana çıktığı ve varyansın bu boyutlar üzerinden daha fazla arttığı bulgulanmıştır.

Analiz sonuçlarına göre, GRCDÖ'nün ortak alt boyutlarından olan cinsellikte iletişim bağımlı değişkeninin anlamlı yordayıcılarından biri, YPÖ'nün alt boyutlarından olan umuttur. Bu araştırmanın bulguları GRCDÖ ölçeği alt

boyutu olan cinsellikte iletişim ile YPÖ alt boyutu olan umut değişkeni arasında orda düzey ters yönde ilişki bulunduğunu göstermektedir. Bu bulgu konunun felsefi arkaplanının yanısıra, umut değişkenine dair yapılan bazı araştırmalarda da çalışma bulgularıyla paralellik arz etmektedir.

Geleceği değerlendirme faktörü olarak “umut”, kişilik faktörleri arasında tecrübeye açık olmakla yüksek ilişkili bulunmuştur. Bu yaşamın gelecekte getireceklerine dair olumlu bir bakış ve yeni tecrübeler de açıklık demektir (Şimşek ve Kocayörük, 2012). Umut, Rick Snyder tarafından kavramsallaştırılmıştır. İki ana bileşen içerir; engellere rağmen hedeflere gidilecek yolları planlama becerisi ve bu yolları kullanmaya dair motivasyon veya girişim (Rand ve Cheavens, 2009; Snyder, 2000; Carr, 2016). Umut bu iki bileşenin toplamıdır. Umut, ulaşılabilir ve önemli amaçlar için mücadele etmenin enerjisidir (Hefferson ve Boniwell, 2018). Snyder ve diğerleri (1991) umudun, stres sürecinde ve başa çıkmada önemli rol oynadığını, zorlukların üstesinden gelmek için kendi yeterlikleri hakkında olumlu inançları olan kişilerin daha uyumlu olduklarını, Irving ve diğerleri (2004) ise umutlu düşüncenin bireylerin diğer değişkenleri de göz önüne alarak başa çıkma mekanizmalarını aktif olarak kullanmalarını sağladığını ifade etmişlerdir (Tarhan, Bacanlı 2016).

Özellikle felsefi literatürde çok fazla ele alınan umut, insanlığın uzun yıllardır tartışa geldiği bir konudur. İnsanda varoluş duygusunu umut oluşturmaktadır. Umut mutlak gerçekliğe götürecek olan bir varlık koşuludur. Kişi, umut yoluyla başkasına (ben-olmayana) açılmaya hazır bulunduğunu, kendisini tüm samimiyetiyle vererek başkasıyla bir ilişkiye girebileceğini gösterebileceği gibi, kendi ben’ini merkeze alıp, ben-olmayana kapılarını kapatarak, umut ve güven duygularından yoksun bir biçimde, çaresizliğe düşerek kendisini gerçekleştirmekten vazgeçebileceğinin ipuçlarını da verebilir (Renaux, 1994; Koç, 2008). Bu bağlamda umudun azalması ile birlikte cinsellikte iletişimin artması ya da tam tersi iletişimin azalmış olmasının umudun artması anlamını taşıması, bizi özelde cinsel ilişkide iletişimin ya da bütün olarak cinsel doyumun, bir iletişim ve yaşamda umudu arttırma yolu olduğunu düşünmeye sevk edebilir.

Denilebilir ki; adına sevgi denilen cinsel ilişki, daha çok nihai birliktelik deneyimini dışı vurmanın bir yolu olarak görülmelidir. (Frankl, 2013). Zira Robert C. Solomona göre cinsel arzunun sonu ya da hedefi kişiler arası iletişimidir (Shaffer, 2015). Tam da burada cinsel doyumda iletişimin yordayıcı değişkenlerinden birinin ters orantılı olarak umutken, diğerinin doğru orantılı olarak kaçınmacı bağlanma olması, kaçınmacı bağlanan bireylerin daha fazla cinsel ilişki arayışında oluşları ve yakınlığı bu şekilde sağlama yoluna gittikleriyle (Ayatollahi, 2013) örtüşüyor görülmektedir. Impett ve diğ. göre, kaçınan bağlanan kişilerin ilişkinin getireceği olumsuz sonuçlardan kaçınmak için aşklarını sadece cinsel ilişki ile ifade ettikleri bulunmuştur (Impett ve ark., 2008).

Şimşek ve Kocayörük (2012)' ün yaptıkları YPÖ faktör analizleri sonucunda, “hiçlik -nothingness” adı verilen varoluşsal bir boyut ortaya çıkmıştır ki bu da hiçbir ilerlemenin mümkün olmadığı bir durumda kendini bulmayı ifade eder. Bu boyut, yaşam projesinin mevcut koşullarının kişisel bir ölçekte kabul edildiğini yansıtmaktadır. Örneğin “yokluk” faktörü, kayıp, amaçsızlık, kaygı ve boşluk gibi duygulardan oluşur ve bu nedenle varoluşçuluğun felsefi kaynaklarında sunulan duyguları andırır. Sonuç olarak bu boyut yaşam amacıyla güçlü bir ilişkiye sahiptir.

Burada yapılan çalışmanın bulguları da hiçlik boyutu üzerinden istatistiki olarak anlamlı sonuçlar vermektedir. GRCDÖ'nün cinsellikte doyum, kaçınma ve dokunma alt boyutları ile YPÖ'nin hiçlik boyutu arasında orta düzey doğru orantılı ilişki olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmanın modeli hiyerarşik olduğundan, bağlanma stillerinin üzerine YPÖ boyutları eklendiğinde varyansın arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Buradan hareketle özellikle adı geçen boyutlarda hiçlik değişkeninin yüksek etkisinden bahsetmek mümkündür. İyi oluş literatüründe ontolojik iyi oluş modelinin yeni bir yaklaşım olmasından dolayı çalışma ile benzer bir araştırma yoktur. Bu bağlamda sonuç felsefi literatür üzerinden tartışılacaktır.

Heidegger'e göre ontik ve ontolojik olmak üzere iki varlık tartışma alanı vardır. Ontolojik alan, varlık (being) ile ilgili iken, ontik alan ise varolanla ve ona

dair olgulara dairdir (Heidegger, 2008). Bu bağlamda Heidegger'e göre pozitif bilimlerin ontik sorular sormaktadır. Dolayısıyla psikoloji gibi bireylere ve olgulara dair ontik sorular soran bir alanda iş görürken, ontolojik kavrayış ve sorgulama, genel anlamda Aristoteles'ten günümüze kadar tüm felsefe tarihini, özelde de varoluşçuluk gibi bir alanı ve konuyla ilgili inanılmaz derecede büyük bir literatürü önümüze sermektedir.

Heidegger (2008) "Ontolojik soru sorma daha aslidir. Pozitif bilimler bunu yapmak yerine ontik sorular sormaktadırlar. Bu da varolanların varlığını araştırmak ve varlığın anlamını ihmal etmek demektir." sözleriyle aslında varlığın varoluşunu araştırırken de anlamı ihmal etmenin büyük bir boşluk oluşturacağını vurgulamaktadır. İyi-oluş ve ontolojik iyi oluş gibi yaşamın anlamına ve yaşamda anlam arayışına vurgu yapan , felsefi arka plandan hareket alarak çalışılan kavramlar, çalışılırken iki alan arasında hassas ve dikkatli bir bakış gerektirmektedir. Heidegger "varlığın bütünlüğü ile inkarı" olan hiçliğin ne olduğunu anlamak ve yeni bir anlam yaratmak için varolanın bütünlüğü ile yüzleşmemiz gerekliliğini söylemiştir. Mutluluğun önemli başlıklarından biri olan yaşamdaki kişisel anlama sahip olmak, bir amaca sahip olmak ve hedef veya hedeflere yönelik çabalamak olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle amaç ile bir göreve veya bir hedefe yönelme tanımlanırken, anlam ile de amaç ve tutarlılık gibi kavramları kapsayan daha derin varoluşsal bir algılama tanımlanmaktadır (Frankl, 1984; Reker, 1992). Diğer bir taraftan ise Yalom (1999) yaşamdaki anlam kavramı ile değer ya da tutarlılık duygusuna vurgu yaparken, yaşamdaki amaç ile de yönelim, hedef ve işleve göndermede bulunmaktadır (Kocayörük ve ark. 2018). Yine Heidegger'e göre varolanın bütünlüğüne dahil olmanın ve anlam bulmanın birinci aşaması olarak ifade edebileceğimiz şey iç daralmasıdır. Biz bu hâleti ruhiye ile çepeçevre kuşatıldığımızda, kendimizi varolanın bütünlüğü ile uyum içinde buluruz. Bir taraftan da bu iç sıkıntısı, bizi varolanın bütünlüğü ile yüz yüze getirmekle hiçliği bizden gizler. Ancak bu kaygı (iç sıkıntısı) hâli, nesnesi belli bir korku gibi, birşeyden korkmak olan korkudan özsel olarak farklıdır (Çelebi, 2016). Biryandan da, C.G. Jung anlamsızlığın hayatın tamliğini engellediğini ve

