

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

**25-40 YAŞ ARASI EVLİ ERKEKLERLE EVLİ
OLMAYAN ERKEKLERDE, KAYGI DÜZEYLERİNİN
BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:

Betül UZUN

İstanbul, 2015

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

**25-40 YAŞ ARASI EVLİ ERKEKLERLE EVLİ
OLMAYAN ERKEKLERDE, KAYGI DÜZEYLERİNİN
BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:

Betül UZUN

Öğrenci No:

130790025

Danışman:

Prof. Dr. M. Kerem DOKSAT

İstanbul, 2015

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “25-40 yaş arası evli erkeklerle evli olmayan erkeklerde, kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi” başlıklı bu çalışmanın; akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun şekilde yazıldığını, yararlandığım eserlerin kaynaklarda gösterildiğini, çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtirim. 30 / 09 /2015


Betül UZUN

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

30/09/2015

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden 130790025 numaralı *Betül UZUN'un* "*Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim - Öğretim Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "*25-40 Yaş Arası Evli Erkeklerle Evli Olmayan Erkeklerde, Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 15.09.2015 tarih ve 2015/37 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin (c) bendi gereğince (45.) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında *oyçokluğu/oybirliği* ile *Kabul/Red veya Düzeltme* kararı verilmiştir.

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

DANIŞMAN
PROF.DR. MEHMET KEREM DOKSAT
(BEYKENT ÜNİVERSİTESİ)



ÜYE
YRD. DOÇ. DR. NESLİM DOKSAT
(BEYKENT ÜNİVERSİTESİ)



ÜYE
PROF.DR. İREM YALUĞULUBİL
(KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ)



Adı Soyadı : Betül UZUN
Danışmanı : Prof. Dr. M. Kerem DOKSAT
Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans, 2015
Alanı : Klinik Psikoloji
Anahtar Kelimeler : Medeni durum, Erkek, Kaygı, Durumluk Kaygı, Sürekli Kaygı

ÖZ

25-40 YAŞ ARASI EVLİ ERKEKLERLE EVLİ OLMAYAN ERKEKLERDE, KAYGI DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Kaygı her insanın yaşayabileceği kişinin hayatına olumlu ve olumsuz etkileri olan duygulardan biridir. Motive edilme, karar alma, hedefe ulaşma gibi durumlarda gerekli kaygı düzeyi bireye olumlu anlamda katkı sağlarken, yüksek kaygı düzeyi; iletişim, düşünme ve eylem becerilerinde kişinin işlevselliğini olumsuz yönde etkiler.

Gelişen ve değişen dünyada kaygılanmak için birçok neden vardır. Bu nedenlerin birçoğu bazı insanlar için ortaktır. Bu çalışmada, günümüzde çoğu insanın kaygılanmasına neden olabilecek bazı faktörler ele alınmıştır.

Bu araştırmanın amacı, erkeklerde ki kaygı düzeyinin medeni durum ile ilişkisini belirlemek ve kaygı düzeylerinin, çocuk sahibi olma, eşin çalışma durumu, eğitim seviyesi ve gelir düzeyi değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektedir.

Araştırmanın örnekleme, 100 bekâr erkek ve 100 evli erkek olmak üzere toplam 200 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların demografik değişkenleri, araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi toplama anketi ile elde edilmiştir. Araştırmaya katılan bireylerin kaygı düzeylerini ölçmek için “Durumluk Kaygı Ölçeği” ile “Sürekli Kaygı Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma, İstanbul illi sınırları içerisinde, Anadolu ve Avrupa yakasında ikamet eden 25-40 yaş arası erkeklerden oluşturulmuştur.

Bu araştırma “tarama modeli” olarak tasarlanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for SocialSciences) Windows 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı Mann Whitney-U testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis H-Testive Anova Testi kullanılmıştır.

Elde edilen sonuçlarda “durumluk ve sürekli kaygı” düzeylerinin medeni durum üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. Evli olan erkeklerin kaygı düzeyleri bekâr olan erkeklere oranla daha yüksek çıkmıştır. Araştırmanın diğer verilerine bakıldığında ise, çocuk sahibi olup olmama, eşin çalışma ve maddi gelir düzeyi ile sürekli ve durumluk kaygı arasındaki ilişki anlamlı bulunmazken, eğitim düzeyi ile sürekli kaygı arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur.

Araştırmadan elde edilen bulgular, literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

Name and Surname : Betül UZUN
Supervisor : Prof. Dr. M. Kerem DOKSAT
Degree and Date : Master , 2015
Major : Clinical Psychology
KeyWords : Marital Status, Male, Anxiety, Continuity Anxiety,
Situational Anxiety

ABSTRACT

THE ANXIETY LEVEL VARIABLES BETWEEN MARRIED MALES AND SINGLE MALES AGED 25-40 YEARS HAVE TO BE ANALYSED

Anxiety is one of the emotional states that can effect each and every person positively or negatively. While moderate anxiety level is essential in situations like motivation, decision making, reaching one's goal, high anxiety levels can effect a person's ability to communicate, think and take action in a negative way.

There are many reasons to be anxious about the developing and changing world. These reasons are common in most of the people. This study focuses on the factors that may lead people into anxiety.

The purpose of this current study is to determine the relationship between levels of anxiety in males and variables like marital status, having a child, having a working wife, education levels and income levels.

The study sample includes 100 single males and 100 married males which make a total of 200 participants. Demographic variables of the participants were obtained by collecting personal information through a questionnaire developed by the researcher. Anxiety levels of the participants were measured by "Continuity Anxiety Scale" and "Situational Anxiety Scale".The study was conducted among males with age range of 25-40 years in both the Asian and the European part of Istanbul.

This study was designed as a “survey model”. The data was analyzed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) Windows 21.0 program. To compare the quantitative data between two groups Mann Whitney-U test was used and to compare between group parameters for more than two groups Kruskal Wallis H-Test and Anova Test were used.

Results of the study show us that married males rated much higher than single males in means of both status and frequent anxiety scale ratings.

When we examine the other data from the study, we see that the relation between having a child, having a working wife and income levels and the status and frequent anxiety was not significant, but there was significance between the education levels and frequent anxiety.

The findings of the study are discussed in the framework of relevant literature.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No:

ÖZ.....	i
ABSTRACT.....	iii
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLOLAR LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
SİMGELER LİSTESİ.....	xi
KISALTMALAR.....	xii
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Amacı.....	2
1.2. Problemler.....	2
1.3. Hipotezler.....	3
1.4. Tanımlar.....	3
1.5. Kapsam ve Sınırlılıklar.....	4
1.6. Sayıtlar.....	5
1.7. Araştırmanın Önemi.....	5

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Kaygının Tanımı.....	6
2.2. Kaygının Nedenleri.....	8
2.2.1. Psikanalitik Kuram.....	10
2.2.2. Davranışçı Kuram.....	11
2.2.3. Bilişsel Kurum.....	12
2.3. Kaygının Belirtileri.....	13

2.4. Kaygının Çeşitleri.....	13
2.4.1. Durumluk Kaygı.....	14
2.4.2. Sürekli Kaygı.....	15
2.5. Kaygı ve Korku Arasındaki Fark.....	16
2.6. Kaygı ve Kaygı Bozukluğu Arasındaki Fark.....	16
2.6.1. Genellenmiş Kaygı Bozukluğu.....	18
2.7. Kaygı ve Cinsiyet.....	19
2.8. Evliliğin Tanımı.....	20
2.9. Evlilikte Erkeğin Rolü.....	22
2.10. Konuyla İlgili Yapılan Araştırmalar.....	23

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli.....	26
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	26
3.3. Veri Toplama Araçları.....	27
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	27
3.3.2. Durumluk Sürekli Kaygı Ölçeği.....	27
3.4. Verilerin Toplanması.....	29
3.5. Verilerin İstatistiksel Analizi.....	29

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN BULGULARI

4.1. Bireylerin Medeni Durumları ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi ile Karşılaştırılması.....	34
4.2. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre Durumluk Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması.....	35

4.3. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre süreklilik Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması.....	36
4.4. Medeni Durum ve Gelir Düzeyine Göre Durumluk Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması.....	40
4.5. Medeni Durum ve Gelir Düzeyine Göre Süreklilik Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması.....	42
4.6. Evli Bireylerin Eşlerinin Herhangi Bir İşte Çalışıp Çalışmadıkları ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi ile Karşılaştırılması.....	46
4.7. Evli Olan Bireylerin Çocuk Durumları İle Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi ile Karşılaştırılması.....	47

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, YORUM, ÖNERİLER

5.1. Tartışma ve Yorum.....	50
5.2. Öneriler.....	53
KAYNAKÇA	55
EKLER	65
Ek-1: Kişisel Bilgi Formu.....	63
Ek-2: Durumluk Kaygı Ölçeği.....	65
Ek-3: Süreklilik Kaygı Ölçeği.....	67

ÖZGEÇMİŞ

TABLolar LİSTESİ

Sayfa No:

Tablo 4. 1. Araştırmaya Katılan 25 ile 40 Yaş Arasındaki Erkeklerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=200)	31
Tablo 4. 2. Araştırmaya Katılan 25 ile 40 Yaş Arasındaki Evli Erkeklerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=100)	32
Tablo 4. 3. 25-40 Yaş Arasında Olan Evli Olan Erkeklerin Algılanan Durumluk Kaygı ile Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı	33
Tablo 4. 4. 25-40 Yaş Arasında Olan Bekâr Olan Erkeklerin Algılanan Durumluk Kaygı ile Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı	33
Tablo 4. 5. Bireylerin Medeni Durumları ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi ile Karşılaştırılması	34
Tablo 4. 6. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre Durumluk Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması	35
Tablo 4. 7. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre Süreklilik Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması	36
Tablo 4. 8. Evli Olan Bireylerin Eğitim Seviyeleri ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması	38
Tablo 4.9. Bekâr Olan Bireylerin Eğitim Seviyeleri ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması	39
Tablo 4.10. Medeni Durum ve Gelir Düzeyine Göre Durumluk Kaygı Puanlarının Anova Testi ile Karşılaştırılması	40
Tablo 4.11. Medeni Durum ve Gelir Düzeyine Göre Süreklilik Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması	42

Tablo 4.12. Evli Olan Bireylerin Gelir Düzeyleri İle Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması	43
Tablo 4.13. Bekâr Olan Bireylerin Gelir Düzeyleri ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması	44
Tablo 4.14. Evli Bireylerin Eşlerinin Herhangi Bir İşte Çalışıp Çalışmadıkları ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi ile Karşılaştırılması	46
Tablo 4.15. Evli Olan Bireylerin Çocuk Durumları İle Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi ile Karşılaştırılması	47

ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No:

Şekil 1. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre Durumluk Kaygı Puanlarına İlişkin Diyagram	36
Şekil 2. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre Sürekli Kaygı Puanlarına İlişkin Diyagram.....	37
Şekil 3. Medeni Durum ve Gelire Düzeyine Göre Durumluk Kaygı Puanlarına İlişkin Diyagram.....	41
Şekil 4. Medeni Durum ve Gelir Düzeyine Göre Sürekli Kaygı Puanlarına İlişkin Diyagram.....	42

SİMGELER LİSTESİ

- N** : Denek sayısı
p : Anlamlılık düzeyi
SS : Standart sapma
F : F değeri
X² : Ki-Kare değeri
X : Ortalama
K² : Kruskal Wallis H Testi

KISALTMALAR

- KBF** : Kişisel Bilgi Formu
STAI-I : Durumluk Kaygı Ölçeği
STAI-2 : Süreklilik Kaygı ölçeği
SPPS : Statistical Package for Social Sciences
Akt : Aktaran
Ark : Arkadaşları
Bkz : Bakınız
Çev : Çeviren

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Kaygıyla ilgili 1940'lı yıllardan itibaren psikoloji alanında çalışmalar yapılmıştır. Yapılan her çalışma sonrasında kaygının kişinin kendini tanımlamasına yardımcı bir kavram olmasının yanı sıra ruhsal durum değerlendirmeleri için çok önemli olduğu araştırmacılar tarafından vurgulanmıştır (Köknel, 1982).

Kaygı sözcüğü etimolojik açıdan incelendiğinde kökünün eski Yunanca'da "anxietas" diye ifade edilip endişe, korku anlamına karşılık geldiği, Latince'de ise dar geçit olarak tanımlanan "angustio" olarak kullanıldığı bilinmektedir. Türkçede de bunaltı, iç sıkıntısı gibi ifadelerle tanımlanmaya çalışılan kaygı, yaşamı tehdit eden ya da tehdit şeklinde algılanan her türlü tehlike, normal dışı nedensiz bir tedirginlik olarak tanımlanan duygulardan biridir (Köknel, 1998).

Kaygı çoğu zaman çevremiz tarafından gözlemlenebilen ve her insanın yaşadığı duygulardan biridir. Bu nedenle bireysel olarak yaşanan kaygı, ikili ilişkilerimizi etkiler hale gelebilir. Kaygılı kişilerden kaygıyı öğrenmemiz nedeni ile bulaşıcı bir özelliği vardır ve özellikle evli çiftlerin ilişkilerini etkileyen nedenlerden biridir (Geçtan, 1995).

Evlilik iki kişinin bir araya gelip kendilerini yeniden tanımladıkları bir süreçtir. İki insan, bir araya geldikten sonra evlilikten önceki bireysel yaşam biçimlerini değiştirirler (Dokur ve Profeta, 2006). Evlilik sürecinin başlarında kişilerin getirdiği bireysel güçlükler, eğitim düzeyleri ve hayata bakış açıları gibi etkenler evliliği etkileyen faktörlerdir. Süreç içerisinde ise çocuk sahibi olmak, kişilerin gelir düzeyleri gibi durumlar ve bunlardan dolayı yaşanan sorumluluk kaygıyı etkiler. Bu araştırmada kaygı ve evli olma durumu ile bekâr olma durumu temel kavramlar olarak ele alınacaktır.

Kaygı düzeyi ile ilgili Türkiye'de birçok araştırma mevcuttur. Yapılan araştırmalara bakıldığında, kadınların kaygı düzeyini araştırmaya yönelik çalışmaların daha fazla olduğu görülmektedir. Bu nedenle diğer araştırmaları

tamamlayıcı bir unsur olacağı düşünöldüğünden bu çalışmada sadece erkek katılımcılar ele alınacak ve evli olan erkeklerle evli olmayan erkeklerin kaygı düzeyleri ve bu iki grup erkeğin kaygı düzeylerinin farklılaşmasına sebep olabilecek bir takım demografik özelliklerin etkisi araştırılacaktır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Araştırma, 25-40 yaş arası erkeklerin medeni durumlarının kaygı düzeylerine (Sürekli – Durumluk Kaygı) etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Kaygı düzeylerinin, “çocuk sahibi olma, eşin çalışma durumu, eğitim seviyesi ve gelir düzeyi” değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığı ele alınmıştır.

1.2. Problemler

Araştırmanın amacı doğrultusunda aşağıdaki problemlere yanıt aranacaktır;

1. 25-40 yaş arası erkeklerin medeni durumları ile kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
2. 25-40 yaş arası evli olan ve evli olmayan erkeklerde, kaygı düzeyi eğitim seviyesine göre farklılık göstermekte midir?
3. 25-40 yaş arası evli olan ve evli olmayan erkeklerde, kaygı düzeyi gelir kaynağına göre farklılık göstermekte midir?
4. 25-40 yaş arası evli erkeklerin eşlerinin çalışma durumları ile kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
5. 25-40 yaş arası evli erkeklerin çocuk sahibi olma durumları ile kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

1.3. Hipotezler

Araştırmanın temel hipotezi aşağıdaki gibidir;

25-40 yaş arası evli olan erkeklerin kaygı düzeyleri ile 25-40 yaş arası bekâr olan erkeklerin kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

Araştırmanın amacı doğrultusunda, diğer hipotezler aşağıdaki gibi belirlenmiştir;

1. 25-40 yaş arası erkeklerde, kaygı düzeyi ile medeni durum arasında, evli olma aleyhine anlamlı bir fark vardır.
2. Eğitim seviyesi arttıkça, 25-40 yaş arası evli erkeklerin kaygı düzeyi, evli olmayan erkeklerin kaygı düzeyine göre anlamlı bir şekilde azalmaktadır.
3. Gelir düzeyi azaldıkça, 25-40 yaş arası evli erkeklerin kaygı düzeyi, evli olmayan erkeklerin kaygı düzeyine göre anlamlı bir şekilde artmaktadır
4. 25-40 yaş arası evli erkeklerde, eşin çalışma durumu ile kaygı düzeyi arasında anlamlı bir fark vardır.
5. 25-40 yaş arası evli erkeklerde, çocuk sahibi olma durumu ile kaygı düzeyi arasında anlamlı bir fark vardır.