“bu nedenle hastalığa eş değer” olduğunu düşünmekteydi (Yalom, 2001). Frankle (2013) ise, buna insanların yoğun iş telaşlarından sıyrılıp, kendi içlerindeki boşluk belirginleştiği zaman, yaşamlarının anlamdan ve başka bir deyişle aslında içerikten yoksun olduğunu farketmeleriyle birlikte girdikleri nevrotik durumları örnek gösterir. Birçok intihar olayı bu varoluşsal boşluğa bağlanabilir. Bunu, altında yatan varoluşsal boşluğu kavrayamadığımız sürece anlayamayız. Ayrıca bu hiçlik duygusunun kendini gösterdiği çeşitli maskeler ve kılıflar da söz konusudur. Frankle’ye göre engellenen bu anlam istemi, bir güç istemi ile temsili bir yoldan dengelenir. Bu durumlarda engellenen anlam isteminin yerini haz istemi alır. Varoluşsal engellenmenin birçok durumda cinsel dengeleme ile sonuçlanmasının nedeni budur. Bu tür durumlarda cinsel libidonun varoluşsal boşlukta serpilip yayıldığını gözlemleyebiliriz (Frankle, 2013). Csikszentmihalyi’ye göre ise aynı partnerle uzun süreli birliktelik bir süre sonra haz da vermeyecektir. İnsan bir başka insanı gerçekten tanımaya ve anlamaya başladığında macera mümkün olur. Cinsellik de tıpkı hayatın diğer yönleri gibi onu kontrol etmeye ve daha büyük bir karmaşıklığa-anlama doğru geliştirme konusunda istekli olduğumuzda haz verebilir (Csikszentmihalyi, 2018).

Sonuç olarak, iyi-oluş, insan davranış ve eylemlerinde en önemli ve nihai yaşam amacı olarak tanımlanır. Derununda, cinsellik de insan yaşamında mutluluğa ilişkin olarak önemli bir boyuttur; dolayısıyla bir bireyin cinsel yaşam kalitesi direkt olarak yaşamdaki mutluluğuyla ve yaşamsal doyumuyla ilişkilidir (Hooghe, 2012). Bununla birlikte literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde cinsel doyuma dair çalışmaların daha çok cinsel işlev bozuklukları üzerine odaklandığı görülmektedir. Bu çalışmalar daha çok işlemeyen tarafları ve işlevsizliği baz alırken, cinsel doyumun mutlulukla – iyi oluşla ilişkisine nadiren değinilmiştir. Ve hatta cinsel doyum, yaşamda iyi oluşu ya da mutluluğu ele alan çalışmalarda önemli ve etkili bir başlık olarak da görülmemektedir. Bu çalışmanın bulguları da cinsel doyum ile ontolojik iyi oluş arasında ilişki olduğu ve bağlanma stilleri üzerine ontolojik iyi oluşun cinsel doyumunu etkilediği yönündedir. Bu sonucun literatürde bulunan sınırlı sayıdaki çalışma ile de paralellik arzettiği

söylenbilir. Örneğin, Taleporos ve McCabe, fiziksel yetersizliği olan ve sağlıklı olmak üzere iki farklı grup birey üzerinde yaptığı çalışmada, cinsel doyum ve psikolojik iyi oluş ilişkisini ele almıştır. Çalışmada cinsel doyumun, cinsel ve bedensel beğeni ile birlikte psikolojik iyi oluş üzerinde etkili olduğunu saptanmıştır (Taleporos ve McCabe, 2002). Bir diğer çalışma ise Davison ve ark. tarafından gerçekleştirilmiştir. 421 kadın bireyin katıldığı araştırmada, cinsel doyum ve genel iyi- oluş ilişkisi incelenmiştir. Sonuç olarak kadın örnekleminde cinsel doyumsuzluğun yüksek olmasının genel iyi oluşu negatif yönde etkilediği bulunmuştur (Davison, Bell, LaChina, Holden ve Davis, 2009). Türkiye örnekleminde Doğan ve ark. (2013) 204 kadın birey ile yaptıkları çalışmada nitelikli cinsel yaşamın doyuma ve mutluluğa pozitif katkısı olduğunu tesbit etmişlerdir (Doğan, Tuğut, ve Gölbaşı, 2013)

Mevcut çalışmanın ana hipotezi, evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeylerinin çiftlerin bağlanma stilleri (kaygılı, kaçınan) üzerine cinsel doyumda açıklanan varyansa istatistiksel olarak anlamlı katkısı olduğu şeklindedir. Öyküsel paradigmada değerlendirdiğimizde, hem bağlanma stilleri hem de cinsel doyum için öne sürülen yaşam hikâyesinin geçmişi şimdi ve geleceği üzerinden otobiyografik bellek aracılığı ile oluşturulan bireysel gerçeklikten etkilendiği ve bu gerçeklikle belirlendiği bu hipotezin dayanağını oluşturmaktadır. Kişinin kendi bireysel geçmişine ve birlikteliğinin geçmişine ilişkin anıların ve yaşanan sorunlara dair değerlendirmelerin şimdide ve gelecekte beklenen doyum ve mutluluk halini etkileyecek olması; geçmişe yönelik pişmanlık, geleceğe yönelik umudun azalması ve hatta tükenmiş olması, yine geçmişe yönelik pişmanlık ve suçluluk duyguları; geleceğe yönelik beklentilerin, hedeflerin, umut duygularının sınırlılığı ya da azalması; ve geçmiş ile gelecek algısı arasında şimdiki zamanda görülen hiçlik ve anlamsızlık, sosyal ilişki sorunları her iki değişkende yani hem bağlanma stillerinde (kaygılı ve kaçınmacı bağlanma) hem de cinsel doyumun eksikliğinde sebep-sonuç bağlamında ilişkili bulgular olarak kabul edilmektedir. Bu araştırmanın sonuçları da, bu hipotezi destekler nitelikte bulgular sağlamıştır. Bağlanma stilleri ile cinsel doyum arasında doğrudan ilişki ve nedensellik

verilerine bakıldığında, istatistiksel olarak anlamlı bulgular elde edilmiştir. Çoklu regresyon analizine hiyerarşik yöntemle eklenen OİÖ ölçeği (YPÖ) hem toplu olarak genel doyum puanlarında, hem de ölçeğin alt boyutları olan pişmanlık, hiçlik, umut ve aktivasyon boyutları üzerinden cinsel doyumunu yordamada açıklama oranını arttırıcı etki göstermiştir. Buna göre, bu araştırmada güvensiz bağlanma (kaygılı, kaçınmacı) geliştiren bireylerin ontolojik iyi oluş algısının cinsel doyumlarını arttırıcı etkisi olduğu bulgulanmıştır. Elde edilen sonuçlardan yola çıkarak, evli çiftlerin ontolojik iyi oluş düzeylerinin çiftlerin bağlanma stilleri (kaygılı, kaçınan) üzerine cinsel doyumda açıklanan varyansa istatistiksel olarak anlamlı katkısı olduğu öne sürülebilmektedir.

5.2. ÖNERİLER

Son yıllarda bireylerin ve çiftlerin evlilik ilişkileri ve cinsel doyumları, bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, mizaç, ruh sağlığı gibi değişkenler açısından incelenmekte ve analiz edilmektedir. Uzun zaman boyunca işlevsizliğe ve işlemeyen kısımlara odaklanan modern psikolojinin üzerine, pozitif psikoloji ile birlikte artık işleyen ve uyumu ve doyumunu arttıran en önemli faktör olarak iyi oluş kavramı bilimsel çalışmalardaki yerini almaya başlamıştır (Seligman and Csikszentmihalyi 2000). Aristoteles'in "Eudaimonia" kavramından hareketle, rasyonel olanın, kişinin iyiliği kavramına dayanan müzakere ile yönlendirildiği ölçüde, iştahatın farklı bir dilek dilemesi anlamına gelmektedir önermesinden hareketle, iyi oluşun tamamen bireye bağlı bir değerlendirmeyi temel aldığı gerekçesiyle psikolojik iyi oluş kavramı eklenmiştir. Psikolojik iyi oluşun bir duyguyu ele alırken ona bir nesne atfetmediğinden yola çıkarak, ontolojik iyi oluşu bir tüm zaman kavrayışı olarak iyi oluş literatürüne uyarlayan Şimşek (2009)'e göre; böyle bir kavram birinin mevcut eğiliminin ötesinde, hem belirli bir zamandadır hem de zamanın tümüne yayılır. Öyleyse, Eudaimonia için bir zaman perspektifi ön şarttır (Şimşek, 2009). Buradan hareketle bu çalışmanın odak noktası ontolojik iyi oluşun, yani kişinin geçmişi şimdisi ve geleceği bütününden yaşamını değerlendirişinin bağlanma stilleri üzerine cinsel doyumdaki varyansa etkisi olup olmadığının incelenmesidir. Bu bağlamda analiz sonuçları etkisi olduğu

yönündedir. Hatta cinsel doyumun kadın ve erkeklerde ortak olan boyutları üzerinden yapıla analizlerde YPÖ'nin umut ve hiçlik boyutlarının ön plana çıktığı görülmektedir. Buradan hareketle denilebilir ki; danışmanlık hizmetleri bireylerin ve çiftlerin cinsel doyumlarını arttırmak için yaşam projelerine yani ontolojik iyi oluşlarına odaklanırsa doyumda artış sağlanabilecektir. Cinsel doyum düzeyinin eşler arasındaki ilişkiyi, ilişkinin kalitesini ve evlilik doyumunu etkilediği bildirilmiştir (Gülsün ve ark., 2014). Bir bireyin cinsel yaşam kalitesi direkt olarak yaşamdaki mutluluğuyla ve yaşamsal doyumuyla ilişkili (Hooghe, 2012) görüldüğünden bireyin evlilik doyumunu ve yaşam doyumunu da artmış olacaktır.

Ontolojik iyi oluşa öznel iyi oluşun neratif bir yapılanması olarak bakıldığında, OİO bireylerin yaşam projelerini geçmiş, şimdi ve gelecek içeriklerini hesaba katarak değerlendirmeleridir şeklinde tanımlanmaktadır. Felsefe tarihinde zaman kavramı, öz bilinç ve öz kimlik kavramını oluşturan en önemli ontolojik boyut olarak kabul edilmiştir (Aristotle 1991b; Heidegger 1996; Husserl 1970; Kant 1965; Şimşek ve Kocayörük 2012). Birey geçmiş yaşamına baktığında geride kalan yaşamının tatmin edici olup olmadığını, şimdiye baktığında projesine ait amaçlarının devam edip etmediğini, geleceğe baktığında da projesinin olumlu olup olmadığını değerlendirir. Bu değerlendirmeye gelişme, yön ve kendini gerçekleştirmeye yönelik mutluluk onayı ortaya çıkar. Bu görüş çerçevesinde Şimşek ve Kocayörük (2012) ontolojik iyi-oluşu, başka bir deyişle kişinin yaşam projesini, kişilerin en temel arayışlarından biri olan yaşamın anlamı veya amacına en yakın yapı olarak tanımlamışlardır (Kocayörük vd., 2018).

Son dönemlerde evlilik öncesinde ya da evlilik içinde ilişkilerin yüksek oranda sonlanması ya da sorunlu bir şekilde devam etmesi, yakın ilişkilere bağlanma ya da ilişkileri sürdürmeye dair değişkenlerin ve nedenlerinin anlaşılmasının önemini daha da artırmıştır (Büyükşahin, 2006). Bretherton (1992) bağlanma teorisinin kökenlerine dair yazdığı makalesinde, neratif terapinin temellerinin de dayandığı dile ve anlatıya dair ümidini “benim görüşüme göre içsel çalışma modellerinin gelişmesi, gerçekliğin sosyal yapısıyla ilgilenen sağlıklı

bakış açısına sahip bağlanma teorisi üzerine, “söylemsel” ve “anlatımsal” yaklaşımlarla bağlantılı çalışmalar yapılmasına bağlıdır.” şeklinde ifade etmiştir. Bu çalışmanın odağında olan OİO da, tanımı gereği, anlatı psikolojisi ile yakından ilişkilidir. OİO yapısı, kişinin yaşamının değerlendirilmesini, söz konusu kişinin yaptığı tamamen özel bir anlatım ya da hikâye gibi ele alır. Bu yeni iyi-oluş kavramının çerçevesi, psikolojideki anlatı paradigmasıyla tamamen tutarlıdır. Anlatım ya da hikâye, psikoloji için potansiyel olarak yararlı bir örgütlenme ilkesidir. OİO hayatı hem geçmiş hem de gelecekteki uzantıları yansıtan bir hikâye olarak görmektedir. Diğer bir deyişle, burada sunulan yapı, her bireyin, kendi hayatının "metin" inin yazarı olarak bir anlatıya sahip olduğunu göstermektedir. (Şimşek, 2009). Dolayısıyla bağlanma stilleri ve ontolojik iyi oluşun hiyerarşik ya da toplu olarak, öznel iyi oluşun önemli bir başlığı olan cinsel doyuma ve cinsel doyumun alt boyutlarına etkisini araştıran bu çalışmanın bulgularının, iyi oluşu arttırmaya yönelik müdahale programları oluşturulurken dayanak sağlayacağı düşünülmektedir. Buradan hareketle yakın ilişkiler üzerine çalışmalar yapan araştırmacılar için bu çalışmanın sonuçlarının yararlı olacağı söylenebilir.

Bağlanma stilleri üzerine ontolojik iyi oluşun cinsel doyumda elde edilen varyansa etkisinin bulgulanmış olması bağlanma stilleri gibi görece daha dirençli yapılarla çalışan birey ve çift danışmanlarına kolaylaştırıcı bir yol sunabilecektir. Diener ve Seligman (2004)’a göre toplumlarda eğitim, sağlık ve çevre alanındaki hizmetlerin temel amacı öznel iyi oluşu artırmak olmalıdır. Bu bağlamda özellikle ontolojik iyi oluşun üzerine kurgulandığı zaman perspektifi ve kişinin yaşam hikayesi ile çalışan neratif- öyküsel terapi bağlamında oluşturulacak müdahale programlarına ihtiyaç olduğu görülmektedir. Bu çalışmanın odağı böyle bir müdahale programının etkililiği değildir. Fakat bu çalışmanın sonuçları öyküsel terapi yönelimli müdahale programlarının faydalılığına işaret etmektedir. Sonraki çalışmaların uygulamaya yönelik olması neratif yaklaşımın etkililiğini görmek açısından önem taşımaktadır.

Bu görüşler çerçevesinde neratif terapi pratiğine bakıldığında ilişkisel ve bireycilik karşıtı yanılla psikoterapi alanında tek başına durmaktadır ve görünen

odur ki dünya genelinde giderek de genişleyen bir izleyici kitlesine hitap etmektedir. İlk uygulayıcılar olan White ve Epston (2000) aile terapisini kendi özel alanları olarak kabul etmişlerdir. Epston ve White (1989)'ye göre biz insanlar sadece yapmayız, yaşamlarımıza “ hikâyelendirme” yoluyla anlam veririz, öykülerimizi, onları bilmemiz yoluyla “gerçekleştirme”ye yetkiliyizdir. Bu hikâyelerden bazıları yeterlilik ve sıhhat yüklüdür. Diğerleri kendimizi, başkalarını ve ilişkilerimizi kısıtlamaya, önemsizleştirmeye, diskalifiye etmeye veya başka şekilde patolojiye uğratmaya hizmet eder. Yine başka hikâyeler güven verici, canlandırıcı, özgürleştirici veya iyileştirici olabilir (Madigan, 2016). Hayatımızın olaylarına anlam katmakta olan veya egemen olan özel hikâye büyük ölçüde yaşadığımız tecrübemizin doğasını ve eylem kalıplarımızı belirler. Sorunla şişmiş bir hikâye baskın olduğunda, tekrar tekrar hayal kırıklığı ve sefalet davet ediliriz (Epston and White, 1989; Barry, 1997). Bu kendilik hikâyeleri olayların değerlendirilmesinde oldukça parçalanmış, incelenmemiş ve kısmi olabilir. Genellikle, öykü ne kadar doygun gibi görünüyorsa, yapısı ne kadar farklıysa, hikâyeyi parçalara ayırma öyküyü uzak tutmaya yardımcı olarak daha az ezici görünmesini sağlar. Bu durum da değişimin zor olmasına neden olur. Bu yüzden, neratif terapistler dikkatli okuyucular ve danışan hikâyelerinin yansıtıcıları olmaya çalışırlar; parça parça hikâye unsurlarını eşzamanlı olarak daha uyumlu ve anlaşılır bir şeye dâhil etmek için çaba sarf ederler (Barry, 1997).

Yeniden yapılandırmanın ve kişilerin yaşam projeleri üzerinden yeni öykülere ulaşmalarının sağlanması ile birçok başlıkta yeni müdahale çalışmaları geliştirmeye müsait bir alan olan neratif terapi alanı, ontolojik iyi oluş üzerinden cinsel doyumunu arttırmaya yönelik çalışmaların şekillendirilebileceği bir zemin sunmaktadır. Kişinin tüm yaşamına dair değerlendirmesi tatmin edici olursa, olumlu etkilerin otomatik olarak ortaya çıkacağı söylenebilir. Neratif terapi odaklı müdahale programlarının oluşturulması ve oluşturulan program üzerinden elde edilen öncesi ve sonrası ölçümler ile çalışmalar daha da ileri götürülebilir. Böylece aslında tümel olan teorik bilgiye yaslanarak istatistiki olarak ortaya konmuş puanlar, bir neratif terapi müdahale programı ile de tikel anlamda desteklenmiş ve

sınanmış olacaktır. Bununla beraber bu çalışmada yaşam projesinin tamamı üzerinden varyansın yükselip yükselmediğine bakılmış ve kişinin tüm yaşamındaki iyi oluşu ile cinsel doyum arasındaki ilişki üzerinden çalışılmıştır. Kişilerin evlilik projelerine dair değerlendirmelerinin de cinsel doyum üzerindeki belirleyiciliğinin yüksek olacağı düşünülmektedir. Daha yüksek varyans elde edilip edilemeyeceğine bakılabilmesi için daha sonraki araştırmalarda evliliğin bir proje olarak ele alınıp, geçmişi, şimdisi ve geleceği üzerinden kişilerin evlilik projelerine dair yaptıkları değerlendirmelerin cinsel doyum üzerindeki varyansının çalışılması daha sonra yapılacak araştırmalar için önerilmektedir.