1.4.Tanımlar

Evlilik: Karşı iki cinsin beraber hayatı paylaşabilmek, çocuk sahibi olabilmek gibi sebeplerle yaptıkları bir anlaşmadır. Evlilik kurumsallaşmış bir ilişki sistemi, iki bireyi “karı-koca” olarak birbirlerine bağlayan, çocuklara belli statüler sağlayan, toplumsal yönden devletin kontrol, hak ve yetkisi bulunan yasal olan bir ilişki tarzıdır (Özgüven, 2000).

Kaygı: Bireyin iç veya dış çevredeki yaşamı tehdit eden herhangi bir olasılığı tehlike olarak algılayıp yorumlaması sonucunda meydana gelen duygudur. Kişi tarafından tanımlanan olay ya doğrudan birey için tehlikelidir ya da kişinin olayı kendi bakış açısıyla değerlendirmesi sonucu tehlike olarak anlamlandırılmıştır (Güleç ve Köroğlu, 1997).

Durumluk Kaygı: Bireyin olayları tehlike unsuru olarak tanımlaması sonucu ortaya çıkan, şiddeti, miktarı ve süresi kişinin durumu ne kadar tehlike olarak görmesine bağlı olarak değişen, kalıcı olamayan geçici duygusal reaksiyonlardır (Ehtiyar ve Üngüren, 2008).

Sürekli Kaygı: Kişinin mevcut durumu kaygıya neden olabilecek bir kaynak olarak tanımlaması, diğer kişiler tarafından problem olarak görülmeyecek olayı bile tehdit ve tehlike olarak değerlendirmesi ile ortaya çıkan kaygı türüdür. Sürekli kaygı, bireyin yaşadığı durumla doğrudan bağlantılı olmayan ve diğer kişiler tarafından nedeni net bir şekilde anlaşılmayan bir kaygı türüdür (Ehtiyar ve Üngüren, 2008).

1.5. Kapsam ve Sınırlılıklar

Bu araştırmada kabul edilen kapsam ve sınırlılıklar şunlardır:

1. İstanbul ilinde, Avrupa ve Anadolu yakasında ikamet eden 25-40 yaşları arasındaki 100 evli erkek ve 100 bekâr erkek ile sınırlandırılmıştır.
2. Uygulamalar 2015 yılın Şubat-Nisan ayları içerisinde yapılmıştır.
3. Katılımcıların kaygı düzeyleri “Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri” nin ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

1.6. Sayıtlılar

Bu araştırmada kabul edilen sayıtlılar şunlardır:

1. Katılımcıların, araştırmaya gönüllü bir şekilde katılıp soruları içtenlikle cevapladıkları ve alınan verilerin geçerli ve güvenilir olduğu düşünölmektedir.
2. Veri toplamak için kullanılan veri toplama araçları, araştırmanın amacına yönelik bilgileri elde etmek için yeterlidir.
3. Örneklemin, evreni temsil edecek nitelikte olduğu kabul edilmiştir.

1.7. Araştırmanın Önemi

Araştırmacı tarafından yapılan literatür taramasında, Türkiye’de psikoloji alanında erkeklerin kaygı düzeylerini araştırmaya yönelik çalışmaların sınırlı sayıda olması bu araştırmayı önemli kılmaktadır. Yapılan bu çalışma sonrasında elde edilen bulguların önceki yapılmış olan çalışmalara katkı sağlayacağı, sonraki araştırmalara da ışık tutacağı düşünölmektedir.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, kaygının tanımı, kaygının nedenleri, kaygının belirtileri, kaygının çeşitleri, kaygı ve korku arasındaki fark, kaygı ve kaygı bozukluğu arasındaki fark, kaygı ve cinsiyet, evliliğin tanımı, evlilikte erkeğin rolü ele alınacak ve kaygı alanında yapılan çalışmalar incelenecektir.

2.1. Kaygının Tanımı

Modern dünyada, insanların kaygılanmasına sebep olabilecek birçok neden vardır. Doğumdan itibaren her birey, yaşamı boyunca kaygı duygusunu sıklıkla deneyimlemiştir. Kaygı, günlük dilde “endişe” olarak ifade edilmektedir. Ruh sağlığı uzmanları ise kaygı yerine “anxiety” teriminin Türkçe hali olan “anksiyete” yi kullanmaktadırlar (Köknel, 1998).

İnsanın yapısını ve davranışını ele alan bütün kuramlar kaygıya daima yer vermiştir. Kimilerine göre kaygı, kişiliği oluşturan ilk temel güçlerden biri iken kimilerine göre ise, kişiliğin oluşmasında önemli bir rolü bulunan faktördür (Köknel, 1982).

Kaygı ile ilgili ilk çalışmalar, 1950’li yılların başlarında gerçekleşmiştir. Psikoloji alanında, kaygı terimi ilk kez Sigmund Freud tarafından tanımlanmıştır. Öncesinde biyolojik bir kavram olarak kabul edilen kaygı, Freud’un konuyla ilgili çalışmalara başlamasıyla beraber psikoloji literatürüne girmiştir. Freud’a göre kaygı, her zaman ve her yerde karşımıza çıkabilecek, nesnesi olmayan, hoşlanılmayan ve istenilmeyen bir his durumudur (Freud, 1969).

Kaygı, endişe, can sıkınlığı veya insanı rahatsız edebilen bir duygu olarak tanımlanabilmektedir. Kaygı, hem yaşamımızda deneyimlediğimiz temel duygulardandır hem de ruhsal açıdan yaşanan bazı problemlere sebebiyet verebilmektedir (Brown ve ark.2001).

Kaygı, sebebi belli olmayan ve tanımlanamayan bir olaya karşı ortaya çıkan, korku, panik, tehdit algısı ve huzursuzluk şeklinde açıklanan bir duygudur (Ziyalar, 2006).

Sullivan'a göre kaygı, ötekiyle olan ilişkimizdeki, işlevsel olmayan tepkilerdir (Sarı, 2007).

Kaygı, şiddetli korku nedeniyle bedenimizde meydana gelen belirtilerdir (Yörükoğlu, 1998).

Kişideki kaygı düzeyi, gelişim süreci içerisinde çevresel koşullara göre şekillenir. Bireyin yaşamındaki her kavram kaygıya sebep olabilmektedir. Kişilerin durumlara yükledikleri anlamlar, durumları algılama seviyeleri ve bireysel farklılıklardan dolayı hissedilen kaygı miktarı kişiden kişiye göre değişiklik göstermektedir (İnanç, 1997).

Kaygı, iç ve dış dünyadan kaynaklanan potansiyel bir tehlike ihtimali ya da birey tarafından olumsuz bir durum olarak algılanıp yorumlandığında ortaya çıkan duygudur (Işık, 1996).

Cüceloğluna göre, herhangi bir ortamda kendini güvende ve huzurlu hisseden bireyde kaygı ya da korku gibi duygular olmaz fakat aynı koşullarda bir kişi tarafından eğer çevre tehlikeli algılanıyorsa bu algılama nedeni ile kişide kaygı, korku ve heyecan gibi duygular meydana gelebilir (Cüceloğlu, 1993).

Kişinin bir olay için beklediğinin aksine ya da hoşuna gitmeyen bir sonuç ile karşılaşabileceğini anladığında verdiği tepkidir (Tallis, 2003).

Bazı araştırmalarda kaygı bir bozukluk olarak ele alınırken bazı araştırmalarda ise sadece kişilik özelliği olarak ele alınmıştır (Ulusoy ve Uzunöz, 1993).

Kaygı insanın yaşadığı temel duygulardan biridir ve algılanan tehlikeli durumlar karşısında herkes tarafından belirli ölçülerde yaşanmaktadır (Öner ve Le Compte, 1998).

Kaygı hafif ve orta şiddetten, yoğun şiddetliye kadar deneyimlenir. Orta şiddete kadar kaygının motive edici yönde etkisi olur. Yoğun kaygı, kişinin hissettiği hoş olmayan ve katlanılmaz duygulardan biridir. Çünkü kaygı düzeyi yüksek olan insan, kendini çaresiz hisseder. Özellikle güç kazanma, yükselme ve çevreye hâkim olma durumlarına çok ehemmiyet gösteren kişilerde bu duygu daha yoğun bir şekilde görülür (Horney, 1999).

İnsanlar kaygıyı gelecekle ilgili karamsarlık, başarısızlık, endişe, umutsuzluk duygularıyla birlikte ifade etmelerinin yanı sıra, fiziksel çevreden gelen tehlikelere karşı bireyi uyarma, harekete geçirme ve tehlikelerle baş etmek için uyum sağlayıcı, bilişsel öğeleri, öznel duyguları, davranışları içeren çok yönlü bir duygu durumu olarak ifade ederler (Özusta, 1995).

Kaygı, yaşamımızın olumlu bir bölümüdür, ancak yoğun ve duruma uygun olmayan kaygı yaşamımızın olumsuz bir parçası haline gelir. Böyle bir durumda kişinin normal gelişimi problemlili bir hal alır, dolayısıyla bireyin kaygılanması, bazen olumlu bir durum olarak görülürken bazen de olumsuz bir durum olarak görülebilir. Bazı veriler, kişinin yaşadığı kaygının olumlumu yoksa olumsuz mu olduğunu belirlememize yardımcı olur. Eğer kişinin gelişimine pozitif yönde katkı sağlıyorsa, kişiyi tehlikelere karşı uyarıyor ve orantılı bir şekilde harekete geçmesine sebebiyet veriyorsa, yaşanan kaygının olumlu olduğunu söyleriz. Fakat yaşanan kaygı mantıksal değilse ve düşünceleri rahatsız etmesi nedeni ile kişiyi etkiliyorsa mevcut kaygının olumsuz olduğunu söyleriz. Bu nedenle insanların olumlu yönde reaksiyon vermesine olanak sağlayan kaygının var olması gerektiğinden söz edebiliriz. Çünkü insanı ayakta tutacak ve doğru kanalize olmasına imkân tanıyan kaygı, kişiyi diğer canlılardan ve diğer duygulardan ayırır.

2.2. Kaygının Nedenleri

Kişinin iç dünyasıyla, dış dünya arasında farklar oluşursa kişi kaygılanmaya başlar ve kaygılanan kişi olabilecek tehlikelere karşı hareket geçer. Bu nedenle belli durumlar karşısında, olay ile orantılı kaygı duymak sağlıklı bir durumdur. Kaygının

yoğunluğu kişiden kişiye göre değişir. Bu değişimi belirleyen faktörler arasında, geçmiş yaşantılarımız, beklentilerimiz, tutum ve davranışlarımız yer alır.

Kaygı bozukluklarının nasıl oluştuğunu anlayabilmek için birden çok etkenin analizi yapılmalıdır. Genetik yatkınlık, fiziksel hastalıklar ve yetersizlikler, yetişme tarzı, şartlanma ile öğrenilmiş korkular nedenler arasında gösterilmektedir (Sheehann, 1999).

Kaygının ilk temelleri çocukluk döneminde atılır. Bu dönemde, anne, baba, diğer yetişkinler ve akranlarıyla olan ilişkiler sonucu çocuk kaygıyı öğrenmeye başlar. Kaygı, çevredeki kaygılı kişilerin varlığıyla gelişebilen bir durumdur ve aynı şekilde kaygılı bireyde etraflarındaki diğer insanların kaygılanmalarında etkili bir rol oynarlar (Geçtan, 2005).

Kaygının oluşmasında diğer nedenlere göre daha ön planda olan bazı etkenler vardır. Bunlar şu şekilde açıklanmıştır;

1. Gelişmemiş kişilik yapısı.
2. Çocukluk döneminin ilk on yaşları arasında veya ilerlemiş yaş döneminde olmak.
3. Kadınların menopoz ve erkeklerin andropoz döneminde olmaları.
4. Soya çekim (Ziyalar, 2006).

Bazı araştırmalara göre, kaygı 5 başlık altında toplanabilir:

1. Maddi sorunlar
2. Gelecek için kişinin hedefinin olmaması
3. İşteki yetersizlik
4. Yakın ilişkiler
5. Özgüven problemi (Tallis, 2003).

Cüceloğluna göre (2004); kaygıya neden olan dört temel sebep vardır. Bunlar; Desteğin çekilmesi, Olumsuz bir sonucu beklemek, İç çelişki ve Belirsizliktir.

1. Desteğin çekilmesi; birey alıştığı çevreden uzaklaşınca, yeni çevrede aşına olduğu kaynakların olmaması nedeni ile kaygı duymaya başlar.
2. Olumsuz bir sonucu beklemek; Negatif bir sonuçla karşılaşma duygusu kişide kaygıya neden olmaktadır.
3. İç çelişki; Bireyin inandığı fikirle, mevcut davranışı arasında bir çelişki olursa kişi bu çelişkili durumdan kurtuluncaya kadar kaygı duyar.
4. Belirsizlik; Gelecek zamanla ilgili insanların bilgiye sahip olmaması, neler yaşayacakları hakkında fikir yürütememek kaygıya sebebiyet verir.

Kaygının nedenlerini açıklamak üzere, üç temel kuram olan psikanalitik, bilişsel ve davranışçı yaklaşım, kaygıyla ilgili açıklamalarda bulunmuşlardır.

2.2.1. Psikanalitik Kuram

Psikanalitik görüşe göre; kaygı aslında iç çatışmanın yansımasıdır. Buradaki çatışma benlik (ego) ile altbenlik (id) arasında olur. Altbenlikte haz ilkesine göre doyum arayan dürtüler, benlikteki gerçeklikler tarafından kabul edilemez nitelikte olması nedeni ile engellenir. Bazı durumlarda ise istekler kabul edilebilir olsa bile, benlik yetersizdir ve hiçbir koşulda tatmin edebilecek yeterliliğe sahip değildir. Bu gibi sebeplerden ötürü her iki olayda da altbenlik ile benlik arasında bir uyum problemi meydana gelir. Bu uyumsuzluk sonucu yaşanan çatışma tehlike olarak algılanır ve sonucunda kaygı ortaya çıkar (Davison ve Neale, 2004).

Analitik kurama göre: İd, seperasyon, kastrasyon ve üstbenlik (süperego) olmak üzere dört çeşit kaygı vardır.

Erken dönemlerde, bakım veren kişiye tamamen bağımlı olan bebeğin gereksinimleri doğrultusunda ortaya çıkan endişe id kaygısıdır. Bu kaygı erişkinlik döneminde, kontrolünü kaybetme korkusu şeklinde kendisini gösterir. Henüz Ödipal evreye girmemiş bebeğin, sevgi objesinden ayrıldığında yaşadığı kaybetme duygusu ise seperasyon kaygısı olarak isimlendirilir. Bu kaygı erişkinlik döneminde, sevilen

kişilerin kaybedilme ya da sevgilerinden mahrum kalma korkusu ile karşımıza çıkan kaygı şeklidir.

Ödipal dönemde ise, cinsel organa zarar geleceği yönündeki endişe ise kastrasyon kaygısı olarak adlandırılır. Bu kaygı erişkinlik döneminde, latent homoseksüalite düşünceleri ile yetilerini yitirme ve hastalık korkusu şeklinde ortaya çıkar.

Ergenlik döneminde ise bireyin normlarla uyumsuzluk yaşadığında ortaya çıkan sıkıntı üstbenlik kaygısı olarak adlandırılır. Bu kaygı erişkinlik döneminde, kişinin doğru olmadığını düşündüğü davranışlarından dolayı hissettiği suçluluk duyguları ya da yanlışının diğer kişiler tarafından fark edileceği yönündeki endişeleri olarak ortaya çıkar.

Kişide meydana gelen kaygı, benliğin savunma mekanizmaları ile ortadan kaldırılmaya çalışılır. İlk olarak hareket geçen savunma mekanizması bastırma. Bastırma yeterli bir şekilde gerçekleştiğinde problem olmaz. Fakat bastırma savunma mekanizması yeterli olmadığında, diğer savunma mekanizmaları devreye girer ve kullanılan savunma mekanizmalarına göre kişide çeşitli kaygı bozuklukları ortaya çıkar. Örneğin, bastırma mekanizmasının başarılı olamadığı ve iç çatışmanın oluşturduğu kaygı, yer değiştirme savunma mekanizması ile nesne, obje veya hayvan korkusu şeklini alabilir ve klinikte özgül fobi diye adlandırdığımız bir hastalık tablosu olarak karşımıza çıkar (Tural, 2009).

2.2.2. Davranışçı Kuram

Davranışçı görüşe göre; kaygı öğrenilmiştir. Kişinin, etrafındaki bireyleri model aldığını savunur ve koşullu uyaranlar koşulsuz tepkilere sebebiyet verir.