Neratif terapide çalışırken başlangıç noktası White ve Epston'un geliştirdiği, şekliyle uygulanması gereken özel ilke ve uygulamalardır. Bunun ötesinde neratif terapi uygulamaları doğası gereği çocuk ve yetişkinlerle çalışırken kültürel açıdan saygılı, yansımali ve etkilidir (Madigan 2016). Bu anlamda kendi kültürel bağlamımız çerçevesinde de özellikle hakim kültür tarafından etki altına alınarak oluşturulmuş olumsuz hikâyelerin yeniden be yeniden tasarlanmasına olanak veren bir yapıdadır. Sonraki araştırmaların bu bağlamda organize edilmesinin evlilik ve çift terapilerinde kültüre entegre ve değişimi kolaylaştırıcı yeni açılımlar sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca sonraki çalışmalarda kadın ve erkek farklarına odaklanarak iki farklı örneklemin ihtiyaçlarına dair bulguların ortaya çıkarılması daha etkili müdahale programları için katkı sağlayacaktır. İlgili literatür dikkate alındığında, örneğin duygusal boyutun yaşlı insanlar için daha önemli olabileceği, yaşamın bilişsel değerlendirmesinin gençler için daha önemli olduğu söylenebilir. Zaman boyutları anlamında, geçmiş, yaşamdaki anlam ve amaç ile ilgilendikleri göz önüne alındığında, yaşlılar için daha önemliyken, gençler içinse gelecek daha önemli olabilir (Şimşek, 2009). Bireylerin yaşlarına odaklanan araştırmaların da yine yaşam projesinin yaşa bağlı farklılıklarını ortaya koyacak olmasından dolayı yaşam dönemlerine dair daha net bulgulara ulaşmayı kolaylaştırıcı olacağı düşünülmektedir. Daha sonraki araştırmalar için yaş değişkeninin sürece dâhil edilmesi yeni ve farklı bulgular ışığında OİO çalışmalarına katkıda bulunması açısından önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Abalı, S., Kömürcü N. (2008) Are The Sexual Problems in Marital a Cause For Divorce?, *Androloji Bülteni (Bulletin of Andrology)*. 1: 270-272.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Oxford, England: Lawrence Erlbaum.

Ainsworth, M. S. (1979). Infant-mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), ss. 932-937.

Ainsworth, M. S. (1982). Attachment: Retrospect and prospect. The Place of attachment in human behavior, New York: Basic Books, 3-30.

Aksöyek, A., Canatar, T. (2015). Cinsellik Ve Cinsel Eğitim. *Turkish Journal Of Family Medicine & Primary Care* 9 (2), 54-58.

Althof, S.E. (2005) Cinsel işlev ve işlev bozukluğunun psikolojik ve kişiler arası boyutları. Kadıoğlu, A. (Çev.). İstanbul: İstanbul Tıp Kitapevi.

Amidu, N., Owiredu, W.K., Woode, E., Addai-Mensah, O., Quaye, L., Alhassan, A. ve Tagoe, E.A. (2010). Incidence of sexual dysfunction: a prospective survey in Ghanaian females. *Reproductive Biology and Endocrinology*, 8, 106.

American Psychiatric Association. (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders, (4th ed., text revision). Washington, DC: American Psychiatric Association.

Atar, A. (2018). Etkileşimci Ve Dönüşümcü Liderliğin Örgütsel Sessizlik, Örgütsel Sinizm Ve Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkisi. Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ayatollahi, M (2014). Cinsel Doyumu Yordayan Demografik Ve Psikolojik Değişkenlerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Banase, R. (2004). Adult Attachment and Marital Satisfaction: Evidence for Dyadic Configuration Effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 273–282.
- Barry, D. (1997). Telling changes: from narrative family therapy to organizational change and development. *Journal of Organizational Change Management*, 10(1), 30-46.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 147–178.
- Bartholomew, K., Horowitz, L.M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2), 226-244.
- Bartholomew, K., Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment: Do they converge? In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (p. 25-45). New York: Guilford.
- Barry, D. (1997). Telling changes: from narrative family therapy to organizational change and development, *Journal of Organizational Change Management*, 10 (1), 30-46.
- Bilgin, N. (2001). İnsan İlişkileri ve Kimlik. 2. Baskı. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Biller H. B. (1993) *Fathers And Families Paternal Factor in Child Development*. London, Auburn House.
- Birnbaum, G, E (2007) Attachment orientations, sexual functioning, and relationship satisfaction in a community sample of women. *Journal of Social and Personal Relationships* 24(1): 21–35.
- Bogaert A,F., Sadava S (2002). Adult Attachment And sexual Behavior. *Personal Relationships*, 9(2), 191 204.
- Bowlby, J (1969/1982) *Attachment And Loss: Vol. 1, Attachment*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1973) Attachment And Loss: Vol. 2, Separation. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980) Attachment And Loss: Vol. 3, Loss, Sadness And Depression. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2012). Bağlanma. İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby, J. (2012a). Güvenli Bir Dayanak-Ebeveyn Çocuk Bağlanması ve Sağlıklı İnsan Gelişimi.
- Bowlby, J. (2014). Ayrılma. İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Boyacıoğlu, G.S (1999). Kadın Cinsel İşlev Bozuklukları. Psikiyatri Dünyası. 2, 54-59.
- Bradburn, N.M (1969). The Structure of Psychological Well-Being. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Brassard, A., Shaver, P. R., & Lussier, Y. (2007). Attachment, sexual experience, and sexual pressure in romantic relationships: A dyadic approach. Personal Relationships, 14(3), 475-493.
- Brassard, A., Péloquin, K., Dupuy, E., Wright, J., Shaver, P.R. (2012). Romantic attachment insecurity predicts sexual dissatisfaction in couples seeking marital therapy. Journal of Sex & Marital Therapy. 38(3), 245-62.
- Brennan, K. A., Shaver, P. R., & Tobey, A. E. (1991). Attachment styles, gender and parental problem drinking. Journal of Social and Personal Relationships, 8(4), 451-466.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), Attachment theory and close relationships (s. 46-76). New York, NY, US: Guilford Press.
- Bretherton, I. (1992). The Origins Of Attachment Theory: John Bowlby And Mary Ainsworth. Developmental Psychology, 28, 759-775

Bretherton, I. (1992) Bağlanma Teorisi'nin K kenleri: John Bowlby ve Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775. Demirdağ, M.F. ( ev.): Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora  ğrencisi.

Brody, S. ve Costa, R.M. (2009) Satisfaction (sexual, life, relationship, and mental health) is associated directly with penile-vaginal intercourse but inversely with other sexual behavior frequencies. *Journal of Sex Med*, (6) 1947-1954.

Bruner, J. (1991). The narrative construction of reality. *Critical inquiry*, 18(1), 1-21.

Butzer, B. Campbell, L (2008). Adult Attachment, Sexual Satisfaction, And Relationship Satisfaction: A Study Of Married Couples. *Personal Relationships*. 15, 141-154.

Buunk, B.P., ve Nauta, A. (2000). Why intraindividual needs are not enough: Human motivation is primarily social. *Psychological Inquiry*, 11, 279-283.

B y k ahin, A. (2006). Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi. Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Carr, A. (2016). Pozitif Psikoloji. İstanbul: Kaknüs.

Canel, A. N. (2012). Evlilik ve Aile Hayatı. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Aile Eğitim Programı.

Cetad (2006). Cinsel Yaşam Ve Sorunları. Bilgilendirme Dosyası-1. Cinsel Eğitim Tedavi Ve Araştırma Derneği.

Cetad (2007). Kadın Cinselliği. Bilgilendirme Dosyası-5. Cinsel Eğitim Tedavi Ve Araştırma Derneği.

Clymer, S. R., Ray, R. E., Trepper, T. S. ve Pierce, K. A. (2006). The Relationship Among Romantic Attachment Style, Conflict Resolution Style and Sexual Satisfaction. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 5, 71-89.

- Collins, N.L., Cooper, L.M., Albino, A., Allard, L. (2002) Psychosocial vulnerability from adolescence to adulthood: a prospective study of attachment style differences in relationship functioning and partner choice. *Journal of Personality*, 70(6), 965-1008.
- Corey, G. (2005). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Crossley, M. (2000). *Introducing narrative psychology*: McGraw-Hill Education (UK).
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23.
- Çakmak, E (2011). Vajinismusu Olan Kadınlarda Bağlanmanın Cinsel İşlevler Ve Klinik Bulgulara Etkisi. *Bakırköy Ruh Ve Sinir Hastalıkları Hastanesi. Psikiyatri Anabilim Dalı*.
- Çalışandemir, F., Bencik, S. ve Artan, İ. (2008). Çocukların Cinsel Eğitimi: Geçmişten Günümüze Bir Bakış. *Eğitim ve Bilim Education and Science*, 33 (150).
- Çayan, S., Akbay, E., Bozlu, M., Canpolat, B., Acar, D. ve Ulusoy, E. (2004). The prevalence of female sexual dysfunction and potential risk factors that may impair sexual function in Turkish women. *Urologia Internationalis*, 72 (1), 52-57.
- Çelebi E. (2016). Heidegger ve Sartre'ın Hiçlik Çözümlemeleri Üzerine Mukayeseli Bir İnceleme. *INIJOSS İnönü Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 5 (2), 39-50
- Çelik, H. ve Ekşi H. (2008). *Söylem Analizi*. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi. 27, 99-117.
- Çelik, H. (2017). Psikoterapide Yeni Soluk: Öyküsel Terapi. *Kafkas Üniversitesi, e – Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 34-50.