Kaygı ya da kaygıyla bağlantılı davranış örüntüleri çocukluk döneminde ya da daha sonraki süreçlerde öğrenilebilir. Öğrenilen bu kaygı sonrasında kişiliğe yerleşebilir.

Davranış kuramını benimseyenlere göre, kaygıyı bir bozukluk olarak adlandırmak için, kişinin tehlikesi olmayan bir durumu tehlikeli olarak algılamayı öğrenmesi ile ilişkilidir (Stagner, 1961).

Davranışçı teoriyi benimseyenler için, korku ve kaygı gibi duygusal tepkiler, fizyolojik, psikolojik ve davranışsal bileşenleri içermektedir. Dolayısıyla kişide koşullanma olduktan sonra, tehlike anlamı içeren uyaran olmasa bile sadece onu düşünmek ve konuşmak kişide kaygıya sebebiyet verir (Akman, 2004).

Kaygının güçlü bir güdüleyici olması konusunda, davranışçılarda psikanalistler gibi düşünmektedir ve onlar içinde kaygıyı yok etmek ya da minimalimize etmek için geliştirilen her türlü tutum ve davranış aslında kaygının pekiştirilmesine, beslenmesine yol açmaktadır (Weanar, 2003).

2.2.3. Bilişsel Kuram

Bilişsel görüşe göre; bireyin olayları algılama ve yorumlama durumuna göre kaygı yaşanır veya yaşanmaz. Aslında yaşanan olay değil, kişinin olaya bakış açısı kaygıya neden olur. Beck ve Freeman için, kaygının bilişsel bir şeması vardır. Bu şema, geçmişten gelen ve kendi çevrelerine karşı tetikte olmayla ilgilidir. Kaygı düzeyi daha az olan insanlar, çevresel faktörleri anlarlar fakat bunların kendileri için tehlike olduğunu gösteren otomatik düşüncelere sahip değildirler. Kaygı düzeyi yüksek insanlar ise olayları değerlendirirken, kişiselleştirme, büyültme ve küçültme, felaketleştirme, negatif tahmin ve aşırı genelleme yaparlar. Endişeli hastalar, potansiyel olarak kötü ve zarar verici bir şeylerin olabileceğini düşünürler (Sharf, 2004).

Bilişsel modele göre, kişideki yanlış ve abartılı algılamalar sonucunda, otomatik olarak “anksiyete programı” aktif olmaktadır. Bu bireyin evrimsel geçmişine, kişisel edindiği yaşam olaylarının ilave olmasıyla gelişen, zarar verici bir olayla karşılaşıldığında korunmak için gerekli tepkileri içermektedir.

Kaygı programı aktif olduğunda;

1. Süren davranış inhibisyona uğrar.
2. Kaçmak ya da kalıp savaşmak için gerekli uyarılmışlık meydana gelir.
3. Olası tehlikeli uyarılar seçici dikkatle değerlendirilir (Akt.Aktaş, 2009).

2.3. Kaygının Belirtileri

Kaygı durumu bireyde bazı değişikliklerin meydana gelmesine sebebiyet verir. Temel olarak kaygının neden olduğu belirtiler herkes için benzerdir. Bu belirtileri genel olarak dört temel başlıkta toparlayabiliriz.

1. Bilişsel belirtileri: gerçeklik algısında bozulma, dikkati toparlamada güçlük, kontrolünü yitirme endişesi.
2. Affektif belirtileri: endişe, gerginlik, huzursuzluk, çaresizlik, panik olarak.
3. Davranışsal belirtileri: kaçınma davranışı ya da dona kalma davranışı.
4. Fizyolojik belirtileri: kan basıncı değişiklikleri, nefes darlığı, boğulma hissi, terleme, titreme, üşüme, sık sık tuvalete çıkma isteği, kaslarda gerginlik, baş dönmesi, mide bulantıları ve bayılma (Gorman, 1996).

Amerikan psikiyatri birliğine göre (1994); kaygının fizyolojik belirtileri şu şekilde tanımlanmıştır. Uyuşma, baş dönmesi, ellerin terlemesi, kalp çarpıntısı, kusma ve öğürme, sık idrar ve dışkılama, yorgunluk ve bitkinlik. Bunlara ek olarak, öfke nöbetleri, ölüm ya da çıldırma korkuları da görülebilir.

2.4. Kaygının Çeşitleri

Spielberg ve arkadaşları 1966 yılında İki Faktör Kaygı Kuramı'nın temelini ortaya koymuşlardır. Bu teoriye göre "Durumluk ve Sürekli Kaygı" olarak isimlendirilen iki tür kaygı vardır. Spielberg kuramında, kaygıyı, Kişilik özelliği ve

Geçici duygusal bir durum olarak ortaya koymuştur. Bu kuram Spielberg'in "Durumluk- Sürekli Kaygı Teorisi" olarak isimlendirilmiştir (Ekşi,2006).

Spielberg ve onu izleyenler, durumluk ve sürekli kaygı arasında durmaksızın süregelen bir etkileşim olduğunu ispatlamışlardır (Köknel,1999).

2.4.1. Durumluk Kaygı

Durumluk kaygı, "Çevreye bağlı herhangi bir stres faktöründen dolayı meydana gelen, genellikle mantıksal bir alt yapısı olan, diğer kişiler tarafından nedeni anlaşılabilen ve durumla ilişkili bir kaygı biçimidir" (Öner ve Le Compte, 1998).

Durumluk kaygı, belirli koşullarda bireyin benliğinin ya da çıkarlarının tehdit edildiği durumlarda ortaya çıkan, o an içinde olduğu durumdan dolayı hissedilen korkudur. İnsanlar önünde sunum yapmak ya da farklı şekillerde performans sergilerken veya herhangi bir sınava girerken hissedilen kaygı durumu durumluk kaygıya örnek olarak verilebilir. Otonom sinir sisteminde meydana gelen uyarılma sonucu durumluk kaygı kişide terleme, sararma, titreme gibi fizyolojik değişikliklere yol açabilir. Stres ve durumluk kaygı arasında pozitif bir ilişki vardır, bireylerin stresi yoğun yaşadığı dönemlerde durumluk kaygı artarken, stres durumu yok olduğunda ise durumluk kaygı düzeyi azalır (Ehtiyar ve Üngüren, 2008).

Durumluk kaygı, herkesin bir dönem yaşayabileceği, tehlikeli durumlara bağlı olarak ortaya çıkan kaygı türüdür (Şeyhoğlu, 2005).

Durumluk kaygı sonrasında otonom sinir sistemindeki yarılmaya bağlı olarak kişide, terleme, kızarma ve titreme gibi fiziksel belirtiler meydana gelir (Öner ve Le Compte, 1998).

2.4.2. Sürekli Kaygı

Sürekli kaygı ; “ kişinin strese sebebiyet veren herhangi bir olayı tehdit edici unsur olarak yorumlaması ve bu tehlikelere karşı geçici duygusal tepkilerinin şiddetinin, sıklığının çoğalması ve sürekliliğe dönüşmesi” olarak ifade edilir (Özgüven, 1994).

Sürekli kaygı çeşidinin yoğunluğu ve süresi bireyin yapısına göre değişir. Mevcut karakterin kaygıya daha çok yatkın olma durumu, sürekli kaygı düzeyini etkileyen nedenlerdendir (İkizler, 1993).

Sürekli kaygı, diğer kişiler tarafından kişinin tutum ve davranışlarından gözlemlenebilen bir durum değildir. Ancak farklı koşul ve zamanlarda ortaya çıkan durumluk kaygı tepkilerinin yoğunluğundan ve süresinden yola çıkılabilir (Öner ve Le Compte, 1998).

Sürekli kaygı, kişiye ait bir özellik gibidir, bazı durumlara göre daha yoğun bir şekilde ortaya çıksa da kişide kaygılı olma durumu hep söz konusudur. Sürekli kaygı düzeyi yüksek olan kişiler, gerçek tehlike ile orantısız reaksiyonlar verebilmektedir (Baltaş ve Baltaş 2008).

Sürekli kaygı, bireyin içinde bulunduğu mevcut durumla örtüşmeyen ve başkaları tarafından da nedeni ve mantığı tam olarak anlaşılabilen kaygı türüdür. Bu kaygı düzeyi yüksek olan bireyler, diğer kişiler tarafından tehdit olarak algılanmayan ve hoşnutsuzluk duyulmayan olaylar karşısında da kaygılanabilirler ve her an kötü bir şey olabilir beklentisini yaşarlar (Kulaksızoğlu, 1994).

Sürekli kaygı, kişide durağan bir mutsuzluğu ifade etmektedir ve bu kaygı türünün yüksek olduğu bireylerde, eylemlerin aksaması, akademik açıdan başarısızlığın meydana gelmesi, yoğunlaşma problemleri, algılamayla ilgili sıkıntıların yaşanması, sosyal ilişkilerden kaçınma ve içe kapanma gibi belirtiler meydana gelebilir (Karataş, 2012) .

2.5. Kaygı ve Korku Arasındaki Fark

Korkunun en çok benzetildiği ya da karıştırıldığı kavram kaygıdır. Kaygı ve korku anlam bakımından zaman zaman birbirinin yerine kullanılması nedeni ile bilim adamları bu iki kavramın anlamı üzerine çalışmaya başlamışlardır. Kaygı ve korku arasında temel olarak üç fark bulunur. Bu farklar;

1. Kaynak: Korkunun kaynağı bellidir, kişi neyden dolayı korku duyduğunu tanımlayabilir. Kaygının kaynağı ise belirsizdir.
2. Şiddet: Korku kaygıdan daha şiddetli olarak hissedilir.
3. Süre: Kişide, kaygı daha uzun sürerken, korku hissi daha kısa sürmektedir (Cüceloğlu, 1991).

Kişi çevresindeki herhangi bir şeyi saldırı olarak algılıyorsa ve duruma fiziksel bir tehdit olarak anlam yüklüyorsa korku meydana gelir. Fiziksel değil de, durum için düşünceler üretiliyorsa kişide kaygı meydana gelir (Özer, 2008).

Kaygı ve korku arasında bazı ortak yönlerde vardır. Her iki duyguda yaklaşmakta olan tehlikeli durumlara karşı insanda meydana gelen duygusal dışavurumlardır. Her iki duyguda somatik bazı belirtilerle beraber ortaya çıkar fakat aralarında önemli bir fark bulunur. Korku diğer kişiler tarafından da tehlikeli olarak algılanır, kaygı ise kişinin olaylara yüklediği anlam sonucu ortaya çıkan kendisinin ürettiği bir duygudur (Geçtan, 2004).

2.6. Kaygı ile Kaygı Bozukluğu Arasındaki Fark

Her birey farklı seviyelerde kaygı duygusunu deneyimler. Fakat deneyimlenen bu kaygının her zaman patolojik kaygıdan ayrımını yapmak kolay olmayabilir bu nedenle kaygının şiddeti, sıklığı ve kişide meydana getirdiği sonuçlar önemlidir. Eğer; birey kaygı yaşamamak için kaçınma davranışları sergiliyorsa, yoğun bir şekilde sebepsiz yere kaygı meydana geliyorsa, kaygıdan dolayı ortaya çıkan fiziksel belirtiler için yardım alınıyorsa, kaygıyla baş etmek için kişi kendisini çaresiz ve umutsuz hissediyorsa özetle kaygı nedeni ile yaşam kalitesinde büyük

oranda değişiklik oluyorsa ozaman birey hayatını normal bir şekilde devam ettiremez ve değişik bozuklukların oluşmasına sebebiyet verir. Örneğin, sınav her insanda kaygı uyandıran bir durumdur. Eğer kişide işlevsel bir kaygı düzeyi var ise bu kaygı kişinin sınavda başarılı olması için itici bir güç olur. Kaygı engelleyici bir güç olduğunda ise sınavda donakalmak, edinilen bilgileri unutmak yada mevcut kaygıdan dolayı sınava hiç çalışmamak gibi sonuçlarla karşılaşılır.

Kaygı bozuklukları DSM-IV' de alt başlıklar olarak şu şekilde ele alınmıştır. Bunlar:

1. Genellenmiş Kaygı Bozukluğu
2. Panik Bozukluk (Agorafobi İle Birlikte Olan- Agorafobi İle Birlikte Olmayan)
3. Özgül Fobi
4. Sosyal Fobi
5. Obsesif-Kompulsif Bozukluk
6. Posttravmatik Stres Bozukluğu
7. Akut Stres Bozukluğu
8. Genel Tıbbi Duruma Bağlı Kaygı Bozukluğu
9. Madde Kullanımına Bağlı Kaygı Bozukluğu
10. Başka Türü Adlandırılmayan Kaygı Bozukluğu (DSM-IV,1994)

Kaygı bozuklukları, oldukça geniş bir hastalık kategorisi olarak karşımıza çıkar. Yapılan araştırmalara göre kaygı bozukluğunun yaşam boyu popülasyonda görülme olasılığı %10-30 arasındadır ve en çok rastladığımız psikiyatrik rahatsızlıklardandır (Güleç ve Köroğlu, 1997).

Bu çalışmanın konusu çerçevesinde sadece Genellenmiş Kaygı Bozukluğu ile ilgili bilgi verilmiştir.

2.6.1. Genellenmiş Kaygı Bozukluğu

Genellenmiş kaygı bozukluğu olan kişi, çoğu kez basit, önem derecesi oldukça düşük şeylerle ilgili bir endişe içerisinde. Her türlü durum için kontrol altına alınamayan kronik kaygı, bu kaygı bozukluğunun en önemli özelliğidir. Örneğin, birey herhangi bir tanıdığına olumsuz bir olay yaşayabileceği düşüncesinden dolayı sürekli endişe halinde olabilir. Terleme, yüz kızarması, kalp çarpıntısı, mide rahatsızlığı, ishal, sık idrara çıkma, ağız kuruluğu, nefes darlığı gibi bedensel yakınmalara sıklıkla rastlanır. Kişinin iskelet sistemi ve kaslarla ilgili yakınmalarda olabilir. Özellikle boyun ve omuzlarda kas gerginliği ve ağrısı, göz kapaklarında ve diğer yerlerinde seyirme, titreme, çabuk yorulma ve gevşeyememe gibi belirtilerle meydana gelir. Kişi huzursuzdur kolayca irkilebilir ve yerinde duramaz. Düşüncelere gelince, birey düşüncelidir, kalp krizi geçirerek ölme ya da kontrolünü yitirmek gibi gelecekle ilgili olumsuz senaryoları vardır. Bu bireylerin daima tetikte olmaları nedeni ile kolay öfkelenme, uyku ihtiyacı, tahammülsüzlük, konsantrasyon problemlerini sıklıkla deneyimlediğini görürüz (Davison, Neale, 2004).

Genellenmiş kaygı bozukluğu, nüfusun yüzde beşinde görülür ve ortalama 15 yaş civarında meydana gelir fakat bazı kişiler tüm yaşamları boyunca sorun yaşadığını ifade etmezler ve gerekli yardım için başvurmadıkları için tedavi olamazlar (Wittchen ve ark.,1994).

Genellenmiş kaygı bozukluğu için başlangıçta stresli yaşam olaylarının rol oynadığı gözükmektedir (Blazer, Hughes ve George, 1987).

Cinsiyet açısından ele alındığında kadınlar erkeklerden iki kat daha fazla Genellenmiş kaygı bozukluğu tanısı alırlar ayrıca diğer kaygı bozukluklarıyla beraber görülme oranı yüksektir (Brown, Barlow ve Liebowitz, 1994).

Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (1994) tanımına göre, Genellenmiş Kaygı Bozukluğu, kişide hemen hemen her gün meydana gelen birçok durum için yoğun kaygının yaşandığı, en az 6 ay devam eden bir durumdur.

Kişideki kaygıya, aşağıdaki belirtilerden en az 3 tanesi eşlik etmelidir.

1. Huzursuzluk, aşırı heyecan duyma ya da endişe duygusu
2. Kolay yorulma
3. Düşünceleri yoğunlaştırmada zorluk çekme ya da zihnin durmuş gibi olması
4. İrritabilite
5. Kas gerginliği
6. Uyku bozukluğu (Uykuya dalmakta ya da sürdürmekte güçlük çekme ya da huzursuzluk ve dinlendirmeyen uyku) (DSM-IV,1994)

2.7. Kaygı ve Cinsiyet

Kaygının, cinsiyetler arası görölme sıklığı ile ilgili yapılmış birçok araştırma mevcuttur. Belirtilerin, şiddetin ve sıklığın cinsiyetten de etkilendiği düşünöldüğu için bu konunun önemi giderek artmıştır.