Çeri,Ö. (2009). Vajinismus Tanısı Alan Kadınlar ve Eşlerinde Temel Bilişsel Şemalar ile Bağlanma Stillerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çınar, L. (2008). Evlilik Doyumu: Cinsiyet Roller ve Yardım Arama Tutumu. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Çoker, Ç. (2011). Özneler Ötesi Bir Konuşmanın Söylemsel Analizi. Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 31, 119-131

Davis, D., Shaver, P. R., Widaman, K., Vernon, M. L., Follette, W. C. ve Beitz, K. (2006). “I Can’t Get No Satisfaction”: Insecure Attachment, Inhibited Sexual Communication, And Sexual Dissatisfaction. Personal Relationships, 13, 465-483.

Davison SL, Bell RJ, LaChina M, Holden SL, and Davis SR. (2009). The relationship between self - reported sexual satisfaction and general well - being in women. Journal of Sexual Medicine, 6, 2690–2697

Demir, Ö , Cihan, A , Kefi, A ve Esen, A . (2015). Prematür Ejakülasyon Hastalarının Klinik Ve Demografik Özelliklerinin Değerlendirilmesi,. Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 23 (3), 123-128

Denborough, D. (2008). Collective narrative practice: Responding to individuals, groups and communities who have experienced trauma. Adelaide, South Australia: Dulwich Center Publications.

Diehl, M., Elnick, A. B., Bourbeau, L. S., Labouvie-Vief, G. (1998). Adult attachment styles: their relations to family context and personality. Jurnal of Personality and Social Psychology, 74(6), 1656-69.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. Psychological Bulletin, 125(2), 276-302

Diener, E., Seligman, M. E. P. (2004). Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being. Psychological Science in the Public Interest, 5(1), 1–31.

- Dinç, M. (2017). Lise Öğrencilerinde Özgül İnternet Bağımlılığının Bağlanma Stilleri, Mizaç Özellikleri Açısından İncelenmesi. Yayımlanmış Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Doğan, T., Tuğut, N., Gölbaşı, Z. (2013). The Relationship Between Sexual Quality of Life, Happiness, and Satisfaction with Life in Married Turkish Women. *Sexuality and Disability*, 31(3), 239-247.
- Doğan, S. (2006). Cinsellikten Tiksinti Duyuma Bozukluğu: Davranışçı Tedaviye Olumlu ve Hızlı Yanıt Veren Bir Olgu. *Klinik Psikiyatri*, 9, 191-197.
- Doğan, S., Saraçoğlu, G . (2014). Yaşam Boyu Vajinismus Olan Kadınlarda Cinsel Bilgi, Evlilik Özellikleri, Cinsel İşlev ve Doyumun Değerlendirilmesi. *Balkan Medical Journal*, 2, 151-158.
- Doğan, T., Sapmaz, F. (2012). Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Öznel İyi Oluş. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(3), 585-601
- Donnelly, D.A. (1993) Sexually inactive marriages. *Journal of Sex Resource*, 30, 171-179.
- Epiktetos. (2013). Söylevler. B. Akar (çev.). İstanbul: Divan Kitap.
- Erdost, T. M . (2005). Developing a Subjective Well-Being Scale: Validity and Reliability Studies. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3 (23), 103-111.
- Dönmez, A. (2000). “Bağlanma: Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Bir Çerçeve”, *Türk Psikoloji Bülteni*. 16 (17), 29-50.
- Dönmez, Ş. N. (2018). Evli Çiftlerde Sosyal Görünüş Kaygısı İle Cinsel Doyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Elliot, R. (1996). "Discourse analysis: exploring action, function and conflict in social texts", *Marketing Intelligence & Planning*, 14 (6), 65-68.

Epston, D., White, M. (1992) Experience, contradiction, narrative and imagination: Selected paper of David Epston and Michael White, 1989-1991. Adelaide, South Australia: Dulwich Center Publications.

Erdoğan, S.T., Çepik, A.K. (2014). Evlilik Uyumu ile Bağlanma Stilleri ve Mizaç ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Türk Psikiyatri Dergisi. 25, (1), 9-18.

Eşel, E. (2006). İnsan Cinselliğinin Biyolojik ve Evrimsel Temelleri. Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 16 (4), 274-288

Feeney, J.A. (1999) Adult Romantic Attachment And Couple Relationships. Handbook Of Attachment: Theory, Research, And Clinical Applications, Edited By: Cassidy, J. & Shaver, P.R. New York: Guilford Press 355-377

Feeney, J., Hohaus, L., (2001) "Attachment And Spousal Caregiving". Personal Relationships, 8, 21-39.

Feeney, J. A. (2002). Attachment, Marital Interaction and Relationship Satisfaction: A Diary Study. Personal Relationships, 9 (1), 39-55.

Fraley, R. C., & Waller, N. G. (1998). Adult attachment patterns: A test of the typological model. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), Attachment theory and close relationships (pp. 77-114). New York, NY, US: Guilford Press

Fraley, R. C., Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. Review of General Psychology, 4, 132-154.

Frankl, V. E. (2013). İnsanın Anlam Arayışı. İstanbul: Okuyan Us.

Gee, P. J. (1999). An introduction to discourse analysis: theory and method. London: Routledge

Gergen, K. J. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. American psychologist, 40(3), 266.

Gergen, K. J. (1990). Toward a postmodern psychology. *The Humanistic Psychologist*, 18(1), 23-34.

Gladding, S.T. (2012). *Aile Terapisi, Tarihi, Kuram ve Uygulamaları*. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği.

Griffin, D. W., Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445.

Gülsün M., Ak M., Bozkurt A. (2009). Psikiyatrik Açıdan Evlilik ve Cinsellik. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* ; 1: 68-79

Hazan, C., Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.

Hazan, C., Shaver, P.R. (1994). Attachment As An Organizational Framework For Research On Close Relationships. Dönmez, A (Çev.). *Psychological Inquiry* Vol: 5, No:1 1-22.

Hazan, C. ve Shaver, P. (1994). Attachment styles and close relation ships: A four year prospective Study. *Personal Relationships*, 1, 123-142.

Hefferon, K., Boniwell, I. (2018). *Pozitif Psikoloji Kuram Araştırma ve Uygulamalar*. (Ed: Tayfun Doğan), Ankara: Nobel.

Katherine M. Hertlein, Gerald R. Weeks, Nancy Gambescia. (2014). *Systemic Sex Therapy*. New York: Routledge.

Hooghe, M. (2012). Is sexual well-being part of subjective well-being? An empirical analysis of belgian (flemish) survey data using an extended well-being scale. *Journal of Sexual Relationship*. 49, 264–273 .

Hoşgör, E.T. (2013). *Evli Çiftlerin Öfke İfade Tarzları İle Evlilik Uyumunun İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Huston T, Vangelisti A. (1991). Socioemotional behavior and satisfaction in marital relationships: A longitudinal study. *Journal of Personal Social Psychology*. 61, 721-733.

Impett,E.A., Gordon,A.M., Strachman, A. (2008). Attachment And Daily Sexual Goals: A Study Of Dating Couples. *Personal Relationships*. 15, 375–390

Ivy, A. U. & Memphis, U. S. (2007). The influence of a surrender style of coping and empathy on marital and sexual satisfaction. *Dissertation Abstracts International*, 67 (9-B), 5407

İncesu, C. (2004). Cinsel İşlevler Ve Cinsel İşlev Bozuklukları. *Klinik Psikiyatri*. 3, 3-13

Jones, G. D. & Nelson, E. S. (1997). Expectations of marriage among college students from intact and non-intact homes. *Journal of Divorce & Remarriage*, 26(1-2), 171-189

Kalsner, L., Pistole, M. C. (2003). College adjustment in a multiethnic sample: Attachment, separation-individuation, and ethnic identity. *Journal of College Student Development*, 44(1), 92–109.

Kararımak, Ö., Siviş, R. (2008). Modernizmden postmodernizme geçiş ve pozitif psikoloji. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 102-115.

Karasar, N (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Karaoğlu, B.A. (2016). Travma Sonrası Stres Bozukluğu Ve Depresyon Arasındaki İlişkide Ontolojik İyi-Oluşun Aracılık Etkisi: Bir Yapısal Eşitlik Modellemesi Çalışması, Yayınlanmış Yüksek lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kelly, M.P., Strassberg, D.S. ve Turner C.M. (2006). Behavioral assessment of couples' communication in female orgasmic disorder. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 32, 81–95

Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*, 82(6), 1007- 1022

Khazaei, M., Rostami, R., Zaryabi, A. (2011). The Relationship Between Sexual Dysfunctions And Marital Satisfaction In Iranian Married Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 30: 783-785.

Kılıç, E. (2017). Bağlanma Biçimlerinin Evlilik Doyumu İle İlişkisi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.

Kırna, M. (2016). Yetişkin Çiftlerde Erken Dönem Ebeveyne Bağlanma İle Cinsel Doyum Arasındaki İlişki: Bağlanma Stillerinin Aracılık Etkisinin Yapısal Eşitlik Modeli İle Test Edilmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kocayörük, E., Altıntaş, E., Şimşek, Ö. F., Bozanoğlu, İ., Çelik, B. (2018). Üniversite öğrencilerinin zaman perspektifli iyi-oluş düzeyleri: Kümeleme analizi incelemesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(3), 550-564.

Koç, E. (2008). Bir Umut Metafiziği Olarak Gabriel Marcel Felsefesi. *SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Bilimler Dergisi*, 29, 201-217.

Koçak, G. (2009). Cinsel Benlik Şemaları: Özdoym ve Cinsel Etkinlik Sıklığı, Cinsel Doyum Ve Evlilik Uyumu Üzerindeki Etkilerinin Bir Araştırması. Yüksek Lisans Tezi, ODTÜ Psikoloji Bölümü, Nisan 2009.

Koylass, D. D. (2013). An Examination Of The Relationship Between Attachment Styles And Sexual Behaviours. The University of the West Indies. A Research Paper Submitted in Partial Fulfilment of the Requirements for the Degree of Master of Science in Clinical Psychology.

Kvale, S. (1992a). *Psychology and postmodernism: Introduction*, (Vol. 9): Sage.

Larson, J. H., Anderson, S. M., Holman, T. B., ve Niemann, B. K. (1998). A longitudinal study of the effects of premarital communication, relationship

stability, and self-esteem on sexual satisfaction in the first year of marriage. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 24(3), 193–206.

Lawrance, K., Byers, E.S. (1995). Sexual satisfaction in heterosexual long-term relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal Relationships*. 2, 267-285.

Levine A., Heller R. (2018). *Bağlanma Aşkı Bulmanın ve Korumanın Bilimsel Yolları*. İstanbul: Aganta Kitap.

Levine, L. J., Prohaska, V., Burgess, S. L., Rice, J. A., & Laulhere, T. M. (2001). Remembering past emotions: The role of current appraisals. *Cognition & Emotion*, 15(4), 393-417

Lief, H. I. (1980). Comments on current thinking on the orgasm experience. *Medical Aspects of Hum Sex*, 14, 55-62

Litzinger, S. & Gordon, K. C. (2005). Exploring Relationships Among Communication, Sexual Satisfaction, and Marital Satisfaction, *Journal of Sex & Marital Therapy*, 31:5, 409-424

Lyotard, J.-F. (1984). *The postmodern condition: A report on Knowledge* (10): U of Minnesota Press.

Madigan, S. (2016). *Neratif Terapi*. G. Akkaya (çev.). İstanbul: Okuyanüs. (2010)

Malkoç, A. (2011). *Öznel İyi Oluş Müdahale Programının Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmış Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

McAdams, D. P. (1985). *Power, intimacy, and the life story*. Homewood, IL: Dorsey

Mccarthy B (1997). Strategies And Techniques For Revitalizing A Nonsexual Marriage. *Journal Of Sex & Therapy* 23(3): 231-240.

Mikulincer, M., Shaver, P. R. (2007). *Attachment in Adulthood Structure, Dynamics, and Change*. New York: The Guilford Press

Morokoff, J., Gilliland. R. (1993). Stress, Sexual Functioning, and Marital Satisfaction. *Journal of Sex Resources*, 30, 43-53

Nazlı, S. (2000). *Aile Danışmanlığı*. Ankara: Nobel.

Neimeyer, R. A. (1993). An appraisal of constructivist psychotherapies. *Journal of consulting and clinical psychology*, 61(2), 221.

Newcomb, M. D., Bentler, P. M. (1983). Dimension of subjective female orgasmic responsiveness. *Journal of Personal Social Psychology*, 44, 862-873

Okan E.(2012). Partnered Sexual Behaviors And Adult Romantic Attachment In A Group Of Never-Married Adults In Turkey: Anexploratory Study. İstanbul: Bilgi Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özer, G. (2009). Öz belirleme kuramı çerçevesinde ihtiyaç doyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarına etkileri. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Özgüven, İ.E. (2004). *Görüşme İlke ve Teknikleri*. Ankara: PDREM Yayınları

Özkan, Z., Beji, N.K. (2014). Psikolojik ve kişilerarası etmenlerin cinsel fonksiyon üzerine etkileri (Derleme), 16(58): 203-208

Öztürk, M.O, Uluşahin A. (2008) *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. 11. Baskı, Ankara Nobel Tıp Kitabevleri Ltd. Şti.

Öztürk,Ü.A (2008). Zonguldak İl merkezinde Kadın Nüfusunda Cinsel İşlev Bozukluğu Prevalansı. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi. Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.

Öztürk, C.Ş., Arkar, H (2014). Evli Çiftlerde Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkiler. www.literaturesempozyum.com. 1 (3), 16-24

Pearson,J. L., Cohn, D.A., Cowan, P.A., Cowan, C.P (1994). Earned- and continuous-security in adult attachment: Relation to depressive symptomatology and parenting style. *Development and Psychopathology* 6, 359-373

Payne, M. (2006) *Nerrative Therapy*. London: Sage Pablications.

Peloquin, K., Brassard, A., Delisle, G. ve Bedard, M. M. (2013). Integrating the Attachment, Caregiving, and Sexual Systems Into the Understanding of Sexual Satisfaction. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 45 (3), 185-195.

Pennebaker, J. W. (1997). Writing About Emotional Experiences as a Therapeutic Process. *Psychological Science*, 8(3), 162–166.

Polat, D. (2006). Evli Bireylerin Evlilik Doyumları, Aldatma Eğilimleri ve Çatışma Eğilimleri Arasındaki ilişkilerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Raeisipoor, Z. (2013). Relationships between Married Adults' Attachment Styles and "Sexual and Relationship Satisfaction". *Journal of Educational and Management Studies* 3 (4):514-519

Richards, Alice. (2015). The self is both the story teller and the stories that are told: A case study using interpretative phenomenological analysis to explore the self through personal narratives and life story. Manchester Metropolitan University's Research Repository, e-space (Unpublished)

Ruppert, F. (2011). Travma, Bağlanma ve Aile Konstelasyonları. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Rust, J., Golombok, S. (1986). The GRISS: A psychometric instrument for the assessment of sexual dysfunction. *Archives of Sexual Behavior*, 15(2), 157-165.

Rust J, Golombok S, Collier J. (1988). Marital problems and sexual dysfunction: How are they related? *Br J Psychiatry* 152:629-631.

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000a). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

Ryan, R. M., Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Of Psychology*, 52, 141-166.

Ryff, C. D. (1989a). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069

Ryff, C. D. (1989b). Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55.

Sağlık Bakanlığı. Cinsellik ve cinsel sağlık. (İçinde) Üreme sağlığına giriş katılımcı rehberi. Ankara, Buluş Tasarım ve Matbaacılık, 2005.

Sarbin, T. R. (1986). *Narrative psychology: The storied nature of human conduct*, Newyork: Praeger..

Sayar, F. (2011). Otobiyografik Bellek Ve Otobiyografik Belleği Etkileyen Değişkenler. *Sosyal Bilimler Dergisi/Journal of Social Sciences*, 35(2). of narrative processing and autobiographical reasoning. *Review of general psychology*, 5(2), 91.

Selçuk, E., Günaydin, G., Sümer, N. ve Uysal A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1-11.

Seligman, M. E. P., ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14.

Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. London: Nicholas Brealey Publishing.

Set, Z. (2016). *Lezbiyen, Gey Biseksüel Örnekleminde Bağlanma Stilleri İle Arasındaki İlişkide İçselleştirilmiş Homofobi Ve Öz Anlayışın Aracı Rolü*, Yayınlanmış Doktora Tezi. İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Scheidler, J. A. (2008). Effects of perceived stress and perceived social support on marital satisfaction in doctoral students. Doctoral dissertation, Walden University, Washington, USA.
- Schore, A. N. (2014). Psikoterapi Sanatının Bilimi. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Schwarz, N., & Strack, F. (1991). Evaluating One's Life: A Judgment Model of Subjective Wellbeing. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), Subjective Well-Being: An Interdisciplinary Perspective. Oxford: Pergamon Press.
- Shaffer, J. A. (1978). Sexual Desire. The Journal of Philosophy, 75(4), 175-189.
- Shapiro, J. & Ross, V. (2002). Applications of narrative theory and therapy to the practice of family medicine. Family Medicine, 34, 96-100.
- Shaver, P.R. and Mikulincer, M. (2002) Attachment-Related Psychodynamics. Attachment & Human Development, 4, 133-161.
- Schimmack, U. (2008). The structure of well-being. In M. Eid ve J. Larsen (Eds.). The Science of well-Being. Guildford Press.
- Shmotkin, D. (2005). Happiness in the face of adversity: Reformulating the dynamic and modular bases of subjective well-being. Review of general psychology, 9(4), 291.
- Simpson, J., Campbell, L. (2013). The Oxford hand book of close relationships. New York, NY: Oxford University Press
- Singer, J. A., & Bluck, S. (2001). New perspectives on autobiographical memory: The integration of narrative processing and autobiographical reasoning. Review of General Psychology, 5(2), 91-99.
- Soydaş, E. (2016). Cinsel tutumların evlilik uyumuna ve cinsel işlev bozukluklarına etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İstanbul.