Demiriz ve Ulutaş (2003), kaygı ve cinsiyet ilişkisini inceledikleri araştırmalarında, 9-12 yaş arası 600 katılımcıyla çalışmışlardır. Çocuklara yüz yüze görüşme yöntemi ile “Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri” uygulanmıştır. Verilerin analizine göre kız çocuklarının durumluk-sürekli kaygı puan ortalamalarının erkek çocukların kaygı puan ortalamalarından yüksek olduğu elde edilmiştir.

Lewinsohn ve arkadaşları (1993), ergenlerden oluşan katılımcıların kaygılarının cinsiyet açasından farklılaşıp farklılaşmadığını ele alan bir çalışma yapmışlardır. Araştırmanın verilerine göre kadın katılımcılarda erkeklere oranla yüksek kaygı belirtileri gözlemiştir.

Cinsiyet ve kaygı arasındaki ilişkiyi ele alan bir başka çalışmayı da Hewit ve Norton tarafından 2001 yılında yapılmıştır. Araştırmanın verilerine göre erkek katılımcıların kadınlara oranla daha az kaygı belirtileri sergiledikleri gözlemlenmiştir.

Weinstock kaygı ve cinsiyet arasındaki ilişkiye baktığı çalışmasında hormonal yapıya bağlı olarak kaygının kadınlarda daha çok yaşandığını açıklamıştır (Weinstock, 1999).

Cinsiyete göre bireylerin kaygı puanlarına bakıldığında, her ne kadar kadınlarınki erkeklere oranla daha yüksekse de, bazı araştırmalardaki bu fark anlamlı değildir.

Ocaktan, Keklik ve Çöl 2000 yılında yaptıkları araştırmalarında sağlık ocağında görev yapan toplam 143 katılımcıyla bir çalışma yapmışlardır. Elde edilen sonuçlara göre de, kadın ve erkeklerin arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı çıkmamıştır.

Cinsiyet ve kaygı arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmaların birçoğunda kadınların kaygı düzeyleri erkeklerin kaygı düzeyine oranla daha yüksek çıkmıştır. Ataerkil bir toplumdan gelmesi nedeni ile erkeklerin kadınlara oranla daha güçlü durma yönündeki eğilimleri, erkeklerin mevcut belirtileri olduğundan daha az gösterme çabaları ve kadınların erkeklere oranla yaşanan problemde daha kolay şekilde ilgili kişilere başvurmaları gibi faktörler erkeklerde kaygının daha az görülmesine neden olduğu düşünülmektedir (Mackinaw ve Wasey, 2000).

2.8. Evliliğin Tanımı

Evlilik temeline dayanan aile kurumu yaklaşık 400 yıllık bir geçmişe sahiptir. Kuralları belirlenmiş evlilik, Mısır 'da 2000 yıllarında başlamıştır ve devlet tarafından desteklenmiştir

Evlilik, toplum düzenini, kültür ve gelenek sürekliliğini, yeni nesillerin bakım ve eğitimini sağlamakla görevli bir kurum olarak varlığını sürdürmüştür (Özgüven, 2000).

Evlilik ve aile kavramı tarih içinde toplumlar arası farklı anlamlar taşısa da, içinde evrensel sayılabilecek bazı gelişimsel olayların yaşadığı birimi ifade etmektedir (Akar, 2005).

Evlilik, farklı ilgi ve ilişkileri olan iki kişinin karşılıklı anlaşma ve dayanışma sonucu, toplumsal onaylama ile gerçekleşen bir kaynaşmadır (Özügürlü, 1985).

Evlilik, iki kişinin birlikte bir hayat kurmak, ortak kararlar almak ve belli gereksinimlerin karşılanması amacıyla yapılan bir sözleşmedir (Özgüven, 2000).

Kudiaki (2002) , evlilik kadın ve erkek arasındaki ilişkinin ekonomik, sosyal, cinsel ve yasal yönlerini kapsayan bir birlikteliktir.

Evlilik, Karşılıklı cinsin doyumun sağlanmasını, birlikteliği, dayanışmayı ve bunlardan da önemlisi gelecek neslin devamını sağlayan bir ilişkidir. Aynı zamanda evlilik, Toplumlar da farklı yapılar gösterebilen iki insanın kalıcı bir beraberlik için anlaşıp karar vererek bir araya geldikleri, birbirlerine ve çocuklarına karşı sorumlulukları yerine getirmek için söz verdikleri bir kurumdur (Saxton, 1982).

Evlilik, devletin kontrolü altında olması nedeni ile kurumsallaşmış bir ilişki biçimidir. Bu kurumsallaşmış ilişki içinde, iki kişi birbirini “kar- koca” şeklinde tanımlamakta ve birbirine bağlanmaktadır (Şıpka, 2006).

Hayatın belli bir döneminden sonra olması gerektiği düşünülen evlilik bireyler için bir süreçtir. Bu süreçte kişiler; “evliliğe hazırlık”, “evliliğin başlaması”, “çocuk yetiştirme” ve “olgunluk” olarak tanımlanan aşamalardan geçerler.

Evliliğe hazırlık süreci, çiftlerin birbirlerini tanıması ve benimsemesini kapsar. İkinci aşama olan evliliğin başlaması aşamasında, nikâhla birlikte aktiflik kazanan evlilik, kişileri aynı ortamda buluşturur, rol tanımları yapılır, sorumluluklar belirtilir ve yerine getirilir. Üçüncü aşama olan çocuk yetiştirme süreci ise çocuk sahibi olma ve eve üçüncü bir bireyin katılması durumunu kapsamaktadır. Bu aşamanın önemli

olmasının nedeni, kadının “anne”, erkeğin ise “baba” rolünü üstlenmiş olmasından kaynaklanır. Son evre olan olgunluk aşaması ise, çiftin biyolojik işlevlerini tamamladığı, çocuklarını evden gönderdiği ve çiftlerin birbirlerine destek olmaları gerektiğini daha iyi kavradıkları süreçtir (Özgüven, 2000).

2.9. Evlilikte Erkeğin Rolü

Rol, sosyal işlev çerçevesinde kümelenen birbiriyle ilişkili davranış örüntüsü olarak ortaya çıkar aynı zamanda kişinin sosyal konumuna uygun olan davranış ve tutumları belirler. Rol içinde bulunulan grup ve sosyal ihtiyaçlar dâhilinde anlamlandırılır (Kocacık, 2000).

Sosyal statü ise bireyin sosyal yerinin, toplumdaki diğer kişilerle karşılaştırıldığında nerede olduğunu gösteren bir değerlendirmedir. Statü toplum içinde bireye uygun görülen mevki ve ya pozisyonudur. Rol statünün dinamik yönüdür ve sosyal konum içinde yer alan bireyin eylemlerini bir rol olarak da adlandırabiliriz (Çelebi, 1990).

Aile üyelerinin üstlendikleri roller ve ailedeki sorumluluk dağılımı cinsiyet, eşlerin eğitim düzeyi, evlilik süresi, aile tipi, yerleşim yeri, içinde yaşanılan toplumun gelenekleri ve moral ilkelerine göre farklılık göstermektedir. Her evlilikte kadın ve erkeğe belli roller düşer. Aile içerisinde, erkeklerin güçlü olmaları, ailelerini geçindirmeleri, çevre üzerinde belli bir kontrol sağlamaları beklenmektedir (Günay ve Bener, 2012).

Ataerkil toplumsal yapı için, ailede erkeklerin rolüne bakıldığında evin geçiminin sağlanması, kadından ise ev işleri ve çocuk bakımıyla ilgilenmesi beklenir. Bu durum, erkek çocuklarının eğitime ve iş alanlarına katılmalarına olanak sağlarken daha çok sorumluluk sahibi olma konusunda rol verir (Özkan ve Küçükler , 2010).

Kadın ve erkeğe yüklenen toplumsal roller, günümüzde daha farklı biçimde karşımıza çıkmaktadır. Bu değişim ev ve iş yaşamında da rol değişimlerini

beraberinde getirmektedir. Ülkemizde kentleşme ve ekonomik gelişmenin doğal bir sonucu olarak hızlı ve yoğun bir şekilde yaşanan sosyal değişim süreci, geleneksel görev dağılımında kadına ve erkeğe özgü rollere ilişkin tutumları da farklılaştırmıştır (Akin ve Demirel, 2003).

Sosyoekonomik düzeyin artması, eşlerinin eğitim seviyelerinin yükselmesi, anlaşarak evlenmiş olmak, kadının çalışması ve ortak gelire katkısının artması gibi özellikler gösteren daha modern yapıdaki ailelerde kadın- erkek rollerinin daha eşitlikçi yönde değişmekte olduğu gözlemlenmektedir.

Günümüzde çocukların gelişimi için baba ve çocuk ilişkisi, annenin çocukla olan ilişkisi kadar önem kazanmıştır. Baba figürünün çocuğun zekâ, kişilik ve cinsel gelişimi başta olmak üzere birçok konuda etkili olduğu düşünülmektedir. Babasız büyüyen ya da babanın çocuğun bakımı konusunda anne kadar rol almadığı durumlarda, çocukların okul başarılarının diğer çocuklara oranla daha düşük olduğunu gösteren birçok araştırma mevcuttur. Bu nedenle babalar artık, çocuklarının sadece maddi olarak ihtiyaçlarını karşılama konusunda değil diğer alanlarda da aktif rol alarak sorumluluk sahibidirler (Zeybekoğlu, 2013).

2.10. Konuyla İlgili Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde kaygı konusuyla ilgili yurtiçinde ve yurtdışında yapılmış araştırmalar yer verilmiştir.

Köknel 1990 yılında yaptığı araştırmasında bir araştırmasında bireylerdeki durumluk ve sürekli kaygı arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırma sonuçlarına göre, iki kaygı düzeyi arasında anlamlı bir şekilde pozitif ilişki vardır. Sürekli kaygı düzeyi yüksek olan birinin durumluk kaygı düzeyinin de yüksek olduğu bulunmuştur (Akt. Kulaksızoğlu, 1999).

Reynolds tarafından 1998 yılında yapılan çalışmada erkekler ve kadınların kaygı düzeyi karşılaştırılmış ve araştırma sonucuna göre kadınların kaygı düzeyleri erkeklere oranla daha yüksek çıkmıştır (Akt. Gönül,2008).

Fidanoğlu (2006) çalışmasında, cinsiyetin durumluk ve sürekli kaygı düzeyine etkisini ele almıştır. Durumluk kaygı ve cinsiyet arasındaki ilişki ele alındığında, cinsiyetin durumluk kaygı üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır. Sürekli kaygı ve cinsiyet arasındaki ilişki ele alındığında ise cinsiyetin sürekli kaygı düzeyine de anlamlı bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Bu durumda kaygının cinsiyet faktöründen etkilenmediği sonucuna varılmıştır fakat araştırma bulgularına göre ortalamaya bakıldığında, kadınların kaygı düzeyi erkeklerin kaygı düzeyine oranla daha yüksek çıkmıştır.

Çoğu Araştırmada kadınların kaygı düzeyi erkeklere oranla daha yüksek çıkmıştır. Bazı araştırmalarda ise bu sonucu desteklemeyen bulgular vardır. Çınar yaptığı araştırmada, ekonomik yükün daha çok erkeklerde olduğu katılımcıların var olduğu araştırmasında, erkeklerin kaygı düzeyinin kadınlara oranla daha yüksek olduğunu bulmuştur (Çınar, 2005).

Şener ve Terzioğlu (2002), araştırmalarında kişideki eğitim seviyesinin kaygı düzeyine etkisini ele almıştır. Sonuçlara göre kişide eğitim seviyesinin artmasıyla, problem çözme, olaylara bakış açısı, iletişim gibi becerilerin arttığı sonucuna varılarak eğitim seviyesi ile kaygı düzeyi arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Kartopu (2012), çalışmasında lise öğrenci ve öğretmenlerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığını ele almıştır. Ancak bu çalışmada öğretmenler ve öğrenciler farklı iki grup olarak ele alınıp karşılaştırma yoluna gidilmemiştir. Araştırma sonuçlarına medeni durum değişkeni açısından bakıldığında, bekârların kaygı düzeyinin evlilere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur (Kartopu, 2012).

Kaya ve Varol (2004), çalışmalarında ilahiyat fakültesi öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini etkileyen bazı nedenleri incelemiştir. Araştırma bulgularına göre, medeni durum açısından katılımcıların kaygı düzeylerine bakıldığında, nişanlı veya sözlü olanların durumluk kaygı düzeyleri bekâr ve evli olanlara göre daha yüksek bulunmuştur.

Deveci, Çalmaz ve Açık (2012), çalışmalarında üniversite öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini etkileyen bazı nedenleri incelemiştir. Bulgulara göre ailelerinin gelirleri düşük olan katılımcıların durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri aile geliri yüksek olanlara oranla anlamlı bir şekilde yüksek çıkmıştır.

Kozacıoğlu (1982), düşük, orta, yüksek sosyoekonomik düzeyi temsil eden üç150 öğrenci ve ebeveynleri ile Durumluk Süreklilik Kayı ölçeğini kullanarak bir araştırma yapmıştır. Düşük sosyoekonomik düzeyi temsil eden öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerinin diğer ekonomik düzeyi temsil eden öğrencilere oranla yüksek olduğunu bulmuştur (Akt. Küçükturan, 1987).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırmanın problemi, araştırmanın amacı, alt problemler, araştırmanın hipotezleri, araştırmanın önemi, sayıtlılar, sınırlılıklar, evren ve örneklem, veri toplama araçları, verilerin toplanmasında izlenen yol ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel teknikler açıklanmıştır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma “tarama modeli” olarak tasarlanmıştır. “Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır.

Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez” (Karasar, 2009).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, Türkiye'nin İstanbul ilinde yaşayan, 25-40 yaş aralığındaki erkeklerden oluşmaktadır.

Araştırmanın örneklem grubunu İstanbul il sınırları içerisinde Anadolu ve Avrupa yakasında ikamet eden, 25-40 yaşları arasında toplam 200 kişiden oluşmaktadır (100 evli erkek, 100 bekâr erkek).

Örneklem grubu oluşturulurken, araştırmaya katılan erkeklerde evli olanlar için, ilk evliliği olma ve hala evliliğini sürdürme özelliği aranırken, bekâr olan erkekler için ise sözlü veya nişanlı olmama özelliği dikkate alınmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Örneklemin demografik verilerini elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından düzenlenen kişisel bilgi toplama formu kullanılmıştır.

Örneklemin kaygı düzeylerini ölçmek için ise Spielberger tarafından geliştirilmiş “Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği” kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Toplama Formu

Kişisel bilgi toplama formu araştırmanın konusu çerçevesinde örneklemin, medeni durumu, eğitim durumu, eşin çalışma durumu, aylık geliri ve sahip olunan çocuk sayısı gibi demografik verileri elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan bir formdur (bkz.Ek:1).

3.3.2. Durumluk - Sürekli Kaygı Ölçeği

Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği Spielberger ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Türkçe’ye çevrilmesi ve standardizasyonu ise Necla Öner ve Ayhan Le Compte tarafından yapılmıştır. Durumluk kaygı Ölçeği, bireyin belli koşullarda belli bir an için kendisini nasıl hissettiğini betimlemesini içerirken, Sürekli Kaygı Ölçeği ise bireyin kendisini sürekli nasıl hissettiğini betimlemesini istemektedir (Öner, Compte 1998).

Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği iki ayrı ölçeği içermektedir. Durumluk kaygı Ölçeği için 20 soru, Sürekli Kaygı Ölçeği için 20 soru olmakla beraber toplamda 40 soru vardır.14 yaş ve üzerinde normal gelişim gösteren her birey için uygun bir ölçektir. Durumluk- Sürekli Kaygı Ölçeğinde, üçten fazla ifadeye cevap verilmediğinde form geçerli sayılmaz.

Durumluk kaygı ölçeğinde cevaplar “(1) Hiç, (2) Biraz, (3) Çok ve (4) Tamamıyla şeklindedir. Sürekli Kaygı Ölçeğinde ise” (1) Hemen hiçbir zaman, (2) Bazen, (3) Çok zaman,(4) Hemen her zaman “şeklindedir.

Ölçeklerdeki ifadeler doğrudan ya da tersine dönmüş olarak verilir. Doğrudan ifadeler, olumsuz duyguları; tersine dönmüş ifadeler ise olumlu duyguları ifade eder. 4 değerinde ki cevaplar doğrudan ifadelerde kaygının yüksek olduğunu gösterirken, tersine dönüş ifadelerde ise kaygının düşük olduğunu gösterir. 1 değerinde cevaplarda doğrudan ifadelerde düşük kaygıyı gösterirken, tersine dönmüş ifadelerde yüksek kaygıyı gösterir. Durumluk kaygı ölçeğinde tersine dönmüş ifadeler 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 ve 20. maddelerdir. Sürekli kaygı ölçeğinde ise tersine dönmüş ifadeler 21, 26, 27, 30, 33, 36 ve 39. maddelerdir.