Sözen, E. (1999). Söylem: belirsizlik, mübadele, bilgi, güç ve refleksivite. İstanbul: Paradigma Yayınları

Sperling, M. B. & Berman, W. H. (1994). Attachment in adults: clinical and developmental perspectives, New York: The Guilford Press.

Sprecher, S., Cate, R. M. (2004). Sexual satisfaction and sexual expression as predictors of relationship satisfaction and stability. In J. H. Harvey, A. Wenzel, & S. Sprecher (Eds.), The handbook of sexuality in close relationships (pp. 235–256). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Sroufe, L.A. (1996) Emotional Development: The Organization of Emotional Life in the Early Years, New York: Cambridge University Press.

Sümer, N. (2002). Çocuklarda bağlanma ve duygusal gelişim. Çoluk Çocuk Dergisi, 3,12-14

Sümer, N. (2006). Bağlanma kuramının farklı alanlara etkileri ve kültürlerarası geçerliği (konferans) XII. Ulusal Psikoloji Kongresi, ODTÜ: Ankara.

Sümer, N. (2006). Yetişkin Bağlanma Ölçeklerinin Kategoriler ve Boyutlar Düzeyinde Karşılaştırılması. Türk Psikoloji Dergisi 2006, 21 (57), 1-22

Sümer, N. Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. Türk Psikoloji Dergisi, 14 (43), 72 – 106.

Stephenson, K., Meston, C. (2011). The association between sexual costs and sexual satisfaction in women: An exploration of the Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. The Canadian Journal of Human Sexuality, Vol. 20 (1)

Şahin D., Kayır A. (2001). Sık Görülen İki Cinsel İşlev Bozukluğu. İstanbul: Roche Yayınları.

Şahin, H. N. ve Yaka A. İ. (2010). Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE-I), Kendilik Algısı, Olumsuz Otomatik Düşünceler ve Psikopatolojik Belirtiler Bağlamında İncelenmesi. Türk Psikoloji Yazıları, 13 (26), 64-76

- Şahin, M. (Ed.) (2017). *Anormal Psikoloji*. İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş*. Ankara: Ekinoks Eğitim Danışmanlık Hiz. ve Bas. Yay. Dağ. San. ve Tic. Ltd. Şti.
- Şimşek, Ö. F. (2009). Happiness revisited: Ontological well-being as a theory-based construct of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 10(5), 505-522.
- Şimşek, Ö. F. (2011). An intentional model of emotional well-being: The development and initial validation of a measure of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 12(3), 421-442.
- Şimşek, Ö. F., Kocayörük, E. (2013). Affective reactions to one's whole life: Preliminary development and validation of the ontological wellbeing scale. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 309-343
- Taleporos, G., & McCabe, M. P. (2002). The impact of sexual esteem, body esteem, and sexual satisfaction on psychological well-being in people with physical disability. *Sexuality and Disability*, 20(3), 177-183.
- Taycan, S. E., Kuruoğlu, A. Ç. (2014). Evlilik Uyumu İle Bağlanma Stilleri Ve Mizaç Ve Karakter Özellikleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(1), 9-18
- Tuğrul, C., Öztan, N. ve Kabakçı, E. (1993). Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği'nin standardizasyon çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 4(2), 83-88.
- Træen, B.(2010). Sexual Dissatisfaction Among Heterosexual Norwegians in Couple Relationships. *Sexual and Relationship Therapy*; 25(2): 132-147
- Tomkins, S. S., & Demos, E. V. (1995). *Exploring affect: the selected writings of Silvan S Tomkins*: Cambridge University Press.
- Trudel, G. (2002) Sexuality and Marital Life: Results of a Survey, *Journal of Sex & Marital Therapy*, 28:3, 229-249

Tulving, E. (1972). Episodic and semantic memory 1. Organization of Memory. London: Academic, 381(4).

Uğur, Hanife.(2014). The Mediating Role of Affect Regulation in The Relationship Between Attachment Styles and Defense Mechanisms, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi

West, M., Rose, M. S. ve Sheldon-Keller, A. (1994). Assessment of patterns of insecure attachment in adults and application to dependent and schizoid personality disorders. Journal of Personality Disorders, 8(3), 249-256.

Westen, D., Nakash, O., Thomas, C., Bradley, R. (2006). Clinical Assessment of Attachment Patterns and Personality Disorder in Adolescents and Adults. Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol 74(6), 1065-1085

White, M. (2002). Workshop notes. Retrieved May 2010, from www.dulwichcentre.com.au/workshopnotes.html

White, L., Blair, K., Dargie, E., Cappell, J. ve Pukall, C. (2013). A Model of Sexual Satisfaction and Romantic Satisfaction Within Attachment Theory: A Longitudinal Investigation of SameSex and Mixed-Sex Relationships. (Poster). Sexual Health Research Laboratory. Queen's University.

Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness. Psychological Bulletin, 67(4), 294-306.

Winnicott, D.W. (2017). Oyun ve Gerçeklik. İstanbul: Metis Yayınları.

Wodak, R., Meyer, M. (2002). Methods of critical discourse analysis. London: Sage Publications.

Wood, L. A., Kroger, R.O. (2000). Doing discourse analysis: methods for studying action in talk and text. London: Sage

Yıldız, M. A., Baytemir, K. (2016). A mediation role of self-esteem in the relationship between marital satisfaction and life satisfaction in married individuals. Inonu University Journal of the Faculty of Education. 17(1), 67-80.

Yılmaz, C. (1998). Erkek Erektel Fonksiyon Kusuru. Türk Plastik Cerrahi Dergisi. 6 (1), 26-41

Yeh, H.C., Lorenz, F. O., Wickrama, K.A.S., Conger, R.D., Glen H. ve Jr. Elder, G.H. (2006) Relationships Among Sexual Satisfactin, Marital Quality, and Marital Instability at Midlife. Journal of Family Psychology, Vol. 20 (2), 339 –343

Youn, G. (2009) Marital and Sexual Conflicts in Elderly Korean People, Journal of Sex & Marital Therapy, 35:3, 230-238

Yörükan, T. (2015). Bağlanma ve Sonraki Yaşlarda Görülen Etkileri. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Ziyalar, A. (2000). Cinsel Davranış Bozuklukları. İstanbul: Yüce Yayınları.

EKLER

Ek-1 Yönerge

Değerli Katılımcı;

Bu çalışma, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Bölümü, Doktora çalışması kapsamında yürütülmektedir. Çalışmanın amacı “Evli bireylerin ana baba ve eşe bağlanma boyutları ile cinsel doyum ilişkisinde ontolojik iyi oluşun aracılık rolü”nü araştırmaktır.

Sizden ricam, çalışmaya katılmanız için size verilen formları doldurmanızdır. Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Yanıtlarınızı içtenlikle ve eksiksiz olarak vermeniz, araştırma objektifliği açısından büyük önem taşımaktadır. Verdiğiniz bilgiler gizli tutulacak, sadece araştırma için kullanılacaktır.

Araştırma ile ilgili her türlü soru ve bilgi için proje yürütücüsüne kyilmazturk@gmail.com mail adresinden ulaşabilirsiniz.

Çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkürler.

Gönüllü olarak bu araştırmaya katılmayı kabul ediyorum ☐

İMZA:

1.) Yaşınız:

2.) Yaşadığınız Şehir:

3.) Eğitim Durumunuz: Lise mezunu () Üniversite () Master () Doktora ()

4.) Evlilik Biçiminiz : Flört () Görücü Usulü () Diğer () Açıklayınız

5.) Evlilik Süreniz: Yıl

6.) Çocuk Sayınız:

7.) Anneniz: Sağ () Ölü ()

Babanız: Sağ () Ölü ()

8.) Kronik Bir Hastalığınız Var mı? Evet () Hayır ()

9.) Eşinizin Kronik Bir Hastalığı Var mı? Evet () Hayır ()

10.) Hiç Psikiyatrik Bir Tanı Aldınız Mı? Evet () Hayır ()

11.) Eşiniz Hiç Psikiyatrik Bir Tanı Aldı Mı? Evet () Hayır ()



Ek -2 Yaşam Projesi Ölçeği (YPÖ)