Durumluk ve Sürekli kaygı ölçeğinden elde edilen puanlar kuramsal olarak 20 ile 80 arasında değişmektedir. Düşük kaygıyı küçük puan yüksek kaygıyı ise büyük puan tanımlar.

Öner ve Le Compte tarafından yapılan güvenilirlik çalışmasında, Sürekli Kaygı Ölçeği için Alpha güvenilirlik çalışması çeşitli uygulamalarda 0,83-0,87 arasında, Durumluk Kaygı Ölçeği için ise 0,94-0,96 arasında bulunmuştur. Sürekli Kaygı Ölçeği için Test-tekrar test güvenilirlik sayısı çeşitli uygulamalar için 0,71-0,86 arasında, Durumluk Kaygı Ölçeği için ise 0,26-0,86 arasında bulunmuştur.

Öner ve Le Compte tarafından yapılan geçerlilik çalışmasında, ölçek bir grup kişiye normal ve kaygılı (hasta) oldukları durumda uygulanmış ve hasta oldukları durumlarda Durumluk kaygı düzeyleri, normal olduklarıdaki kaygı düzeylerinden yüksek bulunmuştur ($p<0.001$), sürekli kaygı düzeyleri arasında ise önemli bir fark çıkmamıştır.

Ölçeğin bir örneği Ek 2’de verilmiştir (bkz. EK: 2 ve 3).

Bireylere uygulanan durumluk kaygı ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.537$ olarak düşük derecede güvenilir bulunmuştur.

Bireylere uygulanan sürekli kaygı ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.479$ olarak düşük derecede güvenilir bulunmuştur.

Cronbach's Alpha Katsayısının değerlendirilmesinde kullanılan değerlendirme kriteri (Özdamar, 2004);

$0,00 \leq \alpha < 0,40$ ise ölçek güvenilir değildir.

$0,40 \leq \alpha < 0,60$ ise ölçek düşük güvenilirliktedir.

$0,60 \leq \alpha < 0,80$ ise ölçek oldukça güvenilirdir.

$0,80 \leq \alpha < 1,00$ ise ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçektir.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri, Şubat 2015- Nisan 2015 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırmanın ilk aşamasında katılımcılara, Kişisel Bilgi Formu, ikinci aşamasında ise Durumluk- Sürekli Kaygı ölçeği verilmiştir. Araştırmacı tarafından anket ve ölçekler katılımcılara ulaştırılmış, doldurulduktan sonra kapalı zarf usulüyle geri iletmeleri istenmiştir. Araştırmaya katılanların, uygulayıcının yakın çevresinden olmamasına dikkat edilmiştir.

3.5. Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmada katılımcıların doldurduğu anket ve ölçeklerden elde edilen veriler önce excell programıyla kodlanmış daha sonra verilerin çözümlenmesinde kullanılan SPSS (Statistical Package for Scial Sciences) Windows 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotları (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanılmıştır. Analizler yorumlanarak $p=0,05$ anlamlılık düzeyinde istatistiksel farklar aranmıştır.

Durumluk kaygı ve sürekli kaygı ölçekleri normal dağılım göstermemektedir. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı Mann Whitney-U testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplararası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis H-Testi ve çift yönlü varyans analizi (Anova) kullanılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN BULGULARI

Bu bölümde, araştırma doğrultusunda örneklem grubundan toplanan verilerin çözümlenmesiyle elde edilen sonuçların tabloları, yorumları ile birlikte sunulmuştur. Örneklem grubuna uygulanan “Kişisel Bilgi Formu” ile elde edilen veriler grubun genel özellikleri frekans ve yüzde dağılımları şeklinde tablolaştırılmıştır.

Tablo 4. 1. Araştırmaya Katılan 25 ile 40 Yaş Arasındaki Erkeklerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=200)

		<i>F</i>	<i>%</i>
Medeni Durum	Evli	100	50.0
	Bekar	100	50.0
Eğitim Düzeyi	Lise Mezunu ve↓	62	31.0
	Ön Lisans Mezunu	23	11.5
	Lisans Mezunu	84	42.0
	Yüksek Lisans Mezunu	31	15.5
Gelir Düzeyi	1000-1500 TL Arasında	23	11.5
	1501-2000 TL Arasında	26	13.0
	2001-2500 TL Arasında	27	13.5
	2501-3000 TL Arasında	28	14.0
	3001-3500 TL Arasında	16	8.0
	3501-4000 TL Arasında	25	12.5
	4001-4500 TL Arasında	12	6.0
	4501-5000 TL Arasında	26	13.0
5001 TL ve Üzerinde	17	8.5	

Araştırma dâhilinde kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan 200 bireyin 100'ünün (%50.0) bekâr olduğu ve 100'ünün (%50.0) evli olduğu görülmüştür.

Bireylerin 84'ünün (%42.0) lisans mezunu olduğu, 62'sinin (%31.0) lise mezunu ve altı olduğu, 31'inin (%15.5) yüksek lisans mezunu olduğu ve 23'ünün (%11.5) ön lisans mezunu olduğu görülmüştür.

Bireylerin 28'inin (%14.0) aylık gelirin 2501-3000 TL arasında olduğu, 27'sinin (%13.5) aylık gelirin 2001-2500 TL arasında olduğu, 26'sının (%13.0) aylık gelirin 4501-5000 TL arasında olduğu, 26'sının (%13.0) aylık gelirin 1501-2000 TL arasında olduğu 25'inin (%12.5) aylık gelirin 3501-4000 TL arasında olduğu, 23'ünün (%11.5) aylık gelirin 1000-1500 TL arasında olduğu, 17'sinin (%8.5) aylık gelirin 5001 TL ve üzeri olduğu, 16'sının (%8.0) aylık gelirin 3001-3500 TL arasında olduğu ve 12'sinin (%6.0) aylık gelirin 4001-4500 TL arasında olduğu görülmüştür.

Tablo 4. 2. Araştırmaya Katılan 25 ile 40 Yaş Arasındaki Evli Erkeklerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=100)

		<i>F</i>	<i>%</i>
Eşin Çalışma Durumu	Çalışıyor	54	54.0
	Çalışmıyor	46	46.0
Çocuk Durumu	Çocuğu Yok	29	29.0
	1 Çocuğu Var	37	37.0
	2 Çocuğu Var ve↑	34	34.0

Bireylerin 54'ünün (%54.0) eşi herhangi bir işte çalışmakta olduğu ve 46'sının (%46.0) eşi herhangi bir işte çalışmamakta olduğu görülmüştür.

Bireylerin 37'sinin (%37.0) bir çocuğu bulunmakta, 34'ünün (%34.0) iki çocuğu ve üzeri bulunmakta ve 29'unun (%29.0) çocuğu olmadığı görülmüştür.

Tablo 4. 3. 25-40 Yaş Arasında Olan Evli Olan Erkeklerin Algılanan Durumluk Kaygı ile Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı

Ölçekler	Ort. ve SD
Durumluk Kaygı Ölçeği	37.96±10.82
Sürekli Kaygı Ölçeği	39.44±9.56

Bireylerin sürekli kaygı ölçeğinin ortalaması (39.44±9.56) olduğu saptanmıştır. Ortalama değere baktığımızda grubun sürekli kaygı düzeyinin hafif olduğu görülmüştür. Bireylerin durumluk kaygı ölçeğinin ortalaması (37.96±10.82) olduğu saptanmıştır. Ortalama değere baktığımızda grubun durumluk kaygı düzeyinin hafif olduğu görülmüştür.

Tablo 4. 4. 25-40 Yaş Arasında Olan Bekâr Olan Erkeklerin Algılanan Durumluk Kaygı ile Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Gruba Göre Dağılımı

Ölçekler	Ort. ve SD
Durumluk Kaygı Ölçeği	35.26±11.20
Sürekli Kaygı Ölçeği	35.27±10.14

Bireylerin sürekli kaygı ölçeğinin ortalaması (35.27±10.14) olduğu saptanmıştır. Ortalama değere baktığımızda grubun sürekli kaygı düzeyinin hafif olduğu görülmüştür.

Bireylerin durumluk kaygı ölçeğinin ortalaması (35.26±11.20) olduğu saptanmıştır. Ortalama değere baktığımızda grubun durumluk kaygı düzeyinin hafif olduğu görülmüştür.

Bu araştırmanın amacı çerçevesinde birinci olarak:

“Bireylerin medeni durumları ile bireylerin durumluk kaygı ve sürekli kaygı ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4. 5. Bireylerin Medeni Durumları ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi ile Karşılaştırılması

Medeni Durum		<i>N</i>	<i>S.O.</i>	<i>S.T.</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Durumluk Kaygı Ölçeği	Evli	100	108.74	10873.50			
	Bekâr	100	92.27	9226.50	9176.50	-2.01	0.044*
	Toplam	200					
Medeni Durum		<i>N</i>	<i>S.O.</i>	<i>S.T.</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Sürekli Kaygı Ölçeği	Evli	100	114.23	12423.00			
	Bekâr	100	86.77	8677.00	3627.00	-3.35	0.001*
	Toplam	200					

* $p < 0.05$

Tablo 4.5’de görüldüğü gibi; bireylerin medeni durumlar arasında durumluk kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p < 0.05$).

Durumluk kaygı ölçeği puanları açısından evli olan bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır [$U=9176.50$, $p=.044$]. Evli olan bireylerin bekâr olan bireylere oranla durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bireylerin medeni durumları arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır ($p < 0.05$).

Sürekli kaygı ölçeği puanları açısından evli olan bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır [$U=3627.00$, $p=.001$]. Evli olan bireylerin bekâr olan bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde ikinci olarak:

“25-40 yaş arası evli olan ve evli olmayan erkeklerde, kaygı düzeyi eğitim seviyesine göre farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4. 6. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre Durumluk Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması

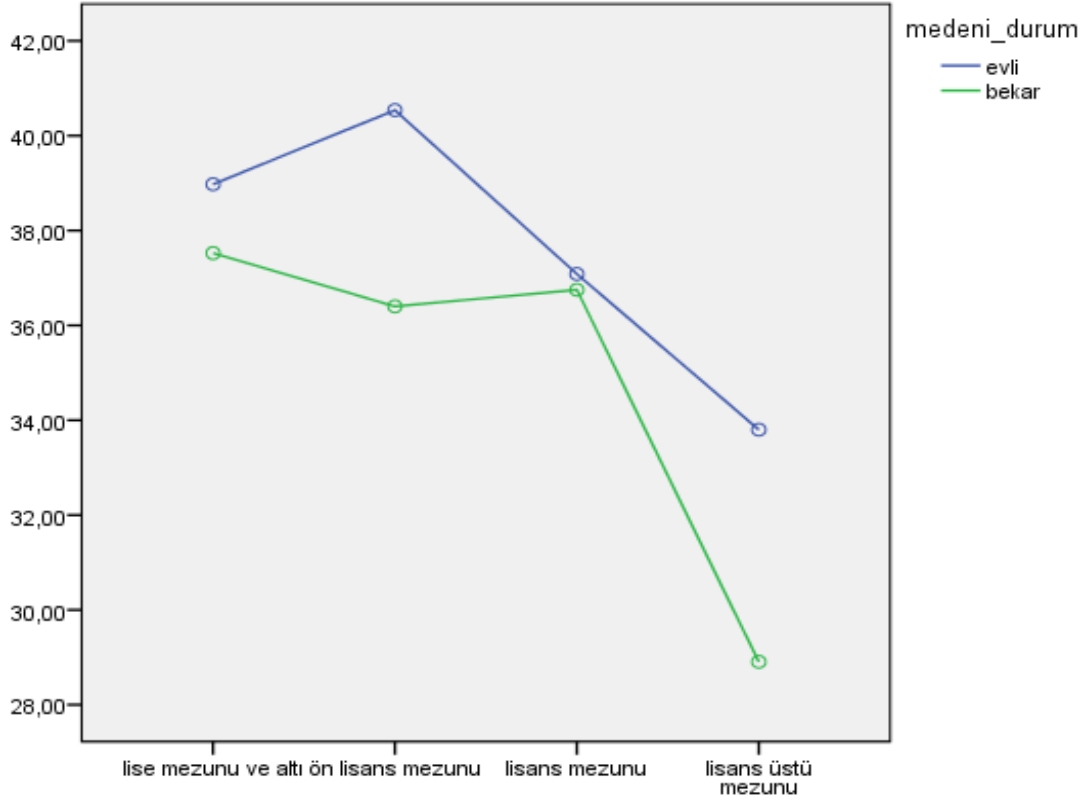
Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Eğitim Durumu	982,919	3	327,640	2,781	,042	,042
Medeni Durum	262,931	1	262,931	2,232	,137	,011
Eğitim Durumu	141,729	3	47,243	,401	,752	,006
*Medeni Durum						
Hata	22617,004	192	117,797			
Toplam	292385,000	200				

Tablonun Eğitim durumu *Medeni Durum satırındaki değerlerden gelir ve medeni durumun durumluk kaygı üzerindeki ortak etkisinin ($p = 0,752$, $p > 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir.

Bu bulgular ışığında hipotez reddedilmiş, evli ve bekârların durumluk kaygıları eğitim durumuna bağlı olarak farklılık göstermemektedir.

Diğer bir ifade ile farklı eğitim düzeyi gruplarındaki evli ve bekârların durumluk kaygıları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Şekil 1. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre Durumluk Kaygı Puanlarına İlişkin Diyagram



Tablo 4. 7. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre Süreklilik Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması

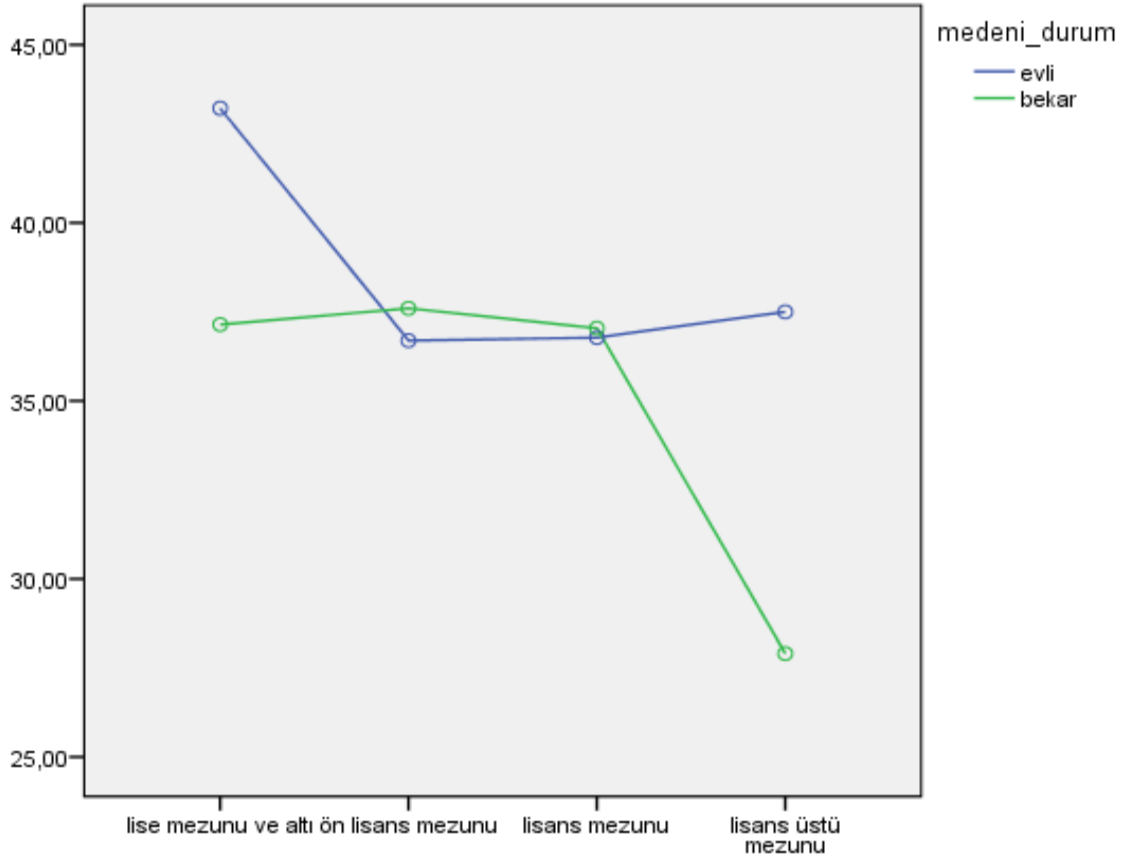
Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Eğitim Durumu	1046,963	3	348,988	3,986	,009	,059
Medeni Durum	472,320	1	472,320	5,394	,021	,027
Eğitim Durumu	731,495	3	243,832	2,785	,042	,042
*Medeni Durum						
Hata	16811,213	192	87,558			
Toplam	298976,000	200				

Tablonun Eğitim durumu *Medeni Durum satırındaki değerlerden gelir ve medeni durumun Sürekli Kaygı üzerindeki ortak etkisinin ($p = 0,042$, $p < 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir.