Lütfen yaşamınızı geçmiş, bugün ve geleceğiyle kişisel bir proje olarak düşünün. Her proje gibi, yaşamınızın da tamamlanmış (GEÇMİŞ), yaşanmakta olan (ŞİMDİ) ve yaşanacak (GELECEK) parçaları söz konusudur. Sizden beklenen, bu parçaların her birine kendi içinde bir bütün olarak baktığınızda, verilen duyguları ne kadar yoğun hissettiğinizi aşağıdaki ölçeği dikkate alarak derecelendirmenizdir.	Hiç Hissetmiyorum	Biraz Hissediyorum	Yoğun Hissediyorum	Oldukça Yoğun Hissediyorum	Çok Yoğun Hissediyorum
YAŞAM PROJEMİN TAMAMLANMIŞ KISMINA BAKTIĞIMDA					
01. Gurur duyuyorum	1	2	3	4	5
02. Hayal kırıklığı hissediyorum	1	2	3	4	5
03. Tatmin yaşıyorum	1	2	3	4	5
04. Pişmanlık hissediyorum	1	2	3	4	5
05. Üzüntü duyuyorum	1	2	3	4	5
06. Suçluluk hissediyorum	1	2	3	4	5
07. Yetersizlik hissediyorum	1	2	3	4	5
YAŞAM PROJEMİN YAŞAMAKTA OLDUĞUM KISMINA BAKTIĞIMDA					
08. Yorgun hissediyorum	1	2	3	4	5
09. Coşkulu hissediyorum	1	2	3	4	5
10. Amaçsız hissediyorum	1	2	3	4	5
11. Kaybolmuş hissediyorum	1	2	3	4	5
12. Motive olmuş hissediyorum	1	2	3	4	5
13. Enerjik hissediyorum	1	2	3	4	5
14. Heyecanlı hissediyorum	1	2	3	4	5
15. Sorumsuz hissediyorum	1	2	3	4	5
16. Bomboş hissediyorum	1	2	3	4	5
17. Kaygılı hissediyorum	1	2	3	4	5
18. Çaresiz hissediyorum	1	2	3	4	5
YAŞAM PROJEMİN GELECEĞİNİ DÜŞÜNDÜĞÜMDE					
19. Umutlu hissediyorum	1	2	3	4	5
20. Güçlü hissediyorum	1	2	3	4	5
21. Kendinden emin hissediyorum	1	2	3	4	5

22. Cesur hissediyorum	1	2	3	4	5
23. Dört gözle beklediğimi hissediyorum	1	2	3	4	5
24. Hevesli hissediyorum	1	2	3	4	5



Ek -3 Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE II)

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkilerinizde hissettiğiniz duygularla ilgilidir. Bu araştırmada sizin ilişkinizde yalnızca şu anda değil, genel olarak neler olduğuyla ya da neler yaşadığınızla ilgilenmekteyiz. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını düşünerek, Size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz.	Hiç Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Oldukça Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
3.Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5
4.Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissederim.	1	2	3	4	5
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsemiğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5

8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5
20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5

21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5
24. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, "gerçek ben"den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır.	1	2	3	4	5
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelerendir.	1	2	3	4	5
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım	1	2	3	4	5
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5

35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5



Ek -4 Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) – Erkek Formu

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır. Her soruyu dikkatle okuyunuz. Sorulan durumun son zamanlarda ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin cevabınızı belirtiniz. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız. Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Haftada iki defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?	0	1	2	3	4
2.Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?	0	1	2	3	4
3.Cinsel yönden kolay uyarılır mısınız?	0	1	2	3	4
4.Cinsel ilişki sırasında boşalmak için henüz erken olduğunu düşünürseniz boşalmayı geciktirebilir misiniz?	0	1	2	3	4
5.Eşinizle olan cinsel yaşamınızı tekdüze (monoton) buluyor musunuz?	0	1	2	3	4
6.Eşinizin cinsel organına dokunup okşamaktan rahatsızlık duyar mısınız?	0	1	2	3	4
7.Eşinizin sizinle sevişmek istediğinde, tedirgin ve endişeli olur musunuz?	0	1	2	3	4
8.Cinsel organınızın, eşinizin cinsel organına girmesinden hoşlanmadığını sorar mısınız?	0	1	2	3	4
9.Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili nelerden hoşlanıp hoşlanmadığını sorar mısınız?	0	1	2	3	4
10. İlişki sırasında cinsel organınızın sertleşmediği olur mu?	0	1	2	3	4
11. Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?	0	1	2	3	4
12. Eşinizin, cinsel organınıza dokunup, okşamasından zevk alır mısınız?	0	1	2	3	4

13.Cinsel birleşme sırasında erken boşalmayı engelleyebilir misiniz?	0	1	2	3	4
14.Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?	0	1	2	3	4
15.Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar buluyor musunuz?	0	1	2	3	4
16.Ön sevişme (öpme,okşama) sırasında cinsel organınızın sertleştiği oluyor mu?	0	1	2	3	4
17.Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu? (Hastalık gibi nedenler dışında)	0	1	2	3	4
18.Eşinizle karşılıklı mastürbasyon yapmaktan (kendinizi tatmin etmekten) zevk alır mısınız?	0	1	2	3	4
19.Eşinizle sevişmek istediğinizde ilişkiyi siz başlatır mısınız?	0	1	2	3	4
20.Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?	0	1	2	3	4
21.İstediğiniz kadar sık cinsel ilişkide bulunur musunuz?	0	1	2	3	4
22.Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	0	1	2	3	4
23. Cinsel birleşme sırasında cinsel organınızın sertliğini kaybettiği olur mu?	0	1	2	3	4
24.Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girer girmez istemeden boşaldığınız olur mu?	0	1	2	3	4
25.Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?	0	1	2	3	4
26. Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?	0	1	2	3	4
27.Cinsel organınız eşinizin cinsel organına girmek üzereyken, istemeden boşaldığınız olur mu?	0	1	2	3	4
28. Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?	0	1	2	3	4

Ek -5 Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRCDÖ) – Kadın Formu

Aşağıda cinsel yaşamla ilgili sorular yer almaktadır. Sizden istenen kendi cinsel yaşamınızı göz önüne alarak soruları cevaplandırmanızdır. Her soruyu dikkatle okuyunuz. Sorulan durumun son zamanlarda ne kadar sıklıkta ortaya çıktığını düşününüz. Söz konusu durumun ne kadar sıklıkta ortaya çıktığına karar verdikten sonra, o seçeneğin cevabınızı belirtiniz. Hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız. Lütfen soruları içtenlikle ve dürüstçe cevaplandırmaya özen gösteriniz. Cevaplandırırken, başkalarının görüşlerini dikkate almadan sadece kendi görüşünüzü belirtiniz.	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1.Cinsel yaşama karşı ilgisizlik duyar mısınız?	0	1	2	3	4
2.Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili nelerden hoşlanıp, nelerden hoşlanmadığını sorarmısınız?	0	1	2	3	4
3.Bir hafta boyunca cinsel ilişkide bulunmadığınız olur mu (adet günleri, hastalık gibi nedenler dışında)?	0	1	2	3	4
4.Cinsel yönden kolaylıkla uyarılır mısınız?	0	1	2	3	4
5.Sizce, sizin ve eşinizin önsevişmeye (öpme,okşama gibi) ayırdığınız zaman yeterli mi?	0	1	2	3	4
6.Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının giremeyeceği kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?	0	1	2	3	4
7.Eşinizle sevişmekten kaçınır mısınız?	0	1	2	3	4
8.Cinsel ilişki sırasında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?	0	1	2	3	4
9.Eşinize sarılıp, vücudunu okşamaktan zevk alır mısınız?	0	1	2	3	4
10.Eşinizle olan cinsel ilişkinizi tatminkar bulur musunuz?	0	1	2	3	4
11.Gerekirse rahatlıkla ve acı duymaksızın, parmağınızı cinsel organınızın içine sokabilir misiniz?	0	1	2	3	4
12.Eşinizin cinsel organına dokunup okşamaktan rahatsız olur musunuz?	0	1	2	3	4
13.Eşiniz sizinle sevişmek istediğinde rahatsız olur musunuz?	0	1	2	3	4
14.Sizin için doyuma (orgazm) ulaşmanın mümkün olmadığını düşünür müsünüz?	0	1	2	3	4

15.Haftada iki defadan fazla cinsel birleşmede bulunur musunuz?	0	1	2	3	4
16.Eşinize, cinsel ilişkinizle ilgili olarak, nelerden hoşlanıp hoşlanmadığınızı söyleyebilir misiniz?	0	1	2	3	4
17.Eşinizin cinsel organı, sizin cinsel organınıza rahatsızlık vermeden girebilir mi?	0	1	2	3	4
18.Eşinizle olan cinsel ilişkinizde sevgi ve şefkatin eksik olduğunu hisseder misiniz?	0	1	2	3	4
19.Eşinizin, cinsel organınıza dokunup okşamasından zevk alır mısınız?	0	1	2	3	4
20.Eşinizle sevişmeyi reddettiğiniz olur mu?	0	1	2	3	4
21.Önsevişme sırasında eşiniz bızırınızı (klitoris) uyardığında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?	0	1	2	3	4
22.Sevişme boyunca, sadece cinsel birleşme için ayrılan süre sizin için yeterli mi?	0	1	2	3	4
23.Sevişme sırasında yaptıklarınızdan tiksinti duyar mısınız?	0	1	2	3	4
24.Kendi cinsel organınızın, eşinizin cinsel organının derine girmesini engelleyecek kadar dar olduğunu düşünür müsünüz?	0	1	2	3	4
25.Eşinizin sizi sevip okşamasından hoşlanır mısınız?	0	1	2	3	4
26.Sevişme sırasında cinsel organınızda ıslaklık olur mu?	0	1	2	3	4
27.Cinsel birleşme anından hoşlanır mısınız?	0	1	2	3	4
28.Cinsel birleşme anında doyuma (orgazma) ulaşır mısınız?	0	1	2	3	4