Bu bulgular ışığında hipotez kabul edilmiş, evli ve bekârların sürekli kaygıları Eğitim durumuna bağlı olarak farklılık göstermektedir.

Diğer bir ifade ile farklı eğitim düzeyi gruplarındaki evli ve bekârların sürekli kaygıları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır.

Şekil 2. Medeni Durum ve Eğitim Seviyesine Göre Sürekli Kaygı Puanlarına İlişkin Diyagram



Eğitim seviyesi lise mezunu ve altı olarak azalınca evlilerin bekârlara göre çok sürekli kaygılandıkları, eğitim düzeyi lisans mezunundan lisansüstü mezununa yükselince evlilerin bekârlara göre az sürekli kaygılandıkları saptanmıştır.

Tablo 4. 8. Evli Olan Bireylerin Eğitim Seviyeleri ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması

Eğitim Seviyesi		N	S.O.	Sd	x ²	p	Anlamlı fark
Durumluk Kaygı Ölçeği	Lise Mezunu ve ↓	41	52,50				
	Ön Lisans Mezunu	13	57,81	3			
	Lisans Mezunu	36	48,74		2.68	.442	-
	Yüksek Lisans Mezunu	10	39,15				
	Toplam	100					
Eğitim Seviyesi		N	S.O.	Sd	x ²	p	Anlamlı fark
Sürekli Kaygı Ölçeği	Lise Mezunu ve ↓	41	60,35				
	Ön Lisans Mezunu	13	43,35				
	Lisans Mezunu	36	43,57	3	8.04	.045	1
	Yüksek Lisans Mezunu	10	44,35				
	Toplam	100					

*p<0.05

Tablo 4.8’de görüldüğü gibi; evli bireylerin eğitim seviyeleri arasında durumluk kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamaktadır (p>0.05).

Evli olan bireylerin eğitim seviyeleri arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [K²=21.63, p=.000].

Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak Mann Whitney U testi uygulanmıştır.

Sürekli kaygı ölçeği puanları açısından lise mezunu ve altı olan bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır. Lise mezunu ve altı olan bireylerin diğer bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.9. Bekâr Olan Bireylerin Eğitim Seviyeleri ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması

Eğitim Seviyesi		N	S.O.	Sd	χ^2	p	Anlamlı fark
Durumluk Kaygı Ölçeği	Lise Mezunu ve ↓	21	55.64				
	Ön Lisans Mezunu	10	55.85				
	Lisans Mezunu	48	55.23	3	10.84	.013*	1,2,3
	Yüksek Lisans Mezunu	21	32.00				
	Toplam	100					
Eğitim Seviyesi		N	S.O.	Sd	χ^2	p	Anlamlı fark
Sürekli Kaygı Ölçeği	Lise Mezunu ve ↓	21	55.64				
	Ön Lisans Mezunu	10	60.45				
	Lisans Mezunu	48	55.90	3	15.84	.001*	1,2,3
	Yüksek Lisans Mezunu	21	28.29				
	Toplam	100					

*p<0.05

Tablo 4.9’da görüldüğü gibi; bekâr olan bireylerin eğitim seviyeleri arasında durumluk kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$K^2=10.84$, $p=.013$].

Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak Mann Whitney U testi uygulanmıştır.

Durumluk kaygı ölçeği puanları açısından lise mezunu ve altı, önlisans mezunu ve lisans mezunu olan bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır. Lise mezunu ve altı, önlisans mezunu ve lisans mezunu olan bireylerin diğer bireylere oranla durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bekâr olan bireylerin eğitim seviyeleri arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$K^2=15.84$, $p=.001$].

Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak Mann Whitney U testi uygulanmıştır.

Sürekli kaygı ölçeği puanları açısından lise mezunu ve altı, önlisans mezunu ve lisans mezunu olan bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır. Lise mezunu ve altı , önlisans mezunu ve lisans mezunu olan bireylerin diğer bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde üçüncü olarak:

“25-40 yaş arası evli olan ve evli olmayan erkeklerde, kaygı düzeyi gelir düzeyine göre farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.10. Medeni Durum ve Gelir Düzeyine Göre Durumluk Kaygı Puanlarının Anova Testi ile Karşılaştırılması

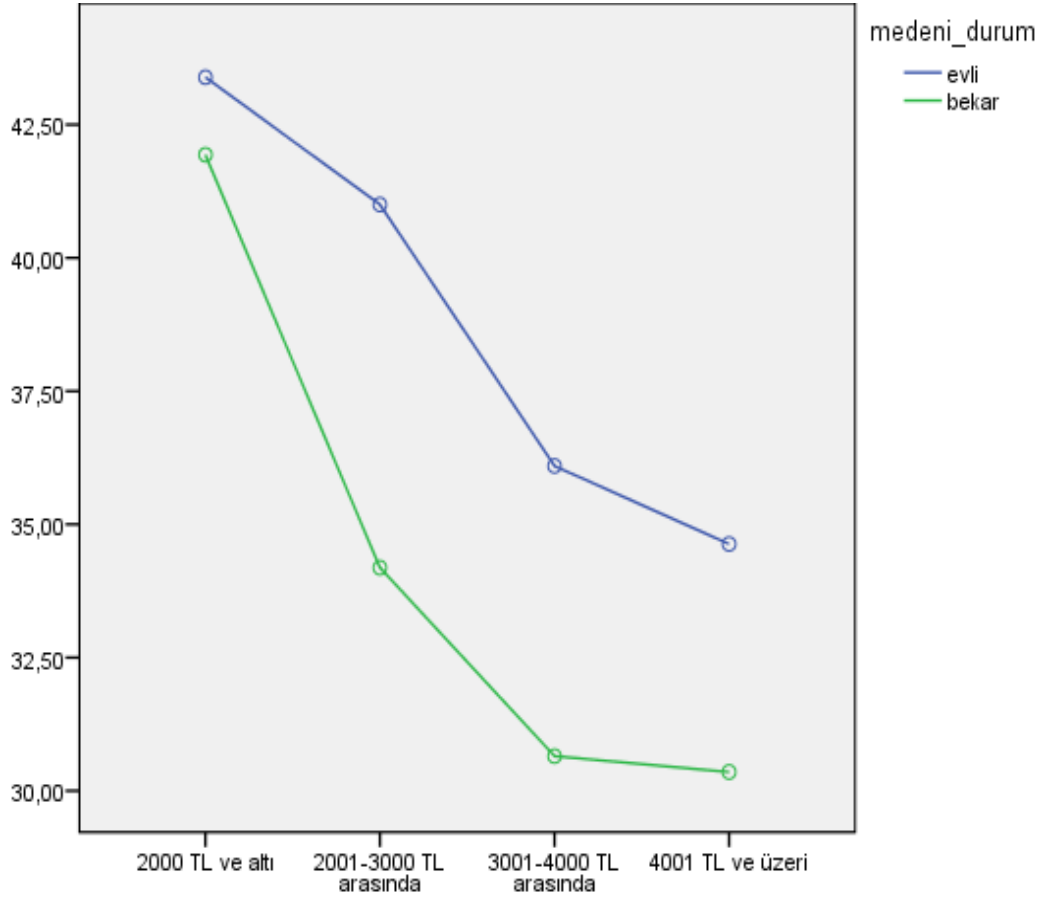
Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Gelir	2946,326	3	982,109	9,184	,000	,125
Medeni Durum	937,249	1	937,249	8,764	,003	,044
Gelir *	186,750	3	62,250	,582	,627	,009
Medeni Durum						
Hata	20532,108	192	106,938			
Toplam	292385,000	200				

Tablonun Gelir * Medeni Durum satırındaki değerlerden gelir ve medeni durumun Durumluk Kaygı üzerindeki ortak etkisinin ($p = 0,627$, $p > 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir.

Bu bulgular ışığında hipotez reddedilmiş, evli ve bekârların durumluk kaygıları gelire bağlı olarak farklılık göstermemektedir.

Diğer bir ifade ile farklı gelir gruplarındaki evli ve bekârların durumluk kaygıları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Şekil 3. Medeni Durum ve Gelire Düzeyine Göre Durumluk Kaygı Puanlarına İlişkin Diyagram



Tablo 4.11. Medeni Durum ve Gelir Düzeyine Göre Süreklilik Kaygı Puanlarının “Anova” Testi ile Karşılaştırılması

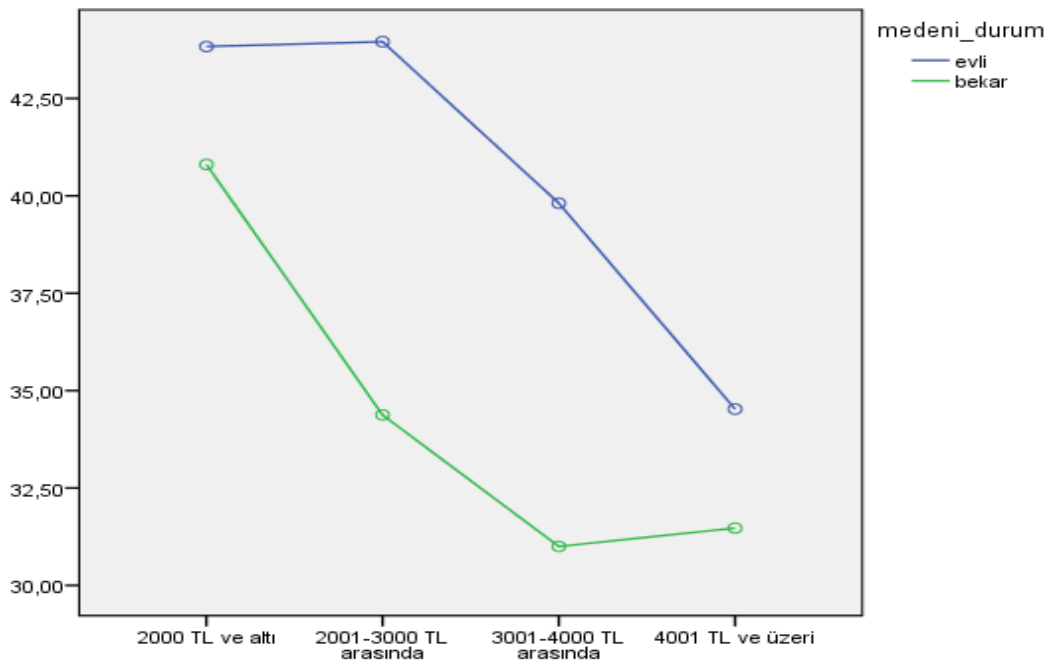
Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Gelir	2337,967	3	779,322	9,421	,000	,128
MedeniDurum	1734,606	1	1734,606	20,969	,000	,098
Gelir * MedeniDurum	453,529	3	151,176	1,828	,144	,028
Hata	15882,742	192	82,723			
Toplam	298976,000	200				

Tablonun Gelir * Medeni Durum satırındaki değerlerden gelir ve medeni durumun sürekli kaygı üzerindeki ortak etkisinin ($p = 0,144$, $p > 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir.

Bu bulgular ışığında hipotez reddedilmiş, evli ve bekârların sürekli kaygıları gelire bağlı olarak farklılık göstermemektedir.

Diğer bir ifade ile farklı gelir gruplarındaki evli ve bekârların sürekli kaygıları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Şekil 4. Medeni Durum ve Gelir Düzeyine Göre Sürekli Kaygı Puanlarına İlişkin Diyagram



Tablo 4.12. Evli Olan Bireylerin Gelir Düzeyleri İle Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması

Gelir Düzeyi		N	S.O.	Sd	χ^2	p	Anlamlı fark
Durumluk Kaygı Ölçeği	2000 TL ve ↓	18	62.67				
	2001-3000 TL	23	59.74				
	Arasında	21	45.40	3			
	3001-4000 TL	38	41.96		9.45	.024*	1-2
	Arasında 4001TL ve Üzerinde						
Toplam	100						
Gelir Düzeyi		N	S.O.	Sd	χ^2	p	Anlamlı fark
Sürekli Kaygı Ölçeği	2000 TL ve ↓	18	61.61				
	2001-3000 TL	23	64.37				
	Arasında	21	51.02	3			
	3001-4000 TL	38	36.55		16.72	.001*	1-2
	Arasında 4001 TL ve Üzerinde						
Toplam	100						

*p<0.05

Tablo 4.12’de görüldüğü gibi; evli olan bireylerin gelir düzeyleri arasında durumluk kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$K^2=9.45$, $p=.024$].

Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak Mann Whitney U testi uygulanmıştır.

Durumluk kaygı ölçeği puanları açısından aylık gelir düzeyi 3000 TL ve altında olan bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır. Aylık gelir düzeyi 3000 TL ve altı olan bireylerin diğer bireylere oranla durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Evli olan bireylerin gelir düzeyleri arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$K^2=16.72$, $p=.001$].

Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak Mann Whitney U testi uygulanmıştır.

Sürekli kaygı ölçeği puanları açısından aylık gelir düzeyi 3000 TL ve altında olan bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır. Aylık gelir düzeyi 3000 TL ve altında olan bireylerin diğer bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.13. Bekâr Olan Bireylerin Gelir Düzeyleri ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Kruskal Wallis H” Testi ile Karşılaştırılması

Gelir Düzeyi		<i>N</i>	<i>S.O.</i>	<i>Sd</i>	χ^2	<i>p</i>	Anlamlı fark
Durumluk Kaygı Ölçeği	2000 TL ve ↓	31	67.13				
	2001-3000 TL	32	50.00				
	Arasında	20	39.83	3			
	3001-4000 TL	17	33.68		18.66	.000*	1
	Arasında 4001TL ve Üzerinde						
Toplam	100						
Gelir Düzeyi		<i>N</i>	<i>S.O.</i>	<i>Sd</i>	χ^2	<i>p</i>	Anlamlı fark
Sürekli Kaygı Ölçeği	2000 TL ve ↓	31	67.05				
	2001-3000 TL	32	49.58				
	Arasında	20	38.20	3			
	3001-4000 TL	17	36.53		17.70	.001*	1
	Arasında 4001 TL ve Üzerinde						
Toplam	100						

* $p<0.05$

Tablo 4.13' de görüldüğü gibi; evli olan bireylerin gelir düzeyleri arasında durumluk kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$K^2=18.66$, $p=.000$].

Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak Mann Whitney U testi uygulanmıştır.

Durumluk kaygı ölçeği puanları açısından aylık gelir düzeyi 2000 TL ve altında olan bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır. Aylık gelir düzeyi 2000 TL ve altı olan bireylerin diğer bireylere oranla durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Evli olan bireylerin gelir düzeyleri arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır [$K^2=17.70$, $p=.001$].

Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığının hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniği olarak Mann Whitney U testi uygulanmıştır.

Sürekli kaygı ölçeği puanları açısından aylık gelir düzeyi 2000 TL ve altında olan bireylerin aleyhine anlamlı bir fark vardır. Aylık gelir düzeyi 2000 TL ve altında olan bireylerin diğer bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde dördüncü olarak:

“evli bireylerin eşlerinin herhangi bir işte çalışıp çalışmadıkları ile bireylerin durumluk kaygı ve sürekli kaygı ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.14. Evli Bireylerin Eşlerinin Herhangi Bir İşte Çalışıp Çalışmadıkları ile Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinden Aldıkları Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi ile Karşılaştırılması

Çalışma Durumu		<i>N</i>	<i>S.O.</i>	<i>S.T.</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Durumluk Kaygı Ölçeği	Çalışıyor	54	47.78	2580.00			
	Çalışmıyor	46	53.70	2470.00	1095.00	-1.01	.309
	Toplam	100					
Çalışma Durumu		<i>N</i>	<i>S.O.</i>	<i>S.T.</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Sürekli Kaygı Ölçeği	Çalışıyor	54	45.40	2451.50			
	Çalışmıyor	46	55.49	2598.50	966.50	-1.90	.056
	Toplam	100					

Tablo 4.14’de görüldüğü gibi; bireylerin durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının bireylerin eşlerinin herhangi bir işte çalışıp çalışmadıkları açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Bireylerin sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının bireylerin eşlerinin herhangi bir işte çalışıp çalışmadıkları açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Bu araştırmanın genel amacı çerçevesinde beşinci olarak:

“evli olan bireylerin çocuk durumları ile bireylerin durumluk kaygı ve sürekli kaygı ölçeklerinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

Tablo 4.15. Evli Olan Bireylerin Çocuk Durumları İle Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Ölçeklerinin Puanları Açısından “Mann Whitney U” Testi ile Karşılaştırılması

Çocuk Durumu		N	S.O.	S.T.	U	Z	p
Durumluk Kaygı Ölçeği	Var	29	47.50	1377.50			
	Yok	71	51.73	3672.50	942.50	-.661	.508
	Toplam	100					
Çocuk Durumu		N	S.O.	S.T.	U	Z	p
Sürekli Kaygı Ölçeği	Var	29	42.78	1240.50			
	Yok	71	53.65	3809.50	805.50	-1.70	.088
	Toplam	100					

Tablo 4.15’de görüldüğü gibi; evli olan bireylerin durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının bireylerin çocuğunun olup olmaması açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Evli olan bireylerin sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının bireylerin çocuğunun olup olmaması açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$).

Bulgular, araştırmanın problemi ve alt problemleri çerçevesinde özetlenirse:

Bireylerin medeni durumları arasında durumluk kaygı ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Evli olan bireylerin bekâr olan bireylere oranla durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bireylerin medeni durumları arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Evli olan bireylerin bekâr olan bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Evli ve bekârların durumluk kaygıları Eğitim durumuna bağılı olarak farklılık göstermemektedir. Diğer bir ifade ile farklı eğitim düzeyi gruplarındaki evli ve bekârların durumluk kaygıları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Evli ve bekârların sürekli kaygıları Eğitim durumuna bağılı olarak farklılık göstermektedir. Diğer bir ifade ile farklı eğitim düzeyi gruplarındaki evli ve bekârların sürekli kaygıları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır

Eğitim seviyesi lise mezunu ve altı olarak azalınca evlilerin bekârlara göre çok sürekli kaygılandıkları, eğitim düzeyi lisans mezunundan lisansüstü mezununa yükselince evlilerin bekârlara göre az sürekli kaygılandıkları saptanmıştır.

Evli olan bireylerin eğitim seviyesi arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Lise mezunu ve altı olan bireylerin diğer bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bekâr olan bireylerin eğitim seviyesi arasında durumluk kaygı ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Lise mezunu ve altı, önlisans mezunu ve lisans mezunu olan bireylerin diğer bireylere oranla durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bekâr olan bireylerin eğitim seviyesi arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Lise mezunu ve altı, önlisans mezunu ve lisans mezunu olan bireylerin diğer bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Evli ve bekârların durumluk kaygıları gelire bağılı olarak farklılık göstermemektedir. Diğer bir ifade ile farklı gelir gruplarındaki evli ve bekârların durumluk kaygıları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Evli ve bekârların sürekli kaygıları gelire bağılı olarak farklılık göstermemektedir. Diğer bir ifade ile farklı gelir gruplarındaki evli ve bekârların sürekli kaygıları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Evli olan bireylerin gelir düzeyleri arasında durumluk kaygı ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Aylık gelir düzeyi 3000 TL ve altı olan bireylerin diğer bireylere oranla durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Evli olan bireylerin gelir düzeyleri arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Aylık gelir düzeyi 3000 TL ve altında olan bireylerin diğer bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Evli olan bireylerin gelir düzeyleri arasında durumluk kaygı ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Aylık gelir düzeyi 2000 TL ve altı olan bireylerin diğer bireylere oranla durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Evli olan bireylerin gelir düzeyleri arasında sürekli kaygı ölçeği puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Aylık gelir düzeyi 2000 TL ve altında olan bireylerin diğer bireylere oranla sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, YORUM, ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde, 25-40 yaş arası erkeklerin Kaygı düzeylerinin, “çocuk sahibi olma, eşin çalışma durumu, eğitim seviyesi ve gelir düzeyi” değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular tartışılıp yorumlanmış ve önerilerde bulunulmuştur.

5.1. Tartışma ve Yorum

Çalışmanın temel hipotezi olarak “25-40 yaş arası evli olan erkeklerin kaygı düzeyleri ile 25-40 yaş arası bekâr olan erkeklerin kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır” şeklindedir. Bu temel hipotezin yanı sıra kaygı düzeyinin bazı demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır.

Araştırmada katılımcıların medeni durumuna göre kaygı düzeylerine bakıldığında, evli olan erkeklerin kaygı düzeyleri bekâr olan erkeklerin kaygı düzeyine göre yüksek çıkmıştır. Medeni durumun değişken olarak ele alındığı birçok araştırma mevcuttur. Araştırmaların bir kısmı evlilikle beraber sorumlulukların artması, yaşın ilerlemesiyle kaygıların daha yoğun devreye girmesinin etkin olabileceği yönündedir.

Turgay tarafından 2003 yılında kaygı ve medeni durum arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmasında evli bireylerin kaygısının bekâr olanlara oranla daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Benzer yönde bir araştırmada ise evli olan bireylerle bekâr olanların ölüm kaygısının farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. Araştırma sonucuna göre, evli olan bireylerin ölüm kaygısı bekâr olan bireylerin kaygısına oranla daha yüksektir (Erdoğan ve Özkan, 2007).

Araştırma sonuçlarıyla paralel olmayan bekârların kaygı düzeyinin daha yoğun olduğu sonucunu veren çalışmalarda mevcuttur. 2012 yılında yapılan bir çalışmada bekârların sürekli kaygı düzeyi evli olanlara oranla daha yüksek çıkmıştır. Araştırma sonucunda bu durumun bekâr katılımcıların yaş aralığıyla ilgili olduğu kanısına varılmıştır. 13-19 yaş arası bekârlardan oluşan grubun duyduğu kaygı daha çok ergenlik dönemi sorunları veya sınav kaygısı ile ilgili olabileceği düşünülmüştür (Kartopu, 2012).

Araştırmada ele alınan önemli bir değişkende eğitim seviyesidir. Durumluk kaygı ve süreklilik kaygıya etkisi olacağı düşünülen eğitim seviyesinin, sadece süreklilik kaygı üzerinde etkili olduğu yönünde veri elde edilmiştir. Eğitim seviyesinin durumluk kaygıya da etki etmemesinin nedenlerinden biri örneklem arasındaki dağılım olabilir. Çalışmada, kişilere eğitim seviyesine göre bakıldığında lise mezunu ve aşağısında olan bireylerin katılımı en çoktur (bkz. Tablo 4.8).

2008 yılında Akandere ve Bedir tarafından, 2006-2007 yılları arasında Türkiye teakwondo şampiyonasına katılan toplam 160 gönüllü sporcu ile bir çalışma yapmışlardır. Araştırmada sporcuların kaygı düzeyine anne babanın eğitim seviyesi açısından da bakılmıştır. Bulgulara bakıldığında, ebeveyn eğitim seviyesi ile sporcuların kaygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Anne ve babanın eğitim düzeyi arttıkça, çocukların kaygı düzeyleri azalmaktadır.

Çalışmayla benzer yönde sonuçları olmayan araştırmalarda vardır. Sevindik ve arkadaşları (2014), tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre de, eğitim düzeyi ve kaygı arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Araştırmada ele alınan diğer bir değişkende gelir düzeyidir. Kaygı ile gelir düzeyi arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı çıkmamıştır. Bunun en önemli nedenlerinden biri yeterli sayıda farklı ekonomik düzeye sahip örneklemin olmaması olabilir. Literatüre bakıldığında araştırma sonuçlarıyla paralellik gösteren çalışmalarda vardır.

Akkaya 1999 yılında, Samsun Ondokuz mayıs üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi ve Eğitim Fakültesinde okuyan I. öğretim son sınıf öğrencilerinin

katılımıyla gerçekleştirdiği bir çalışma yapmıştır. Araştırmanın sonucunda, kaygı ile gelir düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki çıkmamıştır.

Araştırmanın sonucunu desteklemeyen gelir düzeyinin kaygı üzerinde etkisi olduğunu ortaya koyan çalışmalarda mevcuttur. 2000 Yılında Yel tarafından yapılan araştırmaya 202 kişi katılmıştır. Çalışmada, aylık gelir düzeyinin durumluk ve süreklilik kaygıya etkisi olup olmadığı ele alınmıştır. Elde edilen verilere göre ise her iki çeşit kaygı ile gelir düzeyi arasında negatif bir korelasyon çıkmıştır. Bireylerin gelir düzeyi arttıkça kaygıları azalmaktadır.

Özyürek (1989), yılında örneklem grubu olarak üniversite öğrencilerini almış ve bu grup bireylerin kişisel bazı özelliklerin durumluk ile sürekli kaygı düzeylerini etkileyip etkilemediğini araştırmıştır. Ele alınan değişkenlerden biride sosyo-ekonomik düzeydir. Çalışmanın sonucuna göre, maddi geliri düşük olan öğrencilerin kaygı oranı maddi geliri yüksek olanlara oranla daha yüksek çıkmıştır. Benzer bir diğer çalışma ise Kozacıoğlu tarafından gerçekleştirilmiştir. 1982 yılında lise öğrencilerine yapılan bir çalışma sonucuna göre, düşük sosyoekonomik düzeye sahip öğrencilerin duyduğu sürekli kaygı, yüksek sosyoekonomik düzeye sahip öğrencilerin sürekli kaygısından daha yüksektir

Araştırma da evli bireylerde eşin çalışıp çalışmama durumuna göre kişilerin kaygı düzeylerinde anlamlı yönde fark olması beklenirken araştırmanın sonuçları bu yönde çıkmamıştır. Bu araştırmada evli olan erkeklerde eşin çalışma durumuna göre kaygı durumunda bir farklılık olmamasının nedenlerinden biri maddi durum olabilir. Gelir düzeyi yeterli olmayan ailelerde kadının çalışmama durumundan dolayı yaşanacak maddi sıkıntılar erkeklerde, evi geçindirememesi, sorumluluğunu yerine getirememesi ve yetersizlik gibi kaygılara neden olabilir. Fakat kadın çalışmadığı halde maddi sıkıntı yaşamayan ailelerde bu durum erkeklerin kaygısını etkilemeyebilir.

Çocuk sahibi olmakla aile kavramının önem kazanmasının yanı sıra sorumluluğun artması çocukla ilgili sosyal, bilişsel ve duygusal gelişimi hakkında kaygıların yaşanması olası durumlardandır. Bu durumun en büyük sebeplerinden bir tanesi çocuk hakkında verilecek kararlarda çiftlerin her zaman ortak hareket edememelerinden kaynaklanan problemlerdir. Twenge, Campel ve Foster 2003

yılında çocuk sahibi olmanın evliliğe etkilerini araştıran bir çalışma yapmışlardır. Araştırmadan elde edilen verilere göre, çocuk sahibi olmakla beraber çiftlerin sorumlulukları artmakta ve özgürlükleri kısıtlanmaktadır. Bu nedenler de evliliği sarsarak bireylerin kaygı düzeyinde etki etmektedir (Akt; Demiray, 2006).Bu araştırmadaki değişkenlerden biride çocuk sahibi olup olmama durumudur. Çocuk sahibi olmakla kaygı arasında anlamlı bir ilişki olması düşünülürken çalışmadan elde edilen sonuç bu yönde olmamıştır. Araştırmanın sonucunda çocuk sahibi olmanın kaygı üzerinde etkisi olmamasının nedenlerinden biri, katılımcılar arasından çocuk sahibi olan evli erkeklerin sayısının yeterli olmaması ile ilgili olabilir (bkz. Tablo 4.11). Sonucun anlamlı çıkmamasının diğer bir nedeni ise sahip olunan çocukların yaş aralığı ile ilgili olabilir. Okul öncesi dönemde olan çocuğa sahip ebeveynler genellikle okul dönemi çocuğa sahip olan ebeveynler kadar endişelenmeyebilir. Okul öncesi dönemde çocuğun tüm bakımı anne babadadır, çocuk aileye bağlıdır ve çocuğun herhangi bir akademik hayatı olmaması nedeni ile ailenin çocuğu için duyduğu endişe, okul dönemi çocuğuna sahip ebeveynin duyduğu endişeye göre daha az olabilir. Çünkü çocuğun okul hayatına başlamasıyla, annede babadan ayrılması, çocuğun akademik bir sürece girmesiyle gelecekle ilgili kaygıların başlaması ebeveynleri tedirgin edebilen durumlar arasındadır.

5.2. Öneriler

Yapılmış olan araştırma da elde edilen sonuçlardan yola çıkarak ileride bu konuda yapılacak araştırmalara, ailelere, eğitimciler ve alanda çalışan psikologlara yönelik öneriler şöyledir:

Araştırma örneklemini sadece İstanbul Avrupa yakasında ikamet eden 200 katılımcı ile sınırlandırılmıştır. Benzer bir araştırma daha geniş örneklem üzerinde yapılabilir.

Araştırmada erkeklerde kaygıyı etkileyebilecek medeni durum, maddi durum, eğitim seviyesi, eşin çalışma durumu, çocuk olma durumu değişkenleri incelenmiş

Yapılacak yeni araştırmalar da erkeklerde kaygıya neden olabilecek farklı değişkenlerin ilişkisi incelenebilir.

Bu alışma 25-40 yaş grubu evli olan erkeklerle bekâr olan erkeklerin kaygı düzeyini incelemek amacıyla yapılmıştır. Benzer alışmalar farklı yaş grupları ile tekrarlanabilir.

Maddi durum ile kaygı arasındaki ilişkiyle ilgili yapılacak yeni bir araştırmada, katılımcılar seçilirken farklı sosyoekonomik seviyelerden eşit sayıda dağılım olmasına dikkat edilebilir.

Evli ve bekâr erkeklerin yaşamında herhangi psikiyatrik bozukluk tanısı alıp almama durumları göz önünde bulundurularak kaygı seviyelerine etkileri incelenebilir.

Katılımcıların kendilerinde veya yakın çevrelerinde fiziksel rahatsızlığa sahip olan bir bireyin olup olmama durumunun kaygı seviyesine etkisi dikkate alınabilir.

Araştırmada evli erkeklerin ocuk sahip olup olmama durumuyla kaygı arasında herhangi bir ilişkinin olduğuna dair herhangi bir veri elde edilememiştir. Gelecekte yapılacak olan benzer bir çalışmada ocuk sayısı da ele alınabilir.

Evlilikte yaşanan problemlerin çözüme kavuşmaması, çiftler arasındaki iletişim problemleri ve bireylerin yaşam kalitesini etkileyen faktörler kaygıya neden olabilir. Bu konuyla ilgili çalışmalar yapan kurumlar tarafından seminerler, eğitim programları hazırlanabilir. Ayrıca kaygıyla ve aile ile çalışan profesyonellerin maddi ve fiziksel olarak daha ulaşılabilir olması sağlanabilir.

KAYNAKÇA

- Akandere, M.(2008). Teakwando Milli Takım Sporcularının Durumluk Kaygı Düzeylerinin Başarıya Etkisi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Akar, H. (2005). Psikiyatrik Yardım Talebi Olanlar ile Yardım Talebi Olmayan ve Boşanma Aşamasında Olan Çiftlerde; Çift Uyumu ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması. Yayımlanmış Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi, İstanbul.
- Akın, A., Demirel, S. (2003).Toplumsal Cinsiyet Kavramı ve Sağlığa Etkisi.Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 25 (4), 73-82.
- Akkaya, Ş. (1999). Üniversite Son Sınıftaki Öğrencilerin Kaygılarını Etkileyen Etmenler. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Akman, S. (2004). Stresin Nedenleri ve Açıklayıcı Kuramlar. Türk Psikoloji Bülteni, 10 (34-35), 40-55.
- Aktaş, S. (2009). Eşlerden Birinin Kaygı Düzeyi ile Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (1994). (4. Edith). Washington Dc: American Psychiatric Association.
- Baltaş, A., Baltaş, Z. (2008). Stres ve Başa Çıkma Yolları. (24.Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi,164-186.

- Blazer, D., Hughes, D., George, L.K. (1987). Stresfull Life Event sand The Onset of a Generalized Anxiety Syndrome. American Journal of Psychiatry, 144, 1178-1183.
- Brown, T.A., Barlow, D.H., Liebowitz, M. R. (1994). The Emprical Basis of Generalized Anxiety Disorder. American Journal of Psychiatry. 151, 1272-1280.
- Brown, T.A., Dinorda P.A., Lehman, C.L., Campell L. A. (2001). Reliability of Dsm-IV Anxiety and Mood Disorders: Implications of The Classification of Emotional Disorders. Journal of Abnormal Psychology, 100, 49-58.
- Cüceloğlu, D. (1991). İnsan ve Davranışı. (2.Basım). İstanbul: Remzi Kitapevi, 277-278.
- Cüceloğlu, D. (1993). İnsan ve Davranışı. (4.Basım). İstanbul: Remzi Kitapevi, 277-288.
- Cüceloğlu, D. (2004). İnsan ve Davranışı. (13.Basım). İstanbul: Remzi Kitapevi, 89-95.
- Çelebi, N. (1990). Kadınlarımızın Cinsiyet Rolü Tutumları. Konya: Sebat Matbaası, 24-60.
- Çınar, P. (2005). Cinsiyet ve Ruhsal Hastalıklar. Türk Psikoloji Bülteni, 11 (36), 59-64.
- Davison, G., Neale, J. (2004). Anormal Psikolojisi. (7.Basım). (Çev.İhsan Dağ). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 144-146.
- Demiray, Ö. (2006). Evlilik Uyumunun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- Demiriz, S., Ulutaş, İ. (2003). 9-12 Yaş Çocuklarının Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Ege Eğitim Dergisi, 1 (3): 1-9.

- Deveci, S., Çalmaz, A., Açık, Y. (2012). Doğu Anadolu'da Yeni Açılan Bir Üniversitenin Öğrencilerinde Kaygı Düzeylerini Sağlık, Sosyal ve Demografik Faktörler ile İlişkisi. Dicle Tıp Dergisi, 39.
- Davison, D.C., Neale, J. M. (2004). Anormal Psikoloji.(1.Basım).Ankara: Türk Psikologlar Derneği, 32-35.
- Dokur, M., Profeta, Y. (2006). Aile ve Çift Terapisi.(1.Basım).İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Ehtiyar, R., Üngüren, E. (2008). Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin Umutsuzluk ile Kaygı Seviyeli İle Eğitime Yönelik Tutumları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma.Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 1 (4), 159-181.
- Ekşi, F. (2006). Rehber Öğretmenlerin Okul İklimi Algıları ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Erdoğan, M., Özkan, M. (2007). Farklı Dini İnanışlardaki Birey. İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi,14 (3) : 171-179.
- Fidanoğlu, O. (2006). Evlilik Uyumu, Mizah Tarzı ve Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Freud, S. (1969). Psikanalize Giriş. (3.Basım). (Çev. Günsel Koptagel İlal). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi, 201.
- Geçtan, E. (1995). Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Davranışlar. (11.Basım). İstanbul: Remzi Kitapevi, 168.
- Geçtan, E. (2004). İnsan Olmak.(3.Basım).İstanbul: Metris Yayınları, 90-93.
- Geçtan, E. (2005). Psikanaliz ve Sonrası. (11.Basım). İstanbul: Metris Yayınları, 47-229.

- Gorman, J. M. (1996). Comorbid Depression and Anxiety Spectrum Disorders. *Depression and Anxiety*, 4, 160-168.
- Gönül, E. (2008). Kimlik Statülerinin 22-03 Yaşlar Arasındaki Genç Yetişkinlerin Yaşadığı Kaygı Düzeyi ile İlişkisi.Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güleç, C., Köroğlu E. (1997). *Psikiyatri Temel Kitabı*.(1.Basım).Ankara: Hekimler Yayın, 450.
- Günay, G., Bener, Ö. (2011). Kadınların Toplumsal Cinsiyet Rollerini Çerçevesinde Aile İçi Yaşamı Algılama Biçimleri, 3, 157-168.
- Günay, G., Bener, Ö. (2012). Gençlerin Evlilik ve Aile Yaşamına İlişkin Tutumları. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(1), 7-27.
- Horney, K. (1999). *Çağımızın Nevrotik Kişiliği*. (4.Basım). (Çev. Selçuk Budak). Ankara: Öteki Matbaası.
- Işık, E. (1996). *Nevrozlar*. (1.Basım).Ankara: Kent Matbaası, 31- 45.
- İkizler, C. (1993). Sporda Başarıyı Etkileyen Psikolojik Faktörler ve Psikolojik Antrenman. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- İnanç, B. (1997). Kaygı ve Stres. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (16), 9-14.
- Karasar, N. (2009). *Araştırmalarda Rapor Hazırlama*. Ankara: Nobel Yayınevi, 77.
- Karataş, Z. (2012). Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9 (19), 257-271.
- Kartopu, S. (2012).Lise Öğrenci ve Öğretmenlerinin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17 (2), 147-170.

- Kaya, M., Varol, K. (2004). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Durumluk - Sürekli Kaygı Düzeyleri ve Kaygı Nedenleri. Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 17, 35.
- Kocacık, F. (2000). Toplum Bilim. (2. Basım). Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Yayını, 84.
- Köknel, Ö. (1982). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik. (1. Basım). İstanbul: Altın Kitaplar Matbaası, 15.
- Köknel, Ö. (1998). Zorlanan İnsan. (4. Basım). İstanbul : Altın Kitaplar Yayınevi, 138.
- Köknel, Ö. (1999). Günlük Hayatta Ruh Sağlığı. (1. Basım). İstanbul: Alfa Basım Yayın Dağıtım, 158-159.
- Kudiaki, Ç. (2002). Cinsel Doyum ile Evlilik Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kulaksızoğlu, A. (1999). Ergenlik Psikolojisi. (2. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi, 33-34.
- Küçükturan, G. (1987). Anadolu Liselerine Hazırlanan Çocukların Kaygı Düzeylerine Ana-Baba Tutumlarının Etkisi. Doktora Tezi, Ankara Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kozacıoğlu, G. (1982). Çocukların Anksiyete Düzeyleri İle Annelerinin Tutumları Arasındaki İlişki. Yayımlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Çocuk Sağlığı Enstitüsü, İstanbul.
- Lewinsohn P., Hops H., Roberts R., Seeley J., Andrews J. (1993). Adolescent psychopathology: I. Prevalence and incidence of depression and other DSM-III-R disorders in high school students. Journal of Abnormal Psychology, 102: 133-144.

- MacKinaw K. B., Vasey M.W. (2000). Considering sex differences in anxiety and its disorders Across the life span: A construct-validation approach. *Applying Preview Psychology*, 9:191–209.
- Norton, G. R., McLeod, L., Guertin, J., Hewitt, P. (2001). The Growth Of Anxiety Disorders During The 1980s. *Journal of Anxiety Disorders*, 9: 75-85.
- Ocaktan, E., Keklik, A., Çöl, M. (2000). Abidinpaşa Sağlık Grup Başkanlığına Bağlı sağlık Ocaklarında Çalışan Sağlık Personelinde Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyi. *Ankara Tıp Fakültesi Mecmuası*, 55 (1) 21: -28.
- Öner, N., Le Compte, A. (1998). Süreksiz Durumluk / Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı. (18. Basım). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, 2-15.
- Özdamar, K. (2004). Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi I. (5. Basım). Eskişehir: Kaan kitabevi
- Özer, K. (2008). Kaygı: Sınanma Duygusuyla Baş Edebilme. (4. Basım). İstanbul: Sistem Yayıncılık, 11-65.
- Özgüven, İ.E. (1994). Psikolojik Testler. Ankara: Yeni Doğu Matbaası.
- Özgüven, İ.E. (2000). Evlilik ve Aile Terapisi. (1. Basım). Ankara: Nobel Yayınları, 338-340.
- Özkan, G. Küçüker, H. (2010). Early Marriages Among A dolesencent Girls In Afyonkarahisar Turkey. *European Journal of General Medicine*, 7 (4), 365-371.
- Özüğurlu, K. (1985). Evlilik Raporu. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Özusta, Ş. (1995). Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri Uyarlama, Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10 (34), 32-44.
- Özyürek, R. (1989). Üniversite Öğrencilerinin Kişisel Bazı Nitelikleri İle Çeşitli Problemlerinin Kaygı Düzeylerine Etkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Sarı, S. (2007). Sürekli Kaygının Yordayıcıları Olarak Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Endişe ile İlgili İnançlar ve Kontrol Odağının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Saxton, L. (1982). Marriage. The Nature of Marriage, The Individual, Marriage and The Family. (5. Edith). California a Division of Wadsworth: Wadsworth Publishing Company Belmont, , 216-224.
- Sevindik, C., Yılmaz, M., Erden, S., Kolat, E., Akdeniz, M. (2014). Pazartesi Bir Sendrom Mu?. Journal Of Mood Disorder, 4 (4) :152-6.
- Şener, A., Terzioğlu, R. (2002). Ailede Eşler Arasında Uyuma Etki Eden Faktörlerin Araştırılması. (1. Basım). Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Şeyhoğlu, M. (2005). Öğretmenlerin ve Yöneticilerin Bilgisayar Kaygı Düzeyleri. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sharf, R. S. (2004). Theories of Psychotherapy and Counseling: Concepts and Cases. Usa : Thomson Brooks / Cole.
- Sheehann, E. (1999). Kaygı Bozuklukları. (1. Basım). (Çev. Murat Sağlam). İstanbul: Alfa Yayınları.
- Stagner, R. (1961). Psychology of Personality. New York: McGrawHill.
- Şıpka, E.L. (2006). Boşanma Sürecinde Meydana Gelen Çatışmalar ve Aile Mahkemeleri Uygulamasına Uzman Görüşleri. Bitirme Tezi, Newport Üniversitesi, Davranış Bilimleri Bölümü, İstanbul.
- Tallis, F. (2003). Kaygıları Aşmak. (1. Basım). (Çev. Osman Cem ÖnerToy). İstanbul: Sistem Yayıncılık, 4-14.

- Tural, Ü. (2009). Anksiyete Bozuklukları. Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Ders Notları.Erişim Tarihi:15.03.2015, Tıp.Kocaeli.Edu.Tr.
- Turgay, M. (2003). Ölüm Korkusu ve Kişilik Yapısı Arasındaki İlişki. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ulusoy, Ö., Uzunöz, A. (1993). Düşük ve Yüksek Kaygılı Üniversite Öğrencilerinde Yüzyüze ve Telefonla Kurulan İletişimin Problem Çözme Becerisine Etkisi. Bayraktar. R., Dağ, İ. (Ed), Türk V11. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları. Ankara: Psikologlar Derneği Yayını, 223-233.
- Weanar, C. (2003). Kaygı Bozuklukları ve Aşırı Kontrol. Stres ve Stresle Başa Çıkma Yolları.(Çev.Yeşim Türköz).Türk Psikoloji Bülteni, 9, (30-31), 97-106.
- Weinstock L, S. (1999). Gender Differences In The Presentation And Management Of Social Anxiety Disorder. Journal Clinical Psychiatry ,60 (9): 9-13.
- Wittchen, H.U., Zhao, S., Kessler, R.C., Eaton, W.W. (1994). Dsm-III-R General Anxiety Disorder İn National Comorbidity Survey. Archives Of General Psychiatry, 51, 355-364.
- Yel, P. (2000). Koroner Anjiyografi Uygulanacak Hastaların Yaşam Kaliteleri ve Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi. Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Yörükoğlu, A. (1998). Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar.(10.Basım). İstanbul: Özgür Yayınları , 108-133.
- Zeybekoğlu ,Ö. (2013). Günümüzde Erkeklerin Gözünden Babalık ve Aile Mediterranean Journal of Humanities, 3 (2), 297-328.
- Ziyalar, A. (2006). Erişkin Psikopatolojisi. (1.Basım). İstanbul: Yüce Yayınları.

EKLER

EK-1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın Katılımcı,

Bu araştırma, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programında tez çalışması için hazırlanmıştır. Soruları eksiksiz ve doğru bir şekilde cevaplamanız, çalışmanın sonuçlarının sağlıklı olması açısından önemlidir. Vereceğiniz cevaplar tamamen gizli kalacak ve kimse ile paylaşılmayacaktır.

Bu bilimsel çalışmaya olan katkınız ve içtenlikle verdiğiniz yanıtlar için teşekkür ederim.

Psikolog Betül UZUN

RUMUZ:

1.Medeni Durumunuz:

Evli() Bekar()

2.Eğitim Durumunuz:

Okuryazar() İlkokul mezunu() Ortaokul mezunu()

Lise mezunu() Ön lisans() Lisans() Lisans Üstü()

Evli iseniz;

3.Eşiniz Çalışıyor mu?

Evet() Hayır()

4.Aylık Gelir:

(Evlisenez ve eşiniz çalışıyor ise eşinizin aylık gelirini de dikkate alınız.)

1000-1500 TL() 1501-2000 TL()

2001-2500 TL() 2501-3000 TL()

3001-3500 TL() 3501-4000 TL()

4001-4500TL () 4501-5000TL ()

5001TL ve üzeri()

Evli iseniz;

6.Çocuğunuz var mı?

Var () Yok ()

EK 2

STAI FORM TX – 1

Rumuz:

Yaş:

Meslek:

Tarih:

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeksizin anında nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

		Hiç	Biraz	Çok	Tamamiyle
1	Şu anda sakinim	(1)	(2)	(3)	(4)
2	Kendimi emniyette hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
3	Su anda sınırlarım gergin	(1)	(2)	(3)	(4)
4	Pişmanlık duygusu içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)

5	Şu anda huzur içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
6	Şu anda hiç keyfim yok	(1)	(2)	(3)	(4)
7	Başıma geleceklerden endişe ediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
8	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
9	Şu anda kaygılıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
10	Kendimi rahat hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
11	Kendime güvenim var	(1)	(2)	(3)	(4)
12	Şu anda asabım bozuk	(1)	(2)	(3)	(4)
13	Çok sinirliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
14	Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
15	Kendimi rahatlamış hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
16	Şu anda halimden memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
17	Şu anda endişeliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
18	Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
19	Şu anda sevinçliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
20	Şu anda keyfim yerinde.	(1)	(2)	(3)	(4)

EK 3

STAI FORM TX – 2

Rumuz:

Yaş:

Meslek:

Tarih:

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeksizin anında nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

		Hemen Hemen Hiçbir Zaman	Bazen	Çok Zaman	Hemen Her Zaman
21	Genellikle keyfim yerindedir	(1)	(2)	(3)	(4)
22	Genellikle çabuk yorulurum	(1)	(2)	(3)	(4)

23	Genellikle kolay ağlarım	(1)	(2)	(3)	(4)
24	Başkaları kadar mutlu olmak isterim	(1)	(2)	(3)	(4)
25	Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım	(1)	(2)	(3)	(4)
26	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
27	Genellikle sakin, kendine hakim, soğukkanlıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
28	Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
29	Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
30	Genellikle mutluyum	(1)	(2)	(3)	(4)
31	Her şeyi ciddiye alırım ve endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
32	Genellikle kendime güvenim yoktur	(1)	(2)	(3)	(4)
33	Genellikle kendimi emniyette hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
34	Sıkıntılı, güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım	(1)	(2)	(3)	(4)
35	Genellikle kendimi hüzünlü hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
36	Genellikle hayatımdan memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
37	Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder	(1)	(2)	(3)	(4)
38	Hayal kırıklıklarımı öylesine ciddiye alırım ki unutamam	(1)	(2)	(3)	(4)
39	Aklı başında ve kararlı bir insanım	(1)	(2)	(3)	(4)
40	Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin ediyor	(1)	(2)	(3)	(4)

ÖZGEÇMİŞ

1987 yılında İstanbul'da doğdum. İlk ve orta öğrenimimi sırasıyla İstanbul İ.Ö.O. ve Behçet Kemal Çağlar Lisesinde tamamladım. Lisans eğitimimi Fatih Üniversitesi İngilizce Psikoloji Bölümü'nden 2011 yılında tamamladım.

Lisans eğitimim süresince Erenköy Ruh ve Sinir hastalıkları Hastanesi, Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, NP- Nöropsikiyatri Hastanesi, Okmeydanı Darülaceze, Florya Ergen ve Çocuk Esirgeme Kurumu, Esenyurt Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, Avcılar Rehberlik ve Araştırma Merkezi, Türkan Sabancı Görme Engelliler Okulunda Staj yaptım.

EMDR 1. Düzey ve Bilişsel Davranışçı Terapi (Kognitif Terapi Yönelimliklinik ilk görüşme ve terapi becerileri, Kognitif terapinin depresyon tedavisinde uygulanması, Kognitif terapinin anksiyete tedavisinde uygulanması, Kognitif terapinin OKB tedavisinde uygulanması) eğitimlerini tamamladım. Aynı zamanda Projektif Testler Derneğinde, Rorschach eğitimine devam etmekteyim.

2011 yılında Sarıyerde Özel Mürüvvet Evyap Kolejinde 6-12 yaş arası çocuklar ve aileleri için Okul Psikoloğu olarak çalışmaya başladım ve halen buradaki görevime devam etmekteyim.

2013 yılında Beykent Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalında Klinik Psikoloji Bilim Alanında yüksek lisans eğitimine başladım.

Özel ilgi alanlarım, EMDR, BDT ve Kaygı Bozukluklarıdır.

Betül UZUN